

СОУСЫ ПОДЛИВЫ СПЕЦИИ ПРИПРАВЫ ЗАПРАВКИ



ББК 36.991
К92

Куприна Илона

К92 Соусы, подливы, специи, приправы, заправки. — Донецк: ООО «Агентство Мультипресс», 2012. — 288 с.

ISBN 978-966-519-256-5

В этой книге собраны лучшие рецепты со всего мира: классические французские и итальянские соусы, подливы к мясу и птице, легкие и пикантные заправки для салатов, консервированные приправы для первых и вторых блюд. Представлен также многообразный, красочный и ароматный мир специй. Ведь любая, даже самая скучная, еда с добавлением специй становится вкуснее, интереснее и привлекательнее.

Воспользуйтесь гениальными идеями кулинарии, способными превратить даже самое унылое блюдо в звезду вашего стола!

ББК 36.991

У книжці зібрано найкращі рецепти зі всього світу: класичні французькі та італійські соуси, підливи до м'яса і птиці, легкі й пикантні заправки до салатів, консервовані приправи до перших і других страв. Представлено також різноманітний, яскравий й ароматний світ спецій. Адже будь-яка, навіть найнудніша, їжа з додаванням спецій стає смачнішою, цікавішою й привабливішою.

Скористайтеся гениальними ідеями кулінарії, здатними перетворити навіть найбезбарвнішу страву в зірку вашого столу!



АППЕТИТНЫЕ ПРИПРАВЫ НА ВАШЕМ СТОЛЕ

Приготовление соусов как отдельное направление кулинарии берет начало в XVII веке. Самые знаменитые рецепты соусов были созданы именно в том столетии во Франции. Из той эпохи пришли к нам и бешамель, и даже привычный майонез.

Для приготовления блюд используются не только холодные соусы, как, например, майонез или другие соусы для салатов. Все зависит от подаваемого блюда. Так, соусы для пасты — это, как правило, горячие соусы. Если используются соусы к мясу, они могут быть различной температуры, в зависимости от задумки повара. Температура соуса не меньше, чем его состав, влияет на вкус и внешний вид готового блюда.

Находят применение не только соусы к рыбе, мясу или другим основным блюдам меню. Для приготовления десертов и их сервировки часто готовят сладкие соусы.

Соус — это всего лишь приправа. Ее консистенция более или менее жидкая, но обычно гуще, чем у подливы. Использование соуса способно изменить не только внешний вид блюда. Хороший соус оттеняет вкус пищи, не перебивая его, добавляет новые ароматные и вкусовые нотки в любое блюдо.

Кроме того, различные рецепты соусов помогают привнести в жизнь разнообразие. Один и тот же продукт, приготовленный по одному и тому же рецепту, но поданный на стол с разными соусами, будет кардинально отличаться по вкусу и восприниматься как новое блюдо.

Даже когда блюдо уже почти готово, в нем чего-то не хватает. Той самой мелочи, которая «делает блюдо», придавая ему вкус. Конечно, это — специи: пряности и приправы.

А правильно подобранная вкусная заправка превратит самый простой салат в незабываемый и вкусный.

Здесь вы сможете найти рецепты соусов, подлив, заправок на любой случай жизни. Для салатов, мясных и рыбных блюд, для пасты, пиццы, десертов и многого другого. Ведь каждый классический рецепт, попадая в руки кулинара, приобретает индивидуальные черты.

Так обогатите свой опыт чужими секретами. Приготовление соуса — это всегда таинство. Немножко изменились пропорция ингредиентов, температура или время приготовления, и перед вами уже совершенно новый соус

Именно с помощью соусов, подлив (тех же соусов), приправ и заправок можно превратить бюджетный вариант вермишели на ужин в изысканное блюдо из пасты. Добавив различные соусы к макаронам, вы удивите свою семью новыми блюдами без особых проблем и затрат.

И кто знает, может быть, эти блюда станут самыми любимыми у вас в доме!



ЗАГОТОВКИ ДЛЯ СОУСОВ, ПРИПРАВ И ЗАПРАВОК

ЗАГОТОВКИ ДЛЯ СОУСОВ И ПОДЛИВ

Соусы — это настоящий шедевр французской кулинарии, который сегодня занял почетное место и на наших столах. Самое простое и незамысловатое блюдо эта удивительная подлива сможет сделать уникальным и неповторимым.

Подлива — это тот же соус, но под другим бытовым названием. Подлива делает любое блюдо вкуснее, но важно помнить, что соус лишь дополнение к блюду. Поэтому не стоит усердствовать со специями и пряностями, чтобы не перебить вкус основного блюда.

Для приготовления многих соусов используются мясные (белые и коричневые), рыбные, грибные бульоны, белая и красная мучная заправка, мясной сок, жженный сахар, ароматизированные уксусы.

Для приготовления многих соусов и салатных заправок используется столовый уксус, острый запах которого не всем нравится. Поэтому мы предлагаем вам рецепты ароматизированных уксусов, имеющих цвет, запах и привкус пряностей и специй, на которых они настаиваются.

Белый бульон



1 кг мясных костей или 600 г мяса, 1,5 л воды, 1 луковица, 1 морковь, по одному корню петрушки и сельдерея, 1 ч. ложка соли.

Промытое мясо варить целым куском. Кости говяжьей, телячьей, домашней птицы или дичи мелко нарубить, промыть, по-

ложить в кастрюлю с холодной водой, накрыть крышкой и довести до кипения. Затем кастрюлю открыть, снять пену и варить бульон при слабом кипении, периодически снимая всплывающий жир.

Бульон из говяжьих костей варится 6–8 часов, а из мяса и костей телят, кроликов и птицы — 2–3 часа.

За 1–1,5 часа до окончания варки бульон посолить и добавить очищенные и крупно нарезанные коренья, морковь и лук.

Готовый бульон процедить. Если его нужно будет хранить, то после процеживания его надо снова вскипятить и, накрыв крышкой, охладить.

Примечание. Снятый с бульона жир после выпаривания из него влаги и процеживания можно использовать для обжаривания овощей.

Концентрированный белый бульон



1 кг мясных костей или 600 г мяса, 2 стакана воды, 1 маленькая луковица, по одному корню петрушки и сельдерея, соль по вкусу.

Подготовленные, как сказано в предыдущем рецепте, кости или мясо опустить в кастрюлю, залить водой, закрыть крышкой, довести до кипения, снять пену и варить под крышкой в течение полутора–двух часов.

За 30 минут до конца приготовления добавить измельченный лук и коренья.

Готовый бульон процедить.

Коричневый мясной бульон



500 г мясных костей, 1,5 л воды, 1 маленькая луковица, ½ моркови, ½ корня сельдерея или петрушки, соль по вкусу.

Сырые говяжьи, телячьи, свиные, бараньи кости, кости кроликов, домашней птицы или дичи промыть, нарубить на куски длиной 5–7 см, положить на противень или в сковороду, поместить в предварительно нагретую до 180–220 °С духовку и обжаривать в течение полутора–двух часов до светло-коричневого цвета, периодически сливая вытапливающийся жир.

За 20—30 минут до конца обжаривания добавить крупно нарезанные корни и лук. Чтобы кости равномерно обжарились и не пригорели, их нужно время от времени перемешивать.

Обжаренные кости положить в кастрюлю, залить водой, довести под крышкой до кипения, снять жир и пену и варить при слабом кипении без крышки в течение 5—8 часов, периодически удаляя пену и жир. За 1—1,5 часа до окончания варки бульон посолить и добавить разрезанные вдоль на несколько частей корни, морковь и лук.

Для улучшения вкуса и запаха бульона одновременно с овощами рекомендуется добавить 2—3 столовые ложки мясного сока (приготовление см. ниже). С готового бульона снять жир, а потом бульон процедить.

Такой бульон должен иметь темно-коричневый цвет, вкус крепкого мясного бульона и хорошо сохраняющийся запах корней.

Концентрированный коричневый бульон

I вариант

Коричневый бульон (приготовление см. в предыдущем рецепте) процедить через салфетку, влить в широкую кастрюлю или сотейник, поставить на огонь и варить при слабом кипении без крышки до тех пор, пока количество жидкости не уменьшится в 8—10 раз. Таким образом, из 1,5 л бульона получится около одного стакана бульона.

Концентрированный бульон при охлаждении застывает в крепкий студень, который хорошо сохраняется в холодильнике в течение пяти—шести суток.

Примечание. Если концентрированный бульон развести горячей кипяченой водой в соотношении 1:9, то получится обычный коричневый бульон.

II вариант



500 г мясных костей, 2½ стакана воды, 1 маленькая луковица, ½ моркови, ½ корня сельдерея или петрушки, соль по вкусу.

Обжаренные, как сказано в предыдущем рецепте, кости сложить в кастрюлю, залить холодной водой, закрыть крышкой,

довести до кипения, снять пену и варить при слабом кипении без крышки около полутора часов, периодически снимая пену и жир.

Готовый бульон процедить через салфетку.

Рыбный бульон



500 г рыбных отходов или мелкой рыбы, 1 л воды, 1 маленькая луковица, ½ моркови, ½ корня петрушки, соль по вкусу.

Рыбные отходы (хвосты, плавники, кожу, кости и головы без жабр и глаз) разрубить на части и промыть. Мелкую рыбу (ершей, окуней, пескарей) выпотрошить, удалить жабры и промыть в холодной воде.

Рыбу или отходы сложить в кастрюлю, залить холодной водой, вскипятить, снять шумовкой пену, добавить измельченные лук, морковь и петрушку и варить при слабом кипении в открытой посуде около часа. За 10 минут до конца варки бульон посолить.

Готовый бульон процедить через салфетку.

Концентрированный рыбный бульон



500 г рыбных отходов или мелкой рыбы, 1½ стакана воды, 1 маленькая луковица, 1 корень петрушки или сельдерея, соль по вкусу.

Подготовленные (как в предыдущем рецепте) рыбные отходы или рыбу опустить в кастрюлю, залить водой, довести под крышкой до кипения, снять пену и варить в закрытой посуде 1,5–2 часа. За полчаса до конца варки добавить измельченный лук и корень петрушки.

Готовый концентрированный бульон процедить.

Грибной бульон



40 г сушеных или 250 г свежих грибов, 1,5 л воды, соль по вкусу.

Сушеные грибы хорошо промыть в теплой воде, после чего залить холодной водой и оставить на 3–4 часа. После этого на-

бухшие грибы сварить в этой же воде до мягкости. Свежие грибы почистить, вымыть, опустить в кастрюлю с водой и сварить до готовности.

Вареные грибы вынуть из бульона, промыть холодной водой, мелко нарезать или пропустить через мясорубку и использовать для приготовления соуса.

Готовый бульон посолить и процедить.

Безжировая красная и белая мучная заправка

Сухую муку просеять в чистую сухую сковороду слоем не более 5 см, поставить на маленький огонь и, часто помешивая, подрумянить до появления светло-коричневого цвета (*красная заправка*) или светло-кремового оттенка (*белая заправка*).

Готовую заправку сразу же пересыпать в другую посуду, чтобы горячая сковорода, остывая, не придала муке неравномерный цвет.

Когда мука остынет, высыпать ее в сухую банку, закрыть крышкой и хранить в кухонном шкафу.

Красная мучная заправка используется для красных и грибных соусов, а белая — для всех остальных.

Жировая красная и белая мучная заправка



1 стакан муки, 150 г топленого масла или 200 г сливочного масла или маргарина.

Масло или маргарин растопить в кастрюле или на сковороде и выпарить на слабом огне всю влагу. Затем в разогретый жир, постоянно помешивая, всыпать небольшими порциями муку и, не переставая мешать, обжарить ее до светло-кремового оттенка и появления легкого аромата жареных орехов (*белая заправка*) или светло-коричневого цвета и явного орехового аромата (*красная заправка*).

Готовую смесь выложить в стеклянную банку, остудить, закрыть крышкой и поставить в холодильник.

Использовать красную мучную заправку для красных и грибных соусов, а белую — для белых и других соусов.

Жженный сахар для подкрашивания соусов

Лучше всего готовить жженный сахар из рафинада, но можно использовать и обычный сахарный песок.

I вариант

| 200 г сахара-рафинада, 3 ст. ложки воды.

Сахар-рафинад слегка смочить водой, положить на чистую сухую сковороду и прогреть на слабом огне до темного цвета. Затем влить горячую воду, довести, размешивая, до кипения, перелить в стеклянную банку, остудить, закрыть и хранить в кухонном шкафу.

Перед использованием слегка разогреть на водяной бане. Добавлять в соответствии с рецептом в темные соусы.

II вариант

| 1 ст. ложка сахарного песка, ½ стакана воды.

Сахар высыпать в чистую сковороду и, помешивая деревянной лопаточкой, нагревать на слабом огне, пока сахар не станет темно-коричневым и не начнет выделяться дым. После этого, не прекращая мешать, постепенно влить горячую воду и осторожно, чтобы не разбрызгивалось, размешивать до растворения комков.

Полученный клейкий темно-коричневый раствор процедить через марлю, вылить в бутылочку или стеклянную банку и хранить в шкафу.

Мясная эссенция для подкрашивания соусов



| 400 г говядины, 2 стакана воды, 1 ст. ложка топленого или растительного масла, 1 луковица, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки с листьями, 1 лавровый лист.

Лук и коренья почистить, вымыть и измельчить. Зелень петрушки ополоснуть, отряхнуть и мелко нарезать. Лавровый лист раскрошить.

Говядину промыть, нарезать на маленькие кусочки, сложить в кастрюлю или глубокую сковороду с маслом, добавить лук, коренья, зелень и лавровый лист и, помешивая, поджарить до-

красна. Затем влить воду, проварить под крышкой 25–30 минут и процедить.

Готовую эссенцию перелить в стеклянную банку, охладить, закрыть крышкой и хранить в холодильнике.

По мере надобности использовать для подкрашивания красных, грибных, томатных и других темных соусов.

Мясной сок



1 кг мясных костей или мяса, 1 маленькая морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, $\frac{1}{2}$ ч. ложки кукурузного или картофельного крахмала, соль по вкусу.

Мясной сок образуется при жаренье мяса или мясных костей. При этом для получения высококачественного сока нужно, чтобы постоянно во время жарки на дне посуды было лишь небольшое количество жидкости, которая не даст пригореть выделившемуся соку. Если сок начинает пригорать, надо подлить немного воды.

