

СЕКРЕТЫ КУХНИ

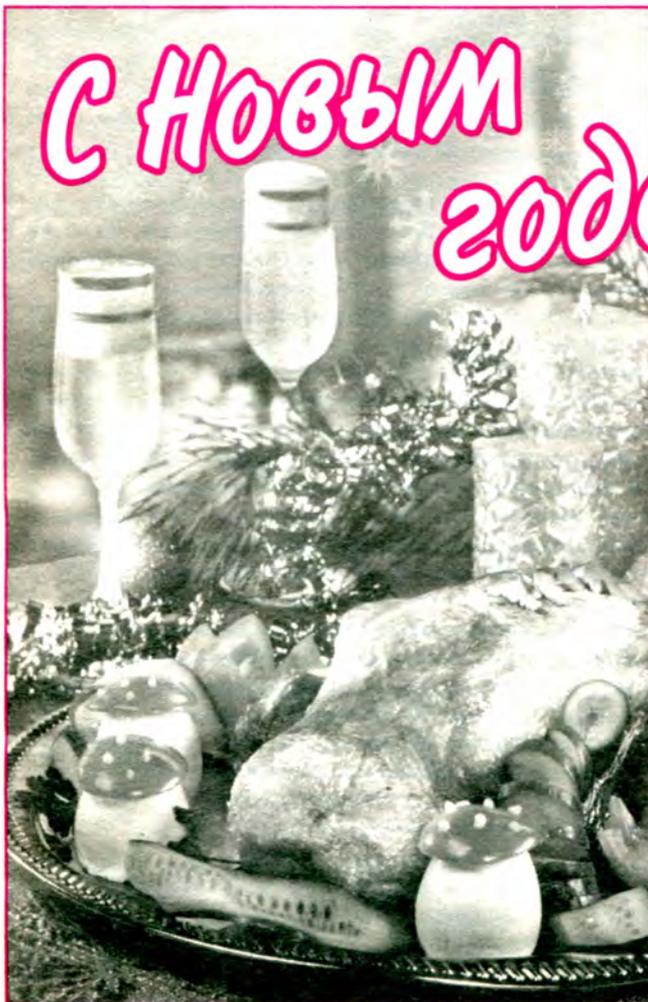
Подписной индекс 98700



ТОЛОКА

№ 12 (28) • Декабрь 2009 г.

С НОВЫМ ГОДОМ!



**ПРАЗДНИЧНЫЕ
САЛАТЫ**

**ВСЕМ
ТОРТАМ ТОРТ!**

**РОЖДЕСТВЕН-
СКИЙ ПОСТ**

**РЕЦЕПТЫ
ОТ ГРИППА**

**ДЛЯ
ЛЮБИМОГО
ЗЯТЯ**



4 820108 320093



Еще в детстве дочка начала собирать открытки. А недавно увлеклась посткроссингом. Слово новомодное, а занятие простое и интересное: это когда незнакомые люди из разных стран обмениваются адресами и отправляют друг другу почтовые открытки. И дочка, и моя внучка Машенька всегда радуются, когда приходят красочные открытки из Польши, Молдовы, Чехии, Финляндии, Германии...

Вчера мы с внучкой пошли на почту и купили там несколько поздравительных открыток с Рождеством и Новым годом не только для близких родственников, но и для иностранных незнакомцев. Чтобы Машина мама их тоже кому-нибудь отправила в подарок.

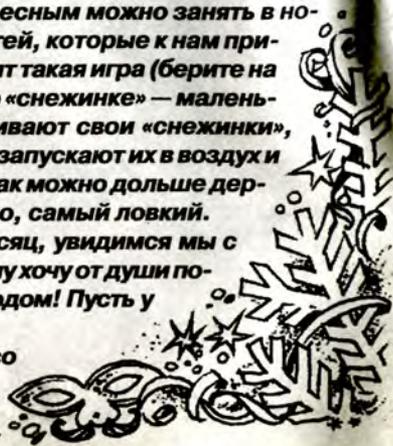
Вечером Машенька рассматривала открытки в старинном столе из маминой коллекции и вдруг спрашивает: «Дедушка, посмотри, тут на елке вместо шариков нарисованы орешки и яблочки! А почему мы на праздники всегда украшаем елочку только обычными игрушками? Давай тоже орешки и яблочки на елку повесим!»

Так что в этом году для украшения елочки мы будем все вместе оборачивать грецкие орехи в фольгу. Маша у нас сладкоежка, фольги от шоколадок всегда хватает!

Задумался я и о том, чем бы интересным можно занять в новогодний праздник внучку и юных гостей, которые к нам придут. В прошлом году развеселила ребят такая игра (берите на заметку): каждому ребенку выдают по «снежинке» — маленькому комочку ваты. Дети чуть растягивают свои «снежинки», чтобы они стали пушистее, по сигналу запускают их в воздух и начинают дуть на них снизу, чтобы те как можно дольше держались в воздухе. Побеждает, понятно, самый ловкий.

Хоть до праздников еще целый месяц, увидимся мы с вами только в следующем году. Поэтому хочу от души поздравить вас с Рождеством и Новым годом! Пусть у всех все получится!

Если вам приятно было общаться со мной в этом году, может, продолжим отношения? Подпишитесь на 2010 год и мы снова будем вместе!





Все знают, что в году 12 месяцев (в Древнем Риме иногда добавляли тринадцатый). А в 46 году до нашей эры Юлий Цезарь ввел новый календарь и вставил в год еще два месяца, чтобы сместить начало следующего с 1 марта на 1 января. В итоге месяцев в том году вышло целых 15!

Канопе с сельдью

Ломтики хлеба, сельдь, 2 яйца, сваренные вкрутую, 2 ч.л. готовой горчицы, 2,5 ч.л. растительного масла.

Очищенное филе сельди мелко нарезать, смешать с рублеными яйцами, горчицей и маслом. Полученную массу намазать на поджаренные ломтики хлеба.

Александра ЛУКИНЫХ, г. Шадринск

Такой замечательный торт готовлю на Новый год. Все его едят с большим удовольствием и хвалят!

Закусочный торт

Круглый ржаной хлеб разрезать на 3 коржа и смазать каждый корж майонезом. Лук измельчить, обжарить на растительном масле, остудить и выложить на каждый корж тонким слоем, затем разложить размятые рыбные консервы, смешанные с мелко нарезанными вареными яйцами, соленые огурчики, натертые на крупной терке, и измельченные жареные грибы. Сложить намазанные коржи друг на друга и дать им пропитаться.

Надежда НИКОЛАЕВА, г. Энгельс

Хочу предложить читателям попробовать приготовить очень вкусную и простую закуску.

«Вкусные шпажки»

Мармелад, лимон и твердый сыр нарезать одинаковыми кубиками высотой 0,5 см и нанизать на шпажки или зубочистки в перечисленном выше порядке.

Ольга ЕРАШКОВА, г. Дзержинск

Оригинальный салат — удачное начало праздничного застолья. Какими салатами удивляют своих близких в праздники мои читатели, вы узнаете, перевернув страничку.



«Карнавальная ночь»



По 300 г ветчины и готовой моркови по-корейски, 3 картофелины, 2 яйца, луковица, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г майонеза, соль.

Ветчину нарезать кубиками. Картофель и яйца сварить, очистить, мелко нарезать. Смешать все с измельченным луком, морковью и горошком. Салат посолить, заправить майонезом и перемешать.

Селедочка «Новогодняя»

На 4 соленые сельди — 4 луковицы, 3 яблока, 300 г сметаны, 0,5 л молока, соль, сахар и 9%-ный уксус — по вкусу.

Очистить сельдь, отделив филе от кожи и костей, замочить в молоке на 3-4 часа (желательно в фарфоровой посуде). Вынуть, обсушить, разрезать каждое филе на 3-4 части. Лук мелко нарезать и соединить с яблоками, натертыми на крупной терке, сметаной и специями. Все перемешать и залить этим соусом сельдь. Украсить зеленью.

