Вкусные блюда на скорую руку. За 10, 20, 30 минут

Автор:
Сборник рецептов

Вкусные блюда на скорую руку. За 10, 20, 30 минут

Сборник рецептов

Кулинария. Удобные книги

Закуски, супы, горячее, десерты. Все что нужно для обычного стола каждый день, но быстро! Очень важный момент для спешаших по неотложным многочисленным делам женщин и мужчин.

Вкусные блюда на скорую руку. За 10, 20, 30 минут

Вступление

Предлагаемая кулинарная книга содержит множество рецептов различных блюд, и любой из них можно максимально воплотить в жизнь не более чем за 30 мин.

Быстрые рецепты помогут любому, даже мало знакомому с кулинарным искусством, приготовить вкусно пищу после напряженного рабочего дня, когда трудно выделить много времени на покупки и приготовление блюд. Технология их приготовления в основном элементарная.

Большинство рецептов приводятся с учетом использования самых простых продуктов.

Наряду с широким выбором блюд русской кухни в книге приводятся также кулинарные изделия других стран. Сегодняшние быстрые рецепты принадлежат к совершенно разным кулинарным традициям: индийской, немецкой, итальянской и даже британской.

Попробуйте начать утро понедельника не с бутербродов и сосисок, а приготовьте что-нибудь изысканное. Времени потратите столько же, ровно 10 мин, но удовольствия от еды получите гораздо больше.

Приятного вам аппетита на скорую руку.

Салаты и закуски

1. Тостики креветочные

продукты

30 г свиного сала, провернутого в мясорубке, 200 г очищенных креветок, провернутых в мясорубке, 1/4 ч. л. соли, 1 ст. л. кукурузной муки, 1 слегка взбитый яичный белок, белый перец, 3 тонких квадратных ломтика белого хлеба без корок, 130 г кунжутных зерен, 2 1/2 стакана растительного масла.

Время приготовления – 15 мин.

Смешать сало, креветки, соль, кукурузную муку и яичный белок. Приправить белым перцем. Намазать полученной массой ломтики хлеба и посыпать сверху

толстым слоем зерен кунжута. Вдавить кунжут и разрезать каждый ломтик на 4 треугольника. Нагреть масло в сковороде «вок» до появления дымка, слегка убавить огонь и осторожно опустить треугольники намазанной стороной вниз. Пожарить в течение 2–3 мин до золотистого цвета. Обсушить на абсорбирующей кухонной бумаге.

Подавать горячими.

2. Бутерброды, запеченные с рыбой и грибами

продукты

100 г пшеничного хлеба, 10 г сливочного масла, 20 г маринованной рыбы (филе), 20 г соленых или маринованных грибов, 10 г сыра или брынзы, зелень петрушки.

Время приготовления – 10 мин.

Ломтики хлеба (без корочки) намазать маслом. Рыбу накрошить и смешать с крупно нарезанными грибами и луком. Смесь заправить красным перцем и душистым перцем, равномерно нанести ее на ломтики хлеба, а сверху положить по ломтику сыра. Подготовленные бутерброды поместить на смазанный маслом противень и запечь в духовке при сильном нагреве, 4 мин.

Подавать, украсив измельченной петрушкой, с белым вином или вермутом с содовой водой.

3. Салат из клюквы

продукты

2–3 стакана клюквы, 1–2 моркови или 1/2 брюквы, 1–2 репы, 1 корень сельдерея, сахар.

Время приготовления – 15 мин.

Клюкву промыть, размять деревянной ложкой, заправить сахаром. Добавить тертую морковь, брюкву, репу, сельдерей. Все перемешать.

4. Канапе с анчоусами

продукты

500 г хлеба, 50 г сливочного масла, 200 г анчоусов, 40 г каперсов, 100 г майонеза, 90 г оливок.

Время приготовления – 10 мин.

Из белого хлеба вырезать фигурки в виде ромбов или круглой формы и нанести на них слой масла. Мелко нарубленные анчоусы перемешать с рублеными каперсами, полученную смесь уложить на середину смазанного маслом кусочка хлеба.

