БЛЮДА
ИЭЛИИ

М#ШЖА Ш М Ш М М *mm*®

ББК 36.992
Б86

Рецензент — канд. техн. наук **В. Д. Андросова**
(Научно-исследовательский институт общественного питания)

Редактор Е. С. ПОЛЯК

3504000000—225
*** 01Ц0Ц-88** Б" объявления

ISBN 5-282-00524-7 **© Издательство «Экономика», 1988**

УВАЖАЕМЫЙ ЧИТАТЕЛЬ!

В предлагаемой Вашему вниманию книге собраны наиболее интересные рецептуры блюд из яиц и блюд, в которые добавлены яйца.

Яйцо — это в основном белковый продукт. По питательности яйцо можно приравнять к 40 г мяса или 200 г молока. И вот что еще важно: белки яиц (а они содержатся и в желтке) усваиваются организмом человека более чем на 90%. Не случайно они приняты в качестве эталона биологической полноценности. Кроме того, в курином яйце содержится двенадцать видов витаминов из четырнадцати, так необходимых нам. Поэтому рекомендуется чаще, если нет тому медицинских противопоказаний, вводить этот ценнейший продукт питания в повседневный рацион, расширяя тем самым потребление белка и витаминов.

Самое простое и распространенное блюдо из яиц — это вареные яйца. Однако многие предпочитают разнообразные блюда из яиц, тем более, что одна из особенностей и преимуществ яичных блюд — быстрота приготовления.

А что вообще можно приготовить из яиц? Очень многое — разнообразные закуски, горячие и сладкие блюда. Более того, без яиц невозможно приготовить любое сложное и заслуживающее внимания блюдо. Рецепты некоторых таких блюд Вы найдете в этой книге.

Наиболее распространенный и простой способ приготовления яиц — варка в скорлупе всмятку, вкрутую, «в мешочек». Перед варкой яйца моют в теплой воде, а оставшиеся на скорлупе пятна оттирают солью.

При варке яиц без скорлупы в воду добавляют соль, уксус, доводят до кипения, а затем, помешивая воду так, чтобы образовалась воронка, выпускают в нее сырое яйцо. Продолжительность варки 3—4 мин при слабом кипении. Желток сваренного таким способом яйца должен быть полужидким.

Яйца вкрутую

Время варки яиц вкрутую 8—10 мин, считая с момента закипания воды. При более продолжительной варке белок становится слишком твердым и исчезает ярко-желтая окраска желтка. Сваренные яйца немедленно опускают в холодную воду, чтобы было легче снять скорлупу.

Подают яйца в скорлупе горячими или холодными на тарелке.

Яйца всмятку

Вымытые яйца опускают в кипящую воду и варят 3—4 мин. Можно сварить их иначе. Яйца кладут в кастрюлю и заливают кипятком так, чтобы вода покрыла их. Через 10 мин воду сливают, снова наливают кипяток и через 2—3 мин вынимают яйца. Белок яйца, сваренного таким способом, не затвердевает, сгущается в нежную белую массу, желток остается полужидким. Яйца всмятку подают только горячими.

Яйца «в мешочек»

Варят яйца так же, как и всмятку, но продолжительность варки 5—6 мин. После варки их обливают холодной водой и горячими подают на стол. Яйца «в мешочек» можно подать с разным гарниром, соусом.

Яйца печеные

Яйца прокалывают с двух сторон иглой (чтобы они не треснули при запекании), завертывают во влажную тряпку и зарывают в горячую золу на 8—10 мин.

Яйца можно запекать и в духовке. Проколотые с двух сторон яйца на противне помещают в духовку и через каждые 3 мин переворачивают. Через 10 мин яйца будут готовы.

Яйца ароматизированные

Яйца варят вкрутую, очищают и прокалывают в нескольких местах. В кастрюлю наливают немного холодной воды, добавляют чай, соль, сахар и доводят до кипения. Затем кладут очищенные проколотые яйца и продолжают варку при слабом нагреве до окрашивания яиц в светло-желтый цвет. После этого яйца вынимают, охлаждают, нарезают дольками. Помимо светло-желтого цвета, яйца приобретают вкус и аромат чая.

Яйцо 2 шт., чай 10, соль 2, сахар 2

Яйца по-шотландски

Вареные очищенные яйца панируют мукой. Сырой фарш разделяют на 4 части и раскатывают на посыпанной мукой поверхности в виде лепешек. В центр каждой кладут по яйцу и завертывают лепешку, придавая ей форму шара (не должно быть трещин!). Обмакивают каждый шар во взбитое яйцо, а затем в сухари, панируют так дважды. Обжаривают во фритюре при 185°С 5—6 мин. Подают холодными.

Яйцо 2 шт., фарш мясной 150[1], мука пшеничная для посыпки, панировочные сухари 10, жир для жарки во фритюре, соль по вкусу

[1] **Здесь и далее дается примерное соотношение продуктов в граммах. С учетом индивидуальных потребностей Вы можете рассчитать необходимое количество порций.**

Яйца в горчичном соусе

Сваренные вкрутую очищенные яйца разрезают вдоль на половинки, или на четыре части, или на восемь и заливают соусом. Муку пассеруют в масле, заливают бульоном, добавляют по вкусу горчицу, лимонную кислоту, соль и сахар.

Яйцо 2 шт., мука пшеничная 20, масло сливочное 20, бульон мясной 200, горчица, лимонная кислота, соль и сахар по вкусу

Яйца, сваренные без скорлупы, с рисом

Обжаривают рис в разогретом масле до прозрачности, вливают молоко, солят по вкусу, перчат. В посуде, плотно закрытой крышкой, варят на слабом огне до готовности. Готовый рис выкладывают горкой. Варят яйца без скорлупы «в мешочек». Готовые яйца вынимают шумовкой и кладут на рис. Каждое яйцо поливают разогретым маслом и посыпают тертым сыром. По желанию можно Полить их томатным соком (10 г сока на одно яйцо).

Яйцо 2 шт., рис 50, масло сливочное 40, молоко 150, сыр тертый 10, перец и соль по вкусу

Хамине-яйца

Яйца варят вместе с луковой шелухой не менее 2 ч. После такой продолжительной варки белок окрашивается в коричневый цвет. Затем яйца очищают, разделяют пополам, каждую половинку посыпают солью и перцем, украшают ломтиками лимона.

Яйцо 2 шт., шелуха от лука 5, лимон 15, перец и соль по вкусу

Яйца с ветчиной

Ветчину мелко рубят, яйца взбивают и смешивают с мукой. Эту массу панируют в сухарях, готовят из нее клецки и обжаривают их в большом количестве жира (во фритюре) в течение 4—5 мин. Отдельно подают рис и зеленый салат.

Яйцо 2 шт., ветчина 200, мука пшеничная 10, сухари панировочные 30, жир для жарки во фритюре

Хранят яйца при температуре 1—2°С, причем обязательно сухими, чистыми; укладывают их острым концом вниз. Яйца легко впитывают посторонние запахи, поэтому не следует хранить их рядом с остропахнущими продуктами (сыром, селедкой, специями). Хорошо сохраняются яйца в соленом растворе (20 г соли на 1 л воды), а также смазанные белком, льняным маслом, парафином или смесью воска и подсолнечного масла.

Яичные крокеты

Варят пять яиц вкрутую, очищают и не очень мелко рубят. Готовят молочный соус, для чего пассерованную на масле муку разводят горячим молоком и бульоном, варят 8 мин при кипении, солят, процеживают и доводят до кипения. В горячий соус добавляют два сырых желтка, кладут рубленые яйца и мелко нарезанную зелень, солят, все хорошо перемешивают и выкладывают на блюдо, смазанное маслом. Остывшую массу делят на равные части, скатывают в форме шариков, смачивают в яичном белке, обваливают в сухарях и жарят в разогретом масле. В этом же масле обжаривают веточки петрушки. Готовые крокеты украшают на блюде жареной зеленью.

Яйцо 8 шт., зелень петрушки 60, сухари панировочные 40, масло сливочное 50, соль по вкусу. Для соуса: молоко 500, масло сливочное 100, мука пшеничная 100, бульон 500, соль по вкусу (рецептура дана в расчете на 4 порции)

Яйца по-голландски

Нарезанный кольцами лук обжаривают в масле до золотистого цвета. Половину обжаренного лука кладут в сотейник, на него сваренные вкрутую яйца, нарезанные кружками, а на яйца — остывший лук. Сметану смешивают с сырым яичным желтком, солят и поливают лук. Сверху посыпают панировочными сухарями, обжаренными в сливочном масле, и ставят в духовку на 5 мин.

Яйцо 2 шт., яичный желток 1 шт., лук репчатый 50, масло растительное 10, сметана 20, масло сливочное 20, сухари панировочные 10, соль по вкусу

Яйца-венские шары

Осторожно выпускают в подсоленную и подкисленную кипящую воду яйца, доводят их до готовности и выкладывают шумовкой на тарелку. Подпекают красный пе-

рец, очищают от кожицы и мелко нарезают. Перец смешивают с майонезом и этой смесью заливают яйца.

Яйцо 2 шт., красный сладкий перец 180, майонез 50, уксус 2, соль по вкусу

Яичная кашка

В сотейник или кастрюлю с толстым дном выпускают яйца, взбивают их венчиком, добавляют процеженное молоко (воду), растопленное сливочное масло и проваривают, непрерывно помешивая деревянной лопаткой, при температуре не выше 80°С до кашеобразного состояния. Во время варки вводят по вкусу соль. Готовую яичную кашку хранят на мармите не более 15 мин при 60° С.

При отпуске яичной кашки можно положить по краям небольшие гренки из пшеничного хлеба или посыпать кашку тертым сыром. На середину можно уложить вареные спаржу, зеленый горошек, стручки фасоли, заправленные молочным соусом, ветчину, колбасу вареную, сосиски, цветную или брюссельскую капусту в масле, белые грибы в сметане, свежие помидоры.

Яйцо 2 шт., молоко 60, масло сливочное 10, соль по вкусу

Яйцо выпускное со сметаной

На порционную сковороду выкладывают половину сметаны, солят и выпускают на нее яйца, сбрызгивают растопленным сливочным маслом и ставят в духовой шкаф. Когда яйца загустеют, поливают оставшейся сметаной, посыпают тертым сыром и дают зарумяниться. Подают на сковороде.

Яйцо 2 шт., масло сливочное или маргарин 20, сметана 100, сыр 20, соль по вкусу

Яйцо в «гнездышке» из мяса

Пропускают мясо и шпиг через мясорубку, добавляют молоко, соль, сахар, перец и вымешивают фарш, из которого формуют лепешку. На середину лепешки кладут

Чтобы проверить, свежее ли яйцо, надо опустить его в сильно подсоленную воду. Свежее яйцо тонет, испорченное непременно всплывет.

вареное яйцо, соединяют края лепешки и придают ей форму гнезда. Мясо выкладывают на разогретую сковороду с маслом и жарят в духовке до готовности. Подают «гнездышки» холодными, нарезанными толстыми ломтиками и украшенными зеленью.

Яйцо 2 шт., говядина 120, шпиг 40, молоко 24, масло сливочное 20, сахар, перец, соль по вкусу

Яйца, запеченные с луком и грибами

Тонко нашинкованный репчатый лук пассеруют на сливочном масле, добавляют тонко нарезанные грибы (шампиньоны или белые), поджаренные на сливочном масле, смешивают с молочным соусом, доводят до кипения. Для приготовления соуса пассерованную на масле муку разводят горячим молоком и бульоном и варят 8 мин при слабом кипении. Затем солят, процеживают и доводят до кипения. Яйца варят вкрутую, очищают, разрезают пополам. В кастрюлю кладут часть соуса с грибами, затем яйца, заливают их оставшимся соусом, посыпают тертым сыром и запекают в духовом шкафу до образования поджаристой корочки.

Яйцо 2 шт., лук репчатый 40, грибы свежие 100, соус 100, масло сливочное 20, сыр 10, соль по вкусу. Для соуса: молоко 500, масло сливочное 100, мука пшеничная 100, бульон 500, соль по вкусу

Яйца, запеченные под молочным соусом

С пшеничного хлеба срезают корку, нарезают его квадратными кусочками и обжаривают в сливочном масле на разогретой сковороде. Сверху кладут очищенные от скорлупы яйца «в мешочек», заливают их горячим молочным соусом средней густоты, посыпают тертым сыром и запекают в духовке.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 30, соус молочный 30, сыр тертый 10, масло сливочное 10

Яйца с солеными огурцами

Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют. Сваренные вкрутую яйца очищают, мелко измельчают, добавляют нарезанные соленые огурцы и соединяют с пассерованным луком.

Яйцо 2 шт., огурцы соленые 100, масло топленое 30, лук репчатый 30

Яйца под сметаной

Сваренные вкрутую яйца мелко рубят, кладут в посуду и заливают сметаной, смешанной с простоквашей. При подаче посыпают измельченной зеленью укропа.

Яйцо 2 шт., сметана 40, простокваша 20, укроп и соль по вкусу

Яйца с рыбными консервами

Шпроты или сардины измельчают, добавляют немного заливки (масло из консервов). Сваренные вкрутую яйца разрезают пополам, вынимают желтки, тщательно растирают их и заправляют майонезом. Половинки белков наполняют растертыми с майонезом желтками, сверху горкой кладут измельченные консервы.

Для приготовления такой закуски можно использовать готовый паштет из шпрот.

Яйцо 2 шт., консервы сардины или шпроты 50, майонез по вкусу

Яйца с майонезом и репчатым луком

Яйца варят вкрутую, охлаждают и очищают от скорлупы. Затем разрезают вдоль пополам, слегка солят, заливают майонезом и посыпают красным перцем.

Перед подачей яйца посыпают натертым на терке с крупными отверстиями репчатым луком.

Яйцо 2 шт., майонез 20, лук 30, соль, перец по вкусу

Яйца под майонезом с гарниром

Нарезанные овощи и зелень перемешивают, добавляют зеленый горошек и заправляют соусом майонез (половиной порции), добавляя соус «Южный». Заправленные овощи укладывают горкой на блюдо. Очищенные яйца разрезают вдоль и укладывают срезом вниз на заправленные овощи, после чего заливают соусом майонез, украшают овощами, посыпают мелко нарезанной зеленью.

Яйцо 1 шт., картофель вареный 15, морковь вареная 10, огурцы 10, перец стручковый сладкий, гогошары или помидоры 15, соус майонез 40, соус «Южный» 4, консервированный зеленый горошек 10, зелень петрушки и укропа 10, соль по вкусу

Яйца обжаренные

Варят вкрутую два яйца, очищают их, а одно сырое яйцо взбивают в миксере. Смачивают крутые яйца во взбитом, панируют в сухарях и обжаривают в разогретом масле. Выкладывают на тарелку и украшают зеленью петрушки.

Яйцо 3 шт., сухари панировочные 20, зелень петрушки 10, масло сливочное 100, соль по вкусу

Яйца с ветчиной и плавленым сыром

Половину сваренного вкрутую яйца вместе с ветчиной и сыром пропускают через мясорубку. К полученной массе добавляют сметану, часть майонеза, соль, перец молотый и все хорошо перемешивают. На десертную тарелку кладут половинки перца, на них листики зеленого салата, а сверху подготовленную массу. Затем на массу кладут половинку яйца желтком вниз, поливают соусом майонез и посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

Яйцо 1 шт., ветчина 20, сыр плавленый 20, перец сладкий стручковый (консервированный) 30, сметана 10, соус майонез 20, лук зеленый 5, салат зеленый 10, перец и соль по вкусу

Яйца рубленые с маслом и зеленым луком

Сваренные вкрутую яйца мелко рубят, смешивают с мелко нарезанным зеленым луком, размятым и взбитым сливочным маслом, солью и хорошо вымешивают. Вместо сливочного масла можно использовать топленый жир гусиный, утиный или куриный.

Яйцо 2 шт., лук зеленый 40, масло сливочное 60, соль по вкусу

Яйцо при варке не треснет, если на дно кастрюли положить перевернутое блюдце или проткнуть тупой конец яйца иглой.

Яйца рубленые с гусиным жиром и пассерованным луком

Сваренные вкрутую и охлажденные яйца мелко рубят. Лук репчатый пассеруют и охлаждают. Яйца соединяют с пассерованным луком, добавляют соль и перемешивают. При подаче на стол поливают растопленным гусиным жиром и посыпают мелко нарезанной зеленью.

Яйцо 2 шт., лук репчатый 20, жир гусиный топленый 20, зелень и соль по вкусу

Яйца со свежими огурцами, луком и гусиным жиром

Очищенные свежие огурцы мелко нарезают, соединяют с мелко нарубленными крутыми яйцами, добавляют нашинкованный зеленый лук, растопленный гусиный жир, соль, перец и все хорошо вымешивают. При подаче посыпают мелко нарезанной зеленью.

Яйцо 2 шт., огурцы свежие 120, лук зеленый 20, жир гусиный топленый 20, зелень, перец и соль по вкусу

Яйца с маслом селедочным или икрой

На половину сваренного вкрутую яйца кладут горкой икру или выжимают из шприца либо кондитерского мешочка селёдочное масло и оформляют блюдо сливочным маслом. Подавать можно с овощным салатом.

Яйцо 1 шт., масло селедочное 40 или икра 10, масло сливочное 5

Яйца в тесте

Просеивают в миску муку, вливают растительное масло, желток, холодную воду, солят и хорошо перемешивают, оставшийся белок взбивают и смешивают с тестом такой же консистенции, как тесто для оладий. Вареные яйца очищают, разрезают пополам, обмакивают в тесто и жарят в большом количестве хорошо разогретого масла. Подают яйца, украсив зеленью.

Яйцо 3 шт., мука пшеничная 100, масло растительное 20, масло сливочное 100, зелень и соль по вкусу

Яйца по-турецки

Печень куриную, пропущенную с маслом через мясорубку, и жареные помидоры кладут на смазанную маслом сковороду. На приготовленную смесь выкладывают яйца и запекают в жарочном шкафу.

Яйцо 2 шт., масло сливочное 30, печень куриная 30, помидоры 25, соль по вкусу

Яичная колбаса

Яйца взбивают, заправляют солью, добавляют вареный рис и всю массу кладут в цилиндрический целлофановый мешок, концы которого должны быть завязаны. Мешок с фаршем кладут в кастрюлю с холодной водой, после закипания воды осторожно прокалывают мешок иглой. Через 20—25 мин блюдо готово.

Яйцо 20 шт., рис 500, соль по вкусу

Яйца делят по малой или большой оси пополам, желток вынимают и часто используют для начинки, которой наполняют половинки белка. Вот несколько рецептов фаршированных яиц.

Яйца, фаршированные ветчиной

1-й вариант. Сваренные вкрутую яйца очищают, разрезают вдоль пополам и вынимают желтки. Ветчину и зеленый лук мелко нарезают, добавляют рубленые желтки, сметану, соль и хорошо все перемешивают. Этой начинкой наполняют половинки яиц. В качестве гарнира подают помидоры или огурцы. Сверху посыпают нарезанной зеленью укропа. Вокруг яиц при желании наливают соус хрен со сметаной.

Яйцо 2 шт., ветчина 60, лук зеленый 10, сметана 40, помидоры или огурцы 50, хрен со сметаной 75, зелень укропа 5, соль по вкусу. Для соуса: хрен (корень) 20, сметана 30, сахар и соль по вкусу

2-й вариант. Яйца (6 шт.) варят вкрутую, очищают, разрезают вдоль, вынимают желтки. Ветчину мелко рубят и наполняют ею половинки яиц. На блюдо укладывают фаршированные яйца, нарезанные кусочками лимон и помидоры. Вареные желтки растирают с двумя сырыми яйцами, добавляют соль и перец по вкусу. Помидоры и яйца украшают яичной пастой и посыпают зеленью.

Яйцо 8 шт., ветчина 4 40, помидоры 3 шт., лимон, перец, зелень укропа и соль по вкусу (рецептура рассчитана на 4 порции)

3-й вариант. Сваренные вкрутую яйца очищают, разделяют вдоль, из каждой половинки яйца вынимают желток и вырезают часть белка так, чтобы углубление получилось продолговатым. Желтки протирают Через сито, добавляют мелко нарубленные белки, вет^Чну и зелень петрушки, пассерованный на масле репчатый лук, а также намоченный в молоке белый хлеб, соль, молоко, перец и сырое яйцо. Все хорошо перемешивают и этим фаршем наполняют половинки яиц, придавая каждой форму целого яйца.

На сковороду кладут картофельное пюре, симметрично укладывают на него фаршированные яйца, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным л»<зслом и запекают в духовом шкафу.

Яйцо 2 шт., ветчина 20, тертый сыр 15, хлеб пшеничный 20, лук репчатый 10, молоко 140, картофель 200, масло сливочное 15, зелень петрушки 10, перец и соль по вкусу

Яйца, фаршированные припущенной рыбой

Сваренные вкрутую яйца разрезают вдоль, вынимают желток, начиняют смесью из измельченной припущенной рыбы (сваренной в небольшом количестве воД^1 под крышкой, чтобы все питательные вещества оставались в рыбе), сметаны и майонеза. Украшают желтко/А протертым со сметаной и майонезом, выкладывают фаршированные яйца на кусочки поджаренного хлеба, намазанного этой же рыбной смесью, а сверху посипают зеленью петрушки.

Яйцо 2 шт., сметана 40, майонез 20, треска или другая рыба 60, хлеб 20, масло сливочное 15, зелень петрушки

Яйца, фаршированные сельдью

Яйца варят вкрутую, очищают, разрезают вдоль пополам, отделяют желток и протирают его через сито. Филе селедки также протирают через сито. В селедочный фарш кладут сливочное масло и протертый >Ллток, тщательно перемешивают. Яйцо наполняют фЗ»шем, украшают сверху маленьким кусочком селедки И зеленым (или репчатым) луком. Яйца подают на бпюде, украшают зеленью петрушки.

is

Яйцо 2 шт., сельдь 40, масло сливочное 10, лук зеленый или репчатый S, зелень петрушки 5, соль по вкусу

Яйца, фаршированные килькой

Яйца варят вкрутую, разрезают вдоль или поперек, вы-] нимают желтки. Готовят фарш из кильки, которую осво-' бождают от костей и пропускают через сито или мясо-, рубку. К полученной массе добавляют растертые крутые желтки и немного сливочного масла. Этой массой наполняют белки и украшают их сверху веточкой зелени, морковью.

Яйцо 2 шт., килька 30, масло сливочное 10, морковь 10, зелень и соль по вкусу

Яйца, фаршированные крилем

Мясо криля размораживают, заправляют майонезом **и** фаршируют яйца. При подаче украшают зеленью.

Яйцо 1 шт., мясо криля 15, майонез 10, зелень петрушки и укропа 5

Яйца, фаршированные пастой «Океан»

Яйца отваривают, разрезают на половинки. Для пригон товления начинки используют желтки, смешанные с na-j стой «Океан» в соотношении 1:1. Добавляют обжарен-< ный на сливочном масле репчатый лук и соль по вкусу; Начинкой фаршируют половинки яиц. Сверху их зали-; вают майонезом, посыпают зеленью.

Яйцо 2 шт., паста «Океан» 40, масло сливочное 10, лук репчатый 20, майонез 20, зелень петрушки и укропа 10, по вкусу

Яйца, фаршированные маслом

Сваренные вкрутую, очищенные и охлажденные яйца разрезают вдоль и вынимают желтки. Масло растирают] с солью, яичными желтками и горчицей, а затем взбивают. Полученной массой с помощью кондитерского шприца или мешка наполняют половинки яиц. Блюдо посыпают тертым сыром.

Яйца, сваренные всмятку, долго сохраняются в прохладном и, сухом месте. Они и через несколько дней не потеряют вкус, если перед употреблением опустить их на 20 с в кипяток.

Яйцо 2 шт., масло сливочное 20, горчица столовая (готовая) 5, тертый сыр 10, соль по вкусу

Яйца, фаршированные грибами

Яйца варят вкрутую, затем с острого конца срезают часть белка, а со стороны тупого конца вынимают желток. Лук репчатый мелко нарезают, грибы отваривают. Лук поджаривают, соединяют с рублеными грибами, нарубленными белками, желтками, солью и хорошо перемешивают. Полученной массой фаршируют яйца, укладывают их в салатник и заливают соусом «Южный». При подаче украшают зеленью (салатом, или веточками укропа, или листьями петрушки).

Яйцо 2 шт., грибы белые сушеные 10, лук репчатый 15, масло сливочное 5, соус «Южный» 10, соль по вкусу

Яйца, фаршированные шампиньонами

Шампиньоны очищают, обдают кипятком, нарезают, обжаривают на масле с луком, перцем и солью. Яйца, сваренные вкрутую, очищают, разрезают пополам вдоль, вынимают желтки, растирают их с шампиньонами и сметаной. Наполняют половинки яиц этой массой, укладывают на блюдо, поливают майонезом, посыпают зеленью.

Яйцо 2 шт., шампиньоны 50, лук репчатый 10, масло сливочное 10, сметана 40, майонез 5, зелень 5, перец, соль по вкусу

Яйца, фаршированные сыром

1-й вариант. Сваренные вкрутую яйца очищают, разрезают вдоль, вынимают желтки. Разминают желтки с тертым сыром и сливочным маслом, фаршируют полученной смесью яйца. Оставшийся тертый сыр заправляют сметаной, кладут в салатницу, сверху раскладывают нафаршированные половинки яиц, заливают их майонезом и украшают зеленью.

Яйцо 2 шт., сыр Голландский 60, масло сливочное 10, сметана 25, майонез 30, зелень укропа 5, соль по вкусу

2-й в а р и а н т. Сваренные вкрутую яйца очищают скорлупы, разделяют вдоль на половинки. Из яиц ост рожно вынимают желтки и растирают их в миске с дв мя сырыми желтками, добавляют тертый сыр, смета соль, перец; массу растирают до консистенции сметан Полученной массой наполняют половинки яиц, клад* их на противень, смазанный сливочным маслом, ставя в духовку и запекают до готовности. Готовые яйца вы нимают из духовки, раскладывают на блюде и полива горячим сметанным соусом.

Для приготовления соуса муку слегка пассеруют б масла, охлаждают, смешивают с маслом, добавля сметану, доводят до кипения, размешивают, заправля солью и перцем, варят 4 мин, процеживают и довод до кипения.

Яйцо 3 шт., сырые яичные желтки 2 шт., сыр тертый Российский 20, сметана 10, масло сливочное 20, перец и соль по вкусу. Для соуса: сметана 100, мука пшеничная 50, масло сливочное 50, перец и соль по вкусу

Яйца, фаршированные сырной массой

Морковь натирают на крупной терке. Сваренные вкр тую яйца очищают, разрезают вдоль, вынимают желтм] и растирают их с плавленым сыром, солью, натерто! морковью. Массу перемешивают и заполняют ею пол винки яиц. Поливают фаршированные яйца майонезо и посыпают зеленью петрушки.

Яйцо 2 шт., сыр плавленый 30, морковь 20, майонез 20, зелень петрушки, соль по вкусу

Яйца, фаршированные сырным кремом

Сваренные вкрутую яйца разрезают поперек на пол винки, вынимают желтки, растирают их со сливочны маслом, добавляя тертый сыр и рубленую зелен! В полученную массу вводят сметану и растирают д получения однородной консистенции, солят и перча' На дне блюда раскладывают зелень, на нее став половинки яиц со срезанной верхушкой. Яйца заполня сырным кремом, украшают веточками зелени. По краям блюда кладут гарнир: вареные картофель, моР"овь1 свеклу и зеленый лук.

Яйцо 2 шт., сыр 30, масло сливочное 10, сметана 10, картофель 60, морковь 10, свекла 10, лук зеленый 5, зелень укропа 5, перец и соль по вкусу

Яйца, фаршированные гусиной печенью

Яйца варят вкрутую, очищают и разрезают вдоЯь пополам, желтки вынимают, протирают через сито иРас- тирают с вареной гусиной печенью, добавив сли&с,ное масло и салат, все хорошо перемешивают. Затв* наполняют фаршем половинки яиц, выкладывают и1 на блюдо, на красиво нарезанные листья зеленого *сsaja*-

Яйцо 2 шт., печень гусиная 30, масло сливочное 8, салат зеленый 10, соль по вкусу

Яйца по-латышски

Сваренные вкрутую и очищенные яйца разрезают 'И°ль пополам и вынимают желтки. Мелко нарезанн*>ИлУк пассеруют, добавляют в него часть сметаны, гоРиЧУ> соль по вкусу и смешивают с желтком. Этой с**сью наполняют яичные белки. Украшают кольцами Ука1 листьями зелени и поливают сметаной.

Яйцо 2 шт., лук репчатый 35, масло сливочное 20, сметана 25, горчица 2, зелень, соль по вкусу

Для приготовления бутербродов используют пшеничн! и ржаной хлеб и широкий ассортимент продуктов, том числе и яйца.

Бутерброды бывают открытые, ассорти на хлебе, э крытые (дорожные и сандвичи), закусочные (канат

Бутерброды с яйцами, с яйцами в сочетании с др гими продуктами могут украсить стол в праздничн! день, а чтобы приготовить их, не требуется каких-ли специальных навыков.

Продукты для бутербродов подбирают так, чтоб] они сочетались по вкусу и цвету. Нарезают их не ран чем за 30—40 мин до подачи и хранят в холодно] месте.

Бутерброд с яйцом

Ломтик хлеба намазывают майонезом (маслом), свер! кладут нарезанное кольцами яйцо, посыпают рублены зеленым луком или укропом, солят.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, майонез или масло сливочное 20, зеленый лук и укроп 2, соль по вкусу

Бутерброд с ветчиной, картофельным салатом и яйцом

Хлеб намазывают маслом, посередине укладывают го] кой картофельный салат, рядом — свернутые трубочке ломтики ветчины, продольные четвертинки яиц, кусоч! огурца и помидора, украшают редисом, зеленью щ трушки или сельдерея.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, масло сливочное 20 ветчина 80, картофельный салат 100, помидоры, огурцы, редис, зелень петрушки или сельдерея

Бутерброд с сыром и яйцом

енки из белого хлеба или хрустящие хлебцы намазы-**ют** сливочным маслом. Яйцо варят вкрутую, желток мельчают вилкой, смешивают с плавленым сыром, правляют солью и томатным пюре. Эту массу кладут лстым слоем на хлеб, украшают яичным белком.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, масло сливочное или сырное 20, сыр плавленый 30, пюре томат-ное 10, соль по вкусу

Бутерброд с яйцами и солеными помидорами

оленые помидоры нарезают кружочками, вареные ща — ломтиками, хлеб намазывают маслом и кладут j него кусочки помидоров и ломтики яиц. Бутерброд срашают зеленью петрушки.

Яйцо 1 шт., помидоры соленые 10, масло сливоч-ное 10, хлеб ржаной 30, зелень петрушки 2

Бутерброд с паштетом из крутых яиц

зреные яйца охлаждают и очищают. Желтки отделяют белков и разминают, белки измельчают ножом. Бел' соединяют с желтками, добавляют сливочное масло, ерец, соль по вкусу, мелко нарезанную зелень и хоре о перемешивают; полученной массой намазывают эмтик хлеба.

Яйцо 1 шт., масло сливочное 5, перец черный 0,1, хлеб ржаной или пшеничный 30, зелень петрушки 3, перец и соль по вкусу

Бутерброд с кильками и яйцами

а хлеб кладут яйцо, нарезанное тонкими кружками, тем очищенные кильки, свернутые кольцами; середину 'льца заполняют майонезом.

Яйцо 1 шт., кильки 30, майонез 5, хлеб пшенич-ный 30

Бутерброд с жареным мясом и яйцами

Хлеб намазывают маслом или слегка поджаривают. Мя и лук мелко рубят, смешивают с томатным пюре и соусq заправляют горчицей. Яйца жарят, солят и перчат. На хл укладывают сначала мясную смесь, а затем яйца

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной или пшеничный 30, масло сливочное или маргарин S, мясо жареное или вареное 60, лук репчатый 5, томатное пюре 5, горчица 3, соус от жаркого 10, перец и соль по вкусу

Бутерброд с сосисками и яйцами

На один конец слегка поджаренного или намазаннс маслом продолговатого куска хлеба кладут лист сал< так, чтобы он немного свешивался. Поджаривают г зунью. Очищают сосиску (сардельку) от оболочки » же надрезают ее, чтобы она не стягивалась при под] ривании, затем разрезают сосиску вдоль и слегка об) ривают на масле. Поджаренные половинки сосиски ук, дывают вдоль хлеба на лист салата. На один конец і сиски кладут глазунью, а на другой — немного терт< хрена.

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной или пшеничный 30, сосиски или сардельки 50, масло сливочное 5, хрен, листья салата, соль по вкусу

«Полосатый» бутерброд с сельдью и яйцами

Хлеб намазывают маслом, сельдь чистят и нареза длинными полосками, желток и белок рубят по отде* ности. Помидор или огурец, зеленый лук измельча острым ножом. Продукты укладывают длинными рази цветными полосами. Полностью покрытый продукта! бутерброд разрезают на четырех- или трехугольЛ куски.

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной 30, масло сливочное 10, сельдь 10, помидоры или огурцы 20, лук зеленый 5

Если надо сварить яйцо с треснувшей скорлупой, опустите] в сильно подсоленную воду, или добавьте в воду столовую лоэ| *уксуса, или смажьте трещину лимонным соком и опустите яйц очень горячую воду. Опускают яйца в кастрюлю с кипящей во ложкой — так они не разобьются.*

Закусочный бутерброд с помидорами и яйцами

пеб намазывают килечным или селедочным маслом, адут сверху кружок помидора, а на него — кружок ца. Для разнообразия на некоторых бутербродах Южно менять местами помидор и яйцо. При желании срашают бутерброд кусочками кильки или сельди, 1стьями салата, укропом либо зеленым луком.

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной или пшеничный 30, масло селедочное 10, помидоры 20, килька или сельдь 10, укроп или лук зеленый 5

Закусочный бутерброд с яйцами и икрой

>углые гренки намазывают тонким слоем масла. іерху кладут ломтики яйца, а в середину немного ры. Можно приготовить этот бутерброд иначе. Желток мельчают вилкой и смешивают с маслом. Хлеб густо (мазывают желтковым маслом, сверху укладывают льца яичного белка, а в середину горкой икру.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, масло сливочное 20, икра черная или красная SO

Закусочный бутерброд с омлетом и ветчиной

иготавливают омлет, обжаривают хлеб, затем остывий гренок намазывают ветчинным маслом или покрыют ломтиком ветчины, сверху кладут кусочек омлета *к.* с. 87). Украшают ломтиком помидора и зеленью кропа или петрушки.

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной или пшеничный 30, масло ветчинное или ветчина 40, помидоры 30, зелень укропа или петрушки 5, соль по вкусу

Закусочный бутерброд с яйцами и грибами

•стывший гренок намазывают маслом. Маринованные **tin** отваренные в собственном соку грибы рубят, смешивают с желтком, заправляют солью и горчицей. На утерброды кладут кольца белка, в середину горкой — >ибную массу. Украшают маленькими грибками, листь-*и петрушки или зеленью лука.

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной или пшеничный 30, масло сливочное 20, грибы 20, масло оливковое 5, горчица 3, зелень петрушки или зеленого лука, соль по вкусу

Горячий бутерброд с солеными огурцами и яйцам!

Хлеб намазывают маслом. Сваренные вкрутую яйш огурцы и лук рубят и смешивают с майонезом, запрЯ ляют специями. Эту смесь укладывают горкой на ка дый бутерброд, при желании посыпают сверху терти сыром (для большей остроты можно добавить порош Зеленого сыра). Запекают в духовке.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, масло сливочное или маргарин 15, огурцы маринованные или соленые 60, лук репчатый 10, майонез 25, тертый сыр 15, перец по вкусу

Яйца пашот по-английски

Яйца отваривают «в мешочек», очищают и кладут на грД ки. Гренки помещают на порционную сковороду, ян посыпают тертым сыром и поливают разогретым сливЯ ным маслом. После этого сковороду ставят на 2 минГ духовку.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, сыр тертый 10, масло сливочное 5

Горячий бутерброд с ветчиной и яйцами

Ломтики формового хлеба обжаривают на маргарин На каждый из них кладут 1—2 тонких ломтика горяч! жареной ветчины, намазывают ее томатной пастойГ^ сверху кладут жареное или вареное яйцо. Украшя кружочками помидора. Бутерброды подают на стол Л зу после приготовления.