Елена ПИСАРЕНКО, г. Балаково

«Нежность»

Мелко нарезать 3 банана, луковицу, 2 маринованных огурца, 3 яйца, сваренные вкрутую, 2 маленькие пачки крабовых палочек. Добавить 300 г сыра, натертого на крупной терке, банку консервированной кукурузы без маринада, 4-5 пропущенных через чесночницу зубчиков чеснока. Салат посолить, заправить майонезом и перемешать.

Наталья КЛИМЕНКО, г. Алексеевка

Кстати, напоминаю, что подписка на «СК» еще продолжается. Если вы не успели ее продлить, поспешите на почту!

Подписной индекс — 98700.

Ваш МИХАЛЫЧ



«Виноградный сюрприз»

300 г твердого сыра, банка консервированной кукурузы, 0,5 кг кишмиша, 3 зубчика чеснока, соль, майонез.

Сыр нарезать кубиками, с кукурузы слить маринад, виноградинки разрезать пополам, чеснок измельчить.

Все посолить по вкусу, заправить майонезом, перемешать. Украсить половинками винограда.

Вера ДУБРОВИНА, г. Киев

«На дне морском»

Отварить тушку **кальмара** 5 мин., остудить, очистить и нарезать соломкой. Добавить **консервированные кукурузу и зеленый горошек** без маринада, измельченную **морскую капусту, морковь**, натертую на крупной терке, тонко нарезанный **лук, консервированные огурцы** — кубиками, **чеснок**, пропущенный через чесночницу, измельченные **ядра грецких орехов**.

Сдобрить салат **солью и черным молотым перцем**. Заправить небольшим количеством **томатной пасты и растительного масла**, перемешать.

Мой совет: можно заправить салат майонезом. Тогда масло и пасту добавлять не нужно.

Любовь НИКРОПАС, с. Новосыовевка Приморского края

«Любимый»

Банка консервированной кукурузы, 8 крабовых палочек, 5 яиц, сваренных вкрутую, 3 киви, 1 ст. л. готовой горчицы, майонез, соль, перец — по вкусу.

Яйца, очищенные киви и палочки измельчить, смешать с кукурузой без маринада, солью, перцем, горчицей и майонезом.

Мой совет: по желанию можно добавить измельченный лук.

Анастасия СКРИПНИК, г. Изюм

Что подать на горячее: румяный мясной рулет или пикантные куриные крылышки в меду? На страничках 6-8 выбирайте рецепт, который вам по вкусу!



К новогоднему и рождественскому столу на горячее частенько готовлю мясной рулет с начинкой. Иногда попроще, а иногда посложнее — зависит от финансов. С начинкой, кстати, можно экспериментировать. Смазываю рулет сметаной, чтобы получилась красивая румяная корочка. Готовое блюдо нарезаю ломтиками и украшаю кружочками лимона — смотрится оно очень эффектно!

Рулет «12 месяцев»

200 г говяжьей вырезки, 150 г куриного филе, 100 г консервированного ананаса, по 50 г сыра и чернослива (3-4 шт.), смесь приправ, соевый соус, растительное масло.

Для соуса: 1 ст. сока от консервированных ананасов, щепотка смеси приправ для курицы (они содержат соль), 1 ст.л. крахмала.

Говядину отбить, сформовав квадратный пласт. Отдельно отбить куриное филе, положить на говядину и слегка вбить верхний пласт мяса в нижний. Посыпать все приправами и полить соусом. Сыр, ананас и чернослив нарезать соломкой, выложить на мясо и свернуть рулетом.

Фольгу смазать маслом, положить на нее рулет и завернуть. Запекать в духовке при 180-200 град. 40-60 мин.

Пока готовится рулет, приготовить соус: смешать все компоненты и довести до кипения. Соус получится густым.

Готовый рулет освободить от фольги, нарезать ломтиками наискосок, выложить на блюдо, полить соусом и украсить зеленью.

Нина СЛЕПЦОВА, г. Лабинск

Цыпленок в сладкой глазури

На 6 порций: 3 куриные грудки, 1 ст. сахарной пудры, 3 лимона, зелень петрушки, черный молотый перец и соль — по вкусу.

Пудру развести в 3 ст. воды и кипятить 2 мин. Лимоны выдержать в сиропе 20 мин., накрыв крышкой. Затем лимоны вынуть, разрезать пополам, а сироп подержать на слабом огне еще 12 мин. Грудки посолить, поперчить и выложить на противень вместе с лимонами, полить все сиропом. Запекать в разогретой до 180-200 град. духовке в течение 35 мин., переворачивая. При подаче украсить зеленью петрушки.

Для ФАЙЗУЛЛИНА, с. Архангельское, Башкортостан



Запеченные помидоры

Разрезать пополам помидоры, вынуть мякоть. В каждую половинку помидора влить по яйцу, посолить, посыпать натертым сыром, панировочными сухарями, сверху положить по кусочку сливочного масла и запечь в духовке.

Татьяна ШАГИНА, п. Фаленки Кировской обл.

«Жареный поросенок»

1 кг картофеля, 1 ст. молока, немного сливочного масла, яйцо, соль — по вкусу.

Для начинки: 700 г мяса, 2-3 луковицы, 3 ст.л. жира, соль, перец, лавровый лист, 6 горошин черного перца.



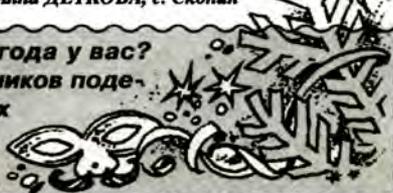
Мясо нарезать маленькими кусочками, посолить, поперчить, обжарить на жире. Залить 3 ст. кипятка, тушить 1,5 часа, затем добавить лавровый лист и перец горошком, отдельно обжаренный измельченный лук и тушить еще 0,5 часа.

Сварить очищенный картофель, поточить, добавить масло, соль, разбавить горячим молоком, перемешать.

Немного пюре выложить тонким слоем на противень как основу для поросенка, смазать маслом. Сверху вытянутой горкой выложить фарш и накрыть все оставшимся пюре, сформовав тушку поросенка: круглый животик, ножки, удлиненную мордочку с пяточком, вылепить хвостик и ушки. Глазки сделать из горошин черного перца, вилкой нарисовать поросенку реснички. Смазать тушку взбитым яйцом и поставить в духовку на 1,5 часа. При подаче на стол полить жиром, украсить вареными яйцами, солеными огурцами, овощами и зеленью.

Анна ДЕТКОВА, г. Скопин

А как пройдет встреча Нового года у вас? Что готовить будете? После праздников поделитесь рецептами блюд, сорвавших аплодисменты в вашей семье? Буду ждать писем!





Крылышки в меду

10 куриных крылышек вымыть и замариновать на ночь в смеси **2 ст. л. меда, 3 ст. л. растительного масла, измельченного чеснока (большая головка), соли и красного перца** — по вкусу. Запекать до готовности в духовке на противне, смазанном **растительным маслом**. Можно и сразу запечь, но маринованные крылышки вкуснее.

Галина ГРИДНЕВА, г. Курск

Фаршированная утка

Небольшая утка (1,2 кг), 100 г жира, 2 луковицы, 2/3 ст. риса, по 50 г изюма и чернослива, морковь, 1/2 корня сельдерея, немного бульона и белого вина, соль, перец — по вкусу.

Тушку утки выпотрошить и вымыть. Снаружи и внутри натереть солью и поперчить, слегка обжарить на жире. Мелко нарезать потрошки (желудок и сердце) и поджарить вместе с измельченной луковицей. Добавить распаренный и мелко нарезанный чернослив, изюм, отваренный рис, все посолить, перемешать. Нафаршировать утку полученной массой, зашить, уложить в сотейник вместе с кусочками сельдерея, нарезанными кружочками морковью и луковицей, влить бульон и вино и тушить все до готовности. Перед подачей на стол удалить нитки.