Украсить майонезом, который выпускают из бумажного конверта. Сверху положить половинки оливок.

5. Салат «Бахар»

продукты

3–4 картофелины, 1 яйцо, 2 помидора, 1 огурец, 4–6 редисок, 1/2 стакана сметаны, петрушка, кинза, укроп, соль, перец.

Время приготовления – 15 мин.

Сваренный картофель очистить от кожуры и нарезать кружочками. В салатник сложить чередующимися слоями картофель, огурцы, помидоры, редиску, посыпать солью, перцем, полить сметаной (сметану можно подать отдельно), сверху положить яйцо, нарезанное кружочками или дольками («чесночком»), а также помидор или редиску, оформленные в виде тюльпана. Украсить зеленью.

6. Салат из баклажанов

продукты

120 г баклажанов, 30 г помидоров свежих, 30 г перца стручкового, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. растительного масла, 1/2 ч. л. уксуса, соль, перец.

Время приготовления – 15 мин.

Испеченные на сильном огне и очищенные баклажаны, очищенный испеченный перец, ошпаренные и очищенные помидоры и дольки чеснока мелко нарезать. Все перемешать, заправить солью, перцем, уксусом и растительным маслом.

Уложить горкой в салатник и украсить ломтиками помидоров.

7. Салат из квашеной капусты с орехами

продукты

1 кг квашеной капусты, 100 г грецких орехов, 3 зубчика чеснока, 25 г кинзы, 1 ч. л. хмели-сунели, укроп.

Время приготовления – 15 мин.

Капусту мелко нарубить на доске и отжать. Сок слить в отдельную посуду и добавить туда пропущенные через мясорубку орехи, чеснок, хмели-сунели, кинзу и нарубленную капусту. Все тщательно перемешать и посыпать нарезанным укропом.

Подавать, охладив.

8. Салат из помидоров с авокадо

продукты

1 большое авокадо, по 1 ч. л. оливкового масла и лимонного сока, 30 г нарезанной вареной ветчины, соль, перец, 4 больших листа салата-латука, 4 тонко нарезанных ломтиками средних помидора, 4 веточки свежего кориандра для украшения.

Время приготовления – 15 мин.

Разрезать авокадо пополам, удалить косточку и выложить мякоть в кастрюльку. Добавить масло, лимонный сок и ветчину. Посолить и поперчить. Хорошо перемешать.

Выложить сервировочное блюдо листьями салата. Сверху поместить помидоры и выложить на них смесь из авокадо. Украсить кинзой.

9. Салат по-аргентински

продукты

2 сваренных вкрутую яйца, 250 г молодой моркови, 250 г зеленой фасоли, 250 г зеленого горошка, 250 г картофеля, соль, 250 г майонеза.

Время приготовления – 15 мин.

Положить овощи в дуршлаг, нарезав предварительно морковь и картофель. В скороварку налить воды слоем 2 см. Посолить. Поставить в воду дуршлаг (без ручки) с овощами. Вскипятить воду. Закрыть кастрюлю и варить овощи 15 мин.

Подавать, смешав с майонезом. Сверху положить нарезанные яйца.

Стручки фасоли, чтобы они сохранили зеленую окраску, нужно залить кипящей подсоленной водой и варить при закрытой крышке.

10. Салат мельничный

продукты

1 стручок сладкого перца, 1 помидор, 100 г огурцов, 1 головка репчатого лука, 1 ч. л. уксуса, 10 мл оливкового масла, зелень петрушки, укроп, соль.

Время приготовления – 15 мин.

Сладкий стручковый перец нарезать соломкой. Помидоры очистить от кожицы и нарезать ломтиками. Огурцы очистить и нарезать кружочками.

Репчатый лук нарезать кольцами, смешать с солью и залить холодной водой для удаления горечи. Затем воду слить и смешать лук с приготовленными овощами. Добавить мелко нарезанную зелень петрушки и укроп, посолить и заправить уксусом и оливковым маслом.

