

РУССКАЯ КУХНЯ

Очень просто!



ББК 36.997
Р89

Составитель *И. В. Довбенко*

Р 89 **Русская кухня** / Сост. И.В. Довбенко. — М.:
Эксмо; СПб.: Терция, 2007. - 64 с.

К сожалению, наши знания о русской кухне ограничиваются поговоркой: «Хлеб да каша — пища наша». Действительно, из всего многообразия этой богатейшей кухни мы довольствуемся незатейливыми щами, кашами да изредка, на Масленицу, блинами. А ведь русская кухня по количеству и разнообразию рецептов не уступает ни французской, ни китайской. Она имеет древнее происхождение и свои характерные особенности.

В этой книге вы найдете множество интересных рецептов. Вы сможете сами приготовить все те кушанья, которые в течение многих лет украшали столы наших предков.

ISBN 978-5-699-00054-8

www.infanata.org

© «Терция», составление, 2007
© «Терция», оформление, 2007
© ООО «Издательство «Эксмо», 2007

Предисловие

У каждого народа существуют выработанный веками ритуал еды, своеобразный свод правил о том, когда, сколько и что подавать на стол; как себя вести во время трапезы.

Не последнюю роль в формировании этих правил у русского народа играло складывавшееся в течение тысячелетий бережное отношение к продуктам питания. Как правило, доставались они нелегко, и для наших предков было характерно благоговейное, экономное отношение к ним. В русском крестьянском хозяйстве существовала почти безотходная технология использования продуктов питания, нашедшая отражение и закрепление в ритуале еды. Разработанный до мелочей, этот ритуал, несмотря на некоторый налет религиозности, в основе своей имел практическую цель: как можно рациональнее расходовать запас продуктов, исключить малейшую возможность их потери.

Режим питания русских людей складывался под влиянием самых разных факторов — экономических, природных, религиозных. Важное значение имели всевозможные запреты на еду. Так, россияне строго придерживались постов и мясоедов. В период постов запрещалось есть мясную и молочную пищу, в мясоед запрет снимался. Посты, как правило, основная масса населения соблюдала строго. На мясоед же люди давали волю своим желудкам. Безусловно, чередование постных и мясоедных периодов самым прямым образом сказывалось на режиме питания и традициях самой трапезы. Свою лепту вносили и разнообразные праздники, как церковные, так и домашние. Определенное представление о питании русских людей в



XVII–XVIII веках дает Домострой – этот своеобразный устав, регламентирующий до мелочей жизнь россиян.

За крестьянским столом

Стол крестьянских семей даже среднего достатка был скромнее и однообразнее, чем у горожан. Щи, каша, молоко, черный хлеб да чай – вот, пожалуй, и все «разносолы» сельского труженика. Режим питания крестьян зависел главным образом от того, как складывался рабочий день. Например, летом, когда крестьяне много работали в поле, питание было четырех- или даже пятиразовое, если, конечно, считать за самостоятельную трапезу кружку молока и ломоть хлеба.

Каждая трапеза проходила в строго определенный час. За столом у всякого было свое место. Хозяин дома садился первым, за ним все остальные домочадцы. Мытье рук перед едой считалось обязательным. Перед тем как сесть за стол, каждый должен был перекреститься. Правила поведения за столом были довольно строгими: нельзя было стучать или скрести ложкой о посуду, бросать остатки пищи на пол, громко разговаривать, смеяться. Все это свидетельствует о том, с каким почтением русские люди относились к хлебу насущному. На столе в русском доме постоянно лежал хлеб, рядом стояла солонка. Думается, что этим хозяева хотели показать свое гостеприимство, а также то особое положение, которое отводилось столу в доме.

Пир на весь мир



усаживаемся за стол. Откуда же взялась эта традиция? Она берет свое начало в языческих обрядах и – позднее – в культовых пиршествах. Едва ли не самыми древними из них являются погребальные пиры, так называемые тризны.

Одним из первых упоминаний о погребальном пире находим в летописном сказе о мудрой княгине Ольге, которая коварно использовала тризну для отмщения древлянам за убитого ими князя Игоря.

Более поздние источники содержат уже многочисленные упоминания о пирах, устраиваемых русскими князьями в ознаменование важных политических событий: в честь военных побед, по случаю вокняжения нового князя, освящения храма, дипломатических приемов, церковных торжеств и праздников и пр.

В первые столетия после принятия христианства пиры носили «демократический» характер. На пир сходились и съезжались люди всех сословий: князья, бояре, гости – купцы, посадские люди, поповичи, крестьяне, и чем почетнее был пир, тем большей разнородностью отличался состав гостей. На пиру мерялись богатырской силой, удалью, службой и всяким добром, короче, всем, чем можно похвастаться перед людьми. Сами великие князья потчевали гостей, ели и пили вместе с ними. Чем больше утрачивали пиры свои демократические основы, тем пышнее и роскошнее они становились. По обилию яств и «питий» пиршества наших сановитых предков не уступали знаменитым древнеримским оргиям. Изощренное чревоугодничество пировавших и гастрономическая фантазия кулинаров не знали пределов.

В XVI веке великокняжеские, царские, а затем и боярские пиры начинались с жаркого, преимущественно с жареных лебедей.

Если по каким-либо причинам их не было на столе, это считалось обидным для гостей и расценивалось как недостаточное к ним уважение.



В XVII веке пиры стали начинать студнем, икрой и другими холодными закусками, затем подавали жидкие горячие кушанья, а уж потом вареное и жаркое. Век спустя в домах вельмож званый обед открывали окорока, колбасы, соленья, холодные мясные и рыбные кушанья, за ними следовали похлебка, жаркое, и завершался обед сладостями.

Всегда высоко ценились на Руси разные блюда из рыбы. Русские повара достигли в своем искусстве такого совершенства, что, подобно магам, могли «превращать» рыбу в петухов, кур, гусей, уток, не только придавая блюдам форму этих птиц, но даже имитируя их вкус. Такие кушанья называли поддельными: «поддельный заяц», «поддельный гусь» и т. д.

В боярских и богатых княжеских домах на пирах подавалось от 50 до 100 различных кушаний.

Не только сильные мира сего любили попить. Мужики рангом пониже царей, бояр и сановного духовенства также не отказывали себе в удовольствии собраться «всем миром» за праздничным столом, благо поводов для застолий всегда было достаточно.

Движимые потребностью в дружеском непринужденном общении, на пирушки сходились «черные» посадские люди и крестьяне. Материальный достаток многих из них не позволял устроить большое застолье у себя в доме, но это не служило препятствием.

Люди объединялись в «братчину» или, как еще говорили, «в ссыпчину», внося в «общий котел» свою долю продуктов. Пировляне выбирали особого «пирового старосту», который руководил всеми хозяйственными приготовлениями к пиру и был его ведущим. Проводили такие пиры, как правило, в специально отобранных так называемых «пировых избах».

Вот, оказывается, откуда пошли наши современные «вечеринки вскладчину», а «пировой староста» превратился в тамаду.

ВЫПЕЧКА И МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Роль хлеба в жизни русских людей была настолько велика, что в неурожайные годы в стране начинался голод, несмотря на достаток животной пищи. Российские леса отличались изобилием зверья и птицы, а реки — рыбы и водоплавающих. Однако, как свидетельствуют многие источники, мясо для русских не заменяло хлеб, они почти нисколько не ценили животную пищу.

Пожалуй, никакое другое блюдо русской кухни не сравнится по популярности в народе с блинами. Блины пекли на все праздники, но в первую очередь это было обязательным угощением на масленицу. Сегодня мы печем блины из пшеничной муки, хотя исконно русские блины — из гречишной.

Русская кухня знает массу самых разнообразных рецептов пирогов. Пироги отличались по составу теста (дрожжевые, сдобные, пресные, слоеные и т. д.), форме (открытые, закрытые, круглые, квадратные и т. д.), начинке, способу кулинарной обработки (печеные, жареные). Самый знаменитый закрытый закусочный пирог — кулебяка. Считается, что классическая кулебяка обязательно должна быть с рыбой, но это вовсе не обязательно. Большой популярностью у россиян всегда пользовались расстегаи — пирожки, у которых сверху имеется специальное отверстие. Подавались эти пирожки, как правило, к рыбному бульону, и чтобы пирожок был сочнее, немного бульона заливали и в отверстие пирожка. Без курника, куполообразного пирога, не обходилась ни одна свадьба. Как известно,



кураца являлась символом плодородия. Ватрушки — открытые пирожки с творожной начинкой. Ниже приведены традиционные для русской кухни рецепты хлеба, блинов и пирогов.



Ситный хлеб

4 стакана пшеничной муки, 25 г дрожжей, 1 1/2 стакана молока или воды, 1 ч. ложка соли.

Дрожжи размешать вместе с солью в теплом молоке (воде), положить 3 стакана муки и дать тесту подняться. Оставшуюся муку подсыпать, так чтобы получить очень крутое тесто. Сделав продолговатые хлебы, слегка смочить их водой, дать еще раз подняться, и печь их сначала в умеренном, потом более сильном жару 3—4 ч.



Черный хлеб

1 кг ржаной муки, 2 стакана воды, 20 г дрожжей, 2 ч. ложки соли.

Дрожжи развести в чуть теплой воде, смешать с третьей частью муки и поставить в теплое место на 12—14 ч. Хорошо вымешать подошедшую опару, всыпать оставшуюся муку и соль, еще раз перемешать и снова поставить в теплое место.

Когда тесто подойдет, сформовать хлеб, поверхность слегка смочить водой и положить его на смазанный маслом противень.

Выпекать при умеренной температуре в течение 1–1,5 ч. Готовый хлеб слегка смочить водой.



Постные блины

4 стакана гречневой муки, 4 1/2 стакана молока, 20–25 г дрожжей, соль по вкусу (здесь и далее в рецептуру не включено масло для смазывания сковороды. Перед тем как вылить на сковороду тесто, ее смазывают 1 ч. ложкой растительного масла).

В 1/2 стакана теплого молока развести дрожжи. Добавить еще 1 1/2 стакана молока. Непрерывно помешивая, всыпать туда 2 стакана муки. Тесто хорошо размешать. Накрыть кастрюлю полотенцем, поставить в теплое место.

Когда тесто увеличится в объеме в 2–3 раза, добавить остальную муку, молоко, соль, перемешать и вновь поставить в теплое место. После того как тесто снова поднимется, можно начинать печь блины. Зачерпывать тесто из кастрюли нужно очень осторожно, чтобы оно не опало. От этого зависит пухлость, рассыпчатость блинов.