Анна БАЛХАНОВСКАЯ, г. Николаев

Мясо в ореховой панировке

4 кусочка филе телятины по 200 г, 4 ч. л. готовой горчицы, яйцо, мука, горсть (125 г) ядер грецких орехов, растительное масло, соль.

Для зеленого масла: 100 г сливочного масла, лимон, пучок зелени, соль.

Орехи измельчить в крупную крошку. Мясо отбить, нарезать порционными кусочками, посолить, смазать тонким слоем горчицы, обвалить в муке, обмакнуть во взбитое яйцо и запанировать в орехах. Аккуратно перенести на хорошо разогретую сковороду и жарить с двух сторон на масле. Подавать с любым гарниром и кружочком «зеленого масла».

Для зеленого масла мелко нарубленную зелень смешать с солью и отжатым лимонным соком, взбить в миксере вместе с маслом.

Юлия ЖЕРЕБЦОВА, г. Харьков



«Я, как гречанка!» — любит говорить мне жена, когда готовит рыбу. А все дело в том, что в давние времена женщины в Греции верили в то, что любимого мужчину нужно обязательно кормить блюдами из рыбы с корицей и луком!

Я рыбу в любом виде люблю, и уж, конечно, не обойдется без нее и наш праздничный стол!

Рыба по-гречески



На овальное блюдо выложить **филе вареной горбуши** без костей, смазать **майонезом**. Сверху уложить измельченный **лук и морковь**, натертую на крупной терке, обжаренные на **растительном масле**, сбрызнуть все

острым томатным кетчупом. Слои повторить еще раз. По краю блюда выложить вареную **фасоль**.

Жанна МАРТЫНОВА, г. Витебск

На Новый год обязательно готовлю праздничную рыбу по своему рецепту.

Рыба в сливочном соусе

2 кг любой крупной морской рыбы (не очень дорогой), **100 г** сливок, **0,5 ст.** панировочных сухарей, **10** зубчиков чеснока, **1/2** пачки сливочного масла, **2 ст.л.** растительного масла, соль, **черный или белый молотый перец**, смесь приправ для рыбы, **зелень**.

Рыбу нарезать небольшими кусками, посолить, посыпать перцем и другими приправами, измельченным чесноком, обвалять в сухарях и выложить в смазанную растительным маслом форму. Влить сливки, чтобы они доходили до середины рыбы. На каждый кусок рыбы положить по маленькому кусочку сливочного масла и запекать в духовке **20 мин.** Выложить на красивое блюдо, посыпать рубленой зеленью.

Надежда НИКОЛАЕВА, г. Энгельс

**Если у вас еще нет любимого рецепта тор-
та, уверен, вскоре он непременно появится.**

**Перелистывайте страничку — там вас
ждут проверенные рецепты тортов
от наших читателей.**





Если гости и домочадцы уже немало устали от новогоднего шума и гама и хотят отдохнуть, можно зажечь свечи и включить медленную музыку. Пусть мягкий, колеблющийся свет свечей заменит яркий свет люстры. Самое время внести торт и попить чаю.

«Каприз»

Для коржей: 4 яйца, 1 ст. сахара, 0,5 ч.л. соды, погашенной 9%-ным уксусом, 1 ст. муки.

Для крема и начинки: 250 г сметаны 25%-ной жирности, 0,5 ст. сахара, апельсин, банан, киви, упаковка зеленого желе.

Яйца взбить с сахаром до образования густой пены, смешать с мукой и содой. Разделить тесто на 3 равные части, вылить в смазанные **растительным маслом** формы. Выпечь в духовке 3 коржа.

Сметану взбить с сахаром, каждый корж смазать полученным кремом и выложить фрукты, нарезанные кружочками: на первый корж — апельсин, на второй — банан, на третий — киви. Собрать торт. Приготовить желе по рецепту на упаковке и залить им торт, дать застыть в холодильнике.

Олеся РЕЗВИН, г. Нежин

«Банановый»

Для теста на один корж: яйцо, по 150 г сахара и муки, 150-200 г сметаны, 0,5 ч.л соды, погашенной уксусом, растительное масло.

Для крема: 400 г жирной сметаны или сливок, 100 г сливочного масла, 1/2 ст. сахара, зрелый банан. Банан натереть на терке, добавить остальные компоненты, взбить миксером.

Сахар растереть с желтком, отдельно взбить белок. В муку добавить желток, затем — белок, взбитый с содой. Все перемешать, влить сметану, взбить миксером. Густое тесто переложить в форму, смазанную маслом. Корж выпекать в разогретой духовке 15-20 мин.

На каждый корж выложить **по банану**, нарезанному тонкими кружочками, потом — слой крема. Сложить торт из нескольких коржей (их количество — по желанию). Верх украсить любимыми фруктами и натертым шоколадом. Края обмазать кремом. Дать пропитаться 2-3 часа в холодильнике.

Мой совет: каждый слой нарезанных бананов можно посыпать натертым белым шоколадом — на вкус торт станет еще нежнее!

Увеличивая количество коржей, не забывайте взбивать больше крема.

Татьяна ПРОКОФЬЕВА, г. Стерлитамак



На кулинарном конкурсе среди медсестер мой торт занял первое место. Никто не смог догадаться, из чего он сделан. Все думали, что в тесто добавлены орехи. А на самом деле...

Торт из фасоли

2 ст. белой фасоли замочить на ночь в холодной воде. Воду слить, залить фасоль новой водой, отварить до полуготовности, остудить, слить воду, пропустить фасоль через мясорубку. Подсушить пшеничный батон и натереть из него на мелкой терке **1 ст. сухарей**. **10 яиц** разделить на белки и желтки. Белки охладить, желтки растереть добела с **2 ст. сахара**, смешать с фасолью, снова тщательно растереть. Белки взбить в крепкую пену. Форму выстлать промасленной бумагой. В фасолевою массу понемногу подмешать сухари и **щепотку соли**, затем быстро ввести белки, все перемешать и выпекать 40-45 мин. в форме в духовке при 200 град. Разрезать выпечку на три коржа, пропитать их **сахарным или медовым сиропом**, промазать кремом. Собрать торт, по желанию украсить его натертым шоколадом или кокосовой стружкой.

Крем:

1 вариант — взбить банку сгущенного молока и 200 г сливочного масла.

2 вариант — 0,5 ст. молока, 200 г сливочного масла, 2/3 ст. сахара довести до кипения, медленно всыпать 5 ст.л. манной крупы. Варить до загустения. В чуть остывшую массу всыпать 200 г кокосовой стружки.

Светлана КОЗЫРЬ, г. Тула

«Шоколадный»

4 желтка растереть добела с **0,5 ст. сахара**, смешать с **200 г сливочного масла**, всыпать **2-2,5 ст. муки** и замесить мягкое тесто. Разделить его на 3 части, каждую раскатать в круглый пласт толщиной 0,5 см и испечь в духовке на противне, смазанном растительным маслом.

4 белка взбить в густую пену с **0,5 ст. сахара**, смешать с **1 ст. мелко истолченных ядер любых орехов** и смазать этой смесью два коржа, которые будут снизу.

Сложить коржи друг на друга, верхний смазать кремом, смешав банку сгущенного молока, **200 г сливочного масла** и 2 ч.л. какао.

Юлия МАСЛОВА, г. Старица





Шоколадная паста

По 1 ст. молока и сахара, по 2 ст. л. какао и муки, пакетик ванилина, 100 г измельченных ядер любых орехов (можно арахис) соединить, тщательно взбить и варить на медленном огне 5 мин. Затем добавить 4 ст. л. сливочного масла и варить, помешивая, пока не загустеет. Чуть остудить, вылить в банку и охладить. Эту пасту можно намазывать на хлеб или использовать для украшения торта.

Татьяна СЕРЕГИНА, г. Новокузнецк

Медовый мусс

У 4 яиц отделить белки от желтков. Желтки растереть, постепенно добавляя к ним 1 ст. меда. Помешивая, проварить смесь на слабом огне до загустения. Охладить, соединить со взбитыми белками и разложить в блюдца.

