

ISSN 22225-3443  
 9 77225 334000  
 13001  




# Готовим с 1001 советом и секретом №1

**12+**

## романтический ужин ко Дню влюбленных



Специальный выпуск газеты "1001 совет и секрет"

# ПОДПИСКА

## на наши газеты и журналы

1001 совет женщинам

Золотая коллекция  
РЕЦЕПТОВ

36 страниц.  
Выходит  
ежемесячно.



Солянка РЕЦЕПТОВ,  
заготовок

по каталогу  
"Почта России"

52 страницы.  
Выходит  
ежемесячно.



Подписной  
индекс:

**11016**

+ ПРИЛОЖЕНИЕ

"Готовим с 1001 советом"  
и "Быстрые рецепты вкусных блюд"



Подписной  
индекс:

**16581**

+ ПРИЛОЖЕНИЕ

8 специальных выпусков



Подписной  
индекс:

**12841**

+ ПРИЛОЖЕНИЕ

"Самобранка рецептов, заготовок"

Специальный выпуск газеты "1001 совет и секрет"

# Приходите в наш дом - мы накормим и споем!

№1

спецвыпуск  
**1001** совет  
и секрет

16+



• Самые вкусные рецепты салатов, закусок, горячих блюд, выпечки, десертов ко Дню влюбленных и 23 февраля;  
• Застольные песни к праздникам, которые согреют вашу душу;

# ПРИХОДИТЕ В НАШ ДОМ - мы накормим и споем!

Вы хотите хорошо встретить друзей и родных за столом? Вкусно покушать и спеть душевную песню? Для вас мы подготовили этот специальный выпуск.

*В номере  
вас ждут:*

- Песни вашей молодости;
- Частушки как на старый лад, так и на новый;
- Тосты по любому поводу;
- Поздравления ко Дню влюбленных и пожелания любимым мужчинам.

**Встреча останется незабываемой!**

36 полос формата А5 с глянцевой обложкой.

Издание выходит 1 раз в месяц.

Готовим с 1001 совет и секрет №1,  
январь 2013 г.  
Учредитель - физическое лицо.  
Гл. редактор: Булатов А. А.  
Номер подписан в печать 20.12.2012,  
дата выхода в свет 26.12.2012.  
Тираж: 16 100 экз. Заказ № 4765.  
Вид печати - офсетная.  
Цена свободная. 12+

Адрес редакции, издателя:  
606037, г. Дзержинск,  
Петровская, 35-12.  
Адрес для писем: 606007,  
Нижегородская обл., г. Дзержинск,  
а/я 13.  
Адрес типографии: г. Дзержинск,  
пр-т Чкалова, 47а.

Газета зарегистрирована Федеральной службой по  
надзору в сфере связи, информационных  
технологий и массовых коммуникаций  
(Роскомнадзор). Свидетельство о регистрации СМИ  
ГИ № ФС77-48421 от 30.01.2012 г. Мнение редакции  
может не совпадать с мнением авторов публикации.  
Все рекламируемые товары и услуги подлежат  
обязательной сертификации.

## Праздничные салаты



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г куриного филе,
- 7 маслин без косточек,
- 1 помидор,
- 1 болгарский перец,
- 50 г твердого сыра,
- 3 перышка зеленого лука,
- 3 ломтика сыра «Гауда»,
- майонез,
- соль.

### САЛАТ «ШЕПОТ КУПИДОНА»

Отварное куриное филе разрезать на небольшие кусочки и уложить первым слоем на блюдо, смазать майонезом. Сыр натереть на терке, уложить сверху курицы и смазать майонезом. Уложить слой прорезанного кубиками помидора и немного майонеза. Последний слой - нарезанные колечками маслины. Украсить ломтиками болгарского перца и сердечками из сыра «Гауда». Посыпать мелко нацинкованным зеленым луком. Поставить в холодильник на 2 ч. и подать.

Богданова Нина, г. Муром

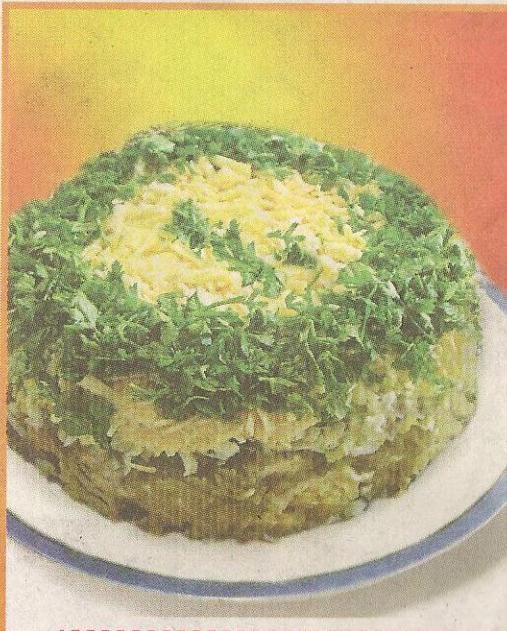
**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 100 г конс. кукурузы,
- 100 г ветчины,
- 5 колечек конс. ананаса,
- 50 г сыра «Гауда»,
- 50 г легкого майонеза,
- 2 вареных яйца.

**САЛАТ «ТАЙНАЯ СТРАСТЬ»**

Нарезать кубиками ветчину, яйца и ананасы. В креманки выложить слоями и смазать каждый слой либо майонезом, либо йогуртом: кукурузу, яйца, ветчину, ананасы. Сверху присыпать сыром и украсить по желанию. Поставить в холодильник на пару часов, затем подать.

Виноградова Анна, г. Тверь



**Поздравляю с Днем влюблённых!**

**Пусть романтика живёт!**

**Пусть не будет дней холодных,  
В жизни будет только взлёт.**

**Пусть любовь прекрасным светом**

**Озаряет всё кругом,**

**И ворвётся в сердце лето  
Зимним снежным февралём!**

**САЛАТ «СЮРПРИЗ»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 200 г вареной говядины,
- 3 вареных яйца,
- 200 г сыра,
- 1 ст. чернослива,
- 3 маринованных огурца,
- 1 луковица,
- 3 ст. л. конс. горошка,
- 1/2 ст. кедровых орехов,
- майонез.

Сыр и яйца натереть на мелкой терке и перемешать. Чернослив мелко нарезать. Мясо и огурцы нарезать тонкой соломкой, лук – полукольцами.

Глубокую чашу смазать растит. маслом, застелить пищевой пленкой, обложить стенки яично-сырной массой и смазать майонезом. Затем слоями выложить: чернослив, мясо, огурцы, лук и горошек. Каждый слой смазать майонезом.

Закрыть салат концами пленки и поставить пропитываться в холодильник на 40 мин.

Затем перевернуть салат на плоское блюдо, аккуратно снять пленку, украсить листьями салата и присыпать кедровыми орехами.

Соловьева Евгения,  
г. Ставрополь

**САЛАТ «ИСКУШЕНИЕ»**

Мясо отделить от костей и нарезать небольшими кусочками. Крабовые палочки нарезать кубиками, перец и помидор – небольшими кубиками. Миндаль измельчить. Очищенный чеснок пропустить через пресс. Куриное филе, крабовые палочки, помидор, перец, чеснок смешать, посолить и заправить майонезом.

Готовый салат выложить в салатник и посыпать измельченным миндалем. Украсить по вкусу.

Волкова Валентина, г. Мытищи

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 700 г копченых куриных окорочек или грудки,
- 1 большой помидор,
- 1 болгарский перец,
- 200 г крабовых палочек,
- 1/4 ст. миндаля,
- 2 зубчика чеснока,
- соль,
- майонез.

**САЛАТ****«ДЛЯ ЕДИНСТВЕННОЙ»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 300 г пекинской капусты,
- 5-7 шт. сушеного инжира,
- 1 свежий огурец,
- 1/2 копченой куриной грудки,
- зернистая горчица,
- растит. масло,
- соевый соус,
- соль, перец.

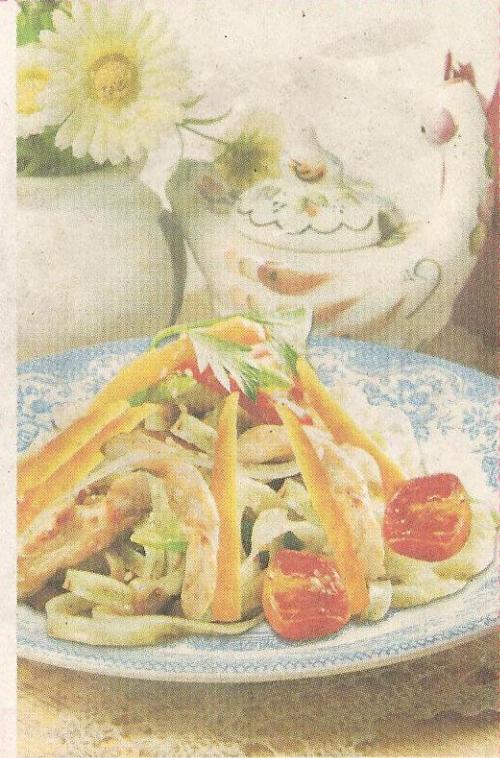
*Салат этот я встретил в одном ресторанчике, мне понравилось, и я его приготовил дома для любимой.*

Инжир промываем и заливаем кипятком на 5-10 мин., кипяток должен только покрыть инжир. Пекинскую капусту нарезаем кубиками, огурец и грудку режем некрупной соломкой. Вынимаем инжир из воды и нарезаем соломкой.

Для заправки: 2 ст. л. горчицы разбавляем 1 ст. л. соевого соуса, размешиваем, добавляем 1 ст. л. растит. масла и еще раз хорошо перемешиваем.

Поливаем салат заправкой, хорошо перемешиваем, даем постоять 15-20 мин. Перед подачей еще раз перемешиваем и подаем. Получается очень оригинальный и легкий салат.

Новикова Екатерина, г. Орел



Если огурцы горчат, их нужно очистить, присыпать небольшим количеством сахара, залить молоком и оставить на 30 мин.

## Романтический ужин ко Дню влюбленных

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 500 г креветок,
- 3 мандарина,
- икра,
- 200 г листьев салата,
- 100 г майонеза,
- зелень петрушки и укропа.

Мандарины очистите, разберите на дольки и снимите пленки. Креветки отварите в подсоленной воде и почистите. Листья салата порвите руками, зелень петрушки и укропа порубите, смешайте с мандаринами, креветками и икрой. Заправьте салат майонезом и выложите на листья салата..

Ильина Дарья, г. Ессентуки



- Шампиньоны - это незаменимый продукт для приготовления грибных и мясных соусов.

- Для приготовления мясных салатов лучше всего использовать говядину или белое мясо курицы.

**ПАРИЖСКИЙ САЛАТ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 300 г вареных куриных грудок,
- 5 маслин без косточек,
- 200 г маринов. шампиньонов,
- 200 г сыра,
- 1 желток,
- 1 ч. л. горчицы,
- 1 ст. л. винного уксуса,
- 1/2 ст. растит. масла,
- 3 ст. л. йогурта,
- соль, перец,
- щепотка сахара.

Маслины разрезать пополам и положить в салатник.

Шампиньоны нарезать тонкими ломтиками, сыр - кубиками. Все перемешать.

Нарезать куриное мясо кубиками и добавить его в салатник, все снова перемешать.

Приготовить майонез: взбить в миске желток, горчицу, соль, перец, винный уксус и лимонный сок до получения однородной массы.

Затем, размешивая в одну сторону, постепенно добавлять порциями растит. масло, пока майонез не загустеет. Затем подмешать йогурт.