После окончания жарки сковороду или противень с оставшимися на нем жиром и мясным соком поставить на плиту и выпарить жидкость. Затем слить жир, влить несколько столовых ложек воды или мясного бульона, чтобы развести приставший ко дну посуды сгущенный сок, и кипятить 2–3 минуты.

Мясной сок получается более вкусным, если мясопродукты жарились вместе с луком, морковью и кореньями, которые придают ему приятный аромат и коричневатый цвет.

Сок можно также подкрасить жженым сахаром, но в этом случае он получится не таким вкусным.

Мясной сок можно немного сгустить картофельным или кукурузным крахмалом. Для этого крахмал развести одной чайной ложкой охлажденного мясного сока, тщательно растереть, чтобы не было комков, влить эту смесь в горячий мясной сок, размешать и довести до кипения. Затем мясной сок подсолить и процедить.

Мясной сок используется вместо соуса к жареному мясу, птице и котлетам, а также для добавления в соусы, приготавливаемые на мясных бульонах.

При жарке 1 кг мяса получается около $\frac{1}{2}$ стакана мясного сока.

Пряный уксус



1 л винного уксуса, 1 лук-шалот, ½ мускатного ореха, 1–2 бутона гвоздики, ⅓ ч. ложки семян горчицы, ½ ч. ложки апельсиновой цедры, 10 горошин черного перца, 1 ч. ложка соли, молотый имбирь на кончике ножа.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить, положить в стеклянную посуду, добавить специи и пряности, влить уксус, плотно закрыть и оставить на солнце или в теплом помещении на 3–4 недели.

Готовый уксус процедить через марлю или салфетку, разлить в бутылки, плотно закрыть их пробками и хранить в кухонном шкафу.

Применяется для приготовления салатных заправок и некоторых соусов.

Пряный уксус по-чешски



1 л столового уксуса, 200 г смеси зеленых листьев эстрагона, базилика, укропа, тимьяна, фенхеля, медуницы и цветков настурции, 3 горошины черного перца, 1 лавровый лист, 1 кусочек ванили, 1 зубок чеснока.

Чеснок почистить, мелко нарезать, соединить с зеленью, черным перцем, раскрошенным лавровым листом и ванилью, залить уксусом и выдержать три недели в теплом месте. Затем уксус процедить, слить в бутылки, закупорить пробкой и хранить в шкафу.

Использовать по необходимости в качестве компонента соусов к мясу и рыбе.

Пряный уксус по-белорусски



1 л столового уксуса, 2 маленькие луковицы, ½ зубка чеснока, 1 стакан листьев эстрагона, ½ ч. ложки измельченных корней эстрагона, ½ стакана сушеного кервеля, 1 ст. ложка сухой петрушки, по 1 ч. ложке сушеных чабреца и базилика, 4 бутона гвоздики, ¼ ч. ложки корицы, по ¼ ч. ложки молотого душистого и черного перца, ½ ч. ложки соли, 1 лавровый лист, ⅔ ч. ложки лимонной кислоты.

Лавровый лист мелко раскрошить. Чеснок натереть на мелкой терке или раздавить в чесночнице. Лук почистить, воткнуть в него гвоздику и сложить в эмалированную или стеклянную посуду. Добавить туда же чеснок, эстрагон, сухие травы, корицу, лавровый лист, перец, влить уксус и выдержать в теплом месте в течение месяца. Затем уксус взболтать, добавить соль и лимонную кислоту и оставить еще на месяц, периодически взбалтывая.

Готовый уксус процедить, разлить в темные бутылки и хранить в кухонном шкафу.

Использовать для приготовления различных соусов.

Уксус из белых корней



| 1 л столового уксуса, ½ корня петрушки, ½ корня сельдерея, ¼ корня пастернака.

Коренья почистить, вымыть, мелко нарезать, сложить в банку, залить уксусом и выдержать 3—4 недели в холодильнике или темном холодном подвале. Готовый уксус процедить, перелить в бутылку, закрыть и хранить в холодильнике.

Используется для заправки салатов и приготовления некоторых соусов.

Чесночный уксус

| 1 л столового уксуса, 3 зубка чеснока.

Очищенный чеснок растолочь в ступке, натереть на мелкой терке или раздавить в чесночнице, залить уксусом и дать настояться в темном месте в течение двух суток.

Готовый уксус процедить через марлю или салфетку и хранить в холодильнике.

Использовать в качестве самостоятельного соуса или в качестве компонента других соусов к холодным мясным и овощным блюдам и заправок к салатам.

Цитрусовый уксус



| 1 л столового уксуса, кожура с одного апельсина или лимона.

Помытую свежую или сушеную кожуру апельсина или лимона мелко нарезать, сложить в стеклянную банку, залить уксусом, поместить в холодильник и дать настояться в течение 6–8 дней.

Готовый уксус процедить через марлю или салфетку и хранить в стеклянной посуде в темном прохладном месте.

Применяется для приготовления заправок к фруктовым и овощным салатам.

Эстрагонный уксус



0,5 л столового уксуса, 2 ст. ложки свежих листьев эстрагона, ½ ст. ложки измельченного лука, ½ ч. ложки соли, ½ ч. ложки лимонной цедры.

Молодые листья эстрагона залить уксусом, добавить измельченный лук, лимонную цедру и соль и выдержать в теплом месте три недели.

Готовый уксус процедить, разлить в бутылки и хранить в кухонном шкафу.

Используется в основном в соусах к рыбным и овощным блюдам.

Вишневый уксус



3 стакана 9%-ного уксуса, 1½ стакана спелых вишен, 1 ст. ложка измельченного свежего базилика или корица на кончике ножа.

Вишни вымыть, удалить косточки, сложить в банку, добавить корицу или базилик, залить уксусом и настаивать 1–2 дня.

Готовый уксус процедить через марлю или салфетку и хранить до использования в холодильнике.

Использовать в качестве заправки в салаты из краснокочанной капусты и в качестве приправы к вареной свекле.

Настурциевый уксус



0,5 л солодового уксуса, 100 г цветков настурции, ½ зубка чеснока, 1 лук-шалот, 1 бутон гвоздики, 2 горошины черного перца.

Чеснок нарезать тонкими ломтиками. Очищенный лук измельчить. Сложить все ингредиенты в стеклянную посуду, залить уксусом и выдержать 2–3 недели.

Готовый уксус процедить, перелить в бутылку, плотно закупорить и хранить в сухом помещении, используя в течение полугода для ароматизации салатов и приготовления соусов к баранине.

Фиалковый уксус

| 0,5 л винного уксуса, 2–3 ст. ложки лепестков фиалки.

Лепестки фиалок сложить в стеклянную банку, залить уксусом, плотно закрыть крышкой и оставить на солнце или в теплом месте на 2–3 недели.

Готовый уксус процедить, слить в бутылку, закупорить пробкой и хранить в шкафу.

Использовать для соусов к мясу.

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ И ПРЯНОСТИ ДЛЯ СОУСОВ, ПОДЛИВ И ЗАПРАВOK

Когда-то специи, пряности и приправы ценились на вес золота. Часто они были, скорее, аптекарским, нежели кулинарным товаром.

Специи — это сахар, соль, сода, уксус, крахмал и другие вещества самого разного происхождения, в том числе и нерастительного. Они придают пище основной вкус и консистенцию — могут сделать ее соленой, сладкой, кислой и вместе с тем мягкой, густой, тягучей и т. д.

Приправы. Основное отличие приправ от пряностей состоит в том, что приправы можно есть как самостоятельное блюдо, например, намазав на хлеб (сметана, майонез, паста из томатов, яблоч, айвы и барбариса, кетчуп и т. д.).

Приправы делают блюдо более вкусным, сытным, питательным и легче усвояемым. Причем приправы не должны заглушать вкуса и аромата пищи, а лишь подчеркивать и усиливать их.

К приправам, используемым в питании, относятся: столовая горчица, столовый хрен, каперсы, маслины, пищевые кислоты (уксусная, лимонная), поваренная соль.

Правила применения приправ:

- Кисло-молочные приправы (сметана, кефир, катык, ряженка и т. д.) применяются к овощным и тестяным блюдам.
- Кисло-растительные приправы (томат, ткемали, барбарис, гранат) и кисло-сладко-растительные приправы (айва, кетчуп) — к мясным блюдам.
- Солено-растительные (каперсы, маслины) — к рыбным блюдам.
- Приправы никогда нельзя разводить водой.
- Молочные приправы разбавляют сывороткой, а растительные — яблочным или сливовым соком.

Горчица — однолетнее травянистое растение. Семена ее мелкие, шаровидные, черно-сизой, коричневой или бледно-желтой окраски. Свежие листья горчицы имеют нежный вкус, их можно добавлять в салаты, гарниры. Столовую горчицу вырабатывают из обезжиренных семян. Для этого порошок тщательно смешивают с небольшим количеством теплой воды, добавляют соль, сахар, растительное масло, уксус или лимонную кислоту, иногда гвоздику, корицу, перец и дают настояться несколько часов. При настаивании появляются характерные жгуче-острые запах и вкус.

Горчицу столовую добавляют в окрошки, салаты, заправки для салатов и в различные соусы.

Корни хрена используют в тертом виде с добавлением уксуса, сахара, соли, подают его со многими холодными закусками и блюдами (студень, заливное и отварное мясо, рыба и т. д.).

Маслины (оливы) в свежем виде используют в качестве гарнира. В них содержится 3% белка и 25–38% жира. Последний состоит в основном из ненасыщенных жирных кислот, поэтому оливковое масло не способствует накоплению жира в организме и может быть использовано для приготовления диетических блюд.

Каперсы употребляют в маринованном или соленом виде, используют их в качестве острой приправы к соусам и салатам.

Чеснок относится к пряным овощам, обладающим резкими вкусовыми и ароматическими свойствами. Чеснок повышает аппетит и сокоотделение, способствует лучшему перевариванию пищи, дезинфицирует желудочно-кишечный тракт, полость рта, носоглотку, легкие и т. д. Поэтому его используют для лечения и профилактики многих заболеваний, в частности гриппа, атеросклероза, бронхита, ангины. Кроме того, чеснок обладает болеутоляющими свойствами, замедляет ритм сердца, улучшает состояние здоровья при гипертонии, бронхиальной астме, заболевании кожи, усиливает рост волос, улучшает состояние зубов и т. д.

Суточная норма потребления чеснока — 2–3 зубчика.

Чтобы получить приятный и мягкий аромат, не следует допускать сильного и длительного нагревания чеснока.

Очень распространен в нашей стране дикий чеснок — **черемша**. Используют ее так же, как и чеснок. Чтобы смягчить резкий запах черемши, ее маринуют или сушат.

Сахар широко используется в пище. Среднесуточная норма потребления сахара составляет 50–100 г. Избыток его способствует возникновению сердечно-сосудистых заболеваний, повышает уровень холестерина и липопротеидов в крови, тем самым ускоряет заболеваемость атеросклерозом. Избыточное количество сахара откладывается в организме в виде жира, особенно при малоподвижном образе жизни. Кроме того, избыток сахара дает излишнюю энергию, что угнетает обмен веществ и общую жизнедеятельность организма.

Мед является продуктом животного происхождения. Это удивительный в своем роде природный продукт. Он обладает способностью убивать бактерии, богат витаминами и минеральными веществами. Мед — прекрасный продукт для питания детей. Мед полезен при сердечно-сосудистых заболеваниях, неврозах, усталости, бессоннице, для выздоравливающих больных, при инфекциях носоглотки и др.

Как приправу мед добавляют во многие мучные и крупяные блюда. Он хорошо сочетается с фруктовыми и молочными продуктами. С медом готовят множество напитков.

Пряности — это вкусовые вещества, которые добавляют к пище для придания ей соответствующего запаха, вкуса, цвета, что способствует лучшему восприятию и усвоению пищи.

Они не только меняют вкус блюда, придают ему аромат и жгучий привкус, но и отдают ему свои витамины и минералы, повышают срок его хранения и через пищу влияют на самочувствие.

Пряности применяют с различными целями:

- подчеркнуть специфические свойства продукта;
- придать готовому изделию соответствующий аромат;
- замаскировать нежелательный запах в продукте или блюде;
- изменить внешний вид, запах, цвет, вкус изделия;
- усилить сохранность продуктов;
- способствовать лучшему восприятию пищи и тем самым повысить ее пищевую ценность.

Ряд пряностей (например, зелень петрушки, укропа, сельдерея и различные перцы) не только улучшает внешний вид и вкус блюд, но и витаминизирует их.

Незаменимы пряности для приготовления маринадов, солений, квашений, компотов, сиропов, настоек, квасов.

Хорошей средой для них служат различные соусы (на сливочном и растительном масле, уксусе, сладкие) и сиропы.

Пряности целесообразно вводить в те изделия, которые имеют слабо выраженный вкус и аромат (например, блюда из свеклы). Необходимо умело сочетать пряности друг с другом и поваренной солью.

Иногда пряностей одного вида бывает недостаточно, чтобы заглушить нежелательный аромат или улучшить вкус блюда, тогда составляется «букет» или смесь из различных пряностей. Это дает возможность разнообразить аромат, получить различные оттенки цвета и вкуса пищи. Например, можно получить десятки вариантов одного и того же овощного блюда за счет добавления к нему различных смесей.

Хранить пряности нужно в молотом виде в стеклянной посуде с плотно закрывающейся крышкой для предотвращения

их окисления воздухом и потери специфических свойств и аромата.

Используют пряности в небольших количествах, как правило, мелко измельченными, чтобы не испортить внешнего вида блюда. Чем мельче они раздроблены, тем эффективнее действуют.

Многие пряности рекомендуется вводить в блюда и кулинарные изделия за 5–10 минут до их изготовления. В мучные, кондитерские и хлебобулочные изделия их добавляют при замесе теста.

К наиболее часто употребляемым пряностям относятся бадьян, ваниль, имбирь, кардамон, гвоздика, корица, лавровый лист, мускатный орех, перец (черный, белый душистый, стручковый), цедра (апельсиновая, лимонная, мандариновая), шафран, анис, базилик, иссоп, тмин, кориандр, майоран, мята, тимьян, укроп, петрушка, сельдерей, чабер, пастернак, шалфей, эстрагон.