Зинаида СОКОЛОВА, р.п. Даниловка Волгоградской обл.

«Яблочный зефир»

Яблоки испечь в духовке и протереть через сито. Добавить 2 яичных белка и 0,5 ст. сахара. Взбивать, пока масса не побелеет и не загустеет, чтобы ложка стояла.

Добавить сок 1/2 лимона и 0,5 ч. л. молотой корицы, осторожно перемешать. Разложить в вазочки, украсить вареньем и мелким бисквитным печеньем.

Анатолий СОКОЛОВ, с. Спасское Ставропольского края

Тост от Михалыча

Заходят как-то к физику Нильсу Бору гости и видят у него на дверях подкову.

— Разве вы верите в то, что подкова приносит удачу? — спросили у него.

— Я не верю, но удача, кажется, верит!

Выпьем же за то, чтобы в новом году удача почаще приходила в наш дом!





Тост от Михалыча

Философ Диоген сказал: «Быть богатым и иметь много денег — не одно и то же. По-настоящему богат тот, кто доволен своей жизнью». Так выпьем за то, чтобы новый год принес нам настоящее богатство!

Ликер «Молочный»

200 г коньяка или водки, 6 желтков, банка концентрированного молока, 3 ч.л. растворимого какао, 200 г сахара.

Водку (коньяк) соединить с желтками, молоком, какао и сахаром и взбивать до растворения сахара. Дать настояться 12 часов. Все еще раз хорошо взбить и снова настаивать 12 часов.

Елена ГЕРАСИМОВА, г. Балахово

«Лимонад»

Лимон, 2-3 ст.л. сахара, 1/3 ст. крепкого чая, 1 л газированной минеральной воды.

Отжать сок из половины лимона, вторую половину нарезать тонкими ломтиками, положить в кувшин, влить сок с чаем и водой, всыпать сахар, перемешать. По желанию добавить в напиток лед.

Олеся РЕЗВИН, г. Нежин

Ликер из пива

0,5 л пива, 500 г сахара, 4 ч.л. растворимого кофе (можно и молотого), 0,5 л водки, щепотка ванилина.

Пиво влить в кастрюльку, добавить сахар, кофе, ванилин и погреть до растворения сахара. Влить водку, размешать и снять с огня. Процедить через марлю (если брали натуральный кофе) и разлить ликер в бутылки. Можно подавать к столу сразу, но лучше дать настояться сутки.

Валентина ВАСИЛЕВСКАЯ, г. Велиж



Рождественский пост у православных длится с 28 ноября по 7 января. А у католиков с 4-го воскресенья перед католическим Рождеством до 25 декабря — Адвент. Для тех, кто соблюдает пост, на 14-й странице я подобрал рецепты постных блюд.





В пост во вторник, четверг, субботу и воскресенье православным можно заправлять блюда растительным маслом. Рыба во время Рождественского поста разрешается в субботу, воскресенье и большие праздники, если они приходятся на вторник или четверг.

Салат из фасоли

300 г белой фасоли, 3 ст. л. растительного масла, томатная паста, винный уксус, соль, чеснок, лук, сладкий перец, немного горького перца — по вкусу.

Фасоль отварить, воду слить. В еще теплую фасоль добавить масло, томатную пасту, уксус, чеснок, растолченный с солью, натертый на мелкой терке лук, измельченный перец. Все аккуратно перемешать вилкой, чтобы фасоль не раздавилась. Подавать салат холодным.

Скумбрия с овощами

2 скумбрии, по 4 картофелины и свеклы, по 2 моркови и луковицы, 4 ст. л. растительного масла, соль.

Скумбрию нарезать кусочками, очищенные овощи — кружочками. На дно кастрюли налить масла, положить слой свеклы, затем — моркови, рыбы, картофеля и лука. Залить все кипятком, чтобы овощи были только покрыты, посолить и тушить на слабом огне 20 мин. Затем дать блюду настояться 10-20 мин.

«Котлеты» с черносливом

400 г картофеля, по 0,5 ст. растительного масла и воды, мука, чернослив, панировочные сухари, соль, растительное масло.

Приготовить пюре из картофеля, посолить, добавить масло, теплую воду и столько муки, чтобы получилось мягкое тесто. Оставить на 20 мин. За это время подготовить чернослив: залить кипятком, дать постоять, воду слить, очистить от косточек.

Тесто раскатать, стаканом вырезать кружки. В середину каждого положить чернослив, защипать в виде пирожков, обвалить в сухарях и жарить в большом количестве масла.

Мария ПУГАЧ, д. Люшнево Брестской обл.



Если у вас тоже есть рецепты не только вкусных, но и полезных блюд, присылайте их мне, Михалычу! Буду ждать ваших писем!



Рагу «из рукава»

От рукава для запекания отрезать примерно 50-60 см пленки и завязать один конец. Наполнить рукав крупно нарезанными овощами: **капустой, кабачками, баклажанами** (если сезон), **морковью, луком, картофелем**. Количество овощей произвольное. Над дно рукава перед этим положить куски **рыбы** (можно куриные окорочка или котлеты), все **посолить, поперчить**, сбрызнуть **растительным маслом**. Завязать другой конец рукава, уложить на противень и запекать в духовке 30-35 мин. Получается диетическое, вкусное и ароматное рагу.

Минзалия СУЛЕЙМАНОВА, г. Уфа

Этот напиток особенно полезен тем, кто с давлением не в ладу, а также при болезнях печени.

Овсяный кисель

250 г геркулеса замочить в **1 л воды**. Через сутки размешать, процедить через сито, дать отстояться. На дне останется белая масса, из нее и варят кисель. Жидкость, которая поверх нее, нужно слить и довести до кипения.

Постоянно помешивая, влить белую массу. Когда кисель начнет «вспучиваться», а в середине станет образовываться нечто вроде воронки, огонь нужно выключить. Если кисель густой, подлить немного кипяченой воды и, помешивая, еще немного все поварить.

Горячий кисель разлить в тарелки. Едят его холодным с молоком без соли.

Людия БОРОВИКОВА, г. Новодеинск

Когда вокруг все чихают и кашляют, очень важно укреплять свой иммунитет. А если хворь все-таки одолела, могут помочь народные средства. Читайте о них на следующей странице.



От зимних простуд, гриппа, ангины и прочих сезонных болезней можно уберечься. И не обязательно для этого бежать в аптеку за дорогостоящими лекарствами. На выручку придут проверенные средства — из тех, что всегда под рукой.

Подготовить эти странички мне помогло издание «Народный доктор». Будьте здоровы!

Чтобы очистить бронхи



Почувствовав першение в горле и тяжесть в бронхах, сразу приступаю к лечению.

3 средних зубчика чеснока натираю на мелкой терке (можно пропустить через чесночницу), перемешиваю с 1 ч.л. несоленого нутряного жира и хорошенько растираю этим составом шею и грудь. Укрываю их полиэтиленом, салфеткой и ложусь спать.

Перед этой процедурой пью витаминный чай из трав (листья земляники, плоды боярышника, цветки липы, трава душицы, мяты, чабреца — в равных частях). 1 ч.л. сбора завариваю 1 ст. кипятка. За ночь с потом выходят все хвори.

Повторяю так три дня подряд, и бронхи очищаются, болезненное состояние проходит, ощущается легкость во всем теле.

Анна ЕРОХОВА, г. Жуковка

Как укрепить иммунитет

Поможет простой рецепт: пропустить через мясорубку 1 кг клюквы и 2 лимона средней величины (косточки извлечь), добавить в массу 1 ст. меда, хорошенько перемешать. Есть смесь по 1-2 ст.л. с чаем 2-3 раза в день. Рецепт подходит даже детям. Противопоказания — индивидуальная непереносимость компонентов этого снадобья.

*Тамара ПАНИВА,
г. Жлобин*

Простуды легко избежать!

Закаляйтесь!

Способов профилактики ОРВИ очень много. Но, чтобы не шмыгать носом и не заходиться от кашля, необходимо закаливать организм.