Заправить салат полученным соусом и сразу же подать.

Макарова Наталья, г. Люберцы

Готовим с 1001 совет и секрет

**САЛАТ «ЛЕГКИЙ ВОСТОРГ»**

Яйца и креветки сварить, почистить. Салат уложить слоями: тертое яблоко, тертый сыр, мелко нарезанные яйца, нарезанный огурец, кукуруза, креветки.

Через каждые 2 слоя промазать салат майонезом.

Украсить гранатом и зеленью.

Андреева Светлана, г. Старый Оскол

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 3 вареных яйца,
- 1 яблоко,
- 1 свежий огурец,
- 1 б. конс. кукурузы,
- 200 г креветок,
- 1 гранат,
- 200 г майонеза.

**САЛАТ  
«КАРМЕН»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                                  |  |
|----------------------------------|--|
| ■ 200 г вареного куриного мяса,  | ■ 2 ст. л. оливкового масла,           |
| ■ 200 г красного сладкого перца, | ■ 1/2 ст. л. готовой столовой горчицы, |
| ■ 200 г конс. горошка,           | ■ зелень петрушки и эстрагона.         |
| ■ 1/2 ст. риса,                  |  |
| ■ 1 ст. л. 6% уксуса,            |  |

Стручки перца испечь, очистить и нарезать соломкой. Также нарезать куриное мясо.

Рис сварить в подсоленной воде 15 мин. или припустить его с оливковым маслом и овощным отваром.

Подготовленные овощи смешать с рисом, заправить салатной заправкой из уксуса и оливкового масла, горчицей и солью по вкусу.

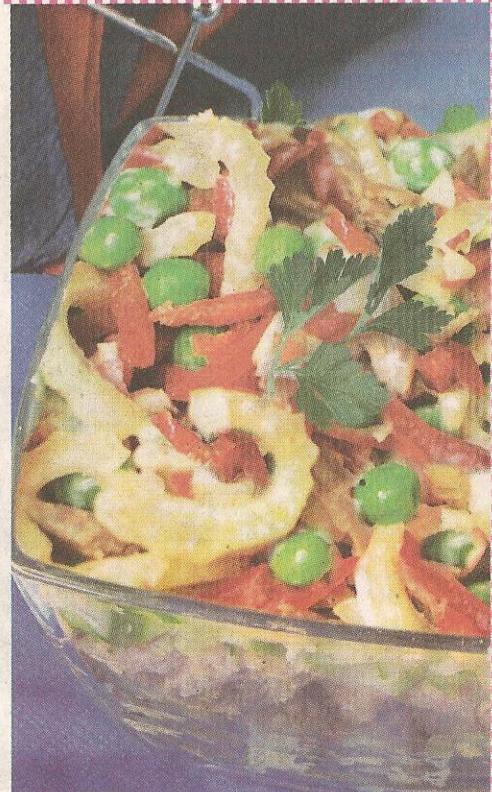
Посыпать салат сверху мелкорубленой зеленью и листиками эстрагона.

Соколова Светлана, г. Калининград



- Старую курицу можно отличить от молодой по грудной косточке: у старой птицы она плохо поддается сжатию пальцами, у молодой - скимается легко.

- Зелень петрушки сохранит аромат, если ее вымыть не холодной, а теплой кипяченой водой.



## 6 Салаты

### Романтический ужин ко Дню влюбленных

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

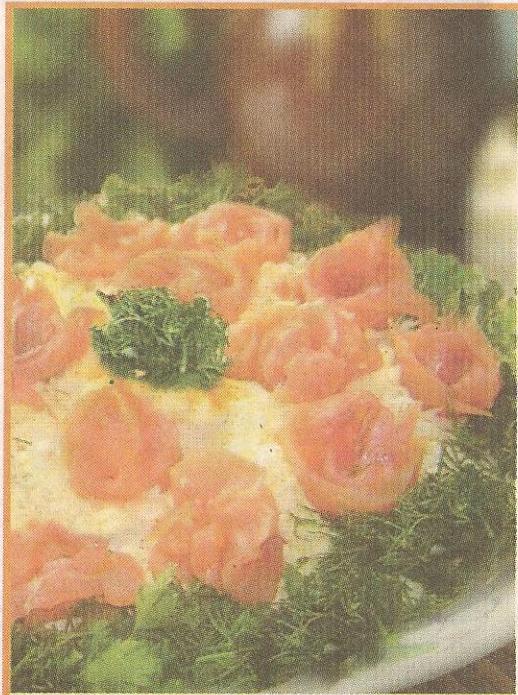
- 2 куриных филе,
- 3 вареные картофелины,
- 2 луковицы,
- 300 г шампиньонов,
- 5 варенных яиц,
- 100 г гречихи орехов,
- 200 г твердого сыра,
- чернослив для украшения.

#### САЛАТ «ЛЕБЕДУШКА»

Яйца, картофель и куриную грудку сварить. Шампиньоны нарезать соломкой и обжарить. Лук нарезать кубиками и обжарить до золотистого цвета. Салат выложить слоями, формируя лебедей: верхний на крупной терке картофель, мелко нарезанная куриная грудка, лук, шампиньоны, желтки, натертые на мелкой терке, измельченные гречихи орехи, сыр, натертый на терке. Каждый слой смазать майонезом. Сверху посыпать тертыми белками.

Из чернослива сделать лебедям клюв, а из черного перца горошком - глаза.

Гусева Ольга, г. Зеленодольск



- Чтобы яйца при варке не лопнули, нужно добавить в воду немного соли.  
- Яйцо с треснившим скорлупой можно сварить в воде с уксусом.

#### САЛАТ «РОЗОЧКИ НА ЛУГУ»

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- |                      |              |
|----------------------|--------------|
| ■ 2 плав. сырка,     | леной семги, |
| ■ 2 яйца,            | майонез,     |
| ■ 100 г слив. масла, | зеленый лук, |
| ■ 100 г слабосо-     | петрушка,    |
|                      | чеснок.      |

*Оригинальный слоеный салат. Очень красиво смотрится на столе, а вкус очень нежный и вкусный.*

Плавленые сырки потереть на терке, желательно сырки сначала немного заморозить, чтобы легче было тереть. Сверху натереть замороженное сливочное масло. Чеснок почистить, пропустить через пресс, перемешать с майонезом. Натереть яйца на крупной терке. Лук измельчить. Салат выкладывать на блюдо слоями: сырки, масло, яйца, лук. Каждый слой смазать майонезом с чесноком.

Ну а дальнейшее украшение зависит от вашей фантазии. Чтобы получились розочки - нарезать тонкими длинными полосками филе слабосоленой семги и закрутить их в розочки. Украсить слоеный салат по краям листьями петрушки и выложить в центр розочки из семги.

Ковалева Екатерина, г. Ногинск

### Аппетитные закуски



#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 14 больших сырых креветок,
- 2 луковицы,
- 200 г маленьких целых шампиньонов,
- 150 г помидорок черри,
- сок 1 лимона,
- 1 ст. л. оливкового масла,
- 1 зубчик чеснока,
- соль, перец по вкусу,
- 2 ст. л. измельченных семян укропа,
- зелень.

#### «ШАШЛЫЧКИ» ИЗ КРЕВЕТОК И ОВОЩЕЙ

Если вы будете пользоваться деревянными шампурами, замочите их предварительно в холодной воде на 10 мин. На шампуры поочередно нанизывайте креветку, 1/4 лука, грибы, помидоры. Соедините сок лимона, масло, измельченный чеснок, разделите маринад на 2 части.

Одной частью смажьте «шашлычки» и жарьте их на гриле по 7 мин., через каждые 3 мин. переворачивая на другую сторону.

Готовые шашлычки смажьте второй половиной маринада и подайте.

Яковлева Евгения, г. Воронеж

## Романтический ужин ко Дню влюбленных

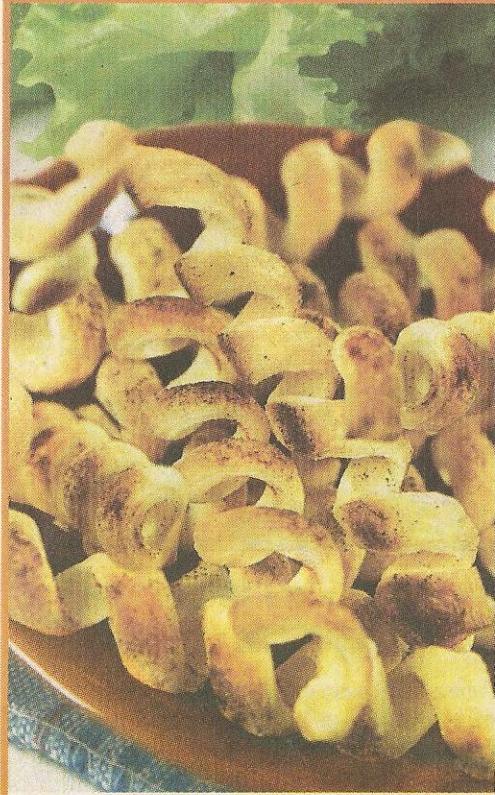
**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 2 армянских лаваша,
- 300 г малосоленой семги,
- 300 г ветчины,
- 300 г плавленого сыра,
- зелень.

**РУЛЕТИКИ «ФУРШЕТНЫЕ»**

Зелень мелко порубить. Семгу нарезать тонкими пластинками. Лаваш смазать тонким слоем сыра, выложить семгу, посыпать зеленью. Лаваш с семгой свернуть в рулет и положить на 15 мин. в морозилку. Затем достать и нарезать кусочками. Также сделать рулетики с ветчиной.

Суханова Диана, г. Светлоград

**СЫРНЫЕ ПАЛОЧКИ С КОРИЦЕЙ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                                  |                         |
|----------------------------------|-------------------------|
| ■ 250 г мягкого сливочного сыра, | ■ 100 г гречихи орехов, |
| ■ 250 г сливочного масла,        | ■ 1 ст. сахара,         |
| ■ 1,5 ст. муки,                  | ■ 10 г корицы,          |
|                                  | ■ 1 взбитое яйцо.       |

Взбить сливочный сыр с маслом, добавить муку, разделив ее на 3 порции, каждый раз тщательно перемешивая массу. Тесто должно быть однородной консистенции без комочеков. Выложить тесто на присыпанную мукой тарелку, накрыть крышкой и поставить в холодильник на 1 ч. Измельчить орехи, смешать их в блендере с сахаром и корицей. Тесто вынуть и раскатать, нарезать полосками размером 1x10 см, смазать яйцом, обсыпать орехово-коричной смесью, скрутить спиральками. Выпекать в разогретой до 200°C духовке на слегка смазанном жиром противне 10 мин.

Исаакова Светлана, г. Ельня



Пастообразный плавленый сыр чаще всего продается в пластмассовых баночках разного объема и формы. Переверните баночку и посмотрите, из какого материала она сделана. Если на донышке стоят две латинские буквы Р, значит домик для сыра полипропиленовый. Буквосочетание PS выдают полистирольную упаковку, во многих европейских странах использовать этот материал для пищевых продуктов запрещено.

**САЛАТНО-СЫРНЫЕ РУЛЕТИКИ**

Для начинки: отваренное яйцо натереть на крупной терке, смешать с сыром, майонезом и мелкорубленым чесноком. Важно, чтобы масса получилась однородной. Листья салата тщательно промыть и высушить. Затем выложить начинку небольшими порциями на каждый лист и завернуть рулетиком. Украсить закуску можно зеленью и оливками и подать.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 150 г плавленого сыра,
- 1 вареное яйцо,
- 1 зубчик чеснока,
- 2 ст. л. майонеза,
- 10 листьев салата.