Пряные растения, введенные в пищу до или после ее кулинарной обработки, придают ей приятный вкус и запах. Содержащиеся в них эфирные масла, минеральные соли и горькие вещества придают пище ароматические и вкусовые оттенки и ощущения.

Приправы применяют не по принципу «чем больше, тем лучше», а в зависимости от личного вкуса, опыта и чувства меры. Они не должны заглушать вкус блюд, а, наоборот, должны подчеркивать его, делать более тонким.

Специи и пряности широко используются в приготовлении вкусных и аппетитных соусов для ароматизации и придания им пикантного вкуса. Кроме того, пряные растения и специи обладают многими полезными свойствами и способствуют усвоению продуктов.

Следует заметить, что любыми специями или пряностями нельзя злоупотреблять, добавлять их в пищу нужно в небольшом количестве. Поскольку молотые и измельченные специи при длительном хранении частично теряют аромат, лучше, по возможности, измельчать или размалывать их непосредственно перед использованием.

Чтобы правильно использовать ароматические травы, необходимо знать их свойства.

Анис и **тмин** сходны по вкусу и запаху, в результате чего взаимозаменяемы.

Как пряности широко применяются в кулинарии: анис — главным образом, в кондитерском производстве, а тмин — в хлебопекарном.

Душистые семена аниса можно использовать для придания аромата сладким соусам и соусам, которые подаются к овощам и крупяным изделиям.

Рекомендуются для кисло-сладкого соуса к бараньим котлетам и отварной говядине, а также к пловам, хлебному квасу и мучным изделиям. Норма закладки: 0,5 г на порцию, до 2 г на 1 л — в соусы.

Ароматный уксус — столовый уксус, настоянный на пряных травах. Рецепт его приготовления в домашних условиях такой: в обычный трех-, шести- или девятипроцентный столовый уксус кладут эстрагон (тархун), сельдерей или укроп (100 г на 1 л уксуса), добавляют по вкусу кислое яблоко (лучше всего ароматное антоновское), нарезанное дольками, листья черной смородины, липовый цвет или лавровый лист, плотно закрывают сосуд с уксусом, выдерживают в темном месте 15 дней и процеживают через двойной слой марли.

Готовым уксусом заправляют винегреты, салаты, сельдь, форшмак и другие закусовые блюда.

Бадьян — звездчатые плоды вечнозеленого дерева, имеющие аромат аниса и сладковатый вкус. Вкус — сладковато-горький.

Используется в различных соусах, салатных заправках и приправах, при производстве булок, пряников, хлебного кваса, соусов (лукового, кисло-сладкого), компотов, киселей. В сладкие блюда бадьян вводят перед окончанием их варки.

Избыток бадьяна может придать блюду горечь.

Базилик — эта трава имеет своеобразный аромат и резкий пряный вкус. Более пряным и лучшим считается мелколистный базилик. Его используют вместо лаврового листа в подливах к мясу и рыбе, к овощным блюдам (особенно к брюкве) и свежим салатам, которым базилик придает особый вкус. Применяют его и при консервировании огурцов.

Сухие или свежие листья базилика сами по себе или в смеси с другими пряновкусовыми растениями служат очень хорошей приправой к мясным блюдам и консервам.

Свежие и сушеные листья его применяют при изготовлении салатов (овощных, фруктовых), соусов, овощных супов, маринадов, творожных и яичных блюд, а также при засолке и квашении овощей.

В первые и вторые блюда базилик вводят за 5–10 минут до их готовности.

Барбарис — из ягод барбариса готовят варенье, желе, соки, сиропы, кисели, а также используют их как приятную кислую приправу.

Высушенные и истолченные в порошок ягоды барбариса подают отдельно в розетках как приправу ко многим блюдам (почкам, филе на вертеле, люля-кебаб и особенно к шашлыкам). Ими также заправляют всевозможные пловы, их добавляют в сухую колбасу.

Маринованный барбарис обладает приятным кислотным вкусом и хорош к жареному мясу, к дичи и домашней птице.

Белые коренья — петрушка, пастернак и сельдерей.

Ваниль — это высушенные и измельченные плоды многолетней плетушейся орхидеи. Используется в небольших количествах для ароматизации сладких соусов.

Ванилин — белый кристаллический порошок, получаемый химическим путем из стручков ванили. Применяется так же, как ваниль, — в маленьких дозах для сладких соусов. Если ванилина слишком много, у соуса появляется горький неприятный привкус.

Гвоздика — пикантно-острые высушенные цветочные почки гвоздичного дерева, которые используются как в молотом, так и в целом виде.

Применяется для ароматизации соусов, подаваемых к фруктам, блюдам из красной капусты, мяса и рыбы. Ее часто используют для приготовления жидких маринадов и фруктово-ягод-

ных соусов, при тушении говядины, баранины с черносливом, рагу из баранины, а также добавляют в колбасы.

Столовая горчица — самая распространенная приправа к блюдам. Горчицу можно приобрести готовой или приготовить самостоятельно.

Готовую горчицу хранят в плотно закрытой стеклянной посуде в темном прохладном месте. К столу подают в специальной горчичнице.

Душистый перец (гвоздичный) — высушенные семена субтропического пигментного дерева. Широко применяют как приправу для тушеных мясных блюд, для варки рыбных бульонов и некоторых соусов, для приготовления различных соусов и заправок к фруктовым салатам, а также при мариновании продуктов.

Имбирь — корень многолетнего травянистого растения, обладающий насыщенным горьковатым вкусом и сильным пряным ароматом. Используется в целом или молотом виде (свежий или высушенный) для придания аромата соусам, подаваемым к мясным и рыбным блюдам, блюдам из овощей, риса, сладким пудингам. Хорошо сочетается с мускатным орехом и кардамоном, а в свежем виде — с чесноком.

Рекомендуется применять в небольшом количестве.

Иногда имбирь сочетают с мускатным орехом и кардамоном.

Хранят корень не дробленным, чтобы не улетучился запах, а в блюда кладут измельченным незадолго до их готовности.

Кардамон — незрелые высушенные плоды тропического растения с тонким пряным ароматом и слегка острым камфорным вкусом.

Применяют для ароматизации мучных кондитерских и дрожжных изделий, а также овощных, бобовых и крупяных блюд.

В горячие блюда кардамон вводят перед окончанием варки, в холодные — перед подачей на стол. Добавляют его также в сочетании с другими пряностями в некоторые соусы.

Кайенский перец — очень жгучие и острые зрелые и незрелые плоды красного стручкового перца. Используется в свежем

(в стручках) и сушеном виде (в порошке) для придания остроты салатным заправкам и соусам к блюдам из мяса и яиц. Рекомендуется употреблять в малых дозах из-за жгучего вкуса.

Калинджи — маленькие черные, похожие на капельки, семена этого растения обладают островатым вкусом и при поджаривании источают аромат, похожий на запах душицы.

Добавляется в соусы к блюдам из овощей, бобовых, риса и других круп.

Каперсы — темно-зеленые почки вечнозеленого средиземноморского растения, имеющие терпкий вкус. Используются в маринованном или соленом виде для приготовления пикантных соусов к блюдам из яиц, рыбы и мяса.

Карри — порошкообразная смесь золотисто-желтого цвета, включающая до нескольких десятков трав и специй. Основными компонентами являются куркума, кориандр, горчица, имбирь и лист карри.

Рекомендуется для приготовления холодных и горячих соусов к блюдам из риса, сыра, яиц, творога, мяса, рыбы и овощей.

Кинза — употребляют ее в свежем или сушеном виде при изготовлении блюд кавказской (преимущественно грузинской) и восточной кухни. Кроме того, свежую кинзу подают на стол так же, как и свежий эстрагон (тархун), кресс-салат и другую пряную зелень.

Кориандр — широко используют в мучных и кондитерских изделиях, а также в тушеных блюдах из мяса и дичи. Кориандр используют в виде свежей или сушеной зелени, которую чаще называют кинзой, а семена — кориандром.

Применяют при изготовлении салатов, супов, рисовых, яичных и творожных блюд.

Растертые семена добавляют в тесто при выпечке хлебобулочных изделий.

Корица — ее используют в молотом виде (иногда в виде палочек) для приготовления маринадов, добавляют в сладкие супы

из фруктов, голубцы, овощное рагу, изделия из теста, сладкие блюда из фруктов, творога и т. п., а также подают к блюду отдельно в розетке.

Красный стручковый перец — ярко-красные плоды однолетнего растения родом из Мексики и Гватемалы. Обладает сильным жгучим вкусом, поэтому в высушенном и смолотом виде его иногда смешивают с другими видами перца этого семейства, смягчая остроту.

Используется для приготовления разнообразных острых соусов.

Кресс-салат — пряная трава, богатая витамином С и каротином, имеющая острый вкус, напоминающий вкус редьки, и используемая в свежем виде с салатами и бутербродами с маслом, творогом и яйцом.

Кунжут (или «сезам») — мелкие плоские семена, которые по вкусу напоминают орехи, поэтому обжаренный кунжут используют для придания особого орехового привкуса и аромата различным соусам.

Куркума — душистый ярко-желтый порошок из высушенного и смолотого корня многолетнего растения семейства имбирных. Используется в небольших количествах для ароматизации и придания желтоватого цвета соусам, которые подаются к мучным и бобовым блюдам, яйцам, тушеным овощам и мясу.

Лавровый лист — очень приятная и ароматная пряность, употребляемая при приготовлении рыбной ухи, мясных борщей, солянок, бульонов и других первых блюд, при отваривании, припускании и тушении вторых рыбных и мясных блюд, маринадов, соусов и пр.

В блюда лавровый лист закладывают за 5–10 минут до окончания тепловой обработки.

Кроме того, необходимо учитывать, что при его длительном кипячении эфирные масла улетучиваются и блюда приобретают горький привкус.

Норма закладки: 0,1–0,5 г или 1 лист на блюдо.

Лимонная кислота — специя, почти так же необходимая в кулинарии и пищевом производстве, как соль, уксус и перец. Она особенно нужна при приготовлении кондитерских изделий, варенья, компотов, безалкогольных напитков.

По сравнению с уксусом, лимонная кислота имеет менее острый и менее резкий вкус, благодаря чему ее предпочитают класть взамен уксуса в тесто и в некоторые супы и соусы.

Лук (репчатый и зеленый) — первейшая приправа в кулинарии. Сырой или вареный, жареный или тушеный — в умелых руках повара он становится неременной принадлежностью многочисленных блюд.

Чем больше лука в пище, тем она ценнее.

Лук-резанец (шнитт-лук) — многолетний зеленый лук салатного назначения. Его полезные для здоровья качества сделали резанец популярной приправой.

Вегетарианские бутерброды и бутерброды с яйцами, творог, супы, салаты и блюда из свежих овощей становятся значительно вкуснее при добавлении к ним лука-резанца.

Майоран — это одна из наиболее известных приправ к картофельным блюдам, гороху, белым бобам, к рубленому мясу и колбасе. С майораном подливы и соусы становятся вкуснее. В небольших количествах растение используют с салатами и блюдами из сырых овощей, придавая тонкий аромат пище. У майорана используют сухие листья и цветочные почки.

Применяют при изготовлении овощных и грибных салатов и супов, творожных и сырных изделий.

Маслины — консервированные плоды оливкового дерева. Они придают блюду своеобразный привкус и повышают калорийность за счет содержания большого количества жира.

Маслины употребляют как приправу почти ко всем блюдам, а также как составную часть гарнира или как самостоятельную закуску.

Мелисса лимонная — ее используют в свежем или сушеном виде для приготовления блюд, где необходим аромат лимона.

Салаты рыбные, мясные и из свежих овощей, а также соусы для блюд из мяса, рыбы и грибов становятся особенно вкусными при добавлении в них Melissa.

Можжевельные ягоды — мясистые плоды можжевельника с острым сладковатым вкусом и пряным ароматом.

Ягоды используют как в сушеном, так и в свежем виде для приготовления соусов к блюдам из мяса и дичи и заправки для квашеной капусты.

Хорошо сочетаются с тмином и майораном.

Мускатный орех — плотные маслянистые светло-коричневые ядра плодов тропического дерева.

Применяется в малых дозах в молотом виде для придания аромата соусам, подаваемым к овощным и рыбным блюдам, рису и сладостям, его используют в измельченном виде как приправу к мясу, а также добавляют в кондитерские изделия.

Молоть или натирать на терке мускатный орех желательно непосредственно перед использованием.

Мята — в кулинарии чаще всего ее используют для ароматизации некоторых пищевых продуктов и напитков (мятный квас, мятные пряники, мятный соус и т. д.), а также некоторых национальных блюд. В свежем виде мяту применяют и как приправу.

Особенно ценится мята перечная, листья которой оставляют во рту освежающий охлаждающий вкус. При добавлении небольших доз в соусы, супы и салаты из свежих овощей она придает пище особый аромат, вызывающий аппетит.

Огуречная трава — свежие молодые листики этого растения с запахом и вкусом свежих огурцов используются для приготовления сметанных, томатных и горчичных соусов. Кроме того, цветами огуречной травы можно окрасить ароматизированный уксус в синий цвет. Листья употребляют в основном в свежем виде.

Огуречная трава хорошо сочетается с овощами и грибами. Ее можно использовать для приготовления первых блюд.

Оливки — плоды оливкового дерева, снятые до полного созревания (зеленые). Употребляемые, как и маслины, в консервированном виде, они придают мясным блюдам остро-горьковатый привкус, а также повышают его калорийность за счет содержания в них жира.

Оливки служат приправой для различных солянок, отварного мяса, а также самостоятельной закуской или гарниром в виде фаршированных плодов, смешанных со сливочным маслом, тертым сыром или протертой сельдью.

Паприка — острый мелкий красный перец. В большинстве случаев используется в молотом виде, очень редко — в стручках. Придает различным соусам приятный острый вкус.

Паприку нельзя долго нагревать, лучше посыпать ею готовое блюдо.

Кроме того, нужно иметь в виду, что разогретая на жире паприка становится очень горькой.

Пастернак — пряный овощ (по вкусу несколько грубее петрушки), содержащий эфирные масла, придающие блюдам своеобразный аромат. У огородного пастернака толстый мясистый корень, который, как и его листья, широко используют в сушеном и свежем виде для ароматизации бульонов в процессе их варки.

Пастернак также применяют при консервировании, при солении огурцов, в маринадах и т. п.

Перец — черные и белые семена тропического дерева, обладающие острым вкусом.