Самый простой и доступный каждому метод — ножные ванны. Лучше всего контрастные. Понадобятся два таза: один с теплой водой, другой — с прохладной.

Через каждые 2-3 минуты следует попеременно опускать ноги сначала в таз с теплой водой, затем — с прохладной. Температуру воды необходимо постепенно с каждым днем в одном тазу повышать до горячей, а в другом понижать до холодной. Это первый шаг к закаливанию организма.

Далее нужно каждый день принимать контрастный душ или обливаться поочередно горячей и холодной водой. Начинать следует с горячей воды, а заканчивать холодной. Температуру воды нужно постепенно день ото дня «усиливать»: вначале повышать до горячей, а затем понижать до холодной, как и в случае с ваннами для ног. Все водные процедуры должны доставлять удовольствие, а не быть в тягость. Продолжительность их — 6-9 минут.

Те, кто закаливается, гораздо реже болеют простудными заболе-



ваниями. Но иногда их трудно избежать. Например, вызвать острый насморк могут сквозняки.

Поможет прополис

Чтобы обезопасить себя, хорошо иметь в наличии флакончик **30%-ной настойки прополиса или пихтовое масло, или растертый чеснок** (его нужно обновлять каждые два дня). Их пары нужно несколько раз глубоко вдохнуть и медленно выдохнуть через нос перед выходом на улицу или входом в помещение.

Родные, друзья и знакомые, которым я давал эти рекомендации, смогли предупредить простудные заболевания или избавиться от тяжелых осложнений, применяя их уже даже после того, как заболели.

Антон ЦАРИК, врач, г. Минск

Сытно и вкусно. О чем это я? А о том, что на стр. 18-19 вас ждет меню для мужчин.



«Женское счастье — был бы милый рядом». Рецептов блюд, которые мои читательницы изобретают для своих милых, очень много. Как вам, например, такое меню?

Суп из пива

1 л темного пива, по 400 г сметаны и творога, 4 желтка, 1 ст.л. сахара, сухарики-гренки, корка черного хлеба.

Вскипятить пиво, положить туда корку. Отдельно смешать сметану с желтками и добавить сахар. Как пиво закипит, залить им сметану с желтками и размешать. Поставить на огонь, прогреть, но не кипятить, по желанию посолить. Разливая готовый суп, положить в тарелку творог и сухарики.

Наталья РЫБАКОВА, г. Воротынец

«Гречаники»

По 2 крупные картофелины и луковицы, 1 ст. гречневой крупы, 4 сосиски (400 г), 1-2 яйца, зубчик чеснока, соль, черный молотый перец — по вкусу, растительное масло для жарки, панировочные сухари.

Картофель отварить, крупу сварить в 2 ст. воды, лук мелко нарезать и обжарить. Все пропустить через мясорубку вместе с сосисками. Добавить яйца, соль, перец, измельченный чеснок, хорошо выбить фарш. Можно добавить 1-2 ст.л. майонеза. Сформовать котлеты, обвалить в сухарях, обжарить на масле.

Мой совет: вместо сосисок можно взять 400 г любого мясного фарша (обжарить) или говяжьей печенки (обжарить вместе с измельченной морковью).

Светлана КОЗЫРЬ, д. Маслово Тульской обл.

«Печеночная картошка»

500 г свиной печенки, 1,2 кг картофеля, 2-3 луковицы, 2 соленых огурца.

Картофель крупно нарезать. Печенку очистить от пленки, вымыть и нарезать кусочками со стороны 1 см, замочить на 10 мин. в холодной воде. Воду слить, печенку промыть. Лук мелко шинковать, огурцы нарезать кубиками. Сложить продукты в кастрюлю, залить водой, чтобы она закрывала все содержимое, тушить 45 мин. Сняв с огня, слегка размять все толкушкой.

Ольга ТРУШКИНА, п. Октябрьский Рязанской обл.



Порционная рыбка

На 2 порции: **6 средних картофелин, сваренных в мундире, 500 г филе любой рыбы, 10 оливок, зелень петрушки, пряности для рыбы, майонез, соль.**

Картофель очистить и нарезать кружочками, посыпать солью и рубленой петрушкой. Рыбу нарезать кусками и замариновать в майонезе с пряностями, оливки разрезать пополам. Все завернуть в фольгу и запекать в духовке 20-30 мин. на среднем огне.

Мясо под соусом

200 г не очень жирной свинины, соль, черный молотый перец, растительное масло.

Для соуса: 2 ч.л. готовой горчицы, 1 ст.л. сливочного масла, 50 мл жирных сливок, немного муки.

Свинину вымыть, обсушить и разрезать на две равные части. Натереть солью и перцем и обжарить до золотистой корочки. В сковороду, где жарилось мясо, добавить масло, муку, горчицу, сливки и прогреть соус. Выложить соус на мясо и поставить в разогретую до 200 град. духовку на 10 мин.

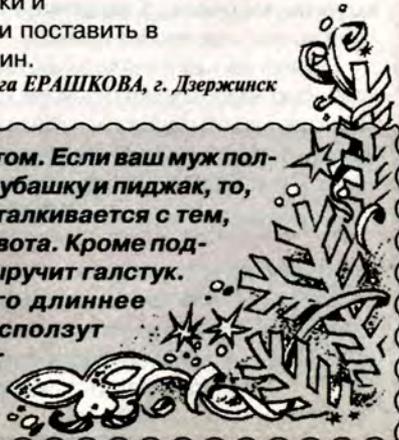
Ольга ЕРАШКОВА, г. Дзержинск



СОВЕТ
ОТ
ЕДИНЦЫНА

Хочу поделиться советом. Если ваш муж полной комплекции и носит рубашку и пиджак, то, скорее всего, он часто сталкивается с тем, что брюки сползают с живота. Кроме подтяжек в этой ситуации выручит галстук. Повязывая, делайте его длиннее обычного. Если брюки сползнут ниже «экватора», галстук прикроет открывшийся живот.

Надежда НИКОЛАЕВА, г. Энгельс





Если случилось так, что нагрянули неожиданные гости, а в доме не оказалось никаких изысканных продуктов, можно приготовить

Бутерброд «Крестьянский»

Мелкими кусочками нарежьте **свиное сало** и вытопите. В жиру со шкварками обжарьте измельченный **лук**. Полученную смесь выложите на ломтики **хлеба**. Веером разложите на тарелке.

С сыром и джемом

Ломтики **сыра** уложите на ломтики **хлеба** и выемкой для печенья вырежьте цветочки, треугольнички, сердечки. Уложите бутерброды на тарелку, сверху смажьте **джемом**.

Александра ЛУКИНЫХ, г. Шадринск

Салат «На каждый день»

2 пачки лапши быстрого приготовления, большая луковица, крупная морковь, 5 ломтиков хлеба, 300 г копченой колбасы, растительное масло, майонез.

Залить лапшу кипятком, затем откинуть ее на дуршлаг и выложить в глубокую миску. Морковь натереть на крупной терке, колбасу и лук измельчить, хлеб нарезать кубиками и обжарить все это на масле. Смешать с лапшой, добавив пряности из пакетика (прилагаются обычно к лапше) и майонез. Дать настояться в холодильнике 30 мин.

Татьяна МАСАЛОВА, д. Денисовка Красноярского края

СОВЕТЫ
ОТ
СИНДИКАЛА

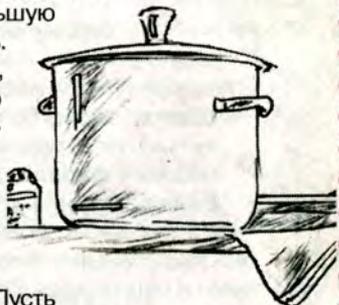
● Чтобы пельмени не склеивались при варке, можно добавить в воду ложку растительного масла.

● Морковь и лук подрумянятся лучше, если их слегка посыпать сахаром.