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной или пшеничный 30, масло сливочное или маргарин 5, ветчина 50, паста томатная 3, помидоры

Горячий бутерброд с рыбой, яйцом и сыром

Жареную или вареную рыбу рубят и смешиваю! яйцом, заправляют мелко рубленным укропом, сол! и перцем. Укладывают смесь толстым слоем на под^

ш енный или покрытый жиром ломоть хлеба. Сверху кладут сыр (можно тертый). Запекают в горячей духовке „о тех пор, пока яйцо не свернется.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, тертый сыр Швейцарский или Зеленый 30, рыба 50, масло сливочное или маргарин 20, укроп, перец и соль по вкусу

Гренки с выпускными яйцами

Растапливают сливочное масло на сковороде, выпускают „а нее яйца, как для яичницы, солят и поджаривают. Хлеб нарезают ломтиками, обмакивают каждый в молоко, смешанное с яйцами, укладывают на сковороду с разогретым маслом, подрумянивают с обеих сторон. На каждый гренок кладут по куску яичницы (одно яйцо на порцию) и подают на стол как закуску или к бульону.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, молоко 20, масло сливочное 10, соль по вкусу

Гренки с омлетом

Хлеб нарезают тонкими ломтиками и поджаривают на сливочном масле до золотистой окраски. Растопленное сливочное масло смешивают с яйцами, немного солят и этой смесью заливают гренки. Перед подачей на стол содержимое сковороды переворачивают на тарелку — поджаренные гренки будут сверху. Украшают зеленью петрушки, укропа.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, масло сливочное 20, соль и перец по вкусу, зелень петрушки, укропа

Гренки с яйцами «в мешочек»

•Ломтики хлеба без корок смачивают взбитой сладкой яично-молочной болтушкой и обжаривают на сливочном масле до золотистой окраски. Варят яйца «в мешочек», чистят, кладут по одному на приготовленные гренки и подают к пюре картофельному, морковному.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, молоко 10, масло сливочное 10

Гренки с яичницей-глазуньей

Нарезают хлеб ломтиками, быстро смачивают их в **мо-1** локе или воде, а затем в яйце и поджаривают. Выклады-1 вают гренки на блюдо и на каждый помещают яичницу- I глазунью (одно яйцо на порцию). Сверху поливаю*! разогретым маслом, слегка посыпают молотым красным I перцем. |

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, молоко 10, масло сливочное 10, молотый красный перец, соль по вкусу

Гренки с яйцами по-венгерски

Хлеб нарезают кусочками, смачивают в молоке, взбитом! яйце и поджаривают на сливочном масле до образова-1 ния румяной хрустящей корочки, солят и сразу подают! на стол. Эти гренки хороши к овощным блюдам.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, молоко 10, масло сливочное 10, соль по вкусу

Гренки с яйцами и петрушкой

Нарезают кубиками ломтики хлеба и обжаривают их на сливочном масле до золотистого цвета. Затем заливаю1 взбитыми яйцами с нарезанной зеленью петрушки, солят! по вкусу и размешивают. Когда яйца приобретут пло« ную консистенцию, кладут гренки в супницу и заливаю* супом или подают горячими на тарелке.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, масло сливочное 10, зелень петрушки и соль по вкусу

Гренки из ржаного хлеба с яйцами и луком

Хлеб нарезают небольшими ломтиками, поджариваю! с обеих сторон на свином жире или сливочном масле! Затем выпускают на каждый ломтик по одному **яйшв** солят и жарят, пока не свернется белок. В конце **жарк!** посыпают мелко нарезанным зеленым луком. Подаю! эти гренки горячими.

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной 30, масло сливочное или жир свиной 10, соль и лук по вкусу

Гренки с баклажанами и яйцами

Ломтики хлеба смачивают в воде, а затем во взбитом яйце и поджаривают до золотистого цвета на разогретом маргарине или жире. Из баклажанов готовят пюре, добавляют в него молотый красный перец, соль и растительное масло.

Остывшие гренки раскладывают на пюре и на каждый гренок кладут половину яйца. Яйца готовят следующим способом: по одному выпускают в кипящую подсоленную воду и варят до затвердевания белка. Яйца на гренках поливают разогретым на сковороде маслом с красным молотым перцем.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, маргарин .или жир (для приготовления гренок) 15, баклажаны 20, масло растительное (для приготовления пюре из баклажанов) 20, масло сливочное 10, молотый красный перец, соль по вкусу

Гренки с ветчиной и яичницей

Ломтики хлеба обжаривают на сале, затем так же обжаривают ломтики ветчины. Готовят из каждого яйца отдельно яичницу-глазунью. На подготовленные гренки кладут ветчину, на нее яичницу-глазунью и посыпают мелко рубленным укропом.

Яйцо 1 шт., хлеб ржаной 30, ветчина 15, сало топленое свиное 10, зелень укропа по вкусу

Гренки с тушеными грибами и яйцами

Свежие грибы отваривают в подсоленной воде (4 мин), процеживают, мелко нарезают, тушат со сливочным маслом до готовности. На слегка смазанной маслом сковороде поджаривают с обеих сторон ломтики хлеба, остужают их и на каждый кладут ровным слоем остывшие грибы. Сверху кладут половинки сваренного вкрутую яйца и посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 30, грибы 10, масло сливочное 5, лук зеленый по вкусу

Пасты широко применяют для приготовления различныЯ бутербродов (открытых, закрытых, канапе и др.), в ка| честве закуски, а также в виде дополнительного гарниря к холодным блюдам.

Заправки для салатов и винегретов не следует гота вить в количествах, превышающих потребность в нищ

Паста из ветчины с яйцами

Холодные сваренные вкрутую яйца и ветчину пропуска| ют через мясорубку, добавляют сливочное масло. З правляют смесь готовой горчицей, солью, перцем, тщ тельно растирают. Используют для бутербродов.

Яйцо 1 шт., ветчина 50, масло сливочное 10, горчица 2, перец и соль по вкусу

Паста из сыра с яйцами

Мелко натертый твердый сыр растирают со сливочньЯ маслом, горчицей и желтками сваренных вкрутую яиш Используют для бутербродов.

Яйцо 1 шт., сыр 50, масло сливочное 25, горчица 2

Паста из трески горячего копчения с яйцами

Яйца варят, отделяют желтки. Треску очищают от KOW и костей, пропускают через мясорубку вместе с жел! ками сваренных вкрутую яиц. Добавляют сливочнШ масло, заправляют лимонным соком и тщательно расти рают. Используют для бутербродов.

Яйцо 1 шт., треска 80, масло сливочное 20, сок лимонный по вкусу

Паста из яиц

Яйца варят вкрутую, очищают, мелко рубят, сливочное масло растирают с яйцами и помидорами, добавляют лук, соль, перец, рубленую зелень. Все растирают в пасту. Употребляют для бутербродов.

Яйцо 1 шт., масло сливочное 20, лук 10, помидоры 25, зелень петрушки 2, перец и соль по вкусу

Паста с зеленым горошком и яйцами

Зеленый горошек, рубленые вареные яйца, тертую брынзу смешивают с мелко нарубленным зеленым луком. Используют для бутербродов.

Яйцо 1 шт., брынза 60, консервированный зеленый горошек 40, лук зеленый 5, соль по вкусу

Паста с тыквой и яичными желтками

Яйца варят вкрутую, желтки отделяют, тщательно растирают деревянным пестиком, добавляют сливочное масло, тертую тыкву, соль и все тщательно перемешивают. Посыпают пасту рубленым яичным белком и укропом. Используют для бутербродов.

Яйцо 1 шт., масло сливочное 20, тертая сырая тыква 25, укроп 10, соль по вкусу

Паста с орехами и яичными желтками

Пасту готовят описанным выше способом. Вместо тыквы Добавляют рубленые ядра грецких орехов. Рекомендуется для бутербродов.

Яйцо 1 шт., масло сливочное 20, ядра грецких орехов 10, соль по вкусу

Паста из сушеной салаки с яйцами

Омоченную сушеную салаку очищают, пропускают через мясорубку. К фаршу добавляют рубленые крутые яйца, сметану, мелко нарезанный репчатый лук, тертый

пшеничный сухой хлеб, уксус, горчицу, сахар и перемешивают.

Полученную массу укладывают на тарелку и украшают мелко нарезанным зеленым луком. Пастой можно также намазать бутерброд.

Яйцо 1 шт., салака сушеная 250, лук репчатый 25, сметана 15, хлеб пшеничный 10, лук зеленый 10, уксус 3 %-ный 3, горчица и сахар по вкусу

Яичное масло

Варят яйца вкрутую, охлаждают, очищают, растирают вилкой до кашеобразной консистенции. Смешивают яичную кашку с маслом, солят. Яичное масло намазывают на хлеб, подают к отварному картофелю. Для большей остроты можно добавить по вкусу перец, горчицу или тертый хрен.

Яйцо 1 шт., масло сливочное 25, соль по вкусу

Паста желтковая

Отваривают яйца, отделяют желтки, пропускают через мясорубку или протирают, солят, соединяют с размягченным сливочным маслом или маслом и взбитыми сливками и взбивают смесь до получения однородной пышной массы. Используют для приготовления бутербродов и как закуску.

Яйцо 1 шт., масло сливочное 30, сливки 35%-ной жирности 5

Масляно-желтковая смесь с сардинами

Вареные яйца охлаждают, отделяют яичные желтки, смешивают их с сардинами, протирают и соединяют с предварительно размятым и взбитым маслом. В полученную смесь добавляют уксус, соль, размешивают еще раз взбивают до получения однородной пышной массы.

Яйцо 1 шт., масло сливочное или маргарин 30, сардины (консервы) 5, уксус 3 %-ный 5

Если варят яйцо на сильном огне белок будет твердым, жидким. При замедленной варке получится наоборот.

Заправка горчичная для салатов

Столовую горчицу, сырые желтки, соль, сахар растирают до получения однородной массы и при непрерывном помешивании тонкой струей вливают в нее порциями растительное масло. Каждую последующую порцию масла вливают только тогда, когда предыдущая образует со смесью стойкую однородную эмульсию. Затем смесь разводят столовым уксусом, добавляют молотый перец и хорошо размешивают.

Яйцо 1 шт., масло растительное 100, горчица столовая 5, уксус 3%-ный 150, сахар 5, перец и соль по вкусу

Заправка горчичная с добавлением вареных яичных желтков

Вареные желтки протирают через сито, смешивают с горчицей, солью, сахаром, перцем и, помешивая веселкой, соединяют с маслом до получения густой однородной массы, после чего смесь разводят уксусом. Используют для заправки винегретов, поливки сельди, килек и других соленых сельдевых.

Яйцо 1 шт., масло растительное 100, горчица столовая 10, уксус 3%-ный 200, сахар 15, перец и соль по вкусу

Заправка лимонная

Яйца целиком или одни желтки смешивают с сахаром, лимонным соком и проваривают на водяной бане при помешивании до загустевания, после чего смесь охлаждают, сливки охлаждают, взбивают, соединяют с охлажденной смесью и осторожно перемешивают. Используют для заправки салатов из фруктов.

Яйцо 1 шт., сок лимонный 100, сахар 100, сливки 35%-ной жирности 280

Заправка желтковая с маслом из раков

Раков, желтки и кусочки масла сливочного и масла из раков непрерывно помешивая, на водяной бане при температуре воды не выше 80°С до загу-

стевания. Затем соединяют эту массу с белым соусод! добавляют лимонный сок или лимонную кислоту, пера мешивают и процеживают. Подают к отварным, прия пущенным рыбным блюдам.

Яйцо 1 шт., масло сливочное 40, масло сливочное из раков 20, соус белый 20, сок лимонный по вкусу

Заправка-винегрет

Желтки яиц, сваренных вкрутую, протирают через сита и растирают в керамической посуде деревянной лона кой, постепенно добавляя подсолнечное масло. Поел! этого в массу кладут мелко нарубленные каперсы, корня шоны, лук, зелень петрушки и эстрагон, добавляют ук4 сус, соль, соус «Южный», перец и все перемешиваю» Подают к блюдам из субпродуктов.

Яйцо 1 шт., масло подсолнечное 100, уксус 3%-ный 20, соус «Южный» 10, корнишоны 20, каперсы 10, лук зеленый 20, зелень петрушки S, эстрагон 5, перец молотый 0,05, сахар 5

Заправка из желтков с хреном

Растирают добела сырые желтки с сахаром и растители ным маслом. Натирают на мелкой терке хрен и запраЯ ляют его уксусом и солью, соединяют с растертыЯ желтками и тщательно размешивают. Этот соус подам к холодным и горячим рыбным блюдам, но к рыбе *еМ* подают отдельно в соуснике.

Яйцо 1 шт., сахар 5, масло растительное 5, хрен 20, уксус 3 %-ный 5, соль по вкусу

Анчоусовое масло

Нарубленные каперсы и корнишоны, анчоусы, желтЯ сваренных вкрутую яиц толкут в ступе и протирают Я рез сито. В кастрюлю кладут размягченное сливочии масло, добавляют протертую анчоусовую смесь и взбИ вают лопаткой. Затем в масло добавляют уксус, краснЛ перец, соль и снова хорошо взбивают. Анчоусовое *Я* ело подают к холодным блюдам из мяса, птицы, див используют для канапе, а также оформления блЛ

Яйцо 1 шт., анчоусы 30, масло сливочное 150, каперсы 10, корнишоны 10, красный острый перец 0,04, уксус 3%-ный 5

Во многие салаты добавляют яйца. Это повышает питательность салатов, улучшает и разнообразит их вкус. Заправляют салаты различными острыми заправками и соусами, в состав которых входят яичные желтки. Очень часто яйца используют для оформления блюд.

Салат с яйцами

Желтки яиц растирают с чесноком и горчицей, добавляя понемногу растительное масло. Полученный соус смешивают с предварительно нарезанными белками яиц, луком, огурцом и петрушкой. Добавляют соль, перец.

Яйцо 2 шт., лук зеленый 100, зелень петрушки 50, огурцы 100, горчица 5, масло растительное 25, чеснок 5, соль и перец по вкусу

Салат из зеленого лука с яйцами

Сваренные вкрутую яйца очищают от скорлупы, нарезают кубиками; один желток оставляют для соуса. Вымытый зеленый лук мелко нарезают и перемешивают с яйцами.

Приготовление соуса: желток тщательно растирают в чашке, размешивают с горчицей до получения однородн ен массы и, не прекращая помешивания, соединяют с маслом, заправляют по вкусу солью, сахаром, перцем.

Салат заправляют приготовленным соусом, украшают мтиками помидора или декоративно нарезанной морвью либо красным перцем.

Яйцо 2 шт., лук зеленый 150, масло растительное 40, горчица 10, соль, сахар, перец по вкусу

Салат из яиц и зеленого лука со сметаной

Сваренные вкрутую яйца мелко нарезают, тщательнШ перемешивают со сметаной и мелко нарезанным зелЛ ным луком, солят, выкладывают в салатник.

Яйцо 2 шт., сметана 50, лук зеленый 10, соль по вкусу

Салат из яиц с луком 1

Сваренные вкрутую яйца нарезают мелкими кубиками Лук и коренья сельдерея шинкуют соломкой. Яйца смешивают с овощами, добавляют соль, молотый перещ выкладывают массу в салатник, поливают майонезом и посыпают зеленью сельдерея.

Яйцо 2 шт., лук репчатый 25, майонез 30, коренья сельдерея 10, зелень сельдерея 10, соль и перец по вкусу

Салат из кукурузы с яйцами и луком

Початки кукурузы варят целиком до готовности, **зате**| охлаждают и отделяют зерна. При использовании коя сервированной кукурузы жидкость (отвар) отделяют *щ* зерен через дуршлаг или сито.

Зерна кукурузы смешивают с мелко нарезаннвИ зеленым или репчатым луком, заправляют растителИ ным маслом, уксусом, сахаром, солью. При подаче **сала** посыпают мелко нарезанными яйцами, зеленым **луксй** и укропом.

Яйцо 2 шт., кукуруза в початках 100 или кукуруза консервированная 50, лук зеленый или репчатый 10, масло растительное 10, уксус 2, сахар 3, укроп 3, соль по вкусу

Салат из сыра, яиц, зеленого лука и чеснока

Сыр и вареные яйца нарезают кубиками, зеленый *щ* рубят, чеснок мелко нарезают. Все перемешивав добавляют майонез и ставят на холод на 30—40 мв

Яйцо 2 шт., сыр Голландский (Российский) 120, лук зеленый 10, чеснок 3, майонез 20, соль по **вкусу**

Салат из яиц, сыра и квашеной капусты

Квашеную капусту слегка отжимают, мелко рубят. Сыр натирают на крупной терке, а сваренные вкрутую яйца ^елко рубят. Лук и коренья петрушки нарезают соломкой. К овощам добавляют молотый перец, соль, все перемешивают. Украшают салат кусочками яйца, сыра и поливают растительным маслом.

Яйцо 2 шт., сыр Латвийский 100, капуста квашеная 200, коренья петрушки 5, лук репчатый 25, масло растительное 50, молотый перец и соль по вкусу

Салат из сыра, яиц и свеклы

Сыр и очищенную свеклу натирают на крупной терке, добавляют рубленые яйца, соль, молотый перец, толченый чеснок. Салат заправляют майонезом и посыпают зеленым луком.

Яйцо 2 шт., сыр Российский 200, чеснок 5, свекла 100, лук зеленый 20, майонез 40, перец и соль по вкусу

Салат из сыра, яиц и редиса

Сыр и лук нарезают соломкой, редис ломтиками, сваренные вкрутую яйца мелко рубят. Сыр смешивают с яйцами, луком, редисом, зеленым горошком, майонезом, солью, молотым перцем. Салат украшают дольками редиса, яйцами, посыпают мелко нарезанным укропом.

Яйцо 2 шт., сыр Голландский 200, редис 60, лук репчатый 30, укроп 10, зеленый консервированный горошек 80, майонез 80, соль, молотый перец по вкусу

Закуска по-буковински

вареные яйца, маринованный перец и репчатый лук нарезают мелкими кубиками, добавляют растертый с олью чеснок, заправляют майонезом, посыпают зеленью.

Яйцо 2 шт., лук репчатый 20, перец маринованный 20, майонез 40, зелень петрушки 5, чеснок 3, соль по вкусу

Яйца-грибки

На середину блюда кладут и красиво оформляют **кал** тофельныи салат с соусом майонез. Украшают его **па** лосками соленых огурцов. Вокруг помещают **крутые** яйца, предварительно срезав немного тупой конец, что! бы яйца можно было поставить. На каждое яйцо кладу! по маленькому помидору без мякоти.

Концом спички наносят на помидоры майонез **(ели]** вочное масло) в виде точек.

Яйцо 2 шт., картофель 120, майонез 10, огурцы соленые 40, помидоры 30, зелень укропа и соль по вкусу

Зеленый салат по-польски

Моют в дуршлаге листья салата, дают стечь воде, выкла] дывают их целыми в салатницу, добавляют лимонные сок и заливают сметаной. Кладут укроп, сахар, соль. Укра! шают салат крутыми яйцами.

Яйцо 2 шт., салат листовой 50, зелень укропа 10, сок лимонный 2, сметана 100, соль и сахар по вкусу

Салат листовой с яйцами

Салат нарезают соломкой, смешивают с рубленым краш ным перцем и сваренными вкрутую яйцами. ЗаливакЯ майонезом и посыпают зеленым мелко нарезанные луком.

Яйцо 2 шт., салат листовой 200, перец сладкий 10, лук зеленый 30, майонез, соль по вкусу

Салат весенний

Салат моют, измельчают. Редис, огурцы, лук и **яйца** сваренные вкрутую, мелко нарезают, добавляют соль 1 сахар по вкусу, перемешивают, кладут в салатник, пШ ливают сметаной, сверху посыпают зеленью.

*Чтобы яйцо, приготовленное «в мешочек», не затвердело, **опуШ тите** его сразу же после варки в **холодную** воду.*

*Чтобы у яиц, сваренных вкрутую, не образовалась **темнот** прослойка **между белком и желтком,** оставьте **их** после варки **НОШ мин** в горячей воде.*

*Яйца, сваренные вкрутую, опускают в прохладную воду, **надг(Ш** лов предварительно скорлупу. **В** этом **случае они будут** хорошо fflj щаться.*

Яйцо 2 шт., редис 80, огурцы свежие 100, салат листовой 200, сметана 100, лук зеленый 100, соль и сахар по вкусу

Салат из яиц и свежих помидоров

Крепкие свежие помидоры моют и нарезают ломти-ка ми. Кладут их горкой на середину салатника. Вокруг насыпают мелко нарезанную зелень петрушки, а рядом с петрушкой укладывают крутые яйца, нарезанные кружками. Салат солят и заправляют растительным маслом; можно сбрызнуть его уксусом. Готовят салат непосредственно перед подачей.

Яйцо 2 шт., помидоры 100, масло растительное 10, уксус 3%-ный 4, зелень петрушки 10, соль по вкусу

Салат из спаржи с яйцами

Нарезанную спаржу смешивают с мелко нарезанным зеленым луком, консервированным зеленым горошком, мелко нарубленными яйцами и поливают майонезом.

Яйцо 2 шт., спаржа 200, лук зеленый 30, майонез 80, консервированный зеленый горошек 40, соль по вкусу

Салат картофельный с яйцами

Вареный картофель нарезают кубиками, добавляют мелко нарубленные сваренные вкрутую яйца, зелень, майонез и перемешивают, украшают зеленью, яйцами.

Яйцо 2 шт., картофель 200, майонез 40, зелень петрушки 40, соль по вкусу

Салат из хрена и яиц со сметаной

Хрен хорошо промывают и натирают. Варят вкрутую "йца, охлаждают, очищают, мелко измельчают, после чего растирают со сметаной и смешивают с хреном. Заправляют по вкусу сахаром, уксусом, солью. Используют для приготовления бутербродов, подают к колбасам.

Яйцо 2 шт., хрен 80, сметана 200, сахар, уксус 3 %-ный, соль по вкусу

Салат из яиц и тыквы

Чеснок растирают с солью. Компоненты, предназначенные для соуса, взбивают миксером до получения однородной массы. Тыкву нарезают кубиками, припускают в собственном соку до готовности и охлаждают. Луи тонко шинкуют. Сваренные вкрутую яйца мелко рубят] подготовленные продукты смешивают с соусом.

Яйцо 2 шт., тыква 200, лук репчатый 25. Для соуса: кефир 50, сметана 50, зелень петрушки 10, чеснок 15, соль, молотый перец по вкусу

Салат из яблок с яйцами 1

Яблоки и сваренные вкрутую яйца мелко рубят, добав! ляют лук, соль, молотый перец и поливают **сметаной!**

Яйцо 2 шт., яблоки 200, лук зеленый 30, сметана 80, соль, молотый перец по вкусу

Салат из корня пастернака с яйцами

Пастернак и морковь натирают на крупной терке, **смей** шивают с рублеными яблоками и вареными яйцами добавляют соль, лимонный сок, поливают **сметанным** соусом и посыпают рубленой зеленью укропа.

Яйцо 2 шт., коренья пастернака 50, морковь 50, яблоки 80, соус сметанный 80, сок лимонный 15, укроп 30, соль по вкусу

Салат из маринованных грибов с яйцами

Маринованные грибы нарезают, добавляют нарезанные крутые яйца, зеленый горошек, нарезанный репчатый или зеленый лук, соль и сметану ('/г порции). Все **перей** мешивают, выкладывают горкой в салатник, **заливаки** оставшейся сметаной и украшают луком и ломтиками крутого яйца.

Яйцо 2 шт., грибы маринованные 170, лук репчатый или зеленый 70, сметана 75, соль и консервированный зеленый горошек по вкусу

Салат из шампиньонов и яиц

Шампиньоны промывают, отваривают в подсоленнч воде, охлаждают и нарезают ломтиками. Свареннь* вкрутую яйца нарезают кубиками. Яйца соединяют с грибами и заправляют уксусом и растительным маслом. Салат посыпают зеленью петрушки или укропа.

Яйцо 2 шт., шампиньоны свежие 300, уксус 3%-ный 15, масло растительное 35, укроп и петрушка 15, соль по вкусу

Салат грибной с яйцами

Маринованные или свежие грибы крупно нарезают, добавляют к ним рубленые яйца, нарезанный репчатый лук, солят по вкусу. Перед подачей на стол перекладывают в салатник, заливают сметаной, украшают зеленью.

Яйцо 2 шт., грибы свежие или маринованные 150, лук репчатый 20, сметана 25, зелень и соль по вкусу

Сельдь иваси с яйцами

Сельдь разделывают на филе, вымачивают в молоке. Варят вкрутую яйца, чистят и разрезают так, чтобы половинки их устойчиво лежали на блюде (для этого у каждой половинки белок немного срезают). Филе сельди нарезают ломтиками и каждый свертывают плотным валиком, а затем кладут сельдь на каждую половинку яйца. С помощью бумажной трубочки кладут на яйца майонез и украшают блюдо ломтиками салата, зеленью лука, кружками помидоров и огурцов.

Яйцо 2 шт., сельдь иваси 85, .майонез 15, помидоры 30, огурцы 30, зелень, соль по вкусу

Салат из копченой салаки с картофелем и яйцами

Очищенную и нарезанную копченую салаку, картофель и нарубленные яйца перемешивают и заливают сметаной, заправляют горчицей, солью и сахаром. К сметане при желании можно добавить уксус или лимонный сок.

Яйцо 2 шт., салака копченая 200, картофель отварной 100, сметана 100, сахар, горчица, соль по вкусу

Салат из яиц и копченой скумбрии

Щают от кожи и костей рыбу. Яблоки, соленые огурчЬ1, круте яйца нарезают кубиками, добавляют зеленый Рощек, рубленый зеленый **лук,** все перемешивают и ливают майонезом. Салат укладывают горкой, украт дольками крутого яйца, зеленью.

Яйцо 2 шт., скумбрия копченая 200, консервированный зеленый горошек 150, огурцы соленые 70, лук зеленый 25, майонез 200, зелень петрушки, яблоки 70

Салат из консервированного кальмара с яйцами

Яйца отваривают и отделяют желтки, лук мелко шинкуют и поджаривают на растительном масле. Вареный картофель и кальмары нарезают брусочками, а белок — ломтиками. Все компоненты перемешивают, добавив соль и перец. Блюдо украшают половинками желтков яиц и листьями салата.

Яйцо 3 шт., кальмары 200, картофель отварной 200, лук репчатый 150, масло растительное 60, салат листовой 10, перец молотый, соль по вкусу

Помидоры, фаршированные яйцами и салакой

Салаку разделывают, снимают мякоть с костей и наре-; зают ее мелкими кусочками. Добавляют рубленые яйца, по вкусу майонез, перец и мелко нарезанный лук. У помидоров срезают верхушки и вынимают часть мякоти,] после чего фаршируют их подготовленной смесью. Затем помидоры выкладывают на блюдо, поливают май-j онезом и посыпают зеленым луком.

Яйцо 2 шт., салака соленая или маринованная 100, помидоры 200, майонез 40, лук зеленый 20, перец по вкусу

Салат из яиц и творога

Морковь очищают и натирают на терке с мелкими верстиями. Творог протирают через дуршлаг, соединяют^ с натертой морковью, затем добавляют нашинкованный! зеленый лук, соль, тмин, майонез и мелко рубленньв яйца. Салат выкладывают в салатник и украшают яйцаш и луком.

Яйцо 2 шт., творог 150, лук зеленый 40, морковь 80, майонез 60, тмин 2, соль по вкусу

Яйца, сваренные вкрутую и «в мешочек», в виде омлетов и взбитые используют во многих видах супов. Готовят супы с яйцами на бульонах, молочные сладкие.

Бульон с яйцом и гренками

Готовят бульон, варят яйца «в мешочек». При подаче в тарелку кладут прогретое яйцо «в мешочек» и заливают его прозрачным бульоном. Отдельно на тарелке подают гренки с сыром.

Яйцо 1 шт., бульон прозрачный (мясной, куриный или из дичи) 400, хлеб'пшеничный 50, сыр 11, масло сливочное 4, соль по вкусу

Бульон с яичными хлопьями

Яйцо выпускают в посуду и хорошо размешивают, затем вводят через дуршлаг в кипящий мясной прозрачный обезжиренный бульон, непрерывно помешивая, и проваривают 2—3 мин. Можно добавлять в бульон только яичные белки.

Яйцо 1 шт., бульон прозрачный 300, соль по вкусу

Бульон с омлетом и кукурузой

Вареную кукурузу, смешанную с яйцом и молоком, со-. кладут в специальные металлические формочки мелкие сотейники, смазанные сливочным маслом, и екают в жарочном шкафу. Готовый омлет оставляют '0'—15 мин в тепле, затем вынимают из формы и Резают на порции,

•фи подаче в тарелку кладут порцию омлета и зали-

вают его готовым прозрачным бульоном. Омлет можно приготовить с капустой, томатом, спаржей и другими продуктами.

Яйцо 1 шт., бульон мясной 400, кукуруза вареная (зерна) 50, молоко 25, масло сливочное 10, соль по вкусу

Окрошка сборная мясная

Отварную охлажденную говядину, а также ветчину, белок сваренного вкрутую яйца, подготовленный зеленый лук, свежие огурцы без кожицы нарезают очень мелкол Сметану, протертые желтки крутых яиц, готовую горчи-1 цу, сахар, соль хорошо растирают и разводят квасом!

При подаче в квас кладут подготовленные мясные! продукты, заправку (из желтков яиц и горчицы), сметая ну и посыпают зеленью петрушки, укропа.

Яйцо 1 шт., квас хлебный 300, говядина 65, ветчина вареная (окорок) 20, лук зеленый 40, огурцы свежие 75, сметана 20, сахар 5, горчица готовая 2, укроп 5, соль по вкусу

Окрошка овощная

Готовят так же, как окрошку мясную сборную, толька вместо мясных продуктов кладут вареные, нарезанные кубиками, охлажденные картофель и морковь, а такж§ сырой редис.

Яйцо 1 шт., квас хлебный 300, картофель 100, морковь 15, лук зеленый 50, огурцы свежие 80, редис L 30, сметана 30, горчица готовая 2, укроп 5, сахар и соль по вкусу

Окрошка уральская

Картофель, морковь отваривают, очищают, нарезают мелкими кубиками. Редис и свежие огурцы **нарезан** также кубиками. Квашеную капусту и лук перебирают и мелко рубят. Подготовленные овощи кладут в кастрюлю, добавляют квас, рубленые белки яиц. **ЖелтокЯ** рошо разминают, разводят квасом, соединяюЯ остальными продуктами. Подают, посыпав *уу* заправляют сметаной.

Яйцо 1 шт., квас 200, картофель 50, капуста квашеная 30, морковь 20, лук зеленый 30, огурцы свежие 30, зелень укропа, горчица, соль по вкусу

Борщ холодный

В свекольный отвар кладут вареные, охлажденные и нарезанные свеклу и морковь, а также свежие огурцы, зеленый лук, сахар, соль и добавляют 3%-ный уксус. При подаче в тарелку кладут половину яйца, сваренного вкрутую, сметану, зелень петрушки или укропа.

Яйцо 1 шт., отвар свекольный 350, свекла 120, морковь 30, лук зеленый 30, огурцы свежие 60, сметана 40, сахар 5, уксус 3%-ный 5, укроп 5, соль по вкусу

Свекольник

В хлебный квас кладут нарезанные кубиками или соломкой вареные свеклу, морковь, а также свежие огурцы, зеленый лук, уксус, соль, сахар. Подают свекольник так же, как борщ холодный.

Если свекольник готовят на хлебном квасе и свекольном отваре, то хорошо промытую неочищенную свеклу отваривают, а отвар процеживают, охлаждают и соединяют с хлебным квасом.

Яйцо 1 шт., квас хлебный 300, свекла 100, морковь 25, лук зеленый 30, огурцы свежие 60, сметана 40, сахар, уксус, соль, укроп по вкусу

Редька с квасом

Очищают редьку, натирают на терке, смешивают с квасом, кладут вареный картофель, нарезанный ломтиками, вареное яйцо, зеленый лук, сметану, солят, по желанию добавляют зелень петрушки или укропа.

Яйцо 1 шт., редька 50, картофель 30, лук зеленый 20, сметана 20, квас 200, зелень и соль по вкусу -

Суп весенний

Очищают и мелко нарезают зеленый лук, чеснок, петрушку, мяту и кладут в кипящую подсоленную воду, "риблизительно через 20 мин добавляют муку, разведенную уксусом. Суп доводят до готовности, затем сни-Маают с огня, добавляют сливочное масло и заправляют ВаРенными вкрутую яйцами.

Прежде чем влить в суп сырое яйцо, его смешивают с полови-стакана охлажденного бульона.

Яйцо 2 шт., лук зеленый 20, чеснок (перо) 5, зелень петрушки 20, мята 3, мука 20, уксус 3%-ный 1, масло сливочное 10, вода 300, соль по вкусу

Щи из крапивы с яйцом

1-й вариа нт. Перебирают, промывают и мелко **на** резают молодую крапиву. Пассеруют ее с маслом, **из!** мельченным репчатым луком и мукой, солят и **заливаюя** горячей водой. Суп доводят до кипения. Перед тем **каЛ** снять суп с огня, вливают в него молоко.

Варят вкрутую яйца, хорошо охлаждают и нарезают! мелкими кубиками. Смешивают с толченым **черным** перцем или мелко нарезанной зеленью **петрушки!** В глубокую тарелку кладут по 2 столовые ложки **приИ** готовленной смеси и наливают суп.

Яйцо 2 шт., крапива молодая 300, масло сливочное 30, лук репчатый 30, мука пшеничная 10, молоко 200, зелень петрушки 10, вода 200, перец и соль по вкусу

2-й вариант. Перебранную вымытую молодую **края** пиву погружают на 2—3 мин в кипяток, откидывают на решето, обливают холодной водой и, когда она **стечйЯ** пропускают через мясорубку, затем тушат в сотейнике с маслом 10—15 мин. Нарезают мелкими кубиками морковь, лук репчатый и пассеруют в масле. За 2—3 мин до готовности добавляют мелко нарезанный зеленый лук. В кипящий бульон кладут крапиву, пассерованные морковь и лук и варят на тихом огне 20—25 мин. За 10 мин до окончания варки добавляют нарезанные листья свежего щавеля, соль, специи. Перед подачей заправляют щи по вкусу сметаной, добавляют нарезанные яйца, зелень. Щи из крапивы хорошо подавать **холчЯ** ными, с ватрушками.

Яйцо 2 шт., крапива 100, бульон мясной 400, щавель 50, морковь 20, лук репчатый 10, сметана 100, масло топленое 40, зелень, специи и соль по вкусу

Суп с рублеными яйцами

Хлеб (50 г) нарезают ломтиками и подсушивают в А» ховке. Оставшийся хлеб натирают и поджаривают! маслом. Кладут в кастрюлю тертый хлеб, гренки, меля рубленные яйца, рубленую зелень укропа или петрушв заливают бульоном и сейчас же подают на стол.

Яйцо 2 шт., хлеб ржаной 100, бульон 300, масло сливочное 20, зелень укропа или петрушки 10, соль по вкусу

Суп с сыром и яйцом

Тертый хлеб перемешивают с тертым сыром и взбитыми яйцами, солят, перчат и вводят эту смесь, непрерывно помешивая, в мясной бульон. Кастрюлю накрывают крышкой и ставят на слабый огонь на 7—8 мин. Перед подачей суп тщательно перемешивают.