Сдобные гречневые блины

2 стакана гречневой муки, 2 стакана пшеничной муки, 4 стакана молока, 3 яйца, 1/2 стакана сливок, 1 ст. ложка сахара, 25–30 г дрожжей, 2 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

В эмалированную кастрюлю насыпать гречневую муку, влить 2 стакана теплого молока, предвари-



тельно разведя в нем дрожжи. Все размешать и поставить в теплое место. Когда тесто поднимется, размешать его деревянной ложкой, влить остальное молоко, всыпать пшеничную муку и перемешать. Тесто снова поставить в теплое место. После того как оно подойдет, добавить яичные желтки, растертые с 2 ст. ложками растопленного масла, сахаром, солью. Все хорошо перемешать. Взбить сливки, добавить к ним яичные белки и еще раз взбить. Размешать с тестом и поставить в теплое место на 15–20 мин. Выпекать блины обычным способом.



Овсяные блины

1 1/2 стакана пшеничной муки, 2 1/2 стакана овсяной муки, 3 стакана молока (или воды), 1/2 стакана сливок, 3 яйца, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки сливочного масла, 30 г дрожжей, соль по вкусу.

Влить в кастрюлю теплое молоко, развести в нем дрожжи. Смешать в миске пшеничную и овсяную муку и, всыпав ее в кастрюлю с молоком, размешать. Дать опаре подняться. В подошедшее тесто добавить растертые с солью и сахаром яичные желтки, размягченное масло, все хорошо размешать. Отдельно взбить яичные белки, сливки, соединить их, затем осторожно ввести в тесто. Дать тесту снова подойти и выпекать блины обычным способом.



Блины с припеком

10 Эти блины были очень распространены в старые времена. В качестве припека-начинки использовались



самые разнообразные продукты: рубленые яйца, грибы, ливер, рыба и др. Выпекать эти блины можно разными способами. Вот самый простой способ: на разогретую смазанную маслом сковороду налить теста меньше, чем обычно. Когда блин снизу слегка зарумянится, на него положить припек, залить его новой порцией теста так, чтобы припек оказался внутри. Блин перевернуть на другую сторону и обжарить.

Припек можно положить и непосредственно на разогретую сковороду, а затем сверху залить тестом. Если же блины печь в русской печи, то лучше припек запечь на необжаренной стороне блина открытым.

В качестве наполнителя в тесто для блинов можно включать различные овощи. Способ приготовления блинов с разными овощными добавками практически ничем не отличается от описанных.



Дрожжевое сдобное тесто для пирогов

4 стакана муки, 2 ст. ложки сахара, 8 ст. ложек растительного масла, 4 яйца, 20 г дрожжей, $1/2$ ч. ложки соли, 1 $1/2$ стакана молока (или воды).

Опарный способ приготовления теста. В воду или молоко, подогретые до 30–35° С, положить дрожжи, разведенные в небольшом количестве воды, всыпать часть муки ($1/3$ полагающегося по рецептуре количества) и размешать до образования однородного теста. Опару сверху посыпать мукой и поставить для брожения в теплое место.

Продолжительность брожения опары составляет 2–3, а иногда и 4 ч, это зависит от количества и качества дрожжей и муки, температуры окружающей среды. Когда брожение опары закончится, она начнет опадать. Поэто-



му нельзя упустить момент, когда опара находится в своем «наивысшем» состоянии. В готовую опару влить оставшееся молоко или воду (жидкость должна быть подсоленной). Затем добавить сахар, яйца, муку и месить тесто до тех пор, пока оно не станет гладким, тягучим и будет легко отлипать от рук и стенок кастрюли. В конце добавить растительное масло и все снова месить, пока масло не соединится с тестом.

Замешанное тесто нужно опять поставить бродить на 1,5–2 ч. По мере увеличения теста в объеме его следует несколько раз обмять — это ускоряет «созревание» теста. Вообще же время его приготовления составляет около 4–5 ч.

Безопасный способ приготовления теста. При этом способе все компоненты замешиваются сразу. В теплой воде (30–35° С) растворить дрожжи, сахар, добавить яйца, всыпать муку и замесить тесто. Далее все следует делать так же, как и при приготовлении опарного теста.



КULEБЯКА

Для теста: 2 $\frac{1}{2}$ стакана муки, 25–30 г дрожжей, 1 $\frac{1}{2}$ стакана молока, 5 ст. ложек сливочного масла, 1–2 яйца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли, сахар по вкусу.

Для начинки: 400 г филе щуки, 300 г филе любой жирной рыбы, 1 стакан риса, 2 $\frac{1}{2}$ стакана воды, 1 ст. ложка растительного масла, 3 яйца, 2 ст. ложки толченых сухарей, 1 ст. ложка сметаны, $\frac{1}{3}$ стакана молока, 1 луковица, молотый перец, соль по вкусу.

Приготовить дрожжевое тесто опарным способом. Сварить рисовую кашу. Когда каша остынет, выложить ее в смазанную маслом сковороду и запечь в духовке, чтобы каша слегка подрумянилась.



Филе щуки два раза пропустить вместе с луком через мясорубку. После этого добавить 2 мелко нарубленных сваренных вкрутую яйца, сухари, сметану, перемешать полученный фарш.

Подошедшее тесто раскатать овальной лепешкой толщиной в палец. По ее центру продолговатой горкой уложить слоями рыбный фарш и рис, потом кусочки рыбного филе и снова фарш и рис. Края лепешки завернуть и защипать над фаршем. Украсить пирог фигурками из теста.

Подготовленную таким образом кулебяку поставить в теплое место на 15–20 мин. Затем смазать ее яичным желтком и сделать несколько проколов вилкой. Это необходимо для выхода пара во время выпекания.

Температура духовки должна быть 210–220° С. Время выпекания пирога зависит от толщины теста и вида фарша.



Растегай обыкновенный

2 1/2 стакана муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 25–30 г дрожжей, 300 г филе щуки, 300 г семги (щуку и семгу можно заменить другой рыбой, например морским окунем, треской, сомом (кроме морского), судаком, сазаном), 3 яйца, 1 ст. ложка толченых сухарей, 1 1/4 стакана молока, 2–3 щепотки черного молотого перца, соль по вкусу.

Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку и замесить тесто. Дать ему подняться, затем положить в него 2 яичных желтка, 2 ст. ложки масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.

Филе щуки мелко изрубить, посолить, поперчить и обжарить на масле.

Поднявшееся вторично тесто раскатать и стаканом или чашкой вырезать из него кружки. На каждый



кружок положить фарш из шуки, а на него — тоненький ломтик семги. Концы пирожков аккуратно защипать таким образом, чтобы середина оставалась открытой.

Подготовленные расстегаи уложить на смазанный маслом противень и дать им расстояться в течение 10–15 мин. После этого каждый пирожок смазать яйцом и обсыпать сухарями. Выпекать расстегаи следует в духовке, предварительно нагретой до температуры 210–220° С.



Расстегай московский с грибами и рисом

Для фарша: 200 г сушеных грибов, 1 луковица, 2–3 ст. ложки маргарина, 1/2 стакана риса, черный молотый перец и соль по вкусу.

Готовить эти расстегаи так же, как и предыдущие. Они различаются только начинкой. Грибы отварить, откинуть на дуршлаг, тщательно промыть, пропустить через мясорубку или порубить.

Лук мелко нашинковать и обжарить вместе с грибами в течение 5–7 мин. После этого жареные грибы с луком охладить, смешать с отваренным рассыпчатым рисом, посолить, поперчить по вкусу.



Курник свадебный

Для теста: 3 стакана муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 1/3 ч. ложки соды, 2 ст. ложки сметаны, 1/2 стакана молока, сахар, соль по вкусу.



Для блинчиков: $\frac{1}{2}$ стакана муки, 1 ч. ложка сахара, 1 яйцо, $\frac{1}{3}$ стакана молока, соль по вкусу.

Для первого слоя фарша: $\frac{1}{4}$ стакана риса, 1 яйцо, 1 ст. ложка сливочного масла, 2–3 ст. ложки рубленой зелени петрушки, соль по вкусу.

Для второго слоя фарша: 450–500 г мякоти курицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка муки, 3–4 ст. ложки куриного бульона.

Для третьего слоя фарша: 150 г свежих грибов, 1 ст. ложка сливочного масла.

Замесить пресное сдобное тесто: в теплом молоке размешать соль, сахар, половину муки. Затем добавить остальную муку, соду и быстро размешать до получения однородной массы. Влить в нее сметану, масло и снова размешать. Полученное тесто разделить на две части. При этом одна из них должна быть немного меньше другой. Раскатать из меньшей части теста круглую лепешку.

Замесить тесто для блинчиков и напечь тонкие блинчики.

Первый слой фарша: сварить рассыпчатую рисовую кашу, добавить в нее вареное рубленое яйцо, зелень, масло, соль и все перемешать.

Второй слой фарша: вареную куриную мякоть нарезать на маленькие кусочки, муку обжарить с маслом, влить в нее немного бульона, в котором варилась курица, и, положив в этот соус кусочки курицы, прокипятить их в течение 5–10 мин.

Третий слой фарша: грибы (желательно белые) нарезать кусочками, обжарить в масле и заправить тем же соусом, что и курицу.

На лепешку из теста плотно уложить слой выпеченных блинчиков, на них – куриный фарш, снова слой блинчиков, на них – грибной фарш и т. д. Верхний слой должен быть из рисового фарша. При этом фарш и блинчики нужно укладывать таким образом, чтобы по-



лучился холмик. Этот холмик обложить со всех сторон блинчиками.

Раскатать из теста вторую лепешку побольше. Сделать в ней 4 равных разреза от центра к краям лепешки и накрыть ею фарш. Края верхней и нижней лепешек защипать у основания. На поверхности курника защипать грани по линиям надрезов. Сделать из теста украшения и уложить их на курник. Смазать его яйцом, в нескольких местах проколоть вилкой и выпекать в духовке при температуре 200–210° С.



Ватрушки

Для начинки: 300 г творога, 2 яйца, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка муки, 6 г ванильного сахара, соль по вкусу.

Приготовить опарное тесто (см. с. 11). Творог протереть через сито, добавить сахар, сырое яйцо, слегка обжаренную на сухой сковороде муку, соль, ванильный сахар. Все продукты хорошо перемешать до получения густой однородной массы.

Тесто раскатать в длинный жгут, разрезать на 20 равных кусочков, скатать их в шарики и уложить на смазанный маслом противень.