Власова Нина, г. Рубцовск

**СЫРНЫЙ ЗАКУСОЧНЫЙ ТОРТ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- Белый хлеб,
- 200 г творога,
- зелень,
- 3 зубчика чеснока,
- 2 плавленых сырка,
- горсть гречихи орехов,
- 100 г маслин,
- 100 г кетчупа,
- перец, карри, соль,
- 100 г сметаны,
- 100 г майонеза,
- 200 г сыра.

Это блюдо не только невероятно вкусное благодаря гармонии сыра и остrego соуса, но и очень красивое, вполне подходящее для праздничного стола. Размять творог, добавить соль, зелень, сметану, чеснок, перец. Отдельно натереть сырки, перемешать с кетчупом. Также натереть сыр, перемешать с карри и майонезом.

Хлеб выложить кусками на ровное блюдо. На него - половину начинки из творога, затем маслины и снова творожную начинку. Снова выложить хлеб. На него - начинку из сырков, снова хлеб.

Затем - сырная начинка, смазать ее майонезом и обсыпать рублеными орехами. Охладить и подать.

Александрова Вероника, г. Торжок



Сыры — хороший источник кальция. В твердых сырах кальций преобладает над фосфором, и это благоприятно для его усвоения. В плавленых сырах фосфора больше, чем кальция, но всё же соотношение этих элементов лучше, чем в мясе.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 100 г малосольной семги или форели,
- 2 авокадо,
- 2 помидора,
- 1 ст. л. лимонного сока,
- соль, перец.

**ЗАКУСКА «ФАНТАЗИЯ»**

Авокадо почистить, нарезать и взбить блендером, добавить сок лимона, свежемолотый перец и немного соли по вкусу.

Кружочки помидоров выложить на застеленное листьями салата блюдо, сверху на каждый кружок выложить пасту из авокадо, затем кусочки семги.

Подать, украсив зеленью и ломтиками лимона.

Ширяева Полина, г. Тверь



**В День влюбленных тебе  
Поцелуй подарю  
И признаюсь сегодня,  
Что тебя я люблю!**

**КУРИНЫЕ ПАЛОЧКИ  
С СОУСОМ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 650 г куриных палочек,
- 1/3 ст. муки,
- 1 яйцо,
- 2 ст. риса,
- 2 ст. л. оливкового масла,
- 1/2 ст. сметаны,
- 2 ст. л. горчицы,
- 1 ст. л. меда,
- 3 моркови,
- 1 огурец,
- соль,
- перец.

Слегка взбить яйцо, приправить солью и перцем. В кухонном комбайне смешать рис с маслом до консистенции крошки, приправить солью и перцем.

Обвалять куриные палочки сначала в муке, а затем в яйце.

Затем обвалять куриные палочки в рисовой смеси.

Выложить на противень и запекать 10-15 мин. при 220°C.

Для соуса: смешать сметану, горчицу и мед, приправить солью и перцем.

Подать куриные палочки с нарезанными кубиками огурцом, морковью и сливочным соусом.

Афанасьева Анна, г. Абакан

**ОГУРЕЧНЫЕ СЕРДЕЧКИ**

Морковку нарезать кружочками, отварить в подсоленной воде 20 мин. и измельчить в миксере. Добавить лимонный сок, немного перца и 2 ст. л. воды, взбить, постепенно добавляя стружку масла.

Отварить креветки, сбрзнуть вермутом и охладить, очистить и сбрзнуть маслом, посолить. Очистить огурец от кожицы. Нарезать ломтиками (8 + на украшение) толщиной 0,5 см и вырезать из них сердечки с помощью формочки для печенья.

На каждое сердечко положить ложечку морковного пюре, на него – креветку, украсить укропом и разложить на блюде вместе с остальными сердечками.

Громова Ангелина, г. Армавир

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

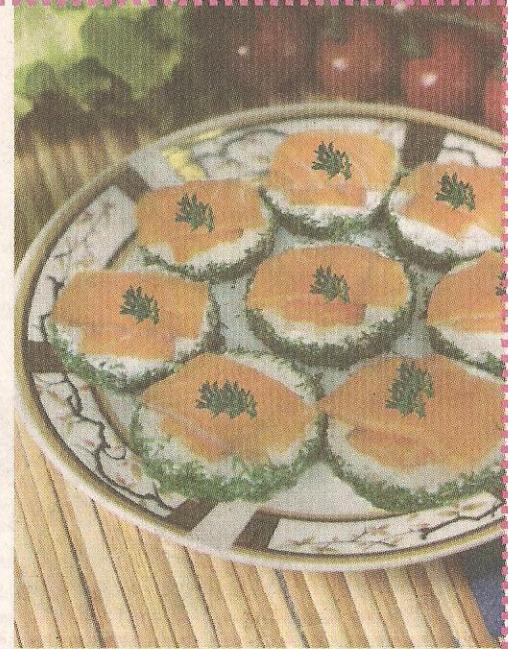
- 1 большой огурец,
- 8 больших креветок,
- 100 г моркови,
- 1 ч. л. лимонного сока,
- 1 ч. л. сухого вермута,
- 1 веточка укропа,
- 50 мл оливкового масла,
- соль,
- перец.

**БУТЕРБРОДЫ  
«14 ФЕВРАЛЯ»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 8 кусочков батона,
- 4 пластинки семги,
- 1 лайм или лимон,
- 1 огурец,
- 100 г лососевой икры,
- 80 г сыра фета,
- 4 ст. л. слив. масла,
- 2 ст. л. рубленого укропа,
- 1 ст. л. рубленой петрушки,
- красный молотый перец.

Аккуратно вырежьте сердечки из мякоти батона. Верхнюю и боковые части 4 кусочков батона намажьте размягченным сливочным маслом. Боковые части хлеба покройте рубленой зеленью петрушки, а сверху разложите икру и оформите небольшими кусочками лайма или лимона. Оставшиеся 4 кусочка батона намажьте сыром фета и посыпьте рубленым укропом. Сверху положите филе семги и оформите небольшими кусочками огурца.

Ефимова Нина, г. Среднеуральск



Мясо семги легко усваивается организмом и является прекрасным источником белка, она также содержит большое количество фосфора, йода, кальция, калия, натрия, магния, цинка, фтора.

*Романтический ужин ко Дню влюбленных***ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 8 вареных перепелиных яиц,
- 400 г слабосоленой форели,
- 1 лимон,
- 1 пучок укропа,
- красная икра для украшения.

**ЗАКУСКА «ЦВЕТЫ ИЗ ФОРЕЛИ»**

Эта закуска идеально подойдет для романтического или праздничного ужина. Форель нарезать тонкими пластинками. Каждое перепелиное яйцо завернуть в пластинку форели. Выложить яйца в форели на блюдо, в центр поместить веточки укропа. Лимон нарезать тонкими ломтиками, украсить им каждый форелевый «цветок», внутрь которого положить немного икры.

Казакова Евгения, г. Томск

**ЗАКУСКА «БУНЕТ»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 3 моркови,
- 1 зубчик чеснока,
- майонез,
- плавленый сыр пластинками,
- 1 болгарский перец,
- зелень,
- листья салата.

Нежная и вкусная закуска с оригинальным оформлением.

Морковь натереть на мелкой терке. Раздавить чеснок, добавить майонез, перемешать.

Перец нарезать тонкими полосками. Плавленый сыр свернуть кулечком, слегка прижимая в месте соединения. Наполнить каждый кусочек салатом из моркови, вставить полоску перца.

Выложить «цветы» на листья салата и украсить зеленью.

Коновалова Светлана, г. Глазов

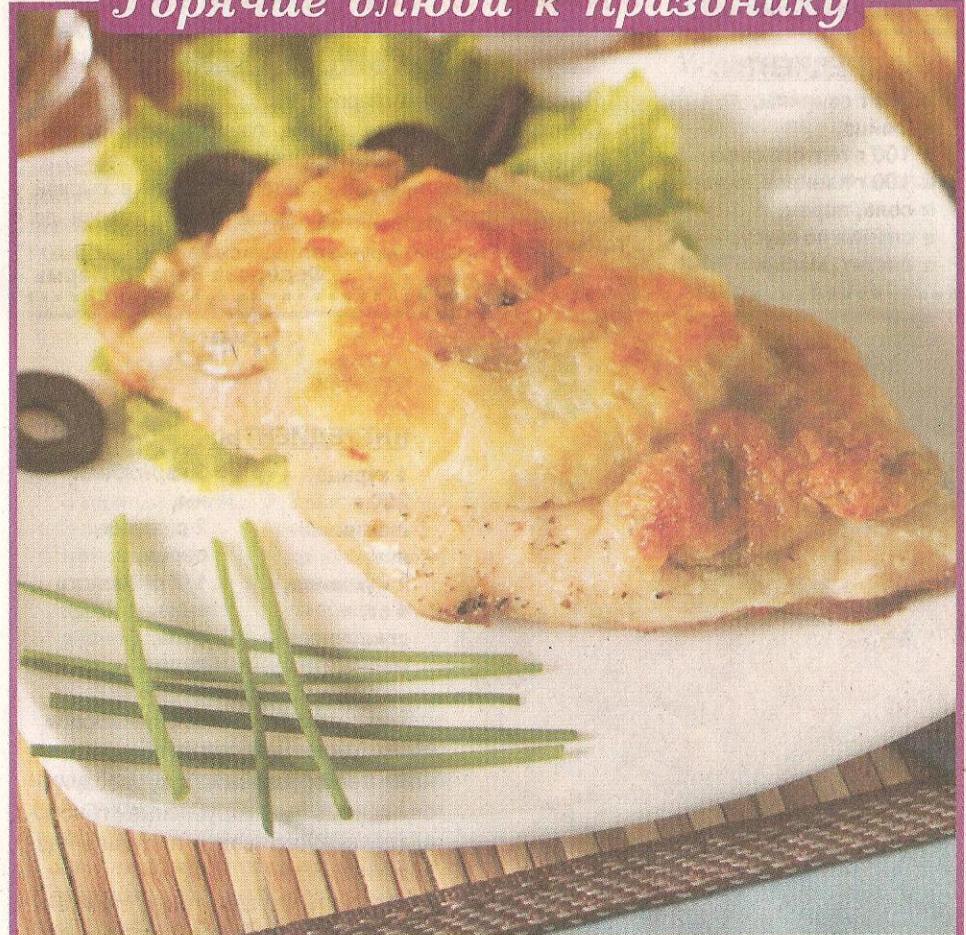
**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- Твердый сыр,
- сладкая груша,
- виноград без косточек,
- шпажки.

**ЗАКУСКА К ВИНУ НА ШПАЖКАХ**

Сочетание сыра и фруктов очень изысканно. По-моему, это одна из самых гармоничных легких закусок к белому вину. Нарезать кубиками сыр и грушу. На шпажку надеть виноградинку, кусочек груши и кусочек сыра. Подать закуску на плоском блюде.

Шестакова Людмила, г. Новочебоксарск

*Горячие блюда к празднику***КУРИЦА ПОД АНАНАСАМИ «СТРАСТЬ АМУРА»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 4 кусочка куриного филе,
- 1 б. конс. ананасов,
- 1/4 ч. л. паприки,
- 50 г сыра,
- растит. масло,
- 1 пучок петрушки,
- соль по вкусу.

