



Улыбнёмся...

- А борщ ты умеешь варить, дорогая?
- Умею...
- А что нужно, чтобы он был вкусным?

- Добрую свекровь и голодного мужа!

Как хранить яйца



Безусловно, куриные яйца постоянно хранятся в каждом холодильнике, вот только для их правильного сохранения необходимо знать и учитывать некоторые правила.

В первую очередь стоит отметить, что, как бы правильно ни хранились яйца, больше шести недель сохранять их всё же не рекомендуется - спустя указанный период времени яйца, даже хранимые в холодильнике при подходящей температуре испортятся и употреблять их в пищу будет крайне нежелательно.

Многие обычно хранят яйца на полочке дверцы холодильника, вот только поступать так как раз и не стоит, ведь именно там температура наиболее высокая, а кроме того, при открывании холодильника продукты, которые хранятся на дверце, обдувает тёплый воздух. Выкладывать яйца в специальный лоток или на полку холодильника следует тупым концом вверх, при этом желательнее, чтобы контейнер для яиц плотно закрывался.

Ублажаем привереду

Манные оладьи с яблоками и изюмом



Яблоко - 30 г,
манная крупа - 50 г,
масло сливочное - 20 г,
молоко - 75 г,
изюм - 20 г,
яйца - 1 шт.,
сахар - 5 г.

На молоке с сахаром и 5 г масла сварить кашу, слегка её охладить и добавить яйцо. Яблоки очистить, нарезать мелкими кубиками и вместе с промытым изюмом

добавить в кашу. Всё перемешать и ложкой выложить небольшие оладьи на сковороду с хорошо разогретым маслом. Обжарить оладьи на слабом огне.

Советы

❖ Если вы вовремя не сняли с бульона пену и она опустилась на дно, влейте в кастрюлю стакан воды. Пена поднимется, и её можно будет удалить.

❖ В куриный бульон не кладите никаких приправ, только луковицу и морковь. Иначе он потеряет вкус.

❖ Никогда не оставляйте в супе лавровый лист. Он хорош при варке, а затем лишь портит вкус.

❖ Отбивные получатся более мягкими, если за 1-2 часа до жарки их смазать смесью уксуса и растительного масла. То же сделайте и с мясом для гриля.

❖ Чтобы приготовить вкусные сочные котлеты, добавьте в фарш поровну мелко порезанного сырого и слегка поджаренного лука и немного сырого картофеля.

❖ Первую минуту обжаривания котлет огонь должен быть сильным, чтобы корочка схватилась и не дала бы соку вытечь. Но затем надо довести огонь до среднего и, перевернув котлеты, снова усилить его на полминуты.

❖ Рыба не развалится на куски и приобретёт золотистую корочку, если за 10-15 минут до жарки её вытереть полотенцем и тут же посолить.

❖ Несколько свежих лисичек, добавленных в любой суп, сделают его вкуснее. Грибы в блюдах тем вкуснее, чем мельче они порезаны.

❖ Натёртый сырой картофель сразу же размешайте с небольшим количеством молока, иначе он посинеет.

❖ Старый картофель станет вкуснее, если добавить при варке ложечку уксуса, 2-3 зубчика чеснока и лавровый лист, либо сварить его в бульоне. Чем старше картофель, тем больше требуется воды.

❖ Картофельное пюре лучше взбивать вручную. Взбитое в миксере становится пышным, зато быстро теряет вкус.

❖ Дрожжевое тесто будет мягким и воздушным, если добавить в него остывший варёный картофель, натёртый на мелкой терке.

Для тех, кто любит готовить

Суп из красной рыбы с овощами

Вода - 2,5 л, лосось - 1 хребет, картофель - 4 шт., морковь, лук - по 1 шт., петрушка или укроп, соль, чёрный перец (горошком), лавровый лист - 2 шт.



Нарезать картофель кубиками, морковь - кружочками, бросить в кипящую воду и варить с закрытой крышкой. Когда овощи будут доведены до полуготовности, добавить нарезанную полосками рыбу, очищенную луковицу, варить до готовности рыбы - минут 7-10. Добавить соль, лавровый лист, перец, зелень, варить ещё 5 минут. Перед подачей на стол снять мясо с хребта, разложить в порционные тарелки, залить бульоном с овощами.

Запечённые кабачки с помидорами и сыром

Кабачки - 1 шт., сыр твёрдый - 50 г, соль, перец чёрный молотый - по вкусу, помидоры - 3 шт.

Кабачки нарезать кружочками толщиной 1,5-2 см. Посолить, поперчить и поставить в духовку, разогретую до 180 градусов, на 7 минут. Затем на каждый кружок кабачка выложить кру-



жок помидора и поставить в духовку ещё минут на 5. Натереть сыр, посыпать кабачки и оставить в духовке до расплавления сыра.

Апельсиновые сырники

Апельсины - 1/2 шт., сметана - 1,1 ст., творог - 400 г, сахар - 2 ст. л., мука пшеничная - 230 г, яйца - 1 шт., сахар ванильный - по вкусу.

