САЛАТЫ И ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ЯБЛОК

*Состав: лук репчатый — 1 шт., яблоко — 1 шт., сметана — 1 ст. л., соль по вкусу.*

Луковицу ополаскивают водой и мелко нарезают. Два яблока натирают или мелко нарезают. Все смешивают и заливают сметаной.

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ЛУКА С ЯЙЦОМ

*Состав: зеленый лук — 300 г, яйцо — 2 шт., сметана — 3 ст. л., соль по вкусу.*

Вымытый зеленый лук мелко нарезают и перемешивают с мелко нарезанными яйцами. Заправляют сметаной и солят.

САЛАТЫ ИЗ МОРКОВИ И ЧЕСНОКА

*Вариант 1. Состав: морковь (вареная свекла) — 1 шт., чеснок — 2 дольки, майонез (сметана) -1 ст. л.*

Натирают на мелкой терке свежую морковь, перемешивают с мелко нарезанным либо раздавленным в чесночнице чесноком, затем перемешивают с майонезом (сметаной).

Таким же образом готовится салат из вареной свеклы и чеснока.

*Вариант 2. Состав: морковь — 1 шт., чеснок — 2 дольки, орехи (очищенные) — 5 шт., майонез (сметана) — 1 ст. л.*

Натирают на мелкой терке свежую морковь, перемешивают с мелко нарезанным либо раздавленным в чесночнице чесноком. Грецкие орехи измельчают и перемешивают с морковью и чесноком. Затем добавляют майонез (сметану).

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК. ВАРИАНТ 1

*Состав: морковь — 1 шт., яблоко — 1 шт., майонез — 1 ст. л., зелень петрушки, соль, ксилит по вкусу.*

Очищенные морковь и яблоко натирают на крупной терке, перемешивают и заправляют майонезом, солью, ксилитом. Украшают зеленью петрушки или сельдерея.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК. ВАРИАНТ 2

*Состав: морковь — 1 шт., яблоко — 1 шт., чеснок — 2–3 дольки, майонез — 2 ст. л.*

Очищенные морковь и яблоко натирают на крупной терке, смешивают с натертым чесноком и заправляют майонезом.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ЯБЛОКА И РЕДЬКИ

*Состав: морковь, редька и яблоко — по 1 шт., чеснок — 2 дольки, растительное масло — 3 ст. л., соль по вкусу.*

Морковь, яблоко и редьку натирают на крупной терке, перемешивают, добавляют измельченный чеснок, присаливают и заправляют растительным маслом.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЧЕСНОКОМ

*Состав: помидоры — 1 шт., чеснок — 2 дольки, сметана — 1 ст. л., соль и перец по вкусу.*

Свежие помидоры нарезают кружочками, добавляют мелко нарезанный чеснок, поливают сметаной.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ, ФАРШИРОВАННЫХ ОГУРЦАМИ И ХРЕНОМ

*Состав: помидоры — 2 шт., огурцы — 1 шт., хрен — 1 ст. л., зелень, сметана — 1 ст. л., соль по вкусу.*

Отбирают ровные целые помидоры, нарезают. Перемешивают с мелко нарезанными огурцами и укропом. Сметану перемешивают с тертым хреном. Смесью заправляют подготовленные овощи, посыпают зеленью.

САЛАТ ВЕСЕННИЙ

*Состав: укроп и зеленый лук — по 200 г, яйцо — 3 шт., сметана — 100 мл, соль.*

Укроп и зеленый лук мелко нарезать, добавить натертые вареные яйца, посолить, добавить сметану, перемешать.

САЛАТ ВЕСЕННИЙ С ЧЕСНОКОМ

*Состав: одуванчик — 50 г, крапива и первоцвет — по 30 г, чеснок — 3 дольки, майонез или растительное масло — 2 ст. л., яйцо — 112 шт., соль по вкусу.*

Мелко нарезают листья одуванчика (после вымачивания в подсоленной воде), крапивы и первоцвета, солят и перемешивают. Добавляют мелко нарезанный чеснок. Поливают растительным маслом или майонезом. Сверху посыпают яйцом, сваренным вкрутую.