После 10–15-минутной расстойки теста сделать доньшком стакана или пестиком в каждом шарике углубление. Смазать края ватрушки яйцом, а в углубление ложкой ровным слоем выложить творожную начинку.

Снова дать тесту небольшую расстойку и уже затем выпекать ватрушки в духовке, разогретой до температуры 220–240° С. Готовые ватрушки смазать по краям сливочным маслом.

ПЕЛЬМЕНИ И КАШИ

Когда в русской кухне появились пельмени – сказать трудно. Возможно, в те далекие годы, когда русские первопроходцы пришли в Приуралье. Здесь у местного населения и научились они готовить «хлебное ухо». Со временем это блюдо стало привычным для русских, особенно оно любимо в Сибири. Традиционная начинка для пельменей – мясная, но в русской кухне их готовят и с рыбой, и с грибами.

Каша как самое распространенное блюдо использовалась в качестве обрядового кушанья. Часто каша была единственной едой молодых на свадебном пиру. Свадебный пир в Древней Руси так и назывался – кашей. Кашу варили и при заключении мирного договора между враждующими сторонами. Кашей называли не только крупяные блюда, а вообще все, что варилось из измельченных продуктов: хлебные каши, рыбные каши, с картофелем и т. д. Среди круп самой почитаемой была гречка.



Тесто для пельменей

2 стакана муки, $\frac{1}{2}$ стакана молока, $\frac{1}{3}$ стакана воды, 1 ч. ложка растительного масла, 1 яйцо, соль по вкусу.

Смешать воду с молоком и солью. Насыпать муку на стол горкой. Сделать в ней углубление и, вливая воду с молоком, замесить тесто. В конце добавить масло. Тесто очень тонко раскатать скалкой и затем вырезать из него

17



кружочки. Положить немного фарша на каждую лепешку и защипать края. В кастрюле вскипятить подсоленную воду и по одному опустить в нее пельмени. Когда пельмени всплывут, вынуть их из воды.



Пельмени сибирские

300 г говядины, 300 г свинины, 1 луковица, 2–3 дольки чеснока, $\frac{2}{3}$ стакана молока, перец и соль по вкусу.

Пропустить говядину, свинину, лук и чеснок через мясорубку, посолить, поперчить, добавить молоко и хорошо размешать фарш. Приготовить тесто и слепить пельмени.



Грибные пельмени

80 г сушеных грибов, 400 г филе рыбы, 2 луковицы, $\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, молотый перец, соль по вкусу.

Грибы промыть, залить водой и сварить. Пропустить через мясорубку филе рыбы, грибы, лук, все перемешать и обжарить до готовности на сковороде с маслом.

Далее готовить пельмени обычным способом.



Пельмени дальневосточные

250 г свинины, 300 г филе рыбы (горбуша, кета), 2 луковицы, 1 яйцо, $\frac{1}{4}$ стакана воды, черный молотый перец и соль по вкусу.



Рыбу, свинину и лук дважды пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, перец, соль, воду и перемешать. Далее готовить пельмени обычным способом.



Каша с луком и шпиком

4 стакана рассыпчатой каши (гречневой, пшенной, пшеничной, рисовой), 2 луковицы, 150 г шпика.

Лук мелко нашинковать, обжарить со шпиком, нарезанным мелкими кубиками, и перемешать с горячей кашей.



Крупеник

4 стакана рассыпчатой пшенной или гречневой каши, 400 г творога, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, молотые сухари, сахар, соль по вкусу.

Смешать кашу, протертый творог, яйца, масло, сахар, соль. Массу выложить ровным слоем на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями. Сверху полить сметаной. Выпекать до образования румяной корочки.



Каша пшенная с черносливом

1–1 $\frac{1}{2}$ стакана пшена, $\frac{1}{2}$ стакана чернослива, 2 ст. ложки сливочного масла, сахар, соль по вкусу.



Чернослив перебрать, промыть, залить горячей водой и сварить. Отвар слить, добавить к нему воду, соль, сахар, всыпать крупу и сварить кашу.

Разложить готовую кашу по тарелкам, в каждую из них добавить чернослив и сливочное масло.



Каша «пуховая»

2 стакана гречневой крупы, 7 яиц, 4 стакана молока, 1–2 ст. ложки сливочного масла, 2 стакана сливок, 3 ст. ложки сахара.

Гречневую крупу перетереть с 2 сырыми яйцами, разложить на противень и высушить в духовке. Сварить на молоке рассыпчатую кашу, добавить масло и, когда она остынет, протереть ее через сито на блюдо.

Приготовить заправку: сливки вскипятить с сахаром. У оставшихся яиц осторожно отделить желтки, взбить их, смешать с остывшими сливками. Поставить смесь на огонь и нагревать, помешивая, до загустения.

Готовую кашу перед подачей полить заправкой.



Гурьевская каша

1/2 стакана манной крупы, 2 стакана молока, 1/2 стакана измельченных грецких орехов или цукатов, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки сливочного масла, 10 абрикосов, 2 яйца, соль, ванилин по вкусу.

Для соуса: 10 абрикосов, 2 ст. ложки сахара, 2–3 ст. ложки воды.



В кипящее молоко добавить соль и постепенно, тонкой струйкой всыпать манную крупу, постоянно помешивая. Готовую кашу немного охладить. Добавить в нее растертые с сахаром желтки яиц и взбитые в пену белки, а также обжаренные на сливочном масле ядра грецких орехов, осторожно перемешать.

В смазанную маслом массивную (с толстым дном) сковороду выложить слой каши. На него положить очищенные от косточек абрикосы и накрыть их молочными пенками, затем вновь уложить слой каши. (Для приготовления пенок налить в широкую мелкую кастрюлю молоко и поставить кастрюлю в разогретую духовку. По мере образования пенок их необходимо периодически снимать.) Сверху кашу обсыпать сахарной пудрой и прижечь раскаленным металлическим прутом (ножом, спицей) так, чтобы на поверхности образовались полосы.

Поместить кашу в духовку и запечь до образования золотистой корочки. Готовое блюдо обсыпать орехами, украсить фруктами, цукатами и подать в той же посуде, в которой оно готовилось. Соус подавать отдельно — можно и холодным, и горячим.

Готовят его так: абрикосы без косточек измельчить, смешать с сахаром, добавить воду и варить до тех пор, пока фрукты не разварятся.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Жидкие блюда русской кухни первоначально называли не супами, а хлебным, похлебками. Мы не встретим слово «суп» в древней русской литературе. Даже в более поздних источниках, какими являются Домострой и «Росписи царским кушаньям», оно не упоминается. Зато здесь много таких названий, как «шти», «варево», «похлебка».

Ассортимент русских супов очень широк. Его составляют две большие группы: горячие и холодные супы. К горячим относятся щи, борщи, рассольники, солянки, уха, разные овощные супы, молочные, крупяные и т. д. Холодных супов в русской кухне значительно меньше. Исстари их готовили на квасе. Очень вкусны и полезны такие холодные русские супы, как окрошка, свекольник.



Щи из свежей капусты

500–700 г мяса с костью, 2 л воды, 700 г белокочанной капусты, 2 клубня картофеля, 1 репа, 1 крупная морковь, 1 корень петрушки, 1 крупная луковица, 1 ст. ложка томата-пюре или 2 помидора, 2 ст. ложки жира, 2–3 лавровых листа, 2–3 горошины черного перца, зелень, соль по вкусу.

В открытой кастрюле на слабом огне поставить варить мясо с костью (чтобы бульон был наваристее, мясо положить в холодную воду). Снять с кипящего бульона накипь и влить в него ложку холодной воды.



Операцию повторять до тех пор, пока накипь не перестанет образовываться. Варить бульон около 2–2,5 ч (до полуготовности).

Нарезать шашечками или соломкой капусту, опустить ее в бульон. Когда бульон вновь закипит, положить в него нарезанный дольками или брусочками картофель.

Мелко нарезанные репу, морковь, корень петрушки и лук слегка обжарить в жире с томатом-пюре, заправить ими щи и варить их 15–20 мин. За 5 мин до окончания варки добавить перец, лавровый лист и соль. Одновременно со специями можно положить 2–3 дольки чеснока, растертого с солью. Если вместо томата-пюре взяты свежие помидоры, то их нужно класть в кастрюлю перед окончанием варки.

Готовые щи разлить в тарелки, положить в каждую по кусочку мяса, сверху посыпать зеленью.



Суточные щи

2–3 кости от свиных сырокопченостей, 500–600 г квашеной рубленой капусты, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 1/2–2 л бульона, 1 морковь, 1 луковица, 4 ст. ложки томата-пюре, 1 корень петрушки, 3 ст. ложки жира, зелень, специи, чеснок, лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Капусту потушить с жиром и костями, добавив 1/2 ст. ложки томата-пюре. После 1,5–2 ч тушения выложить ее в кастрюлю с бульоном и варить 1 ч. За 30 мин до окончания варки добавить обжаренные с томатным пюре коренья, а за 10–15 мин – специи, мучную пассеровку, соль. В готовые щи положить 2–3 дольки чеснока, растертого с солью.

Вкусные щи получаются, если их настоять в глиняном горшочке. Для этого кастрюлю со щами снять с огня сразу же после добавления специй, то есть за 10 мин



до окончания варки и разлить щи в глиняные порционные горшочки (емкостью 0,5 л). В каждый горшочек положить по кусочку мяса и дольки чеснока, растертого с солью. Сверху горшочек покрыть куском раскатанного пресного сдобного теста, смазать тесто яйцом и запечь в духовом шкафу. Когда лепешка-крышка подрумянится и станет выпуклой, щи готовы.



Щи зеленые

400 г шпината, 200 г щавеля, 2 л бульона или воды, 1 морковь, 1 пучок петрушки, 1 луковица, 3–4 клубня картофеля, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного или топленого масла, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 1 ст. ложка муки, 2–3 лавровых листа, 6 горошин черного перца, соль по вкусу.

Шпинат перебрать, промыть в большом количестве воды 2–3 раза (воду не сливать, а вынуть из нее зелень, чтобы песок не остался на листьях). Так же подготовить щавель. Сварить шпинат в большом количестве воды, не закрывая кастрюлю крышкой. Откинуть его на сито, промыть холодной водой и пропустить через мясорубку.