11. Салат из яблок с хреном

продукты

130 г яблок, 25 г хрена, 25 г сметаны, 5 г сахара, 3 г соли.

Время приготовления – 15 мин.

Яблоки натереть на крупной терке, хрен – на мелкой. Смешать со сметаной, заправить сахаром и солью.

12. Греческий салат

продукты

1/2 нарезанного кочана салата, несколько нарезанных листьев шпината, 3 нарезанных ломтиками помидора, 1/2 разрезанного вдоль, а затем нарезанного тонкими ломтиками огурца, 1/2 нарезанного кольцами сладкого лука, 1 нарезанный кольцами сладкий зеленый перец (без семян), 200 г нарезанного кубиками сыра, 12 маслин, 1 ч. л. мелко нарезанного зеленого майорана.

Для заправки: 3 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. лимонного сока, соль, перец.

Время приготовления – 20 мин.

Положить салат, шпинат, помидоры, огурец, лук и перец в миску. Сверху положить кусочки сыра, маслины, посыпать майораном.

Приготовить приправу, полить салат и подать на стол.

13. Салат по-сербски

продукты

100 г маринованного перца, 1 помидор, 2 небольших свежих огурца, 1 соленый огурец, 25 г лука зеленого, 1/2 головки репчатого лука, 10 мл масла оливкового, зелень, красный молотый перец, соль.

Время приготовления – 15 мин.

Маринованный перец нарезать соломкой, огурцы и помидоры – ломтиками. Лук репчатый и зеленый нашинковать.

Все перемешать, заправить оливковым маслом, посолить, посыпать красным молотым перцем, уложить горкой в салатник и украсить мелко нарезанной зеленью.

14. Весенний салат

продукты

100 г зеленых (или консервированных) стеблей спаржи, 100 г зеленых листьев щавеля без черешков, 100 г молодых листьев одуванчика (или шпината), 60 г арахиса, 60 г очищенных семечек, 60 г ядер кедровых орешков, 30 г меда, 2 ст. л. растительного масла (лучше арахисового).

Время приготовления – 20 мин.

Спаржу вымыть и нарезать небольшими кусочками. Вымыть и мелко нарезать листья щавеля и одуванчика. Измельчить орехи.

Все составляющие салата перемешать и красиво выложить в тарелку.

15. Салат из авокадо

продукты

1/2 плода авокадо, 100 г салатного листа, 100 г сладкого перца, 1 ст. л. оливкового масла, 10 г миндаля, укроп.

Время приготовления – 20 мин.

Нарезать салатный лист. Очистить плод авокадо и мелко нарезать его. Так же нарезать сладкий перец и укроп и положить все нарезанные ингредиенты в посуду. Добавить оливковое масло. Все тщательно перемешать.

Готовое блюдо посыпать тертым миндалем.

16. Салат по-шопски

продукты

100 г помидоров, 50 г сладкого перца, 1 свежий огурец, 1 головка репчатого лука, 1/2 ст. л. растительного масла, 30 г брынзы, уксус, зелень укропа или петрушки, соль.

Время приготовления – 20 мин.

Огурец очистить и нарезать так же, как и помидоры, крупными кубиками, перец – ломтиками, лук репчатый нашинковать соломкой. Все смешать и заправить растительным маслом, уксусом и солью. Уложить горкой в салатник и посыпать тертой болгарской брынзой. Украсить зеленью.

17. Салат из помидоров и сладкой редьки

продукты

300 г помидоров, 80 г зеленой редьки, 20 г лука репчатого красного, 10 мл растительного масла, 20 г зелени рукколы, соль, черный молотый перец.

Время приготовления – 20 мин.

Зеленую редьку нарезать кружками и уложить на тарелку. Нарезать помидоры дольками, лук кольцами. Перемешать, добавить перец, масло. Приготовленный салат выложить на середину тарелки. Украсить зеленью рукколы.