Куриное филе немного отбить, натереть смесью соли и паприки. Каждый кусочек обжарить на растит. масле с двух сторон. Выложить в сковороду и залить соком от ананасов. Томить на среднем огне 10-12 мин., пока сок не выпарится. Ананасы выложить в сковороду и обжарить 5-7 мин. Немного приправить паприкой. Выложить куриное филе в форму. Сверху выложить кусочки ананасов, посыпать тертым сыром и запечь в духовке 5-7 мин. при 200°С. Выложить на блюдо и посыпать измельченной зеленью.

Орлова Маргарита, г. Иваново

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 700 г свинины,
- 2 яйца,
- 100 г тертого сыра,
- 100 г паниров. сухарей,
- соль, перец,
- специи по вкусу,
- растит. масло.

**СВИНИНА С СЫРОМ «НЕЖЕНКА»**

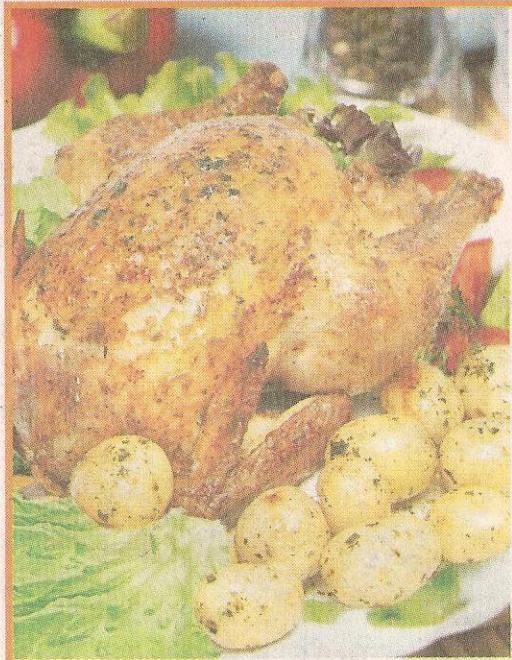
Яйца взбить с солью и перцем.

Смешать тертый сыр, специи, панировочные сухари.

Свинину нарезать кусочками толщиной около 1 см.

Кусочки обмакнуть в яйце, затем обвалять в сырной смеси и обжарить на растит. масле с двух сторон до готовности.

Федорова Вера, г. Пермь



**Поздравляю с днем влюбленных,**

**Упсенных, озаренных**

**Чувствами прекрасными,**

**Самыми всевластными.**

**Дай вам Бог не расставаться,**

**Вечным счастьем наслаждаться!**

**КУРИЦА  
С ШАМПИНЬОНАМИ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                              |                        |
|------------------------------|------------------------|
| ■ 1 курица,                  | ■ 3 картофелины,       |
| ■ 200 г шампиньонов,         | ■ 2 сладких перца,     |
| ■ 1 луковица,                | ■ 1/2 ст. белого вина, |
| ■ 4 ст. л. сливочного масла, | ■ соль,                |
|                              | ■ перец.               |

Тушку натереть солью и перцем. Масло растопить, слегка обжарить на нем мелкорубленый лук, добавить очищенные мелкорубленые грибы, влить немного воды и тушить до полуготовности.

Наполнить фаршем тушку, зашить и обжарить со всех сторон на оставшемся масле.

Через 15 мин. добавить нарезанный дольками картофель, перец - тонкими кольцами, влить вино (если жидкости недостаточно, можно добавить воды).

Тушить курицу до готовности, часто поливая образующимся соусом.

Готовую курицу освободить от ниток.

Перед подачей соус приправить солью, перцем и полить им курицу.

Романова Ирина, г. Кострома

Готовим с 1001 совет и секрет

**КУРИНЫЕ БЕДРЫШКИ С СЫРОМ**

Сыр нарезать пластинками. В каждое бедрышко, под кожу, вложить ломтик сыра. Выложить бедрышки в форму для запекания, посолить. Зелень мелко порубить. Смешать зелень с майонезом, добавить чеснок, нарезанный на меркой терке, перемешать, смазать бедрышки, поставить в духовку и запекать при 180°С около 45 мин. до готовности.

Алексеева Анастасия, г. Казань

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 1 кг куриных бедрышек или окорочков,
- 150 г твердого сыра,
- 8 ст. л. майонеза,
- 3 зубчика чеснока,
- зелень,
- соль.

**КУРИНЫЕ НОЖКИ  
В ВИНО-ВИШНЕВОМ СОУСЕ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                     |                                    |
|---------------------|------------------------------------|
| ■ 8 куриных ножек,  | ■ 2-3 ст. л. сухого красного вина, |
| ■ 3 луковицы,       | ■ майонез,                         |
| ■ замороженных      | ■ соль,                            |
| вишен,              | ■ паприка,                         |
| ■ 2 ст. л. сметаны, | ■ карри,                           |
|                     | ■ петрушка.                        |

Необычные сочетания продуктов дают вкуснейший результат. Мало того, такие куриные ножки в соусе не стыдно подать к столу, так как выглядят они красиво и ароматно!

Лук нарезаем тонкими кольцами, выкладываем на сковороду, накрываем крышкой и немножко пропариваем.

Затем добавляем сметану, вишни и вино. Доводим до кипения.

Куриные ножки маринуем в майонезе со специями и солью.

Ножки выкладываем на смазанный противень и запекаем в духовке при 180°С 20 мин.

Через 20 мин. ножки поливаем сметанным соусом и продолжаем запекать еще 20 мин.

Подаем вместе с соусом.

Степанова Ирина, г. Чебоксары



**СОВЕТ**

Хорошие, свежие голени должны обладать тонкой, ровной, однородной кожей без видимых повреждений, пятен или кровоподтеков.

Особое внимание обратите на срез и видимый сустав – он должен быть чистым и не заветренным. Цвет свежих ножек должен быть ровным, светло-розовым.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

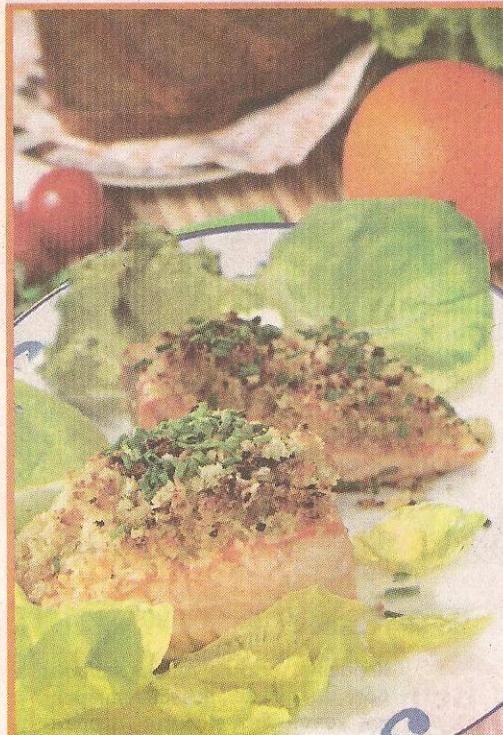
- 600 г мякоти телятины,
- 1 луковица,
- 2 ст. л. лимонного сока или сухого белого вина,
- 2 ст. л. сливочного масла,
- соль,
- 1 ст. л. тертого корня или рубленой зелени петрушки,
- щепотка сушеної мяты или душицы.

**ЛОМТИКИ ТЕЛЯТИНЫ В ФОЛЬГЕ**

Мясо нарезать поперек волокон на ломтики и отбить. Каждый ломтик посыпать солью, сбрызнуть лимонным соком, положить на фольгу и выдержать 30 мин. в холодном месте. Затем на мясо положить масло, смешанное с петрушкой, кольца лука и приправы. Каждый ломтик завернуть отдельно в фольгу и запекать в духовке до полной готовности около 40 мин.

На гарнир подать жареный картофель или рассыпчатый рис, тушеные овощи.

Сорокина Ирина, г. Пермь



Филе морской рыбы будет более нежным, если за 30-40 мин. до готовности посыпать его сахаром или сахарной пудрой.

Оформите кусочками лимона.  
Данилова Галина, г. Кузнецк

**ОТБИВНАЯ С СЫРОМ И ГРИБАМИ**

Поджарить бифштексы до готовности.

Помидоры нафаршировать измельченным хлебом и тертым сыром. Ножки грибов туширь в масле до готовности.

При подаче бифштексы положить на гренки, обложить фаршированными помидорами и тушенными грибами. Все посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Куликова Олеся, г. Иваново

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 1 к мяса,
- 3 ст. л. сливочного мяса,
- 500 г помидоров,
- 100 г сыра,
- 300 г грибов,
- 1 ст. белого соуса,
- 2 ломтика белого хлеба,
- зелень петрушки,
- соль, перец.

**РЫБНОЕ ФИЛЕ В ХРУСТАЩЕЙ КОРОЧКЕ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                       |                |                   |
|-----------------------|----------------|-------------------|
| ■ 500 г филе рыбы,    | орех,          | ■ 3 картофелины,  |
| ■ 600 г картофеля,    | 2 ст. л. слив. | ■ 1 апельсин,     |
| ■ 200 г тертого сыра, | масла,         | ■ 1 луковица,     |
| ■ 2 желтка,           | 2 ст. растит.  | ■ олив. масло,    |
| ■ тертыи мускатный    | масла,         | ■ соль, перец,    |
|                       | эстрагон или   | ■ приправы,       |
|                       | майоран,       | ■ бульон овощной  |
|                       | молотый перец, | горошек, фасоль), |
|                       | соль, лимон.   |                   |

Очищенный картофель сварите до готовности в подсоленной воде, слейте воду и сразу пюрируйте. Добавьте в него сливочное масло, сыр, желтки, перец, мускатный орех, хорошо перемешайте. Филе рыбы посолите и обжарьте на растит. масле с обеих сторон. Смажьте маслом форму для запекания, уложите слоем половину картофельной массы, на нее – кусочки жареной рыбы, посыпьте их 2 ст. л. рубленой зелени, разложите сверху оставшуюся картофельную массу. Запекайте в духовке при 180°C до золотистой корочки.

Оформите кусочками лимона.

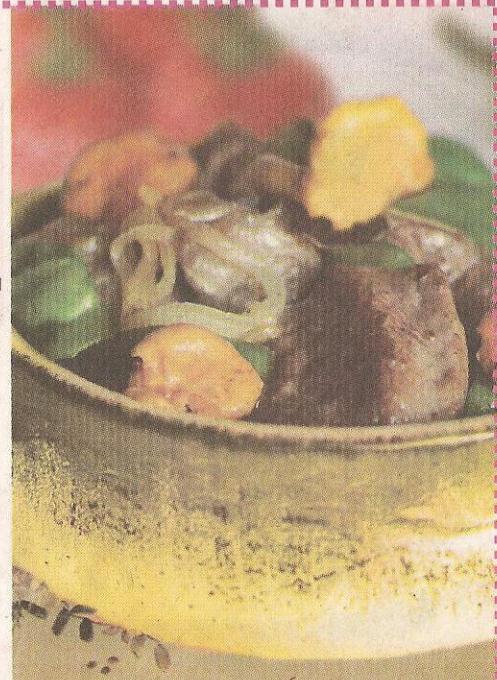
Данилова Галина, г. Кузнецк

**МЯСО В ГОРШОЧКАХ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 300 г свинины,
- 300 г свежих или конс. грибов,
- 300 г смеси замороженных овощей (брокколи, морковь, перец, кукуруза, зеленый горошек, фасоль),
- 3 картофелины,
- 1 апельсин,
- 1 луковица,
- олив. масло,
- соль, перец,
- приправы,
- бульон овощной или мясной.