Яйцо 1 шт., сыр 250, бульон мясной 1000, хлеб пшеничный 100, перец и соль по вкусу

Суп по-итальянски

Ломтики хлеба намазывают с обеих сторон маслом и обжаривают. Кладут в кастрюлю, заливают бульоном, добавляют сырое яйцо и ставят **в** духовку. Когда белок затвердеет, добавляют тертый сыр и мелко нарезанный зеленый лук.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 100, бульон мясной 500, масло сливочное 40, сыр 30, лук зеленый 10, соль по вкусу

Луковый суп с яйцами

Нарезают хлеб ломтиками, кладут их слоями в кастрюлю и заливают горячим мясным бульоном. Добавляют нарезанный, поджаренный на сливочном масле репчатый лук, закрывают крышкой и тушат 10—15 мин. Затем добавляют сырые яйца и кипятят.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный или ржаной 100, бульон 500, лук репчатый 30, масло сливочное 20, соль по вкусу

Луковый суп с яйцами и пряностями

ук и чеснок .крупно нарезают и поджаривают на сли-
°чном масле, перекладывают в кастрюлю, заливают
рячей водой, солят, добавляют перец, лавровый лист,
воздику .и дают .вскипеть^ 2—3^ раза. Смешивают сырые
йца с холодной водой, вливают в остывший бульон,
°шо размешивают, добавляют пшеничный хлеб, на-
ный ровными ломтиками (как для бутерброда).

Кастрюлю закрывают крышкой и бульон слегка подогреЯ вают. Когда хлеб хорошо набухнет, всыпают рубленук! зелень и подают суп к столу.

Яйцо 1 шт., хлеб пшеничный 100, вода 500, лук репчатый 150, чеснок 10, масло сливочное 50, перец 0,1, лавровый лист 0,5, гвоздика 0,2, зелень укропа 10, соль по вкусу

Суп из крутых яиц

Варят вкрутую яйца, очищают их и нарезают кружочками. Наливают в кастрюлю подсоленную воду, доводя! до кипения, затем снимают кастрюлю с огня и **кладу]** нарезанные яйца. Суп размешивают и подают, добавив в тарелки сметану.

Яйцо 2 шт., вода 300, сметана 50, соль по вкусу 1

Суп картофельный с луком-пореем и простоквашей

Лук-порей чистят, промывают, нарезают, кладут в кипящую подсоленную воду и отваривают в течение 5—6 мин. Затем добавляют нарезанный кубиками картофель и черный перец. Перед окончанием варки заправляют суп сливочным маслом. При подаче кладут в него сваренные вкрутую яйца и добавляют простоквашу. **1**

Яйцо 2 шт., лук-порей 100, картофель 400, масло сливочное 30, простокваша 100, вода 700, перец и соль по вкусу

Суп-пюре из картофеля

Лук мелко рубят и пассеруют. Очищенный картофе/it отваривают в горячей подсоленной воде, отвар процеживают в другую кастрюлю, туда же протирают через дуршлаг картофель и пассерованный лук. Перед подачей растирают желтки со сливками и заправляют **этв** смесью суп, после чего прогревают его на пару! доводя до кипения.

Яйцо 2 шт., картофель 450, лук репчатый 50, масло растительное 50, сливки 50, вода 700, соль по вкусу

Значительно улучшается вкус супов-пюре, когда их заправЛ проваренной смесью яичных желтков и молока или сливок.

Яичный суп с мясом

Варят мясо без кореньев до готовности. Процеживают бульон. С пшеничного хлеба срезают корку и натирают го в тарелку на терке. Желтки сваренных яиц растирают вилкой. Сыр натирают. Все это хорошо перемешивают, разбавляют небольшим количеством бульона, развешивают до получения однородной массы и вливают бульон. Варят 30 мин. Перед подачей на стол добавляют мелко нарубленное мясо.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 100, бульон 1000, мясо отварное 200, сыр 50, соль по вкусу

Сладкий томатный суп с яйцами

Варят в воде нарезанные помидоры и раскрошенные сухари из пшеничного хлеба, добавляют корицу, цедру лимона и половину сахара, откидывают на дуршлаг, Протирают, соединяют с отваром и доводят до кипения. Добавляют яблочный сок и заправляют суп яичными желтками. Белки с остальной частью сахара тщательно взбивают и в виде крупных хлопьев опускают в горячий суп.

Яйцо 2 шт., сухари из пшеничного хлеба 200, вода 1500, помидоры 300, сахар 90, сок яблочный 150, цедра лимона 2, корица 1

Суп венгерский по-крестьянски

Корки ржаного хлеба вместе с мелко рубленной зеленью петрушки и мелко нарезанным репчатым луком поджаривают на сливочном масле. Заливают водой, добавляют перец, соль и доводят до кипения. Непрерывно помешивая, осторожно вводят тщательно растертые яйца.

Яйцо 2 шт., ржаные хлебные корки 200, вода 1000, масло сливочное 50, лук репчатый 75, зелень петрушки 10, перец 2, соль по вкусу

Суп с выпускными яйцами и зеленью

U

Д ирают хлеб и обжаривают его на сливочном масле. / фенок хлеб нарезают и сушат в духовке. Кипятят ольшой кастрюле воду с солью и уксусом и, разбив °Рожно скорлупу, выпускают яйца над самой по-

верхностью воды и варят 3—4 мин в кастрюле, закрытой крышкой. Сваренные яйца осторожно вынимают и опускают в суповую миску, туда же кладут поджаренный! тертый хлеб, подсушенные гренки, укроп и петрушку] заливают бульоном и сейчас же подают на стол.

Яйцо 2 шт., хлеб ржаной 100, гренки 60, масло сливочное 20, бульон 300, зелень петрушки и укропа 10, уксус 3%-ный 15, соль по вкусу

Суп из щавеля с яйцами

Перебирают, промывают, мелко нарезают и варят в подсоленной воде щавель. Затем снимают с огня и заправляют одним яйцом, взбитым с соком лимона. Нарезают кружками два крутых яйца, добавляют растертый чеснок, кладут в супник и заливают отваром.

Яйцо 3 шт., щавель 60, вода 600, лимон 1 шт., чеснок 5, соль по вкусу

Суп с лапшой и яйцами

Слегка пассеруют муку с маслом. Пассеровку разводят молоком и водой, доводят до кипения, всыпают лапшу и солят. Варят суп при кипении 15—20 мин. Затем снимают с огня, заправляют яйцами, посыпают черным перцем и подают.

Яйцо 2 шт., лапша 125, молоко 480, вода 720, масло сливочное 40, мука пшеничная 50, черный перец, соль по вкусу

Суп с желтками и зеленью

Ломтики поджаренного хлеба заливают горячей водой, добавляют коренья петрушки, сливочное масло, соль и варят до готовности. Затем процеживают, кипятят и заправляют яичными желтками и мелко рубленной зеленью петрушки.

Яйцо 2 шт., хлеб ржаной 100, вода 1000, масло сливочное 12, зелень петрушки 20, коренья петрушки 5, соль по вкусу

Молочный суп со взбитыми яйцами

Хлеб нарезают квадратиками, посыпают сахарным ском, подрумянивают в духовке. Затем кладут хлеб; дно кастрюли, заливают яично-молочной смесью, солят и кипятят. Для приготовления яично-молочной смеси кипятят молоко и осторожно (при непрерывном помешивании) вливают в него взбитые яйца.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 100, молоко 500, сахарный песок 40, соль по вкусу

Молочный суп с желтками

Хлеб нарезают кубиками, подсушивают в духовке. Молоко кипятят, смешивают с растертыми желтками. Этой смесью заливают гренки, добавляют сливочное масло, солят и кипятят.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 100, молоко 500, масло сливочное 25, соль по вкусу

Сладкая молочная похлебка с желтками

Хлеб нарезают на кусочки, посыпают их сахарным песком и слегка обжаривают на сливочном масле. Готовят подслащенное молоко, разводят в нем яичные желтки и доводят до кипения. Полученной смесью заливают обжаренные кусочки хлеба.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 140, молоко 500, сахарный песок 60, масло сливочное 30

Мясо занимает одно из важнейших мест в нашем питая нии. Пищевая ценность этого полезного продукта о6уJ словливается прежде всего содержанием в нем полно! ценного животного белка и жира. Яйца очень хороша сочетаются по вкусу с мясными продуктами.

Свинина с яйцом

Свинину нарезают ломтиками поперек волокон, отбива! ют, разрезают на брусочки длиной 3—4 см, солят, обжа! ривают на сковороде до готовности. Затем ее заливаю! взбитым яйцом и жарят около 1—2 мин на плите, **до4** жаривают в течение 2—3 мин в жарочном шкафу. П риз подаче посыпают мелко нарезанной зеленью.

Яйцо 2 шт., сало топленое 10, свинина 40, зелень петрушки 10, соль по вкусу

Свинина жареная с яйцом

Зачищенную мякоть корейки или задней ноги нарезакя поперек волокон на порционные куски. Каждый кусотй мяса отбивают, придают ему круглую форму, посыпаю»! солью, перцем и обжаривают с обеих сторон до готов| ности. Отдельно готовят на порционной сковороде яичницу-глазунью. При отпуске жареную свинину поливаю! мясным соком, сверху кладут яичницу-глазунью и посЫ'- пают ее зеленью петрушки или укропа. На гарнир п<4 дают зеленый горошек или жареный картофель. Вмест? зеленого горошка можно подать соленый огурец.

Яйцо 1 шт., свинина 100, сало топленое 10, зелень петрушки 5, сок мясной 50, перец, соль по вкусу

Колбаса домашняя

Свинину вместе с вареным картофелем и чесноком пропускают два раза через мясорубку, добавляют соль, перец, корицу, желтки и хорошо перемешивают. Из подготовленного фарша формуют изделия в виде колбасок длиной 5 см, диаметром 3 см, обваливают их в муке и обжаривают на масле. Лимон подают отдельно.

Яйцо 2 шт., свинина 250, картофель 100, чеснок 5, мука пшеничная 10, масло сливочное 20, лимон 15, корица 0,1, соль и перец по вкусу

Шарики из говядины жареные

Мякоть говядины нарезают на кусочки, пропускают два раза через мясорубку вместе с чесноком и сладким перцем. В измельченное мясо добавляют тмин, красный перец, соль и хорошо перемешивают. После этого формуют из фарша небольшие шарики, опускают их во взбитые яйца и обжаривают в кипящем топленом масле. Подают мясные шарики с помидорами и огурцами.

Яйцо 2 шт., говядина 300, перец сладкий 50, масло топленое 40, помидоры 80, огурцы 100, тмин 0,02, перец красный 0,1, чеснок 5, соль по вкусу

Миджурум

Измельченное на мясорубке мясо слегка обжаривают на масле и охлаждают. Взбитые яйца смешивают с обжаренным фаршем, мелко нарезанной зеленью петрушки, солью и перцем. На сковороду, смазанную маслом, кладут подготовленный мясной фарш, подравнивают, сбрызгивают растопленным маслом и запекают в духовке в течение 20 мин. Подают миджурум на этой же сковороде, посыпают зеленью петрушки, отдельно подают маринованные овощи (разные).

Яйцо 2 шт., говядина 120, масло топленое 20, овощи маринованные 100, зелень петрушки 10, соль, перец по вкусу

Пов о отличить вареное яйцо от сырого, не разбивая скорлупы. оста ШаЛ Те яйцо на столе: вареное яйцо будет крутиться, а сырое "овится через один-два оборота.

Биточки, запеченные в яйце

Кусочки баранины вместе с репчатым луком пропускают! два раза через мясорубку. В измельченное мясо добав-j ляют яйцо, соль, перец и хорошо перемешивают. Фор-: муют из фарша плоские биточки, жарят их с обеих сто-! рон на масле, а затем заливают взбитыми яйцами, ставят в духовой шкаф на 5 мин. Посыпают зеленью.!

Яйцо 1 шт., баранина 150, лук репчатый 20, масло топленое 20, зелень петрушки 40, перец, соль по вкусу

Баранина со стручками фасоли и яйцом

Из баранины, разрезанной на куски, варят бульон. **ВареЯ** ное мясо кладут в кастрюлю, добавляют мелко нарезанный и обжаренный репчатый лук, вливают немного бульона и тушат мясо в течение 15—20 мин в закрытой посуде. Отдельно припускают в бульоне крупно нарезанные стручки фасоли и откидывают их на сито. Тушеное мясо кладут в кастрюлю, обкладывают вареными стручками фасоли, посыпают солью, перцем, затем заливают взбитыми яйцами и ставят в духовку на 3—5 мин. Подают баранину, посыпанной зеленью петрушки.

Яйцо 1 шт., баранина 150, стручки фасоли 150,, лук репчатый 25, масло топленое 20, зелень петрушки 10, перец, соль по вкусу

Котлета «Сусамыр»

Мякоть баранины пропускают через мясорубку, добаД ляют соль, специи. Нарезают соленые огурцы, добавляя ют лук, припускают, заливают смесью из яиц и муки. Мясному фаршу придают форму лепешки, на **середине** которой кладут фарш из яиц, огурцов и лука. ЗащипьШ вают края, обваливают в сухарях и жарят в масле. *РМ* готовности доводят в духовом шкафу. Подают с жарв| ным картофелем.

Яйцо 4 шт., баранина 200, молоко 120, мука пшеничная 30, лук репчатый 25, масло топленое 90, сухари 80, огурцы соленые 100, соль, специи по вкусу

Яйца в ветчине

Яйца варят вкрутую, аккуратно очищают. Ветчину нарезают крупными ломтиками, края подравнивают, чтобы получились квадраты (или кружочки. Затем эти ломтики поджаривают с одной стороны, чтобы они свернулись. После остывания в каждый свернувшийся кружок ветчины вставляют тупым концом очищенное яйцо.

На середину круглого блюда наливают густой соус из сметаны с хреном, на него кладут яйца в ветчине, сверху зелень укропа, а вокруг ломтики свежих или соленых огурцов.

Яйцо 2 шт., ветчина 40, масло топленое 10, соус из сметаны с хреном 80, огурцы 30, зелень петрушки или укропа 10, соль по вкусу

Форшмак

Вареную или жареную птицу и сельдь, предварительно вымоченную, очищают от кожи и костей, пропускают через мясорубку с частой решеткой. Затем разминают деревянным пестиком вареный картофель, смешивают его с поджаренным на масле луком, добавляют муку, сливочное масло, сметану, тщательно перемешивают и еще раз пропускают всю массу через мясорубку. После этого добавляют сырые яичные желтки, соль, перец по вкусу, перемешивают. Затем вводят взбитые яичные белки, осторожно еще раз перемешивают, перекладывают на сковороду с маслом, выравнивают поверхность, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в духовом шкафу в течение 30—40 мин. Форшмак можно считать готовым, как только он начинает отставать от стенок сковороды. Форшмак выкладывают на блюдо, поливают томатным соусом. Этот же соус подают отдельно в соуснике.

Яйцо 3 шт., мясо птицы 250, сельдь 80, мука пшеничная 20, картофель 100, сметана 20, сыр тертый 15, масло сливочное 30, лук репчатый 20, соус томатный 20, перец и соль по вкусу

Яйца **с** пюре из кур

Сработанных кур варят в небольшом количестве воды Ли бульона, отделяют мясо от костей и пропускают е Р е з мясорубку с частой решеткой два-три раза.

Провернутую массу кладут в сотейник, добавляют сливочное масло, соль, перец и все тщательно перемешивают. В металлическую чашечку (кокотницу) кладу пюре из кур, выпускают на него яйцо, посыпают соль и перцем, после чего припускают в духовке. При п даче поливают томатным соусом и посыпают зелень

Яйцо 1 шт., пюре из кур 30, масло сливочное 10, соус томатный 10, зелень петрушки 5, перец и соль по вкусу

Курица в яйце

Отваривают курицу до готовности. Срезают с нее всю мякоть и раскладывают на порции так, чтобы в каждой порции были белое, темное мясо, потроха и кожа. Затем хорошо перемешивают яйца, крупу, соль. В эту массу опускают каждую подготовленную порцию курицы, после чего обжаривают на сковороде сначала одну сторону, а потом другую. На гарнир подают рис или жареный картофель.

Яйцо 1 шт., курица 200, крупа манная 40, масло топленое 10, соль по вкусу

Борани из курицы со стручками фасоли и яйцом

Подготовленную тушку курицы обжаривают, нарезают на куски, кладут в кастрюлю с маслом, добавляют тушеные стручки фасоли, обжаренный мелко нарезанный репчатый лук, заливают взбитыми яйцами и ставят в духовой шкаф примерно на 5 мин. При подаче борани поливают растопленным сливочным маслом и посыпают зеленью петрушки.

Яйцо 6 шт., курица 1 шт., лук репчатый 150, стручки фасоли 600, масло топленое 150, соль и зелень петрушки по вкусу

Яйца с куриной печенью

Обработанную куриную печень ошпаривают, нареза* ломтиками, поджаривают на жире, кладут на припуЩ*. ное в кокотнице яйцо и посыпают мелко нарезан зеленью.

Яйцо 1 шт., печень куриная 30, жир говяжий 10, зелень 5, соль по вкусу

Куры по-вешенски

Обработанную курицу потрошат, куриные потроха (сердце, печень, желудок) отваривают и нарезают мелкими кубиками. К потрохам добавляют слегка отваренный рис, мелко рубленные сваренные вкрутую яйца, лук, обжаренный до золотистого цвета. Все солят, перчат по вкусу, тщательно перемешивают. Приготовленной массой фаршируют курицу, зашивают ее брюшную полость и запекают в духовке. Подают на мелком блюде.

Яйцо 6 шт., курица 1 шт., масло сливочное 50, рис 200, потроха 100, лук репчатый 50, перец и соль по вкусу

Цыпленок, фаршированный творогом и яйцами

Сало мелко нарезают и поджаривают до хруста. Варят вермишель в соленой воде, обдают холодной водой, дают стечь воде, добавляют свиное сало, протертый творог, яйца (целиком), мелко нарезанный укроп, посыпают перцем и солью. Хорошо перемешивают смесь, фаршируют ею цыпленка и зашивают брюшную полость. Смазывают грудку цыпленка маслом, кладут его на противень, подливают немного воды и запекают в духовке.

Яйцо 4 шт., цыпленок 1 шт. (500), творог 150, вермишель 80, сало свиное 50, масло сливочное 50, зелень укропа 10, перец и соль по вкусу

Высокая пищевая ценность и вкусовые достоинства рыбы определили ее большое значение в нашем питании! Рыбные блюда широко используют в повседневном рационе.

Яйца как приправа к рыбе в значительной степени улучшают вкусовые качества и пищевые достоинств* рыбы. Нежирную рыбу подают с питательным соусощ содержащим яйца.

В этом разделе приведены несколько рецептов рыбных вторых блюд, при приготовлении которых используют яйца.

Салака, запеченная с яйцами

Салаку разделывают и обжаривают с обеих сторон. Муку растирают и соединяют с яйцами и водой или бульоном. Полученной смесью заливают обжаренную рыбу и запекают. При подаче посыпают зеленым луком.

Яйцо 2 шт., салака свежая 200, бульон рыбный 500, масло сливочное 25, мука пшеничная 25, масло топленое 15, лук зеленый 10, соль по вкусу

Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем, зеленым луком и яйцами

Разрезанную рыбу, нарезанный вареный картофе" укладывают на тарелку, посыпают нарубленными крУть ми яйцами, зеленым луком, поливают маслом и 1 сусом.

Яйцо 2 шт., рыба соленая или маринованная 300, картофель отварной 3—4 шт., лук зеленый 100, масло растительное 25, уксус 3%-ный 10, соль по вкусу

Салака, жаренная с яйцами

Салаку разделывают, солят, смачивают в смеси яиц и муки и обжаривают с обеих сторон в жире. Подают с отварным картофелем, картофельным пюре или тушеным горохом.

Яйцо 2 шт., салака свежая 500, мука пшеничная 25, жир кулинарный 30, соль по вкусу

Копченая салака, запеченная с яйцами

Салаку чистят, удаляют внутренности, мелко нарезают и смешивают с помидорами, нарезанными ломтикэми. Подготовленную массу укладывают в смазанную маслом глубокую сковороду. Желтки соединяют с молоком, добавляют перец, соль, взбитые белки и осторожно перемешивают, затем яично-молочную смесь выливают на сковороду и запекают в жарочном шкафу.

Яйцо 2 шт., молоко 250, салака копченая 8 шт., помидоры 30, масло топленое 20, перец молотый и соль по вкусу

Сардины, запеченные с яйцами и сметаной

Сырые яйца смешивают со сметаной. Мелко шинкуют репчатый лук, соединяют с приготовленной ранее смесью, солят. На сковороду, предварительно смазанную жиром, кладут сардины, пассерованные в муке, и слегка обжаривают. Затем заливают сардины приготовленной смесью и запекают. Перед подачей на стол украшают блюдо зеленью петрушки или укропа.

Яйцо 2 шт., сардины 5—6 шт., мука пшеничная 30—40, масло растительное 40, сметана 250, лук репчатый 35, зелень петрушки или укропа 10, соль по вкусу

Сельдь рубленая, запеченная с яйцами

Моченную сельдь разделывают на филе без кожи и - Мелко шинкуют репчатый лук и слегка обжари- масле. С хлеба срезают корки, размачивают его

в молоке, а затем отжимаю- Все*г* Р * продукты дважды. ере-1 пропускают через *«оруб"У. Р рцем, маслом, в^ной ложкой и заправляют моло маслом молоком с сырыми ^цами Хорош ают селе-

^ : : ; : г г 5 £ * с*-™ »,-ело,

и запекают в духовке.

Яйцо 2 шт., сельдь 600, хлеЬ АПП хлеб пшеничный Л>и, ное 30' молоко 350, лук Р«"ты" "' £."о вкусу сухари молотые 10, перец п« 7

Сельдь жареная с луком и яйцами

~ <> uvite и взбитом яйце

onn MVKa пшеничная 10, лук

яйчр 2 ^'пГьГбО^асГтопленое 25

рыба, запеченная в молочно-яичном соусе

с ffi костей) солят, перча?» Порционные куски рыбы t Выкладывают обваливают в **муке** и °бжариваю^в ма™ ают яйцо рыбу в смазанный ^ « ^ ^ " м б с ь ю рыбу, посы- ^ Г ^ т ь Г м ^ ы ^ Т ^ ы м и сухарями. Запека. в жарочном шкафу.

Яйцо 2 шт.. рыба 600 ^ ^ r - r ^ S r : 20, сыр 20, сухари 20, мука пусу

Ставрида запеченная «Сюрприз»

Филе рыбы нарезают « < W ™ ^ £ % ^ j £ S вают в муке и обжариваю. Ж арену км> ^ з· с поджаренным луком и f л"в" я|от желток от бел* 4 мин. Затем берут яйца, отделяю_____^

м бумаги-белок соскальзывает в посу у, ^ воронке. , желток нужно сохранить ^ Если нужен ™ько белок,а»gг ^ ^^ БелоК ыт дней протыкают яйцо с двух сторон. а желток остается в скорлупе. ^ ^ ^ ^ ^ Н

взбивают белки, заливают ими рыбу, желтки кладут сверху и запекают в духовке 1—2 мин до образования корочки.

Яйцо 2 шт., рыба 250, сметана 50, лук репчатый 75, масло топленое 25, мука пшеничная 200, соль по вкусу

Морской окунь жареный, фаршированный луком и яйцами

По этому рецепту можно приготовить почти любую морскую рыбу. Рыбу чистят, не разрезая брюшко, удаляют плавники и голову и только потом потрошат. Тушки хорошо промывают, солят. Заранее обжаривают лук до золотистого цвета и смешивают его со сваренными вкрутую яйцами. Заполняют брюшко этим фаршем, смачивают рыбу взбитыми яйцами, панируют в молотых сухарях и обжаривают со всех сторон до образования румяной корочки. Рыбу заливают сметаной, снимают с огня и посыпают измельченной зеленью петрушки. К рыбе подают отварной картофель и огурцы.

Яйцо 2 шт., рыба 600, лук репчатый 100, сухари молотые 20, масло топленое 25, сметана 80, зелень петрушки 20, соль по вкусу

Треска отварная с яйцами и маслом

Морковь, петрушку, сельдерей, репчатый лук очищают, нарезают и отваривают в воде, добавив соль, душистый перец, лавровый лист.

Подготовленную треску нарезают порционными кусками, заливают горячим отваром (с таким расчетом, чтобы жидкость только покрывала рыбу), ставят на огонь, быстро доводят до кипения, снимают пену, значительно Уменьшают нагрев и варят на слабом огне 15—20 мин.

°йца варят вкрутую, охлаждают, чистят и рубят. Го- ов ую рыбу осторожно, стараясь не помять куски, выгадывают на блюдо, посыпают рублеными яйцами и ень ю петрушки, поливают растопленным сливочным Сл ом. На гарнир подают отварной картофель.

Яйцо 2 шт., рыба 150, морковь 75, петрушка 50, сельдерей 10, лук репчатый 75, лавровый лист 2 шт., перец душистый 0,02, масло сливочное 30, картофель 800, соль по вкусу

Креветки **с** рублеными яйцами

^^^

Яйцо 2 шт., картофель 100, лук репчатый или зеленый 15, помидоры 50, маргарин 5, зелень укропа 5, соль по вкусу

Картофельная запеканка с яйцами

В протертый горячий вареный картофель добавляют! горячее молоко, яйца, соль, масло, перемешивают. По-' ловину всей массы выкладывают на сковороду, **смазан-Я** ную маслом, разравнивают, сверху кладут слой поджаренного лука, а на него остальную часть массы, разравнивают, смазывают сметаной или сбрызгивают маслом. Запекают в духовке 20—25 мин. К запеканке можно подать молочный, сметанный или грибной соус.

Яйцо 2 шт., картофель 300, молоко 150, масло сливочное 20, лук репчатый 50, соль по вкусу

Рулет картофельный с яйцами

Картофель, сваренный в кожуре, очищают, протирают, добавляют муку и тщательно перемешивают. Фарш готовят из мелко нарубленных яиц и обжаренного на сале лука. Картофель кладут на разделочную доску, смоченную водой, слоем 1,5—2 см, а сверху фарш. Завертывают в виде рулета и перекладывают на смазанный жиром противень. Рулет смазывают яйцом, посыпают сухарями. Сбрызгивают жиром и запекают. Подают нарезанным на порции с соусом (сметанным, луковым, грибным) .

Яйцо 2 шт., картофель 500, сало (шпиг) 30, лук репчатый 50, мука 10, сухари 40, жир кулинарный 25, соль по вкусу

Котлеты картофельные с яйцами

Сваренные вкрутую яйца (2 шт.) мелко рубят. Картефель отваривают и протирают. Затем картофель и вареные яйца смешивают с сырым яйцом и сметаной, мея* ко нарезанным зеленым и репчатым луком, солью, nef цем, зеленью. Формуют котлеты, панируют в сухар" и запекают на сливочном масле. На стол подают со сметаной.

Яйцо 3 шт., картофель отварной 150, сметана 25, масло сливочное 50, перец 0,2, зелень 10, лук зеленый 20, лук репчатый 70, сухари панировочные 10, зелень 5, перец и соль по вкусу

Зразы картофельные

Хлеб размачивают в молоке. Очищенный картофель отваривают в подсоленной воде, разминают. Мелко нарезают и обжаривают в масле лук. Обжаренный лук, картофель, масло, яйца, муку, пшеничный размоченный хлеб соединяют, непрерывно помешивая. Формуют зразы, обваливают в муке и обжаривают на масле.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 200, картофель 400, молоко 200, лук репчатый 60, мука пшеничная 40, масло топленое 30, соль по вкусу

Картофельные орешки жареные

Картофель отваривают, пропускают через мясорубку. В полученную массу вводят муку, яйца, соль, перец, хорошо перемешивают и выдерживают в течение 30 мин. Затем формуют шарики (орешки), панируют их в муке и обжаривают во фритюре. Подают картофельные орешки горячими со сметаной и зеленью.

Яйцо 2 шт., картофель 500, мука пшеничная 60, масло растительное 75, сметана 50, зелень 15, соль и черный перец по вкусу

Деруны по-гуцульски

Сырой картофель натирают на мелкой терке, добавляют яйца, сыр, соль, перец, свежую зелень. Все перемешивают и поджаривают, как обычные оладьи.

Яйцо 2 шт., картофель 500, мука пшеничная 25, сыр 100, зелень петрушки и укропа 20, перец и соль по вкусу

Котлеты картофельные паровые с яйцами

^чищенный картофель отваривают до готовности, про-™рают через сито, добавляют муку, яйца и все хорошо ^вмешивают. Затем разделывают на котлеты и варят ^ пару (на решетке). При желании котлеты кладут на ^занный жиром противень, заливают сметаной и за-

Вовп„^^^^Ф^^^^ котлеты получаются вкуснее, если их перед панием в сухарях смачивают в яйце, взбитом с молоком.

пекают. При подаче котлеты поливают сливочн маслом, к паровым котлетам подают сметану.

Яйцо 2 шт., картофель 500, масло сливочное 30, сметана 60, мука пшеничная 20, соль по вкусу

Розовая мусака

Очищают и нарезают кубиками морковь, отваривают в подсоленной воде. Горячую морковь протирают через сито. Отваривают картофель, чистят, протирают или разминают вилкой. Морковь соединяют с картофелем, обжаривают в масле, солят, перчат, разводят молоком и варят до загустения.

Нарезают мелкими кубиками ломтики хлеба. Обжаривают в масле до золотистого цвета и посыпают черным перцем.

Помещают на противень половину пюре, на него гренки и закрывают их оставшимся пюре. Кладут в нескольких местах кусочки сливочного масла.

Поливают мусаку взбитыми яйцами, добавив молоко, и запекают в сильно нагретом жарочном шкафу.

Яйцо 2 шт., морковь 200, картофель 250, масло сливочное 30, молоко 150, хлеб пшеничный 100, перец и соль по вкусу

Морковь жареная с яйцами

Очищают морковь, крупно нарезают и отваривают в подсоленной воде. Сливают воду, морковь мелко рубят и обжаривают в масле. Взбивают яйца и смешивают с жареной морковью, солят по вкусу, посыпают молотым перцем и обжаривают. Подают в горячем виде.

Яйцо 2 шт., морковь 250, масло сливочное 50, перец и соль по вкусу

Перец, фаршированный яйцом

Яйца, сваренные вкрутую, мелко рубят и смешиваю» с мелко нарезанным репчатым луком, солью, уксусо горчицей и майонезом. Этой начинкой фаршируют nW готовленные сырые стручки перца. Прежде чем закр ь| перец «крышкой» на него кладут кружок помидора ^ ломтик огурца, затем украшают зеленью петру^к ^ Подают к столу с майонезом.

Яйцо 1 шт., перец сладкий 20, лук репчатый 15, помидоры 10, уксус 3%-ный, горчица, майонез, соль по вкусу

Перец, запеченный с яйцами

Перец пекут, очищают от кожицы, семян и нарезают. Подготовленный перец обжаривают в жире, кладут на противень, посыпают тертой брынзой. Затем делают в перце углубление, выпускают туда яйцо, посыпают солью, черным перцем, сбрызгивают растительным маслом и запекают в духовке.

Яйцо 1 шт., перец сладкий 200, масло растительное 20, брынза 20, жир кулинарный 20, соль по вкусу

Перец жареный с помидорами, яйцами и брынзой

Перец пекут, очищают от кожуры и семян и нарезают маленькими кусочками. В растительном масле поджаривают мелко нарезанный лук. Когда лук станет мягким, добавляют нарезанный перец и обжаривают в течение 10—12 мин. Очищенные от кожицы помидоры нарезают, добавляют к перцу и поджаривают, затем кладут рубленые яйца, тертую брынзу, мелко нарезанную петрушку, черный перец и соль, перемешивают и подают на стол теплым.

Яйцо 3 шт., перец 200, масло растительное 20, лук репчатый 50, помидоры 150, брынза 100, зелень петрушки 20, черный перец и соль по вкусу

. Рагу с перцем, помидорами и яйцами

Мелко рубят лук и слегка обжаривают в масле. Моют пе Рец, очищают от семян, нарезают тонкими кружоч- ка ми и тушат с луком в течение 15 мин. Крупно нарезан- ые помидоры слегка тушат вместе с луком и перцем, л ят. Все компоненты соединяют, перемешивают, вы- "а ДЫвают в форму. Яйца взбивают, солят, выпускают подготовленную массу и слегка запекают.

Яйцо 2 шт., перец сладкий 250, помидоры 250, лук репчатый 75, масло растительное или маргарин 20, соль по вкусу

Помидоры с яйцами

Крупные помидоры _ НаDe* к уусочками, обжариваю*^ на сильно разогретой сковороде^^ ^^ ^^ ^ чивая. На помидоры выпуск_ ^ до загустения белка? не растекался, солят и оож к ^ резанной зеленью пет- При подаче посыпают мелко

руШКИ. **„О дл-асло сливочное 40,**

помидор -г ^ заливают кипятком на Грибы очищают, промыва ^ рдт на MQCJie В теч ениб 5_6 мин. Затем из"*пьча'~ ая Жареные грибы соеди- 30 мин, постоянно помеш • яйцам шинкованным няют с мелко "'Р*"тм^^*». зеленым луком и зеленью ri жушки, отжимают сок, У помидоров Я3**33 исги°Р тить внешний вид то- удаляют зерна, стараясь перцем и наполняют ISTOB. Затем посыпают сольк^, фаршем из грибов и яиц- ^^щают на противень, Фаршированные томать J ^ В духовке. При подаче сбрызгивают маслом и за ^^W и поливают сметан- на стол их выкладывают на тар- ным соусом.

100 r~V*^ свеж ие 40, лук
Яйцо 2 шт., помидоры ^ т о г 0 , соус сметанный 20, зеленый 10, масло слив ^^^, соль по вкусу
зелень петрушки 10, пер»" **Я**

Запеканка из яиц, сыр* овощей

^ ,^,й nvK . зеленый горошек, соль, Яйца, мелко нарубленный "У о<л)0родну(0 массу, пос те- молотый перец взбивают ^ ^ в смаз анну> пенно добавляя мо"°КО сковор0,ду, посыпают тертым сы> растительным маслом "° ^ Г шкаф/ в течение 15- рым и запекают в жарочн рым 20 мин.

Гтепной 150, консервированный
Яйцо 3 шт., сыр ^ репчатый 60, масло ра- зеленый горошек *. У ^ и соль по вкусу „.тельное 20, молоко 1№ *-*

«

Зелень, запеченная с яйцами

Укроп и петрушку чистят, моют, мелко нарезают и припускают со сливочным маслом, слегка солят. Затем жид- ; >сть сливают, а припущенную зелень выкладывают ровным слоем на небольшой противень. Выпускают яйца, поливают растопленным сливочным маслом и посыпают мерным перцем. Запекают в жарочном шкафу (или варят на слабом огне в кастрюле, плотно закрытой крышкой) до готовности яиц — белок должен быть белым и упругим.

Яйцо 2 шт., укроп и петрушка по 20, масло сливочное 120, перец и соль по вкусу

Щавель с яйцами

Щавель перебирают, промывают, нарезают и припускают с маслом и мелко нарезанной зеленью петрушки. Когда жидкость выпарится, а щавель станет мягким, его солят и соединяют со взбитыми яйцами. Массу помешивают до готовности яиц, а затем снимают с огня.

Яйцо 1 шт., щавель 100, масло сливочное 20, зелень петрушки 5, соль по вкусу

Каша из зеленого лука с яйцами

Очищенный и мелко нарезанный лук обжаривают на растительном или сливочном масле с мукой. Когда мука подрумянится, вливают яйца, взбитые с молоком, добавляют мелко нарезанную зелень петрушки и солят по вкусу. Массу доводят до густой консистенции, непрерывно помешивая. Перед подачей кашу заправляют черным перцем.

Яйцо 2 шт., лук зеленый 10, молоко 100, масло сливочное или растительное 20, зелень петрушки, перец, соль по вкусу

Шпинат, запеченный с яйцами

1е Ребранный и промытый шпинат отваривают в сильно и пящей подсоленной воде, откидывают на дуршлаг и Чают стечь воде. После этого шпинат перекладывают а сковороду с подогретым маслом, слегка обжаривают,

—

- акАИ взбитыми]

.пают зеленью г/ ма сло
посыпают МОЛОКО »". шт.. шпинат « - * и и » ^ соль о о вк усу
'' Т л й в о ^ 20. зелень Петру

. с картофелем в яйце
цветная капуста к ^ сковороде

взбит ^ на cS УНР.Ш.КЯ зелень ^
пода чеи на ^ ка п-еничная 20,
яйцо Ф*"ь 2 О п лук рвпчвтым 2 0 , у вкусу
з ь етрушки,соль

„мжек с яйцами

й капусты очи „„ готовности,
белокочанной капу е А° го кочер ыж-
Кочерыжки бел пус кают в м ты е кочер ^ и
(произвольно) и Р ют сит о со у ом средней г У ^ дут
после Линяют с молочным °у на пюре
ки с о перемешивают. При мешо цек». и
Хо Р о°гоетое "йцо, сваренное
гое « >-.
"Явочным маслом. . . . . & I50i ^ ^ ка „*»
цы м
«МР а *... к° ТсТ; в оГД 20. — • зо
Ким Ю. ^слосли овкусу

,0А«

белки, "еР 8 * „р и гою»л« ние" в течение
соль. « ли "а Л.о^ак>т » И " " "

петрушки 1".