Черный и белый перец получается от одного и того же вида растений. Черный перец готовят из незрелого высушенного зерна, а белый — из зрелых и перезрелых зерен, с которых удалены плодовые оболочки. Большой остротой обладает черный перец, употребляемый как приправа к мясным и рыбным блюдам.

Обычно в борщи и супы рекомендуют класть по 1–2 горошины перца на тарелку, при тушении мяса или овощей — по 2–3 горошины на порцию, в студень — по 10–15 горошин на 0,5 кг голья, а в маринады — 10–15 горошин на 1 л жидкости.

Перец молотый (черный и красный) — основная приправа, которую ставят на стол, как соль, горчицу и уксус, чтобы ею пользоваться по вкусу, приправляя первое или второе блюдо, или закуску. Кроме того, его добавляют в мясной или рыбный фарш, а также применяют при заправке винегретов, салатов и горячих соусов.

Петрушка — ценность петрушки для здоровья человека связана с высоким содержанием в ней витамина С и минеральных веществ. По содержанию калия (1000 мг на 100 г) она стоит на первом месте среди всех овощей. Очень хороша петрушка в виде гарнира.

Для приготовления соусов и бульонов используется корень и зелень петрушки в свежем и сушеном виде.

Помидоры — их красные дольки, добавленные к салату, не только обогащают его витаминами, но и радуют глаз, возбуждая аппетит. Тушеные помидоры придают подливам, супам и вторым блюдам пикантную кислоту. Томатное пюре в небольших количествах улучшает вкус пищи.

Портулак — пряное овощное растение, отваренные молодые побеги и листья которого с добавлением чеснока, уксуса и соли применяют как приправу к мясным и рыбным блюдам. Листья портулака можно тушить и жарить. Их добавляют также в салаты из свежих овощей.

Из свежего портулака готовят салат, для чего его отваривают, отжимают и заправляют: на 300 г портулака берут 20 мл винного (виноградного) или яблочного уксуса, 3 г чеснока и по вкусу соли и перца.

Пряная зелень — различные острые и пряные зеленые травы, подаваемые на стол в свежем виде (эстрагон, кинза, чабер, чабрец, майоран, базилик, мята, петрушка, укроп, сельдерей, кервель и др.). Все они чрезвычайно полезны, так как придают пище приятный вкус и аромат, способствуют лучшему ее усвоению.

Сельдерей — самый ароматный и нежный из белых корнейев. Корень сельдерея используют наравне с петрушкой, он при-

дает блюдам неповторимый вкус и аромат. Черешковый (стеблевой) сельдерей хорош в сочетании с другими овощами в салатах, а листовой применяют для ароматизации супов, бульонов, соусов, для украшения салатов и других блюд.

Листья сельдерея, имеющие характерный запах и вкус, используют для приготовления блюд из картофеля и других, т. е. там, где вкусу сельдерея придают большое значение.

Соль — основная приправа, подаваемая на стол в специальной солонке. На стол подают соль самого мелкого размола в виде чистого белоснежного порошка. Но для приготовления пищи, а также для засолки и маринадов можно использовать соль покрупнее, дробленую и более крупного размола.

Очень важно знать, когда именно следует солить блюдо или закуску в процессе их приготовления. Мясной бульон солят перед окончанием варки мяса (за 25–30 минут), рыбный бульон и картофель — в начале варки, бобовые — только после их размягчения. Мясо, рыбу, овощи солят перед обжариванием, а панированные полуфабрикаты — до панирования или во время панирования. Из овощей только картофель следует солить перед окончанием обжаривания. В соусы соль добавляют перед окончанием их приготовления.

При этом надо помнить, что несоленые блюда невкусны, но излишек соли вреден и превращает любимые блюда в несъедобные.

Тимьян (чабрец) — высушенные измельченные листья этого многолетнего растения обладают сильным острым вкусом и приятным душистым ароматом. Используется для приготовления соусов к мясу, рыбе, грибам, бобовым, применяется в качестве приправы к сыру. Хорошо сочетается с чесноком, луком и лавровым листом.

Тмин — удлиненные коричневые семена травянистого растения, имеющие приятный аромат и сладковатый, слегка горький и острый вкус.

Листья тмина добавляют в салаты или используют при варке овощных супов. Семена употребляют при производстве хлебобулочных изделий, засолке и квашении овощей, а также ис-

пользуют в качестве приправы к различным блюдам, особенно из капусты, творога, брынзы, сыра. Используется в целом и молотом виде для приготовления соусов к сырным, овощным, рыбным и мясным блюдам, изделиям из теста.

Тмин может утратить аромат при длительном хранении и при смешивании с другими специями и пряностями, кроме соли и перца.

Укроп — самое популярное пряное растение с сильным запахом и приятным вкусом. Молодой зеленый укроп используют в кулинарии в качестве ароматной пряной травы, мелко нарезая и посыпая ею первые и вторые блюда, салаты и закуски. Молодая ботва укропа пригодна также для подлив, которые готовят для мясных и рыбных блюд.

Укроп улучшает вкус овощных и грибных блюд и является ценной приправой ко всем блюдам из белых и зеленых овощей.

Созревший укроп к столу не подают из-за его грубоватого вида. Зато в начальной стадии созревания все растение, кроме корней, кладут в соленья, квашения, маринады.

Уксус — незаменимая приправа к закускам, салатам и некоторым первым блюдам, подаваемая на стол в специальном приборе. Он необходим также для маринадов и солений.

Существует несколько разновидностей уксуса: уксусная эссенция, обычный спиртовой уксус различной концентрации, фруктовый уксус (виноградный или яблочный) красноватого или желтоватого цвета и ароматизированный столовый уксус, настоянный на косточковых плодах, травах или пряностях (базилик, алыча, слива, чабер, лимонная мята, эстрагон, сельдерей и др.). Для домашнего стола наилучшим считают столовый винный уксус и ароматизированный эстрагонный (тархунный), отличающийся очень приятным запахом.

Уксус обладает довольно сильно выраженным специфическим запахом, в результате чего его добавляют в те блюда, кушанья и закуски, вкусу которых этот запах соответствует. Во всех остальных случаях (для приготовления сладких кушаний, соусов, кремов, желе, компотов, киселей и т. п.) применяют вместо уксуса лимонную кислоту, которая вообще лишена запаха и поэтому наиболее подходит для этих блюд.

Фенхель — в кулинарии используются высушенные длинные бледно-зеленые семена этого растения, похожие на семена тмина и ароматом напоминающие анис. Применяется для придания сладковатого, слегка острого вкуса соусам, которые подаются к блюдам из рыбы, свинины, печени и почек, к холодным закускам и изделиям из теста.

Хрен — из корневищ хрена готовят острую приправу (хрен с уксусом или со сметаной), подаваемую к рыбным блюдам, отварному мясу, студням и др. Употребляют хрен также с жирным мясом и сосисками, его используют для приготовления соусов, подливок и супов, для засолки огурцов, маринования свеклы, перца и т. п. Его рекомендуют также для приправы к салатам из сырых овощей. Полезным блюдом является смесь взбитого в пену сливочного масла с тертым хреном, которую намазывают на хлеб. Хрен с яблоками и взбитыми сливками подают к праздничному столу.

Готовят хрен следующим образом: очищенный, промытый, а затем натертый хрен заливают кипятком и закрывают посуду крышкой. Когда хрен остынет, добавляют в него по вкусу уксус, соль, сахар и тщательно перемешивают. Иногда такой хрен подкрашивают тертой свеклой (на 300 г хрена — 200 г свеклы, 250 мл 3%-ного столового уксуса, 450 мл воды, по 20 г соли и сахара). Некоторые любят хрен со сметаной. В этом случае на 300 г хрена берут 700 г сметаны и по 15 г соли и сахара.

Цедра — верхний слой кожуры цитрусовых плодов (лимона, апельсина, мандарина и др.). В кулинарии применяется главным образом для ароматизации кондитерских изделий, а также добавляется в некоторые мясные изделия, маринады и соусы.

Чабер — из-за пряного запаха и несколько острого, жгучего вкуса растение называют в народе «перечной травой». Чабер применяют в свежем и сушеном виде с рубленным мясом, супами и подливами. Овощным блюдам, в частности зеленым бобам и свежим салатам, он придает особенно привлекательный аромат.

Чеснок — одна из основных приправ, наравне с луком. Как пряность он особенно пригоден для жирных блюд, так как спо-

собствует их лучшему усвоению. Неприятного запаха можно избежать, применяя чеснок в малых количествах, мелко нарезанным. Достаточно натереть зубчиком чеснока миску для салата, и аромат перейдет в блюдо.

Шафран — ароматные высушенные и измельченные рыльца цветков шафранового крокуса, собранные вручную и обладающие сильным характерным запахом. Эта специя очень дорогая, поэтому ее часто подделывают и продают значительно дешевле.

Используется для придания приятного аромата и желтого цвета соусам к рыбе, рису, сыру, сладким блюдам.

Эстрагон (тархун) — листья и молодые побеги эстрагона в свежем и высушенном виде обладают очень сильным пряным ароматом. Их кладут в маринады, салаты, соусы, для настойки ароматического уксуса, при солении огурцов, помидоров, перца и тыквы, а также используют как приправу к различным блюдам. Достаточно нескольких веточек эстрагона, чтобы получить своеобразный пикантный вкус. Свежие и сухие листья растения добавляют к подливам для рыбных и мясных блюд и к различным сырым овощам.

Без эстрагона невозможно приготовить хороший маринад. Его мелко рубят, засыпают в бутылку, заливают уксусом, плотно закупоривают и через некоторое время получают крепкий концентрат, который в небольшом количестве добавляют в пищу. По мере расходования маринада можно доливать уксус.

Особенно пикантный соус получается при добавлении в подливу измельченных листьев эстрагона, вынутого из уксуса.

Пряные травы. О пряных травах (сельдерей, петрушка, кориандр, кервель, фенхель, огуречная трава, тмин, иссоп, эстрагон, мята, мелисса, майоран, душица, чабер, базилик, тимьян и др.) узнали в Европе только в XIII—XVII веках.

Столовая зелень нашла широкое применение в кулинарии во всех странах мира, поскольку является не только приправой, но и целебным средством. При добавлении зелени пища обогащается витаминами и минеральными веществами, содержащимися в зеленых листьях. Перед применением зелень про-

мывают под струей воды и разделяют на влажной деревянной доске кухонным ножом или секачом.

Свежую зелень добавляют непосредственно перед сервировкой стола, а сушеную заблаговременно. Не следует употреблять сразу много разных трав и слишком много пряностей. Зелень, как и пряности, должна не заглушать, а подчеркивать собственный нежный аромат овощей.

Чтобы сохранить зелень свежей, ее нужно вымыть, завернуть во влажную салфетку, положить в миску и поставить в холодное место.

Зимой используют сушеную зелень, для чего большинство трав срезают перед цветением, связывают в пучки и вешают в хорошо проветриваемом помещении или раскладывают для сушки на заборе. Ни в коем случае нельзя сушить зелень у печки или на солнце. Сухую зелень растирают в порошок через волосяное сито и заполняют ею темные банки с закручивающейся крышкой или широкогорлые аптечные пузырьки с притертой стеклянной пробкой. Это самый гигиеничный способ хранения зелени, так как запах и цвет ее при этом не исчезают.

Умеренное количество пряностей и приправ не только благотворно влияет на вкус пищи, но, воздействуя на организм и увеличивая выделение пищеварительных соков, активно содействуют более полному усвоению пищи.

Однако нельзя забывать, что излишнее количество пряностей вызывает резкое раздражение слизистой оболочки пищеварительных органов, не нужное здоровому человеку и особенно вредное для больного.

Специи, пряности и приправы: что куда добавлять

Приводим наиболее распространенные пряности для приготовления самых известных блюд и напитков. Естественно, не следует добавлять их все сразу.

Необходимо учитывать своеобразие вкуса, правильную дозировку, экспериментирование, изучение существующих и создание собственных рецептов и секретов. Поэтому здесь не приводим готовые рецепты, а лишь перечисляем пряности, которые можно использовать в тех или иных блюдах.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА, СУПЫ

Мясной суп

Лук, чеснок, петрушка, морковь, кольраби, шафран, куркума, лук-порей, сушеные грибы, карри, черный перец, лавровый лист, любисток, пастернак, тимьян, мускатный орех, перец овощной свежий, перец жгучий (феферон), кайенский перец, базилик, чабер, розмарин, огуречная трава, кардамон.

Овощной суп

Чеснок, мята перечная, морковь, петрушка, сельдерей, любисток, свежая зелень пряных овощей, черный перец, базилик, чабер, шалфей, майоран, карри, бедренец камнеломковый, сушеные грибы, огуречная трава, тысячелистник, пастернак, портулак, розмарин.

Грибной суп

Смесь свежих или сушеных грибов, лук, чеснок, перец красный сладкий и жгучий, кайенский перец, черный перец, тмин, базилик, розмарин, эстрагон, петрушка, лук-резанец, сельдерей, любисток.

Луковый суп

Лук, чеснок, черный перец, любисток, тмин, базилик, чабер, тимьян, мускатный орех, майоран.

Суп из фасоли

Лук, чеснок, черный перец, тмин, майоран, мускатный орех, базилик, красный перец сладкий и жгучий, кориандр, иссоп, чабер.

Картофельный суп

Лук, чеснок, перец черный, майоран, тмин, базилик, купырь, мускатный орех, перец красный сладкий, бедренец камнеломковый, лавровый лист, галгант, тысячелистник, пастернак, иссоп.

Гороховый суп

Чеснок, лук, черный перец, гвоздика, тмин, мускатный орех, кориандр, чабер.

Рыбный суп

Лук, чеснок, перец черный, перец красный сладкий и жгучий, перец душистый, розмарин, шалфей, майоран, мускатный орех, карри, укроп, тимьян, кайенский перец, лаванда, любисток, чабер, лавровый лист, аир.

Борщ

Лук, чеснок, петрушка, купырь, тмин, любисток, можжевельник, черный перец.

Щи из квашеной капусты

Чеснок, лук, черный перец, грибы, красный перец сладкий и жгучий, кайенский перец, майоран, любисток, лавровый лист, базилик, можжевельник, розмарин.

Солянка

Лук, грибы, маслины, черный перец, укроп, лимонный сок, каперсы.