САЛАТ ИЗ ХРЕНА С МОРКОВЬЮ

*Состав: морковь — 1 шт., приправа из хрена — 2 ч. л., зелень, ксилит — 5 г, соль по вкусу.*

Морковь натирают, смешивают с приправой из хрена, заправляют ксилитом. При подаче на стол посыпают зеленью.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ С ХРЕНОМ

*Состав: грибы белые сушеные — 50 г, сметана — 2 ст. л., приправа из хрена — 2 ст. л., соль по вкусу.*

Грибы замачивают на 3–4 часа и отваривают. Сливают отвар, шинкуют и солят. Сметану перемешивают с тертым хреном и поливают этой смесью грибы.

САЛАТ ИЗ ПЕТРУШКИ И ЯБЛОК

*Состав: корень петрушки — 100 г, яблоко — 1 шт., сметана — 2 ст. л., ксилит — 2 г, лимонный сок и соль по вкусу.*

Натирают корень петрушки, перемешивают с мелко нарезанным яблоком, заправляют сметаной, добавляют соль, ксилит, лимонный сок.

**САЛАТ ИЗ ПЕТРУШКИ, ОДУВАНЧИКОВ И МОРКОВИ**

*Состав: петрушка — 50 г, листья одуванчика — 60 г, морковь — 1 шт., сметана — 1 шт., укроп, соль по вкусу.*

Морковь натирают на крупной терке, петрушку мелко нарезают, смешивают с мелко нарезанными листьями одуванчика (после вымачивания в подсоленной воде), перемешивают со сметаной и, посыпав укропом, подают к столу.

САЛАТ ИЗ ПЕТРУШКИ И МОРКОВИ

*Состав: корень петрушки — 100 г, морковь — 1 шт., сметана — 1 ст. л., ксилит, укроп, соль и лимонный сок по вкусу.*

Петрушку и морковь натирают на крупной терке и перемешивают со сметаной. Соль, ксилит, лимонный сок добавляют по вкусу. Посыпают укропом.

САЛАТ ИЗ ПЕТРУШКИ, ПОМИДОРОВ И ЛУКА

*Состав: петрушка — 50 г, помидор — 1 шт., репчатый лук — 1 шт., сметана — 1 ст. л., укроп, соль по вкусу.*

Мелко шинкуют зелень петрушки, нарезают дольками помидоры, кружочками лук. Перемешивают со сметаной, посыпают укропом.

САЛАТ ИЗ ПЕТРУШКИ, ЦИКОРИЯ И ОГУРЦА

*Состав: петрушка — 50 г, листья цикория — 30 г, огурец — 1 шт., сметана — 1 ст. л., соль, укроп и растительное масло по вкусу.*

Мелко нарезают петрушку и листья молодого цикория, смешивают с мелко нарезанным огурцом, добавляют растительное масло и соль.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ И КРЕВЕТОК

*Состав: сельдерей — 100 г, картофель — 1 шт., огурец — 1 шт., зеленый горошек — 3 ст. л., вареные креветки — 100 г, майонез — 1 ст. л., укроп, соль, ксилит по вкусу.*

Отварные сельдерей, картофель и свежие огурцы мелко нарезают, смешивают с нарезанной мякотью шеек вареных креветок. Добавляют зеленый горошек и заправляют майонезом, ксилитом, солью. Посыпают зеленью.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ И ГРИБОВ

*Состав: сельдерей — 60 г, картофель — 1 шт., грибы — 60 г, яйцо — 1 шт., майонез — 2 ст. л., зелень, соль и перец по вкусу.*

Отваренные сельдерей и картофель нарезают ломтиками, а отваренные грибы — соломкой. Все перемешивают и заправляют майонезом, солью, перцем, посыпают зеленью и яйцом.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С ЯБЛОКАМИ И ХРЕНОМ

*Состав: яблоки — 2 шт., сельдерей — 30 г, хрен — 30 г, простокваша — 100 мл.*

Натирают на крупной терке неочищенное яблоко и сельдерей в соотношении 3:1, кладут в простоквашу. Заправляют солью и мелко натертым хреном.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ И СВЕКЛЫ

*Состав: редька и свекла — по 100 г, чеснок — 2–3 дольки, майонез — 3 ст. л., соль.*

Редьку и свеклу натирают на мелкой терке, добавляют измельченный чеснок и заправляют майонезом.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С КЛЮКВЕННЫМ СОКОМ

*Состав: редька — 2 шт., клюквенный сок — 2 ст. л., растительное масло — 1 ст. л., соль по вкусу.*

Редьку натирают, поливают клюквенным соком, добавляют растительное масло. Перемешивают, солят, настаивают полчаса-час и подают к столу.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С КАПУСТОЙ

*Состав: редька — 2 шт., белокочанная капуста — по объему, как редьки, молотые ржаные сухари — 3 ч. л., растительное масло — 1 ст. л.*

Нарезают мелкими кубиками редьку, прибавляют столько же нарезанной белокочанной капусты, затем мелко молотые сухари и заправляют растительным маслом. Солят по вкусу.