Щавель промыть, отжать и тушить с маслом до мягкости, затем пропустить через мясорубку. Пюре шпината и щавеля соединить, добавить разведенную отваром шпината мучную пассеровку, половину всего количества сметаны и прогреть в течение 15–20 мин. Мелко нарезанные лук и морковь обжарить на масле до образования у лука золотистой окраски. Картофель нарезать тонкими ломтиками. В кипящий мясной бульон положить картофель, а через 15–20 мин – протертую зелень, пассерованные морковь и лук, варить 15–20 мин. За 5–10 мин до окончания варки добавить лавровый лист, перец, соль.

В тарелку с зелеными щами положить кусочек мяса, половину вареного яйца, зелень, сметану.



Щи из крапивы

600–700 г молодой крапивы, 200 г щавеля, 1 ст. ложка муки, остальные продукты те же, что и для щей зеленых.

Молодую крапиву промыть в холодной воде, опустить на 2–3 мин в кипяток, откинуть на сито, облить холодной водой, обсушить и пропустить через мясорубку. Подготовленную крапиву тушить с маслом 10–15 мин. Репчатый лук с морковью измельчить и обжарить на масле.

В кипящий бульон положить крапиву, пассерованные лук и морковь, варить 20–25 мин. За 10 мин до окончания варки добавить пассерованную муку, разведенную бульоном, нарезанные листья свежего щавеля, специи, соль.



Борщ основной

2 крупные свеклы, 200–250 г белокочанной свежей или квашеной капусты, 1–2 моркови, 1 корень петрушки, 1–2 луковицы, 1 ст. ложка томата-пюре или 2 свежих помидора, 4 дольки чеснока, 2 ст. ложки жира, 100 г сала (шпика), 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, 1 1/2–2 л воды, соль по вкусу.

В кипящий бульон или воду опустить нашинкованную свежую капусту и варить 10–15 мин. Свеклу потушить или спассеровать с овощами, положить в бульон и варить до готовности. За 10–15 мин до окончания



варки добавить соль, специи, сахар, а за 5 мин — заправить борщ чесноком, растертым с салом, и кусочками шпика.



Борщ сборный

200 г говядины, 100 г ветчины, 200 г гусятины, 2 свеклы, 250 г свежей капусты, 1 луковица, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 2 л воды, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла.

Уложить мясные продукты в кастрюлю и залить их водой так, чтобы ее объем в два раза был больше объема мяса. Поставить кастрюлю на огонь и варить до полуготовности. Свеклу натереть на крупной терке и обжарить на масле до мягкости. В конце добавить в свеклу лук и муку, смешанные с бульоном, хорошо перемешать и прогреть. В кипящий бульон положить крупно нашинкованную капусту, примерно через 10–15 мин — свеклу и варить до полного размягчения продуктов.



Рассольник домашний

200 г свежей капусты, 3–4 клубня картофеля, 1 морковь, 2–3 корня петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 2 соленых огурца, 2 ст. ложки сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана огуречного рассола, 1 $\frac{1}{2}$ л воды или бульона, соль по вкусу.

Корни петрушки, сельдерея, лук промыть, нашинковать соломкой и обжарить. Соленые огурцы припустить в бульоне. Картофель нарезать брусочками,



капусту — соломкой. В кипящий бульон положить капусту, как бульон снова закипит — картофель, через 5–7 мин — пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5–10 мин до окончания варки добавить соль, специи, заправить огуречным рассолом.



Солянка донская

250–300 г осетрины, 300–350 г голов любой крупной речной рыбы, 1,5–2 л рыбного бульона, 1 морковь, 1 луковица, 2 соленых огурца, 1 ст. ложка каперсов, 2–3 помидора, 1 ст. ложка томата-пюре, 2 ст. ложки сливочного масла, маслины, $1/2$ лимона, зелень, перец и соль по вкусу.

Сварить из голов концентрированный рыбный бульон и процедить. Морковь нарезать кружочками, а лук — кольцами и обжарить в масле, добавив в конце томат-пюре. Соленые огурцы припустить в бульоне. В кипящий бульон положить подготовленные овощи, ошпаренные порционные куски осетрины, припущенные соленые огурцы, каперсы и варить до готовности рыбы.

За 5–10 мин до окончания варки опустить в солянку нарезанные кружочками свежие помидоры, соль, специи. В тарелку положить куски осетрины, маслины, кружочек лимона и зелень.



Уха рыбацкая

400 г потрошеной рыбной мелочи, 250 г судака, 200 г налима, 1 л воды, 5–6 клубней картофеля, 2–3 луковицы, 1 корень петрушки, 10–12 горошин черного



перца, 1 пучок зелени, лавровый лист, 4–5 ст. ложек сливочного масла, соль по вкусу.

Мелкую рыбу положить в марлю и завязать узлом. Залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, добавить корень петрушки, лук, соль, лавровый лист и варить 1 ч на слабом огне. Марлю с рыбой вынуть. В кипящий бульон опустить нарезанные картофель, лук, зелень и варить до полной готовности. За 15 мин до окончания варки в уху заложить порционные куски рыбы. В тарелки с готовой ухой положить сливочное масло и зелень.



Уха ростовская

200 г судака, 400 г рыбной мелочи, 2 л воды, 4–5 клубней картофеля, 1 большая луковица, 3–4 помидора, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 пучок петрушки, специи, соль по вкусу.

Из рыбной мелочи в марле сварить бульон. В кипящий бульон положить нарезанные картофель и лук. За 10–15 мин до окончания варки добавить куски судака, затем нарезанные дольками помидоры и специи. Перед подачей на стол уху заправить маслом, зеленью.



Окрошка

Для кваса: 80 г ржаного хлеба, 2 ст. ложки сахара, 3 г дрожжей, 2 л воды.

Для окрошки: 1 1/2 л кваса, 2 яйца, 1 ч. ложка горчицы, 1 ст. (без верха) ложка сахара, 2 свежих



огурца, 150–200 г зеленого лука, зелень петрушки или укропа, хрен, соль по вкусу.

Мясной набор: 200 г вареной говядины, 120–150 г вареной телятины, 100–150 г ветчины.

Рыбный набор: 200 г вареной рыбы (желательно разных видов).

Хлеб нарезать ломтиками и обжарить до темно-коричневого цвета. Залить горячей (80° С) кипяченой водой и оставить на 4 ч. Настой процедить, добавить сахар, дрожжи (предварительно разведенные водой) и поставить в теплое место на 8 ч. Готовый квас процедить и вынести на холод.

Приготовить окрошку следующим образом. Сварить вкрутую яйца, остудить, разделить белки от желтков. Желтки положить в миску, где будет готовиться окрошка, растереть с горчицей, сахаром, солью и хреном и смешать с $1/2$ стакана кваса. Мясо или рыбу мелко порубить и положить в миску с заправкой. Туда же покрошить огурцы, зеленый лук, белки яиц. Влить в миску 2 стакана кваса, хорошо, но осторожно размешать, слить в посуду с плотной крышкой и на 2–3 ч поставить в холодильник. Перед подачей на стол влить в окрошку оставшийся квас. В тарелку с окрошкой положить ложку сметаны или растительного масла и зелень.



Свекольник постный

1 $1/2$ л кваса, 4–5 сушеных грибов, 3 свеклы, 2 клубня картофеля, 2–3 соленых огурца, 100–120 г зеленого лука, 1 пучок укропа, тертый хрен, сахар, перец, соль по вкусу.

Свеклу и картофель отварить. Грибы хорошо промыть, затем уложить в кастрюлю и залить водой



так, чтобы они были ею только прикрыты. Варить под крышкой на небольшом огне. Когда грибы станут мягкими, мелко их порубить, развести отваром и перелить в миску, где будет готовиться свекольник. Покрошить туда свеклу, соленые огурцы, зеленый лук, укроп, потереть на терке картофель, добавить соль, перец и тертый хрен, сахар (по желанию) и залить все холодным квасом. В тарелку со свекольником положить сметану и половину вареного яйца.



Холодник с крупой

5 помидоров, $\frac{1}{2}$ стакана риса, $\frac{1}{2}$ л кефира, $\frac{1}{5}$ л воды, сметана, зелень, перец и соль по вкусу.

Рис промыть, залить на 5 мин кипятком, откинуть на сито, снова промыть. Налить воду и варить рис до готовности. Помидоры ошпарить, удалить кожицу и протереть через сито. Пюре добавить в рисовый отвар, довести до кипения и снять с огня. Посолить, охладить, влить кефир. В тарелки с супом добавить сметану, рубленую зелень и перец.

ЗАКУСКИ И БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

Исстари овощи на Руси служили добавкой к блюдам из муки и крупы, которые всегда были основной пищей. И все же их роль в питании россиян была довольно велика, особенно в дни постов. Лук и чеснок применялись повсеместно. Особенно широко их использовали в качестве острой пряной приправы. Репа и капуста занимали в питании россиян очень важное место. Капуста, особенно квашеная, служила основой для приготовления щей. Похлебка из репы круглый год не сходила со стола крестьянина. Впоследствии репу потеснил картофель, который мы по праву называем «вторым хлебом России». Свеклу и морковь употребляли в пищу в меньших количествах, чем репу и капусту. Наиболее давнюю «прописку» в России имеют огурцы. Значительно позднее появились в рационе русских людей тыква, баклажаны.



Репа печеная

3–4 репы, 1 луковица, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, зелень укропа или петрушки, перец и соль по вкусу.

Репу очистить, положить на сковороду, залить $\frac{1}{2}$ стакана воды, запечь до мягкости. Охлажденную репу нарезать тонкими ломтиками, добавить мелко шин-



кованный лук, соль, перец, полить сметаной и посыпать зеленью укропа или петрушки.



Репа, фаршированная манной кашей

8 шт. репы, 2 стакана густой манной каши, 5 ст. ложек сливочного масла, 1 ст. ложка сахара, соль по вкусу.

Репу тщательно вымыть, сложить в кастрюлю, залить горячей водой и вскипятить. Воду слить, репу вынуть из кастрюли, снова вымыть, удалить зеленые верхушки и, опустив в подсоленный кипяток, варить до мягкости. Сваренную репу очистить, срезать «крышечки». Осторожно выбрать середину, хорошо растереть ее с манной кашей, маслом и сахаром.

Репу нафаршировать кашей, положить в каждую по кусочку масла, накрыть «крышечками» и запечь в духовке.



Закусочные голубцы

1 кочан капусты, 5–7 шт. моркови, 5–6 долек чеснока, соль по вкусу.