18. Салат «Бомбей»

продукты

40 г зеленого салата, 40 г сладкого перца, 20 г риса, 1/2 ст. л. оливкового масла, 1/2 ч. л. уксуса, перец молотый черный, соль.

Время приготовления – 20 мин.

Листья салата нарезать в виде лапши, нашинковать сладкий стручковый перец. Рис отварить в подсоленной воде, откинуть и охладить.

Салат, сладкий перец смешать с рисом, посыпать черным молотым перцем, заправить уксусом, оливковым маслом и солью.

19. Салат французский

продукты

200 г картофеля, 100 г консервированного зеленого горошка, 80 г моркови, 80 г сельдерея, 3 маринованных огурца, 150 г яблок, 2 яйца, 10 г сливочного масла.

Для заправки: 100 г майонеза, 50 г горчицы, 100 г сметаны, 200 мл вина.

Время приготовления – 30 мин.

Картофель отварить, очистить от кожуры и нарезать мелкими кубиками. Морковь, сельдерей очистить, нарезать кубиками и тушить на сливочном масле вместе с консервированным или свежим зеленым горошком.

Сваренные вкрутую яйца, маринованные огурцы, очищенные яблоки нарезать мелкими кубиками. Все перемешать и заправить майонезом или татарским

соусом.

20. Салат «Бухарский»

продукты

2 свеклы, 7 грецких орехов, 10 плодов чернослива без косточек, 3 зубчика чеснока, 1 ст. л. изюма, майонез

Время приготовления – 20 мин.

Отварить свеклу, очистить и измельчить грецкие орехи, промыть в горячей воде изюм и чернослив. Чернослив мелко нарезать. Свеклу натереть на крупной терке, измельчить чеснок, добавить орехи, изюм и чернослив.

Все смешать и заправить майонезом.

21. Салат «Вегетарианская корзина»

продукты

2 пучка редиса, 1 стручок сладкого перца, 1 морковь, 200 г белокочанной капусты, зелень петрушки, сельдерея, 1 плод киви, 1 апельсин, 1 яблоко, соль, сахар, растительное масло.

Время приготовления – 20 мин.

Капусту нарезать соломкой, перетереть с солью и сахаром. Морковь натереть на крупной терке. Редис очистить и мелко нашинковать. Киви, апельсин и яблоко очистить от кожуры и мелко нарезать.

Все компоненты соединить вместе, добавить мелко нарезанный сладкий перец и рубленую зелень.

Заправить салат солью, сахаром и растительным маслом.

СОВЕТ:

Свекла обычно варится не менее 2,5–3 ч. Это время можно значительно сократить, если через 1 ч после начала варки свеклу подержать в холодной воде, а затем продолжать варить.

22. Салат тропический

продукты

1/4 кочана капусты, 1 яблоко, 1 лимон, 2 апельсина, майонез, соль, сахар.

Время приготовления – 20 мин.

Нашинковать капусту соломкой, посолить, посластить и помять руками. Очистить лимон и апельсин от кожуры, нарезать кубиками. Яблоки очистить и нарезать тонкой соломкой.

Салат следует выкладывать слоями. Каждый слой смазывать майонезом.

1-й слой – капуста.

2-й слой – лимон.

3-й слой – половина яблока.

4-й слой – апельсин.

5-й слой – оставшееся яблоко.

23. Грибной салат с творогом

продукты

300 г грибов, 100 г творога, 1 ст. л. молока, 1 луковица.

Время приготовления – 15 мин.

К рубленым отваренным грибам добавить растертый с молоком творог и рубленый лук. Подать салат к картофелю «в мундире».

24. Салат сицилийский

продукты

60 г яблок, 40 г корня сельдерея, 30 г помидоров, 40 г майонеза, 20 г маслин, 20 г маринованных грибов, 1 яйцо, перец, соль.

Время приготовления – 30 мин.

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины и нарезать мелкими кубиками. Сельдерей припустить 4–5 мин и тоже нарезать кубиками. Помидоры очистить от кожицы, нарезать дольками и удалить семена. Маринованные грибы нарезать кубиками. Все хорошо перемешать, заправить черным молотым перцем, майонезом и солью.

