

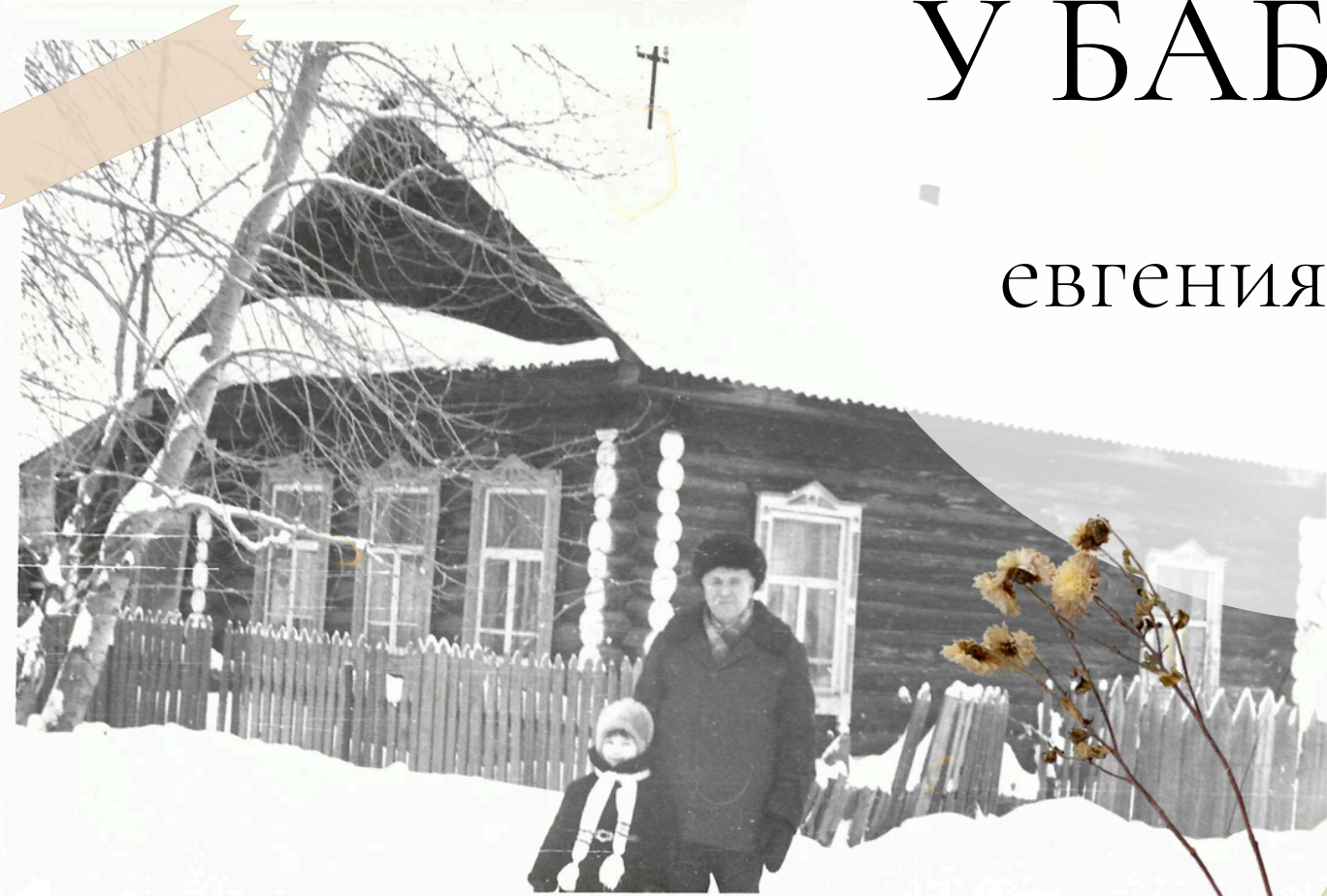


рецепты из детства

В ГОСТЯХ

У БАБУШКИ

евгения мусихина



Содержание книг принято начинать с много слов, но мы то с вами знаем, что вкусно поесть всегда приятнее.

У меня были прекрасные бабушки и дедушка, которые вкусно готовили и позволяли быть ребенком.