Бульон

Чеснок, лук, базилик, эстрагон, лавровый лист, мускатный орех (цвет), любисток, мелисса лекарственная.

ВТОРЫЕ БЛЮДА, ГАРНИРЫ

Гарнир из савойской капусты

Анис, майоран, тмин, базилик, лук, чеснок, можжевельник.

Гарнир из цветной капусты

Базилик, чабер, эстрагон, мускатный цвет.

Гарнир из белокочанной капусты

Тмин, гвоздика, черный перец, перец красный жгучий или сладкий, майоран, кориандр, чеснок, лук, огуречная трава, аир.

Гарнир из квашеной капусты

Лук, чеснок, черный перец, грибы, красный перец сладкий или жгучий, майоран, любисток, лавровый лист, тмин, мускатный орех, пряности для супа, хрен, базилик, эстрагон, фенхель, перец душистый, можжевельник.

Гарнир из шпината

Чеснок, укроп, перец душистый, базилик.

Гарнир из гороха

Тимьян, розмарин, тмин, купырь, кориандр, мускатный орех (цвет), петрушка, лук, чеснок, базилик, чабер.

Гарнир из чечевицы

Чабер, карри, кориандр, черный перец, лук, чеснок.

Гарнир из сушеной фасоли

Черный перец, майоран, чабер, чеснок, лук, купырь, кориандр, перец красный сладкий или жгучий, черный перец, белый или зеленый перец, сельдерей, шавель кислый, карри.

Гарнир из бобовых

Чабер, карри, имбирь, мускатный орех (цвет), перец красный сладкий или жгучий, черный перец, белый или зеленый перец, майоран, лук, чеснок.

Блюда из картофеля

Лук, сельдерей, черный перец, петрушка, майоран, мускатный орех, тмин, базилик, чабер, тимьян, укроп, лавровый лист, аир.

Картофель жареный

Лук, черный перец, тмин, майоран, базилик, тимьян, чабер.

Картофельное пюре

Лук, черный перец, мускатный орех (цвет), петрушка, свежая пряная зелень, купырь.

Рис

Карри, эстрагон, имбирь, кардамон, чеснок, любисток, купырь, мускатный орех (цвет), перец красный, петрушка, шафран, портулак, майоран, душица, миндаль горький и сладкий, кориандр.

МЯСО, ДИЧЬ, ПТИЦА

Блюда из мяса

Лук, чеснок, красный перец сладкий и жгучий, кайенский перец, базилик, чабер, шалфей, тимьян, розмарин, карри, душица, лавровый лист, имбирь, грибы, можжевельник.

Рагу из мяса

Лук, чеснок, черный перец, красный перец сладкий и жгучий, базилик, чабер, карри, эстрагон, можжевельник, каперсы, гвоздика, кресс-салат.

Гуляш

Лук, чеснок, красный перец жгучий и сладкий, кайенский перец, черный перец, майоран, тмин, имбирь, мускатный цвет, любисток, кориандр, лавровый лист, розмарин, душица, галгант, тысячелистник, пряности для супа.

Бифштекс

Чабер, кардамон, хрен, шалфей, базилик, розмарин, кресс-салат.

Жареная баранина

Базилик, имбирь, каперсы, кардамон, чеснок, тмин, лаванда, любисток, лавровый лист, гвоздика, красный перец сладкий и жгучий, перец душистый, розмарин, шафран, можжевельник, эстрагон, мята перечная, мелисса лекарственная, майоран, аир.

Жареная свинина

Чеснок, лук, майоран, черный перец, базилик, шалфей, душица, красный перец сладкий и жгучий, лавровый лист, розмарин, тимьян, тмин, чабер, мускатный цвет, можжевельник, кардамон, кориандр, мелисса, аир, иссоп.

Жареная дичь

Лук, чеснок, черный перец, мускатный цвет, перец душистый, майоран, лавровый лист, душица, розмарин, можжевельник, тмин, мелисса.

Дичь в собственном соку

Базилик, чабер, лук, чеснок, черный перец, кайенский перец, кориандр, лавровый лист, гвоздика, тысячелистник, грибы, красный перец сладкий и жгучий, тертая петрушка, майоран, мускатный орех или цвет, тмин, тимьян, розмарин, можжевельник, эстрагон, шалфей, карри, пряности для супа.

Жареная птица

Майоран, черный перец, красный перец сладкий и жгучий, карри, шалфей, эстрагон, тимьян, розмарин, тмин, чабер, корица, имбирь (если вы не хотите, чтобы нежирная птица в процессе жарения или цыпленок на вертеле сильно высохла, то при помощи шприца впрысните в крылья, ножки и грудку смесь горячего вина в количестве приблизительно 100 г, соли и пряностей тонкого помола; в цыпленка впрыскивают смесь масла, растопленного в вине).

Утка

Майоран, черный перец, шалфей, тысячелистник, корица, тимьян, карри, имбирь, розмарин, чабер, эстрагон.

Гусь

Майоран, шалфей, эстрагон, розмарин, тимьян, черный перец, карри, чабер.

Индейка

Майоран, шалфей, эстрагон, розмарин, тимьян, черный перец.

Курица

Майоран, карри, розмарин, тимьян, имбирь, корица.

Куриная печень

Шалфей, лук, немного черного перца, розмарин.

Субпродукты

Укроп, эстрагон, лавровый лист, майоран, мускатный цвет, гвоздика, петрушка, черный перец, перец душистый, лук, чеснок, лук-резанец, можжевельник, лимонный сок.

Колбаса домашняя

Чеснок, черный перец, тмин, красный перец сладкий и жгучий, майоран (но не в колбасу, предназначенную для длительного хранения), лавровый лист, тимьян, базилик.

Студень

Перец душистый, чеснок, лук, черный перец, красный перец сладкий или жгучий, лавровый лист, гвоздика.

РЫБА

Блюда из рыбы

Зелень и корень петрушки, черный перец, майоран, мускатный цвет, карри, укроп, чабер, эстрагон, лук, чеснок, перец красный сладкий и жгучий (сушеный или свежий), перец душистый, розмарин, шалфей, тмин, горчица белая, тимьян, пастернак, лавровый лист, мята перечная.

Жареная рыба

Базилик, черный перец, листовая зелень, чеснок, чабер, бедренец-камнеломка, огуречная трава, фенхель, укроп, тмин, мускатный цвет, перец красный сладкий, петрушка, Melissa, карри, миндаль горький и сладкий, кардамон, кориандр, кресс-салат.

Тушеная и вареная рыба

Лук, чеснок, мускатный цвет, гвоздика, лавровый лист, тертая петрушка, базилик, чабер, фенхель, перец душистый, розмарин, Melissa, бедренец-камнеломка, карри.

НАПИТКИ

Компот из слив

Анис, мускатный орех, перец душистый, шалфей.

Компот из груш

Имбирь, мускатный орех, гвоздика.

ПРИПРАВЫ НАРОДОВ МИРА

Аджика — жгучая грузинская приправа к мясу, ее готовят из смеси ароматных трав (хмели-сунели), красного перца, чесно-

ка, зелени кориандра (кинзы) и укропа. К смеси сухих трав и специй добавляют немного соли и винного уксуса, чтобы получилась густая паста — ее можно хранить длительное время в плотно закупоренной стеклянной или керамической посуде. Вообще говоря, в традиционной грузинской кухне особо острые соусы не слишком распространены, поэтому аджика больше характерна для кухонь Мингрелии и Абхазии.

Аджику используют как готовую приправу не только к мясным, но и к рисовым, овощным блюдам, а также к блюдам из отварной фасоли, например, к лобио.

Бахарат (baharat) — жгучая душистая смесь пряностей и специй, используемая во многих странах Персидского залива и Северной Африки (Ливии, Тунисе, Сирии, Алжире, Марокко, Ливане, Иордании и Палестине) как приправа к мясу и овощам. Единого рецепта приготовления не существует, в нее могут входить: мускатный орех, черный перец, душистый перец, кориандр, кумин, гвоздика, корица, сладкий и жгучий красные перцы, кардамон, а иногда даже равные части толченых бутонов розы и корицы. Главным и обязательным ингредиентом бахарата всегда остается черный перец *baḥaḡ*, давший название всей пряной смеси.

Перед употреблением смесь обычно быстро обжаривают в растительном масле и готовят с такой приправой кускус, блюда из баранины, рыбы, айвы, каштанов и абрикосов.

Баттуто (battuto) (дословно: «избитый, отбитый») — итальянская приправа из порубленных овощей и ароматных трав. Делая покупки у зеленщика, хозяйка не забудет попросить *gli odori* (ароматные травки). Развернув пакет или газету, она найдет там маленькую луковку, морковку, черешок сельдерея, пучок петрушки, а летом — и пучок базилика. Все это — компоненты баттуто, без которых немислим ни один итальянский мясной соус. Овощи и травы рубят очень тонко с помощью *mezzaluna* (дословно: «полумесяц») — острого резака в форме полумесяца — на любой итальянской кухне это второй по важности (после кастрюли для варки спагетти) предмет кухонной утвари. Для кролика, дичи или курятины в баттуто добавляют розмарин, шалфей, чеснок; для ягненка — только розмарин и чеснок, а для свиной вырезки розмарин заменяют лимонной цедрой.

Бербере — классическая эфиопская пряная (очень острая) смесь, в ее состав входят чеснок, красный жгучий перец, кардамон, кориандр, шамбала и др.

Единого рецепта нет, так как практически в каждой эфиопской семье смесь составляют по-своему. Сначала на сухой сковороде обжаривают красный стручковый перец, пока он не потемнеет, затем добавляют длинный и черный перец, имбирь, семена кориандра, греческий пажитник и немножко ажгона (айована). Сладкие тона, столь характерные для арабского кулинарного стиля, достигаются включением в смесь корицы, кардамона, гвоздики и душистого перца. После нескольких минут обжаривания все специи перемальвуют.

Бербере традиционно приправляют блюда из баранины; часто ее готовят в виде очень жгучей красной пасты, которую подают к тушеным блюдам и добавляют в рагу и супах.

Букет гарни (bouquet garni) — классическая французская смесь пряных трав, которую кладут в первое блюдо в процессе приготовления. В малый букет гарни входят: лавровый лист, петрушка, сельдерей, тмин и перец; в большой дополнительно включают эстрагон, базилик, чабрец, майоран и розмарин; на юге Франции иногда добавляют и апельсиновую цедру.

Существует и простейший вариант: 1 лавровый лист, веточка тимьяна и 3 стебелька петрушки. Набор трав связывают ниткой или кладут в марлевый мешочек, опускают на пять минут в бульон, перед тем как снять его с огня, а затем вынимают.

Бумбу (bumbu) — общее название индонезийских смесей, измельченных свежих специй и приготовленных из них пряных паст, композиция смесей подбирается специально к конкретному блюду. Как правило, такие смеси составляют из лука (это основа), острого перца, чеснока, лимонного сорго, корня галанги, имбиря, листьев кафрского лайма и индонезийского лаврового листа, причем все специи вместе толкут вручную пестиком. Иногда в них добавляют и сухие специи, например, семена кориандра и черный перец, а на Яве и Бали — обжаренную креветочную пасту «трасси» (trassi). Бумбу используют или в сыром виде, или обжаривают в течение нескольких минут и подают как закуску. Любая подливка совсем иначе заиграет, если

добавить в нее пару ложек бумбу. Часто овощи вместе с бумбу просто отваривают в небольшом количестве воды или в кокосовом молоке, а мясо перед жаркой натирают такой пастой.

В Голландии, где индонезийская кухня особенно популярна, эта паста называется *boembroe*, а в региональной кухне индонезийского острова Бали аналогичные пасты называются *jangkar*.

Веджемит (Vegemite) — торговая марка острой темно-коричневой пасты из пивных дрожжей, соли, лука и сельдерея, ставшей за последние годы национальной приправой австралийской и новозеландской кухонь.

Веджемит используют как своеобразный заменитель горчицы и подают обычно к колбасным, яичным и мучным блюдам, что придает им типичный «австралийский» вкус; а иногда его добавляют в супы или просто намазывают на бутерброды или тосты с маслом.

Виндалу (vindaloo) — распространенная в центральных и юго-западных районах Индии сложная жгучая смесь обжаренных острых специй; в нее обычно входят горчичное семя, кумин, имбирь, черный перец, семена шамбалы, гвоздика, семена кориандра, красный жгучий перец и тамаринд.

Из пряной смеси, добавляя уксус, делают острые пасты и соусы, а подают их с мясом, рыбой или рисом.

Так же называют и блюда, приправленные такой пастой или соусом, например, для приготовления «рыбного виндалу» — слегка обжаренную на сильном огне рыбу тушат в винном уксусе с острыми специями и чесноком.

Галат-дагга (galat dagga) — тунисская пряная смесь, сочетающая острые тона перца и райского зерна с пряными сладкими тонами корицы, мускатного ореха и гвоздики. Приправа гармонирует с тунисскими рагу, а сочетание жгучести и сладко-пряного аромата — замечательный пример арабского кулинарного стиля.

Гарам-масала (garam masala) (от инд. дагат — «теплый, горячий» + *masala* — «пряная смесь») — смесь поджаренных и толченых пряных специй, распространенная в кухне холодных рай-

онов Северной Индии. Гарам-масала может содержать практически все индийские специи, однако обычно в нее входят до 12 ингредиентов: кумин, семена кориандра, черный и душистый перец, индийский лавровый лист (эти пряности создают основу вкуса), а также в небольших количествах — корица, гвоздика, мускатный орех и кардамон. В более современные версии включают также острый красный перец чили, фенхель, шафран и мускатный цвет.

Все компоненты гарам-масалы обязательно перемалываются вместе, причем такую смесь всегда составляет сам повар непосредственно перед приготовлением блюда, поэтому в готовом виде ее нельзя купить в магазине.

Гарам-масалу индийские повара обычно добавляют в самом конце приготовления или же просто посыпают этой смесью блюдо перед самой подачей. Кроме того, гарам-масалу практически всегда добавляют в жидкое тесто, в котором обжаривают кусочки овощей или фруктов.

Гома-сио (goma-shio) — японская приправа, смесь морской соли и поджаренного кунжутного семени «гома». Часто такую приправу делают из одной части каменной соли и восьми частей семян кунжута — их обжаривают вместе, а затем тонко размалывают. Замена обычной столовой соли гома-сио позволяет понизить уровень натрия в рационе, что важно для ряда лечебных диет.