С половины апельсина снять цедру и выдавить 2 столовые ложки сока. В глубокой миске смешать творог, сахар, яйцо, сметану (2 ст. л.), цедру и сок апельсина. Постепенно добавлять муку и вымесить некрутое тесто. Из теста можно скатать шарики-заготовки или разделить тесто на батоны, из которых нарезать



круглые заготовки для сырников. С помощью вилки расплющить их в лепёшки. Выкладывать на разогретую сковородку с растительным маслом и жарить до золотистого цвета на умеренном огне. Для соуса: отрезать два круглых ломтика от апельсина и мелко нарезать их вместе со шкуркой. Потом измельчить в блендере с сахаром и смешать с оставшейся сметаной. Добавить цедру, снятую с оставшегося апельсина.

Тыквенные котлеты на пару

Лук репчатый - 1 шт., шпинат - 50 г, тыква - 1 кг, филе куриное - 1 шт., яйца - 2 шт., сливки - 100 мл, специи, соль - по вкусу.

Для котлеток сначала отварить куриное филе до готовности. Затем руками разобрать на волокна. Теперь нужно обработать тыкву. Для того, чтобы твёрдая корочка легко снималась, тыкву нужно просто положить в разогретую духовку и слегка про-

печь. Тогда корка удалится почти без усилий. Тыквенную мякоть и лук натереть на тёрке. Добавить куриное



мясо. Шпинат разморозить на горячей сковородке без масла и смешать с фаршем. В смесь разбить два яйца, добавить немного сливок, приправить специями и посолить. Теперь сформировать шарики, слегка придавливая их. Сложить в пароварку и готовить около 40 минут.

Кабачковые оладьи с морковью

Кабачки - 1 шт., яйца - 1 шт., мука пшеничная - 4 ст. л., лук, морковь - по 1 шт., перец чёрный молотый, соль - по вкусу.

Для начинки: тёртый сыр, сметана или майонез, чеснок, зелень.



На крупной тёрке натереть кабачок, луковицу, морковку. Добавить муку, яйцо, соль, перец. Обжарить оладьи на подсолнечном масле с двух сторон. Выложить на тарелку первый слой оладий, затем положить начинку и покрыть ещё одним слоем оладий. Можно сделать в виде тортика, можно складывать оладушки по отдельности.

Урожай - в банки!

Варенье из кабачков

Варенье из кабачков получается нарядного жёлто-оранжевого цвета. За счёт лимонной кислоты варенье из кабачков получается приятным, чуть кисленьким вкусом.

Кабачки - 1 кг, сахар - 1 кг, лимоны - 1-2 шт.



Кабачки порезать на небольшие кубики, лимоны - на кусочки. Можно положить в варенье один лимон - тогда будет менее кисло. Кабачки и лимоны сложить в большую ёмкость, в которой будет вариться варенье. Засыпать сахаром, перемешать, оставить на 1 час. Должна появиться жидкость. После этого поставить на огонь, довести до кипения. Снять, дать остынуть до комнатной температуры. После этого опять поставить на огонь и варить 40-45 минут. Готовое варенье разлить по банкам.

Соус томатный с сельдереем

На 2-2,5 л: помидоры - 6 кг, сельдерей - 2 шт., чеснок - 10

зубчиков, лук - 2 шт., сахар - 1,5 ст., соль - 0,5 ст., корица - 0,5 ч. л., зёрна горчицы - 1 ст. л., гвоздика - 6 шт., чёрный и душистый перец - по 6 горошин, уксус (9%) - 1 ст.

Помидоры сначала необходимо тщательно промыть под водой. Затем ошпарить кипятком, после чего с каждого томата снять кожицу. Порезать все помидоры дольками, затем прокрутить через мясорубку. Затем следует очистить лук, сельдерей и чеснок и тоже перекрутить. Поместить всё перекрученное в кастрюлю, туда же положить специи и третью часть сахара, перемешать и на среднем огне уварить в два раза. Добавить оставшийся сахар, перемешать, довести до кипения и варить ещё 15 мин. Добавить соль и уксус, варить ещё 10 мин. Разложить горячий соус в стерилизованные банки и закатать. Перевернуть банки вверх дном, накрыть одеялом и оставить так на 2 дня. Затем убрать на хранение.

Джем из моркови

Морковь, сахар - 700 г, вода - 300 мл, лимонная кислота.

Морковь тщательно вымыть в горячей воде, опустить на 10 мин. в кипящую воду, откинуть на дуршлаг, остудить, очистить, ополоснуть, нарезать дольками. Дольки поварить в небольшом количестве воды для раз-



мягчения, откинуть на дуршлаг, дать воде стечь, пропустить морковь через мясорубку, к полученной массе добавить горячий сахарный сироп (700 г сахара и 300 мл воды). Смесь на малом огне уварить до готовности (25-30 мин. от начала кипения). За несколько минут до конца варки добавить лимонную кислоту. Горячий джем разложить в сухие банки. Стерилизовать поллитровые банки 10 мин., литровые - 15 мин. Закатать.

Заправка для макарон



А вы любите вкусные спагетти или спиральки? А если приправить их полезным и ароматным соусом? Приготовьте в сезон такую заготовку, и у вас на столе всегда будет аппетитное блюдо.

Помидоры - 3 кг, чеснок - 6-7 зубчиков, сахар - 1 ст., соль - 1 ст. л., красный сладкий перец - 7-10 стручков.

Пропустить помидоры через мясорубку, перец очистить и мелко нарезать. Добавить соль, сахар к томатной массе, тщательно всё перемешать и варить около 40 мин. Добавить измельченный чеснок к полученной заправке примерно за 10 мин. до конца варки. Заправку ещё горячей разлить по банкам и герметично укупорить.