Подают на стол, посыпав свежей зеленью.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

*Состав: капуста — 150 г, морковь — 1 шт., майонез — 1 ст. л., свежая зелень, соль по вкусу.*

Капусту нарезают тонкими полосками, опускают в кипящую воду на 2–3 минуты, откидывают на дуршлаг, обдают холодной кипяченой водой. Морковь трут на крупной терке. Все перемешивают. Подают к столу в охлажденном виде, заправив майонезом и посыпав свежей зеленью.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ И СВЕКЛЫ

*Состав: капуста — 150 г, свекла — 1 небольшая, растительное масло — 1 ст. л., соль, ксилит и лимонная кислота по вкусу.*

Капусту тонко нарезают, солят, отжимают, смешивают с нарезанной вареной свеклой. Добавляют ксилит, разведенный в воде с лимонной кислотой или соком лимона, заправляют растительным маслом.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ-ПОРЕЕМ

*Состав: квашеная капуста — 250 г, лук-порей — 70 г, семена укропа или тмина, растительное масло — 1 ст. л., соль и перец по вкусу.*

Квашеную капусту откидывают на дуршлаг и дают стечь рассолу. Лук-порей очищают, тщательно моют, режут очень мелко. Капусту перемешивают с луком, семенами укропа или тмина, заправляют растительным маслом, солью и перцем.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С АПЕЛЬСИНОМ

*Состав: капуста — 250 г, апельсиновый сок — ИЗ стакана, апельсин — 1 шт., крупное кислое яблоко — 1 шт., майонез — 2–3 ст. л.*

Капусту тонко шинкуют, мнут руками и сбрызгивают апельсиновым соком, какое-то время держат в прохладном месте. Нарезают апельсин, добавляют тертое яблоко, все перемешивают с майонезом.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

*Состав: цветная капуста — 150 г, растительное масло — 1 ст. л., вареное яйцо — 1 шт., зелень, зеленый лук, соль и ксилит по вкусу.*

Цветную капусту отваривают в подсоленной воде, разбирают на соцветия, поливают растительным маслом. Добавляют соль, ксилит, зелень, сверху посыпают яйцом.

САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

*Состав: краснокочанная капуста — 200 г, хрен — 10 г, сметана — 1 ст. л., долька лимона, ксилит, перец и соль по вкусу.*

Капусту шинкуют тонкими полосками, опускают на несколько минут в кипящую воду, охлаждают, заправляют солью, тертым хреном и майонезом или растительным маслом по вкусу. Подают в охлажденном виде.

САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ

*Состав: капуста — 150 г, яблоко — 1 шт., репчатый лук — 112 шт., растительное масло — 1 ст. л., соль, ксилит, лимонная кислота по вкусу.*

Капусту шинкуют, заливают небольшим количеством кипящей воды, солят, добавляют лимонную кислоту и нагревают, непрерывно помешивая. Когда капуста осядет, ее откидывают на дуршлаг и охлаждают. Очищенный репчатый лук мелко нарезают. Яблоко натирают на крупной терке. Перемешивают, заправляют ксилитом, растительным маслом. Перед подачей на стол посыпают мелко нарезанной свежей зеленью.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ КОЛЬРАБИ С ОВОЩАМИ

*Состав: капуста кольраби — 150 г, помидор — 1 шт., репчатый лук — 1 шт., зелень, сметана или растительное масло — 1 ст. л., соль по вкусу.*

Капусту нарезают мелкой соломкой. Мелко режут головку репчатого лука, помидор, укроп. Смешивают нарезанную капусту с помидорами и ставят в холодное место на полчаса. Смешивают салат с приготовленным луком и зеленью, заправляют сметаной или растительным маслом.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ КОЛЬРАБИ И ЯБЛОК