Капусту опустить в кастрюлю с кипящей соленой водой и дважды дать воде закипеть с перерывом в 10 мин. Затем вынуть кочан из воды. Очищенную и вымытую морковь натереть на крупной терке, смешать с нарубленным чесноком и завернуть в капустные листья в виде колбасок. Положить подготовленные голубцы в глубокую посуду, залить кипящим рассолом (1 ст.

ложка соли на 1 л воды), чтобы жидкость их чуть прикрыла. Через 2 дня закуска будет готова.



Капуста фаршированная

1 кочан капусты, 2 стакана толченых сухарей, 5 ст. ложек сливочного масла или маргарина, 2 стакана сливок.

У капусты срезать зеленые листья и вырезать середину, которую порубить, смешать с сухарями и нафаршировать кочан. Положить в него кусочки масла, обсыпать сухарями и залить сливками. Кастрюлю накрыть крышкой, поставить в разогретую духовку и тушить до готовности капусты.



Капуста со сливками

1 кочан капусты, 4 стакана молока, 1 стакан сливок, 1/2 стакана толченых сухарей, 2 ст. ложки тертого сыра.

Свежую капусту нашинковать, обдать кипятком и положить в кастрюлю с кипящим молоком. Когда капуста размягчится, переложить ее на сковороду, обсыпать сухарями, облить сливками и, добавив сыр, запечь в духовке.



Салат из свеклы с хреном

3 молодые свеклы с ботвой, 1 корень хрена, 2 большие луковицы, 2–3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка сахара, уксус, зелень петрушки, соль по вкусу.



Свекольную ботву нашинковать, свеклу запечь в духовке и нарезать ломтиками. Хрен натереть на терке, лук нарезать кольцами. Все смешать, заправить уксусом с маслом, добавить сахар, соль, зелень петрушки и на 2 ч поставить в холодильник.



Салат из свеклы с чесноком

2 вареные свеклы, 3–4 рубленые дольки чеснока, 1 яблоко, 1/2 стакана майонеза, сахар, соль по вкусу.

Свеклу и яблоко натереть на крупной терке, смешать с чесноком, сахаром и солью, заправить майонезом.



Горячий картофельный салат

8 клубней картофеля, по 1/2 стакана сметаны и мясного бульона, 1 луковица, 3%-ный уксус, соль по вкусу.

Отварить картофель в кожуре, горячим очистить и нарезать ломтиками. В салатник положить сметану, натертый лук, влить уксус и подсоленный бульон. Соус перемешать, положить в него картофель и прогреть салатник на водяной бане. Подавать на стол только горячим.



Картофель, запеченный с луком и грибами

34 *8–10 средних клубней картофеля, 5–8 свежих грибов, 2 большие луковицы, 1/3 стакана тертого сыра*

или панировочных сухарей, 2 ст. ложки топленого масла, соль по вкусу.



Отварной картофель обсушить и нарезать кружочками. Грибы обжарить, измельчить и смешать с обжаренным нашинкованным луком, посолить.

Порционные сковороды либо форму смазать топленым маслом, уложить слой картофеля, посолить, на него положить слой лука с грибами, сбрызнуть маслом, сверху положить еще один слой картофеля. Залить картофель ровным слоем сметаны, обсыпать тертым сыром или сухарями и запечь в духовке.



Картофельные котлеты с грибным соусом

Для котлет: 15 клубней картофеля, 2 ст. ложки картофельного крахмала, 5 ст. ложек растительного масла, 1 стакан панировочных сухарей, зелень петрушки или укропа, перец, соль по вкусу.

Для соуса: 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки растительного масла, 50 г сушеных грибов, 2 ¹/₂ стакана грибного отвара, сахар, лимонный сок, соль по вкусу.

Картофель очистить от кожуры и сварить в подсоленной воде до готовности. Воду слить, а картофель хорошо обсушить и приготовить из него пюре. Добавить в пюре 50 г растительного масла, крахмал и все тщательно перемешать.

Из пюре слепить котлеты, смазать их растительным маслом, запанировать в сухарях и обжарить на растительном масле до образования румяной корочки.

Приготовить грибной соус. Для этого сварить грибы, вынуть их из отвара и мелко нарезать. Об-



жарить муку в растительном масле, влить в нее грибной отвар и прокипятить смесь. Затем добавить грибы, соль, сахар, лимонный сок, все хорошо перемешать и довести до кипения.

Горячие котлеты разложить в тарелки и полить грибным соусом. Сверху блюдо украсить веточками зелени петрушки или укропа.



Картофельные пирожки

10 клубней картофеля, 2 яйца, 2 ст. ложки муки, 1 $\frac{1}{2}$ ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны.

Для фарша: 10–15 г сушеных грибов, 2 $\frac{1}{2}$ г сливочного масла, 2 луковицы.

Вареный картофель размять, добавить яйца, соль и хорошо перемешать. Для связывания в пюре можно добавить муку.

Приготовить фарш: сушеные грибы отварить, промыть, нашинковать, поджарить с луком.

Из картофельного пюре сформовать лепешки толщиной 7–8 мм. На середину лепешки положить фарш и, защипывая края, придать изделию форму пирожка. Пирожки смазать яйцом и выпекать в разогретой духовке, на смазанном маслом противне. К пирожкам подать сметану.



Салат из огурцов и редиса

36 3 свежих огурца, 300 г редиса, 2 яйца, $\frac{3}{4}$ стакана сметаны, зеленый лук, соль по вкусу.



Редис и огурцы нарезать тонкими ломтиками. Яичный белок сваренного вкрутую яйца мелко нарубить, а желток растереть со сметаной. Овощи посолить, заправить сметаной с яичным желтком, перемешать, сложить горкой в салатник и обсыпать яичным белком и зеленым луком.



Помидоры, запеченные с яйцами

4 помидора, 6 ст. ложек растительного масла, 4 яйца, 1 стакан тертого твердого сыра, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Крупные помидоры нарезать кружочками и уложить в один слой на обильно смазанный маслом противень или сковороду. Обсыпать помидоры мелко нарезанной зеленью петрушки, залить яйцами так, чтобы желток не разлился, поперчить, посолить. Вокруг каждого желтка насыпать тертый сыр. Полить все растительным маслом и запечь в сильно разогретой духовке. Когда сыр расплавится, противень вынуть из духовки, блюдо украсить зеленью петрушки.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

В России рыбный стол всегда был обильным и очень разнообразным. Среди блюд первой подачи на пирах в Древней Руси обычно шла кислая капуста с сельдями. Рядом в качестве закусок ставилась икра в разных видах. Наибольшее распространение имела икра осетровая, белужья, севрюжья, стерляжья, щучья, линева. Икру дополняли балыки, которые в старину назывались «спинками», и провесная (разновидность вяленой) рыба: лососина, белорыбица, осетрина, белужина и т. д.

Затем следовала паровая рыба, а за ней жареная.

От закусок переходили к ухе. Каких только видов ухи не знает русская кухня: щучья, стерляжья, карасевая, окуневая, лещевая, язевая, судачья, сборная. К каждой ухе следовало свое тельное, то есть тесто из рыбной мякоти с приправой, испеченное в форме различных фигурок (кружков, полумесяцев, «скоромных соблазнов» — поросенка, гуся, утки и т. п.). Обязательными были также пироги и пирожки с начинками из рубленой рыбы, с визигой, сельдью, сигом.



Рыбный студень

1—1 1/2 кг голов, плавников, кожи рыб семейства осетровых либо столько же рыбной мелочи, 1 морковь, 1/2 луковицы, 2 корня петрушки, 3—4 дольки чеснока, 1 ч. ложка желатина.



Рыбные пищевые отходы или рыбную мелочь залить 1 $\frac{1}{2}$ л холодной воды и варить при слабом кипении примерно 2 ч. В процессе варки периодически снимать образующуюся пену и всплывающий жир. За полчаса до окончания варки добавить в кастрюлю овощи, а в самом конце — специи.

Когда рыба сварится, мякоть отделить от костей и мелко изрубить ножом. Бульон процедить, добавить в него соль, мякоть рыбы и проварить в течение 10 мин. Если бульон получился достаточно клейким, то желатин добавлять не следует. Если же этого не произошло, то желатин предварительно замачивают в воде, добавляют в бульон и доводят его до кипения. В готовый бульон с мякотью положить истолченный чеснок, смесь размешать, разлить в подготовленные формы и оставить застывать в холодном месте.

На дно формы положить фигурно вырезанные ломтики моркови.



Солянка рыбная на сковороде

800 г филе свежей (свежзамороженной) рыбы, 500 г кислой капусты, 2 ст. ложки томатной пасты, 5 клубней картофеля, 1 луковица, 50 г сушеных грибов, 200 г маринованных или соленых грибов, 2 стакана грибного отвара, 2 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки панировочных сухарей, лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Рыбу сварить до полуготовности, остудить в отваре, затем вынуть и разрезать на небольшие кусочки. Картофель очистить, нарезать круглыми ломтиками и поджарить до готовности на растительном масле. Маринованные (соленые) грибы нарезать небольшими кусочками и



припустить на растительном масле. Кислую капусту слегка отжать и обжарить с тонко нашинкованным луком в растительном масле, затем добавить перец, лавровый лист, немного рыбного бульона, томатную пасту и тушить до полного размягчения капусты.

Сушеные грибы отварить. Обжарить на растительном масле 1 ст. ложку муки, влить грибной отвар, размешать в нем муку и довести смесь до кипения. Добавить нашинкованные вареные грибы, томатную пасту, соль и, перемешав, прокипятить смесь в течение 3–5 мин.

Когда все будет готово, взять чугунную сковороду, на дно уложить ровным слоем половину капусты, затем вареную рыбу, потом картофель с грибами и снова капусту. Верхний слой хорошо разровнять, полить грибным соусом, обсыпать панировочными сухарями, слегка сбрызнуть растительным маслом и запечь в духовке до образования румяной корочки.

Подавать солянку прямо в сковороде, украсив сверху зеленью петрушки или укропа.



Щука фаршированная

1 целая щука, 2 луковицы, 2 ломтика пшеничного хлеба, 1 стакан молока, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 5–6 долек чеснока, отварной картофель, майонез, уксус, соль по вкусу.

Щуку осторожно очистить от чешуи, не прорезая кожи. Подрезать кожу вокруг головы, отделить ее от мякоти и снять «чулком» (мякоть по мере необходимости подрезать ножом, хребтовую кость перерубить так, чтобы хвостовой плавник остался с кожей). Оставшуюся тушку



выпотрошить, промыть и отделить мясо от костей. Сварить из головы шуки бульон, добавив к нему шелуху от лука, лук, перец, специи.