Гремолата (gremolata) — итальянская пряная смесь из рубленой петрушки, чеснока и лимонной цедры, ее добавляют в рагу в самом конце приготовления для придания блюду остроты и пикантности.

Джаикап (jangkap) — общее название различных паст-пюре, распространенных в кухне индонезийского острова Бали. Их обычно изготавливают из свежих корневищ имбиря, галанги или куркумы часто с добавкой лука, лимонного сорго, чеснока, орехов и перца чили. Джаикап, например, придает удивительную мягкость, вкус и аромат жареной утке «бебек бетулу» — излюбленному блюду западных туристов. В остальной Индонезии подобную кулинарную пасту называют «бумбу».

Ла-хама (la ha'ma) — арабская пряная смесь, она чаще всего ассоциируется с Марокко (особенно с городом Танжер) и используется в супах и рагу. В ее состав обычно входят: черный перец, корица, имбирь, мускатный орех и куркума.

Матиньон (matignon) — принятая во французской кухне смесь нарезанных кубиками ветчины или бекона (1 часть), моркови (2 части), лука (1 часть), сельдерея (1 часть) и лука-порея (1 часть); иногда добавляют грибы (1 часть).

Матиньон, так же как и мирпуа, обычно используют как заправку к соусам, бульонам и рагу.

Луми (loomi) — популярная на Ближнем Востоке (Ирак, Турция) приправа из плодов лайма, отваренных в соленой воде, а затем завяленных на солнце.

Такую приправу (целые плоды или смолотый из них порошок) используют для придания цитрусового аромата и кислого вкуса в блюдах из мяса и бобов. В Иране порошком луми приправляют рис.

Масала (masala) — общее название любой индийской пряной смеси; так может называться и самая простая смесь из 2–3 компонентов (например, кардамона, кориандра и мускатного цвета), и сложная смесь «гарам-масала», в которую входит до 12 специй.

Месклён (mesclun) — готовая салатная смесь из свежей молодой зелени, на Западе часто продается в упаковках в больших супермаркетах или специализированных магазинах; другие ее названия: salad mix и gourmet salad mix. В эту смесь обычно входят: рокет-салат, листья одуванчика, кудрявый эндивий, щавель и др. Заправлять такой нежный салат лучше всего самым простым и легким соусом из качественного оливкового масла и капельки уксуса, чтобы не заглушить естественный вкус и аромат зелени.

Миньонет (mignonette) — в старину во Франции так называли маленький мешочек из ткани, его наполняли горошинками перца и гвоздики и применяли для ароматизации супов и рагу.

Сегодня термином *poivre mignonette* называют крупномолотые перечные зерна (чаще смесь черного и белого перца); такую приправу используют, например, для приготовления перечного стейка (*steak au poivre*).

Нион (m'oi) — распространенная на Гавайях простейшая столовая приправа из настоящего на воде перца чили с небольшой добавкой соли.

Пико-де-гало (pico de gallo) (исп. «петушиный клюв») — очень жгучая острая мексиканская приправа из рубленых апельсинов, свежих помидоров, огурцов, свежего перца чили (обычно сорта халапеньо), лука, хикамы (мексиканского картофеля), зеленых листьев кориандра, тмина, соли и сока лайма. Эта приправа широко распространена сегодня в кухне техасско-мексиканского стиля. Названа так потому, что во время еды ее брали из миски большим и указательным пальцем — жест, похожий на петушиный клюв.

Оффак (offak) — тунисская пряная смесь, ею «универсально» слабривают почти все блюда. Обычно состоит из молотых семян кориандра, кумина, зеленого аниса, корицы, бутонов розы и тертого корня куркумы.

Пиццайола (pizzaiola) — классическая неаполитанская пряная смесь из чеснока, петрушки и душицы. Она прекрасно подходит к жаренной на открытом огне телятине или курятине, а также к приготовленной любым способом рыбе и рыбным блюдам.

Панч-пхорон (panch phoron) (дословно: «пять семян») — классическая бенгальская пряная смесь из равных частей кумина, фенхеля, шамбалы, семян черной горчицы и нигеллы. Иногда в нее включают и ажгон (порой вместо кумина) или черный перец. Смесь немолотых специй непосредственно перед использованием обжаривают в растительном масле (обычно в горчичном).

Панч-пхорон — традиционно приправа к вегетарианским блюдам Южной Индии; в Западной Бенгалии, штате Сикким и в кухне Бангладеш ее применяют чаще в мясных блюдах.

Персийяд (persillade) (от франц. persil — «петрушка») — французская смесь из рубленой петрушки и чеснока, обычно ее добавляют в самом конце приготовления.

Блюда с такой смесью в международной кухне иногда называют общим термином *a la persillade*, или *persille*.

Рас-эль-ханут (ras el hanout) — сложная смесь специй, широко используемая в арабской и североафриканской кухнях (Марокко, Алжир и Тунис) при приготовлении супов и рагу. В ее классический вариант входят: имбирь, анис, корица, гвоздика, черный перец, перец-кубеба, кумин, кориандр, кардамон, сушеные бутоны лаванды или розы, семена нигеллы, мускатный орех, мускатный цвет, калган, корень куркумы и иногда паприка. Часто включают и другие пряности, например, индийский длинный перец, а в самые экзотические варианты — даже такой известный афродизиак, как шпанская мушка.

Название «рас-эль-ханут» дословно с арабского означает «хозяин лавки» — действительно, каждый хозяин лавки, торгующей восточными пряностями и пряными смесями, составляет смесь по-своему — в нее могут входить до 50 различных ингредиентов. Ею приправляют магрибский кускус, а также блюда из мяса или рыбы.

Саламур (salantur) — сложная пряная смесь, используемая для обработки мяса в Балканских странах и Молдавии. В ее состав обычно входят: ямайский перец, кориандр, гвоздика и лавровый лист. Смесь пряностей растворяют в соленой воде и крепким пряным рассолом обрабатывают мясо перед засолкой или копчением.

Самбал (sambal) — распространенная в Индонезии, Малайзии, Сингапуре и Южной Индии пастообразная приправа к самым разнообразным блюдам. Существует много версий самбала, однако наиболее известны две: «самбал-улек» и «самбал-байак».

Самбал-улек готовят так: из свежего красного жгучего перца вынимают семена, перец мелко рубят, толкут в ступке вместе с солью и коричневым сахаром и затем слегка разводят уксусом. Менее распространен и более сложен в приготовлении

самбал-байак — в него дополнительно кладут тертые плоды свечного дерева *Aleurites moluccana*, чеснок, листья кафрского лайма, лук, креветочную пасту «трасси», калган, концентрат тамаринда и кокосовое молоко.

В любом случае, главный ингредиент самбала — индонезийский красный жгучий перец.

Саше (sachet) — в кулинарии так называют мешочек с душистыми травами и специями, опускаемый на некоторое время в суп или бульон для ароматизации.

Серех (sereh) — одно из индонезийских названий порошковой приправы из высушенного лимонного сорго.

Самбар-поди, или самбарский порошок (sambaar podi) — популярная в Южной Индии пряная смесь на основе чечевицы; ее обжаривают на сухой сковороде, чтобы исчез мучнистый сырой привкус, а затем смешивают с обжаренными специями: кумином, кориандром, шамбалой и черным перцем, иногда добавляют жареные семена горчицы, обжаренный перец чили и асафетиду. Затем смесь размалывают и приправляют чечевичные или овощные карри.

Сиамская, или тайская, смесь (thai powder) — одна из наиболее известных слабожгучих смесей, методы ее приготовления зародились и развивались в Таиланде, Камбодже, Бирме и других странах Индокитая. В состав сиамской смеси входят 10 пряностей: основная — обжаренный в растительном масле лук-шалот (его содержание превышает по весу остальные в 10 раз), а также чеснок (порошок), фенхель, анис, бадьян, куркума, мускатный орех, черный и красный перец, петрушка (листья или семена, истертые в порошок) и кардамон.

Сиамская смесь обладает приятным своеобразным запахом и лучше всего проявляет свой аромат в блюдах из риса и картофеля; часто ее добавляют в тесто.

Ситими-тогараси (shichimi togarashi) — японская пряная приправа, содержащая семь компонентов: хлопья красного жгучего перца «тогараси», порошок душистых листьев зубного дере-

ва «сансё», белое кунжутное семя, хлопья высушенной морской водоросли «нори», кусочки мандаринной цедры, семена конопли и мака.

Тархана (tarhana) — турецкая высушенная смесь из муки, йогурта, помидоров, красного перца, лука, соли и дрожжей, ее растирают, просеивают и ферментируют в течение 10 дней в сухом прохладном месте.

В домашних условиях тархану обычно заготавливают заранее в больших количествах, а зимой варят из нее молочный суп tarhana согbasi с томатной пастой, сливочным маслом и толченым чесноком.

Тахини (tahini) — распространенная на Среднем Востоке густая паста из молотого кунжутного семени, ее добавляют ко многим блюдам, к жареному мясу, кроме того, она служит основой многих соусов. Тахини хорошо известна в кухне Израиля (где ее называют «тхина»), Греции и Кипра — кипрские пирожки с тахини «тахино-пита» особенно популярны во время Великого поста. Часто в тахини добавляют оливковое масло, лимонный сок, чеснок, молотые семена кумина, красный перец, петрушку и используют в качестве подливки или просто подают с питой или хлебом.

Травы Прованса (herbes de Provence) — вошедшая в мировую кулинарию южно-французская смесь сухих трав. Обычно в эту смесь входят базилик, семена фенхеля, цветки лаванды, майоран, розмарин, шалфей, чабер и чабрец.

Травы Прованса во многих кухнях мира применяют как приправу к мясу, птице и овощам.

Усянмянь (wuxiangmain) — китайская пряная смесь. В нее в равных частях входят, по одной из версий, корица, укроп, солодковый корень, гвоздика и бадьян, а по другой (более классической) — корица, семена фенхеля, гвоздика, бадьян и перец-хуацзё. Пряно-сладковатый аромат этой не слишком жгучей смеси придает особый колорит блюдам из мяса (особенно из свинины), утки и десертам из фруктов и риса, а также неплохо сочетается с моллюсками.

Фин-эрб, или тонкие травы (fines herbes) — широко распространенная в классической французской кухне смесь свежих мелкорубленых трав. Традиционный вариант включает эстрагон, петрушку, кервель и шнит-лук, иногда в нее добавляют черноголовник, чабер и жеруху. Смесь может состояться и из сушеных трав, но при этом теряет свой неповторимый вкус и аромат. Используется как приправа в блюдах из курятины и рыбы, а также в омлетах и супах, причем ее добавляют только в самом конце варки и не вынимают перед подачей (в отличие, например, от букета гарни).

Харисса (harissa) — североафриканская пряная смесь толченого перца чили, кумина, чеснока и кориандра, ее разводят в оливковом масле до густой пасты и используют как приправу к различным блюдам, например, к тунисским пирожкам «брек». Часто в такую пасту, получившую распространение и во французской кухне, добавляют немного бульона и используют в качестве соуса к различным блюдам.

Хмели-сунели — грузинская смесь сушеных пряностей. Существуют сокращенный и полный составы. В первый входят равные по объему части базилика, кориандра (кинзы), майорана и укропа с добавкой небольших количеств красного перца и шафрана. В полный состав, помимо этих компонентов, включают пажитник, сельдерей, петрушку, чабер, мяту и лавровый лист.

Хмели-сунели используют в харчо, сациви и других блюдах грузинской кухни, кроме того, она является одной из главных составляющих аджики.

Хумус (hummus, humus, houmous) — распространенная на Среднем Востоке, в Турции, Греции и на Кипре густая желтая паста из растертого в пюре отварного нута, приправленного лимонным соком, чесноком, оливковым или кунжутным маслом. Пасту чаще всего подают с питой или используют как приправу к сырым овощам.

Чатни (chutney) — традиционная индийская острая кисло-сладкая фруктово-овощная приправа к мясу; ее готовят на ос-

нове самых различных фруктов, овощей и специй (помидоров, манго, изюма, яблок, жгучего перца, имбиря, мяты, сахара, уксуса или лимонного сока).

Приправа чатни особенно широко распространена в Восточной Индии, где ее чаще всего подают к блюдам карри в маленьких розетках или кладут на тарелку рядом с рисом. Более сладкие версии просто намазывают на хлеб.



ПОДЛИВЫ

Подлива для пудингов и запеканок



800 г сметаны, 50 г сахара, 2 мандарина, 1 лимон, 50 мл ликера.

К сметане прибавить натертую и просеянную корицу, мелко нашинкованную лимонную или апельсиновую цедру (корку), мед или сахар, ликер, сок лимона или апельсина, все тщательно вымешать. У лимонной или апельсиновой корки снять белую горькую часть кожицы.

Подлива для жаркого



200 г сырых костей, 250 мл бульона или воды, 50 г репчатого лука, 25 г зелени сельдерея, 50 г моркови.

Для говяжьего жаркого лучше использовать говяжьи кости, для свиного — свиные и т. п. Порубить кости и подрумянить их в духовке или на сковороде в небольшом количестве жира. Слить весь жир.

Положить кости в кастрюлю, залить бульоном или водой. Довести до кипения, снять накипь, поставить на медленный огонь. Добавить слегка подрумяненные овощи, прожаренные в том же жиру, что и кости. Варить на медленном огне 1,5–2 часа.

Когда мясо для жаркого будет готово, его нужно вынуть из сковороды. Поставить сковороду снова на небольшой огонь, чтобы дать жидкости испариться. Осторожно слить жир, оставая осадок в сковороде. Добавить коричневый бульон. Дать повариться на медленном огне несколько минут, добавив специи. Процедить.

Подлива молочная



1 стакан овощного (морковно-брюквенного) отвара, 1½ стакана молока, 1½ ст. ложки муки, 3 ст. ложки сливочного масла.

Масло распустить в сотейнике, размешать в нем муку, обжарить ее до светло-желтого цвета и влить постепенно овощной отвар, все время помешивая и доводя до загустения, одновременно постепенно вливать молоко. В конце приготовления посолить.

Подлива сметанная



2 стакана овощного отвара, ½ стакана сметаны, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сливочного масла.