*Состав: капуста кольраби — 150 г, яблоко — 1 шт., сметана или растительное масло — 1 ст. л., зелень, соль, ксилит по вкусу.*

Очищенную капусту кольраби и яблоки с кожурой мелко шинкуют, добавляют зелень петрушки, ксилит, соль, растительное масло, перемешивают и сразу же подают на стол.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ КОЛЬРАБИ И БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА

*Состав: капуста кольраби — 150 г, болгарский перец — 1 шт., репчатый лук — 1 шт., растительное мало — 1 ст. л., зелень, соль и лимонная кислота по вкусу.*

Капусту нарезают соломкой, репчатый лук — полукольцами. Болгарский перец очищают от зерен и мелко нарезают соломкой. Смешивают все овощи, солят по вкусу и добавляют лимонную кислоту и свежую зелень. Заправляют растительным маслом и подают к столу.

САЛАТ ИЗ ЛУКА-ПОРЕЯ И ВАРЕНОЙ СПАРЖЕВОЙ ФАСОЛИ

*Состав: лук-порей — 75 г, спаржевая фасоль (сорт стручковой фасоли) — 50 г, петрушка, растительное масло — 1 ст. л., соль по вкусу.*

Листья молодого лука-порея мелко нарезают, смешивают с мелко нарезанными стручками отваренной и охлажденной спаржевой фасоли. Добавляют мелко нарезанную зелень петрушки, растительное масло или майонез.

САЛАТ ИЗ СПАРЖЕВОЙ ФАСОЛИ И ГРИБОВ

*Состав: спаржевая фасоль — 100 г, грибы (шампиньоны) — 100 г, репчатый лук — 1 шт., майонез — 3 ст. л.*

Обжарить грибы с луком до готовности. Отварить фасоль в кипящей подсоленной воде. Остудить. Смешать, заправить майонезом. При желании можно добавить немножко ветчины.

САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ЯБЛОК

*Состав: репчатый лук — 1 шт., яблоки — 2 шт., сметана — 1 ст. л., соль по вкусу.*

Луковицу ополаскивают водой и мелко нарезают. Два яблока натирают или мелко.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И ОГУРЦОВ

*Состав: свекла — 1 шт., соленый огурец — 1 шт., чеснок — 2 дольки, сметана — 3 ст. л., соль по вкусу.*

Свеклу отваривают, чистят и трут на крупной терке. Мелко нарезают соленые огурцы, измельчают чеснок, добавляют в свеклу, солят и заправляют сметаной.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И ЯБЛОК

*Состав: свекла — 1 небольшая, яблоко — 1 шт., укроп, петрушка, сметана — 1 ст. л., соль, лимонная кислота по вкусу.*

Вареную свеклу нарезают соломкой, а яблоко кубиками, перемешивают, заправляют солью, лимонной кислотой, сметаной. Посыпают зеленью, украшают веточками петрушки.

САЛАТ ИЗ СВЕКОЛЬНОЙ БОТВЫ

*Состав: свекольная ботва — 100 г, зеленый салат — 30 г, петрушка, укроп, растительное масло — 1 ст. л., яйцо — 1 шт.*

Мелко нарезают свекольную ботву, зеленый салат, немного укропа и петрушки, добавляют подсолнечное масло и мелко порубленное вареное яйцо.

САЛАТ ИЗ ТОПИНАМБУРА (ЗЕМЛЯНАЯ ГРУША) И РЕДИСА

*Состав: топинамбур — 200 г, редис — 200 г, сметана — 2 ст. л., соль по вкусу.*

Топинамбур и редис натирают на крупной терке в равных долях, солят и заправляют сметаной.

САЛАТ ИЗ ТОПИНАМБУРА С ПОМИДОРАМИ

*Состав: топинамбур — 200 г, помидоры — 2 шт., чеснок — 2 дольки, майонез — 2 ст. л.*

Топинамбур натирают на крупной терке, помидоры мелко режут, добавляют толченый чеснок, солят и заправляют майонезом. Перед подачей на стол посыпают свежей зеленью.

САЛАТ ИЗ ТОПИНАМБУРА С ЯБЛОКАМИ

*Состав: топинамбур — 150 г, яблоко — 1 среднее, сметана — 1 ст. л., зелень петрушки и укропа, соль.*

Топинамбур натирают на крупной терке, добавляют измельченное яблоко, заправляют сметаной. Сверху посыпают зеленью.