Кабачки с яйцами

1-й вариант. Очищенные и нарезанные кабачки солят, обваливают в муке, обжаривают с обеих сторон на сковороде с разогретым маслом, заливают взбитыми яйцами и запекают 5—8 мин.

Подают кабачки, посыпав зеленью петрушки. Простоквашу и чеснок подают отдельно.

Яйцо 2 шт., кабачки 120, мука пшеничная 10, масло топленое 20, простокваша 50, чеснок 2, соль и зелень петрушки по вкусу

2-й вариант. Кабачки нарезают соломкой, добавляют сваренные вкрутую рубленные яйца, зеленый горошек вместе с отваром, соль, перец. Смесь доводят до кипения. При подаче добавляют в кабачки майонез и зелень петрушки.

Яйцо 2 шт., кабачки 250, консервированный зеленый горошек 40, зелень петрушки 10, майонез 30, перец и соль по вкусу

Тыква с омлетом

Тыкву, нарезанную кусочками, обваливают в муке и обжаривают сначала на сковороде, а потом в духовке до мягкости.

Готовят яичную смесь для омлета (яйца, молоко, соль), добавляют в нее мелко нарезанную зелень укропа, заливают этой смесью готовую тыкву и на 5—7 мин ставят в духовку. Сразу же подают на стол.

Яйцо 2 шт., тыква 200, мука пшеничная 30, молоко 80, масло сливочное или маргарин 20, соль, перец, зелень по вкусу

Пюре из зеленого горошка с яйцами

··Н ень, й горошек отваривают в подсоленной воде и
п и ^ ают через сито. Пюре поливают разогретым ма-
ело пос тепенно вводят в него два взбитых белка
(*ел сва ренными «в мешочек», без скорлупы. Яйца
"*Чам Пюре выкладывают на блюдо и украшают
По пи
кРвг и. нь, м Разогретым маслом и посыпают молотым
перцем.

чо 4 шт., зеленый горошек 250, масло сливочное 25, перец красный, соль по вкусу

Бобы, запеченные с яйцами

Отваривают до готовности в подсоленной воде боб откидывают на сито. На порционную сковороду, смазанную сливочным маслом, кладут бобы, заливают сырым, смешанным с солью яйцом и запекают в духовке. Подают на стол на сковороде.

Яйцо 1 шт., бобы 150, масло сливочное 20, соль по вкусу

Баклажаны, жаренные в омлете

Смешивают яйца, молоко, муку и взбивают. Баклажаны очищают, нарезают кружочками и, обмакнув в приготовленную смесь, жарят на сковороде до образования корочки.

Яйцо 3 шт., баклажаны 600, мука пшеничная 30, масло растительное 120, молоко 120, соль по вкусу

Для приготовления грибных блюд используют чаще всего белые грибы, подберезовики, подосиновики, шампиньоны, маслята, лисички, опята.

У белых грибов, а также подосиновиков ножки очищают от земли и тонким слоем срезают кожицу, отделив шляпку от ножки, а затем промывают их и ошпаривают.

Шампиньоны очищают, промывают в холодной воде, перекладывают в чистую кастрюлю, заливают горячей водой, добавляют лимонную кислоту и кипятят 20 мин.

Лисички перебирают, очищают от земли, промывают и кипятят 10 мин. Затем снова промывают, нарезают и уже после этого жарят.

У маслят очищают ножки, а со шляпок снимают пленку, затем промывают, нарезают и обжаривают.

Грибные блюда, приготовленные с яйцами, отличаются высокими вкусовыми достоинствами и очень полезны.

Грибы с яйцом

вежие грибы отваривают, откидывают на дуршлаг, °°°УШивают, крупные шляпки нарезают на кусочки, смелют с мелко нарезанным пассерованным луком, соі посыпают зеленью петрушки и укропа, укладывают на СКОво°Р°ДУ- Яйца смешивают с молоком и выливают Ва гРибы, запекают в духовке. При подаче на стол полит Разогретым сливочным маслом.

Яйцо 1 шт., грибы свежие (подберезовики) 150, масло сливочное 20, молоко 60, зелень петрушки и укропа 10, лук зеленый 5, соль по вкусу

Яйца с дичью и шампиньонами

Вареную дичь и шампиньоны нарезают соломкой, обжаривают на масле, добавляют вареную домашнюю лапшу. Все размешивают, кладут в металлические чашечки (кокотницы). В каждую кокотницу выпускают по одному яйцу, посыпают солью и перцем и запекают в духовке.

Яйцо 1 шт., филе дичи 20, шампиньоны 10, лапша домашняя 10, масло сливочное 20, перец и соль по вкусу

Яйца с ветчиной и шампиньонами

Ветчину и припущенные шампиньоны нарезают соломкой и обжаривают на сковороде, добавляют сметанный соус, размешивают и проваривают. Все кладут в кокотницу, туда же выпускают яйцо, посыпают солью и перцем, припускают в жарочном шкафу, посыпают зеленью.

Яйцо 1 шт., ветчина 10, шампиньоны 10, сало свиное топленое 10, соус сметанный 10, перец, зелень, соль по вкусу

Шампиньоны, жаренные с яйцами

Подготовленные шампиньоны мелко нарезают, обжаривают на сковороде с разогретым топленым маслом так, чтобы они зарумянились. Добавляют нашинкованный репчатый лук и масло, продолжают жарить. Сырые яйца хорошо взбивают, солят, смешивают с мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа. Этой смесью заливают грибы и жарят до готовности яиц. Готовое блюдо посыпают зеленью укропа.

Яйцо 2 шт., грибы 40, лук репчатый 50, масло топленое 25, соль, зелень по вкусу

Голубцы с грибами и яйцами

Нашинкованный лук поджаривают, добавляют нашин< ванные отварные грибы, жарят еще 5—7 мин, пот добавляют зелень и мелко нарубленные, сварен[1.]

Для того чтобы, сохранить свежими желтки и белки, не^исП°м#е-ванные сразу, их кладут в чашку, заливают холодной водой, щают в холодное место.

П

вкрутую яйца. Из отварных капустных листов и этого фарша делают голубцы, заливают их сметаной, посыпают тертым сыром и запекают в духовке.

К голубцам при желании подают рассыпчатую гречневую кашу.

Яйцо 1 шт., капуста 250, грибы сушеные 30, лук репчатый 30, сметана 70, сыр 20, зелень укропа или петрушки 5, соль, перец по вкусу

Маринованные грибы с яйцами

Грибы отделяют от рассола, шинкуют соломкой, обжаривают с рубленым репчатым луком на растительном масле, добавляют зеленый горошек, соль. Яйца взбивают, солят и, непрерывно помешивая, вливают молоко. Сковороду смазывают маслом, кладут на нее грибы с луком, заливают их яично-молочной смесью, запекают **10**—12 мин.

Яйцо 2 шт., грибы маринованные или консервированные 120, консервированный зеленый горошек 40, масло растительное 30, лук репчатый 60, молоко 40, соль по вкусу

Грибы в соусе из хрена

Молодые грибы (белые, маслята) отваривают в подсоленной воде, откидывают на решето или дуршлаг. Яичные желтки растирают со сметаной, добавляют натертый хрен, сахар и лимонную кислоту. Этим соусом заливают вареные грибы.

Яйцо 2 шт., грибы 200, сметана 50, хрен 50, сахар 10, соль и лимонная кислота по вкусу

Из яиц можно приготовить яичницу-глазунью или яичницу взбитую.

Яичницу-глазунью можно приготовить с гарниром — ломтиками черного хлеба, салом, ветчиной, сосисками, колбасой, шампиньонами или другими свежими грибами, помидорами, кабачками и др., но его надо сначала поджаривать на сковороде.

Для приготовления яичницы взбитой в растопленное сливочное масло добавляют яйца, вливают немного молока, солят и взбивают вилкой. После этого ставят на средний огонь и варят, непрерывно помешивая деревянной лопаточкой, до кашеобразной консистенции массы. Затем снимают посуду с огня, некоторое время помешивают яичницу, а потом выкладывают ее на тарелку или в чашку.

Такую яичницу можно подать с овощами, грибами, рыбой, мясными и другими продуктами. Эти продукты нарезают мелкими кубиками, слегка поджаривают на сковороде с маслом, затем смешивают с яичницей. Такие продукты, как жареные грибы в сметане, жареные дольки свежих помидоров, вареные зеленые бобы, зеленый горошек, заправленный маслом, обычно кладу в уже готовую яичницу.

Яичница-глазунья натуральная

На сковороде разогревают масло, выпускают не яйца, стараясь не разорвать оболочку желтков, выдерживают сковороду 1—2 мин на огне, а зате вят на 3—4 мин в духовой шкаф. Как только бело нет молочно-белым, сковороду вынимают. Яични

дают на той же сковороде или на подогретой тарелке. Если нет духового шкафа, сковороду с яйцами во время жарки закрывают крышкой или тарелкой.

Яйцо 2 шт., масло топленое 10, перец и соль по вкусу

Яичница с колбасой

Колбасу нарезают ломтиками и поджаривают, сверху кладут нарезанные помидоры, выпускают яйца и жарят на медленном огне. Снимают с огня, посыпают зеленью, солят, перчат

Яйцо 2 шт., помидоры 40, колбаса 40, зелень петрушки 5, соль и перец по вкусу

Яичница с ветчиной и помидорами

Ветчину нарезают кусочками, смазывают горчицей и слегка обжаривают на порционной сковороде, добавляют обжаренный отдельно репчатый лук. На каждый кусочек ветчины кладут по дольке обжаренных свежих помидоров. Затем выпускают на сковороду яйцо, жарят на плите 2—3 мин и доводят до готовности в духовке, но так, чтобы желток получился всмятку. При подаче посыпают укропом.

Яйцо 1 шт., ветчина 30, сало свиное топленое 10, лук 5, помидоры 30, горчица 1, соль и укроп по вкусу

Яичница любительская

Вареную ветчину и колбасу нарезают ломтиками, обжаривают на порционной сковороде, добавляют припущенные мелко нарезанные шампиньоны или белые грибы, °POUJO прогревают, добавляют томатный соус, доводят кипения, выпускают яйцо, солят, посыпают перцем. поджаривают на плите, затем доводят до готовку ~ в Духовке, но так, чтобы желток получился всмятку отпуске желток посыпают зеленью.

Яйцо 1 шт., ветчина вареная 20, колбаса Любительская Ю, шампиньоны консервированные или грибы °елые 10, сало свиное топленое 10, соус томатный, соль, перец, укроп по вкусу

„„-„и,, с -ороко* - * ~ - », - ^

екают яйца и жаря 20> картофель 70,

«МР 3 -••зо^зеяС.й^.сольПООКусу
окорок 30. лУ*

Яичница с зеленым луком

- ЛУК кладут на сковороду с маслом,
Нарезанный зеп«^ «^ поджаривают,
спускают яйца, сол ^ ^ лук 20'

Яйцо 2 шт., *асло соль по вкусу

Яичница с репчатым луком

.т Разогревают на сков р поджари-
1"й В З Р' кладет на нее нарезанный, лун ^" «^
-Р^То'зо^стого цвета. Затем А < * - ^ 0 дела10Т
вают до зол» течение 5 мин, п* ают по
30 г воды и' ТУ ш ат в ление и в каждое выл
в луковой *ассе уг луб тм У 0 готовности яиц.
яйцу, солят и жар., но го ив»л . . . .
олят и жарят до ное или
Яйц» ² "ЯгеГ Гл^ вода 30, соль по вкусу сливочное или К И мел-
маргарин 50 петрушк
маргарин J«» wlll

рожно, так, чт яичницу.
И «а СИЛЬНОМ ОГНе Ж р растит ельиое

Я - 5 л ГяС р ТГи 10 ' сояьпо в кусу

Яичница в «гнезде»

Яичница в ««—«-

Р „ „ „ • , * „ гг ^ " Э З

ж и р о« <№"»• " V . каждое Р"6"'°! '""да">"

готовности яиц. m „.<*>

Яичница с помидорами и консервированным зеленым горошком

Помидоры нарезают дольками и слегка прогревают на сливочном масле, добавляют консервированный зеленый горошек, молотый перец и перемешивают. На горячую массу выливают яйца, солят белок и жарят на сильном огне. Готовую яичницу посыпают зеленью петрушки.

Яйцо 2 шт., помидоры 30, консервированный зеленый горошек 20, зелень петрушки или сельдерея 5, масло сливочное 20, перец и соль по вкусу

Яичница в помидорах

Выбирают зрелые, не очень крупные помидоры. Срезают верхушки и осторожно с помощью ножа удаляют сердцевину. В каждый помидор кладут половину чайной ложки топленого масла, соль и черный перец по вкусу. Затем в каждый помидор выпускают по одному яйцу и укладывают помидоры на сковороду, смазанную маслом. Сковороду ставят в духовой шкаф на 20—25 мин.

Яйцо 2 шт., помидоры 80, масло топленое 20, перец и соль по вкусу

Яичница с помидорами

Отбирают очень крупные крепкие помидоры. Нарезают их кружками толщиной 1 см. Кладут на горячую сковороду с разогретым маслом, солят и поджаривают, не переворачивая и не перемешивая. На каждый кружок помидора выпускают по одному яйцу, солят. Сковороду Держат на огне до затвердевания белка.

Яйцо 2 шт., помидоры 80, масло топленое 20, перец и соль по вкусу

"Рог ОС У^У' в которой взбивают белки, тщательно моют, а потом
*ц" Ра к>т бумагой, чтобы не было следов жира. Белок с капельками
не взбивается.

• т.. Ни ЧУ жарят только на слабом огне. Не следует пережари-
Не *«02 ив >У~ гла зунью. Яичница готова, как только яичный белок
"Ухсидк Затее Р^ет и станет белым. Желток должен оставаться по-
им и сохранять круглую форму.

Яичница с копченой салакой

У копченой салаки удаляют кожу, внутренности, затем* кладут ее на порционную сковороду с жиром, прогрей вают, выпускают яйца, солят и доводят яичницу до готовности на плите или в духовке. Блюдо подают сразу же после приготовления.

Яйцо 2 шт., салака копченая 10, жир для жарки 20

Яичница по-немецки

Мелко нарезанное филе копченой сельди кладут на порционную сковороду с жиром, заливают яйцами и доводят яичницу до готовности в духовке. Подают на стол, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.

Яйцо 2 шт., сельдь копченая 45, масло сливочное 20, зелень петрушки по вкусу

Яичница с сельдью

Вымачивают сельдь в молоке, снимают кожу, удаляют кости и нарезают сельдь маленькими кусочками. Разогревают сковороду со сливочным маслом, выкладывают кусочки сельди, слегка обжаривают с одной стороны и заливают яйцами. Готовят блюдо перед подачей на стол.

Яйцо 2 шт., сельдь 40, масло сливочное 20

Яичница с хлебом

Хлеб (без корок) нарезают ломтиками толщиной 1 *м* кладут на сковороду с разогретым сливочным маслом и обжаривают. На ломтики хлеба выпускают яйца, cojia* и жарят до готовности. Яичницу посыпают нарезанна зеленью петрушки или зеленым луком.

Яйцо 2 шт., масло сливочное 20, зелень петрушки или зеленый лук 5, хлеб пшеничный или ржаной 200, соль по вкусу

Яичница с молоком

Яйца выпускают в кастрюлю, солят и размешиваю молоком. Форму смазывают маслом, выливают ' массу, ставят в сотейник с горячей водой, закрывают

но крышкой и варят до готовности, не допуская кипения воды в сотейнике. Яичницу слегка охлаждают, выкладывают на тарелку.

Яйцо 2 шт., молоко 100, масло сливочное 20, соль по вкусу

Яйца в сметане

На сковороду кладут сметану, выпускают яйца, сбрызгивают сливочным маслом, ставят в духовку. Когда масса немного запечется, посыпают тертым сыром, запекают до готовности и подают на сковороде.

Яйцо 2 шт., сметана 100, масло сливочное 20, сыр 10, соль по вкусу

Яичница под сметаной

Яйца выпускают на разогретую смазанную сливочным маслом сковороду. Почти готовые яйца солят, заливают сметаной и поджаривают в духовом шкафу.

Яйцо 2 шт., сметана 30, масло сливочное 20, соль по вкусу

Глазунья по-парижски

На теплые гренки намазывают толстым слоем ливерную колбасу (печеночный паштет) и кладут на каждый гренок зажаренные яйца с зеленым луком.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 100, колбаса ливерная или паштет печеночный 20, лук зеленый 5, соль по вкусу

Глазунья для гурманов

ь

зогревают на сковороде масло или маргарин, после ° добавляют сметану. Когда сметана закипит, вбивают д ^ яйца, солят, посыпают тертым сыром и доводят яйца готовности. Подают на сковороде.

Яйцо 2 шт., масло топленое или маргарин 10, сметана 25, сыр 10, соль по вкусу

Зеленая яичница

Зелень укропа и петрушки нарезают как можно мельче, немного солят, добавляют масло и тушат. Затем раскладывают эту массу ровным слоем на сковороде или противне, сверху укладывают кружочки отварного картофеля, заливают яйцами, посыпают тертым сыром. Всю массу поливают маслом, перчат, ставят в духовку, чтобы она подрумянилась (но не пережаривают). Яичница очень хороша горячей.

Яйцо 6 шт., зелень петрушки и укропа 30, масло сливочное 20, картофель 40, сыр 10, перец и соль по вкусу

Яичница с тыквой

Тыкву разрезают, удаляют кожицу и семена, нарезают мелкими кубиками, кладут в кастрюлю, добавляют масло, соль, прикрывают крышкой и тушат до готовности, после чего протирают через сито. Протертую тыкву перекладывают на сковороду с маслом, заливают яйцами и запекают в духовке. Подают на сковороде, посыпав рубленой зеленью.

Яйцо 2 шт., тыква 140, масло сливочное 30, зелень укропа 10, соль по вкусу

Холодная яичница с майонезом

Глубокую большую сковороду или форму смазывают маслом, ставят на кипящую водяную баню и выпускают в нее яйца. Выдерживают на бане до тех пор, пока яйца не затвердеют, после чего вынимают форму и охлаждают яичницу. Яичницу опрокидывают целиком на тарелку, обмазывают майонезом и посыпают зеленью.

Яйцо 2 шт., масло сливочное 10, майонез 30, зелень укропа 10, соль по вкусу

Яичница с колбасой

Колбасу мелко рубят, смешивают с тертым сыром. К. в каждое углубление специальной сковороды не/ масла и колбасы с сыром, сильно нагревают, зал взбитыми яйцами и жарят на слабом огне, пос солью, перцем и зеленью.

Яйцо 2 шт., колбаса 100, **сыр** острый **тертый 2э, масло сливочное 20, соль, перец и зелень по вкусу**

Яичница «болтушка»

Корейку поджаривают с колбасой, добавляют картофель, подрумянивают. Яйца взбивают в чашке, добавляют масло, солят, выливают на сковороду, прикрывают крышкой и жарят 3—5 мин. Подают с салатом, зеленью.

Яйцо 2 шт., корейка 30, картофель отварной 120, масло сливочное 30, зелень лука, петрушки и укporja 10, соль по вкусу

Яичница по-таежному

Сначала жарят до готовности рыбу, а затем заливают ее взбитыми яйцами.

Яйцо 2 шт., рыба 120, соль по **вкусу**

Яичница с сыром

Тертый сыр взбивают с яйцами, выливают на сковороду с разогретым маслом и поджаривают.

Яйцо 2 шт., сыр 20, масло топленое 10, соль по вкусу

Яичница с корейкой **и** сыром

Корейку нарезают ломтиками, поджаривают, посыпают тертым сыром. Яйца взбивают, солят, всыпают немного перца, выливают на сковороду с корейкой, жарят на слабом огне, пока не свернется белок. Посыпают зеленью.

Яйцо 2 шт., корейка 40, сыр 20, масло топленое 10, зелень петрушки 5, перец и соль по вкусу

Яичница по-французски

Я~
со^3 Смешивают с мелко нарезанной зеленью укропа, с п^Ь1о, молоть|м перцем, выливают смесь в сковороду Яи 3°г ретым растительным маслом. Когда одна сторона ЪЙ ИЦЬ1 хо Р°шо поджарится, на середину ее кладут тер- Ривд ^ИЧии ЦУ свертывают трубочкой и слегка поджа-

"Цо 2 шт., **сыр** Пошехонский 60, зелень **укропа 10,** масло **растительное 20, перец и соль по вкусу**

1НВ

Яичница с K$_{\gamma}$KYPY3°*

Вареные кукурузные зерна пропускают через мясорубку, смешивают с сырыми яйцами, солью и запекают на противне, нарезают на порции и поливают маргарином.

уРезают на и^^-,.

Яйцо 2 шт., кукуруза вареная 100, маргарин 30, соль по вкусу

Яичница с хлебом

К хлебу, размоченному в молоке, добавляют яйца, смесь хорошо взбивают. Яичницу поджаривают на масле.

Яйцо 2 шт., молоко 50, хлеб пшеничный 100, масло сливочное 40, соль по вкусу

Яичница с хлебом и зеленым луком

Хлеб нарезают кубиками, обсыпают мелко нарезанной зеленью петрушки, обжаривают на сковороде на сливочном или топленом масле, заливают взбитыми яйцами. Затем солят, перчат, посыпают тертым сыром или брынзой и запекают в духовке.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 100, зелень петрушки 10, масло сливочное или топленое 30, сыр или брынза 15, перец и соль по вкусу

Яичница с картофельным пюре

В збивают яйца, солят и поджаривают на сливочном масле. Осторожно перекладывают ' яичницу на середину блюда и посыпают мелко нарезанной петрушкой. Вокруг кладу[1] картофельное пюре, украшают его редисом и листьям салата. Картофельное пюре при желании можно замен! вареным молодым картофелем, политым сливоч маслом.

Яйцо 2 шт., картофель 120, редис 10, салат листовой 5, масло сливочное 20, соль по вкусу

Яичница по-деревенски

Очищенный картофель нарезают тонкими крУ*[0] Яйца смешивают с молоком, хорошо размешива лят. Картофель кладут в кастрюлю или глубокую роду, заливают смесью яиц с молоком, ставят в духовку и запекают до готовности картофеля.

Яйцо 1 шт., картофель 100, молоко 50, соль по вкусу

Яичница с жареным картофелем

Очищенный, нарезанный кубиками картофель поджаривают на сливочном масле. Отдельно поджаривают на сливочном масле яйца, предварительно хорошо взбитые с молоком. Во время жарки яйца размешивают, пока они не загустеют. Затем смешивают с картофелем, слегка перемешивают и посыпают черным перцем или мелко нарезанной петрушкой.

Такую яичницу можно приготовить и на водяной бане, причем получается она более пышной и вкусной. Для этого яйца хорошо взбивают венчиком, добавив 20 г молока, соль по вкусу и черный перец. Яичную смесь выливают в форму, в которой предварительно разогревают сливочное масло. Затем форму ставят на водяную баню (в кастрюлю с кипятком), а яйца размешивают до загустевания.

Яйцо 2 шт., картофель 80, молоко 30, масло сливочное 10, зелень петрушки 5, перец и соль по вкусу

Яичница с зеленым горошком

Взбитые яйца поджаривают на сливочном масле. Яичницу посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки, вокруг раскладывают зеленый горошек, блюдо украшают редисом.

Яйцо 2 шт., консервированный зеленый горошек 100, редис, соль и зелень петрушки по вкусу

«Зеленые» яйца запеченные

Збивают яйца с молоком и мелко нарезанной петруш- ой- Добавляют тертый сыр, молотые сухари, соль и чер- ый перец по вкусу. Смесь выкладывают в смазанный лом жаропрочный стеклянный сотейник и сбрызгива- маслом. Запекают в духовке в течение 30 мин.

Яйцо 1 шт., молоко 20, сыр 25, сухари молотые 10, масло сливочное 10, черный перец, петрушка и соль по вкусу

Яичница с помидорами

Помидоры разрезают на дольки, кладут на горячую сковороду с маслом, заливают взбитыми яйцами, солят, перчат и жарят до готовности.

Яйцо 1 шт., масло сливочное 10, помидоры свежие 40, перец и соль по вкусу

Яичница с морковью

Морковь, слегка подсоленную и нарезанную кубиками или кружочками, поджаривают на сливочном масле, прибавляют взбитые яйца и доводят до готовности. Горячее блюдо посыпают перцем по вкусу.

Яйцо 2 шт., морковь 200, масло сливочное 20, перец и соль по вкусу

Яичница с грибами

1-й вариант. Свежие грибы нарезают ломтиками и обжаривают на сливочном масле. Отдельно взбивают подсоленные яйца, заливают ими грибы и жарят до загустевания. Перед подачей на стол посыпают мелко рубленной зеленью.

Яйцо 2 шт., грибы 140, масло сливочное 20, зелень укропа 5, соль по вкусу

2-й вариант. Грибы варят в подсоленной воде, измельчают, затем кипятят в сметане. Полученную массу поджаривают на сливочном масле и заливают хорошо взбитыми яйцами. Готовое блюдо посыпают зеленью лука и петрушки.

Яйцо 4 шт., грибы 200, сметана 150, масло сливочное 20, зелень и соль по вкусу

Яичница по-фински

Выпускают в чашку яйца, взбивают их с молоком, луке перцем и солью. Разогревают на сковороде масло, *э1 вают на нее готовую смесь и подогревают до готовнос Такую яичницу подают к копченой рыбе вместе с от! ным картофелем.

Яйцо 2 шт., лук зеленый 10, масло сливочное или маргарин 20, молоко 100, перец и соль по вкусу

Яичница по-болгарски

В молоке размешивают муку, добавляют яйца и все тщательно взбивают. На разогретую сковороду со сливочным маслом выливают приготовленную смесь и закрывают крышкой. П осле того как яичница слегка подпечется на небольшом огне, ее ставят на несколько минут в духовку. Готовое блюдо перекладывают на тарелку, поливают вареньем или сиропом.

Яйцо 2 шт., мука пшеничная 30, молоко 30, масло сливочное 30, варенье, сахар, сироп по вкусу

Яичница с простоквашей

Яйца выпускают в кастрюлю, кладут соль и слегка взбивают. Масло разогревают на сковороде и выливают взбитые яйца, запекают в духовом шкафу. При подаче поливают простоквашей.

Яйцо 2 шт., масло топленое 20, простокваша 30, соль по вкусу

Яичница со сметаной

Яйца взбивают со сметаной и выливают на сковороду, на которой предварительно разогревают сливочное масло. Сковороду закрывают крышкой. Готовность блюда определяют по свертыванию белка. Яичницу посыпают зеленью петрушки и укропа.

Яйцо 2 шт., сметана 50, масло сливочное 10, зелень и соль по вкусу

Яичница со сливками и сахаром

р
гвстирают желтки с сахарным песком, сливками и щепот-
к°и соли. Затем быстро прибавляют взбитые белки и выплывают на сковороду, смазанную сливочным маслом.
^ арят на сильном огне. Готовую яичницу посыпают
а*арной пудрой.

Яйцо 2 шт., сахарный песок 15, масло сливочное 20, сливки 20 %-ной жирности 30, сахарная пудра 5, соль по вкусу

Яичница с сахаром

Яйца взбивают и выпускают в кастрюлю, кладут соль и слегка взбивают. На раскаленную сковороду кладут масло и выливают взбитые яйца. Запекают в духовом шкафу. При подаче яичницу посыпают сахарной пудрой. Яичницу готовят также с добавлением варенья или джема.

Яйцо 2 шт., масло топленое 20, сахар 5, соль по вкусу

Яичница с медом

Смешивают сырые яйца с молоком и солью, жарят обычным способом. Когда яичница будет готова, сверху кладут мед.

Яйцо 2 шт., молоко 15, мед 10, соль по вкусу

Яичница с вареньем

Выпускают в чашку яйца, кладут ложку сливок, ложку сливочного масла, немного соли и хорошо взбивают. Выливают на горячую сковороду с маслом и продолжают взбивать. Когда яичница испечется, кладут на нее тонкий слой варенья, свертывают в трубочку, выкладывают на блюдо, посыпают сахарным песком или сахарной пудрой.

Яйцо 2 шт., сливки 10, варенье 25, сах вкусу

В миску или кастрюлю выпускают яйца, солят, добавляют немного молока и взбивают ложкой или вилкой.

Полученную массу выливают на разогретую сковороду с маслом и жарят на сильном огне, слегка встряхивая сковороду, чтобы яичная масса прогрелась равномерно. Как только масса начнет загустевать, с помощью ножа завертывают ее края к середине, придавая яичнице *форму* продолговатого пирожка. Затем выкладывают швом вниз на тарелку или овальное блюдо, смазывают сливочным маслом и тотчас же подают на стол. Омлеты готовят с различными продуктами.

Омлет натуральный

Яйца взбивают в чашке с молоком и солью. Разогревают на сковороде масло, выливают массу на сковороду, прикрывают крышкой и жарят на небольшом огне, приподнимая края омлета ножом. Посыпают рубленой зеленью петрушки и укропа.

Яйцо 2 шт., молоко 60, масло сливочное 20, зелень петрушки 5, соль по вкусу

Омлет по-голландски

Очищенный лук нарезают мелкими дольками и тушат на сливочном масле до полуготовности. Ломтики пшеничного хлеба, смоченные в молоке, кладут на дно формы, смазанной маслом, на хлеб кладут слой подготовленного лука. Яйцо взбивают с молоком, солят, перчат, добавляют нарезанный кубиками окорок и выкладывают в форму. Посыпают тертым сыром и запекают в духовке 20 мин.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 200, лук репчатый 250, молоко 120, окорок 50, масло сливочное 50, сыр 15, соль и перец по вкусу

Омлет с зеленым луком

Яйца в кастрюле слегка взбивают с молоком, смешивают с мелко нарезанным зеленым луком, солят и жарят.

Яйцо 2 шт., лук зеленый 60, масло топленое 20, молоко 40, соль по вкусу

Омлет со свининой

Мякоть свинины зачищают, нарезают ломтиками и жарят до готовности. Яйца взбивают, солят, вливают куриный бульон, молоко и хорошо перемешивают. Подготовлен-; ную смесь выливают на сильно разогретую сковородку, жарят до готовности, встряхивая сковородку. При подаче на омлет кладут свинину.

Яйцо 2 шт., свинина 120, бульон куриный 20, молоко 20, соль по вкусу

Омлет с луком и хлебом

Мелко нарезают лук, кладут его в миску, солят, добавляют сливочное масло, посыпают перцем, ставят в нагретую духовку и запекают до полуготовности. Сырые яйца смешивают с молоком, добавляют тертый мякиш хлеба и испеченный лук. Все выкладывают на сковороду, смазанную маслом и обсыпанную панировочными сухарями, запекают в духовке. Готовый омлет опрокидывают на горячее блюдо и подают с каким-либо соусом.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 100, молоко 80, лук репчатый 25, масло сливочное 25, сухари панировочные 5, перец и соль по вкусу

Омлет с тыквой и зеленым луком

Яйца, молоко, соль, молотый перец, натертую сырую тыкву смешивают и взбивают миксером до получения однородной массы. На смазанную растительным маслом

Нужно следить, чтобы при взбивании в белок не попало ни капли желтка, иначе белок не взобьется. Нельзя взбивать белки в эмалированной или алюминиевой посуде. От эмали может легко отскочить кусочек и попасть в пищу, а алюминий придает белку серый цвет. Лучше всего использовать фарфоровую или фаянсовую посуду.

и разогретую чугунную сковороду выливают подготовленную смесь и запекают ее в жарочном шкафу в течение 14—20 мин. Готовый омлет посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

Яйцо 2 шт., лук зеленый 20, тыква 80, молоко 50, масло растительное 20, соль и молотый перец по вкусу

Омлет с сыром

Мякоть хлеба размачивают в молоке, разминают, добавляют сырые яйца, все хорошо взбивают ложкой, всыпают тертый сыр, солят, перемешивают, выливают на горячую сковороду с маслом и жарят, как натуральный омлет. Чтобы омлет получился пышным, половину белков отделяют, взбивают в пену и перед запеканием смешивают с приготовленной массой.

Яйцо 2 шт., сыр 30, хлеб пшеничный 40, молоко 40, масло сливочное или маргарин 15, соль по вкусу

Омлет с сыром и хлебом

Хлеб замачивают в молоке и разминают. Половину белков взбивают, остальные яйца и оставшиеся желтки добавляют в хлеб и хорошо взбивают ложкой. Всыпают тертый сыр, размешивают, добавляют взбитые белки **и** выливают на горячую сковороду, смазанную сливочным маслом. Запекают в духовке.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 70, молоко 80, сыр 25, масло сливочное 20, соль по вкусу

Омлет с сыром и зеленым горошком

1-й вариант. Сыр, натертый на мелкой терке, смешивают **с** яйцами, постепенно вливают в смесь молоко, добавляют соль и взбивают миксером до получения однородной массы. В смазанную растительным маслом разогретую чугунную сковороду выливают приготовленную смесь, добавляют зеленый горошек и запекают в жарочном шкафу 15—20 мин.

Яйцо 2 шт., сыр 50, молоко 80, консервированный зеленый горошек 30, масло растительное 20, соль по вкусу

2-й вариант. Сыр натирают, соединяют с яйцами, мукой, зеленым горошком, тщательно взбивают и выливают на горячую сковороду, смазанную маслом. Омлет поджаривают с обеих сторон и подают горячим.

Яйцо 2 шт., сыр Голландский 60, молоко 50, консервированный зеленый горошек 30, мука пшеничная 10, масло сливочное 20, соль по вкусу

Омлет по-болгарски

Взбивают яйца, смешивают с тертой брынзой, молоком и поджаривают в сливочном масле только с одной стороны. После этого омлет складывают пополам и подают на теплой тарелке.

Яйцо 2 шт., брынза 40, молоко 30, масло сливочное 10

Омлет с плавленым сыром и кореньями

Плавленый сыр тщательно разминают, добавляют яйца, натертую петрушку, рубленый репчатый лук, соль, перец молотый, растительное масло и взбивают массу в течение 5—6 мин, постепенно вливая молоко. В смазанную маслом форму выливают подготовленную массу и запекают в жарочном шкафу в течение 15—20 мин. Омлет поливают растительным маслом, подают с зеленью петрушки.

Яйцо 2 шт., сыр плавленый 35, коренья петрушки 5, молоко 80, лук репчатый 25, масло растительное 20, зелень петрушки 5, перец и соль по вкусу

Омлет с куриной печенью

На половине порции масла поджаривают тонко нарезанный лук, мелко нарезанную печень, посыпают солью перцем и мелко нарезанной петрушкой. Размешивают яйца, солят, слегка перчат, хорошо перемешивают со сметаной и молоком. В другой посуде распускают оставшееся масло и вливают яйца. Запекают массу в духовке. Кладут на середину омлета печень и перегибают его пополам. Выкладывают на блюдо и слегка посыпают красным перцем.

Яйцо 2 шт., печень куриная 160, масло сливочное 20, лук репчатый 25, сметана 20, молоко 30, молотый перец, соль, зелень петрушки по вкусу

Омлет с булкой и печенью

Печень вымачивают, очищают от пленок, нарезают кубиками, быстро обжаривают в растопленном масле, охлаждают, пропускают два раза через мясорубку, протирают через сито, солят, добавляют булку, замоченную в молоке, растирают до пюреобразного состояния (пюре должно иметь консистенцию сметаны). Готовят омлет. Когда омлет загустеет, кладут на половину его пюре из печени, быстро закрывают второй половиной и выкладывают на горячую тарелку.