Приготавливается так же, как и молочная подливка. Кипятить около 10 минут. В конце приготовления к горячему соусу прибавить сметану, которую не нагревать. Лук ввести в мелко нарезанном виде, обжаренным на масле в начале приготовления.

Подлива экстраординарная острая



1 стакан фиников (без косточек), ½ стакана соуса чили, 1 ч. ложка натертой апельсиновой цедры, ½ стакана апельсинового сока, 2 ч. ложки рубленого репчатого лука, 1 ч. ложка рубленого консервированного зеленого перца, 100 г тертого горького шоколада, ¼ стакана жареного рубленого миндаля.

Разрезать финики на 6 частей. Смешать их в кастрюле с оставшимися ингредиентами, кроме миндаля. Довести до сильного кипения, часто помешивая.

Снять с огня и добавить миндаль. Охладить.

Подлива апельсиновая легкая



½ стакана миндального или оливкового масла, ¼ стакана апельсинового сока (свежего), петрушка, 2 ч. ложки лимонного сока, соль, черный перец.

Смешать все ингредиенты в миске. Взбивать, пока все тщательно не перемешается.

Подливка пряная



4 ч. ложки лимонного сока, 3 ч. ложки миндального или оливкового масла, 1 ч. ложка цедры лимона (натертой), ½ ч. ложки орегано, ½ ч. ложки сахара.

Смешать все ингредиенты в миске. Взбивать, чтобы все тщательно перемешалось.

Подлива томатная



2 кг помидоров, 100 г репчатого лука, овощной набор, черный перец.

Целые и очень зрелые помидоры порезать на четыре части и томить вместе с овощным набором, луком, солью и перцем в кастрюле без добавления воды. Кипятить 45 минут, часто помешивая. Протереть через сито. Разлить по маленьким бутылкам, герметически закрыть.

Стерилизовать 1 час 30 минут в водяной бане. Содержимое откупоренной бутылки должно быть использовано за один раз.

Подлива с авокадо и сливочным сыром



1 авокадо, 1 зубчик чеснока, 225 г сливочного сыра, 1 ст. ложка сока лимона, 1 ст. ложка лука-резанца (порезать ножницами).

Мякоть авокадо взбить в пюре с зубчиком чеснока. Все хорошо перемешать, посолить и поперчить по вкусу.

Подлива мандариново-миндальная



300 мл майонеза, 300 г мандаринов (консервированных без жидкости), 1 ст. ложка карри, 25 г миндаля, 1 ч. ложка сока лимона.

Все хорошо перемешать, посолить и поперчить по вкусу.

Подлива с глнтвейном



1 ст. ложка муки, 300 мл глнтвейна, 300 мл куриного бульона.

После запекания индейки вылить из формы весь жир, кроме 1 столовой ложки. Поставить форму на плиту на средний огонь. Добавить простую муку и готовить 1–2 минуты.

Снять с огня и постепенно влить вино и куриный бульон, постоянно помешивая. Довести до кипения и варить 10 минут, пока соус не загустеет. Приправить по вкусу и перелить в подогретый соусник.

Подлива к индейке



Потроха индейки, 2 ст. ложки муки, 650 мл куриного бульона, 125 мл сухого белого вина, 1 щепотка горчицы (порошок).

После запекания индейки слить из формы почти весь выделившийся сок, оставив 125 мл. Поставить кастрюлю на медленный огонь, промыть потроха и положить их в кастрюлю.

Добавить муку и готовить 2 минуты, помешивая деревянной ложкой. Постепенно добавлять бульон, вино и порошок, взбивая венчиком. Кипятить 10 минут, приправить по вкусу, слить и подавать.

Подлива к макаронам постная



1 морковь, 2 луковицы, 2 ст. ложки кетчупа, 3 ст. ложки соевой муки, соль, перец — по вкусу, подсолнечное масло, горячая вода.

Почистить лук и морковь, порезать и обжарить в подсолнечном масле, добавить кетчуп и кубики. Когда лук обжарится, добавить соевую муку, размешать до однородной массы и влить кипящую воду, чтобы получилась не очень густая подливка.

Подлива золотистая



50 г сливочного масла, 60 г муки, 0,5 л бульона или горячей воды.

Масло растопить, когда оно прогреется и начнет дымиться, добавить муку и прожарить, помешивая, до золотистого цвета. Постепенно влить горячую жидкость, не переставая помешивать. Посолить, поперчить.

Подливка уксусная



½ стакана винного уксуса, ½ стакана рыбного бульона (жирного), 5–6 веточек кинзы, соль, перец — по вкусу.

Уксус смешать с половиной стакана жирного рыбного бульона, добавить мелко нарезанную зелень кинзы и перемешать.

Подливка чесночная по-чешски



30 г репчатого лука, 3–4 зубчика чеснока, 10 г сахара, 1 ст. ложка лимонного сока, 10 г сала, 200 мл молока.

В сотейнике на топленом сале пассеровать муку, не допуская подгорания. В нее добавить мелко нарезанные лук и чеснок. Обжаривание продолжить до золотистого цвета овощей. Затем добавить горячее молоко при помешивании и сахар.

Подливу проварить на медленном огне в течение 20 минут, постоянно помешивая. В конце варки посолить и влить лимонный сок.

Подавать к отварным овощам, мясу, птице.

Подлива из орехов кешью



50 г орехов кешью, 1 ст. ложки муки из маранты, 200 мл овощного отвара, 1 ч. ложка тамари.

Поджарить орехи кешью на горячей сухой сковороде на большом огне, пока они не станут светло-коричневыми. Поместить орехи, муку из подземных побегов или корневищ маранты и жидкость, оставшуюся от варки овощей, или воду в кухонный комбайн или блендер и смешать до полной однородности.

Вылить в кастрюлю и, постоянно помешивая, греть на среднем огне в течение 3–5 минут, пока смесь не загустеет. Разбавить дополнительным количеством жидкости, оставшейся от варки овощей, или воды. Смешать с тамари и подавать горячим.

Подлива грибная



Мясной сок, 450 г шампиньонов (тонко нарезанных), 3 ст. ложки муки.

Снять решетку с противня для запекания. Слить сок в двухлитровую мерную кружку. Противень отставить в сторону. Пусть сок постоит несколько секунд, пока жир не отделится от него. Влить 2 столовые ложки жира в сковороду. Снять и выбросить оставшийся жир.

Поставить сковороду на большой огонь, поджарить в ней грибы. Уменьшить огонь. Добавить муку, жарить, пока мука не станет золотистой. Добавить воды или куриного бульона в сок в мерной кружке: жидкости должно быть 400 мл. Влить примерно 125 мл мясного сока в противень для запекания. Довести до кипения на сильном огне.

Смешать жидкость из противня с оставшимся мясным соком. Влить в грибы. Тушить, помешивая, на сильном огне до тех пор, пока подливка не закипит и не загустеет. Получится 675 мл подливы.

Подлива красносмородиновая к мясу



100 мл портвейна, вода (из-под замоченных сушеных грибов), 2 ст. ложки красносмородинового желе, 1 горсть красной смородины.

После запекания мяса слить из формы почти весь выделившийся сок, оставив 125 мл. Добавить портвейн и воду из-под грибов, довести до кипения. Дать покипеть, пока не уварится вдвое, затем добавить красносмородиновое желе.

Приправить по вкусу и подавать с красной смородиной, украсив веточкой мяты.

Подлива густая с красным вином



2 ст. ложки оливкового масла, 1 маленькая мелко нарезанная луковица, 1 мелко нарезанная морковь, 3 веточки тимьяна, 1 л овощного бульона, 200 мл красного вина, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 мелко нарезанный томат, 1 ст. ложка вурчестерского соуса, 3 ст. ложки муки, 25 г сливочного масла.

Разогреть оливковое масло в большой кастрюле, обжарить морковь и лук 4–5 минут, помешивая, до золотистого цвета. Добавить тимьян, томат, овощной бульон, вино, томатную пасту

и соус вурчестер. Довести до кипения, тушить 8–10 минут. Процедить в чистую кастрюлю, выбросив все овощи.

Перемешать муку с маслом, чтобы получилась паста, добавить ее понемногу в соус, помешивая, пока соус не загустеет. Приправить по вкусу.

Подлива брусничная с портвейном



2 ст. ложки муки, 600 мл куриного бульона, 150 мл портвейна, 4 ст. ложки брусничного варенья или клюквенного соуса, 2 ч. ложки зернистой горчицы.

Нагреть 6 столовых ложек сока от запекания индейки в кастрюле. Взбивая венчиком, добавить муку и готовить 3 минуты до золотистого цвета. Постепенно добавить бульон и портвейн, взбивая, чтобы соус не был с комками. Добавить брусничное варенье и горчицу и варить при медленном кипении 5 минут.

Попробовать подливку и приправить по вкусу. Снять жир с поверхности формы, где запекалась индейка, добавить около 150 мл жидкости из формы в подливку. Прогреть и перелить в соусницу.

Подлива из хрена



100 г хрена, 50 г сливочного масла, 40 г муки, 250 мл мясного бульона, 200 г сметаны, 2 желтка, соль, сахар, уксус — по вкусу.

Хрен вымыть, очистить и натереть. Сбрызнуть уксусом. Масло разогреть, смешать с мукой, залить мясным бульоном и дать один раз закипеть. Добавить подготовленный хрен и сметану, приправить сахаром, уксусом, солью. Затем прибавить желтки и хорошо размешать. Ни в коем случае не кипятить!

Соус подходит как подлива к говядине.

Подлива из помидоров и перца



2 сладких перца (красных), 1 помидор (мякоть), 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 кофейная ложка риса, щепотка сахара, соль, перец — по вкусу.

Снять с перца кожицу, очистить от зерен и мелко нарезать. Мелко нарезать лук, поджарить его в течение 2–3 минут на оливковом масле, добавить перец и подержать его на слабом огне 5 минут, постоянно помешивая. Добавить мякоть помидора, чеснок, рис, сахар, соль и перец. Оставить на огне на 20 минут, затем все перемешать. Подливка готова. Разогреть перед подачей на стол.

Чтобы подливка получилась острой, можно добавить немного готового острого соуса.

Соус подходит к жареной или запеченной мелкой рыбе.

Подлива картофельная



3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка семян тмина, ½ ч. ложки острого красного перца, 1 ч. ложка куркумы, 6 мелко нарезанных картофелин, 2 стакана воды, 1½ ч. ложки соли, ½ стакана простокваши или ряженки, 1 ч. ложка кориандра, 1 огурец (очищенный и нарезанный ломтиками).

В небольшой кастрюле разогреть масло и поджарить тмин. (Если используется индийский тмин, то жарить нужно до коричневого цвета). Затем добавить перец и куркуму. Помешать и положить картофель. Жарить 10 минут на сильном огне, помешивая.

Налить воду, всыпать соль и довести до кипения. Уменьшить огонь и варить под крышкой 20 минут. Добавить простоквашу или ряженку и молотый кориандр. Помешать и оставить на слабом огне на 5 минут. Добавить ломтики огурца и снять с огня.

Совет: эта подливка очень хорошо сочетается с простым отварным рисом. Если нет тмина и куркумы, можно положить больше молотого кориандра. Можно добавить также молотых семян укропа.

Подлива деревенская



60 мл сливочного масла, 45 г муки, 250 мл молока, 250 мл куриного бульона, соль, перец (молотый).

В кастрюле разогреть сливочное масло. Положить муку и готовить на медленном огне 2 минуты. Добавить молоко, буль-

он, соль и перец. Уменьшить огонь и варить, пока масса не станет однородной.

Количество ингредиентов указано из расчета на 2 стакана (500 мл).

Подлива коричневая



2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка жира (от жареного мяса или птицы), 300 мл бульона, специи — по вкусу.

Муку растереть в жире и разбавить бульоном. Нагревать на полной мощности 3–5 минут до закипания, продолжать кипятить до загустения. Когда пройдет половина времени, помешать. Добавить специи и уваренный до коричневого цвета сок от мяса или птицы.

Подлива с кунжутом



100 г кунжутных семян (белых), 2 ч. ложки растительного масла, 125 мл соевого соуса, 2 ст. ложки мирина (сладкое рисовое вино), 3 ч. ложки сахара (мелкого), 80 г гранулированного бульона, 250 мл воды (теплой).

Кунжут обжарить на сухой сковороде 3–5 минут при умеренном огне, постоянно помешивая, до золотисто-коричневого цвета. Размолоть поджаренные семена в ступке или чистой кофемолке в пасту. Растительное масло добавить только в том случае, если это необходимо для достижения пастообразной консистенции.

Смешать пасту с соевым соусом, миринем, сахаром, гранулированным бульоном и водой. Можно хранить в холодильнике накрытым крышкой в течение двух дней.

Подлива лимонная с зеленью



250 мл сливок, 4 ст. ложки петрушки, 4 ст. ложки рубленого укропа, 2 ст. ложки порезанного лука-резанца, 1 ст. ложка лимонного сока, соль, черный перец (свежемолотый) — по вкусу.

Все хорошо перемешать, посолить, поперчить по вкусу. Подавать как подливу или заправить салат.

Подлива чили с йогуртом



4 ст. ложки йогурта, ½ ч. ложки молотого чили, щепотка соли и сахара.

Все перемешать, охладить до подачи на стол в качестве подливки или заправить салат.

Подлива имбирная



6 ст. ложек растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 зубчик чеснока, ½ ч. ложки тертого свежего корня имбиря.

Все хорошо перемешать. Подавать с мясом-барбекю или мясом-гриль, с рыбой или птицей.

Подлива арахисовая



4 ст. ложки арахисового масла, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 ч. ложка соевого соуса, 1 ч. ложка сушеного эстрагона.

Смешать все ингредиенты и охладить до подачи на стол. Подавать как подливку или заправить салат.

Подлива из тунца



200 г тунца без жидкости, 4 ст. ложки майонеза, 3 ст. ложки йогурта, 1 ст. ложка кетчупа, 1 ч. ложка лимонного сока, ¼ ч. ложки молотого чили, черный перец (свежемолотый) — по вкусу.

Тунец выложить в миску, разломать на кусочки деревянной ложкой. Добавить остальные ингредиенты, хорошо размешать. Переложить в небольшую глубокую посуду и охладить до подачи на стол.

Подлива с сыром и огурцом



250 мл йогурта, 75 г сыра (тертого твердого), 2 огурца (корнишоны, кусочками), соль, черный перец (свежемолотый) — по вкусу.