Салат украсить маслинами и вареным яйцом.

25. Салат грибной

продукты

100 г соленых грибов (груздей, белых), 1 вареная картофелина, 2–3 ст. л. сметаны, 2 яйца, 100 г зеленого лука, соль по вкусу.

Время приготовления – 15 мин.

Соленые грибы нарезать лапшой, картофель кубиками, яйца нарезать ломтиками. Зеленый лук мелко нарезать. Все продукты смешать, посолить, заправить сметаной.

26. Салат грибной с квашеной капустой

продукты

300 г соленых, маринованных или отваренных в собственном соку грибов, 4–5 картофелин, 1 соленый огурец, 500 г квашеной капусты, 1 головка репчатого лука и 50–100 г зеленого лука, соль, сахар, горчица, укроп и зелень петрушки, перец сладкий, 2 ст. л. растительного масла.

Время приготовления – 15 мин.

Грибы, отварной картофель и другие продукты нарезать, смешать с маслом, заправить солью, сахаром, горчицей и украсить зеленью. На салат положить тонко нарезанные кружочки перца.

27. Салат из грибов

продукты

376 г шампиньонов, 30 мл растительного масла, 20 мл уксуса, 5 г сахара, 1 г желатина, перец, соль.

Время приготовления – 30 мин.

Шампиньоны промыть, отварить до готовности (грибы не должны перевариться), откинуть на сито, дать стечь воде, охладить и нарезать ломтиками.

Из растительного масла, уксуса или лимонного сока, сахара, соли, перца и растворенного желатина приготовить соус. Затем грибы смешать с соусом. Соус должен быть густым.

28. Салат из птицы с апельсинами

продукты

1 курица, зажаренная в гриле (1,2 кг), 2 апельсина средней величины, 2 дольки ананаса, 100 г отварного длиннозерного риса, 2 ст. л. ананасового сока, 1 ст. л. свежевыжатого апельсинового сока, 1/2 ч. л. соли, 2 яичных желтка, 1 ч. л. неострой горчицы, красный острый перец, 4 ст. л. растительного масла, 5 свежих листьев перечной мяты, 200 г майонеза.

Время приготовления – 30 мин.

Снять с курицы кожу. Отделить мясо от костей и нарезать небольшими одинаковыми кусочками.

Апельсины очистить острым ножом, срезая и белый слой. Разобрать апельсины на дольки, разрезать их на 4 части и удалить косточки.

Дольки ананаса очистить и нарезать кусочками. Смешать куриное мясо с рисом, ананасом и апельсином. Ананасовый сок смешать с апельсиновым соком и солью.

Желтки растереть с горчицей, приправить красным перцем и постепенно, по каплям, добавлять масло. Фруктовый сок добавить в получившийся соус, смешать с майонезом и заправить салат.

Обдать теплой водой листья перечной мяты, просушить, нарезать полосками и посыпать ими салат.

29. Салат из шампиньонов, яиц и лука

продукты

400 г шампиньонов, 1–2 яйца, 1 луковица, 1 ст. л. растительного масла, 1/2 ч. л. (2 %-ного) раствора лимонной кислоты, соль.

Время приготовления – 30 мин.

У шампиньонов очистить ножки, со шляпок снять тонкую пленку. Грибы промыть, залить горячей водой, добавив разведенную лимонную кислоту, и варить до готовности. Репчатый лук и отваренные шампиньоны нарезать полукольцами, заправить растительным маслом, солью, перцем.

Подготовленную массу горкой выложить в салатник, украсить дольками яиц.

30. Салат куриный

продукты

250 г вареного куриного мяса, 2 яблока, корень сельдерея средней величины, 3 ст. л. миндаля, 1 ст. л. сливок, 1 ст. л. майонеза, сахар, соль и специи.

Время приготовления – 20 мин.

Сельдерей, яблоки очистить, нарезать тонкой соломкой. Мелко порезать мясо отварной курицы. Миндаль очистить и измельчить. Продукты соединить, посолить, добавить сахар и молотый черный перец.