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 100, печень 100, молоко 120, масло сливочное 25, соль по вкусу

Омлет с мясным паштетом

Посуду смазывают сливочным маслом, кладут в нее нарезанный мелкими кусочками мясной паштет, на него — сливочное масло и ставят в духовку на 4—5 мин. Сырые яйца взбивают с молоком, добавляют по вкусу приправы и выливают на запеченный паштет. Посыпают тертым сыром и снова ставят в духовку. Подают со свежими помидорами.

Яйцо 2 шт., паштет мясной 40, молоко 100, масло сливочное 20, сыр 30, перец и соль по вкусу

Омлет с мясом и горошком

Желтки растирают с маслом, соединяют с мясом, пропущенным через мясорубку, молоком, сухарями, солью, петрушкой, белками. Массу тщательно перемешивают, выкладывают на сковороду с разогретым жиром и подрумянивают с обеих сторон. Кладут на блюдо и украшают зеленым горошком, сваренным отдельно. Подают с салатом из огурцов, помидоров, редиса.

Яйцо 2 шт., мясо отварное 140, масло сливочное 70, молоко 40, зеленый горошек 80, сухари молотые 25, петрушка, соль и перец по вкусу

Омлет с рыбой холодного копчения

Яйца слегка взбивают и добавляют к ним холодное молоко и соль. Нарезают мелкими кусочками рыбу, соединяют со взбитыми яйцами и хорошо размешивают эту массу. Разогревают сковороду со сливочным мас-

лом, выливают подготовленную массу и обжаривают на небольшом огне. Омлет подают к столу горячим, с обжаренными на сливочном масле гренками.

Яйцо 2 шт., рыба 35, молоко 40, масло сливочное 20, хлеб пшеничный 150, соль по вкусу

Омлет с помидорами

1-й вариант. Очищают и протирают через сито помидоры среднего размера. Добавляют яйца, молоко, соль по вкусу, черный перец и муку в таком количестве, чтобы тесто получилось немного гуще теста для блинчиков. Омлет поджаривают на небольшой сковороде. Посыпают мелко нарезанной петрушкой, свертывают в виде рулета и подают с простоквашей.

Яйцо 2 шт., помидоры 200, молоко 100, мука, перец, соль, петрушка по вкусу

2-й вариант. Нарезают кубиками помидоры, отделяют на сите сок, удаляют семена. Взбивают яйца с молоком, прибавляют мелко нарезанный чеснок, черный перец и помидоры. Смесь выливают на разогретую сковороду со сливочным маслом. Готовый омлет складывают вдвое и посыпают нарезанной петрушкой, тертой брынзой или сыром.

Яйцо 2 шт., помидоры 80, молоко 40, чеснок 5, масло сливочное 10, зелень петрушки 10, сыр или брынза 5, перец и соль по вкусу

Омлет с картофелем

1-й вариант. Протирают вареный картофель, добавляют одно яйцо, солят, перчат, добавляют муку, чтобы получилось не слишком густое тесто. Разделывают тесто небольшими шариками, слегка раскатывают. Поджаривают мелко нарубленное свиное сало с луком, кладут на сковороду картофельные лепешки, заливают все смесью из двух яиц, взбитых с молоком, и запекают.

Яйцо 3 шт., картофель 120, лук репчатый 15, сало свиное 10, молоко 60, мука пшеничная, перец и соль по вкусу

Омлет помешивают вилкой от краев к середине — так он получится более пышным.

2-й вариант. Очищают сырой картофель, нарезают мелкими кубиками, солят, поджаривают на сковороде с маслом. Затем картофель заливают взбитыми с молоком яйцами, премешивают и жарят, как натуральный омлет.

Яйцо 3 шт., картофель 100, молоко 60, масло сливочное 10, соль по вкусу

3-й вариант. Очищенный картофель варят на пару, горячим протирают через сито, добавляют в пюре соль, молоко, яйца и взбивают массу миксером до однородной консистенции. В смазанную маслом форму выкладывают подготовленную массу и запекают в духовке в течение 15—20 мин. Подают со сливками, смешанными с укропом.

Яйцо 2 шт., картофель 40, молоко 60, масло сливочное 20, сливки 150, зелень укропа 5, соль по вкусу

Омлет с огурцами

Яйца, молоко, соль, натертые свежие огурцы смешивают и взбивают миксером до получения однородной массы. В смазанную маслом и разогретую сковороду выливают подготовленную массу и запекают в духовке в течение 15—20 мин. Готовый омлет оформляют зеленым горошком.

Яйцо 2 шт., молоко 40, масло сливочное 30, консервированный зеленый горошек 60, огурцы 80, соль

Омлет с крапивой

Яйца взбивают и смешивают с мелко нарубленными промытыми листьями крапивы. Вливают молоко, солят, размешивают. Жарят, как натуральный омлет.

Яйцо 2 шт., крапива 100, молоко 60, соль по вкусу

Омлет с зеленью

Яйца взбивают с молоком, солят. Масло разогревают на большой сковороде, выливают на нее массу и жарят на слабом огне, не размешивая. Когда омлет снизу зарумянится, а сверху будет еще влажным, посыпают его

рубленой зеленью и свертывают с помощью вилки в виде рулета.

Яйцо 2 шт., молоко 60, масло сливочное 20, зелень петрушки, лук и соль по вкусу

Омлет весенний

Взбивают яйца с молоком, добавляют мелко нарезанные петрушку и укроп, молодой чеснок. Смесь солят и размешивают. Поджаривают омлет с обеих сторон, складывают вдвое и подают.

Яйцо 2 шт., молоко 60, зелень петрушки, укропа и чеснок 10, соль по вкусу

Омлет с миндалем и зеленью

Ядра миндаля ошпаривают кипятком, снимают кожицу и измельчают. Яйца смешивают с молоком, орехами, добавляют соль, перец, тщательно взбивают и выливают на горячую сковороду, смазанную маслом. Омлет обжаривают с обеих сторон. При подаче посыпают рубленым укропом.

Яйцо 2 шт., миндаль (ядро) 20, масло сливочное 20, укроп 10, молоко 40, перец и соль по вкусу

Омлет с грецкими орехами

Яйца смешивают с рублеными грецкими орехами, мукой, солью, молоком и взбивают миксером до получения однородной массы. На разогретую смазанную растительным маслом сковороду выливают подготовленную массу, посыпают тертым сыром и запекают в духовом шкафу в течение 15—20 мин. Подают омлет, посыпав зеленью петрушки.

Яйцо 2 шт., молоко 80, ядра грецких орехов 10, мука пшеничная 30, масло растительное 20, зелень петрушки 5, сыр Рокфор 10, соль по вкусу

Омлет со шпинатом

Яйца в кастрюле слегка взбивают с молоком, смешивают с мелко нарезанным шпинатом, солят, жарят, кз* натуральный омлет.

Яйцо 2 шт., молоко 40, шпинат 40, масло топленое 20, соль по вкусу

Омлет по-гречески

Молоко, яйца, муку, молотый мускатный орех и соль хорошо перемешивают. Инжир тщательно моют, вместе с очищенным миндалем мелко рубят и вводят в ранее приготовленную смесь. Все осторожно перемешивают. Омлет запекают на сильно разогретой смазанной маслом сковороде. При отпуске посыпают сахарным песком и корицей.

Яйцо 2 шт., молоко 200, мука пшеничная 160, инжир 100, сахар 30, корица 2, миндаль 30, орех мускатный 5, масло растительное 30, соль по вкусу

Омлет с хлебом

В яйца постепенно вливают молоко, взбивают массу до получения однородной консистенции, добавляют соль. На дно смазанной сливочным маслом формы укладывают ломтики хлеба без корочек и заливают приготовленной массой. Запекают в жарочном шкафу в течение 15—20 мин.

Яйцо 2 шт., молоко 80, хлеб пшеничный 120, масло сливочное 10, соль по вкусу

Омлет со свежими грибами

1-й вариант. Для приготовления омлета белые свежие грибы мелко шинкуют, поджаривают на масле, смешивают со взбитыми яйцами, сливками, молоком, солят и снова поджаривают на масле. Омлет подают к столу, посыпав мелко нарубленной зеленью петрушки или укропа.

Яйцо 2 шт., грибы свежие 100, молоко 40, зелень петрушки или укропа 5, соль по вкусу

2-й вариант. Перебирают и промывают грибы. Затем мелко нарезают их и припускают, добавив масла и немного воды. Доводят грибы до мягкости, после чего поджаривают мелко нарезанный зеленый лук. Смесь заправляют перцем, укропом или петрушкой. Отдельно готовят натуральный омлет и на середину его кладут •—2 ложки фарша. Готовый омлет складывают пополам и подают горячим.

Яйцо 2 шт., грибы свежие 100, молоко 60, масло топленое 10, лук зеленый 5, зелень укропа или петрушки 10, перец и соль по вкусу

Омлет с консервированными грибами

Грибы отделяют от рассола или маринада, шинкуют соломкой, обжаривают 5—7 мин на растительном масле вместе с репчатым луком, затем добавляют зеленый горошек, соль, перец. Яйца взбивают и постепенно вводят в них молоко. Полученной смесью заливают грибы и ставят в духовку на 10—12 мин. Подают омлет горячим.

Яйцо 2 шт., грибы консервированные (маринованные) 120, консервированный зеленый горошек 40, масло растительное 15, лук репчатый 30, молоко 40, перец черный, соль по вкусу

Омлет, фаршированный грибами

Грибы тонко нарезают и обжаривают на растительном масле с рубленым репчатым луком, добавляют консервированный зеленый горошек, прогревают 2—3 мин. Тщательно смешивают яйца, соль, сахар и муку, постепенно вводят молоко. В смазанную маслом сковороду выливают массу для омлета и выпекают, как блин, до образования румяной корочки с обеих сторон. На омлет укладывают грибную начинку, заворачивают его рулетом и слегка обжаривают. Подают со сметайой.

Яйцо 2 шт., грибы консервированные или маринованные 120, консервированный зеленый горошек 30, масло растительное 15, лук репчатый 60, мука пшеничная 30, молоко 100, сахар 3, сметана 30, соль по вкусу

Омлет с рыжиками

Рыжики очищают, обдают кипятком, сливают воду, нарезают на кусочки, поджаривают с луком, солью и перцем. Яйца взбивают с молоком, выливают на горячую сковороду с маслом. Когда яйца свернутся, кладут сверху рыжики, закрывают крышкой и держат еще 5—8 мин на огне. Подают с салатом из свежих помидоров.

Яйцо 2 шт., рыжики 50, молоко 40, масло сливочное 25, лук репчатый 75, зелень, перец, соль по вкусу

Омлет с шампиньонами и морковью

Шампиньоны нарезают ломтиками и обжаривают с нарезанным соломкой репчатым луком на растительном масле. Яйца взбивают, постепенно вливая молоко, до получения однородной массы, добавляют натертую морковь (сырую), соль и взбивают еще 5—6 мин. В смазанную растительным маслом форму или на сковороду выкладывают жареные шампиньоны с луком, заливают их яично-молочной смесью с морковью и запекают в хорошо разогретом духовом шкафу в течение 15—20 мин. Шампиньоны можно заменить другими свежими или консервированными грибами.

Яйцо 2 шт., молоко 80, лук репчатый 25, шампиньоны 70, морковь 30, масло растительное 20, соль по вкусу

Омлет с творогом

Творог протирают, смешивают с яйцами до получения однородной массы, солят. Подготовленную массу выкладывают на горячую сковороду, смазанную сливочным маслом, и жарят до готовности. Готовый омлет укладывают на тарелку и подают на стол.

Яйцо 6 шт., творог 500, масло сливочное 25, соль по вкусу

Омлет с творогом и изюмом

Яйца взбивают, добавляют муку, молоко (350 г), соль и все тщательно перемешивают. Из этой массы жарят на сливочном масле тонкие омлеты. Творог протирают, смешивают с оставшимся молоком, сахарным песком, подготовленным изюмом. На готовый омлет укладывают творожный фарш, формуют омлет в виде трубочки и подают на стол.

Яйцо 5 шт., творог 500, молоко 450, мука пшеничная 250, масло сливочное 35, сахар 80, изюм 500, соль по вкусу

Омлет с яблоками

>-й в а р и а н т. Во взбитую смесь из молока и яиц добавляют соль, нарезанные тонкими ломтиками яблоки, все осторожно перемешивают, выливают на сковороду,

смазанную маслом, и запекают в духовке в течение 15—20 мин. Омлет перекладывают на тарелки и подают,

Яйцо 2 шт., яблоки 50, масло сливочное 30, молоко 40, соль по вкусу

2-й вариант. Свежие не очень кислые яблоки очищают, вырезают сердцевину, нарезают тонкими ломтиками и слегка поджаривают на сковороде с маслом. На поджаренные яблоки выливают взбитые яйца с молоком, перемешивают и жарят, как натуральный омлет.

Яйцо 3 шт., яблоки 100, молоко 40, масло сливочное 10, соль по вкусу

3-й вариант. Желтки растирают с сахаром, добавляют крахмал, разведенный холодной водой, молоко tf взбитые сливки. Яблоки очищают, мелко нарезают, смешивают с полученной массой. Сковороду или форму смазывают жиром, посыпают сухарями, кладут в нее; тесто и ставят в духовку на 25—30 мин. Вынимают, режут на кусочки, поливают сметаной с сахаром или фруктовым соком.

Яйцо 2 шт., яблоки 150, молоко 20, сметана 50, сливки 20, сахар 15, масло сливочное 10, крахмал картофельный 10, ванилин по вкусу

4-й вариант. Яблоки нарезают ломтиками и слегка прогревают (2—3 мин) со сливочным маслом. Яйца взбивают, постепенно добавляя молоко, в конце взбивания вводят соль и корицу, перемешивают. В смазанную сливочным маслом форму кладут ломтики яблок, на них тертую сырую морковь и заливают приготовленной яично-молочной смесью. Запекают в духовке в течение 15—20 мин. Подают в горячем виде.

Яйцо 2 шт., яблоки 70, молоко 40, масло сливочное 10, морковь 30, корица на кончике ножа, соль по вкусу

Омлет с вареньем

Яйца выпускают в посуду, добавляют молоко, сахар и все хорошо перемешивают. На разогретую сковороду с маслом наливают тонким слоем приготовленную смесь и жарят на сильном огне до загустевания массы и образования слегка поджаристой корочки. На середину выпеченного омлета кладут варенье без косточек или

джем, края омлета загибают, закрывая варенье и придавая омлету форму продолговатого пирожка. Подают омлет на блюде или тарелке и поливают сладким соусом или посыпают сахарной пудрой.

Яйцо 2 шт., молоко 30, сахар 5, масло сливочное 10, варенье без косточек или джем 25, соус сладкий 50

Омлет с вишнями

Муку размешивают с молоком, вливают в эту массу яйцо, добавляют соль и замешивают тесто (негустое, как сметана). Половину теста выкладывают на разогретую и смазанную маслом сковороду. На него кладут ягоды без косточек, посыпают сахаром и заливают оставшимся тестом. Запекают в духовке 40 мин при умеренной температуре. Снимают с огня, разрезают на части и посыпают сахаром.

Яйцо 2 шт., мука 250, вишни 750, молоко 240, масло топленое 50, сахар и соль по вкусу

Омлет с клубникой

Желтки растирают с сахаром, прибавляют муку, молоко и взбитые белки, все смешивают с растертой клубникой, массу выкладывают на сковороду с разогретым маслом и запекают на слабом огне, поднимая ножом края омлета. Когда масса снизу подрумянится, ставят в духовку на 3—5 мин. Затем омлет вынимают, выкладывают на тарелку, поливают сметаной.

Яйцо 2 шт., масло сливочное 30, молоко 20, мука пшеничная 60, сахар 40, сметана 60, клубника 120

Омлет сладкий

Желтки растирают с сахаром, добавляют молоко, крахмал, разведенный холодной водой (1:1), и хорошо взбивают. Взбитую массу выливают на сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира и при непрерывном помешивании прожаривают, пока омлет не начнет отставать от сковороды. Если масса в процессе Жарки будет прилипать к сковороде, понемногу подли-

В недостаточно взбитых белках пузырьки крупнее, они разрушаются при замесе теста, и изделие получается плотным.

вают растопленный жир, причем не в омлет, а по края сковороды. Готовый омлет перекладывают на тарелк

Яйцо 2 шт., сахар 50, молоко 20, сало свиное 30, крахмал 10

Омлет «Сюрприз»

На кусочек бисквита кладут тонкие ломтики консерв рованных фруктов, на них брусочком сливочное масло, затем мороженое. С боков и сверху выпускают из кондитерского мешка взбитый с сахаром белок. Затем ставят на 1—2 мин в духовку, чтобы слегка подрумянился белок, и сразу же подают.

Яйцо 2 шт., бисквит 50, мороженое 100, масло сливочное 20, пудра сахарная 45, фрукты консервированные 50

Четыре чудо-омлета

В скороварку наливают 150 г воды. В одну 200-граммовую чайную чашку наливают томатный сок, во вторую — молоко, в третью — мясной или куриный бульон, в четвертую — заливку от консервированного зеленого горошка или фасоли. В каждую чашку выпускают по одному яйцу, солят, размешивают вилкой и ставят на решетку скороварки. Закрывают скороварку крышкой и ставят на огонь. После готовности картофель и омлеты подают на стол.

Яйцо 4 шт., сок томатный 50, молоко 50, бульон мясной (куриный) 50, заливка от консервированного зеленого горошка (фасоли) 50, картофель 300, соль по вкусу

Вкусные и питательные мучные блюда — пельмени, вареники, пирожки и другие — можно приготовить из пшеничной муки и манной крупы. В рецептуру их вводят продукты, повышающие биологическую ценность блюд. К таким продуктам относятся, в частности, яйца.

Фарши и начинки для мучных блюд приготовляют, как правило, с яйцами. Готовые фарши следует немедленно охладить, не допуская замораживания.

Тесто для пельменей

В воду добавляют соль, яйцо и тщательно размешивают. Муку насыпают горкой, делают в ней углубление, вливают в него подготовленную смесь и постепенно замешивают тесто. Для повышения эластичности тесто энергично вымешивают или выбивают. Приготовленное тесто накрывают марлей или полотенцем и выдерживают 30—40 мин для набухания клейковины.

Яйцо 1 шт., мука пшеничная 500, вода 160, соль по вкусу

Пельмени с яйцами

1-й вариант. Замешивают тесто, как описано выше, раскатывают и нарезают квадратиками.

Для фарша варят вкрутую яйца, мелко нарезают, Добавляют лук, обжаривают в масле, заправляют солью и черным перцем, хорошо перемешивают.

Из теста и фарша формуют обычным способом пельмени. Подают их на блюде или в тарелках со сметаной.

Для теста: яйцо 1 шт., мука пшеничная 500, вода 160, соль по вкусу. Для фарша: яйцо 15 шт., лук репчатый 150, масло топленое 50, перец и соль по вкусу

2-й вариант. Сырые яйца выпускают в чашку, добавляют молоко или воду по столовой ложке на каждое яйцо, соль, поджаренный на масле лук, все смешивают.

Из теста (см. с. 101) раскатывают колбаски средней величины и разрезают на одинаковые брусочки. В каждом брусочке пальцами делают отверстие, углубляя и расширяя его, чтобы получился мешочек из теста. Эти мешочки наполняют яичной массой, прочно закрепляют края, сразу же опускают в кипящую подсоленную воду. Доводят до готовности и вынимают. Подают со сливочным маслом или сметаной.

Для фарша: яйцо 3 шт., молоко 50, лук репчатый 75, масло сливочное 25, соль 10

Пельмени в омлете

Готовят смесь для омлета, жарят омлет до полуготовности, завертывают в него отварные пельмени. До полной готовности блюдо доводят в духовке, при подаче поливают сметаной.

Яйцо 2 шт., пельмени с мясом 150, молоко 20, соль по вкусу

Клецки яичные с ржаной мукой

Яйца взбивают миксером, солят, добавляют сахар. Яичную смесь с молоком (100 мл) смешивают с ржаной мукой. Из полученного теста лепят клецки. Кипятят молоко и в момент закипания всыпают в него сразу все клецки. Когда они всплывут и разбухнут, вынимают и выкладывают на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом и подают на стол.

Яйцо 2 шт., молоко 500, мука ржаная 80, сахар 255, соль 5, масло сливочное 25

Клецки яичные с манной крупой

Кипятят в кастрюле воду, солят, кладут ложку масла, засыпают манную крупу и варят 6—8 мин, непрерывн" помешивая. В манную кашу добавляют сырые яйца, тщательно размешивают. Чайной ложкой, смоченной в горячей воде, отделяют кусочки каши и опускают их в кипящую подсоленную воду на 5—7 мин (клецкам желательно придать несколько удлиненную форму и более или менее одинаковую толщину). Готовые клецки вынимают из воды шумовкой и кладут на сито, чтобы стекла вода. Затем клецки выкладывают на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом (сметаной) и подают на стол. Можно подать клецки как самостоятельное блюдо и как гарнир.

Яйцо 5 шт., крупа манная 180, масло сливочное 40, вода 700, соль по вкусу

Клецки из толокна в молоке

Толокно кладут в кастрюлю, заливают холодной водой и тщательно размешивают, чтобы не было комков. Добавляют сырые яйца, солят и снова перемешивают. Из теста готовят клецки. Опускают их в горячее молоко и варят 8—10 мин.

Яйцо 2 шт., толокно 350, молоко 720, вода 100, соль по вкусу

Вареники с яйцами

Два яйца взбивают, добавляют молоко, солят. В муку добавляют нагретое до 30—35°С молоко. Затем вводят 2 взбитых яйца, соль и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретает однородную консистенцию. Перед формовкой тесто выдерживают 30—40 мин, нарезают на кусочки и раскатывают кружочками. Каждый кружочек защипывают по краям наполовину, вливают одно яйцо с маслом, полностью закрывают. Варят в кипящей подсоленной воде. Подают со сметаной.

Яйцо 3 шт., мука пшеничная 500, молоко 240, масло топленое 50, соль по вкусу

Вареники с крутыми яйцами

Из муки, одного яйца, воды и соли готовят тесто, как писано на с. 101. Для начинки измельчают три сваренных вкрутую яйца и шпик, добавляют сметану, масло, поджаренный на масле лук, соль и перец. Вареники варят в подсоленной воде в течение 10 мин. Подают вареники на слегка подогретой тарелке и поливают маслом.

Яйцо 4 шт., мука пшеничная 500, вода 160, шпик 125, сметана 25, масло сливочное 20, лук репчатый 75, перец, соль по вкусу

Курзе с яйцами

Взбивают сырые яйца. Мелко нарезают лук, обжаривают на масле, вливают яйца. Готовят пресное тесто, раскатывают тонкими кружочками и делают из них мешочки. В мешочек наливают полторы столовые ложки яичной смеси, края плотно защипывают, чтобы не вылилась жидкость. Опускают в кипящую воду и варят до готовности

Яйцо 2 шт., мука пшеничная 160, масло сливочное 20, лук репчатый 20, соль по вкусу

Конвертики с яйцами

Из муки, молока и соли готовят некрутое тесто. Дл начинки выпускают яйца, солят, добавляют разогрето топленое сало, перемешивают. Раскатывают тесто то ким слоем, вырезают из него кружочки, складываю каждый кружочек пополам, чтобы получился конверти в виде полумесяца. В каждый такой конвертик кладут одну столовую ложку начинки и защипывают края. Опускают конвертики с начинкой в соленую воду и варят. После того как конвертики всплывут, их варят еще 2—3 мин, затем выкладывают на блюдо и подают на стол.

Для теста: мука пшеничная 500, молоко 240, соль по вкусу. Для начинки: яйцо 1 шт., сало топленое 100, соль по вкусу

Тесто дрожжевое

В посуду наливают молоко, подогревают до 30—40°С, добавляют разведенные в небольшом количестве теплого молока или воды дрожжи, сахар, яйца и соль. Пе ред окончанием замешивания добавляют в тесто растог ленный маргарин и месят до тех пор, пока он не соединится с тестом. Затем тесто слегка посыпают мук⁰' накрывают посуду, в которой замешивалось тео крышкой или чистой тканью и ставят на 2—3,5 ч в тепл* место для брожения. Через 1—1,5 ч тесто обмина! и ставят для брожения; когда оно снова поднимет еще раз обминают.

Готовое тесто разделывают на две равные части, каждую из них раскатывают слоем толщиной 3—4 см. *На* одну лепешку кладут начинку и накрывают другой лепешкой. Придают пирогу правильную прямоугольную форму, выдерживают некоторое время в теплом месте. Смазывают сверху взбитым яйцом, дают тесту расстояться, в двух-трех местах прокалывают ножом и ставят в духовку на 25—30 мин.

Яйцо 3 шт., мука пшеничная 1000, дрожжи 35, вода или молоко 480, маргарин 60, сахар 25, соль по вкусу

Тесто для блинчиков

Яйца растирают с сахаром и солью, добавляют *'/з* молока, растительное масло, всыпают муку и замешивают тесто, тщательно разминая все комочки. Затем постепенно добавляют оставшееся молоко. Если в жидком тесте будут комочки, то его процеживают через сито. Выдерживают 20—30 мин, а затем наливают тесто тонким слоем на разогретые сковороды с маслом и выпекают блинчики.

Яйцо 2 шт., мука пшеничная 300, молоко 1000, сахар 10, масло растительное 20, соль по вкусу

Блинчики с творогом

Из муки, простокваши, соды и двух яиц готовят тесто. Яйцо соединяют с творогом и сахаром.

Пекут блины на сковороде, кладут в кастрюлю, смазанную маслом, перекладывая творожной массой, сверху поливают сметаной и ставят в духовку на 25—30 мин, посыпают тертым сыром. Подают блинчики с сахаром.

Яйцо 3 шт., мука пшеничная 300, творог 200, простокваша 400, сахар 10, масло сливочное 20, сода 4, сметана 100, сыр 20, соль по вкусу

Блинчика получаются намного вкуснее и не рвутся, когда их '^мают со сковороды, если в тесто добавлены взбитые белки.

Чтобы блинчики получились нежными и воздушными, в тесто 'оят только желтки яиц без белков. Если в этом случае блинчи- Чачнут рваться, добавляют в тесто немного муки.

Блины «тюлевые»

Дрожжи разводят в двух стаканах молока, смешивают с пшеничной мукой. Когда тесто подойдет, вливают растертые желтки, всыпают гречневую муку, соль, сахар, дают еще раз подойти. Затем вливают стакан горячего молока, вводят взбитые белки, осторожно размешивают, пекут тонкие блины. Подают с маслом, сметаной, икрой.

Яйцо 4 шт., мука пшеничная 600, кефир 550, масло растительное 100, сахар 15, соль по вкусу

Блины гурьевские

Масло растирают с желтками, солью и сахаром, всыпают муку, взбивают, разбавляют кефиром (тесто должно иметь консистенцию густой сметаны). Затем вводят взбитые белки, осторожно вымешивают и сразу же выпекают.

Яйцо 4 шт., мука пшеничная 600, кефир 550, масло растительное 100, сахар 15, соль по вкусу

Блины пикантные

Варят жидкую манную кашу на молоке и горячую тщательно вымешивают ложкой. Отдельно размешивают в кипяченой воде гречневую (200 г) и пшеничную (100 г) муку. Когда масса остынет, вводят дрожжи, смешивают и дают подойти. Опару соединяют с яичными желтками, молоком, солью, манной кашей и оставшейся мукой. За час до выпечки добавляют кипяченое молоко, а за 10 мин вводят взбитые белки, слегка перемешиваю и выпекают.

Яйцо 6 шт., мука гречневая 600, мука пшеничная 400, дрожжи 50, молоко 900, крупа манная 100, вода 400, соль по вкусу

Оладьи сладкие

В теплом молоке разводят дрожжи, сахар, соль. В эту смесь всыпают муку, вводят яйца, все тщательно перемешивают и ставят в теплое место на 3—4 ч. Яблоки промывают, нарезают мелкими кубиками и добавляют в тесто во время обминки. Когда тесто вновь поднимется, оладьи можно выпекать. Выпекают оладьи на чугунной разогретой сковороде, смазанной жиром. При подаче горячие оладьи поливают медом.

Яйцо 2 шт., мука пшеничная 550, сахар 30, дрожжи 20, молоко 500, яблоки 150, мед 150, соль по вкусу

Оладьи из крупы

Замоченные рис и пшено смешивают с овсяными хлопьями, всыпают смесь в кипящую подсоленную воду, варят до готовности, охлаждают. Добавляют яйца, разведенные в теплой воде дрожжи, молоко, перемешивают, ставят тесто на 1,5—2 ч для брожения. В процессе брожения тесто 2—3 раза обминают. Жарят оладьи на сковороде, смазанной растительным маслом. При подаче Оладьи можно полить сметаной или подать к ним отдельно варенье, джем, мармелад.

Яйцо 5 шт., молоко 200, хлопья овсяные 10, рис 15, пшено 15, дрожжи 30, масло растительное 40, соль по вкусу

Оладьи обыкновенные

Яйца тщательно растирают с пшеничной мукой, добавляя постепенно молоко и соль по вкусу. Из приготовленного теста формуют оладьи, кладут их на сковороду со слегка подогретым сливочным маслом. Оладьи подрумянивают с обеих сторон и подают на стол, посыпав сахарной пудрой.

Яйцо *6* шт., мука пшеничная 300, молоко 500, масло сливочное 30, соль по вкусу

Оладьи с **яблоками**

Желтки растирают с сахаром, добавляют муку, простоквашу с содой, мелко нарезанные яблоки и в конце взбитые белки, тщательно размешивают. Обжаривают в кипящем жире. Подают со сметаной и сахаром.

Яйцо 4 шт., мука пшеничная 300, простокваша 400, яблоки 120, жир кулинарный 150, сахар 10, сода и соль по вкусу

Особый блеск выпечным изделиям придают яичные желтки. Поверхность смазывают мягкой кисточкой равномерно, чтобы не помять изделие и чтобы смазка не стекала на противень.

Оладьи десертные

Масло растирают с сахаром и желтками. Муку смешивают со сметаной (100) и заваривают на слабом огне, все время помешивая, чтобы не пригорела. Когда масса загустеет, охлаждают, смешивают с маслом и желтками, растирая в одном направлении, прибавляя взбитую сметану и три взбитых белка. Выпекают в жире. Подают с соком или вареньем.

Яйцо 3 шт., мука пшеничная 200, сметана 200, масло сливочное 150, жир растительный 200, сахар 10

Фарш из сыра и яиц

Плавленый сыр, яйца, сливки, рубленую зелень тщательно растирают и взбивают, добавляют перец, соль, все перемешивают.

Яйцо 3 шт., сыр плавленый 400, зелень петрушки и укропа 20, сливки 120, молотый перец и соль по вкусу

Фарш из риса и яиц

Варят в большом количестве подсоленной воды рис, чтобы он получился рассыпчатым, добавляют мелко нарубленные сваренные вкрутую яйца, обжаренный на маргарине лук, перец и перемешивают.

Яйцо 3 шт., рис 300, маргарин столовый 80, лук репчатый 75, соль, молотый перец по вкусу

Фарш из риса с зеленым луком и яйцами

Отварной рассыпчатый рис смешивают с мелко нарезанным зеленым луком, мелко нарубленными сваренными вкрутую яйцами, добавляют маргарин, соль, перец и перемешивают.

Яйцо 3 шт., рис 300, лук зеленый 500, маргарин 80, соль и молотый перец по вкусу

Фарш из риса с яйцами и рубленой зеленью

Отваривают в подсоленной воде замоченный рис и кидывают на дуршлаг. Рис смешивают со сваренными вкрутую рублеными яйцами, добавляют жареный і растительном масле репчатый лук, зелень, перец и тщательно перемешивают.

Яйцо 1 шт., рис 80, лук репчатый 150, масло растительное 40, зелень петрушки 30, соль, молотый перец по вкусу

Фарш капустный с яйцами

Репчатый лук слегка обжаривают на растительном масле, выкладывают на противень, на лук кладут нашинкованную соломкой капусту. Ставят противень в жарочный шкаф, нагретый до 180—200°С, и запекают капусту в течение 10—12 мин, периодически помешивая, после чего охлаждают. Затем добавляют в капусту рубленые вареные яйца, зелень, соль, перец и перемешивают.

Яйцо 3 шт., капуста белокочанная 500, зелень петрушки и укропа 25, лук репчатый 150, масло растительное 40, соль, молотый перец по вкусу

Фарш из перловой крупы с яйцами

Размоченную перловую крупу заливают кипящей подсоленной водой, варят до загустевания, закрывают кастрюлю с кашей крышкой и ставят упревать на 30—35 мин. В готовую перловую кашу добавляют обжаренный на растительном масле рубленый репчатый лук, сваренные вкрутую рубленые яйца, перец, зелень петрушки и перемешивают.

Яйцо 2 шт., крупа перловая 80, лук репчатай 150, масло растительное 40, зелень петрушки 30, соль, молотый перец по вкусу

Фарш из квашеной капусты с яйцами

Квашеную капусту пропускают через мясорубку, добавляют мелко нарубленный обжаренный репчатый лук, соль, перец и тушат 15—20 мин, периодически помешивая массу. В конце тушения добавляют картофельный крахмал, разведенный в 200 г воды, перемешивают, доводят до кипения и охлаждают. Добавляют в фарш сваренные вкрутую и мелко нарубленные яйца, зелень Петрушки.

Яйцо 3 шт., капуста квашеная 500, лук репчатый 150, масло растительное 40, крахмал 20, зелень петрушки 30, молотый перец по вкусу

Фарш из яиц

Варят вкрутую яйца, мелко нарезают, добавляют лук, обжаривают, заправляют солью и черным перцем, хорошо перемешивают.

Яйцо 3 шт., лук репчатый 100, масло топленое 20, черный перец и соль по вкусу

Фарш из творога с яйцами

Творог протирают через сито, добавляют натертую на мелкой терке морковь, яйца, маргарин, мед, соль и все тщательно перемешивают.

Яйцо 2 шт., творог 500, морковь 200, маргарин 100, мед 20, соль по вкусу

Начинка из грибов и яиц

Свежие грибы мелко нарезают, солят и тушат в собственном соку, смешивают с мелко нарубленными яйцами.

Яйцо 2 шт., свежие грибы 200, масло сливочное 20, соль по вкусу

Начинка из визиги с яйцами

Визигу замачивают в холодной воде на 2—3 ч, промывают, заливают свежей водой и варят 3 ч (визига должна быть мягкой). Затем визигу откидывают на решето, потом пропускают через мясорубку или рубят ножом, добавляют сливочное масло, перец, соль, мелко нарезанные крутые яйца, зелень укропа и все перемешивают.

Яйцо 4 шт., визига 100, масло сливочное 30, зелень укропа 20, перец и соль по вкусу

Начинка из капусты с яйцами

Чистят и рубят капусту, ошпаривают, откидывают на сито, обдают холодной водой, отжимают, складывают в посуду с растопленным маслом, обжаривают в течение 10 мин, помешивая, чтобы капуста не пригорела, после чего добавляют вареные рубленые яйца, соль и сахар-

Яйцо 4 шт., капуста белокочанная 500, масло сливочное 40, сахар и соль по вкусу

Мучные кондитерские изделия невозможно приготовить без яиц. Рецепты кексов, печенья, крокетов, ватрушек и других изделий Вы найдете в этом разделе.

Оладьи бисквитные

Желтки растирают с сахаром, добавляют взбитые белки, муку, очищенные и мелко нарезанные яблоки, перемешивают с сахаром и корицей, еще раз перемешивают и жарят на разогретом масле. Готовые оладьи посыпают сахарным песком или сахарной пудрой.

Яйцо 3 шт., яблоки 300, мука пшеничная 150, сахар (лесок или пудра) 120, масло сливочное 40, корица по вкусу

Медовая горка

Из муки, яиц, сметаны и соды замешивают крутое тесто и раскатывают тонким слоем, нарезают ленточками длиной 2—3 см. Кусочки теста обжаривают в подсолнечном масле, как хворост. Готовые ленточки выкладывают на тарелку горкой, поливают горячим медом, через 3—4 ч ставят на некоторое время в холодильник.

Яйцо 5 шт., сметана 100, мука пшеничная 150, мед 300, сода 10

Печенье «Айгуль»

Масло сливочное взбивают, добавляют сахарный песок, яйца. Смесь взбивают еще 10 мин, добавляют муку и замешивают тесто, из которого вырезают лепешки диа-

метром 5 см и выпекают их на противне. Затем лепешки смазывают тонким слоем повидла и склеивают. Из какао-порошка готовят помадку и украшают печенье.