САЛАТ ИЗ КАБАЧКОВ

*Состав: кабачок — 200 г, лук — 1 шт., помидор — 1 шт., сметана — 3 ст. л., зелень, цедра лимонная по вкусу.*

Кабачок моют и натирают на крупной терке, смешивают с мелко нарезанной луковицей, рубленой зеленью, тертой лимонной цедрой и заправляют сметаной.

САЛАТ ИЗ ПАСТЕРНАКА С ЯБЛОКАМИ

*Состав: пастернак — 100 г, яблоко — 1 шт., майонез — 1 ст. л., лимонная кислота, укроп и соль по вкусу.*

Корнеплоды пастернака натирают на крупной терке, смешивают с натертым яблоком, сбрызгивают лимонной кислотой, перемешивают, заправляют майонезом, солью, посыпают рубленым укропом.

САЛАТ ИЗ ТЫКВЫ

*Состав: тыква и соленый огурец — по 100 г, сметана — 2 ст. л.*

Тыкву и соленый огурец натереть на крупной терке и заправить сметаной.

САЛАТ АНГЛИЙСКИЙ

*Состав: отварное куриное мясо — 150 г, корень сельдерея — 100 г, соленый огурец — 1 небольшой, отварные шампиньоны — 50 г, сметана (майонез) — 3 ст. л., горчица — 1 ч. л.*

Охлажденное отварное куриное мясо нарезают тонкими ломтиками, шампиньоны отваривают и вместе с огурцом нарезают кусочками, сельдерей — соломкой. Перемешивают и заправляют сметаной с горчицей (или майонезом).

САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ГРИБОВ, КАРТОФЕЛЯ И СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ

*Состав: соленые грибы — 100 г, картофель — 2 шт., соленый огурец — 1 шт., зелень укропа, майонез — 3 ст. л.*

Соленые грибы, отварной картофель и соленые огурцы мелко нарезают, заправляют майонезом и посыпают измельченной зеленью укропа.

ЗАКУСКА ИЗ ОГУРЦОВ, ФАРШИРОВАННЫХ СВЕКЛОЙ И ХРЕНОМ

*Состав: огурец — 1 шт., свекла — 1 шт., хрен — 1 ст. л., зелень, сметана — 1 ст. л.*

Выбирают крупный огурец, разрезают его вдоль, вынимают мякоть. Перемешивают ее с натертыми свеклой и хреном. Фаршируют половинки огурцов, поливают сметаной, посыпают мелко нарезанным укропом.

ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ

*Состав: говядина — 250 г, репчатый лук — 1 шт., морковь — 1 шт., любая капуста — 200 г, лавровый лист, зелень, соль по вкусу.*

Мякоть говядины заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, затем варят на слабом огне. Остужают в бульоне и нарезают тоненькими ломтиками. Подавая на стол, дополняют овощным ассорти.

СТУДЕНЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ

*Состав: говядина — 0,5 кг, морковь — 3 шт., лук — 3 шт., желатин — 30 г, чеснок, зелень, соль, лавровый лист, перец душистый по вкусу.*

Говядину вместе с костями моют, заливают холодной водой и варят на слабом огне 4–5 часов. За час до готовности добавляют лук и морковь. Мелко рубят, отделив от костей. Вновь заливают бульоном, солят, добавляют специи, кипятят 15–20 минут, перед окончанием варки вливают замоченный желатин и растертый чеснок. Разливают в формочки. Подают с зеленью и хреном.

ПАШТЕТ МЯСНОЙ

*Состав: говядина — 250 г, морковь — 1 шт., лук — 2 шт., масло сливочное — 60 г, зелень, соль, специи по вкусу.*

Мясо отваривают, нарезают ломтиками, тушат 10–15 минут с поджаренным луком. Пропускают через мясорубку 2–3 раза, одновременно добавляя масло, вареную морковь, соль, специи. Формируют в виде рулета, охлаждают. Подают на стол, украсив зеленью.

ТЕЛЯТИНА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

*Состав: телятина — 500 г, горошек зеленый — 100 г.*

Отваривают телятину, остужают и нарезают тонкими пластинами. Выкладывают на тарелку, добавляют консервированный зеленый горошек.