Затем разложить в салатники, залить, не перемешивая, смесью майонеза и сливок, украсить миндалем, дольками яблок, зеленью.

31. Салат из сельдерея с грудкой индейки

продукты

300 г черешкового сельдерея, 2 желтых перца, 400 г грудки копченой индейки, 1 маленькая луковица, 4 ст. л. салатного майонеза (50 %-ной жирности), 1 упаковка нежирного йогурта, 2 ч. л. острой горчицы, 1 ч. л. кленового сиропа, 1/2 ч. л. соли, свежемолотый белый перец.

Время приготовления – 30 мин.

Сельдерей разобрать на черешки, отделить зеленые листья, обдать чуть теплой водой, стряхнуть и оставить. Черешки сельдерея вымыть, высушить, удалить грубые волокна, порезать на кусочки 1 см длиной. Перцы разрезать пополам, удалить плодоножку, перегородки и зернышки, промыть, просушить и нарезать полосками. Грудку индейки нарезать кусочками 1 см толщиной, а затем узкими полосками. Очистить лук, натереть его на терке и смешать с майонезом, йогуртом, горчицей, сиропом, солью и перцем.

Все компоненты салата слегка перемешать, залить соусом и, накрыв крышкой, оставить пропитаться на 10 мин при комнатной температуре.

Салат подавать с белым хлебом.

32. Салат по-мексикански с вареным цыпленком

продукты

40 г корня сельдерея, 70 г цыпленка, 20 г сладкого красного перца, 1/2 яйца, 20 г репчатого лука, 40 г салата, 1/2 ч. л. уксуса, 10 мл оливкового масла, соль.

Время приготовления – 20 мин.

Измельченный на терке сельдерей, нарезанное лапшой филе вареного цыпленка, тонкие колечки красного сладкого перца и репчатого лука, рубленые крутые яйца и нарезанный соломкой салат перемешать.

Посолить и полить салатной заправкой из уксуса и оливкового масла.

33. Салат столичный

продукты

200 г отварного филе курицы, 2 отварные картофелины, 2 соленых или свежих огурца, несколько листьев салата, 4 палочки мяса крабов, 1 яйцо, 100 г майонеза, соль.

Время приготовления – 20 мин.

Мелко нарезать все ингредиенты и выложить на блюдо. Посолить. Добавить майонез и все тщательно перемешать.

Готовый салат украсить зеленью.

34. Салат по-мексикански с жареным цыпленком

продукты

100 г цыпленка, 60 г корня сельдерея, 30 г красного сладкого стручкового перца, 40 г репчатого лука, 70 г салата, 50 г салатной заправки, 25 г маслин.

Для заправки: 25 мл оливкового масла, 25 мл (3 %-ного) уксуса или 12 мл лимонного сока, сахар, перец, соль.

Время приготовления – 20 мин.

Филе жареного цыпленка нарезать соломкой. Очищенный сельдерей измельчить на терке. Сладкий перец, репчатый лук и салат нашинковать соломкой. Овощи и мясо сложить в посуду, залить салатной заправкой из оливкового масла, уксуса, соли и сахара.

Перед подачей салат украсить маслинами, листьями салата и луком.

СОВЕТ:

Листья салата долго сохраняют свежесть, если завернуть их в мокрое полотенце. Кстати, салат следует класть стеблем вверх.

35. Салат из макарон с ветчиной

продукты

60 г макарон, 10 г томатной пасты, 30 г майонеза, 40 г ветчины, 10 г маслин, перец, соль.

Время приготовления – 20 мин.

Макароны отварить в соленой воде, откинуть на сито и охладить. Томатную пасту смешать с майонезом, полить этим соусом макароны и хорошо перемешать.

Макароны выложить в салатник, посыпать пропущенной через мясорубку ветчиной и украсить маслинами.

36. Салат итальянский с салями

продукты

500 г консервированной фасоли, 1 мелко нарезанный корень фенхеля, 1 небольшой нарезанный сладкий зеленый перец (без семян), 130 г нарезанной салями, листья базилика, ломтики помидора, маслины.