Яйцо 7 шт., мука пшеничная 300, сахарный песок 400, повидло 200, масло сливочное 300, какао-порошок 5

Крокеты воздушные

Кладут в кастрюлю с водой масло и соль, кипятят, всыпают струйкой просеянную муку, хорошо перемешивают и ставят на огонь на 1—2 мин, непрерывно помешивая. Заварное тесто охлаждают и, помешивая, вливают в него постепенно яйцо. Кусочки теста чайной ложкой опускают в кипящий жир. Готовые крокеты посыпают сахарной пудрой и подают с вареньем.

Яйцо 1 шт., мука пшеничная 30, масло сливочное 15, сахарная пудра 15, жир или масло топленое 25, вода 200, соль по вкусу

Кекс ореховый

Яйца растирают с сахаром добела, затем добавляют муку, слегка растопленное сливочное масло и измельченные орехи. Тесто делят на две равные части; в половину теста добавляют какао-порошок, размешивают. В форму, смазанную маслом и посыпанную мукой, выливают сначала светлое тесто, а затем темное (с какао). Выпекают в духовке 25—30 мин. Вынимают из формы, посыпают сахарной пудрой.

Яйцо 7 шт., сахарный песок 200, мука пшеничная 30, какао-порошок 10, орехи 50, масло сливочное 50

Кофейный рулет

Взбивают в кастрюле веничком яйца с сахарным песком в пышную густую массу (объем ее должен в 2—3 раза превышать первоначальный). Тоненькой струйкой всыпают муку, кофе и размешивают. Выкладывают тесто тонким слоем на противень, покрытый пергаментом, и выпекают в духовке не более 5 мин при температуре 200°С. Дают бисквиту остыть и закрывают его полотенцем.

На середину бисквита кладут крем (см. с. 145), смазывают всю поверхность и свертывают бисквит рулетом. Сверху и с боков рулет смазывают кремом и украшают шоколадом.

Яйцо 6 шт., мука пшеничная 150, масло сливочное 220, сахарный песок 225, кофе 20

Торт бисквитный

Бисквит. Выпускают в миску яйца, всыпают сахар, размешивают и взбивают до увеличения объема массы в 3 раза. Струйкой всыпают просеянную муку, быстро перемешивая деревянной ложкой или лопаточкой. Затем выливают тесто в круглую форму или кастрюлю, выстланную пергаментом. Ставят в духовку примерно на 50—60 мин. Готовый бисквит вынимают из формы, когда он остынет, но сразу не разрезают. Он должен выстояться несколько часов.

Крем. В кастрюле смешивают сахар, яйцо и половину молока, ставят на небольшой огонь, все время помешивая. До закипания массы добавляют остальное молоко и кипятят 5 мин. Смесь охлаждают и вводят предварительно размягченное сливочное масло, энергично взбивая столовой ложкой. В готовый крем добавляют на кончике ножа ванильный сахар.

Сироп. В крепкий кофе насыпают сахар, кипятят, а потом охлаждают и добавляют лимонный сок.

Отделка торта. Разрезают бисквит на две части, нижнюю пропитывают сиропом и смазывают кремом. Соединяют обе части. Сверху смачивают торт оставшимся сиропом, посыпают бисквитной крошкой, смазывают кремом. Для украшения расчерчивают поверхность торта ножом на равные части и в каждую клеточку кладут ягоду из варенья (вишню, сливу, клубнику).

Крем можно заменить фруктовой начинкой или вареньем, лучше всего черносмородиновым.

Для бисквита: яйцо 4 шт., сахарный песок 80, мука пшеничная высшего или 1-го сорта 80. Для крема: яйцо 1 шт., сахарный песок 70, молоко 90, масло сливочное 70, ванильный сахар. Для сиропа: сахар 50, кофе крепкий 120, сок лимонный 7

Белки лучше и легче взбиваются, если в них добавить несколько капель уксуса или лимонного сока либо щепотку мелкой соли и хорошо охлаждают.

Торт «Славянка»

Бисквит. Яйца взбивают с сахаром до густой консистенции, добавляют муку, крахмал, замешивают тесто, делят его на три части и выпекают каждую на листах бумаги (в форме круга или квадрата) при температуре 200°С не более 10 мин. Как только бисквит порозовеет, его вынимают, охлаждают и обрезают по кругу или квадрату. Оставшиеся крошки протирают вместе с халвой через сито (для посыпки торта).

Крем. В сгущенное молоко добавляют воду, доводят до кипения и тонкой струйкой вводят хорошо размешанные желтки; на водяной бане уваривают эту смесь, помешивая, до получения консистенции густой манной каши. Массу охлаждают, взбивают вместе со сливочным маслом. Затем вводят протертую через сито халву и ванильный сахар.

Отделка торта. Три слоя бисквита пропитывают кремом, смазывают кремом торт сверху и с боков. При желании украшают его консервированными фруктами.

Для бисквита: яйцо 6 шт., сахарный песок 150, мука пшеничная 150, крахмал 30, халва 20. Для крема: молоко сгущенное 150, вода 70, яйцо (желток) 3 шт., масло сливочное 250, халва 50, ванильный сахар

Бисквит творожный

Взбивают желтки яиц, смешивают их с творогом, добавляют муку и взбитые в пену белки, перемешивают. Полученную массу выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом и посыпанный мукой, и выпекают в духовке около 40 мин.

Яйцо (желток) 10 шт., яичные белки 2 шт., творог 250, мука пшеничная 200, соль по вкусу

Торт творожный

Тщательно размешивают растертый жирный творог *со* сливочным маслом и желтками яиц, добавляют ванильный сахар, сахар, муку, смешанную с молотыми сухарями, взбитые белки яиц, изюм, хорошо размешивают. Массу выкладывают в смазанную сливочным маслолл

форму, выложенную пергаментом. Запекают в духовке в течение часа и подают на стол.

Яйцо 3 шт., творог жирный 200, масло сливочное 50, сахарный песок 100, изюм 40, мука пшеничная 300, молотые сухари 10, ванильный сахар

Торт ореховый

Очищенные орехи подсушивают, натирают на терке или пропускают через мясорубку. Яйца (8 шт.) осторожно разбивают, отделяя желтки от белков, опускают белки ложкой в кипящую воду, варят 5—6 мин, вынимают из воды на сито. Растирают 8 желтков деревянной ложкой, добавляют сахар, лимонную цедру, муку и масло. Затем всыпают орехи, добавляют два желтка и белки 10 яиц. Всю массу .тщательно смешивают, выкладывают в одну или две формы, выпекают, охлаждают. Коржи промазывают кремом или мармеладом, мармеладом же можно украсить торт сверху.

Яйцо 10 шт., орехи (ядра) 200, масло сливочное 100, сахарная пудра 270, мука пшеничная 120, лимонная цедра, жир и сухари (для формы)

Торт шоколадный с хлебной крошкой

Желтки растирают с сахаром, добавляют сливочное масло, шоколад и хлебную крошку, смешанную с мукой, взбитые белки. Выпекают два коржа, охлаждают, смазывают кремом (см. с. 145).

Яйцо *6* шт., масло сливочное 100, шоколад 50, сахарный песок 75, крошки хлебные 50, мука пшеничная 20, сухари и жир (для формы), ванильный сахар

Торт «Венский»

Масло растирают со взбитыми по одному яйцами, всыпают сахарную пудру, смешанную с пшеничной мукой, добавляют ванильный сахар. Тесто разделывают на две части и раскатывают. Выпекают два коржа, охлаждают их и смазывают джемом. Украшают торт цукатами.

Яйцо 8 шт., масло сливочное 200, сахарная пудра 220, мука пшеничная 100, джем фруктовый 200, ванильный сахар или лимонная цедра

Торт «Аврора»

Яйца и сахар смешивают и взбивают, всыпают муку и замешивают тесто.

Взбивают веничком размягченное сливочное масло с клубничным джемом. Наливают в кастрюлю 200 мл воды, всыпают, помешивая, столько же сахарного песка и доводят до кипения.

Готовят белковую прокладку: взбивают 2—3 охлажденных белка, всыпают неполный стакан сахарного песка, молотые орехи. Эту массу выкладывают ровным слоем на противень, покрытый пергаментом, так, чтобы получилась лепешка, и выпекают в духовке при температуре 80—100°С. Варят сахарный сироп.

Бисквит разрезают вдоль пополам. Нижнюю половину пропитывают сиропом, густо смазывают кремом, кладут на крем белковую лепешку, которую тоже смазывают кремом, и закрывают верхней половиной бисквита, пропитанной сиропом. Верх торта смазывают кремом и украшают лимоном и шоколадом.

Для бисквита: яйцо 3 шт., мука пшеничная 150, сахарный песок 120. Для сиропа, крема, белковой прокладки: яйцо (белок) 3 шт., сахар 400, масло сливочное 120, джем клубничный 75, орехи молотые 50

Торт «Деликатес»

Желтки растирают с сахаром, добавляют растертое масло, муку, сок половины лимона и яичные белки. Выпекают две лепешки, охлаждают. Для приготовления крема сметану смешивают с сахаром, добавляют масло. Желтки растирают с '/г стакана сахара, охлаждают. Орехи и цедру лимона натирают, смешивают с желтками и со сметаной. Готовые лепешки смазывают кремом, складывают и сверху украшают кремом, лимоном и мармеладом.

Для теста: яйцо 8 шт., мука пшеничная 300, сахарный песок 200, масло сливочное 150, лимон 1 шт. Для крема: яйцо (желток) 4 шт., сметана 400, масло сливочное 100, сахарный песок 220, орехи, мармелад

Торт «Праздничный»

Растирают добела желтки яиц и сахар, после чего добавляют ванильный сахар, сметану, муку и перемешивают.

Взбивают в крепкую пену белки, постепенно добавляя сахар, чтобы белки не оседали. Взбитые белки осторожно вводят в приготовленную массу и перемешивают движением сверху вниз. Форму смазывают маслом, посыпают сухарями, выкладывают в нее тесто и выпекают 20—25 мин.

Торт выкладывают на блюдо и посыпают сахарной пудрой, украшают цукатами, ягодами из варенья, орехами.

Яйцо 6 шт., сахарный песок 200, сметана 250, мука пшеничная 350, сухари 20, масло сливочное 30, сахарная пудра 10, ванильный сахар по вкусу

Торт «Любимый»

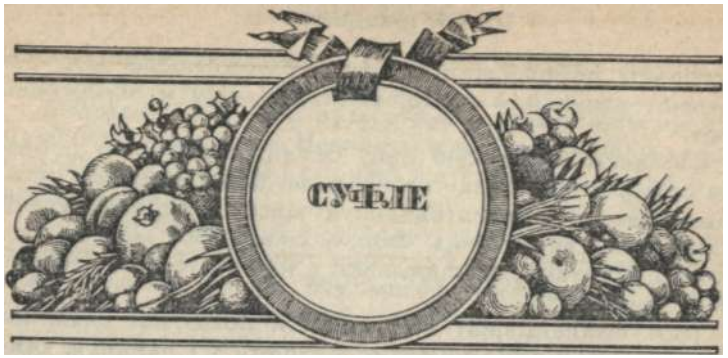
Желтки, сахарный песок хорошо растирают, затем добавляют муку, все смешивают, добавляют сметану, еще раз смешивают. Белки взбивают- в крепкую пену, постепенно добавляя сахар (30 г). Взбитые белки осторожно смешивают с тестом, добавляя их не сразу, **а** постепенно, чтобы они распределились равномерно.

Разогретую форму или сковороду с высокими краями смазывают маслом, слегка посыпают толчеными сухарями, осторожно выливают тесто и ставят в духовку на 20—25 мин.

Для крема размягчают сливочное масло и растирают со стаканом сахарного песка, добавляют яйца, ванильный сахар и взбивают.

Когда торт остынет, разрезают его на две лепешки. Нижнюю лепешку слегка пропитывают сиропом. На лепешку выкладывают половину крема, накрывают второй лепешкой и выкладывают остальной крем. Украшают орехами, ореховой крошкой или кусочками шоколада, ягодами, мармеладом и ставят в холодильник.

Яйцо 5 шт., сахарный песок 220, мука пшеничная 50, сметана 200, масло сливочное 30. Для крема: сливочное масло 200, сахарный песок 2G0, яйцо 2 шт., ванильный сахар 15



Необходимый компонент любого суфле (воздушного пирога) — хорошо взбитые белки. Перед взбиванием их хорошо охлаждают. Начинают взбивать медленно, постепенно увеличивая скорость. Первоначальный объем белков в результате взбивания должен увеличиться в 4—6 раз. Взбитые белки следует использовать сразу же, чтобы они не оседали.

Суфле выпекают в духовке при температуре 180—200°С в течение 10—15 мин. Объем суфле при выпекании увеличивается в 2—2,5 раза, что следует учитывать, заполняя форму для выпечки.

Суфле яичное

Белки взбивают с сахарной пудрой и ванильным сахаром, а желтки растирают с сахарной пудрой. Затем смеси соединяют и осторожно перемешивают. Массу выкладывают на смазанную сливочным маслом сковороду и выпекают. Суфле можно посыпать сахарной пудрой.

Яйцо 4 шт., сахарная пудра 120, масло сливочное 30, ванильный сахар по вкусу

Суфле из яиц и сыра

Расплавляют в маленькой кастрюле сыр, добавляют желтки, молоко, муку, перец, тщательно перемешивают. Взбивают в густую пену белки и добавляют в смесь. Этой массой заполняют на *la,* формочки, смазанные маслом, и запекают.

Яйцо 4 шт., сыр 250, молоко 200, мука пшеничная 30, масло сливочное 40, перец по вкусу

Суфле из бананов

Готовят пюре из очищенных сырых бананов, добавляют сахар и вводят взбитые белки. Массу кладут в форму, смазанную маслом, и запекают. При подаче посыпают сахарной пудрой.

Яйцо (белок) 10 шт., бананы 200, сахарный песок 130, сахарная пудра 15, масло сливочное 10

Суфле из сушеных яблок

Сушеные яблоки тщательно промывают, варят до готовности, добавив в воду сахар, лимонную кислоту, и протирают вместе с отваром (отвара после варки должно остаться мало). Белки взбивают в густую пену, осторожно соединяют с протертыми яблоками и запекают при температуре не выше 160° С. Готовое суфле посыпают сахарной пудрой.

Яйцо (белок) 10 шт., сушеные яблоки 100, сахарный песок 120, масло сливочное 10, пудра сахарная 15, вода 100, лимонная кислота 1

Суфле яблочное

Яблоки промывают, разрезают пополам, удаляют сердцевину, выкладывают на противень, сбрызгивают водой и запекают в духовке при температуре 120—140°С в течение 20—30 мин. Печеные яблоки охлаждают и протирают через сито. В полученное яблочное пюре добавляют сахар и проваривают до загустевания. Полученную массу соединяют со взбитыми белками, выкладывают на противень и запекают.

Яйцо (белок) 3 шт., яблоки 2 шт., сахар 40, масло сливочное 20, пудра сахарная 5, молоко или сливки 150

Суфле апельсиновое

Растапливают сливочное масло, добавляют муку и, помешивая, прогревают на огне, не доводя до кипения. Затем заливают все теплым молоком, предварительно растворив в нем соль и сахар. В смесь добавляют нарезанную мелкой соломкой цедру апельсина и прогревают до загустевания 15—20 мин. После этого снимают

с огня, немного охлаждают, осторожно вводят взбитые белки и апельсиновый сок и выпекают.

Яйцо (белок) 10 шт., апельсины 400, сок апельсиновый 170, цедра апельсиновая 20, молоко 150, масло сливочное 40, мука пшеничная 50, сахарный песок 250, соль по вкусу

Суфле абрикосовое или сливовое

Абрикосы (сливы) моют, удаляют косточки, припускают до готовности и протирают. Затем добавляют сахар, варят до загустевания, соединяют со взбитыми белками и запекают.

Яйцо (белок) 10 шт., абрикосы или сливы 200, сахарный песок 130, масло сливочное 10, сахарная пудра 15

Суфле из груш

Груши промывают, нарезают крупными дольками, припускают до готовности и протирают. В грушевое пюре добавляют сахар и вводят взбитые белки. Массу выкладывают на порционную сковороду, смазанную маслом, и запекают.

Яйцо (белок) 10 шт., груши 200, сахарный песок 130, масло сливочное 10

Суфле миндальное

Желтки растирают с сахаром, добавляют муку и измельченный поджаренный миндаль. Смесь разводят горячим молоком и, непрерывно помешивая, проваривают до загустевания, затем соединяют со взбитыми белками. Приготовленную массу выкладывают на порционную сковороду, смазанную маслом, и выпекают в духовке. Суфле посыпают сахарной пудрой.

Яйцо 10 шт., ванилин, сахарный песок 230, мука пшеничная 45, масло сливочное 10, миндаль 150, сахарная пудра 30, молоко 200

Суфле из варенья

Густое варенье смешивают со взбитыми в пену белками, выкладывают в форму, смазанную маслом, и запекают. При подаче суфле посыпают сахарной пудрой.

Яйцо (белок) 10 шт., варенье (малиновое, земляничное или другое) 250, масло сливочное 10, сахарная пудра 20

Суфле шоколадное

Шоколад натирают на крупной терке и соединяют с растертыми с сахаром желтками и мукой, после чего разводят горячим молоком и проваривают до загустевания. Полученную массу смешивают со взбитыми белками, укладывают в смазанную маслом форму и запекают. При подаче суфле посыпают сахарной пудрой.

Яйцо 10 шт., сахарный песок 200, шоколад 120, молоко 240, мука пшеничная 50, масло сливочное 15, сахарная пудра

Суфле ванильное

В желтки, растертые с сахаром, кладут муку, ванильный сахар, перемешивают, постепенно вливая холодное молоко. Затем смесь проваривают на слабом огне, не доводя до кипения. Полученную однородную массу соединяют при быстром помешивании со взбитыми белками, выкладывают горкой на смазанную маслом сковороду. Поверхность украшают узорами из этой же массы, которую выпускают из кондитерского мешка. Затем выпекают в духовке 10—15 мин.

Яйцо 2 шт., сахарный песок 30, мука пшеничная 10, молоко 40, масло сливочное 10, сахарная пудра 3, ванильный сахар 0,2

Суфле из крыжовника

Крыжовник промывают, проваривают до размягчения в небольшом количестве воды, добавив цедру лимона и сахар ('/г нормы), протирают через сито. Желтки растирают с сахаром, соединяют с пюре и проваривают 3—5 мин, постоянно помешивая. Снимают с огня и вводят взбитые белки. Полученную массу перекладывают в смазанную маслом форму и запекают в жарочном шкафу.

Яйцо 9 шт., крыжовник 600, сахарный песок 250, цедра лимонная 10

Суфле из земляники

Ягоды перебирают, промывают и протирают. Добавив в пюре сахар, варят до загустевания, после чего, не охлаждая, соединяют со взбитыми белками. Порционную сковороду или форму смазывают сливочным маслом, приготовленную массу выкладывают горкой и запекают в духовке. При подаче посыпают сахарной пудрой.

Яйцо (белок) 10 шт., сахарный песок 130, земляника 150, масло сливочное 10, пудра сахарная 15

Суфле из хлеба

Мякиш черствого хлеба нарезают мелкими кубиками, заливают молоком и оставляют на 30—40 мин, после чего смешивают миксером в однородную массу. Желтки растирают с сахаром, смешивают с тщательно промытым изюмом (без косточек). Белки взбивают и вводят в смесь. Суфле выпекают в смазанной маслом форме. При подаче посыпают сахарной пудрой.

Яйцо 7 шт., хлеб пшеничный 180, молоко 250, изюм 30, сахарный песок 200, масло сливочное 15, пудра сахарная 30

Суфле из свежих грибов

Грибы (белые, подосиновики, подберезовики) варят в подсоленной воде, вынимают из бульона и пропускают через мясорубку. Хлеб нарезают на кусочки, заливают горячим молоком, немного охлаждают, добавляют растертые желтки, сметану и измельченные грибы. Затем вводят взбитые белки, добавляют муку и соль. Все тщательно перемешивают, выкладывают в форму, смазанную маслом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и ставят в горячую духовку. Запекают, пока не подрумянится.

Яйцо 3 шт., грибы свежие 250, хлеб пшеничный 150, молоко 180, мука пшеничная 10, масло сливочное 20, сыр 15, сметана 75, соль по вкусу

Для того чтобы при взбивании яичные белки не осели, после образования густой белой массы добавляют немного сахарной пудры и продолжают взбивание еще 3—4 мин. Сахар, кроме того, предохраняет белки от свертывания.

Суфле из отварной рыбы

Рыбу разделывают на филе без кожи и костей, нарезают кусочками и припускают в воде до готовности. После этого рыбу пропускают через мясорубку с частой решеткой, добавляют сливочное масло, желтки, молочный соус и все хорошо перемешивают. Затем вводят взбитые яичные белки и осторожно перемешивают. Готовую массу кладут в формочки, смазанные сливочным маслом, и припускают на пару до готовности. При подаче поливают сливочным маслом.

Молочный соус: муку разводят горячим молоком и варят 7—10 мин при слабом кипении.

Яйцо 1 шт., рыба свежая 250, масло сливочное 15, молоко 35, мука пшеничная 10

Суфле из помидоров

Готовят из свежих помидоров пюре, добавляют тертый сыр, сливочное масло, густую сметану, сырые желтки, взбитые белки. Отваривают макароны, откидывают на сито, заправляют маслом и тертым сыром. Смазывают форму для суфле маслом, кладут на дно слой пюре из помидоров, затем слой макарон, а сверху пюре. Отваривают на пару или запекают в духовке.

Яйцо 2 шт., помидоры **180,** сыр 40, масло сливочное 20, сметана 40, макароны **100**

Суфле из цветной капусты

Очищенную цветную капусту разделяют на отдельные соцветия, промывают, варят до готовности в кипящей подсоленной воде, затем откидывают на дуршлаг и протирают через сито.

В готовый молочный соус (см. выше) средней густоты, нагретый до 60—70°С, вводят сырые желтки и перемешивают. Полученную смесь соединяют с капустным пюре, добавляют взбитые яичные белки и осторожно перемешивают сверху вниз. Готовую массу выкладывают в формочки, смазанные сливочным маслом, и припускают до готовности. При подаче поливают сливочным маслом.

Яйцо 1 шт., капуста цветная 200, молоко **80,** мука пшеничная 10, масло сливочное 20

Суфле из кабачков

Очищенные кабачки нарезают и отваривают в подсоленной воде, откидывают на дуршлаг, разминают вилкой и полученное пюре слегка обжаривают в масле. Снимают с огня, охлаждают, потом вливают молоко, добавляют сыр, молотые сухари, мелко нарезанную зелень петрушки, черный перец и взбитые в пену яйца. Массу размешивают и выкладывают в посуду, смазанную маслом, поливают маслом, запекают в духовке. Суфле подают горячим.

Яйцо 4 шт., кабачки 900, молоко 180, сухари молотые 80, зелень петрушки 10, масло сливочное 60, сыр, сель и перец по вкусу

Суфле ореховое

Ядра грецкого ореха обжаривают, удаляют поверхностную пленку и растирают. Готовят, как «суфле ванильное», добавив орехи при растирании желтков с сахаром.

Яйцо 10 шт., сахарный песок 200, молоко 200, мука пшеничная 20, орехи грецкие 100, масло 20, сахарная пудра 15

Суфле из сметаны

1-й вариант. Желтки растирают с сахаром, добавляют муку, сметану и, помешивая, варят 5—7 мин, после чего вводят лимонную цедру, все перемешивают и соединяют со взбитыми белками. Суфле выпекают в смазанной маслом форме. Готовое суфле посыпают сахарной пудрой.

2-й вариант. Муку смешивают со сметаной, кипятят, взбивают миксером до получения однородной массы. Затем смесь охлаждают, вводят в нее желток, сахар, лимонную цедру и взбитые белки. Все тщательно перемешивают, укладывают в глубокую, смазанную маслом форму и запекают.

Яйцо 10 шт., сметана 240, мука пшеничная 50, сахарный песок 200, лимонная цедра 30, масло сливочное 20

ч

Суфле творожное

\ирают через сито, добавляют манную крупу, ^ертые с сахаром, молоко, ванильный сахар \перемешивают. В массу вводят взбитые

\

белки. Формочку смазывают сливочным маслом, кладут в нее подготовленную массу и варят суфле на водяной бане. При подаче поливают сметаной.

Яйцо 3 шт., **творог** 500, крупа манная 50, сахарный **песок** 20, молоко 100, масло сливочное 20, ванильный сахар по вкусу

Суфле творожное с курагой и морковью

Морковь натирают на мелкой терке, курагу промывают и мелко рубят, творог протирают через сито. Смешивают творог, морковь, курагу, манную крупу, желтки, растертые с сахаром, до получения однородной массы и вводят взбитые белки. Формочку смазывают маслом, кладут в нее подготовленные продукты. Суфле доводят до готовности на водяной бане. Подают со сметаной.

Яйцо 3 шт., творог 500, крупа манная 50, морковь 50, курага 50, масло сливочное 30, сметана 100

Безе яблочное

Яблоки без сердцевины пекут, протирают через сито, смешивают с сахарной пудрой и яичными белками и взбивают на холоде в густую пышную массу. Противень застилают чистой белой бумагой, выкладывают на него массу, сформованную в виде полушара с помощью ложки, и запекают.

Яйцо (белок) 10 шт., яблоки 700, сахарная пудра 250

Безе заварное

Варят густой сахарный сироп, слегка охлаждают и постепенно вводят в него взбитые белки. Массу тщательно размешивают. Ложкой формуют из подготовленной массы продолговатые лепешки, кладут на противень и выдерживают 1—2 ч, после чего ставят в слегка разогретую духовку на 10—15 мин. Готовые лепешки склеивают вишневым сиропом.

Яйцо (белок) 8 шт., сахарный песок 500, вода 250, вишневый сироп 200

«Ласточкино гнездо»

Белки взбивают, постепенно добавляя сахар. Рубят миндаль и добавляют к взбитым белкам. Массу при помощи кондитерского мешка выпускают круговыми движениями на смазанный жиром противень так, чтобы получились лепешки, напоминающие по форме ласточкино гнездо. Выпекают изделия на очень слабом огне. Подают в холодном виде.

Яйцо (белок) 6 шт., сахарный песок 430, миндаль 430

«Снежки» в ванильном соусе

Белки охлаждают, взбивают, добавляют сахарный песок, лимонную кислоту **и** хорошо размешивают. Подготовленную белковую массу формуют ложкой в виде шариков и опускают в кипящую воду. «Снежки» варят 3—5 мин. Готовые «снежки» раскладывают в порционную посуду и заливают ванильным соусом.

Для соуса яичные желтки растирают с сахаром и соединяют с молоком. Слегка обжаренную пшеничную муку разводят небольшим количеством молока, тщательно размешивая, чтобы не было комков, и вводят в яично-молочную смесь, которую нагревают до 80°С, непрерывно помешивая. В соус добавляют ванильный сахар.

Яйцо (белок) 8 шт., сахарный песок 100, ванильный сахар 0,2, лимонная кислота 0,5. Для соуса: яичные желтки 4 шт., молоко 500, сахарный песок 100, мука пшеничная 10, ванильный сахар 0,2

Яичные белки для пудинга взбивают так же, как для суфле, и вводят в подготовленную смесь в два приема, осторожно перемешивая массу сверху вниз. Готовят пудинг на водяной бане.

Чтобы пудинг был легким и пористым, воду для водяной бани нагревают постепенно, доводят до кипения и поддерживают кипение, не допуская повторного закипания воды, иначе пудинг осядет.

Запеканки чаще всего готовят из крупы с добавлением свежих и консервированных фруктов. Обязательной составной частью запеканок, как и пудингов, являются яйца.

Пудинг из творога

Творог протирают через сито. Желтки яиц растирают с сахаром, ванильным сахаром, добавляют просеянную пшеничную муку, творог, изюм и хорошо перемешивают. Полученную массу соединяют в два приема со взбитыми белками и кладут в формы, смазанные маслом и посыпанные сухарями. Пудинг запекают или проваривают на водяной бане. При подаче поливают сметаной или абрикосовым соусом.

Яйцо 3 шт., творог 500, мука пшеничная или крупа манная 20, сахарный песок 120, изюм 40, масло сливочное 50, сухари молотые 20, сметана 100, ванильный сахар по вкусу

Пудинг из творога с изюмом и корицей

Варят жидкую манную кашу на молоке и вводят в нее масло, протертый творог, желтки, сахар, перебранный

и промытый изюм, корицу. Массу хорошо перемешивают, соединяют со взбитыми белками и еще раз осторожно размешивают. Форму смазывают маслом и заполняют подготовленной массой. Пудинг доводят до готовности на водяной бане. При подаче пудинг можно полить фруктовым соусом.

Яйцо 4 шт., крупа манная 30, творог 300, молоко 200, сахарный песок 70, масло сливочное 20, изюм 50, корица 10, соус фруктовый 300

Пудинг творожный с орехами

Сухари просеивают через сито. Орехи мелко рубят, обжаривают в духовке до светло-коричневого цвета и растирают в ступке с сахаром. Изюм очищают и промывают в теплой воде.

В протертый через сито творог добавляют сахар (50), масло, яичные желтки, соль, цедру и тщательно взбивают деревянной лопаткой. Затем смешивают творожную массу с сухарями, орехами, изюмом, вводят взбитые в густую пену яичные белки и снова перемешивают.

Форму для пудинга смазывают сливочным маслом, заполняют на $^3/4$ творожной массой, закрывают крышкой и ставят на водяную баню. Варят пудинг примерно час, доливая воду в водяную баню по мере выкипания.

Готовый пудинг выкладывают из формы на блюдо и подают горячим с фруктовым сиропом или со сметаной.

Яйцо 5 шт., творог 500, сахарный песок 100, сухари молотые 20, изюм 100, орехи 50, масло сливочное 20, цедра лимонная или апельсиновая 5

Пудинг из сыра

Растирают желтки с солью, постепенно добавляя по одной ложке сметану и муку. Взбивают белки и добавляют тертый сыр. Всю смесь тщательно перемешивают, выливают в кастрюлю с выложенным бумагой дном, хорошо обмазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями. Кастрюлю с пудингом закрывают крышкой и варят на пару в течение часа. Подают пудинг с растопленным сливочным маслом.

Яйцо 7 шт., сметана 500, мука пшеничная 350, сыр 250, соль по вкусу

Пудинг по-крестьянски

Яйца смешивают с ванильным сахаром, растирают, .вводят теплое молоко. Нарезают тонкими кусочками черствую сдобную булку, изюм промывают, варят, хорошо обсушивают и смешивают с кусочками булки. Кусочки булки вместе с изюмом кладут в форму, смазанную маслом и посыпанную мукой, заливают молочно-яичной смесью, ставят на водяную баню и варят примерно 1 ч до загустевания массы.

Яблоки моют, удаляют сердцевину, разрезают на дольки и, добавив сахар, припускают в небольшом количестве воды, не допуская сильного разваривания. Часть яблок протирают с отваром и этим соусом поливают пудинг. Оставшиеся яблоки вынимают шумовкой, дают стечь сиропу и используют в качестве гарнира к пудингу.

Пудинг подают на стол горячим. Можно подать и холодным, но в этом случае его не вынимают из формы до полного остывания.

Яйцо 4 шт., молоко 300, сахарный песок 200, яблоки 2 шт., мука пшеничная 20, сдобная булка 150, изюм 75, сахар ванильный 0,05

Пудинг «Кабинет»

В форму для пудинга, смазанную маслом и посыпанную мукой, кладут нарезанный кусочками бисквит, добавляют изюм, вливают молоко, вскипяченное с сахаром, охлаждают, размешивают со взбитыми яйцами и ванильным сахаром. Варят на водяной бане около 1 ч до загустевания яично-молочной массы. Перед подачей вынимают из формы и поливают ванильным соусом. Пудинг подают горячим, в качестве гарнира можно предложить фрукты.

Яйцо 5 шт., молоко 300, бисквит 200, сахарный песок 200, мука пшеничная 20, изюм 100, ванильный сахар 15, ванильный соус 150

Пудинг лимонный

Желтки растирают с сахаром, белки взбивают в густую пену. Размягченное сливочное масло, молотые сухари, предварительно обжаренную муку и соль смешивают с желтками, добавляют лимонный сок и измельченную

цедру. В смесь вводят взбитые белки. Все тщательнЯ перемешивают, выкладывают в смазанную маслом фора му и доводят до готовности на водяной бане.

Яйцо 5 шт., мука пшеничная 100, масло сливочное 150, сухари 250, сахарный песок 150, сок лимонный 30, цедра лимонная 10, соль по вкусу

Пудинг из миндаля и фруктов

Яблоки и груши моют, нарезают тонкими ломтиками,! Удаляют сердцевину. Персики моют, освобождают от! косточек и тоже нарезают ломтиками. Жареный измель-1 ценный миндаль заливают горячим молоком (250), дово-1 дят до кипения, солят, проваривают 6—7 мин и снимаюя с огня. Варят манную кашу на молоке.

Фрукты, миндальную массу и растертые с сахаром] желтки соединяют с кашей, хорошо перемешивают *Л* осторожно вводят взбитые до пенистой консистенции! белки. Приготовленную массу кладут в смазанные масш лом формы и проваривают на водяной бане.

Яйцо 4 шт., яблоки 100, груши 100, персики 100, миндаль (обжаренный) 125, молоко 350, сахарный песок 80, крупа манная 40, масло сливочное 30, соль по вкусу

Пудинг яблочный с орехами

Очищенные орехи обжаривают, измельчают и варят] несколько минут в молоке. Затем, непрерывно помеши-1 вая, всыпают в молоко манную крупу, смесь доводят! до кипения. Желтки растирают с сахаром. Яблоки моют,! удаляют сердцевину, нарезают дольками и, добавив! соль, хорошо перемешивают с приготовленной ране» смесью. Затем вводят взбитые белки и еще раз осторожно перемешивают.

Яблочный пудинг доводят до готовности на водяной] бане в течение 20—30 мин. К пудингу подают сладкий] соус.

Яйцо 3 шт., яблоки 300, молоко 500, сахарный песок 75, орехи грецкие 120, крупа манная 50, масло сливочное 30

Пудинг из каштанов

Очищенные мелко нарезанные каштаны припускают до готовности в небольшом количестве молока (100) и протирают. Полученное пюре соединяют с оставшимся молоком и сахаром и варят до загустевания. В пюре кладут сливочное масло, молотые сухари, изюм, соль, после чего смесь охлаждают, вводят растертые желтки и взбитые в густую пену белки. Все осторожно перемешивают. Подготовленную смесь выкладывают в формы, смазанные маслом, и запекают.

Яйцо 4 шт., каштаны 400, молоко 350, масло сливочное 50, сахарный песок 125, изюм 50, сухари 25

Пудинг из крыжовника

Обильно смазывают маслом форму для выпечки. Чистят крыжовник и кладут его в форму. Муку, сахарную пудру, яйца и теплое молоко (35—36 °С) смешивают до получения жидкого теста. Взбивают тесто миксером и выливают в форму. Выпекают в духовке 45 мин при температуре 200°С. Спустя 25 мин закрывают поверхность пудинга влажной плотной бумагой и пекут еще 15—20 мин. Пудинг вынимают, посыпают сахарным песком и подают на стол со сливками.

Яйцо 3 шт., молоко 400, мука пшеничная 50, сахарная пудра **110,** крыжовник 300, сахарный песок 70

Пудинг рисовый

Перебранный и промытый рис засыпают в кипящую воду, варят 5—10 мин, затем воду сливают, вливают горячее молоко и варят рис в посуде, закрытой крышкой, в жарочном шкафу при невысокой температуре. Желтки, сахар, ванильный сахар, сливочное масло растирают, смешивают с отварным рисом, добавляют мелко нарезанные цукаты и хорошо перемешивают. После этого в смесь вводят взбитые белки, тщательно размешивают,

Чтобы взбить белок яйца, которое долго пролежало в холодильнике, вливают в него половину чайной ложки воды.

выкладывают в форму, смазанную жиром, и запекают в духовке. Готовый пудинг выкладывают из формы и нарезают на порционные куски. При подаче его поливают сладким молочным соусом (50).