Людия УСТИНОВИЧ, г. Мозырь

Щи из окорочка

Мясо с небольшого куриного окорочка разделить на маленькие кусочки, переложить в небольшую кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Когда закипит, добавить нарезанную **капусту**, немного поварить, всыпать **морковь**, натертую на крупной терке, мелко нарезанный **помидор**, измельченный **лук**, немного **чеснока** и **2 очищенные картофелины** целиком. Когда картофель сварится, достать его, потолочь и вернуть в щи. **Посолить**, еще чуть поварить, влить немного **шашлычного или острого кетчупа**, добавить **лавровый лист**. Пусть все немного покипит — и щи готовы.



Елена ЧИБИЦОВА, г. Тверь

Пицца «Италиано»

1 ст. с верхом муки (175 г) смешать с **1 ч.л. сухих дрожжей** и **1/4 ч.л. соли**. Добавить **150 мл теплой воды** и **1 ст.л. растительного масла**, замесить тесто, выложить на доску, присыпанную **мукой**, дать расстояться 5-10 мин. Затем обмять тесто, положить его в смазанную **растительным маслом** посуду, накрыть полиэтиленом и оставить в тепле на 40-45 мин., после чего вымешивать в течение 2-3 мин., раскатать в круг, выложить на противень, уложить начинку и выпекать при 180-200 град. 15-20 мин.

Варианты начинок:

Измельченные колбаса, соленые огурцы, жареный лук, зелень.

Измельченные колбаса, лук, маринованные или обжаренные грибы, помидоры, сыр, зелень.

Консервированная кукуруза без маринада, измельченные рыба, лук, помидор.

Елена ЛОПИНА, с. Ивановка Воронежской обл.

Если в сметану добавить немного молока, она не свернется в супе, соусе или подливке.

Нина КОЛЕНКЕВИЧ, г. Бобруйск



Куриный рулет «Соблазн»

Куриную грудку освободить от костей, аккуратно разрезать в пласт, уложить на сложенные вместе марлю и полиэтиленовую пленку, **посолить, поперчить**, посыпать измельченным **чесноком**. **Морковь и кусочек сала** нарезать брусочками, выложить на мясо, туда же выложить **лук** кольцами и **немного любого мясного фарша** с добавлением **соли**, измельченного **чеснока** и **яйца**. Свернуть все рулетом, обвязать крепкой ниткой и варить час. Готовность проверить, протыкая ножом. Если выделяющийся сок прозрачный — блюдо готово. Когда остынет, снять нитки, полиэтилен и марлю, нарезать рулет ломтиками, выложить на блюдо.

Зинаида ЗАВАДСКАЯ, д. Орля Гродненской обл.

Фаршированные «конвертики»

Куриная кожа (у нас она продается отдельно), **5-6 картофелин, 1 ст. сушеных грибов, 2 луковицы, морковь, майонез, растительное масло, соль**.

Из картофеля приготовить пюре. Грибы замочить, отварить в подсоленной воде и измельчить. Лук и морковь мелко нарезать и поджарить на масле до золотистого цвета, смешать с грибами.

Куриную кожу разложить на доске внутренней стороной вверх. На нее выложить картофельное пюре слоем 1 см, поверх — грибную смесь.

Аккуратно свернуть кожу, как капустный лист для голубцов. Получится конвертик. Конвертики уложить швами вниз на смазанный маслом противень, сверху смазать их майонезом. По желанию посыпать сыром. Запекать в разогретой духовке до золотистой корочки. Просто и очень вкусно!

Раиса ИСТРАШКИНА, с. Трофимовка Пензенской обл.

Вафли

Смешать **4-5 яиц, 2-3 ст. молока, соль и сахар** по вкусу, взбить миксером, затем добавить **немного растительного масла и муки**, чтобы тесто получилось, как на блины. Смазать вафельницу **растительным маслом** и выпечь вафли.

Елена ЧИБИКОВА, г. Тверь



портиться не будет!

Может, для кого-то это и не новость, но хочу рассказать о том, как лучше сохранить свежую капусту, если весь кочан не используете сразу. Если часть отрезать, а остаток положить в холодильник в пакете — со стороны среза капуста почернеет и повянет. Поэтому листья с кочана надо снимать целыми. Каждый раз можно снимать по чуть-чуть, а остаток пор-

Галина УСАТЕНКО, г. Туанце

Эти прикольные оладушки с удовольствием ест мой брат.

«Оладушки для брата»

2 вареных яйца, луковица, 1 ст. муки, соль, сахар, растительное масло.

Очищенные яйца и лук мелко нарезать, смешать с мукой, солью и сахаром, развести все водой до нужной густоты и жарить оладьи на масле.

Мой совет: иногда добавляю в тесто еще 1 ч.л. лимонного сока.

Денис ЗИЯЕВ, с. Лутошкино Кировской обл.

Люблю вашу газету, моему мужу нравятся ваши рецепты. Предлагаю оценить мое фирменное блюдо, которое очень быстро готовить. Оно сытное и вкусное.

Тушенка для мужа

250 г тушенки пожарить вместе с **300 г измельченного лука**, посолить, поперчить, добавить любые пряности на ваш вкус, залить все **3 взбитыми яйцами** и запечь в духовке или жарить, перемешивая, 5 мин.

Снять с огня, накрыть крышкой и дать постоять. Через 2-3 мин. нарезать порционно и разложить в тарелки. На каждый кусочек выложить **по 2 ст.л. смеси майонеза и томатного соуса в равных пропорциях**, украсить **зеленью**. Подавать с любым гарниром.

Мои советы: тушенку можно заменить отварным мясом, нарезанным кусочками, или колбасой.

Чем больше лука — тем вкуснее.

Нина КАТАРГИНА,

п. Подрезчиха Кировской обл.



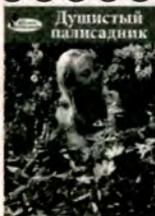


С сегодняшнего дня можно купить **спецвыпуск «Народного доктора» — «Оказываем первую помощь»**. Основной акцент в нем сделан на правилах оказания помощи при травмах и других опасных ситуациях, когда грамотные самостоятельные действия до приезда врача могут не только поддержать пострадавшего, но и даже спасти ему жизнь.

Ищите спецвыпуск в продаже! Поторопитесь — тираж ограничен!

Новый год — удивительный праздник, и подготовка к нему начинается задолго до того, как стрелки часов сойдутся на двенадцати. Хотите устроить веселое и незабываемое торжество для всей семьи? В этом вам поможет **спецвыпуск «Нашей кухни» — «Встречаем Новый год»**. В нем вы найдете самые интересные и практичные советы о том, как оформить подарки и украсить дом. Узнаете, как в домашних условиях пройти курс природной красоты и сбросить перед праздником пару-тройку лишних килограммов. Также в выпуске: проверенные рецепты и идеи по сервировке новогоднего стола, старинные гадания и веселые игры, искрометные тосты и искренние поздравления. И конечно, рекомендации астролога, эксклюзивный гороскоп для всех знаков Зодиака на следующий год и новогодние истории от звезд эстрады и кино!

Уже в продаже!



В 4-м выпуске журнала **«Школа цветовода» — «Душистый палисадник»**, который вышел сегодня, 1 декабря, вас ждут интересные кулинарные рецепты с использованием красивых и изумительно ароматных садовых растений. Вы узнаете, как с их помощью оздоровиться и украсить не только садовый участок, но и балкон, и кухню.

На случай, если что-то нужно приготовить очень быстро, жена держит в кладовке пару баночек рыбных консервов. Легко и просто они «превращаются», например, в прекрасную приправу к макаронам!

Соус к макаронам

2 луковицы мелко нарезать, обжарить на **растительном масле**, добавить **0,5 банки размятых рыбных консервов в масле** вместе с маслом, измельченную сухую или свежую **зелень укропа**, **3 ст.л. сметаны** и тушить все 3 мин. На тарелку выложить отваренные **макароны** и полить их этим соусом. Очень вкусно!