Режем мясо кубиками, обжариваем на оливковом масле до полуготовности. Картофель и лук чистим и режем кубиками. Ингредиенты в горшочки выкладываем слоями: мясо, лук, грибы, картофель, замороженные овощи, солим, перчим, заливаем на половину бульоном и украшаем половинками долек апельсина. Тушим в духовке при 200°C 30 мин. до полной готовности.

Анисимова Валентина, г. Муром

**ОКОРОЧКА В КОКОСОВОЙ СТРУЖКЕ**

Окорочка посолить, поперчить, добавить специи и оставить на 30 мин. Яйца немного взбить. Обвалять окорочка в яйце, затем в кокосовой стружке и жарить на растит. масле на среднем огне по 5-7 мин. с каждой стороны. Затем около 20 мин. жарить под крышкой.

Воробьева Анастасия, г. Казань

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 3 окорочка,
- кокосовая стружка,
- 2 яйца,
- соль, перец,
- специи по вкусу,
- растит. масло.

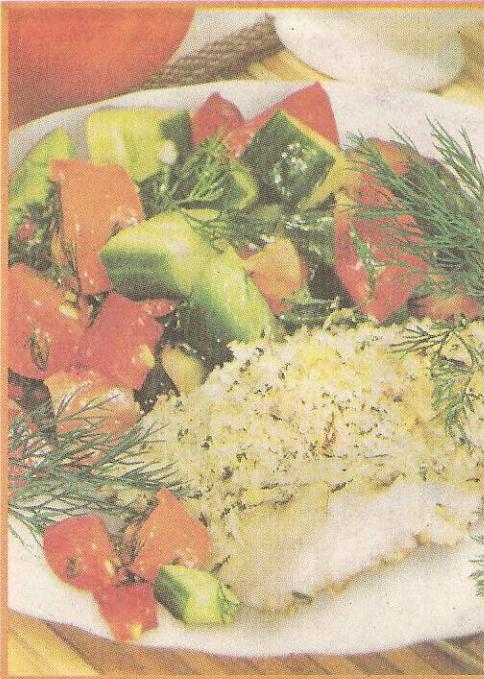
**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 500 г свинины,
- 300 г лука,
- 700 кг картофеля,
- 2 ст. л. майонеза,
- 150 г твердого сыра,
- соль,
- перец.

**МЯСО ПО-КОРОЛЕВСКИ**

Мясо нарезать, как на отбивные, и отбить молоточком, сложить на дно глубокого противня, немного посолить и поперчить. Сверху положить слой лука, нарезанного соломкой. На лук выложить нарезанный кружочками картофель, смазать майонезом и посыпать тертым сыром. Поставить противень в духовку на 40 мин. до образования румяной корочки.

Григорьева Оксана, г. Саранск

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 500 г куриного филе,
- 300 г грибов,
- 200 г лука,
- соль, перец,
- растит. масло,
- зелень по вкусу.

**КУРИНОЕ ФИЛЕ, ЖАРЕННОЕ С ГРИБАМИ**

Лук нарезать полукольцами, грибы – ломтиками, филе – небольшими кусочками.

Обжарить лук на растит. масле.

Добавить грибы, жарить 10 мин., добавить филе, посолить, поперчить и жарить под крышкой 25 мин.

Готовое блюдо посыпать зеленью и подать.

Королева Валентина, г. Стерлитамак

**КУРИНЫЕ ОТБИВНЫЕ В КЛЯРЕ**

Куриные филе разрезать на 3-4 части наискосок, слегка отбить, посолить, поперчить.

Для кляра: взбить вилкой яйца с солью, перцем, мукой и 1-2 ст. л. воды до консистенции густой сметаны.

Отбивные обмакнуть в кляр и выложить на разогретую сковороду с растит. маслом. Обжаривать на среднем огне с двух сторон до зарумянения. Этим отбивным хорошо идет соевый соус. На гарнир подать свежие овощи.

Баранова Нина, г. Уфа

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 2 куриных филе,
- 2 яйца,
- 1 ст. л. муки,
- соль, перец,
- растит. масло.

**КУРИНАЯ ГРУДКА ПОД СОУСОМ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                   |               |
|-------------------|---------------|
| ■ Куриная грудка, | ■ 1 ст. л.    |
| ■ 1 луковица,     | горчицы,      |
| ■ растит. масло,  | ■ 1 ст. воды, |
| ■ 3 ст. л.        | ■ соль,       |
| ■ майонеза,       | ■ специи.     |

Смажьте форму растит. маслом. На дно положите лук, нарезанный кольцами. Сверху выложите нарезанную небольшими кусочками куриную грудку. Все это посыпьте специями. Можно добавить немного соли, если хотите, но главное – не перестарайтесь. Отдельно смешайте майонез, горчицу и воду. Воды должно быть достаточно, чтобы покрыть все блюдо. Если порция большая, можно добавить больше майонеза и горчицы. Тщательно все перемешайте и вылейте в форму.

Запекайте в духовке при 180°C 40-50 мин. Жидкости должно стать наполовину меньше. А чтобы грудка не подсохла сверху, через 30 мин. после того, как поставили ее в духовку, аккуратно ее переверните.

Мясо получается очень нежным и мягким.

Журавлева Анна, г. Кронштадт



Грудки богаты высококачественными легко усваиваемыми белками, аминокислотами, минералами и витаминами.

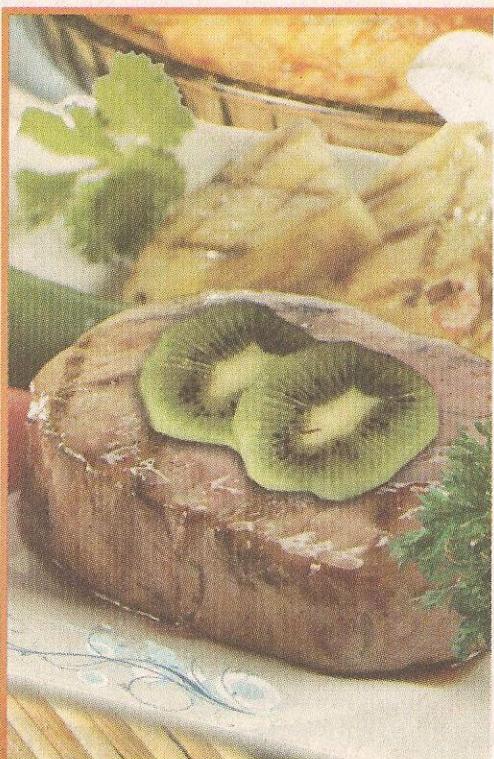
**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 500 г филе говядины,
- 700 г картофеля,
- 300 г грибов,
- 300 г репчатого лука,
- майонез,
- соль, перец,
- растил. масло.

**ГОВЯДИНА С КАРТОФЕЛЕМ И ГРИБАМИ**

Форму для запекания слегка смазать маслом. Выложить мясо, нарезанное небольшими кусочками, посолить, поперчить. На мясо выложить нарезанный полукольцами лук. На лук – нарезанные грибы. На грибы выложить нарезанный тонкими пластинками картофель, немного посолить, поперчить, смазать майонезом и поставить в духовку. Запекать при 180°С 30-35 мин.

Цветкова Любовь, г. Москва

**МЯСО, ЗАПЕЧЕННОЕ С КИВИ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                        |             |
|------------------------|-------------|
| ■ 500 г свинины,       | ■ 1 крупная |
| ■ соль, перец,         | луковица,   |
| ■ 4-5 киви,            | ■ майонез.  |
| ■ 100 г твердого сыра, |             |

Приготовив мясо с киви, вы удивите свою любимую новым, оригинальным, свежим вкусом.

Мясо вымыть, нарезать кусочками, отбить, натереть перцем, солью, обжарить на большом огне по 3 мин. с каждой стороны. Выложить на смазанный противень. Лук крупно нарезать, обжарить. Киви почистить и нарезать кружочками. Мясо слегка смазать майонезом, выложить на него обжаренный лук, на каждый кусочек – киви.

Сыр натереть на крупной терке и посыпать мясо.

Запекать 30 мин. в разогретой до 180°С духовке.

Данилова Галина, г. Кузнецк



Свинина, входящая в состав блюда, - довольно жирное мясо, и при его чрезмерном употреблении оно быстро откладывается в организме в виде жирового запаса. Свинина содержит очень высокий уровень холестерина, а также большое число гормонов роста, которые являются одной из причин развития воспалительных процессов в тканях организма, поэтому блюда из свинины нужно употреблять в умеренном количестве, особенно в пожилом возрасте.

**СВИНИНА НА ШПАЖКАХ**

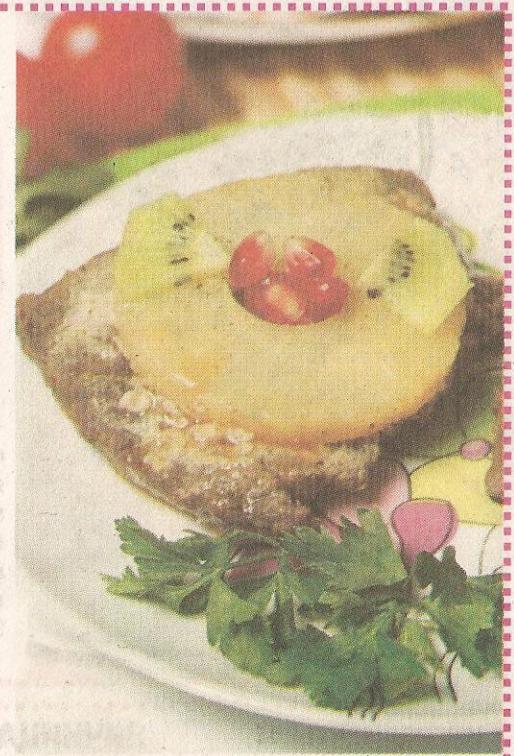
Свинину нарезать длинными полосками шириной около 2 см. Мясо посолить, поперчить, добавить томат-пасту, перемешать. Полоски мяса нанизать на шпажки.

Противень немного смазать маслом или застелить бумагой для выпечки. Выложить шпажки и запекать в духовке при 180°С 15-20 мин. Затем вынуть из духовки, посыпать тертым на мелкой терке сыром, снова поставить в духовку и запекать до золотистой корочки.

Николаева Елена, г. Семенов

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 500 г свинины,
- 4 ст. л. томат-пасты или кетчупа,
- 50 г твердого сыра,
- соль,
- перец.

**МЯСНЫЕ ОТБИВНЫЕ С АНАНАСОМ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                   |                  |
|-------------------|------------------|
| ■ 1 кг свинины,   | ■ 2 ч. л.        |
| ■ 300 г сыра,     | горчицы,         |
| ■ 150 г майонеза, | ■ 100 г сливоч-  |
| ■ соль, перец,    | ного масла,      |
| ■ 100 г муки,     | ■ 3 ст. л. меда, |
| ■ 4 яйца,         | ■ 1 ананас.      |

Очистить ананас, удалить сердцевину, нарезать мякоть полукольцами и полить медом. Отбитые куски мяса посолить, поперчить, смочить во взбитом яйце, обвалять в муке и обжарить на медленном огне на сливочном масле с одной стороны. Затем перевернуть, обжаренную сторону смазать майонезом с горчицей, положить колечко ананаса и сверху – натертый на крупной терке сыр. Затем сковороду накрыть крышкой и жарить до готовности. Готовность определить просто – как только сыр расплавился, отбивная готова.