Для чесночной приправы: 3 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. белого винного уксуса, 1 протертый с солью и перцем зубчик чеснока.

Время приготовления – 20 мин.

Положить в миску фасоль, фенхель, зеленый перец. Разрезать кусочки салями на четыре части и добавить в салат.

Приготовить приправу, полить салат, осторожно перемешать. Переложить на блюдо, украсить листьями базилика, ломтиками помидора, маслинами.

37. Коктейль из крабов

продукты

75 г мяса вареных крабов, 15 г майонеза, 50 г помидоров, 1 лимон.

Время приготовления – 5 мин.

Помидоры нарезать тонкими ломтиками, положить на них мясо крабов, полить майонезом и оформить лимоном.

38. Салат из семги

продукты

80 г слабосоленой семги, 100 г огурцов, 150 г отварного картофеля, 20 г зеленого лука, 5 г петрушки, 40 мл оливкового масла.

Время приготовления – 10 мин.

Нарезать мелко лук, огурец, отварной картофель, слабосоленую семгу. Залить картофель оливковым маслом. Добавить огурец, лук и перемешать.

Сверху уложить семгу.

39. Салат-коктейль

продукты

100 г салатных листьев, 50 г консервированного мяса краба, 25 г кетчупа, 25 г майонеза, 10 мл виски, 10 г маслин или оливок.

Время приготовления – 10 мин.

Мелко нарезать салатные листья. Уложить их в вазочку. Полить виски. Добавить майонез и кетчуп.

Сверху положить мелко нарезанное мясо краба. Украсить маслинами или оливками, зеленью и фруктами.

40. Салат из сельди

продукты

90 г сельди, 20 г яблок, 2 яйца, 40 г картофеля, 10 г репчатого лука, 5 г зеленого лука, 50 мл сливок, 5 мл винного уксуса, 4 мл оливкового масла, 2 г горчицы, перец, сахар, соль.

Время приготовления – 30 мин.

Сельдь замочить, а затем разделать на чистое филе, нарезать тонкими ломтиками. Очищенные яблоки, отварной картофель и репчатый лук нарезать мелкими кубиками. Белок сваренного вкрутую яйца мелко нарубить. Все перемешать и залить заправкой из смеси оливкового масла и сливок. При подаче салат посыпать мелко нарезанным луком.

Приготовление заправки. Оливковое масло смешать с уксусом, протертым желтком, добавить соль, черный перец, сахар, горчицу и сливки. Все тщательно перемешать.

Если сельдь соленая, ее вымачивают не менее 4 ч, крепко соленую – 8 ч. В молоке вымачивают жесткую сельдь, она становится мягче, в чае – рыхлую. Сельдь пряного посола лучше не вымачивать.

41. Салат селедочный

продукты

100 г сельди (филе), 1 яйцо, 80 г отварного картофеля, 60 г соленых огурцов, 20 г репчатого лука, 30 мл оливкового масла, 1/2 ч. л. уксуса, 70 г яблок, 10 г зелени, сахар, перец, соль.

Время приготовления – 30 мин.

Картофель отварить в кожуре, очистить и нарезать мелкими ломтиками. Так же нарезать филе сельди, очищенные от зерен и кожицы огурцы, ошпаренный репчатый лук и очищенные яблоки. Все смешать, заправить оливковым маслом, уксусом, сахаром, солью, перцем и уложить в салатник.

Сверху украсить сельдью, яблоками, кольцами лука, листьями свежего салата, крутыми рублеными яйцами.

42. Рыбный винегрет с брусникой

продукты

250 г рыбного филе (скумбрия, минтай и др.), по 100 г картофеля, соленых огурцов, соленых помидоров, моркови, брусники и свеклы, по 50 г зеленых горошка и лука, 100 г майонеза, черный молотый перец.

Время приготовления – 30 мин.