Нина КОЛЕНКЕВИЧ, г. Бобруйск

Если вы хотите быстро, вкусно и экономно накормить своих домочадцев, приготовьте этот пирог. Не пожалеете!

Рисовый пирог

1,5 ст. риса, **250 г майонеза**, **2 яйца**, **луковица**, **банка рыбных консервов в масле**, **панировочные сухари** или **манная крупа**, **растительное масло**.

Рис промыть, залить водой и сварить до полуготовности. Воду слить, рис остудить, смешать с майонезом и яйцами. На смазанную маслом сковороду или форму выложить половину рисовой массы, затем — слой рыбы, лука, нарезанного кольцами, а затем снова слой риса. Сверху посыпать пирог сухарями (крупой). Поставить в разогретую духовку для запекания минут на 20.

Наталья ПОПОВА, г. Барановичи



Салат «Нежный»

Баночка консервированного лосося в собственном соку, **луковица**, **яйцо**, **сваренное вкрутую**, **сливочное масло**, **сыр**, **майонез**.

Консервы (без костей) размять, выложить на блюдо, сверху положить слой измельченного белка, натертого на мелкой терке замороженного масла (оно делает салат более пышным), сыра, натертого на крупной терке. Сверху посыпать измельченным желтком. Все слои, кроме масляного, пропитать майонезом.

Татьяна ВОРОБЬЕВА, г. Чусовой



Моя дочь замужем 18 лет, все это время я гордо ношу звание тещи. У нас прекрасные отношения с зятем. Историю нашего знакомства я бы назвала

Зять по предсказанию

Раньше мы вместе с дочерью работали в детском саду воспитателями. Как-то раз, когда я находилась в кабинете заведующей, пришел к нам молодой человек устраиваться на работу электриком. Заполнил анкету и в графе «семейное положение» указал, что холост. Заведующая пошутила: «Обязательно мы тебя женим. Невест у нас работает много, да вот и теща сидит, знакомься!» Молодой человек смутился.

На работу его взяли. А вскоре он начал встречаться с моей дочерью, не зная, кто ее мама. Представьте себе его удивление, когда дочка привела его к нам домой для знакомства с родителями!

Моему зятю очень нравятся оладьи. Вот их простой рецепт:

Дрожжевые оладьи

3 ст. муки, 2 ст. молока, 250 г растительного масла, 2 яйца, 1 ст.л. сахара, 0,5 ч.л. соли, 30 г дрожжей.

Из муки, молока и дрожжей замесить тесто, накрыть салфеткой и поставить в теплое место подниматься. В поднявшееся тесто добавить яйца, соль, сахар, 1 ч.л. масла, хорошо все перемешать и снова поставить подниматься на 15-20 мин.

Выпекать оладьи на оставшемся масле, предварительно хорошо разогрев сковороду.

Мой совет: перед тем, как взять ложкой тесто, смачиваю ее водой. Для этого рядом ставлю кружку.

Мария АНДРОНЧИК, г. Молодечно

Калачи

По 2 плавленых сырка и яйца, 0,5 ст. сахара, 2 ст. муки, 0,5 ч.л. соды, погашенной уксусом.

Сырки натереть на крупной терке, смешать с остальными компонентами, замесить крутое тесто. Раскатать тонкими колбасками и свернуть калачи. Или раскатать тесто не слишком тонко и вырезать кружочки стаканом, а потом в середине кружочков сделать отверстия рюмкой. Жарить калачи во фритюре.

Наталья БАРАНОВА, п. Красный Яр Омской обл.

Не хотела участвовать в конкурсе, но все же не утерпела! У меня зять — мужчина простой и справедливый, любимый муж моей дочери. Зять всегда говорит, что лучше меня никто не готовит форшмак. Он его очень любит. Поэтому я решила поделиться именно этим рецептом.

Форшмак для зятя

Сельдь, яблоко, яйцо, луковица, 3 ломтика белого хлеба (можно батона), 2 ст.л. растительного масла, 0,5 ст. молока, 4 маслины, 2 помидора, зелень укропа, петрушки, 2 ст.л. сливочного масла, винный уксус для заправки.

У сельди отделить филе, освободить его от кожи и костей, вымочить рыбу в молоке, отжать. Сельдь, разрезанное яблоко без кожуры, ломтики хлеба (батона), замоченные в том же молоке и отжатые, желток сваренного яйца и нашинкованный лук пропустить через мясорубку. Заправить форшмак уксусом, растительным маслом и хорошо взбить. Выложить в салатницу, придав ему форму рыбы, украсить сливочным маслом, выдавленным из кондитерского шприца, маслинами, нарезанными кольцами, измельченным яичным белком, дольками помидоров, веточками зелени.

Татьяна ДЕМИНА, п.г.т. Романовка Саратовской обл.



Вот и пришло время подвести итоги конкурса «Для любимого зятя». Как мне кажется, конкурс получился душевным, порадовал и меня, и хозяйшечек. Вот имена победительниц: **1 место** и махровая простыня достаются **Зое РОМАНЕНКО** из г. Бердянска. А замечательные махровые полотенца получают хозяйки, занявшие **2, 3 и 4 место**: **Лея ШУЛЬМАН** из г. Гродно, **Лилия БАРАН** из г.п. Круглое Могилевской обл. и **Мария ПУГАЧ** из д. Люшнево Брестской обл. Конкурс закончился, но если еще не все желающие поделились историями о своих любимых зятях и рецептами для них — милости прошу!

Всегда рад вашим письмам. Не забывайте, что за каждый опубликованный рецепт его автора ждет гонорар!

Ваш МИХАЛЫЧ



Печенье «Хризантемы»

Для 1 кг печенья: 2,5 ст. муки, 200 г маргарина, по 1 ст. сахара и натертой на терке свежей свеклы, 1/2 ч.л. соды, 1/4 ч.л. соли, 2 г ванилина, растительное масло.

Размять маргарин и растереть его с сахаром, добавить свеклу, соль и ванилин. Перемешивать в течение 2 мин. Всыпать муку, смешанную с содой, и замесить тесто. Затем пропустить его через мясорубку, отрезая ножом по 5 см по мере выхода теста из мясорубки. Выкладывать на смазанный маслом противень, выпекать при 200 град. 20 мин.

Эклеры со сгущенкой

200 г маргарина, 1 ст. воды, 1 ст. муки, 4 яйца, растительное масло, вареное сгущенное молоко.

Маргарин и воду вскипятить, снять с огня, всыпать муку и быстро тщательно перемешать. В остывшее тесто поочередно ввести яйца, хорошо вымешивая, до образования клейкого теста. Ложкой выкладывать шарики из него на смазанный маслом противень и выпекать на слабом огне 40 мин., не открывая духовку.

Каждый эклер надрезать и начинить сгущенкой.

Галина ФЕДОРОВА, ст. Среднебелая Амурской обл.

Я эклеры на противень с помощью кондитерского шприца отсаживаю. Тогда они получаются аккуратнее.



Покупаю разные журналы и газеты по кулинарии. У всех к чаю торты да торты, а я люблю готовить коврижку. В зависимости от того, какое варенье в нее добавить, вкус меняется. Больше всего мне нравится

Малиновая коврижка

1 ст. крепко заваренного чая (2 ст.л. заварки на 1 ст. кипятка), 1 ст. сахара, яйцо, 0,5 ч.л. соды, 1 ст.л. растительного масла, 1,5 ст. муки, 2 ст.л. малинового варенья, сахарная пудра для посыпки.

Заваренный чай остудить. Сахар, яйцо, варенье, соду, масло хорошо размешать, влить 0,5 ст. чая, снова размешать. Понемногу добавлять муку и остальной чай, чтобы не было комочков. Тесто должно получиться консистенции густой сметаны. Выложить его на смазанную **маслом** сковороду и выпекать на среднем огне в духовке. Готовность проверяю деревянной палочкой. Остывшую коврижку посыпаю пудрой.

Очень люблю чай с лимоном и коврижкой. Мне вкусно, а вам?