Борисова Элла, г. Казань



Будьте осторожны, укладывая мясо на сковороду и переворачивая отбивные. Жир, брызгающий в стороны, может обжечь руки. Избежать разбрызгивания жира при жарке отбивных можно с помощью специальной сеточки от брызг. Она имеет вид крышки от кастрюли или сковороды, только вместо стекла или металла у нее специальная сетка. Накрыв сковороду этой сеткой, вы убережетесь от брызг жира, а отбивные приобретут золотистую корочку, как на открытой сковороде.

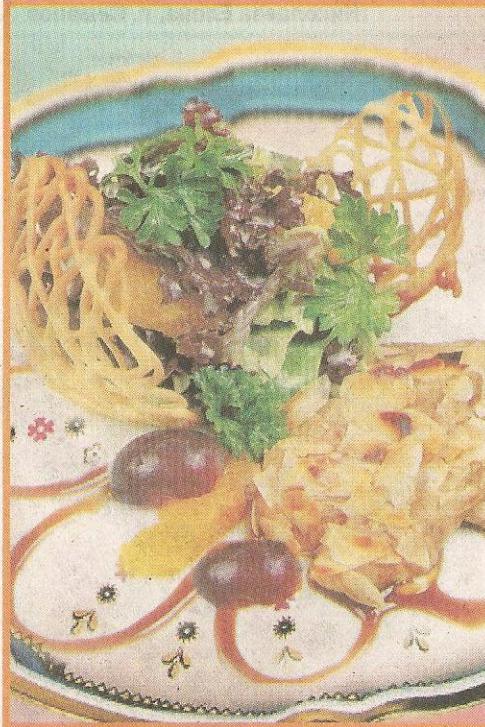
**КУРИНАЯ ГРУДКА ПОД СМЕТАННО-ЧЕСНОЧНЫМ СОУСОМ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 2 куриные грудки,
- 1 ст. сметаны,
- 4 зубчика чеснока,
- 150 г сыра,
- соль, перец.

Сметану посолить, поперчить, добавить натертый на мелкой терке чеснок и перемешать.

Грудки выложить в форму для запекания, смазать сметаной с чесноком. Сыр натереть на мелкой терке. Грудки посыпать сыром и поставить в духовку при 180°С на 50 мин.

Захарова Инга, г. Новоуральск

**ЛОСОСЬ ПОД МИНДАЛЬНОЙ КОРОЧКОЙ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| ■ 2 филе лосося    | ■ 1 яйцо,           |
| по 300 г,          | соль, перец,        |
| ■ 3 ст. л. паниро- | ■ 1 ст. л. рублено- |
| вочных             | базилика,           |
| сухарей,           | ■ 1 ст. л. рублено- |
| ■ 1 ст. 15%        | гого укропа,        |
| сливок,            | ■ 1/2 ч. л. сушено- |
| ■ 3/4 ст. молото-  | го орегано,         |
| го или рубле-      | ■ 1/2 ч. л. сушен-  |
| ного миндаля,      | ного тимьяна.       |

Филе поперчить, посолить, выложить в оgneупорную форму. Взболтать сливки с яйцом, добавить травы и половину миндаля. Полить сливочно-ореховую смесь на филе. Смешать оставшийся миндаль и хлебные крошки, засыпать массой филе поверх соуса. Запекать около 30 мин. до румяной корочки.

Фролова Ангелина, г. Тамбов

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 1 сосиска,
- 1 яйцо,
- масло.

Сосиску разрезаем пополам, не дорезая до конца с одного края около 1 см. Берем разрезанные концы и соединяем их вместе деревянной зубочисткой так, чтобы получилось сердце. Перекладываем на разогретую сковороду и внутрь сердечка разбиваем яйцо. Доводим до готовности под крышкой и подаем с салатом или картофелем. Получается очень быстро, вкусно и эффектно.

Тарасова Ольга, г. Нижний Новгород

**ЯИЧНИЦА «СЕРДЕЧКО»****КУРИНОЕ ФИЛЕ С ЛИМОНЧИКОМ**

Сковороду смазать слив. маслом. Филе нарезать кусками, слегка отбить. Уложить на сковороду часть куриного филе, посолить, поперчить, залить частью сметаны, положить кружочки лимона, сверху - куриное филе и снова залить сметаной. Запекать до готовности в духовке. Подать, посыпав мелкой нарезанной зеленью укропа.

Боброва Фаина, г. Тюмень

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 1 кг куриного филе,
- 2 ст. сметаны,
- 2 ст. л. слив. масла,
- 1 лимон,
- зелень укропа,
- черный перец,
- соль.

**ЛОСОСЬ С СЫРОМ «НЕЖНЫЙ»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 500 г лососины,
- 3 ст. л. растит. масла,
- панировочные сухари,
- 1 яйцо,
- 2 ст. л. тертого сыра,
- 3 зубчика чеснока.

Рыбу очистите, выпотрошите, нарежьте тонкими порционными кусочками, посолите, обмакните в яйце и обвалийте в сухарях. Затем обжарьте на хорошо разогретой сковороде на растит. масле с обеих сторон.

Уложите на блюдо и посыпьте тертым сыром, смешанным с чесноком. Подайте зеленый салат: листья салата нарежьте, добавьте сметану, соль, мелко нарезанный лук, зелень укропа, петрушки, немного уксуса и перемешайте. На гарнир подайте жареный картофель соломкой.

Михайлова Валерия,  
г. Сергиев Посад



Мясо лосося содержит много жира, но главным образом ненасыщенные жирные кислоты, которые благоприятно влияют на содержание жира в крови. Лосось богат калием и фосфором, в нем также содержится кальций, магний, хлор, железо, цинк, хром, фтор, молибден, никель, витамин B1, B2, C, E, PP и A.



**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

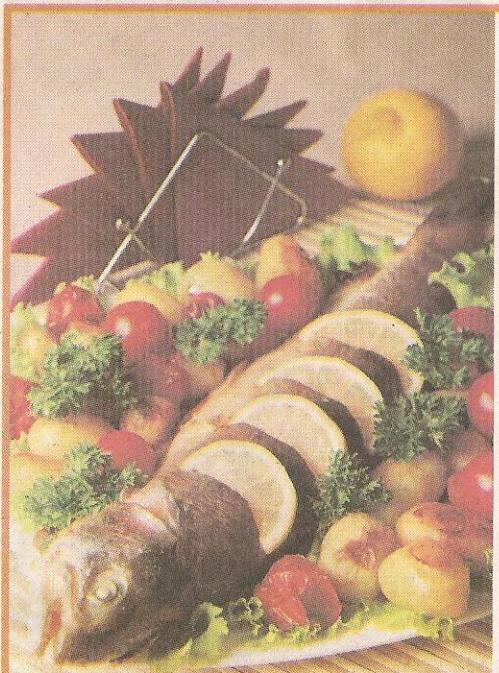
- 300 г свиной корейки,
- 200 г мороженых белых грибов,
- 1 ч. л. муки,
- 100 г сметаны,
- 50 мл. 20% сливок,
- зелень для украшения,
- растит. масло,
- соль,
- перец.

**ГОРЯЧЕЕ «ДЛЯ ВЛЮБЛЕННЫХ»**

Мясо разрезать на стейки, посолить и поперчить.

Немного отбить и обжарить на растительном масле с двух сторон до готовности. Выложить на тарелку. Белые грибы нарезать кубиками и обжарить на растительном масле 15-20 минут. По необходимости добавить воды и посолить. Сметану смешать со сливками и на самом маленьком огне нагреть. Добавить грибы и муку, посолить. На тарелку выложить 2 ст. л. соуса с грибами и стейк. Посыпать мелко нацинкованной зеленью и подать..

Комарова Елена, г. Вологда

**СОВЕТ**

Диетологи рекомендуют регулярно включать в рацион форель. Эта рыба богата полинасыщенной жирной кислотой Омега-3 и содержит низкий уровень холестерина. Она обладает прекрасными вкусовыми качествами и нежной текстурой.

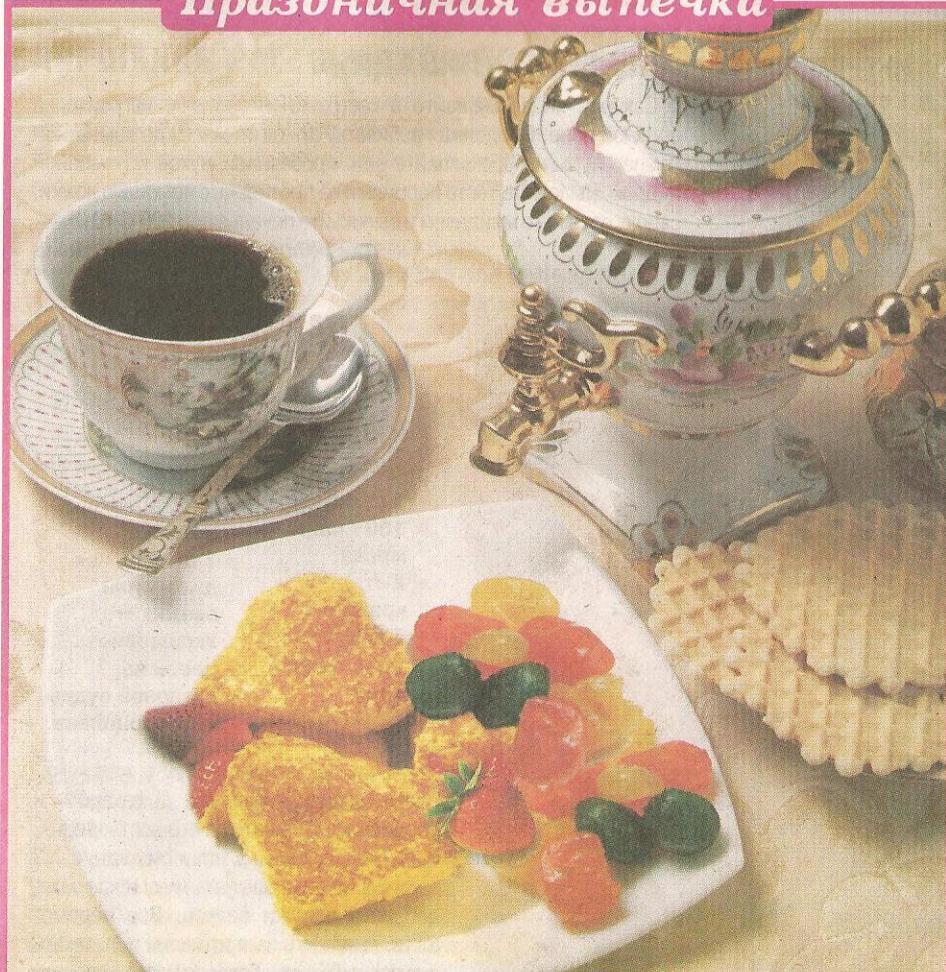
**ФОРЕЛЬ  
С ЧЕРНОСЛИВОМ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                 |                       |
|-----------------|-----------------------|
| ■ 400 г форели, | ■ 1 ст. л. 9% уксуса, |
| ■ 50 г зелени   | ■ 2 долек чеснока,    |
| петрушки,       | ■ 1 яйцо,             |
| ■ 1/2 ст.       | ■ 1 лимон,            |
| чернослива,     | ■ 2 ст. воды,         |
| ■ 1 ст. растит. | ■ соль,               |
| масла,          | ■ перец.              |

Форель ошпарить кипятком, очистить от чешуи, сохранив кожуцу, выпотрошить, хорошо промыть и положить в брюшко распаренный и промытый чернослив. В сотейник налить масло и уксус, насыпать зелень петрушки и измельченный чеснок, поверх выложить рыбу и добавить воду. Запекать в духовке при высокой температуре в течение 45 мин.