Отваренные (по отдельности) свеклу, морковь, картофель в кожуре охладить, почистить и нарезать кубиками. Так же нарезать огурцы и помидоры. Подготовленную рыбу сварить в подсоленной воде, охладить и нарезать кубиками. Бруснику промыть, зеленый лук мелко нашинковать.

Подготовленные продукты соединить. Добавить зеленый горошек, заправить майонезом, осторожно перемешать и посыпать зеленью.

43. Салат княжеский

продукты

100 г слабосоленой семги, 2 небольших огурца, 3 клубня отварного картофеля, помидор, маслины, зелень, лимон, майонез.

Время приготовления – 10 мин.

Мелко нарезать слабосоленую семгу, картофель, огурцы, заправить майонезом.

Украсить помидорами, зеленью, маслинами и долькой лимона.

44. Салат «Пикадилли»

продукты

200 г картофеля, 90 г сельди, 50 г репчатого лука, 15 мл растительного масла, 20 мл (3 %-ного) уксуса, горчица.

Время приготовления – 30 мин.

Картофель в кожуре отварить в подсоленной воде, очистить, охладить и нарезать кружочками толщиной 1 см. Репчатый лук нарезать кольцами. Соленую сельдь разделать на филе и нарезать ломтиками.

В салатник уложить горкой картофель, лук и сельдь. Салат заправить оливковым или другим растительным маслом и уксусом, добавив к нему немного

горчицы.

45. Салат мясной с зеленью

продукты

200 г мяса, 4–5 картофелин, 2 огурца, 100 г зеленого салата, 100 г майонеза, уксус, соль по вкусу.

Время приготовления – 20 мин.

Мясо (вареное или жареное), вареный картофель и огурцы нарезать ломтиками. Добавить майонез, соль и уксус.

Смешать все компоненты, сложить в салатник и украсить листьями салата, нарезанными огурцами и кусочками мяса.

46. Салат из филе цыпленка со свежими грибами и сыром

продукты

200 г филе цыпленка, 200 г грибов, 1 корень сельдерея, 50 г голландского сыра, 1 соленый огурец, 2 свежих помидора, 150 г майонеза, соль по вкусу.

Время приготовления – 20 мин.

Мясо цыпленка, свежие грибы и корень сельдерея отварить, остудить и нарезать соломкой. На мелкой терке натереть сыр. Соленый огурец нарезать кружочками,

помидоры – ломтиками.

Все продукты и половину нарезанных помидоров перемешать, посолить и залить майонезом.

Салат украсить оставшимися ломтиками помидоров.

Вы можете использовать в салатах желтый или белый сыр «Чеддер» или другой острый, он самый ароматный.

ПОЛЕЗНЫЕ ЗАМЕТКИ:

Не упрощайте приготовление салатов, укрупняя нарезку ингредиентов. Чем тоньше нарезаны продукты, тем он вкуснее.

47. Винегрет с мясом, сельдью и соусом с хреном

продукты

3 картофелины, 1 свекла, 1 сельдь, 1 яблоко, 1 вареное яйцо, 1 соленый огурец, 1 ломтик мяса, 3 ст. л. сметанного соуса, хрен, зелень петрушки и укроп.

Время приготовления – 30 мин.

Отварные свеклу и картофель, а также соленый огурец, яблоко и мясо нарезать кубиками величиной 0,5 см.

Сельдь почистить от костей и нарезать маленькими кусочками.

Все смешать, залить сметанным соусом, к которому добавлен натертый хрен. Выложить смесь в салатник горкой.

Украсить ломтиками яйца и зеленью петрушки и укропа.

48. Мункачини

продукты

180 г апельсинов, 40 г репчатого лука, 40 г маслин без косточек, 15 мл растительного масла, молотый черный перец, соль.

Время приготовления – 10 мин.

Апельсины и лук очистить и нарезать тонкими пластинками, смешать с маслинами, полить маслом, заправить солью и перцем.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/sbornik-receptov_/vkusnye-blyuda-na-skoruyu-ruku-za-10-20-30-minut

надано
Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: Купити