Мясо пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком и размоченным в молоке хлебом, посолить и еще раз пропустить через мясорубку. Добавить в фарш яйца, размягченное сливочное масло и все хорошо перемешать. Полученным фаршем осторожно начинить кожу шуки, уложить ее в большую кастрюлю или в рыбный котел, залить бульоном и припустить на медленном огне. Бульон должен кипеть еле заметно.

Готовую шуку остудить в бульоне и только после этого осторожно вынуть и уложить на блюдо. Острым ножом разрезать рыбу на куски, сохраняя форму целой шуки. Приложить голову, уложить вокруг по блюду отварной картофель, полить рыбу густым соусом или майонезом. Отдельно в соуснике подать рубленый чеснок с уксусом.



Тельное из рыбы

1 кг филе судака, 2 ломтика пшеничного хлеба, 1 стакан сливок, 200–300 г сливочного масла, 2 большие луковицы, 2 яйца, 1 стакан панировочных сухарей, черный молотый перец и соль по вкусу.

700–800 г судака дважды пропустить через мясорубку вместе с размоченным в сливках хлебом и сливочным маслом. Массу посолить, поперчить, добавить в нее еще немного сливок и хорошо все перемешать или еще раз пропустить через мясорубку. Масса должна получиться однородная и сочная.

Из оставшейся рыбы приготовить начинку. Рыбу нарезать очень мелкими кусочками, посолить, по-



перчить и вместе с мелко нашинкованным луком припустить в небольшом количестве бульона ($\frac{1}{4}$ стакана).

Приготовленную рыбную массу на смоченной холодной водой доске разделить на шарики величиной с яйцо. Каждый шарик слегка расплющить ножом в лепешку, положить на нее немного начинки, края лепешки (лучше с помощью ножа) завернуть, придав ей форму полумесяца. Каждое изделие смазать яйцом, после чего осторожно обвалять в панировке.

В чугунной сковороде растопить сливочное масло и жарить на нем тельное так, чтобы оно подрумянилось с обеих сторон.

К тельному можно подать зеленый (консервированный) горошек, жареный картофель, отдельно в соуснике — любой соус или сметану.



Рыба, тушенная по-волжски

1 кг филе рыбы (крупный окунь, сом, палтус, судак), 2 луковицы, 5–6 средних яблок, 1 лимон, 1 $\frac{1}{2}$ стакана белого сухого вина, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень укропа или петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Подготовленное филе рыбы нарезать на кусочки, слегка обсушить, посолить. Натереть на терке цедру лимона, отжать из лимона сок и обрызгать им рыбное филе. Лук, яблоки мелко нарезать и слегка обжарить на сливочном масле, влить вино и дать немного настояться. Смесь выложить в смазанную маслом форму, поперчить, посолить, обсыпать цедрой лимона, сверху уложить рыбу.

Накрыть форму крышкой и поставить в разогретую духовку на 25–30 мин.



Готовую рыбу выложить на блюдо, облить смесью, в которой она тушилась, украсить веточками зелени укропа или петрушки.



Рыба с помидорами

750 г филе рыбы, 8–10 помидоров, 2 яйца, 1 стакан молока, 2 луковицы, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки растительного масла, сок $\frac{1}{2}$ лимона, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Нарезать рыбное филе ломтиками, сбрызнуть их соком лимона, посолить. Помидоры также нарезать ломтиками. Лук нашинковать и смешать с нарубленными яйцами, молоком, мукой и растительным маслом.

На смазанную жиром сковороду уложить слоями ломтики филе, помидоры и снова ломтики филе. Залить рыбу и помидоры яично-луковой массой.

Сковороду поставить в разогретую духовку и запечь продукты до образования румяной корочки. Перед подачей на стол обсыпать блюдо зеленью петрушки. Отдельно подать сметану.



Рыба, запеченная по-московски

500 г рыбы, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка муки, 70 г отварных грибов (белых, шампиньонов), 1 яйцо, 2 ст. ложки жареного репчатого лука, 1 $\frac{1}{2}$ стакана сметанного соуса, 2–3 ст. ложки мелко натертого сыра, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка панировочных сухарей, молотый перец, соль по вкусу.



Куски жареной рыбы без костей уложить на широкую сковороду с частью сметанного соуса.

Вокруг рыбы разместить кружки жареного картофеля, сверху положить грибы, дольки вареного яйца, жареный лук. Все облить сметанным соусом, обсыпать тертым сыром, сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

Готовое блюдо полить растопленным сливочным маслом, обсыпать зеленью. К столу подать на сковороде.



Судак, жаренный в тесте

500–600 г филе судака, 2 стакана растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для теста: 1 1/2 стакана муки, 2 яйца, 1 1/2 стакана молока, соль по вкусу.

Приготовить тесто: взбить яйцо в пену и попеременно добавлять к нему муку и молоко, хорошо перемешивая массу. Рыбное филе нарезать маленькими кусочками, посолить, поперчить их и обвалять в муке. В глубокую сковороду или фритюрницу вылить масло, хорошо его разогреть. Куски рыбы накалывать вилкой и, обмакнув в тесто, опускать в кипящее масло. По мере готовности вынимать из масла и выкладывать на сито, чтобы стекал жир. Обжаренные кусочки рыбы уложить на блюдо, покрытое салфеткой, и подать на стол.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ

Истинно русские блюда из мяса отличаются прекрасным вкусом, отсутствием жесткой тепловой обработки, сочетанием мясных продуктов с крупами и овощами.

Многие кушанья готовятся по довольно сложной технологии и в течение продолжительного времени. Вероятно, объясняется это тем, что мясо всегда предназначалось для праздничных блюд, а в праздник не грех было и «поколдовать» на кухне.

Характерным для русской кухни является приготовление крупных кусков мяса, зажаривание целыми тушками молочных поросят, домашней птицы. Этому способствовала конструкция русской духовой печи. Способ жарки был прост и вместе с тем очень разумен.

Ассортимент мясных блюд русской кухни довольно широк: всевозможные разварные кушанья, так называемое ушное, фаршированные утки, гуси, куры, молочные поросята, овощи, фаршированные мясом, и др. Большой популярностью пользовались блюда, приготовленные из субпродуктов: ножек, рубцов, хвостов, сердца, почек, печени и т. д.



Ушное

800 г говядины (лучше вырезки), 2–3 ст. ложки сливочного масла, 4–5 небольших клубней картофеля, 1 большая луковица, 2–3 моркови, 2 репы (можно брюквы),



$\frac{1}{2}$ стакана тертых ржаных сухарей, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 2–3 дольки чеснока, $\frac{1}{2}$ стакана мясного бульона, душистый перец горошком, лавровый лист, соль по вкусу.

Мясо нарезать на куски по 50–60 г, отбить деревянным молотком, посолить, уложить в миску и дать настояться под крышкой 20–30 мин.

В керамический горшок (можно в кастрюлю с широким дном) влить растопленное сливочное масло, положить говядину, лавровый лист и перец горошком. Сверху посыпать нашинкованным обжаренным луком и тертыми ржаными сухарями. Овощи нарезать дольками и положить в горшочек, залить бульон, посолить и поставить в разогретую духовку. Перед окончанием тушения добавить сметану с растертым чесноком.



Язык говяжий в кисло-сладком соусе

Говяжий язык, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу.

Для соуса: $1\frac{1}{2}$ стакана бульона, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка сахара, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, 2 ст. ложки изюма, $\frac{1}{2}$ стакана чернослива.

Язык хорошо промыть, залить холодной водой и варить до готовности с кореньями, перцем и луком. Сваренный язык вынуть, опустить в холодную воду, очистить от кожицы и снова опустить в горячий бульон.

Приготовить кисло-сладкий соус: обжарить муку в сливочном масле, добавить сахар и бульон, в котором варился язык, влить уксус и хорошо все перемешать.



Чернослив отварить, изюм размягчить в воде, положить их в соус и прокипятить 8–10 мин. Язык выложить на блюдо и полить соусом, рядом разместить гарнир из вареного картофеля, моркови, огурцов.



Голубцы

1 кочан капусты, 1 стакан муки, 3–4 ст. ложки растопленного сливочного масла, $\frac{3}{4}$ стакана сметаны.

Для фарша: 600 г мяса (мякоти), 6–8 ст. ложек маргарина, 1 луковица, $\frac{1}{2}$ стакана бульона (можно воды), $\frac{1}{2}$ стакана риса, черный молотый перец, соль по вкусу.

Кочан капусты опустить в кастрюлю с кипящей соленой водой и дважды дать воде закипеть с перерывом в 10 мин. Вынуть кочан из кастрюли и разобрать на листья. Если листья жестковаты, слегка отбить их рукояткой ножа. На середину каждого листа положить фарш и плотно завернуть лист «конвертиком». Чтобы лист не разворачивался, его можно перевязать ниткой. Каждый «конвертик» обвалять в муке и плотно уложить на сковороду завернутой стороной вниз. Облив голубцы растопленным сливочным маслом, тушить в духовке под крышкой до готовности, подливая бульон. Когда они зарумянятся, добавить в сковороду сметану и дать ей вскипеть.

Фарш для голубцов готовят так: пропустить мясо через мясорубку (лучше дважды), добавить маргарин, сырую натертую луковицу, отварной рассыпчатый рис, $\frac{1}{2}$ стакана бульона или воды, посолить, поперчить.

При желании готовые голубцы можно облить смесью томатной пасты со сметаной и запечь в духовке. Если голубцы готовятся на плите, их следует обжарить с



обеих сторон, затем, уложив в гусятницу, залить сметаной и тушить под крышкой 25–30 мин.



Почки в сметане

600–800 г говяжьих почек, 5–8 клубней картофеля, 1 морковь, 1 репа, 1 брюква, 4–5 соленых огурцов, 1 стакан сметаны, 3–4 дольки чеснока, 1 ст. ложка томата-пюре, черный молотый перец, соль по вкусу.

Почки разрезать пополам, залить холодной водой и вымачивать 2–3 ч, меняя воду. Затем залить их холодной водой и довести до кипения. Отвар слить, залить почки чистой водой и варить до готовности. Вынуть почки из кастрюли, обмыть, нарезать ломтиками и слегка обжарить. Морковь, репу, брюкву, картофель нарезать дольками и обжарить до полуготовности на той же сковороде.