Рецепт Грибного супа 4 страница

Рецепт Куриного супа с домашней лапшой 5 страница

Рецепт Борща 6 страница

Рецепт Фаршированного перца 7 страница

Рецепт Блинчиков с мясом 8 страница

Рецепт Окрошки с языком 10 страница

Рецепт летнего супа с крапивой 11 страница

Рецепт тушеной печени с тушеной капустой 12 страница

Рецепт овощного рагу 13 страница

Рецепт тушеной курицы 14 страница

Рецепт жареной картошки 15 страница



Рецепт Грибного супа

Что нужно:

- сушеные грибы (белые)
- говядина на кости (супный набор)
- картофель 3-4 штуки
- морковь 1 средняя
- репчатый лук 1 средняя
- зелень на Ваш вкус
- лавровый лист
- соль перец
- сметана

Приготовление:

Поставьте вариться **бульон**, снимите пену после закипания и убавьте огонь до минимума. Добавьте лавровый лист и варите **2 часа**.

Сушеные грибы замочить кипятком на **2 минуты**, вынуть и порезать на кусочки. Высыпать в бульон и варить **30 минут**. Бульон должен стать красивого древесного цвета. Посолить и добавить перец по совести.

Подготовьте поджарку - морковь натереть на мелкой терке, лук мелко порезать и на растительном масле подтушить. Огонь должен быть средним и Вы не должны допустить пригорания овощей, иначе они потом будут плавать на поверхности, а дети так не любят лук.

Почистите картофель, нарежьте соломкой и залейте холодной водой. Крахмал весь уйдет в воду, блюдо будет полезнее и бульон не помутнеет.

Поджарку и картофель отправляем в бульон, варим **10 минут**. Выключаем. Добавляем зелень для насыщения вкусами и эстетики. Подаем **со сметаной** и **черным хлебом с чесноком**. Приятного!



Рецепт Куриного супа с домашней лапшой

Что нужно:

- курица 400 гр
- морковь 2 штуки
- картофель 1 штука
- репчатый лук 2 штуки
- мука
- 1 яйцо
- соль перец
- лавровый лист
- любимая зелень

Приготовление:

Куриный бульон “Как у бабушки”. В кастрюлю выкладываем тушку курицы, 1 морковь, репчатый лук, лавровый лист и заливаем холодной водой. Варим бульон **4-5 часов** на очень медленном огне. Если Вам кажется что мало воды, то долейте, но только кипяченую из чайника, иначе мясо будет твердое.

Подготовьте лапшу: количество муки должно поглотиться яйцом. Взбиваете 1 яйцо и аккуратно вмешиваете муку. Когда уже тесто обретет консистенцию как у пластилина, то перекладываете на стол (на стол рассыпьте немного муки). Раскатайте тесто в тонкий блин, скрутите рулетиком и порежьте на тонкие “улиточки”. Раскрутите “улиточек”, стряхните муку и на раскаленной сковороде поджарьте лапшу со всех сторон, не увлекайтесь.

Из готового бульона достаем все овощи и курицу. Процеживаем бульон, тк бывает мелкие косточки или перья. Солим. Раскладываем курицу и отправляем обратно в бульон.

Поджарку из тертой морковки и порезанного лука отправляем в бульон вместе с картофелем (порезать соломкой). Варить **10 минут** до готовности картофеля. Добавить лапшу, варить на медленном огне **2-3 минуты** и выключить. Добавить зелень. Сделать **сухарики из вчерашнего хлеба** и подавать. Приятного!



Рецепт Борща

Что нужно:

- говядина на кости
- капуста молодая
- свекла свежая
- морковь 2 штуки
- соус томатный
- помидоры
- чеснок
- репчатый лук
- зелень
- картофель или белая фасоль

Приготовление:

Если есть **гриль**: морковь и лук обжариваем на гриле по **1 минуте** с каждой стороны.

Духовка: свеклу с чесноком упаковать в фольгу (или глиняную кастрюльку) с растительным маслом и поставить на **180 градусов** (с вентиляцией) на **20 минут**.

Бульон: выкладываем говядину на кости, обжаренные на гриле морковь и лук, лавровый лист, заливаем холодной водой. Варим на медленном огне **3-4 часа** (не забывайте снимать пенку с бульона).