Готовую рыбу переложить на подогретое блюдо. В сотейник налить смесь из взбитого яйца, петрушки, измельченного чеснока и сока лимона, варить при непрерывном помешивании вилкой до загустения. Выложить соус на блюдо вокруг рыбы и украсить все ломтиками лимона.

Жукова Елизавета, г. Семенов

**Праздничная выпечка****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 300 г слив. масла,
- 2 ст. сахара,
- 2 яйца,
- 2 ч. л. соды,
- 1 ч. л. соли,
- 1/2 ст. апельсинового сока,
- 4 ст. муки.

**ПЕЧЕНЬЕ «ВАЛЕНТИНКИ»**

Растереть масло, сахар, яйца до пастообразного состояния. Добавить соду, соль, апельсиновый сок и хорошо перемешать. Порциями всыпать муку, тщательно перемешивая после каждого добавления.

Раскатать тесто толщиной 1 см. Выемкой в виде сердечка нарезать печенье, посыпать сахаром и запекать при 180°C до золотистого цвета.

Котова Марина, г. Ярославль

*Романтический ужин ко Дню влюбленных***ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 1 ст. сахара,
- 1 ст. муки,
- 4 яйца,
- 3 ст. л. рубленого миндаля,
- цедра 1 лимона.

**ПЕЧЕНЬЕ «ЛИВАДИЯ»**

Сахар и яйца смешайте в кастрюле и, взбивая, нагрейте на водяной бане. Продолжая взбивать, охладите массу до комнатной температуры и перемешайте ее с просеянной мукой и лимонной цедрой. Выложите тесто порциями на противень с помощью ложки, сверху посыпьте миндалем и выпекайте печенье при 200°С 10 мин.

Панфилова Алена, г. Кострома



Лучше покупать муку в бумажных пакетах, чтобы она могла «дышать» и дольше сохранять свои свойства. Муку в полиэтиленовом пакете необходимо периодически встраивать, а если она хранится больше двух-трех месяцев, то даже просеивать.

**СЛАДКИЙ РУЛЕТ  
«ЛЮБИМОЙ»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| <b>Тесто:</b>   | сливок,            |
| ■ 1 ст. муки,   | ■ 3 ст. л. сахара. |
| ■ 150 г слив.   |                    |
| масла,          |                    |
| ■ 2 ст. л.      |                    |
| крахмала,       |                    |
| ■ 5 яиц,        |                    |
| ■ 1 ст. сахара. |                    |
| <b>Крем:</b>    |                    |
| ■ 1,5 ст. 33%   |                    |

1/2 ст. сахара растереть с желтками. Белки взбить, смешать с сахаром и продолжать взбивать до его растворения. Взбитые с сахаром желтки смешать с 1/3 взбитых белков, всыпать муку и крахмал, добавить остатки белков. Все перемешать, выложить на противень и выпекать в духовке 25 мин. Готовое тесто нарезать на 8 квадратов, свернуть рулеты, оставить остывать. Сливки взбить с сахаром. Остывшие рулеты развернуть, начинить кремом из взбитых сливок и вареньем, снова свернуть. Остатками крема смазать рулеты сверху.

Украсить праздничные рулеты ко Дню святого Валентина цветами или марципаном.

Михеева Татьяна, г. Курган

**Готовим с 1001 совет и секрет****ПИРОЖНОЕ РАССЫПЧАТОЕ РОМОВОЕ**

Мелко порубить миндаль. Смешать с мукой сливочное масло, сахарную пудру, ром, чтобы тесто не было крутым.

Затем раскатать тонкими пластами и наделать фигурок, сверху их смазать яйцом и посыпать сахаром с рубленым миндалем.

Испечь в духовке при средней температуре.

Горшкова Оксана, г. Сызрань

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 300 г муки,
- 200 г слив. масла,
- 2 ст. л. сахарной пудры,
- 3 ч. л. рома,
- 50 г миндаля.
- Для смазывания:  
■ 1 яйцо.

**АПЕЛЬСИНОВЫЙ РУЛЕТ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| ■ 5 яиц,           | ■ 1 ст. 33%        |
| ■ 1 ст. сахара,    | сливок,            |
| ■ 3/4 ст. муки,    | ■ 1 ст. л.         |
|                    | крахмала,          |
| ■ 1 ст. л. крахма- | ■ 2 апельсина,     |
| ла,                | ■ 3 ст. л. сахара, |
| ■ 1 пакетик        | ■ 1/2 ст. л.       |
| разрыхлителя.      | ванильного         |
| <b>Начинка:</b>    | сахара.            |
| ■ 250 г творога,   |                    |

Отделить желтки и взбить их с половиной сахара. Когда масса увеличится в объеме в два раза и приобретет более бледный оттенок, добавить муку, смешанную с разрыхлителем и крахмалом. Смешать в миксере до однородной консистенции. Взбить белки с оставшимся сахаром. Осторожно смешать их с основной массой. Бисквитное тесто выложить тонким слоем на противень, застеленный пергаментом. Выпекать 10 мин. при 200-220°С.

Для начинки: взбить сливки с сахаром и ванильным сахаром до получения однородной массы, добавить творог и еще раз взбить. Нарезать дольки апельсина кусочками и добавить их в творожную массу. Снять тесто вместе с бумагой, дать ему слегка остить и нанести ровным слоем начинку. Осторожно свернуть корж в рулет.

Галкина Анастасия, г. Екатеринбург



Покупая развесную муку, стоит сразу же проверить ее запах: взять небольшое количество муки, рассыпать его и понюхать. Если ощущается посторонний затхлый запах, то покупать такую муку не стоит - очевидно, она уже давно лежит на прилавке.

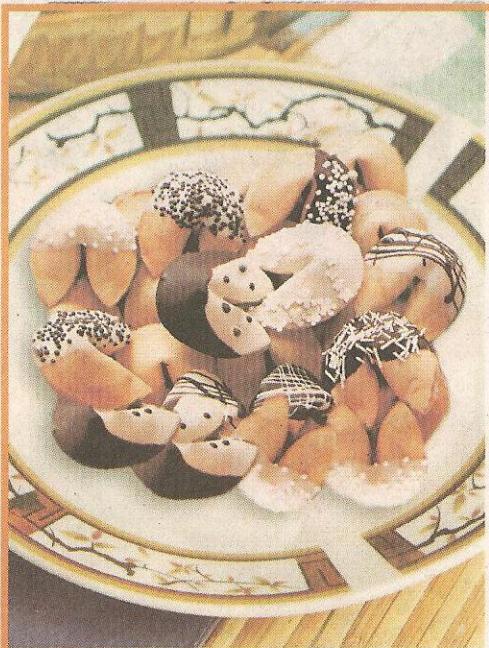
**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 1 ст. муки,
- 2 яйца,
- 1/2 ст. сахарной пудры,
- 1 ст. орехов,
- цедра лимона по вкусу.

**БАШЕНКИ ОРЕХОВЫЕ**

1 яйцо, желток, сахар и измельченную лимонную цедру взбить до образования густой массы, добавить муку и орехи. Полученным тестом заполнить кондитерский мешок с гладкой трубкой. На смазанный маслом противень выдавить из него небольшими порциями тесто в виде башенок и выпекать в духовке при 180°С до золотистого цвета. Готовое печенье можно украсить сахарной пудрой или ореховой крошкой.

Некрасова Анастасия, г. Тверь



**День святого Валентина**  
Для влюбленных самый светлый,  
И не сыщется причины,  
Чтобы вдруг забыть об этом.  
Поздравляю, милый мой,  
Самый близкий и родной!

**ПЕЧЕНЬЕ С ЛЮБОВНОЙ ЗАПИСКОЙ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 2 белка,
- 50 г муки,
- 50 г слив. масла,
- 50 г сахара,
- 1/4 ч. л. ванильной эссенции.

*Вкусные маленькие печеньяшки, которые могут держать маленькое любовное послание.*

Написать послания на маленьких кусочках бумаги. Взбить сахар с белками, добавить растопленное масло и ванильную эссенцию. Постепенно добавить муку. Выпекать по несколько штук, капнув 1 полную десертную ложку теста на противень. Оставьте достаточно расстояния между ними. Выпекать в духовке при 180°С 7 мин., пока края не станут золотистого цвета. Положить записку в центр, свернуть печенье пополам, затем свернуть его еще раз и подержать немного, чтобы печенье держало форму. Положить приготовленные печеньяшки в коробку, выложенную бумагой, и подарить любимому человеку.

Самое главное - сворачивать печенье быстро, пока оно еще горячее и мягкое.

Кудряшова Вероника, г. Тольятти

**РОЖКИ «К КОФЕ»**

Смешать поочередно сливочное масло, сахар, яйца, ванилин, какао, соду и муку. Замесить тесто, разделить его на много частей, раскатать каждую часть в жгутик и согнуть в рожок. Выложить рожки на покрытый пергаментом противень и выпекать в духовке при 180°С около 20 мин. Готовые рожки опустить в растопленный шоколад, сразу посыпать толчеными орехами и дать им постоять до застыивания.

Овчинникова Ольга, г. Ижевск

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 100 г слив. масла,
- 3/4 ст. сахара,
- 2 яйца,
- 3 ст. л. какао-порошка,
- 1/2 ч. л. гашеной соды,
- 2 ст. муки,
- 200 г молочного шоколада,
- любые орехи,
- ванилин.

**«ТВОРОЖНАЯ СКАЗКА»****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                               |                        |
|-------------------------------|------------------------|
| ■ 200 г слив. масла,          | Начинка:               |
| ■ 1 яйцо,                     | ■ 200 г слив. масла,   |
| ■ 3/4 ст. сахара,             | ■ 4 яйца,              |
| ■ 350 г муки,                 | ■ 3/4 ст. сахара,      |
| ■ 50 г какао-порошка,         | ■ 600 г творога,       |
| ■ 1 пак. (10 г) разрыхлителя. | ■ 1,5 ст. л. крахмала, |

■ ванильный сахар.

Замешиваем тесто без какао, делим на 2 части: большой и маленький.

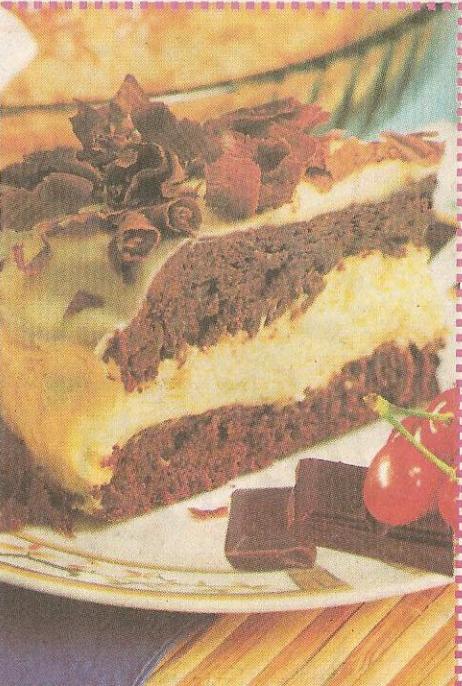
В большой добавляем какао и заново вымешиваем до однородной массы. Из полученного теста формуем полоски.

Для начинки: смешиваем все продукты и немного взбиваем миксером.

В смазанную форму выкладываем белые полоски, между ними - темные полоски, приподнявши слегка пальцами по поверхности всей формы, выливаем сверху начинку.

Поверх начинки выкладываем плоские полоски тёмного теста, ставим в духовку и выпекаем при 180°С около 1 ч.