Соленые огурцы измельчить и потушить с томатом-пюре на отдельной сковороде 15–20 мин, затем добавить их к овощам, сверху положить почки, поперчить и посолить по вкусу. Залить все продукты сметаной, смешанной с измельченным чесноком. Тушить под крышкой примерно 10–15 мин.



Телячья грудинка фаршированная

1 кг телячьей грудинки, 3–4 ст. ложки топленого масла, зелень петрушки или укропа, соль по вкусу.

48 Для фарша: 300 г печени, 1 стакан рассыпчатой гречневой каши, 1 луковица, 500 г шпика, 1 яйцо.



Со стороны тонкого края грудинки сделать надрез в виде большого кармана. Приготовить фарш: мелко нарубленный шпик положить на разогретую сковороду, добавить рубленый лук, куски печени и все пожарить, затем пропустить через мясорубку, смешать с гречневой кашей и вареным рубленым яйцом. Уложить фарш в «карман» грудинки и зажарить в духовке, поливая мясным соком. Готовую грудинку нарезать на куски, положить на блюдо, обложить гарниром из жареного картофеля, посыпать зеленью.



Жаркое из телятины с вишнями

1 кг телятины (задняя часть), 1 стакан вишен, 2 зерна кардамона, $\frac{1}{3}$ ч. ложки корицы, $\frac{1}{2}$ стакана красного вина, $\frac{1}{3}$ стакана вишневого сиропа, 1 стакан бульона, 2 ст. ложки топленого масла, 1 ст. ложка муки, соль по вкусу.

Мясо вымыть, слегка посолить, прорезать концом острого ножа примерно 20–30 отверстий и в каждое вложить по 1–2 вишни без косточек. Когда телятина будет полностью нашпигована вишнями, положить ее в глубокую сковороду, полить маслом, посыпать толченым кардамоном и корицей.

Сковороду поставить в разогретую духовку и выдерживать в ней мясо, пока оно не зарумянится. Затем вынуть мясо из духовки, снова полить маслом, обсыпать мукой, накрыть сковороду крышкой и поставить в духовку. Как только телятина наполовину размягчится, влить в сковороду вино, вишневый сироп и стакан бульона. Время от времени телятину нужно поливать этим соусом. Таким образом довести мясо до готовности, затем вынуть его из сковороды, нарезать тонкими ровными лом-



тиками, уложить их на блюдо и полить соусом, в котором оно жарилось.



Буженина с картофелем

1 кг свинины (целый кусок), 50 г сливочного масла, 8–10 клубней картофеля, 4 луковицы, зелень, лавровый лист, перец горошком, чеснок, соль по вкусу.

Свинину обмыть в холодной воде и, не обсушивая, положить на противень, предварительно выложенный брезовыми лучинами. Сделать в мясе проколы ножом и вставить в них кусочки чеснока, горошины перца. Обсыпать мясо солью, истертой с лавровым листом. Влить в противень $\frac{1}{2}$ стакана воды и поставить его в разогретую духовку. Когда мясо зарумянится, положить на противень очищенный картофель и луковицы и поливать все соком, который выделяется из мяса. Запекать до готовности. Готовое мясо нарезать небольшими кусками, уложить на блюдо вместе с картофелем и луком, обсыпать рубленой зеленью.



«Поддельный заяц»

800 г свинины, 100 г шпика, 2 яйца, 3 ст. ложки панировочных сухарей, 1 ст. ложка сметаны, 1 стакан молока, 3 ст. ложки сливочного масла, молотый перец, соль по вкусу.

Мясо дважды пропустить через мясорубку. 2 ст. ложки сухарей размочить в молоке, смешать со взбитыми яйцами, поперчить, посолить и смешать с мясным фаршем.

50

Раскатать фарш в виде батона, уложить его на смазан-



ную маслом и обсыпанную сухарями сковороду, придать форму зайца, нашпиговать кусочками сала, сбрызнуть маслом. Добавить немного воды и поставить в горячую духовку.



Духовые цыплята по-московски

3 цыпленка, 400 г свежих белых грибов, 1–2 луковицы, 2 ст. ложки муки, 1 $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 1 $\frac{1}{2}$ стакана сливок, 200 г сдобного теста для крышки, зелень укропа и соль по вкусу.

Очищенных, выпотрошенных цыплят разрубить на четыре части. Лук нарезать кружками, грибы нашинковать, сложить все в глубокую сковороду (гусятницу) и хорошо обжарить в масле. Затем обжарить подсоленные куски цыплят. После этого переложить их в порционные огнеупорные горшочки, а в сковороду, где они жарились, всыпать муку, спассеровать ее, добавить сметану и сливки и прогревать, пока смесь не загустеет.

Измельчить укроп, смешать его с соусом и залить эту смесь в горшочки с цыплятами. Сверху положить лепешки из сдобного теста. Лепешки украсить фигурками из теста и проткнуть кончиком ножа в нескольких местах. Поставить горшочки в разогретую духовку на 45–50 мин.



Цыплята под белым соусом с крыжовником

2 цыпленка, 1 стакан незрелого крыжовника, 3–4 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка муки, 1 небольшая морковь, 1 корень петрушки, 1 яйцо, $\frac{1}{2}$ стакана пани-



ровочных сухарей, 2–3 ст. ложки топленого масла, соль по вкусу.

Цыплят разрубить на четыре части и сварить с морковью и корнем петрушки. Крыжовник высыпать в кастрюлю, залить 2 стаканами бульона, в котором варились цыплята, добавить сахар, накрыть кастрюлю крышкой и варить на слабом огне до размягчения (но не разваривания) ягод. На сковороде растопить масло, всыпать муку и развести смесь 2 стаканами бульона. Когда соус закипит, положить в него цыплят, крыжовник и прогреть в течение 2–3 мин.



Пожарские котлеты

1 курица, 5–6 ломтиков пшеничного хлеба, 1/2 стакана молока, 3–4 яйца, 5 ст. ложек сливочного масла, 1 стакан панировочных сухарей, перец и соль по вкусу.

Для соуса: 2–3 моркови, 1 репа, 1/2 стакана зеленого горошка, 1 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки муки, 2–3 ст. ложки сливочного масла.

Снять с курицы кожу и отделить мясо от костей. Куриную мякоть пропустить через мясорубку, добавить размоченный в молоке и отжатый хлеб, половину сливочного масла, посолить, поперчить и снова прокрутить массу через мясорубку. Влить оставшееся молоко и все хорошо перемешать.

Разделить фарш на части по 100–120 г и слепить из него котлеты. Обвалять каждую котлету в яйцах, затем в сухарях и поджарить на сковороде со сливочным маслом.

Растопить сливочное масло и обжарить в нем 2 ст. ложки муки. Затем развести муку 1/2 стакана молока.

52 В сковороду положить мелко нарезанные овощи,

добавить сливочное масло, стакан молока, посолить и припустить овощи до готовности. Котлеты по две на порцию уложить на тарелки, облить соусом с овощами, украсить зеленью.



Жареный гусь с яблоками

1 средних размеров гусь, 4 ст. ложки изюма, 1 ст. ложка сахара, 15 яблок, зелень петрушки, 8–10 маслин, соль по вкусу.

Подготовленного, выпотрошенного гуся снаружи и изнутри натереть солью. 6–7 кислых яблок, лучше антоновских, очистить от кожицы, разрезать на четвертинки и удалить у них сердцевину. Изюм промыть и замочить в горячей воде, чтобы он немного разбух, вынуть и перемешать с яблоками и сахаром. Равномерно нафаршировать этой смесью тушку гуся и прорезь зашить нитками. Уложить тушку на противень спинкой вниз, добавить $\frac{1}{2}$ стакана воды и поставить в сильно разогретую духовку. Когда тушка зарумянится, перевернуть ее разрезом вниз. Когда весь гусь слегка подрумянится, огонь нужно убавить до слабого, а тушку периодически (через каждые 7–10 мин) поливать жиром, который из нее вытапливается на противень.

Примерно через 3 ч гусь будет готов. Деревянная тонкая палочка должна прокалывать тушку без усилий. За несколько минут до окончания жарки обложить гуся оставшимися яблоками, полить их жиром и запечь в сильно разогретой духовке до полного размягчения. При этом нужно следить, чтобы яблоки не растрескались.

Из готового гуся удалить нитки и вынуть фарш. Фарш выложить на овальное блюдо, сверху положить



гуся, а вокруг — запеченные яблоки. Вместо сердцевины вставить в яблоки маслины. Украсить блюдо зеленью.



Утка с лапшой и грибами

1 утка средних размеров, 200 г лапши, 20 г белых сушеных грибов, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. ложка муки, 1 стакан сметаны, 1 корень петрушки, 1 морковь, перец, соль по вкусу.

Сварить в соленой воде лапшу и откинуть на дуршлаг. Грибы отварить и нарубить. Часть грибов смешать с лапшой, яйцами, маслом, солью, перцем. Подготовленную утку нафаршировать лапшой с грибами и зашить. Уложить утку в утятницу, влить грибной отвар, добавить измельченные морковь и корень петрушки и тушить до полной готовности утки.

Приготовить соус: в сковороде с мучной пассеровкой влить грибной отвар, оставшийся от тушения утки, размешать его, добавить 2–3 ложки нашинкованных грибов, сметану, довести до кипения. Готовую утку освободить от ниток и фарша, уложить на блюдо, вокруг разместить фарш и полить соусом.

БЛЮДА ИЗ МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ И ЯИЦ

Кружка молока, пара яиц да ломоть хлеба издавна составляли основную пищу русского крестьянина. Меню это изменялось разве что в период постов, когда запрещалось есть животную пищу. Из молока делали масло, сливки, простоквашу, ряженку, творог. Когда молока скапливалось слишком много, особенно во время постов, хозяйки собирали сливки на масло, которое перетапливали, подсаживали и хранили про запас в погребе. В погребе хранили также и лишний творог. А чтобы он не пропал, народ придумал весьма оригинальный способ его консервирования. Готовый творог помещали на несколько часов в печь, затем под пресс и так делали дважды. Когда творог становился совершенно сухим, его плотно укладывали в глиняные горшки и заливали сверху топленным маслом. В погребе такой творог мог храниться месяцами, его брали с собой и в дальнюю дорогу.



Сырники из творога

500 г творога, $\frac{1}{2}$ стакана пшеничной муки, 1 яйцо, 2 ст. ложки сахара, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки топленого масла, соль по вкусу.

Творог растереть в миске, добавить $\frac{1}{3}$ стакана муки, яйцо, сахар, соль и перемешать. Массу скатать



колбаской диаметром 5–6 см, нарезать поперек на равные куски толщиной примерно с палец. Обвалить их в оставшейся муке и обжарить с обеих сторон в разогретом масле.