Соус: на сковороде на растительном масле притушиваем чеснок, репчатый лук (мелко порезать) и порезанный мелко помидор. Достаем свеклу, остужаем и мелко трем. На другой сковороде на растительном масле обжариваем свеклу (можно сбрызнуть лимоном для сохранности цвета). Затем обе сковородки соединяем в одну, тушим 10 минут на медленном огне. Добавляем 2-3 ст/л томатного соуса.

Из бульона убираем овощи, добавляем в бульон соус и картофель (порезан соломкой). Варим **10 минут**. Капусту тонко шинкуем и присоединяем в кастрюлю. Варим **5 минут** и выключаем. Добавляем зелень. Подаем со сметаной и пампушками с чесноком. Приятного!



Рецепт Фаршированного перца

Что нужно:

- говяжий фарш
- рис
- светло-салатовые или на Ваш вкус перцы
- помидор
- морковь
- репчатый лук
- лавровый лист и зелень
- чеснок
- сметана
- зубочистки

Приготовление:

Перец: хорошо моем, чистим изнутри, отрезая “шапочку”. Промойте затем еще водой, чтобы очистить от семян.

Фарш: выкладываем в большую миску фарш. Репчатый лук мелко режем, морковку на терке, чеснок через чеснокодавку, все перемешиваем хорошо и добавляем в фарш. Рис - полстакана на 1 кг фарша. Перемешиваем все. Добавляем специи, сухие травы и свежие. Берем перец и маленькой чайной ложечкой запихиваем готовый фарш в перец. **Аккуратно** и не спешите, иначе повредите перец. Затем зубочистками прикалываем обратно “шапочки” к перцу.

Соус: в глубокой кастрюле на растительном масле обжариваем чеснок, мелко порезанный репчатый лук, морковь, добавляем томатный соус. Тушим **минут 5**. Выкладываем аккуратно перцы, добавляем воды, чтобы она полностью покрыла перцы. Тушим **30 минут**.

Если все перцы не влезли в кастрюлю, то положите в пакетик и уберите в **морозилку** (может так храниться **до 2 месяцев**).

Подавать со сметаной и любимым салатом. Приятного!



Рецепт Блинчиков с мясом

Что нужно:

- мука
- молоко
- яйца
- говяжий фарш
- рис
- лук репчатый

Приготовление:

Тесто для блинов: пожалуй, у Вас уже есть свой любимый рецепт блинов, поэтому придам огласке лишь одну хитрость. Чтобы понять - нужно ли консистенции Ваше тесто, необходимо опустить палец в тесто и если тесто слегка обволокло палец тонким прозрачным слоем и капает с пальца, то блинчики будут тонкие и вкусные.

Начинка для блинов: на сковороде приспустить мелко порезанный репчатый лук, затем добавить фарш и хорошо порубить, чтобы не было комочков. Фарш довести до полной готовности. Посолить и поперчить. Отварить рис - на 1 кг фарша 1 стакан сухого риса. Рис отварить тоже до полной готовности. Все хорошо перемешать.

Инструкция: делать блины нужно конвейерно - сделали блинчик, добавили фарш - укутали и на тарелочку. Будьте бдительны - часто блинчики исчезают и есть ощущение что все безнадежно, но это не так. Приятного!





Самые простые овощи, самые простые способы приготовления, но самый изысканный ингредиент - любовь.

Только с такой нежностью и заботой можно создать вкусное блюдо, которое будут помнить и Ваши внуки.

Рецепт Окрошки с языком

Что нужно:

- картофель
- морковь
- свежий зеленый лук
- свежие огурцы
- яйца
- редиска
- вареный говяжий язык
- зелень
- квас
- сметана
- горчица

Приготовление:

Отвариваем: морковь и картофель в мундире. Яйца тоже отварить.

Режим: Все порезать маленькими кубиками: яйца, картофель, морковь, огурцы, редиску и покрошить зелень. Язык также порезать мелко (вместо языка можно использовать Ваш любимый ингредиент).

Соус: измельчить зелень, перемешать со сметаной и добавить горчицу на Ваш вкус. А уж с кефиром, с минералкой или с квасом - решать уже Вам!
Приятного!