Молочный соус: муку (50), пассерованную на сливочном масле, разводят горячим молоком (100) и варят 7—10 мин при слабом кипении. Затем кладут сахар (10), соль, процеживают и доводят до кипения.

Яйцо 1 шт., рис 50, вода 80, молоко 75, сахарный песок 15, цукаты 10, сухари 5, масло сливочное 10, сметана 5, ванильный сахар 0,02, соус молочный 50

Пудинг из саго

Перебранную и промытую крупу варят в воде до полуготовности, затем откидывают на сито и доваривают в молоке. Желтки растирают с сахаром, яблоки промывают, нарезают. Отваренное саго, желтки, яблоки, сливочное масло смешивают, вводят взбитые белки и тщательно размешивают. Выпекают в форме, смазанной маслом. При подаче пудинг поливают вареньем.

Яйцо 4 шт., саго 200, масло сливочное 25, яблоки 150, варенье 300, сахарный песок 75, молоко 60

Пудинг из манной крупы с черносливом

Варят густую манную кашу на молоке. Чернослив тщательно промывают, варят в воде с добавлением лимонной кислоты до полуготовности и, удалив косточки, мелко нарезают. Чернослив и желтки кладут в кашу. В полученную массу вводят взбитые белки, перемешивают, раскладывают в смазанные маслом формы и запекают в духовке. При подаче пудинг поливают абрикосовым соусом.

Яйцо 3 шт., крупа манная 100, чернослив 120, сахарный песок 75, молоко 350, масло сливочное 30, соус абрикосовый 250, кислота лимонная 0,05

Пудинг из моркови, чернослива, яблок и сухарей

Яблоки моют, чистят, затем нарезают мелкой соломкой и припускают. Чернослив тщательно промывают, замачивают на 1—1,5 ч, варят, удаляют косточки и нарезают мелкими кусочками. Подготовленные продукты смешивают с растертыми с сахаром желтками, молотыми ванильными сухарями и корицей. Все хорошо размешивают, вводят в смесь взбитые белки. Массу выкладывают в форму, смазанную маслом, и запекают.

Яйцо 4 шт., яблоки 150, морковь 150, чернослив 50, сухари ванильные 200, молоко 350, масло сливочное 50, корица 3

Пудинг из моркови

Желтки растирают с сахаром и соединяют с лимонной цедрой, размягченным маслом, нарезанной тонкой соломкой и припущенной морковью, сливками, молотыми сухарями и лимонным соком и запекают.

Яйцо 4 шт., морковь 400, сахарный песок 150, сок апельсиновый 80, сок лимонный 30, сухари ванильные 200, сливки 350, цедра лимонная 10, масло сливочное 80

Пудинг кофейный

Кофе варят на молоке и процеживают. Желтки растирают с сахаром, смешивают с размягченным сливочным маслом, кофе, мукой, размешивают и осторожно соединяют со взбитыми белками. Массу выкладывают в форму, смазанную сливочным маслом, и запекают в духовке. К пудингу по желанию подают молочный соус.

Яйцо 3 шт., кофе 30, молоко 560, масло сливочное 80, мука пшеничная 120, сахарный песок 150

Пудинг шоколадный

Шоколад натирают на крупной терке, разводят теплыми сливками и соединяют с желтками, растертыми с сахаром. Муку смешивают с размягченным маслом, соединяют с желтково-шоколадной массой и, непрерывно помешивая, нагревают, не допуская кипения. После этого процеживают, охлаждают, соединяют со взбитыми белками и запекают в духовке.

Яйцо (белок) 4 шт., яичные желтки 8 шт., шоколад 150, сахарный песок 80, сливки 300, масло сливочное 100, мука пшеничная 120

Запеканка манная

Варят манную кашу обычным способом и добавляют] яйца, растертые с сахаром. На разогретую сковороду^ смазанную маслом и посыпанную сухарями, выкладьй! вают половину манной каши, поверхность разравнивают! кладут на нее нарезанные фрукты, смешанные с медом! а сверху — кашу и смазывают поверхность сметанойа Запекают в духовке. При подаче запеканку посыпаю! сахарным песком или пудрой.

Яйцо 2 шт., молоко 450, крупа манная 150, сахарный песок 20, мед 20, яблоки 100, сливы 50, абрикосы 50, сметана 70, масло сливочное 30, сухари молотые 20, сахарная пудра 10

Запеканка творожная с медом

В молоке растворяют соль, сахар, ванильный сахар, варят манную кашу и слегка охлаждают. В кашу вводя! яйца, лимонную цедру, творог. Массу хорошо перемеши! вают и выкладывают на смазанную маслом **порционнукж** сковороду. Запекают в духовке. При подаче поливаю! разогретым медом.

Яйцо 2 шт., творог 500, крупа манная 80, молоко 300, сахарный песок 75, мед 150, масло сливочное 25, цедра лимонная 20, ванильный сахар 0,05, соль по вкусу

Запеканка из манной крупы с яблоками

Варят густую манную кашу на молоке. Яблоки чистя и нарезают тонкими ломтиками. Желтки растирают сахаром и размягченным маслом, соединяют с кашей вводят в смесь взбитые белки. Форму, смазанную мае лом и обсыпанную сухарями, заполняют половиной пор ции манной каши, сверху кладут яблоки, а затем еш, слой каши. Массу посыпают сахаром и запекают в ду ховке.

Яйцо 3 шт., молоко 500, крупа манная 80, сахарный песок 120, яблоки 300, масло сливочное 60, сухари панировочные 20, соль по вкусу

Запеканка рисовая с вареньем

Рис промывают, варят в воде до полуготовности, отки дывают на сито и варят на молоке до готовности. В отв ренный рис кладут сахар, сливочное масло, ванильн

сахар, желтки, соль, перемешивают, вводят взбитые белки и снова осторожно перемешивают. Полученную классу выкладывают в смазанную маслом форму, запе-акэт в жарочном шкафу. При подаче поливают ва-реньем.

Яйцо 2 шт., рис 200, молоко 400, сахарный песок 40, масло сливочное 20, варенье 200, ванильный сахар 0,05, соль по вкусу

Запеканка творожная с морковью

Творог протирают через сито, добавляют соль, ванилин, яйца, сливочное масло и перемешивают. Очищенную морковь натирают на крупной терке, соединяют с творогом, выкладывают подготовленную массу в смазанную маслом форму и запекают в духовке в течение 10—12 мин. Подают с соусом.

Для приготовления соуса промытый изюм заливают горячей водой, доводят до кипения, охлаждают и соединяют с медом.

Яйцо 2 шт., творог 300, морковь 80, мед 20, изюм 15, масло сливочное 20, вода 100, ванилин на кончике ножа, соль по вкусу

Запеканка из яблок и картофеля

Вареный картофель нарезают ломтиками, обжаривают в масле и охлаждают. Сок одного лимона, цедру половинки лимона, натертую на терке, желтки, измельченные орехи, сахар и нарезанные ломтиками яблоки кладут в подготовленный картофель. Затем добавляют взбитые белки и все перемешивают. Массу перекладывают в форму, смазанную жиром, и ставят в духовой шкаф приблизительно на 1 ч. Запеканку подают в горячем или холодном виде, с желе или фруктовым соком.

Яйцо 6 шт., яблоки 500, картофель вареный 400, масло сливочное 100, сахар 75, орехи 60, сок одного лимона

Запеканка из хлеба с творогом и морковью

*леб нарезают ломтиками и замачивают в молоке. Вареную морковь очищают, натирают на крупной терке, вмешивают хлеб, морковь, творог, яйца и сахар (или

изюм, или слегка отваренную курагу). Выкладывают на сковороду, смазанную маслом и обсыпанную панировочными сухарями, запекают в духовке в течение 40 мин.[1]

Яйцо 2 шт., хлеб пшеничный 200, молоко 200, морковь 100, творог 200, сахарный песок (или изюм, или слегка отваренная курага) 40, масло сливочное 20, сухари панировочные 10, соль по вкусу

Запеканка с луком и яйцами

Нарезанный ломтиками хлеб обжаривают с обеих сторон на масле, добавляют поджаренный репчатый лук, соль, заливают взбитыми яйцами и запекают в духовке. Подают запеканку, посыпав рубленой зеленью.

Яйцо 5 шт., хлеб пшеничный 200, лук репчатый 70, масло сливочное 100, соль и зелень по вкусу

Запеканка из хлеба, колбасы и шпината

Мелко нарезанный шпинат солят, тушат в собственному соку и размешивают с размягченным и отжатым пшеничным хлебом, яйцами, нарезанной кубиками колбасой) или мясом и пряностями. Массу помещают в смазаннукя маслом форму (типа «чудо»), запекают в духовке^ Готовое блюдо выкладывают на подогретую тарелку^ Середину кольца при желании заполняют горячим картофельным пюре или отварным рисом.

Яйцо 3 шт., хлеб пшеничный 200, шпинат 900, колбаса или мясо вареное 150, маргарин 20, красный перец и соль по вкусу

Запеканка с рыбой и майонезом

Рыбное филе без кожи пропускают через мясорубку,; добавляют поджаренный репчатый лук, замоченный в молоке пшеничный хлеб, одно яйцо и белки двух яиц, все хорошо перемешивают и еще раз пропускают через мясорубку. Добавляют соль, перец и хорошо вымешивают. Подготовленную массу выкладывают ровным ело-; ем на смазанный растительным маслом противень и запекают в духовке. Запеканку охлаждают и разрезают на три квадрата или прямоугольника. Взбивают пышную массу из сливочного масла, майонеза, раствора желатина и хорошо смешивают. Разделяют массу на четыре части. В одну добавляют мелко рубленную зелень, во вторую — вареные протертые желтки, а третью и четвертую оставляют светлыми. Один квадрат запеканки смазывают массой, смешанной с зеленью, второй — массой с яичными желтками, третий — массой из сливочного масла, майонеза и желатина. С боков запеканку смазывают массой из сливочного масла, майонеза и желатина. Украшают вареной фигурно нарезанной морковью.

Яйцо 3 шт., хлеб пшеничный 200, молоко 100, филе рыбы 500, лук репчатый 50, масло сливочное 100, майонез 100, масло растительное 20, морковь 50, желатин 5, сухари панировочные 10, зелень укропа 10, соль и перец по вкусу

Запеканка рисовая с яблоками

Сырые яблоки чистят, вырезают сердцевину и протирают через сито. В молоко добавляют яйца, сахар и все хорошо перемешивают. Перебранный и промытый рис отваривают в воде до готовности, откидывают на дуршлаг и соединяют с яблочным пюре. Перемешанную массу выкладывают на смазанный жиром противень, заливают смесью молока с яйцами и запекают в жарочном шкафу до готовности. При подаче поливают растопленным сливочным маслом.

Яйцо 2 шт., рис 150, яблоки 300, молоко 300, сахарный песок 30, масло сливочное 30

Запеканка из макарон с яблоками

Очищенные яблоки без сердцевины мелко нарезают. Макароны отваривают, откидывают на дуршлаг и перекладывают в кастрюлю с растопленным маслом, туда же кладут сахар, яблоки и все аккуратно перемешивают. Макароны соединяют с яично-молочной смесью и запекают в духовке при температуре 180—200°С. Готовую запеканку выкладывают из формы, нарезают на порции. Отдельно подают сметану или горячее молоко.

Яйцо 2 шт., макароны 350, яблоки 350, молоко 200, сахарный песок 200, масло сливочное 25, сметана 200, соль по вкусу

Запеканка творожная с цветной капустой

Цветную капусту мелко рубят, добавляют протертый творог вместе с нарезанными мелкими кусочками плавленым сыром и яйцами и взбивают массу до однородной консистенции. В смазанную маслом форму выкладывают подготовленную смесь и запекают в жарочном шкафу в течение 20—25 мин.

Яйцо 2 шт., творог 100, сыр плавленый 100, капуста цветная 200, масло сливочное 10

«Пудинг Венский»

Сливочное масло, сахар ($^2/_3$ нормы), муку и крахмал хорошо размешивают, постепенно вводят холодное молоко, затем нагревают до кипения и кипятят 10—15 мин, после чего снимают с огня, немного охлаждают и постепенно, по одному, вводят яичные желтки. Отдельно взбивают до пенистой консистенции белки и смешивают их с массой.

Форму для пудинга смазывают сливочным маслом и выкладывают тонкими ломтиками бисквитный рулет. Массу осторожно выливают в подготовленную форму и варят на водяной бане до готовности. При подаче на стол пудинг осторожно выкладывают из формы на блюдо. Пудинг подают горячим.

Яйцо 4 шт., молоко 100, сахарный песок 250, мука пшеничная 50, крахмал 50, масло сливочное 300, рулет бисквитный 200

Самбук готовят из густого фруктового пюре, которое соединяют с сахаром и белками. Эту массу взбивают на льду до увеличения ее объема в 2—3 раза. Затем вливают растворенный теплый желатин, все размешивают и охлаждают в формочках.

Мусс готовят из фруктовых и ягодных соков. В горячий сироп, приготовленный на плодово-ягодном отваре, вводят желатин. После растворения желатина сироп соединяют с соком, осветляют, взбивают до образования пышной однородной массы, выливают в форму и охлаждают.

Самбук яблочный

Яблоки без сердцевины запекают, добавив немного воды, после чего тщательно протирают. Сердцевину и оставшуюся после протирания мезгу заливают водой, доводят до кипения, варят 10—12 мин, процеживают, после чего в отвар вводят набухший желатин. В яблочное пюре добавляют сахар и сырые белки. Затем эту смесь ставят на лед или в холодную воду, взбивают до образования пышной массы и, продолжая взбивать, тонкой ^{ст}руей вливают яблочный отвар с желатином. Полученную массу разливают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо (белок) 3 шт., яблоки 750, сахарный песок 150, желатин 25, вода 150

Самбук из свежих абрикосов

Абрикосы моют, освобождают от косточек, варят в небольшом количестве воды и протирают. В абрикосовое пюре кладут сахар и вводят сырые белки, массу взбивают. В абрикосовом отваре растворяют набухший желатин и лимонную кислоту, после чего отвар тонкой струйкой вливают в абрикосовое пюре, непрерывно помешивая. Смесь разливают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо (белок) 5 шт., абрикосы 650, сахарный песок 200, желатин 20, вода 150, лимонная кислота 1

Самбук из кураги

Курагу перебирают, тщательно промывают, заливают водой, оставляют для набухания на 1—2 ч, после чего варят до готовности и протирают. Пюре из кураги соединяют с яичными белками и сахаром, вводят лимонную кислоту и растворенный в отваре кураги желатин. Массу ставят на лед или в холодную воду и взбивают. Подают в порционных креманках или вазочках.

Яйцо (белок) 5 шт., курага 30, сахарный песок 100, желатин 20, вода 150, лимонная кислота 1

Самбук из хурмы

Нарезанную на 4—8 частей хурму без косточек заливают небольшим количеством воды и варят 10—12 мин.. Затем хурму протирают, соединяют с сахаром, немного охлаждают и вводят яичные белки. В отваре хурмы растворяют набухший желатин и лимонную кислоту. Пюре из мякоти хурмы взбивают до образования пышной массы и, продолжая взбивание, тонкой струйкой вливают растворенный желатин. Полученную массу **рая** ливают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо (белок) 5 шт., хурма 700, сахарный песок 160, желатин 20, вода 150, лимонная кислота 2

Самбук из айвы

Айву моют, нарезают на 2—4 части, укладывают на ско вороду или противень, наливают немного воды и пек/ после чего протирают. Оставшуюся мезгу заливают и

дой, варят 8—10 мин и процеживают. В отваре растворяют набухший желатин. В айвовое пюре добавляют сахар и сырые белки, после чего пюре взбивают до пенообразной консистенции. В конце взбивания постепенно вливают айвовый отвар, в котором растворен желатин. Полученную массу разливают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо (белок) 4 шт., айва 750, сахарный песок 150, желатин 25, вода 160

Самбук из мармелада

1-й **вариант. В** разведенный холодной кипяченой водой мармелад кладут сахар, сырой яичный белок и лимонную кислоту, после чего смесь взбивают до пышной пенообразной консистенции. Растворенный в небольшом количестве воды желатин, не прекращая взбивания, вливают тонкой струей в белково-мармеладную массу. Полученную смесь разливают в порционную посуду и охлаждают.

2-й вариант. Варят сахарный сироп, добавляют лимонную кислоту, вводят набухший желатин. Сироп охлаждают до 40—50°С, после чего соединяют с предварительно разведенным в кипяченой холодной воде мармеладом и тщательно взбивают. Одновременно в массу вводят предварительно взбитые яичные белки, после чего смесь охлаждают и разливают в формы. При подаче форму на несколько секунд опускают в горячую воду и осторожно выкладывают массу в креманку или вазочку. Самбук можно поливать фруктово-ягодным сиропом.

Яйцо (белок) 5 шт., мармелад 400, желатин 20, вода 450, лимонная кислота 1

Самбук из консервированных яблок, протертых с сахаром

В яблочное пюре вводят сырой яичный белок, сахар. Смесь ставят в холодную воду или на лед и взбивают до ГУстой пенной консистенции. Не прекращая взбивания, вливают в эту смесь тонкой струей растворенный в воде желатин. Полученную смесь разливают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо (белок) 8 шт., яблоки консервированные 800, сахарный песок 100, желатин 25

Мусс белковый с вишнями

Спелую вишню моют, удаляют косточки, соединяют с яичными белками и сахаром, затем взбивают до образования устойчивой пены. В конце взбивания вводят ванильный сахар. Готовый мусс разливают в формочки и перед подачей на стол охлаждают.

Яйцо (белок) 8 шт., вишня без косточек 450, сахарный песок 400, ванильный сахар 0,25

Мусс клубничный

Тщательно промытую клубнику кладут в миску, вливают охлажденные белки, добавляют сахар. Все растирают ложкой, а затем взбивают 15—20 мин.

Яйцо (белок) 3 шт., сахарный песок 150, клубника 250

Мусс по-румынски

Абрикосы промывают, удаляют косточки и припускают до мягкости. Затем протирают через сито, охлаждают, добавляют сахар и яичные белки. Все хорошо растирают и охлаждают. Когда масса хорошо охладится, взбивают ее до консистенции стойкой пены и выкладывают в вазочки. Перед подачей на стол украшают мусс половинками абрикосов.

Яйцо (белок) 1 шт., сахарный песок 20, абрикосы 30

Мусс медовый

Желтки растирают до получения однородной массы, *(Я* степенно добавляют мед, после чего смесь ставят на слабый огонь и, непрерывно помешивая, доводят до кипения, снимают с плиты и охлаждают.

Сливки заранее охлаждают, взбивают до образования пышной пены и соединяют с остывшей желтковЧ медовой массой. Смесь раскладывают в порционную **гкя** суду и охлаждают.

Яйцо (желток) 10 шт., мед 350, сливки 450

Желе яично-молочное

Растертые с сахаром желтки постепенно разводят теплым кипяченым молоком, затем на водяной бане, непрерывно помешивая, доводят до слабого загустевания. После этого нагревание прекращают, вводят растворенный в молоке желатин, ванильный сахар, смесь тщательно размешивают, разливают в порционную посуду и охлаждают до полного застывания.

Яйцо (желток) 4 шт., молоко 800, сахарный песок 120, желатин 30, ванильный сахар 0,15

Ягоды со «снежком»

Белки взбивают и добавляют мед. Ягоды кладут в креманки и украшают взбитыми белками.

Яйцо (белок) 2 шт., ягоды (клубника, малина, земляника) 500, мед 60

Зефир абрикосовый

Абрикосы без косточек варят и протирают. В абрикосовое пюре добавляют сахар и варят до загустевания[1]. Затем вводят взбитые белки и растворенный в воде желатин, размешивают, раскладывают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо (белок) 10 шт., абрикосы 500, сахарный песок 300, желатин 10

Зефир яблочный

Яблоки пекут целиком или разрезанными на части и протирают. Яблочное пюре, в которое добавляют сахар, варят до загустевания, непрерывно помешивая. Белки охлаждают, взбивают и соединяют с яблочным пюре. В смесь вводят растворенный желатин, добавляют лимонный сок, все тщательно перемешивают, раскладывают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо (белок) 6 шт., яблоки 600, сахарный песок 300, сок лимонный 10, желатин 10

Желе из плодово-ягодных соков, отваров должно быть прозрачЧЫе. Если смесь для приготовления желе получится мутной, ее светляют яичным белком. Для этого белок разводят холодной водой • 1), вводят в смесь, доводят до кипения и процеживают.

Для приготовления крема используют густые (35%-ной жирности) сливки, яйца, молоко, сахар, желатин, плодово-ягодное пюре, **а** также различные ароматические и вкусовые продукты.

Основой большинства кремов являются сливки, которые взбивают охлажденными непосредственно перед приготовлением крема, так как иначе они теряют пышность. Одновременно с взбиванием крема приготовляют^ яично-молочную смесь, в которую вводят вкусовые **и** ароматические добавки.

Крем яичный

Желтки, сахар и желатин растирают до образования однородной массы, затем добавляют взбитые белки **и** выжимают из двух лимонов сок. Все тщательно пере*1 мешивают, выливают в заранее приготовленную форм» и охлаждают.

Яйцо 6 шт., сахар 150, желатин 15, сок лимонный 10

Крем сливочный

Яйца растирают с сахаром до получения однородной массы и, помешивая, вливают в нее тонкой струей горя-J чее молоко. Смесь, непрерывно помешивая, доводят и! водяной бане до загустевания, после чего вводят набух* ший желатин, добавляют ванильный сахар и все хорошо размешивают. Смесь охлаждают до 30—35°С.

Предварительно охлажденные сливки взбивают *pP*

образования густой пены, затем, помешивая, вводят в них яично-молочную смесь. Готовый крем разливают в креманки и охлаждают. Сливочный крем при желании подают с вареньем.

Яйцо 3 шт., сливки 500, молоко 150, сахарный песок 200, желатин 20, ванильный сахар 0,15

Крем из сметаны

Охлажденную сметану взбивают до образования густой пышной массы и при непрерывном помешивании вводят в нее яично-молочную смесь с желатином. Крем быстро разливают в порционную посуду и охлаждают. Сметанный крем при желании подают с ягодным сиропом.

Яйцо 3 шт., сметана 250, молоко 500, сахарный песок 150, желатин 25, ванилин 0,15

Крем сливочный с изюмом

Изюм перебирают, тщательно промывают теплой водой, кладут в посуду, заливают горячей водой и кипятят в течение 3—4 мин, а затем откидывают на сито и дают стечь воде. Готовый бисквит нарезают мелкими кубиками. Приготовляют сливочный крем (см. с. 144). Затем соединяют изюм и бисквит со сливочным кремом, добавляют ванильный сахар и размешивают. Всю массу быстро разливают в формочки и охлаждают.

При подаче формочки на несколько секунд погружают в горячую воду, слегка встряхивают и осторожно выкладывают крем в вазочки. При желании поливают сиропом.

Яйцо 3 шт., сливки 500, сахарный песок 200, молоко 150, желатин 20, бисквит готовый 100, изюм 100, ванильный сахар 0,15

Крем кофейный

"Редварительно охлажденные сливки взбивают до образования густой пышной пены. Для приготовления яично-ᴹолочной смеси желтки тщательно растирают с сахаром,

ДМ W *U вз ,ивании белков стараются не задеть веничком края посу-*
• *Начинают взбивание медленно, постепенно ускоряя темп.*

6 ^ , J i »

соединяют с разведенным в горячем молоке растворимым кофе и проваривают. В эту смесь вводят подготовленный желатин и взбитые сливки. Крем разливают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо 2 шт., сливки 500, сахарный песок 1 50, молоко 200, желатин 20, кофе растворимый 30, ванилин 0,15

Крем сливочный с миндалем

Миндаль, обжаренный с сахаром, измельчают. Варят яично-молочную смесь, всыпают в нее измельченный миндаль и размешивают. В готовую смесь вливают растворенный процеженный желатин, добавляют ванильный сахар и размешивают. Предварительно охлажденные сливки взбивают до образования густой пены, затем, помешивая, постепенно вводят в них охлажденную до комнатной температуры яично-молочную смесь. Готовый крем разливают в формы и охлаждают.

Яйцо 3 шт., сливки 500, миндаль 100, сахарный песок 200, молоко 150, желатин 10, ванильный сахар **0,15**

Крем сливочный с рисом

Рис перебирают, промывают, засыпают в кипящую водуд варят до готовности, откидывают и протирают в горячей! виде, после чего соединяют с яично-молочной смеськ3 Для приготовления смеси яйца растирают с сахаром до получения однородной массы и, помешивая, вливают **в** эту смесь тонкой струйкой горячее молоко. Кастрюлю; со смесью ставят на водяную баню и, помешивая, нагревают до тех пор, пока смесь не приобретет консим тенцию густых сливок. В смесь добавляют растворенны! желатин и ванильный сахар, размешивают, охлаждаюя соединяют со взбитыми сливками, разливают в порцион^ ную посуду и охлаждают.

Яйцо 2 шт., сливки 500, рис 80, молоко 200, сахарный песок 150, желатин 15, ванильный сахар 0,15

Крем яблочный по-дунайски

Очищенные и нарезанные яблоки припускают с небош шим количеством воды и протирают, затем соединяют сахаром, вводят взбитые белки, продолжают взбива[1] до загустевания и охлаждают на льду. При подаче на стол выкладывают в виде пирамиды на стеклянное блюдо и украшают миндалем. Отдельно подают взбитые сливки.

Яйцо (белок) 1 шт., яблоки 160, сахарный песок 50, миндаль 15, сливки 40

Крем баварский

Кипятят молоко с сахаром, снимают с огня и при непрерывном помешивании вводят белки и желатин. Варят крем на водяной бане, добавляют в него сметану, протертое пюре из фруктов (ягод). Выкладывают смесь в форму и оставляют для желирования. Перед подачей крем поливают фруктовым сиропом.

Яйцо 5 шт., молоко 500, сахарный песок 200, желатин 20, сметана 200, фрукты (ягоды) 500

Крем масляный

Выпускают в небольшую толстостенную кастрюлю яйца, добавляют сахар, смешивают. Ставят смесь на сильный огонь и растирают до получения густой пышной массы. Снимают яичный крем с огня и продолжают растирать до охлаждения. Отдельно взбивают сливочное масло **с** сахарной пудрой. Постепенно при непрерывном помешивании вводят яичный крем в масляный. Для ароматизации добавляют ванильный сахар.

В крем при желании добавляют в начале сгущения какао-порошок.

Яйцо 4 шт., сахарный песок 200, масло сливочное 250, пудра сахарная 100, ванильный сахар 0,15

Крем ванильный

Желатин замачивают в 10-кратном количестве воды, растворяют на кипящей бане. Желтки растирают **с** **едом, вливают в смесь тонкой струйкой горячее молоко, добавляют ванильный сахар. Кастрюлю со смесью ставят на водяную баню и прогревают до загустевания (до консистенции густых сливок). В яично-молочную ^месь вливают растворенный желатин и тщательно развешивают. Яично-молочную смесь предварительно °*лаждают до 30—35°С.

Охлажденные сливки взбивают в густую пену и по-•^епенно вливают в них яично-молочную смесь. Массу

разливают в формы и охлаждают. При подаче вынимают из формы и подают в креманках или на десертной тарелке.

Яйцо (желток) 2 шт., сливки 25, мед 90, молоко 150, желатин 20, вода 100, ванильный сахар 0,15

Крем ореховый

Растертые в ступке ядра миндаля добавляют в яично-молочную смесь (см. с. 114), проваривают на водяной бане. Далее готовят по рецепту «Крем ванильный».

Яйцо (желток) 2 шт., сливки 250, мед 90, молоко 150, желатин 20, вода 100, миндаль (ядра) 20, ванильный сахар 0,15

Крем молочный заварной воздушный

Растирают желтки с сахарным песком, вливают молоко и, помешивая, доводят смесь до кипения. В эту смесь при энергичном помешивании вводят белки, взбитые охлажденными, и все нагревают, размешивая еще 2—3 мин. Крем получается воздушным, подают его охлажденным.

Яйцо 8 шт., сахарный песок 100, молоко 400

Крем шоколадный

Какао-порошок растирают с медом, разводят небольшим количеством молока, а затем добавляют в яично-молочную смесь.

Яйцо (желток) 2 шт., сливки 50, мед 90, молоко 100, желатин 20, вода 100, какао-порошок 5

Крем шоколадный

Желтки взбивают с сахарным песком и постепенно вливают в них только что вскипевшее молоко, энергично размешивая веничком. Пшеничную муку размешивают с небольшим количеством холодного молока, добавляют в яично-молочную смесь и кипятят, непрерывно помешивая, 5—6 мин на слабом огне. После этого в крем вводят какао-порошок и взбитые белки, осторожно перемешивая. Теплый крем разливают в вазочки.

Яйцо 4 шт., сахарный песок 200, молоко 600, мука пшеничная 40, какао-порошок 4

Крем шоколадный заварной

Просеянную муку тщательно разводят небольшим количеством холодного молока, после чего процеживают. Желтки смешивают с сахаром и какао-порошком, растирают до образования однородной массы, затем постепенно разводят горячим кипяченым молоком, добавляют ванильный сахар и разведенную молоком муку. Полученную смесь, непрерывно помешивая, доводят до кипения, после чего проваривают на медленном огне 3—5 мин. Охлаждают до 30—35°С и соединяют со взбитыми сливками. Крем раскладывают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо 4 шт., молоко 600, мука пшеничная 50, сахарный песок 200, какао-порошок 40, ванильный сахар 0,15, сливки

Крем «карамель»

Яйца растирают с $^2/_3$ нормы сахара, разводят охлажденным кипяченым молоком. Из оставшегося сахара готовят карамель: насыпают сахар на сковороду, добавляют небольшое количество воды (только чтобы слегка смочить сахар) и прогревают, непрерывно помешивая, до образования массы красно-коричневого цвета. Половину порции карамели соединяют с яично-молочной смесью, а оставшуюся — разливают в порционные формочки, смазанные маслом, затем формочки заполняют яично-молочной смесью, ставят на противень с водой и запекают в жарочном шкафу (при этом следят за тем, чтобы вода в противне не кипела).

Готовый крем выкладывают из формочек в порционные вазочки и подают горячим или охлажденным.

Яйцо 6 шт., сахарный песок 250, молоко 500, масло сливочное 100, сахар ванильный 0,15

Крем ягодный

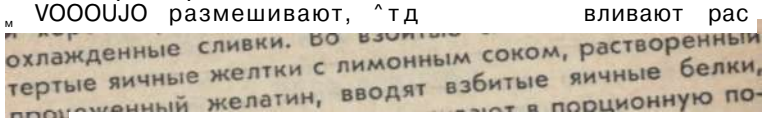
Перебранные и промытые ягоды протирают, соединяют с охлажденной до 25—30°С яично-молочной смесью. Далее крем готовят, как сливочный с яично-молочной смесью.

Яйцо 2 шт., клубника или вишня 200, сливки 600, сахарный песок 150, желатин 20

Крем лимонный со сливками

)т лимонный сок

Желтки растирают ^Го^льн^^.збивают белки и м VOOOUJO размешивают, ^тд вливают рас



рожно перемешивают, р осто суду и охлаждают

Яйцо 4 шт., сливки 500, сахарный песок 200, сок лимонный 100, желатин 20

Крем шоколадный «фри»

Тщательно смешивают муку, сахар, яйца, какао-порошок, помешиванильный сахар и ставят на огонь, после чего, nomcu,,,-вая, вводят молоко и, продолжая помешивать, доводят смесь до загустевания. Крем выливают на смазанный маслом противень слоем до 1 см и охлаждают. Противень с охлажденным кремом ставят на несколько сеа кунд на огонь, затем опрокидывают на стол, подпыленный мукой, и слегка встряхивают. Из охлажденного к ре> ный муко —• >«гы гтаканом вырезают кружочки, ма круглой выемкой или ма йце и панируют в обваливают их в муке, смачивают в Я1-._,_ сухарях, после чего жарят во фритюре. **Обжаренные** лепешки посыпают сахарной пудрой и подают холодными. В соуснике подают шоколадный соус.

Яйцо 5 шт., сахарный песок 150, мука пшеничная 50, какао-порошок 25, молоко 500, соус шоколадный 100, сахар ванильный 0,15

Крем яблочный

Промытые антоновские яблоки без сердцевины, пекут, 1 lpw*..-. ~ сахарной пудрой и белкам". ан иЯ- протирают, смешивают с сал.аи... после чего массу охлаждают и взбивают до загустевай"" Во взбитую массу вводят растворенный в воде желатин, все осторожно смешивают, раскладывают в порционну0 посуду и охлаждают. 200,

Яйцо (белок) 2 шт., яблоки 900, сахарная пудра желатин 25

Крем яблочный со сливками

Крем яблочный со сливками готовят по предыдущей рецептуре, но в яблочную массу перед тем, как добавить желатин, вводят сливки, взбитые с /з нормы сахара, и только потом добавляют желатин.

Яйцо (белок) 2 шт., яблоки 700, сахарная пудра 200, сливки 200, желатин 25

Крем молочный заварной

Тщательно размешивают в течение 1—2 мин сахарный песок, крахмал и яйца. Затем добавляют молоко, ставят на плиту и, помешивая, нагревают до загустевания и появления пузырьков. После этого кастрюлю снимают с плиты и охлаждают крем примерно до 10°С (в воде со льдом в домашнем холодильнике) или разливают в формочки и охлаждают.

Яйцо 6 шт., сахарный песок 200, крахмал 4, молоко 100

Крем «шато»

В глубоком сосуде все компоненты взбивают миксером 3—5 мин. Подают крем в фужерах, укладывают в виде конуса, сверху украшают ягодами, из которых он приготовлен.

Яйцо (белок) 2 шт., сахарный песок 60, ягоды свежие или консервированные 100

Крем «Праздничный»

Желтки растирают с сахаром и ванильным сахаром добела. Массу разводят виноградным соком, нагревают, не Допуская кипения, и растворяют в ней набухший желатин, после чего смесь охлаждают до 25—30°С и взбивают веничком. Приготовленную массу раскладывают в порционную посуду и охлаждают.

Яйцо (желток) 12 шт., сахарный песок 300, сок виноградный 350, желатин 25, ванильный сахар 0,15

Яйца весьма полезны в сыром виде, особенно в сочетании с соками, чаем, кофе, какао, киселем.

Яйца смягчают вкус сока и обогащают напиток питательными веществами. Если в напиток кладут целое яйцо, его надо тщательно взбить, чтобы в напитке не оказалось кусочков белка. Желток просто соединяют с соком, однако вкуснее напиток, приготовленный в миксере.

Чай яичный

Заваривают чай, вливают в него кипящие сливки и дают чаю настояться 10—12 мин. Одновременно растирают яичные желтки с сахаром, взбивают их и, смешав с половиной стакана чая, вливают в чайник, размешивая как можно быстрее 2—3 мин, чтобы жегпки не свернулись.^ Затем чайник закрывают и через 2—3 мин напиток готов.:

Яичные желтки 2 шт., сливки 240, вода 60, сахарный песок 60, чай 1

Ревень со взбитыми сливками

Из ревеня варят компот и охлаждают его. Затем сильно взбивают белки с сахарной пудрой, добавляют терты^и^ миндаль и осторожно вводят в компот. Напиток наливают в высокие бокалы и сейчас же подают на стол.

Яичные белки 2 шт., ревень 250, сахар 25, сахарная пудра 20, миндаль 25

Квас свекольный с огурцами и яйцами

Огурцы очищают и натирают на мелкой терке или мелко рубят. Сырые желтки размешивают с растительным маслом и добавляют в свекольный квас вместе с натертыми огурцами. Размешивают миксером или взбивают веничком. Приправляют по вкусу солью и сахаром. Перед подачей добавляют мелко нарубленную зелень петрушки.

Яичные желтки 1 I*JT., квас свекольный 250, огурцы (соленые или свежие) 30, масло растительное 15, зелень петрушки, сахар, соль по вкусу

Кефир с яйцом

Кефир, мед и желток соединяют, смешивают в миксере, разливают в стаканы.