Белякова Зинаида, г. Павлово



Перед тем как покупать на рынке развесной творог, попросите у продавца накладные на продукцию. Там должно быть указано, что именно вы покупаете — творог или творожный продукт.

*Романтический ужин ко Дню влюбленных***ИНГРЕДИЕНТЫ:**

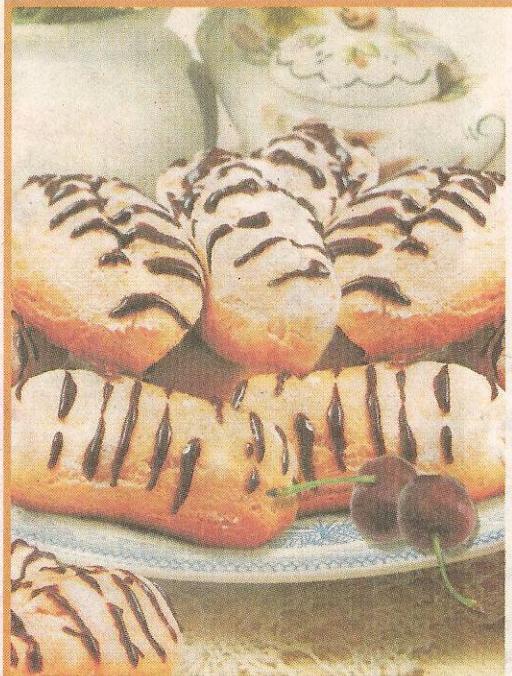
- 3 больших яйца,
- 3,5 ст. л. расплавленного на сухой сковороде сахара,
- 1/2 ст. муки.
- Начинка:**
- 4 ст. л. малинового джема,
- сахарная пудра.

**МАЛИНОВЫЙ РУЛЕТ**

Взбить яйца с сахаром до воздушной массы, смешать с мукой. Выложить в смазанную форму и разгладить поверхность. Выпекать в духовке при 220°С 7-10 мин., пока тесто не станет отставать от краев формы и не приобретет бледно-золотистый цвет.

Выложить из формы на слой промасленной бумаги, присыпанной сахарной пудрой. Намазать рулет малиновым джемом и плотно свернуть. Присыпать сахарной пудрой и остудить на подносе.

Лобанова Наталья, г. Рязань



При выборе сгущенного молока в первую очередь нужно обратить внимание на цвет молока. Если он неестественно желтый, то, скорее всего, производитель добавил красителей.

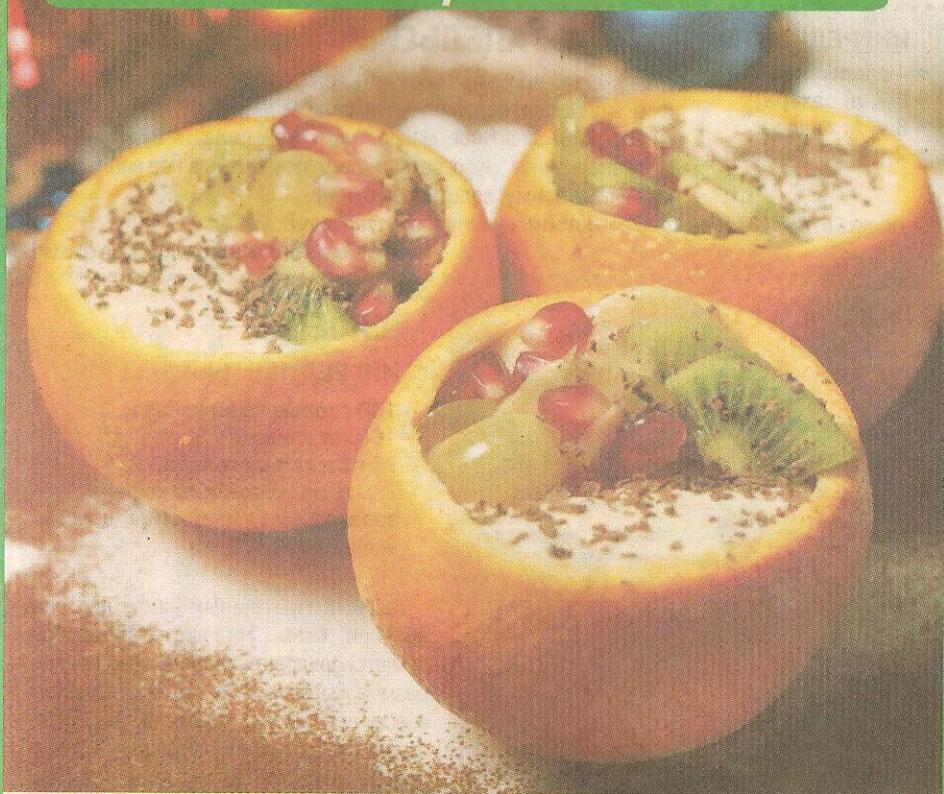
**МАЛЕНЬКИЕ ЭКЛЕРЧИКИ****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- |                      |                           |
|----------------------|---------------------------|
| Заварное тесто:      | Крем:                     |
| ■ 1 ст. воды,        | ■ 1 б. сгущенного молока, |
| ■ 1 ст. муки,        | ■ 200 г слив. масла,      |
| ■ 100 г слив. масла, | ■ сахарная пудра.         |
| ■ 4 яйца.            |                           |

Воду и сливочное масло поставить на огонь до закипания, снять и добавить муку, перемешать. По одному добавлять яйца, перемешивая. Чайной ложкой выкладывать на смазанный маслом противень тесто небольшими порциями на расстоянии друг от друга. Поставить в разогретую духовку на 20-25 мин. Пока печется, дверцу не открывать, чтобы не осели.

Для крема: размягченное масло смешиваем со сгущенкой и взбиваем. Вынимаем эклерчики, даем им остыть, затем надрезаем и ложкой начинянем кремом. Также кремом смазываем сверху и посыпаем сахарной пудрой.

Назарова Валентина, г. Витебск

**Любимые десерты и напитки****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 2 банана,
  - 2 яблока,
  - 2 ст. л. лимонного сока,
  - 200 г винограда,
  - 2 апельсина,
  - 4 конс. абрикоса или 2 конс. персики,
  - 2 ст. л. сахара.
- Соус:**
- 1 ст. сметаны,
  - 3 ст. л. ликера «Амаретто» или «Ореховый»,
  - 3 ст. л. измельченных грецких орехов.

**ФРУКТОВЫЙ САЛАТ С ЛИКЕРОМ**

Бананы очистить, разрезать вдоль на четыре части, потом поперек на мелкие кусочки. Яблоки очистить от кожуры, тоже разрезать на четыре части, освободить от сердцевины, нарезать мелкими кусочками, выложить на дно прозрачного салатника и сразу же полить лимонным соком, чтобы они не потемнели. Сверху засыпать нарезанными бананами. Каждую ягоду винограда разрезать пополам и освободить от косточек. Очищенные и нарезанные апельсины и персики засыпать сахаром и тщательно перемешать. Орехи истолочь в ступе и смешать с ликером и сметаной.

Готовый салат залить соусом.

Порамонова Людмила, г. Иркутск

*Романтический чин ко Дню влюбленных***ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 4 апельсина,
- 8 ч. л. сахара,
- 8 ч. л. ликера,
- 2 ч. л. слив. масла.

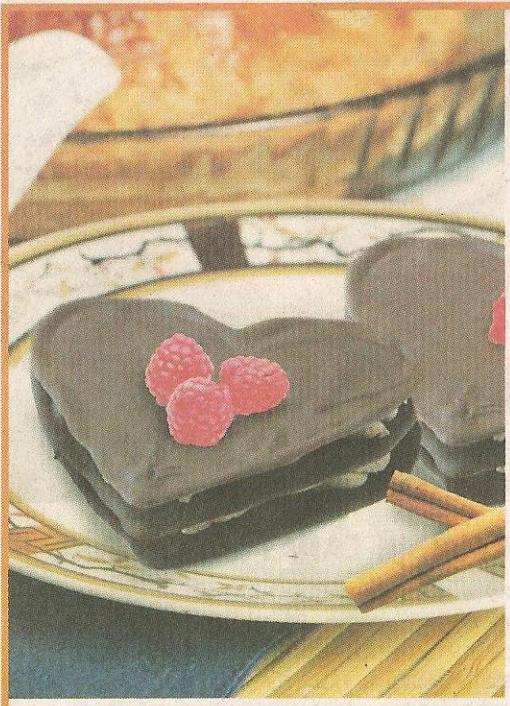
Подать в горячем виде, полив каждую половину апельсина ликером.

**АПЕЛЬСИНЫ «ПЬЯНЫЕ»**

Апельсины промыть, обсушить, разрезать пополам на 2 части, посыпать каждую половину 1 ч. л. сахара.

Разогреть сливочное масло, кисточкой смазать им внешнюю часть апельсинов, разогреть духовку, поместить в нее апельсины, пока они не примут золотистый оттенок.

**Блинова Римма, г. Кострома**



В День святого Валентина  
Я верю в волшебство любви,  
В ее магическую силу,  
И шлю вам импульсы свои!



Употребление темного шоколада регулярно и небольшими порциями улучшает работу кровеносных сосудов.

**СЛОЕНОЕ СЕРДЕЧКО****ИНГРЕДИЕНТЫ:**

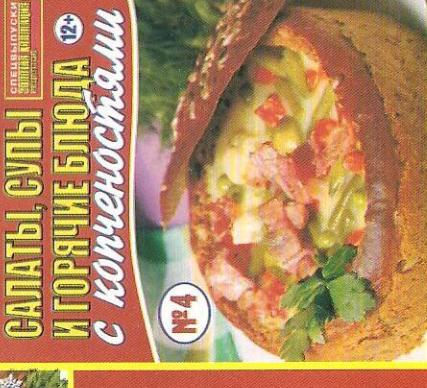
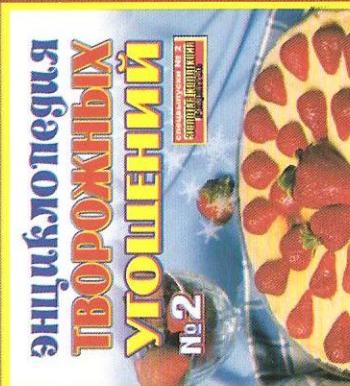
- 100 г горького шоколада,
- 100 мл сливок,
- 90 г белого шоколада,
- 2 ч. л. растворимого кофе,
- засахаренные цветы (или другое украшение).

Растопить темный шоколад на водяной бане. На листе пекарской бумаги нарисовать 8 одинаковых сердец размером 10 см. Смазать их шоколадом с помощью кисти. Убрать охлаждаться, затем снять с бумаги. Смешать сливки с кофе, довести до кипения, затем добавить поломанный белый шоколад, размешать и охладить. Взбить холодный мусс с помощью миксера до пышной массы, выложить ее в кондитерский мешок. На 6 сердечек выдавить поровну мусса, сложить одно на другое в две тарелочки. Сверху положить сердечко без мусса, осторожно, чтоб не поломать. Украсить засахаренными цветами и подать.

**Колесникова Анастасия,  
г. Люберцы**

**ЖДИТЕ В ЯНВАРЕ****СПЕЦВЫПУСКИ «ЗОЛОТОЙ КОЛЛЕКЦИИ РЕЦЕПТОВ»**

**СПЕЦВЫПУСКИ  
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ  
РЕЦЕПТОВ**



**ОТБИВНЫЕ,  
КОПЧЕТЫ, ЗРДЭЫ  
и другие домашние  
угощения из мяса №5**