Рецепт летнего супа с крапивой

Что нужно:

- куриный бульон (см. рецепт куриного супа с домашней лапшой)
- крапива (или шпинат)
- картофель
- морковь
- репчатый лук
- яйца
- зелень
- сметана

Приготовление:

Поджарка: на сковороде на растительном масле притушиваем мелко порезанный лук и мокровку (на терке). Добавляем поджарку в бульон. Картофель чистим и режем тонко соломкой, варим **10 минут** на медленном огне. Свежую крапиву нужно ошпарить кипятком чтобы она не жалилась. Затем отрываем только листики и режем соломкой. Когда картофель уже готов, можно добавить крапиву. Яйца взбить и помешивая бульон (словно делая воронку) - вылить яйца в бульон. Оставьте настояться суп на **минут 10**. Подавать со сметаной, зеленью и летними гренками. Приятного!



Рецепт тушеной печени с тушеной капустой

Что нужно:

- телячья печень
- молодая капуста
- морковь
- репчатый лук
- сливки (7-10%)
- помидоры
- томатный соус
- чеснок
- гренки из черного хлеба

Приготовление:

Капуста: на сковороде тушим репчатый лук (полукольцами), морковь (кольцами), чеснок **минут 5**. Шинкуем капусту тонко и длинно. Добавляем капусту в сковородку и туда же томатный соус. Добавьте немного воды, чтобы капуста не жарилась, а тушилась. Готовить капусту под закрытой крышкой **минут 10-15**. Зелень, соль и специи по вкусу.

И только когда готова капуста, Вы приступаете к приготовлению печени.

Печень: на сковороде поджариваем репчатый лук полукольцами. Печень хорошо подготавливаем и нарезаем полосочками тонкими. Добавляем к луку, постоянно помешиваем, готовим на среднем огне. Когда уже совсем будет понятно, что внешне она готова, заливаем сливками - чтобы печень чуть выглядывала. Перчим и солим. Убавляем огонь до минимума и **15 минут** тушим под крышкой.



Рецепт овощного рагу

Что нужно:

- кабачок
- репчатый лук
- морковь
- помидоры
- сливки (7-10%)
- перец и соль
- зелень

Приготовление:

На сковороде с высокими краями (да, в кастрюле тоже можно) обжариваем чеснок и репчатый лук полукольцами на растительном масле. Добавить сухие травы (укроп), перец и соль.

Порезать кабачок кубиками, морковь кольцами - присоединить овощи на сковородку, помешать хорошо. Затем порезать кубиками свежий помидор, добавить к овощам вместе со сливками. Закрыть крышку на **10 минут** и тушить до готовности.

Овощи должны тушиться, поэтому при необходимости можно добавить немного кипятка.

Подавать со сметаной, гренками из черного хлеба с чесноком и с зеленью.



Рецепт тушеной курицы

Что нужно:

- курица (ноги и бедра)
- репчатый лук
- морковь
- чеснок
- томатный соус
- помидоры
- соль и перец
- зелень
- сливки (7-10%)

Приготовление:

1 этап: на сковороде хорошо обжарить ножки и бедра до золотого цвета. (Если у Вас повышенный холестерин, то пропустите этот этап). Добавить к курице репчатый лук полукольцами, морковку кольцами, чеснок, зелень, помидорку и аккуратно помешивая, обжаривать на среднем огне.

2 этап: переложить все в кастрюльку и залить кипятком (чтобы курицы чуть виднелась). Добавить томатный соус и сливки (7-10%). Соль и перц по вкусу и совести. Накрыть крышкой и тушить на слабом огне около **30 минут**. Подавать можно с овощным рагу, с гречкой или пюре. Приятного!



Рецепт жареной картошки

Что нужно:

- картошка
- репчатый лук
- зелень

Приготовление:

Картофель почистить, помыть и промокнуть полотенцем. Порезать соломкой.

Сковородку с растительным маслом хорошо разогреть и высыпать картофель, закрыть крышку на **2-3 минуты**. Не солить! Затем убавить огонь до среднего, снять крышку и больше ей не накрывать. Не солить!

Постоянно помешивая, обжариваем картофель.

Режем полукольцами лук и в картошку. Помешиваем аккуратно и не останавливаясь. Не солим!

Картошка доходит до готовности за примерно **10 минут**. Пробуйте.

Когда картошка и лук будут готовы - солите! Подаем с зеленью и **с салатом**: огурцы, помидоры и свежий зелены лук порезать, заправить сметаной, посолить и подавать вместе.





Приятного!
С уважением, Евгения!