Алла ШИХОВА, г. Старый Оскол



Печенье «Сырковое»

1/2 пачки маргарина, 1 ст. муки, 0,5 ст. сахара, плавленый сыр, яйцо, 1 ч.л. без верха соды, погашенной уксусом.

Сырок и маргарин положить в морозильник на 15 мин., затем натереть на крупной терке. Добавить желток, муку и соду, замесить тесто. Ввести белок, взбитый с сахаром в пену, тщательно перемешать.

Тесто раскатать в пласт, вырезать фигурки произвольной формы. Выпекать в разогретой духовке до золотистого цвета.

Татьяна СЕРЕГИНА, г. Новокузнецк

В 1959 году я закончил Киевский политехнический институт. С тех пор уже много лет живу на севере России, но на родине, в Киевской области, бываю часто. Родители пекли вкусные пироги, и я хочу поделиться двумя старинными рецептами бабушки и мамы. Хочу, чтобы они достались людям! Ягоды для этих пирогов подойдут и свежие, и замороженные.

Пирог с вишнями

В 1 ст. теплого молока развести 20 г дрожжей, смешать все с 1 ст.л. отборной просеянной муки и таким же количеством сахара. Поставить смесь в теплое место. Когда дрожжи начнут бродить, смешать опару с **0,5 кг муки, 2 желтками, растертыми с сахаром по вкусу и небольшим количеством соли.** Тесто хорошо вымесить, разделить на две части: маленькую и большую. Большую раскатать, переложить на смазанный **растительным маслом** противень, накрыть салфеткой и дать немного подойти. Смазать взбитыми с **сахаром 2 белками**, положить на тесто **вишни** без косточек, загнуть края пирога. Оставшееся тесто раскатать, нарезать полосками и сделать из них решетку поверх пирога. Выпекать в духовке 30 мин. Готовый пирог посыпать **сахарной пудрой**.

«Красная ягода»

Замесить тесто из **200 г муки, 150 г сливочного масла, 2,5 ст.л. сахара и желтка.** Выдержать его час на холоде, затем раскатать в пласт, выложить на смазанный **растительным маслом** противень и испечь в духовке, приглядывая, чтобы пирог сильно не зарумянился. **Белки 3 яиц и 200 г сахара** взбить в крепкую пену, смешать с **1 ст. малины или земляники садовой (клубники)**, выложить смесь на испеченный корж и снова запекать все в духовке несколько минут.

Владимир ТОНКОНОГИЙ, г. Нерюнгри





Берите на заметку!



Я предполагал, что рецепт салата «Рябиновые бу-сы» от Галины Рапейко из д. Новая Гожа Гродненской обл., опубликованный в «СК» № 10, 2009, мои читатели оценят, и не ошибся! Получил множество писем с откликами. Причем, мнения хозяек разные: кому-то салат не понравился, а кто-то (и таких подавляющее большинство) от него просто в восторге! 20 читательниц отметили его как лучший рецепт номера! Вот что пишет Зинаида Иванова из г. Воронежа: «Никогда не добавляла маринованную рябину в салат, но попробовала — и действительно удивила своих домашних! Просили добавки. Угостила соседку, так она взяла рецепт для себя и зна-

комых. Постараюсь, чтобы этот салат почаще появлялся у нас на столе!»

Также высоко оценили читатели рецепты блюд: «Запеканка для «надувайчика» Анны Михайленко из г. Мелитополя и «Сайра в капусте» Натальи Мельковой из п.г.т Майский Пермского края; понравились многим рецепты «Печенье из семечек» Валентины Минеевой из п. Садовый Иркутской обл., «Селедочные котлетки» Ирины Шекуловой из г. Руден, салат «Курочка Фа-соль» Ирины Сухариковой из п. Ставрово Владимирской обл., салат «Ракушка» Людмилы Савельевой из г. Лиры, икра «О-ля-ля» Елены Черных из г. Ельца, «Лепешка из куриного мяса» Дмитрия Исаева из с. Саранпауль, ХМАО, рассольник с почками от Ольги Хвойницкой из г. Минска, горячая «солянка» от Елены Вдовиченко из г. Минска, сосиски с чесночком от Кристины Стрикуновой из д. Барышевка Могилевской обл., икра «Невозможно оторваться!» Раили Ахмадиевой из д. Верхние Ташлы, Башкортостан.

Все эти рецепты были опубликованы в «СК» № 10, 2009.

Получил недавно несколько писем с просьбой переместить отрезной купон для рецепта и паспортных данных с последней странички на какую-нибудь другую. «При отрезе по пунктирным линиям нарушается целостность газеты. Не хочется совершать акт вандализма над интересной, бюджетной и доступной газетой. Жалко отрезать: больно она дорога мне», — пишет Ольга Трушкина из п. Октябрьский Рязанской обл. Об этом же пишет и Наталья Атанова из г. Гулькевичи.

Дорогие мои читательницы, свои рецепты вы можете присылать и на обычных листах бумаги, не отрезая купон. Он дается для вашего удобства, чтобы вы не забыли указать в письме все данные, которые требуются для оформления гонорара за публикацию вашего рецепта. А заодно и ответили на интересующие меня вопросы: что вам понравилось в номере, а что нет.



№ 12, декабрь 2009 г.

Мой рецепт



Михалычу

Дорогие читатели!

По-прежнему жду ваших писем с рецептами любимых блюд, кулинарными подсказками, советами. А чтобы вам было удобнее, воспользуйтесь этим купоном. Не забудьте на обратной его стороне указать свои личные и паспортные данные. Это нужно для того, чтобы вы смогли получить гонорар за опубликованный рецепт.

Рецепты присылайте на адрес:
01001 г. Киев-1,
а/я 265-В, «Секреты кухни».

Темы наших номеров в 2010 году:

Январь — «Любимая картошка»;
февраль — «Варим холодец»; март — «Хлеб — всему голова»; апрель — «Пасхальный пир»; май — «Да здравствует зелень!»; июнь — «Сладка ягода».



«СЕКРЕТЫ КУХНИ»

№ 12,

декабрь 2009 г.

Шеф-редактор
Татьяна САНЧУКРедактор
Татьяна КАЛЕЕВАУчредитель и издатель
ТОВ «ВИДВНИЧИЙ

ДІМ

«ТОЛОКА»

Свид. о регистрации
КВ № 12455-1339Р
от 04.04.2007 г.

Юридический адрес:

01034 г. Киев,

ул. Ярослав вал, 20 «а»

АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ:

01001 г. Киев-1, а/я 265-В

Тел. (044) 228-23-86

По вопросам

реализации изданий

(067) 133-39-59

По вопросам размещения

рекламы:

тел. (044) 228-86-86

тел./факс (044) 529-88-53

e-mail: solovyova@toloka.com

sales@toloka.com

Цена свободная

Подписано в печать

24.11.2009 г. в 16.00

Ф. А5, бумага газетная

Тираж 28600 экз.

отпечатан в типографии

ООО «Фактор-Друк»,

г. Харьков,

ул. Саратовская, 51.

Заказ № 7511

Газета набрана и свер-

стана в компьютерном

центре «Толоки».

E-mail: nk@toloka.com

За стиль и содержание

рекламы ответственность

несет рекламодатель.

Издается с сентября 2007 г.

Следующий

номер выйдет

12 января 2010 г.

Михалычу помогла

Елена КОЗЛОВА

Пожалуйста, заполните разборчиво следующие графы:

1 | **Фамилия, имя, отчество (полностью)**

2 | **Домашний адрес с индексом, телефон**

3 | **№ и серия паспорта, кем и когда выдан**

4 | **Какой рецепт в этом номере понравился вам
больше всего?**

5 | **Какой рецепт не понравился?**

6 | **О чем бы вам хотелось прочитать на страни-
цах нашей газеты?**

7 | **Дата заполнения**

8 | **Подпись**

9 | **Внимание!**

Не забудьте приложить копии справки о при-
своении вам идентификационного номера и
первых двух разворотов паспорта.