ЯЗЫК ОТВАРНОЙ

*Состав: язык — 200 г, зелень, соль по вкусу.*

Язык моют, заливают холодной водой и варят на слабом огне. Перекладывают в холодную воду и снимают кожицу. Кипятят еще 10–15 мин. Охлаждают и нарезают ломтиками. Можно подать к нему натертый хрен чистый или со сметаной.

ЯЗЫК ЗАЛИВНОЙ

*Язык — 250 г, желатин — 10 г, лимон, огурец, зелень, яйцо для украшения.*

Язык заливают холодной водой и на слабом огне варят до готовности. Перекладывают в холодную воду и снимают кожицу. Кипятят еще раз 10–15 минут и из бульона и желатина готовят желе. На дно блюда наливают немного желе, охлаждают. Сверху кладут ломтики языка. Украшают зеленью, лимоном, яйцом, сваренным вкрутую, огурцом. Заливают сверху желе.

КУРИЦА ЗАЛИВНАЯ

*Состав: куриное мясо — 300 г, бульон — 250 мл, яйцо — 2 шт., дольки лимона, огурец — 1 шт., зелень, желатин — 10 г, соль, перец, лавровый лист по вкусу.*

Курицу отваривают и остужают в бульоне, потом отделяют мясо от костей. Растворяют в бульоне предварительно замоченный желатин. Аккуратно выкладывают мясо в формочку, украшают яйцом, лимоном, свежим огурцом, зеленью, заливают бульоном с желатином и охлаждают.

ЯЙЦА ФАРШИРОВАННЫЕ

*Состав: яйцо — 2 шт., ветчина — 30 г, укроп, петрушка, чеснок, майонез — 1 ст. л., соль по вкусу.*

Круто сваренные и охлажденные яйца разрезают вдоль пополам. Вынимают желтки, протирают их, смешивают с фаршем из вареной ветчины и мелко нарезанной зелени, чесноком. Фаршем наполняют яйца, заливают майонезом.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛУКОМ

*Состав: яйцо — 4 шт., репчатый лук — 1 шт., сметана — 3 ст. л., зелень петрушки и укропа, горчица и соль по вкусу.*

Яйца варят вкрутую, разрезают пополам вдоль, вынимают желтки. Репчатый лук мелко нарезают и пассеруют, добавляют сметану, горчицу и соль по вкусу. Затем все смешивают с протертыми через сито желтками. Приготовленной массой наполняют белки, выкладывают их на блюдо, посыпают зеленью петрушки и поливают сметаной.

ИКРА ИЗ СУШЕНЫХ ГРИБОВ

*Состав: грибы сушеные — 7–8 шт., лук — 2 шт., чеснок — 3–4 дольки, зелень петрушки и укропа, уксус 3 %-ный — 10 мл, соль и перец по вкусу.*

Сушеные грибы замачивают в воде на 4–5 часов, отваривают, дважды пропускают через мясорубку, перемешивают с жареным луком, добавляют немного грибного бульона и тушат на слабом огне 15–20 минут. Заправляют уксусом, солью, перцем, толченым чесноком, мелко нарезанным луком, петрушкой и укропом.

САЛАТ С РЫБОЙ

*Состав: рыба — 200 г, картофель — 1 шт., огурцы свежий и соленый — по 1 шт., яйцо — 2 шт., майонез — 3 ст. л., листья салата, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.*

Рыбу варят и освобождают от костей. Картофель, огурцы свежий и соленый, сваренные вкрутую яйца мелко нарезают. Добавляют измельченные листья салата и зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу. Заправляют майонезом.

САЛАТ ИЗ ЛОСОСЯ

*Состав: лосось или горбуша — 300 г, яйцо — 2 шт., лук — 1 шт., зелень петрушки или укропа, майонез — 3 ст. л.*

Варят рыбу, остужают и мелко нарезают. Смешивают с яйцами, сваренными вкрутую, и мелко нарезанным репчатым луком. Заправляют майонезом. Полученную массу выкладывают салатницу и посыпают зеленью петрушки и укропа.

ПАШТЕТ ИЗ ФАСОЛИ

*Состав: фасоль — 1 стакан, лук — 2 шт., растительное масло — 3 ст. л., уксус 3 %-ный — 2–3 ст. л., соль и перец по вкусу.*

Фасоль варят, протирают через сито или пропускают через мясорубку, смешивают с поджаренным луком. Добавляют соль, уксус, перец. Все хорошо перемешивают, выкладывают на тарелку и охлаждают.