Яйцо (яичные желтки) 1 шт., кефир 200, мед 30

Кисель молочный с желтком

В кипящее молоко влирзают тонкой струйкой предварительно размешанный в молоке крахмал и проваривают до загустевания, все время помешивая. В немного охлажденный кисель добавляют растертый с сахаром желток и хорошо пере/мешивают.

Яичные желтки 2 *имт.,* молоко 480, крахмал 15, саха«рный песок 50

Кисель мсэлочный «Шарлот»

Желтки растирают с саххаром и постепенно, помешивая, разводят теплым молоксэм. Часть смеси охлаждают, разводят в ней крахмал, «соединяют с остальной массой, Добавляют ванильный с.ахар, ставят на плиту и, непрерывно помешивая, медленно доводят смесь до кипения, после чего быстро охларкдают.

Яичные желтки 2 шт.-, молоко 400, сахарный песок 50, крахмал ti5, ванильный сахар 0,15

Сливкхи фруктовые

^чищенные яблоки без осердцевины запекают в духовке, ^ла^Дут в миксер вместе^ со взбитыми белками, лимон-

ным соком, сахарной пудрой и взбивают до образования густой пены. Яблоки можно заменить любыми протертыми ягодами.

Яичные белки 1 шт., яблоки 200, сок лимонный 5, сахарная пудра 80

Молоко с вареньем

Взбивают молоко с вареньем. После этого добавляют в смесь желток.

Яичные желтки 1 шт., молоко 500, варенье 50

Напиток молочный с лимоном и желтком

Натирают цедру лимона, смешивают с лимонным соком, заливают горячим молоком. Взбивают добела желтки с сахаром, соединяют с молоком и лимоном, взбивают в миксере и охлаждают.

Яичные желтки 2 шт., сахарная пудра 30, лимон 1, молоко 1

Коктейль питательный

Все компоненты смешивают в миксере. Коктейль подают охлажденным.

Яичные желтки 1 шт., молоко 240, какао-порошок і

Холодный медок

Растирают с медом желтки, разводят горячим крепким чаем, добавляют сок двух лимонов, взбивают, охлаждают, разливают в высокие фужеры или бокалы. При подаче в каждый бокал кладут белки, взбитые с сахаром, соком или цедрой одного лимона.

Яйцо 2 шт., мед 100, крепкий чай 500, сахарный песок 100, лимоны 2 шт.

Коктейль медовый с желтками

Сок лимона, мед, воду перемешивают, разливают в бокалы и опускают в смесь яичный желток.

Яичные желтки 1 шт., мед 20, сок лимона 10, вода холодная 150

Коктейль абрикосовый с яйцом

Яйца растирают с сахарным песком, вливают холодное молоко и абрикосовый сок, тщательно размешивают и охлаждают.

Яйцо 1 шт., сок абрикосовый 120, молоко холодное 500, сахарный песок 40

Коктейль вишневый

Все компоненты смешивают в миксере и взбивают.

Яичные желтки 1 шт., сироп вишневый 50, молоко 120

Коктейль лимонный

Все компоненты перемешивают и взбивают в миксере.

Яичные желтки 1 шт., сок лимона 10—20, сахарный песок 25, молоко 120, мороженое 30

Коктейль ванильный

Все компоненты смешивают и взбивают в миксере.

Яичные желтки 1 шт., сахарный песок 10, молоко 120, какао-порошок 3, ванильный сахар 0,15

Коктейль томатный

Томатный сок, желток, соль, перец, лимонный сок взбивают в миксере, выливают в стакан, сверху кладут чайную ложку сметаны.

Яичные желтки 1 шт., сок томатный 150, сок лимонный 5, сметана 15, перец 0,01, соль 1

Коктейль «Красная девица»

Желтки растирают с сахаром, добавляют горячее молоко, перемешивают и охлаждают. Поочередно вливают клубничный, красносмородиновый и малиновый соки и перемешивают.

Яичные желтки 2 шт., сахарный песок 70, молоко пастеризованное 80, сок клубничный, красносмородиновый и малиновый по 100

Коктейль яичный

В миксер вливают молоко, сироп, добавляют мороженое и желток. Все взбивают, переливают в бокал, сверху кладут взбитые сливки.

Яичный желток 1 шт., молоко охлажденное 50, сироп сахарный 20, мороженое сливочное 100, сливки взбитые 10

Напиток студенческий

Кладут желток в стакан, вливают абрикосовый сок, потом, непрерывно помешивая, добавляют горячую воду.

Яичный желток 1 шт., сок абрикосовый 50, вода 150

Шербет гавайский

В стакан кладут мороженое, вливают смешанные в миксере желток, сок, сироп и молоко.

Яичный желток 1 шт., сироп ананасовый 30, сок лимонный 10, молоко 100, мороженое клубничное 50

Шербет шоколадный

Желток взбивают, смешивают с мороженым, шоколадом и сиропом. Украшают взбитыми сливками и одной вишней.

Яичный желток 1 шт., мороженое кофейное 50, сироп ванильный 20, шоколад сваренный 125, сливки взбитые 10

Кофе холодный с яйцом

Желток, сироп и молоко кладут в стакан, наливают несладкий крепкий кофе. Подают со взбитыми сливками, сильно охлажденным.

Яичный желток 1 шт., сироп ванильный 20, молоко 30, кофе 40, сливки

Чай холодный с яйцом

Желток растирают с сиропом, добавляют чай и размешивают. При желании взбивают в миксере.

Яичный желток 1 шт., чай холодный 200, сироп малиновый 20

Лимонад яичный

Все компоненты смешивают, взбивают в миксере. Разливают смесь по стаканам и добавляют минеральную воду.

Яйцо 1 шт., сахарный песок 25, сок лимона 10, минеральная вода 150

Гоголь-моголь (освежающий напиток)

Растирают добела желтки с сахаром, добавляют сок, молоко, воду, солят. Хорошо взбивают смесь, затем вводят взбитые в пену белки.

Яйцо 1 шт., сахарный песок 30, сок (клубничный, малиновый, вишневый) 50, молоко 200, вода холодная 100, соль по вкусу

Гоголь-моголь с горячим молоком

Взбивают яичные желтки с сахарной пудрой до получения беловатой устойчивой пены, затем постепенно добавляют горячее молоко и сразу же подают на стол в чашечках.

Яичные желтки 3 шт., молоко 500, сахарная пудра 30

Джулеп творожный

Мяту тщательно растирают ложкой, добавляют сахарный песок. Молоко, творог и яичный желток взбивают в ие йкере и переливают в стаканы с подготовленной млтой. Напиток подают без льда, украшают веточкой мяты.

Яичный желток 1 шт., молоко 90, творог 40, сахарный песок 10, мята по вкусу

ЭГ-НОГ

Это молочно-фруктовые напитки, приготовленные с добавлением яйца или яичного желтка. Молоко можно заменить фруктовыми, ягодными или овощными соками, минеральной водой. Эг-ног готовят холодным и горячим.

Скорлупу от яиц не выбрасывают: ее размельчают и смешивают с сахарной пудрой, получается превосходное удобрение для ко нат-Ных растений.*

Эти достаточно питательные и вкусные напитки можно рекомендовать детям.

Приготовить эг-ног можно в шейкере или электромиксере. Подают напиток в стакане хайбол. Холодный эг-ног следует подавать со льдом и с соломинкой.

Молочный

Эг-ног посыпают сверху щепоткой измельченного на терке мускатного ореха.

Яйцо 1 шт., сироп сахарный 30, молоко 100, орех мускатный 1

Медовый

Яичный желток с медом взбивают в электромиксере. Взбитый желток перекладывают в стакан хайбол. Тонкой струей, тщательно перемешивая смесь, постепенно вливают горячее молоко.

Яичный желток 1 шт., мед 40, молоко горячее 100

Персиковый

Напиток при желании украшают шапкой из взбитых сливок.

Яйцо 1 шт., сироп сахарный 20, сок персиковый с мякотью 30, молоко 70

Вишневый

Яйцо 1 шт., сахарный песок 20, сок вишневый с мякотью 110, молоко 40

Абрикосовый

Напиток можно украсить шапкой из взбитых сливок

Яичный желток 1 шт., сироп ванильный 10, сок абрикосовый 50, молоко 70

«Золотой ранет»

Яйцо 1 шт., сироп вишневый 30, сок яблочный 30, молоко 60

Яблочный

Яичный желток 1 шт., сахарный сироп 30, сок яблочный 100, молоко 40

Смородиновый

Напиток можно украсить шапкой из взбитых сливок.

Яичный желток 1 шт., варенье из черной или красной смородина 50, молоко 80

Малиновый

Яичный желток 1 шт., сахарный песок 20, сок малиновый 40

Школьный

Приготовленный в электромиксере напиток разбавляют содовой или минеральной водой, тщательно размешивают.

Яйцо 1 шт., сахарный сироп 10, сок виноградный 20, молоко 50, содовая или минеральная вода по вкусу

«Ассорти»

Яичный желток с медом взбивают в электромиксере до пышной консистенции, затем, не переставая взбивать, добавляют толченые грецкие орехи, апельсиновый и яблочный соки.

Яичный желток 1 шт., мед 10, сок апельсиновый 60, сок яблочный 60, орехи грецкие 10

Апельсиновый

Приготовленный в электромиксере напиток разбавляют содовой или минеральной водой и тщательно перемешивают.

Яичный желток 1 шт., сахарный сироп 20, сок апельсиновый 50, содовая или минеральная вода 60

Фруктовый

Яичный желток 1 шт., сироп фруктовый 20, молоко горячее 110

Банановый

Взбивают в миксере до пышной консистенции яйцо с сахарным сиропом. Нарезают тонкими ломтиками поло-

винку банана и добавляют его вместе с молоком к взбиваемой смеси. Подают напиток со льдом в стакане хайбол с чайной ложкой.

Яйцо 1 шт., сироп сахарный 20, банан '/г шт., молоко 50

Шоколадный

Сверху напиток посыпают при желании щепоткой измельченного на терке шоколада.

Яичный желток 1 шт., какао со сгущенным молоком 40, молоко 90, сахар ванильный 1

Шоколадно-миндальный

Напиток можно украсить шапкой из взбитых сливок.

Яичный желток 1 шт., какао со сгущенным молоком 50, миндаль 10, молоко 90

Кофейный

Напиток можно украсить шапкой из взбитых сливок.

Яичный желток 1 шт., сахарный сироп 20, холодный черный кофе 60, молоко 50

Гавайский

Готовят в шейкере или миксере, где взбивают одн. временно все компоненты.

Яичный желток 1 шт., сок апельсиновый или лимонный 30, сок ананасовый или компот 60, сметана 20

ФЛИПЫ

Непременная составная часть этих напитков — яйцо ил только желток. В отличие от эг-riora все компоненты, за исключением яйца, берут в меньших, чем для эг-нога, пропорциях. Помимо яйца, в рецептуру флипов входят разнообразные сиропы, соки, молоко и даже сыр.

Готовят флипы в электромиксере, предварительн охладив все компоненты. Подают напиток в бокалах бе льда с соломинкой.

Томатный

Яичный желток 1 шт., сок томатный 50, сок лимонный 20, соус Шашлычный или Кетчуп 5, соль и перец по вкусу

Яичный

апиток посыпают щепоточкои измельченного на терке ускатного ореха.

Яичный желток 1 шт., молоко 50, сироп малиновый 20, мускатный орех 1

Лимонный

Готовят и подают так же, как и яичный флип.

Яичный желток 1 шт., сок лимонный 40, сироп сахарный 30, орех мускатный 1

«Какао»

Напиток посыпают измельченным на терке шоколадом.

Яйцо 1 шт., молоко 40, какао со сгущенным молоком 30, шоколад по вкусу

Апельсиновый

Напиток посыпают щепоткой измельченного на терке мускатного ореха.

Яичный желток 1 шт., молоко 40, сок апельсиновый 30, орех мускатный 1

Кофейный

Напиток посыпают молотым кофе.

Яйцо 1 шт., холодный черный кофе 50, молоко 20, кофе молотый 0,5

Медовый

Готовят и подают, как кофейный флип.

Яичный желток 1 шт., молоко 40, мед 30, корица молотая 0,15

Черничный

Яичный желток 1 шт., молоко 100, сок черничный 50, сливки взбитые 10

Ананасовый

Яичный желток 1 шт., сок ананасовый 30, сок черничный 20, морс лимонный 120

Томатный с сыром

Используют Костромской, Ярославский, Голландский, Швейцарский, Минский сыр, который предварительно натирают на мелкой терке.

Яйцо 1 шт., сыр 50, сок томатный 50, соль и перец по вкусу

Молочный с сыром

Готовят так же, как флип томатный с сыром.

Яичный желток 1 шт., сыр 50, соус Шашлычный или Кетчуп 5, соль и перец по вкусу

ФИЗЫ

Физы — это игристые пенящиеся напитки. В их состав вместе с яйцом обычно входят содовая или минеральная вода, ягодные и фруктовые соки с кислым вкусом. Содовую и минеральную воду в этих напитках с успехом заменяют газированной водой, приготовленной в си-; фоне. Готовят их в миксере, куда вливают все компоненты, за исключением содовой или минеральной воды. Затем приготовленный напиток переливают в стакан, наполовину наполненный измельченным льдом, и разбавляют содовой или минеральной водой. Готовый физ переливают ложкой, украшают ягодами, ломтиками ли-; мона или апельсина и подают с двумя соломинками.

Лимонный

Яичный белок 1 шт., сок лимонный 20, сироп сахарный 60, вода содовая или минеральная 100

Цитрусовый

Яичный белок 1 шт., сок апельсиновый 20, сироп клубничный 30, содовая или минеральная вода 80

Яичный

Яйцо 1 шт., сок лимонный 50, сироп ванильный 30, содовая или минеральная вода 70

Смородиновый

Яичный белок 1 шт., сок смородиновый 50, сироп сахарный 30, содовая или минеральная вода 70

Вишневый

Яичный желток 1 шт., сок вишневый с мякотью 50, сок лимонный 30, сироп сахарный 20, содовая или минеральная вода 100

Морковный

Яичный белок 1 шт., сок морковный 50, сок лимонный 20, содовая или минеральная вода 80

Томатный

Яичный белок 1 шт., сок томатный 50, сок лимонный 20, содовая или минеральная вода 60, соль и перец по вкусу

Ананасовый

Яичный белок 1 шт., сок ананасовый 50, сок лимонный 10, лед 2 кубика

Клубничный

Яичный белок 1 шт., сок клубничный 40, сок лимонный 20, лед 2 кубика

СОДЕРЖАНИЕ

Яйца в скорлупе и без скорлупы 4

Яйца вкрутую 4
Яйца всмятку 4
Яйца «в мешочек» 5
Яйца печеные 5
Яйца ароматизированные 5
Яйца по-шотландски 5
Яйца в горчичном соусе 6
Яйца, сваренные без скорлупы, с рисом 6
Хамине-яйца 6
Яйца с ветчиной 6
Яичные крокеты 7
Яйца по-голландски 7
Яйца-венские шары 7
Яичная кашка 8
Яйцо выпускное со сметаной 8
Яйцо в «гнездышке» из мяса 8
Яйца, запеченные с луком и грибами 9
Яйца, запеченные под молочным соусом
Яйца с солеными огурцами
Яйца под сметаной 10
Яйца с рыбными консервами 10
Яйца с майонезом и репчатым луком 10
Яйца под майонезом с гарниром 10
Яйца обжаренные 11
Яйца с ветчиной и плавленым сыром 11
Яйца рубленые с маслом и зеленым луком 11
Яйца рубленые с гусиным жиром и пассерованным луком 12
Яйца со свежими огурцами, луком и гусиным жиром 12
Яйца с маслом селедочным или икрой 12
Яйца в тесте 12
Яйца по-турецки 13
Яичная колбаса 13

Яйца фаршированные 14

Яйца, фаршированные ветчиной
Яйца, фаршированные припущенной рыбой 1'

Яйца, фаршированные сельдью 15
Яйца, фаршированные килькой 15
Яйца, фаршированные крилем](,
Яйца, фаршированные пастой «Океан» 15
Яйца, фаршированные маслом 15
Яйца, фаршированные грибами 17
Яйца, фаршированные шампиньонами 17
Яйца, фаршированные сыром 17
Яйца, фаршированные сырной массой 13
Яйца, фаршированные сырным кремом 18
Яйца, фаршированные гусиной печенью 19
Яйца по-латышски 19

Бутерброды 20

Бутерброд с яйцом 20
Бутерброд с ветчиной, картофельным салатом и яйцом 20
Бутерброд с сыром и яйцом 21
Бутерброд с яйцами и солеными помидорами 21
Бутерброд с паштетом из крутых яиц 21
Бутерброд с кильками и яйцами 21
Бутерброд с жареным мясом и яйцами 22
Бутерброд с сосисками и яйцами 22
«Полосатый» бутерброд с сельдью и яйцами 22
Закусочный бутерброд с помидорами и яйцами 23
Закусочный бутерброд с яйцами и икрой 23
Закусочный бутерброд с омлетом и ветчиной 23
Закусочный бутерброд с яйцами и грибами 23
Горячий бутерброд с солеными огурцами и яйцами 24
Яйца пашот по-английски 24
Горячий бутерброд с ветчиной и яйцами 24
Горячий бутерброд с рыбой, яйцом и сыром 24
Гренки с выпускными яйцами 25
Гренки с омлетом 25
Гренки с яйцами «в мешочек» 25
Гренки с яичницей-глазуньей 26
Гренки с яйцами по-венгерски 26
Гренки с яйцами и петрушкой 26
Гренки из ржаного хлеба с яйцами и луком 26
Гренки с баклажанами и яйцами 27
Гренки с ветчиной и яичницей 27
Гренки с тушеными грибами и яйцами 27

Пасты, заправки 28

Паста из ветчины с яйцами 28
Паста из сыра с яйцами 28
Паста из трески горячего копчения с яйцами 28
Паста из яиц 29
Паста с зеленым горошком и яйцами 29
Паста с тыквой и яичными желтками 29
Паста с орехами и яичными желтками 29
Паста из сушеной салаки с яйцами 29
Яичное масло 30
Паста желтковая 30
Масляно-желтковая смесь с сардинами 30
Заправка горчичная для салатов 31

Заправка горчичная с добавлением вареных яичных желтков . . . 31
Запрака лимонная . . . 31
Заправка желтковая с маслом из раков . . . 31
Заправка-винегрет . . . 32
Заправка из желтков с хреном . . . 32
Анчоусовое масло . . . 32

Салаты . . . 33

Салат с яйцами . . . 33
Салат из зеленого лука с яйцами . . . 33
Салат из яиц и зеленого лука со сметаной . . . 34
Салат из яиц с луком . . . 34
Салат из кукурузы с яйцами и луком . . . 34
Салат из сыра, яиц, зеленого лука и чеснока . . . 34
Салат из яиц, сыра и квашеной капусты . . . 35
Салат из сыра, яиц и свеклы . . . 35
Салат из сыра, яиц и редиса . . . 35
Закуска по-буковински . . . 35
Яйца-грибки . . . 36
Зеленый салат по-польски . . . 36
Салат листовой с яйцами . . . 36
Салат весенний . . . 36
Салат из яиц и свежих помидоров . . . 37
Салат из спаржи с яйцами . . . 37
Салат картофельный с яйцами . . . 37
Салат из хрена и яиц со сметаной . . . 37
Салат из яиц и тыквы . . . 38
Салат из яблок с яйцами . . . 38
Салат из корня пастернака с яйцами . . . 38
Салат из маринованных грибов с яйцами . . . 38
Салат из шампиньонов и яиц . . . 38
Салат грибной с яйцами . . . 39
Сельдь иваси с яйцами
Салат из копченой салаки с картофелем и яйцами . . . 39
Салат из яиц и копченой скумбрии
Салат из консервированного кальмара с яйцами . . . 40
Помидоры, фаршированные яйцами и салакой . . . 40
Салат из яиц и творога . . . 40

Супы . . . **41**

Бульон с яйцом и гренками . . . 41
Бульон с яичными хлопьями . . . 41
Бульон с омлетом и кукурузой . . . 41
Окрошка сборная мясная . . . 42
Окрошка овощная . . . ^
Окрошка уральская . . . 42
Борщ холодный . . . 43
Свекольник . . . 43
Редька с квасом . . . 43
Суп весенний
Щи из крапивы с яйцом
Суп с рублеными яйцами
Суп с сыром и яйцом

Суп по-итальянски . . . 45
Луковый суп с яйцами . . . 45
Луковый суп с яйцами с пряностями . . . 45
Суп из крутых яиц . . . 46
Суп картофельный с луком-пореем и простоквашей . . . 46
Суп-пюре из картофеля . . . 46
Яичный суп с мясом . . . 47
Сладкий томатный суп с яйцами . . . 47
Суп венгерский по-крестьянски . . . 47
Суп с выпускными яйцами и зеленью . . . 47
Суп из щавеля с яйцами . . . 48
Суп с лапшой и яйцами . . . 48
Суп с желтками и зеленью . . . 48
Молочный суп со взбитыми яйцами . . . 48
Молочный суп с желтками . . . 49
Сладкая молочная похлебка с желтками . . . **49**

Мясо с яйцом . . . 50

Свинина с яйцом . . . 50
Свинина жареная с яйцом . . . 50
Колбаса домашняя . . . 51
Шарики из говядины жареные . . . 51
Миджурум . . . 51
Биточки, запеченные в яйце . . . 52
Баранина со стручками фасоли и яйцом . . . 52
Котлета «Сусамыр» . . . 52
Яйца в ветчине . . . 53
Форшмак . . . 53
Яйца с пюре из кур . . . 53
Курица в яйце . . . 54
Борани из курицы со стручками фасоли и яйцом . . . 54
Яйца с куриной печенью . . . 54
Куры по-вешенски . . . 55
Цыпленок, фаршированный творогом и яйцами . . . 55

Рыба с яйцом . . . 56

Салака, запеченная с яйцами . . . 56
Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем, зеленым луком и яйцами . . . 56
Салака, жаренная с яйцами . . . 57
Копченая салака, запеченная с яйцами . . . 57
Сардины, запеченные с яйцами и сметаной . . . 57
Сельдь рубленая, запеченная с яйцами . . . 57
Сельдь жареная с луком и яйцами . . . 58
Рыба, запеченная в молочно-яичном соусе . . . 58
Ставрида запеченная «Сюрприз» . . . 58
Морской окунь жареный, фаршированный луком и яйцами . . . 59
Треска отварная с яйцами и маслом . . . 59
Креветки с рублеными яйцами . . . 60
Рыбные котлеты в яичном соусе . . . 60

Овощи с яйцом . . . **61**

Жареный картофель с яйцами . . . 61
Картофель, запеченный с яйцами и помидорами . . . 61
Картофельная запеканка с яйцами . . . 62
Рулет картофельный с яйцами . . . 62

Котлеты картофельные с яйцами 62
Зразы картофельные 63
Картофельные орешки жареные 63
Деруны по-гуцульски 63
Котлеты картофельные паровые с яйцами 63
Розовая мусака 64
Морковь жареная с яйцами 64
Перец, фаршированный яйцом 64
Перец, запеченный с яйцами 65
Перец жареный с помидорами, яйцами и брынзой 65
Рагу с перцем, помидорами и яйцами 65
Помидоры с яйцами жареные 66
Помидоры, фаршированные грибами и яйцами 66
Запеканка из яиц, сыра и овощей 66
Зелень, запеченная с яйцами 67
Щавель с яйцами 67
Каша из зеленого лука с яйцами 67
Шпинат, запеченный с яйцами 67
Цветная капуста с картофелем в яйце 68
Пюре из капустных кочерыжек с яйцами 68
Фасоль стручковая с яйцом 68
Кабачки с яйцами 69
Тыква с омлетом 69
Пюре из зеленого горошка с яйцами 69
Бобы, запеченные с яйцами 70
Баклажаны, жаренные в омлете **70**

Грибы с яйцом **71**

Грибы с яйцом 71
Яйца с дичью и шампиньонами 72
Яйца с ветчиной и шампиньонами 72
Шампиньоны, жаренные с яйцами 72
Голубцы с грибами и яйцами 72
Маринованные грибы с яйцами 73
Грибы в соусе из хрена 73

Яичницы 74

Яичница-глазунья натуральная 74
Яичница с колбасой 75
Яичница с ветчиной и помидорами 75
Яичница любительская 75
Яичница с окороком, картофелем и луком 76
Яичница с зеленым луком 76
Яичница с репчатым луком 76
Яичница в «гнезде» 76
Яичница с помидорами и консервированным зеленым горошком 77
Яичница в помидорах
Яичница с помидорами
Яичница с копченой салакой 78
Яичница по-немецки
Яичница с сельдью
Яичница с хлебом
Яичница с молоком
Яйца в сметане

Яичница под сметаной 79
Глазунья по-парижски 79
Глазунья для гурманов 79
Зеленая яичница 80
Яичница с тыквой 80
Холодная яичница с майонезом 80
Яичница с колбасой 80
Яичница «болтушка» 81
Яичница по-таежному 81
Яичница с сыром 81
Яичница с корейкой и сыром 81
Яичница по-французски 81
Яичница с кукурузой 82
Яичница с хлебом 82
Яичница с хлебом и зеленым луком 82
Яичница с картофельным пюре 82
Яичница по-деревенски 82
Яичница с жареным картофелем 83
Яичница с зеленым горошком 83
«Зеленые» яйца запеченные 83
Яичница с помидорами 84
Яичница с морковью 84
Яичница с грибами 84
Яичница по-фински 84
Яичница по-болгарски 85
Яичница с простоквашей 85
Яичница со сметаной 85
Яичница со сливками и сахаром 85
Яичница с сахаром 86
Яичница с медом 86
Яичница с вареньем 86

Омлеты 37

Омлет натуральный 87
Омлет по-голландски 87
Омлет с зеленым луком 88
Омлет со свининой 88
Омлет с луком и хлебом 88
Омлет с тыквой и зеленым луком 88
Омлет с сыром 89
Омлет с сыром и хлебом 89
Омлет с сыром и зеленым горошком 89
Омлет по-болгарски 90
Омлет с плавленым сыром и кореньями 90
Омлет с куриной печенью 90
Омлет с булкой и печенью 91
Омлет с мясным паштетом 91
Омлет с мясом и горошком 91
Омлет с рыбой холодного копчения 91
Омлет с помидорами 92
Омлет с картофелем 92
Омлет с огурцами 93
Омлет с крапивой 93
Омлет с зеленью 93
Омлет весенний 94
Омлет с миндалем и зеленью 94

Омлет с грецкими орехами 94
Омлет со шпинатом 94
Омлет по-гречески 95
Омлет с хлебом 95
Омлет со свежими грибами 95
Омлет с консервированными грибами 96
Омлет, фаршированный грибами 96
Омлет с рыжиками 96
Омлет с шампиньонами и морковью 97
Омлет с творогом 97
Омлет с творогом и изюмом 97
Омлет с яблоками 97
Омлет с вареньем 98
Омлет с вишнями 99
Омлет с клубникой 99
Омлет сладкий 99
Омлет «Сюрприз» ЮО.
Четыре чудо-омлета JQQ

Мучные блюда. Фарши 101

Тесто для пельменей 101
Пельмени с яйцами 101
Пельмени в омлете 102
Клецки яичные с ржаной мукой 102
Клецки яичные с манной крупой 102
Клецки из толокна в молоке 103
Вареники с яйцами ЮЗ
Вареники с крутыми яйцами ЮЗ
Курзе с яйцами 104
Конвертики с яйцами Ю4
Тесто дрожжевое 104
Тесто для блинчиков 105
Блинчики с творогом 105
Блины «тюлевые»
Блины гурьевские "06
Блины пикантные
Оладьи сладкие '06
Оладьи из крупы
Оладьи обыкновенные Ю'
Оладьи с яблоками
Оладьи десертные
Фарш из сыра и яиц Ю8
Фарш из риса и яиц '08
Фарш из риса с зеленым луком и яйцами '08
Фарш из риса с яйцами и рубленой зеленью Ю8
Фарш капустный с яйцами
Фарш из перловой крупы с яйцами
Фарш из квашеной капусты с яйцами
Фарш из яиц '•;
Фарш из творога с яйцами
Начинка из грибов и яиц 110
Начинка из визиги с яйцами
Начинка из капусты с яйцами
Кондитерские изделия 1"
Оладьи бисквитные 'Ч

Медовая горка 111
Печенье «Лйгуль» 111
Крокеты воздушные 112
Кекс ореховый 112
Кофейный рулет 112
Торт бисквитный 113
Торт «Славянка» 114
Бисквит творожный 114
Торт творожный 114
Торт ореховый 115
Торт шоколадный с хлебной крошкой 115
Торт «Венский» 115
Торт «Аврора» 116
Торт «Деликатес» 116
Торт «Праздничный» 117
Торт «Любимый» 117

Суфле 118

Суфле яичное 118
Суфле из яиц и сыра 118
Суфле из бананов 119
Суфле из сушеных яблок 119
Суфле яблочное 119
Суфле апельсиновое 119
Суфле абрикосовое или сливовое 120
Суфле из груш 120
Суфле миндальное 120
Суфле из варенья 120
Суфле шоколадное 121
Суфле ванильное 121
Суфле из крыжовника 121
Суфле из земляники 122
Суфле из хлеба 122
Суфле из свежих грибов 122
Суфле из отварной рыбы 123
Суфле из помидоров 123
Суфле из цветной капусты 123
Суфле из кабачков 124
Суфле ореховое 124
Суфле из сметаны 124
Суфле творожное 124
Суфле творожное с курагой и морковью 125
Безе яблочное 125
Безе заварное 125
«Ласточкино гнездо» 126
«Снежки» в ванильном соусе 126

Пудинги, запеканки 127

Пудинг из творога 127
Пудинг из творога с изюмом и корицей 127
Пудинг творожный с орехами 128
Пудинг из сыра 128
Пудинг по-крестьянски 129
Пудинг «Кабинет» 129
Пудинг лимонный 129

Пудинг из миндаля и фруктов . . . 130
Пудинг яблочный с орехами . . . 130
Пудинг из каштанов . . . 131
Пудинг из крыжовника . . . 131
Пудинг рисовый . . . 131
Пудинг из саго . . . 132
Пудинг из манной крупы с черносливом . . . 132
Пудинг из моркови, чернослива, яблок и сухарей . . . 132
Пудинг из моркови . . .
Пудинг кофейный . . . '33
Пудинг шоколадный . . . '33
Запеканка манная . . . '34
Запеканка творожная с медом . . . '34
Запеканка из манной крупы с яблоками . . . 134
Запеканка рисовая с вареньем . . . '34
Запеканка творожная с морковью . . . '35
Запеканка из яблок и картофеля . . . '35
Запеканка из хлеба с творогом и морковью . . . '35
Запеканка с луком и яйцами . . . '36
Запеканка из хлеба, колбасы и шпината . . .
Запеканка с рыбой и майонезом . . . '36
Запеканка рисовая с яблоками . . .
Запеканка из макарон с яблоками . . . '37
Запеканка творожная с цветной капустой . . . '38
Пудинг «Венский» . . . 138

Самбуки, **муссы,** желе . . . 139

Самбук яблочный . . . 139
Самбук из свежих абрикосов . . . 140
Самбук из кураги . . . 140
Самбук из хурмы . . . 140
Самбук из айвы . . . 140
Самбук из мармелада . . . 141
Самбук из консервированных яблок, протертых с сахаром . . . '41
Мусс белковый с вишнями . . . 142
Мусс клубничный . . . 142
Мусс по-румынски . . . 142
Мусс медовый . . . 142
Желе яично-молочное . . . 143
Ягоды со «снежком» . . . '43
Зефир абрикосовый . . . 143
Зефир яблочный . . . 143

Кремы . . . 144

Крем яичный . . . 144
Крем сливочный . . . 1/
Крем из сметаны . . . 14
Крем сливочный с изюмом . . . **м**
Крем кофейный . . . 14
Крем сливочный с миндалем . . . 14
Крем сливочный с рисом . . . 14
Крем яблочный по-дунайски . . . 14
Крем баварский . . . 14
Крем масляный . . . 14
Крем ванильный . . . 14
Крем ореховый . . . 14

Крем молочный заварной воздушный . . . 148
Крем шоколадный . . . 148
Крем шоколадный заварной . . . 149
Крем «карамель» . . . '4°
Крем ягодный . . . 149
Крем лимонный со сливками . . . 150
Крем шоколадный «фри» . . . '50
Крем яблочный . . . '50
Крем яблочный со сливками . . . 151
Крем молочный заварной . . . '51
Крем «шато» . . . 151
Крем «Праздничный» . . . 151

Напитки с яйцом . . . 152

Чай яичный . . . '52
Ревень со взбитыми сливками . . . 152
Квас свекольный с огурцами и яйцами . . . 153
Кефир с яйцом . . . 153
Кисель молочный с желтком . . . 153
Кисель молочный «Шарлот» . . . 153
Сливки фруктовые . . . '"
Молоко с вареньем . . . '•>*
Напиток молочный с лимоном и желтком . . . 154
Коктейль питательный . . . 154
Холодный медок . . . 154
Коктейль медовый с желтками . . . 154
Коктейль абрикосовый с яйцом . . . 155
Коктейль вишневый . . . 155
Коктейль лимонный . . . 155
Коктейль ванильный . . . 155
Коктейль томатный . . . 155
Коктейль «Красная девица» . . . 155
Коктейль яичный . . . 156
Напиток студенческий . . . 156
Шербет гавайский . . . 156
Шербет шоколадный . . . 156
Кофе холодный с яйцом . . . 156
Чай холодный с яйцом . . . 156
Лимонад яичный . . . 157
Гоголь-моголь (освежающий напиток) . . . 157
Гоголь-моголь с горячим молоком . . . 157
Джулеп творожный . . . 157

Эг-ног . . . **157**

Молочный . . . 158
Медовый . . . 158
Персиковый . . . 158
Вишневый . . . 158
Абрикосовый . . . 158
«Золотой ранет» . . . 158
Яблочный . . . 158
Смородиновый . . . 159
Малиновый . . . 159
Школьный . . . 159
«Ассорти» . . . 159

Апельсиновый . . . 159
Фруктовый . . . 159
Банановый . . . 159
Шоколадный . . . 160
Шоколадно-миндальный . . . 160
Кофейный . . . 160
Гавайский . . . 160

Флипы . . . 160

Томатный . . . 161
Яичный . . . 161
Лимонный . . . 161
«Какао» . . . 161
Апельсиновый . . . 161
Кофейный . . . 161
Медовый . . . 161
Черничный . . . 162
Ананасовый . . . 162
Томатный с сыром . . . 162
Молочный с сыром . . . 162

Физы . . . 162

Лимонный . . . 162
Цитрусовый . . . 163
Яичный . . . 163
Смородиновый . . . 163
Вишневый . . . 163
Морковный . . . 163
Томатный . . . 163
Ананасовый . . . 163
Клубничный . . . 163

Ботанин С. П. и др.

Б86 Блюда из яиц/Ботанин С. П., Скуратова **З. В., Беркасова В. А.** — **М. ЭКОНОМИКА,** 1988.- **174 с.** — **ISBN 5—282—00524—7.**

Приведены рецепты блюд и кулинарных изделий, в состав которых входят куриные яйца.

Предназначена для широкого круга читателей.

3504000000—225
011(01)_88 Без объявления **ББК 36.992**

Научно-популярное издание

Ботанин Савва Перфильевич,
Скуратова Зинаида Васильевна,
Беркасова Валентина Анатольевна

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

Мл. редактор З. Л. Стагис
Худ. редактор А. М. Павлов
Техн. редактор А. В. Кузюткина
Корректор Е. В. Казачкова
Оформление художника В. П. Бухарева

ИБ MS 3631

Сдано в набор 30.03.88. Подписано в печать 23.08.88. формат 84Х'"3'/з2. Бумага кн.-журн. Журнальная рубленая гарнитура. Высокая печать. Усл. печ. л. 9,24/9,66 усл. кр.-отт. Уч.-изд. л. 8,10. Тираж 200 000 экз. Зак. 12S9. Цена 60 к. Изд. № 6401.

Издательство «Экономика»,
121864, Москва, Г-59, Бережковская наб., 6.

Ярославский полиграфкомбинат Союзполиграфпрома
при Государственном комитете СССР по делам издательств,
полиграфии и книжной торговли.
150014, Ярославль, ул. Свободы, 97.