Лапшевник с творогом, и овощами

200 г творога, 200 г лапши, 1 яйцо, 3 ст. ложки топленого масла, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 1 морковь, листья салата, 1 ст. ложка сахара, $\frac{1}{3}$ стакана панировочных молотых сухарей, соль по вкусу.

Лапшу отварить и откинуть на дуршлаг. Морковь очистить и натереть на терке. В сковороде растопить 1 ст. ложку масла, выложить на нее морковь и, добавив немного воды, потушить до мягкости.

Листья салата нарезать, яйцо взбить с молоком, все смешать с лапшой и творогом, добавить сахар и соль. Подготовленную массу выложить в смазанную маслом форму (или сковороду), посыпать панировочными сухарями и запечь в разогретой духовке.



Яичница в «гнезде»

4 яйца, 6–8 клубней картофеля, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 2 ст. ложки топленого масла, перец, соль по вкусу.

Сварить картофель до готовности, добавить в него сметану и истолочь в пюре. Выложить готовое пюре в смазанную маслом форму, разровнять и сделать



донишком стакана 4 углубления. В каждое углубление залить яйцо, посолить и запечь в духовке до полной готовности яиц.



Яйца в тесте (пряженые)

10 яиц, 1/2 стакана пшеничной муки, 1/3 стакана молока, 2–3 ст. ложки растительного масла, зелень, соль по вкусу.

Желтки двух сырых яиц отделить от белков. Высыпать муку в миску, добавить молоко, масло, яичные желтки, растертые с солью, все хорошо размешать. Белки взбить (предварительно охладив) и вылить в тесто, посолить и перемешать. По консистенции тесто должно напоминать густую сметану. Оставшиеся яйца сварить вкрутую, очистить, разрезать пополам и, обмакивая в тесто, жарить во фритюре. В качестве фритюра лучше всего использовать топленое масло. Обжаренные яйца уложить на блюдо и украсить зеленью.



Яичница по-деревенски

4 яйца, 4–5 клубней картофеля, 1 стакан молока, зелень, соль по вкусу.

Сырые яйца растереть с солью, добавить молоко, хорошо размешать. Картофель очистить, обмыть, нарезать тонкими ломтиками, уложить на смазанную маслом сковороду и залить яично-молочной смесью. Поместить сковороду в разогретую духовку и запечь до готовности.



Перед подачей на стол блюдо обсыпать рубленой зеленью.



Яичная лепешка (драчена)

8 яиц, 1 стакан молока, 1–2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка пшеничной муки, 3 ст. ложки сливочного масла, зелень петрушки, соль по вкусу.

Отделить желтки от белков. Желтки, муку, соль и сметану хорошо перемешать, постепенно добавляя молоко. Охлажденные белки взбить в пену и осторожно смешать с остальной массой. Все выложить на смазанную маслом сковороду и запечь в хорошо разогретой духовке.

Готовую драчену полить растопленным сливочным маслом и обсыпать зеленью петрушки.

НАПИТКИ

История русских напитков своими корнями уходит в седую древность. Рассолы, морсы, квасы, меды, лесные чаи — путь их к нашему современному столу исчисляется многими столетиями. Все они были не похожи друг на друга и имели разное назначение. Одни обладали согревающим действием (пряные чаи, меды, сбитни) и поэтому употреблялись преимущественно в зимний период, другие освежали, тонизировали (квасы, морсы, травяные настои) и приходились очень кстати в жаркий день или для утоления жажды в русской бане.

Обязательным напитком праздничной трапезы в Древней Руси был мед. На основе меда также готовили сбитни. Этот горячий напиток с добавлением душистых трав обладает не только приятными вкусовыми, но и целебными свойствами. Самым любимым прохладительным напитком русского народа конечно же всегда был квас.



Мед вишняк старинный

2 кг меда, 1 л воды, 4–5 кг вишни.

Мед положить в эмалированную кастрюлю либо в таз, залить водой и сварить сироп, периодически помешивая и снимая пену. В бутыль с узким горлышком или в бочонок выложить промытую вишню без косточек



и залить ее остывшим сиропом. Емкость накрыть сырой тряпкой и оставить в теплом помещении на 3 дня для брожения. Когда смесь забродит, заткнуть отверстие бутылки свернутым куском холста. Поставить в прохладное темное место для созревания. Через 3 месяца напиток будет готов.



Монастырский мед

1 кг меда, 3 л воды, 2 ч. ложки хмеля.

Мед размешать с водой и прокипятить на слабом огне в течение 3 ч. В марлю положить хмель, небольшой камешек и, завязав ее узелком, опустить в кастрюлю с медом. Мед с хмелем кипятить 1 ч, периодически по мере выкипания добавляя горячую воду. Снять мед с огня и еще теплым процедить через марлю в стеклянную или деревянную посуду. При этом емкость должна быть заполнена не более, чем на $\frac{4}{5}$ ее объема. Посуду оставить в теплом месте для брожения меда. Обычно оно начинается через 1–2 дня после того, как мед сварен.

Когда мед перебродит (перестанет шипеть), влить в него $\frac{1}{2}$ стакана хорошо заваренного чая. Затем мед, не мешая, процедить несколько раз через фланель.



Душистый заварной сбитень

1 кг белого меда, 3 л воды, 40 г хмеля, пряности (гвоздика, корица, кардамон, мята и пр.) – по вкусу, $\frac{1}{2}$ стакана жидких дрожжей.



Мед растворить в 3 л кипятка, тщательно перемешать и выдержать 1 сутки. После этого при непрерывном помешивании прокипятить его на слабом огне в течение 2 ч (снимая пену).

За 15 мин до окончания варки в мед положить хмель и пряности.

Слить смесь в чистый бочонок и, когда она остынет, добавить жидкие дрожжи. Бочонок закупорить и поставить в прохладное темное место на 14 дней.

После выдержки сбитень сцедить и разлить в бутылки. Хранить в холодильнике.



Сбитень суздальский

150 г меда, 1 л воды, $\frac{2}{3}$ стакана сахара, по 15 г гвоздики, корицы, имбиря, кардамона, лаврового листа.

Мед смешать с водой и кипятить 20 мин, добавить пряности и кипятить еще 5 мин. Затем напиток процедить через марлю и подкрасить жженым сахаром.



Яблочный квас

8–12 кг яблок, 1,5–2 кг меда или сахара, 3 ч. ложки молотой корицы, 6–8 л воды.

Разрезать яблоки на части и сложить в чистый полотняный мешок. Мешок завязать и поместить в эмалированный бак (лучше с ложным дном). Придавить яблоки грузом. Залить в бак воду с растворенным в ней



медом или сахаром, добавить корицу. Накрывать бак чистой тканью и оставить в прохладном темном месте до тех пор, пока он хорошо не перебродит (обычно 6–9 месяцев).

Хорошо перебродивший прозрачный яблочный квас разлить в бутылки и, плотно закупорив их, выдержать в холоде еще 3–4 недели. После этого квас готов.



Домашний квас

500 г ржаных сухарей, 4 л воды, 40 г дрожжей, 1 стакан сахарного песка, $\frac{1}{4}$ стакана изюма, 5–10 веточек свежей мяты, 3–4 листика черной смородины.

Сухари залить кипятком и дать настояться в тепле 3–4 ч. Сусло (если квас готовится не в настольном чане) процедить через несколько слоев марли, добавить к нему сахар, разведенные в стакане дрожжи, мяту, листья смородины и, накрыв посуду тканью, дать настояться квасу с теплом месте 10–12 ч. Когда сусло хорошо перебродит, его следует вновь процедить и разлить по бутылкам, в каждую из которых положить несколько изюминок. Бутылки хорошо закупорить и поставить в холодильник. Через 3 суток квас готов.

СОДЕРЖАНИЕ



| | |
|---|----|
| <i>Предисловие</i> | 3 |
| За крестьянским столом | 4 |
| Пир на весь мир | 4 |
| ВЫПЕЧКА И МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 7 |
| ПЕЛЬМЕНИ И КАШИ | 17 |
| ПЕРВЫЕ БЛЮДА | 22 |
| ЗАКУСКИ И БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ | 31 |
| БЛЮДА ИЗ РЫБЫ | 38 |
| БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ | 45 |
| БЛЮДА ИЗ МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ И ЯИЦ | 55 |
| НАПИТКИ | 59 |

РУССКАЯ КУХНЯ

Художественный редактор **А.Г. Лютиков**

Технический редактор **К.В. Силаева**

Редактор **К.К. Алексеев**

Корректор **И.Г. Иванова**

Художник **А.Ю. Котова**

ООО «Издательство «Терция»

191180, Санкт-Петербург, ул. Гороховая, д. 73, оф. 2Н

E-mail: tercia@qhome.ru

ООО «Издательство «Эксмо»

127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:

ООО «ТД «Эксмо». 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.

E-mail: reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ООО «ТД «Эксмо»

E-mail: foreignseller@eksmo-sale.ru

International Sales: For Foreign wholesale orders, please contact International Sales Department at foreignseller@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг «Эксмо» в специальном оформлении обращаться в отдел корпоративных продаж ООО «ТД «Эксмо» E-mail: project@eksmo-sale.ru

Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»: Компания «Канц-Эксмо»: 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2, Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495)

745-28-87 (многоканальный), e-mail: kanc@eksmo-sale.ru, сайт: www.kanc-eksmo.ru

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:

В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.

Тел. (812) 365-46-03/04. **В Нижнем Новгороде:** ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3. Тел. (8312) 72-36-70. **В Казани:** ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (843) 570-40-45/46. **В Самаре:** ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литер «Е». Тел. (846) 269-66-70. **В Ростове-на-Дону:** ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 268-83-59/60. **В Екатеринбурге:** ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а. Тел. (343) 378-49-45. **В Киеве:** ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52. **Во Львове:** ТП ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс: (032) 245-00-19. **В Симферополе:** ООО «Эксмо-Крым», ул. Киевская, д. 153. Тел./факс (0652) 22-90-03, 54-32-99.

Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и канцтоварами «Канц-Эксмо»:

117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.

127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 745-89-15, 780-58-34.

Подписано в печать 21.02.2007

Формат 70х100 ¹/₃₂. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,58.

Тираж 7000 экз. Заказ №1375

Отпечатано в ОАО «ИПК «Ульяновский Дом печати»

432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

www.infanata.org

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение. Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями!

Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

www.infanata.org