Все хорошо перемешать, посолить и поперчить по вкусу.

Подлива из йогурта с сыром блю



150 мл йогурта, 1 ст. ложка мягкого сыра блю, укроп (рубленный свежий).

Все хорошо перемешать, охладить до подачи на стол в качестве подливки, можно заправить салат.

Подлива с мятой и сметаной



1 стакан сметаны, 2 ст. ложки рубленой мяты, соль, черный перец (свежемолотый) — по вкусу.

Все хорошо перемешать, посолить и поперчить по вкусу. Подавать как подливку или заправить салат.

Подлива кисло-сладкая с изюмом



2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 луковица, специи, сахар — по вкусу, 1 рюмка вина, ½ стакана изюма.

Две столовые ложки муки поджарить в 2–3 столовых ложках масла, развести до средней густоты водой, вскипяченной с луком, кореньями и специями (черным перцем и гвоздикой). Положить 2–3 чайные ложки жженого сахара, вскипятить несколько раз, процедить, влить рюмку столового вина, столько же лимонного сока, добавить сахар, чтобы подливка была приятного кисло-сладкого вкуса. Всыпать ½ стакана обваренного изюма без косточек и еще раз вскипятить.

Подавать к рыбе, к картофельным и рисовым котлетам.

Подлива густая с хересом



2 ст. ложки оливкового масла, 1 мелко нарезанная луковица, 1 мелко нарезанная морковь, 3 веточки тимьяна, 1 помидор, 1 л овощного бульона, 200 мл хереса, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 ст. ложка вурчестерширского соуса, 3 ст. ложки муки, 25 г сливочного масла.

Разогреть оливковое масло в большой кастрюле, обжарить морковь и лук 4–5 минут, помешивая, до золотистого цвета. Добавить тимьян, томат, овощной бульон, херес, томатную пасту

и соус вурчестер. Довести до кипения, тушить 8–10 минут. Процедить в чистую кастрюлю, выбросив все овощи.

Перемешать муку с маслом, чтобы получилась паста, добавлять ее понемногу в соус, помешивая, пока соус не загустеет. Приправить по вкусу.

Подлива в микроволновке



2 стакана горячей воды, 2 бульонных кубика, 2 ст. ложки крахмала, 1 ст. ложка холодной воды.

В миске, пригодной для микроволновки, нагреть воду и бульонные кубики, пока жидкость не начнет закипать. Включать по минуте, и перемешивать после каждой минуты.

В небольшой кружке смешать крахмал и холодную воду, вмешать в горячий бульон и готовить на средней мощности около 1 минуты, или до загустения, останавливая каждые 30 секунд для помешивания.

Подлива ароматная к индейке



5 стаканов сока и жира от жарки индейки + бульон (если нужно), 1 стакан воды, 3 ст. ложки муки, 2 ст. ложки крахмала, 1 ч. ложка приправы к птице, 1 ч. ложка соли, ½ ч. ложки черного молотого перца, ¼ ч. ложки сельдереевой соли (по желанию).

Довести сок и жир от индейки (бульон, если не хватит сока) до кипения. Развести муку и крахмал в воде, добавлять тонкой струйкой в подливу, все время помешивая, чтобы не получилось комков. Добавить приправы, довести до кипения, убавить огонь и варить на медленном огне до загустения.

Сельдереевая соль: смесь молотых семян сельдерея и поваренной соли. Ее можно заменить другой пряной солью.

Подлива к макаронам



500–600 г мясного фарша (свинина+говядина), 3–4 ст. ложки растительного масла, 1 крупная луковица, 1 средняя морковь, ½ болгарского перца по желанию, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка томат-пасты, 1 ч. ложка аджики (мож-

но просто аджику, кто любит поострей), чеснок, кинза и петрушка по вкусу.

Специи: красный перец жгучий (по вкусу) и паприка для цвета (1 ч. ложка), черный молотый перец.

Налить в сковороду растительное масло, разогреть, выложить фарш и обжарить. Когда выпарится вода, положить порезанные кубиками лук и морковь.

Обжарить 7–10 минут, чтобы морковь с луком стали мягкими и золотистыми. Добавить паприку, острый перец и муку. Посолить. Перемешать, добавить томат-пасту, аджику, свежий болгарский перец и кипяток так, чтобы фарш покрылся водой. Тушить 15–20 минут. В конце добавить зелень (обязательно кинзу и петрушку), мелко порезанный чеснок и черный перец. Тушить 2–3 минуты.

Подлива должна получиться достаточно густой.

Подлива из сметаны



2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки жира от жарки или сливочного масла, 2 стакана сметаны, соль, перец по вкусу.

Муку слегка поджарить на сухой сковороде, все время помешивая. Добавить в муку 2 ложки жира или масла и тщательно перетереть.

В это же время добавлять сметану в муку с жиром небольшими порциями, все время помешивая, на медленном огне. Варить, помешивая, пока слегка не загустеет. Подлива загустеет больше по мере остывания.

Подлива для любого гарнира



300–400 г шампиньонов, 2 половинки куриной грудки, 2 луковицы, подсолнечное масло, 400 г сметаны, 3 зубчика чеснока, 1 пучок укропа, 1 ст. ложка муки, соль, перец по вкусу.

Подойдет любая посуда, кроме эмалированной. Все готовится в одной посуде.

Порезать лук кубиками и пассеровать в масле, добавить курицу, порезанную мелкими кусочками и готовить до полуготовности. Затем положить нарезанные грибы, немного протушить

и залить смесью сметаны с небольшим количеством воды. В кипящую подливу добавить укроп и потертый чеснок.

Для густоты можно добавить муку, разведенную в холодной воде. Перец, соль добавить по вкусу.

Проварить 10–15 минут.

Подлива сливочная к макаронам с томатами



400 г свежих или консервированных томатов, $\frac{1}{2}$ чашки жирных сливок, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, немного оливкового масла для жарки, 1 ст. ложка сушеного или свежего базилика, по щепотке душицы и соли, менее 1 ч. ложки сахара, щепотка перца.

Поджарить нарезанные лук и чеснок на масле. Добавить томаты, душицу, базилик, сахар, соль и перец.

Доведя до кипения, подержать соус на огне в течение нескольких минут, чтобы большая часть жидкости испарилась.

Добавить сливки и масло и, уменьшив огонь, готовить еще несколько минут.

Подлива к макаронам быстрая и простая



800 г консервированных томатов (мелко нарезанных), 3 зубчика чеснока, 1 ч. ложка сушеного или несколько листочков свежего нарезанного базилика, 2 ст. ложки масла, перец и соль по вкусу.

Поджарить нарезанный чеснок на масле в кастрюле пока он не размякнет (т. е. в течение пары минут). Добавить томаты и базилик, приправить перцем и солью.

Готовить соус 15 минут, чтобы он слегка загустел.

Подлива овощная к макаронам



400 г консервированных помидоров, нарезанных кубиками, 150 г томатной пасты, по половине чашки нарезанных кабачков, зеленого и красного сладкого перца, по $\frac{3}{4}$ чашки нарезанных лука, моркови и брокколи,

2 зубчика чеснока, 2 лавровых листа, по ½ ч. ложки тимьяна, душицы, розмарина и базилика, 1 ст. ложка растительного или оливкового масла, 1 ч. ложка сахара, 1½ ч. ложки соли, 2 щепотки перца, ½ чашки воды.

В крупной кастрюле перемешать все ингредиенты и, доведя до кипения, убавить огонь, чтобы будущая подлива к макаронам могла медленно кипеть. Время от времени помешивая, держать на огне 40 минут, пока овощи не станут мягкими.

Подлива лимонная к макаронам



2 ч. ложки лимонной цедры (или лучше по одной чайной ложке цедры лайма и лимона), 2 ст. ложки лимонного сока, 1 чашка жирных взбитых сливок, 4 ст. ложки сливочного масла, 1 чашка говяжьего бульона (свежего или приготовленного с помощью бульонных кубиков).

В кастрюле, достаточно большой для того, чтобы поместить туда все макароны, перемешать масло, бульон и сливки, держать на среднем огне до тех пор, пока объем не уменьшится вдвое. Затем добавить лимонный сок и цедру.

Когда макароны будут готовы, можно перемешать их с подливой в той же кастрюле, в которой ее готовили.

Подлива к макаронам из свеклы и моркови



800 г консервированной (или сваренной) нарезанной моркови, 400 г консервированной (или сваренной) нарезанной свеклы, 1 луковица, 3–5 зубчиков чеснока, 1 лавровый лист, по 1 ст. ложке душицы и тимьяна, 1 ст. ложка оливкового (или растительного) масла, ¼ чашки красного вина.

Используя блендер, измельчить до состояния, близкого к пюре свеклу и морковь. Разогрев масло на сковороде, поджарить лук и чеснок. Затем добавить смесь из моркови и свеклы, тимьян и душицу, лавровый лист и вино. Накрыть сковороду крышкой и готовить подливу до тех пор, пока она не станет кипеть. Потом снять крышку и, уменьшив огонь, варить соус минимум полчаса-час.

Подлива к рису



300 г мяса (куриного), 1 луковица, 200 г грибов (можно взять замороженные), 2 ст. ложки муки, 2 зубка чеснока, зелень, масло растительное, карри, пряные травы, куркума.

Нарезать пластинами грибы и обжарить их на растительном масле. Затем добавить в грибы мелко рубленный лук и еще немного прожарить.

Куриное мясо необходимо порезать на небольшие кусочки, посолить, немного обвалить в муке и пожарить на сковороде.

Затем в мясо влить один стакан холодной воды и тушить его до полуготовности. Далее добавить лук и грибы и протушить примерно десять минут. Добавить мелко порубленный чеснок и пряности и оставить тушиться еще пять минут. В конце следует добавить зелень (мелко порезанную) и через пару минут снять подливу с огня.

Подливка к рису с шампиньонами и сметанным соусом



10 шампиньонов, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка майонеза, немного чесночного соуса (можно и без соуса), 1 стакан воды, 2 ст. ложки муки, 3 головки чеснока.

Помыть и порезать грибы. Для того чтобы грибы в подливе не «потерялись», лучше нарезать их крупными кусочками. Обжарить грибы и добавить специи (ориентируясь на свой вкус).

Пока жарятся грибы, приготовить соус. Смешать сметану, майонез и полстакана воды. Затем добавить муку и хорошенько размешать, чтобы избавиться от комочков.

Готовый соус влить в сковородку с жареными грибами и добавить полстакана воды (чтобы подлива была более жидкой, воды можно добавлять больше). Жарить подливу на маленьком огне, помешивая, пока она не начнет густеть. В конце добавить мелко порубленный чеснок и тушить все еще минут десять.

Подливка к рису с томатной пастой



300 г мяса. 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ст. ложка муки, $\frac{3}{4}$ стакана воды, немного соли,

черный перец (молотый), специи (по желанию), масло растительное.

Мясо нарезать кубиками, затем жарить на растительном масле. Лук нарезать кубиками и обжарить на масле.

Почистить морковь и натереть ее на крупной терке. Добавить к луку. Томатную пасту также добавить к луку. Тушить подливу, пока овощи не обмякнут. Добавить мясо, муку, все перемешать и накрыть крышкой.

Добавить кипяченую воду и тушить до готовности мяса. В конце добавить специи, поперчить и посолить.

Подливка из лисичек



500 г лисичек, 200 мл сливок, 3 луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла, петрушка свежая измельченная, соль, молотый белый перец.

Лисички почистить, вымыть, подсушить (промокнув салфеткой). Мелкие лисички не резать, а крупные нарезать на пару частей или на три-четыре части.

Луковицы очень мелко порубить.

Масло разогреть на сковороде, положить в сковороду лисички, жарить на среднем огне. Жарить до тех пор, пока лисички не перестанут выделять сок.

Добавить в лисички рубленый лук и тушить до прозрачности лука. Теперь добавить в грибную массу сливки и держать на среднем огне минуты три. Приправить смесь перцем, посолить, посыпать петрушкой, размешать. Дать соусу остыть.

Подливка из куриных желудочков



800 г куриных желудочков, 1 луковица, 2 щепотки базилика, по 1 щепотке чабера (можно орегано) и кориандра, 1 маленькая щепотка куркумы, 1 ст. ложка томатной пасты или 1 помидор, 1 ч. ложка сахара, соль, растительное масло.

Хорошо промыть куриные субпродукты, посмотреть каждый желудочек — если внутри осталось содержимое желудка или желтая пленка (внутренний слой желудка), очистить от них мясо.

Если желудок целый, не разрезанный, надрезать его с одной стороны вдоль, сбоку, вытряхнуть содержимое (это мусор) и подцепить край желтой кожицы и стянуть все с упругого мясного кусочка. Хорошенько все промыть, убедившись, что ничего желтого на желудке не осталось.

Дно кастрюли или глубокой сковороды залить маслом (слой 1–1,5 см), выложить в него желудки, засыпать пряные специи. Залить водой так, чтобы она покрывала мясо. Довести до кипения и тушить на небольшом огне 30 минут под полукрытой крышкой (чтобы вода выкипала и соус густел). Добавить лук (тонкие полукольца) и тушить еще 20–30 минут. Заправить пупки томатной пастой (можно заменить кетчупом или свежим томатным пюре из натертого на крупной терке помидора: разрезать томат пополам, приложить к терке срезом и натирать до момента, пока в руках останется одна шкурка). Тушить минут 10–15, потом — добавить сахар и посолить по вкусу.

Подливка постная грибная из вешенки



2 средних репчатых луковицы, 200 г грибов (вешенки), 2 бульонных кубика (грибных), 5 ст. ложек растительного масла, 1 ст. ложка муки (с верхом).

Репчатый лук очистить и порезать полукольцами. Обжарить с 2 столовыми ложками растительного масла. Жарить, постоянно помешивая, до золотистого цвета. Готовый лук переложить в отдельную посуду.

Грибы промыть и разделать. Аккуратно отделять по одному грибу от всего соцветия. Мелкие грибы оставить целыми. Более крупные разорвать на 3–4 части вдоль.

На сковороду, в которой жарился лук, выложить грибы, добавить 3 ложки масла и обжарить грибы, помешивая лопаткой. Затем посыпать грибы раскрошенными бульонными кубиками. Хорошо размешать сухой бульон с грибами, слегка прогреть. Добавить жареный лук. И еще раз хорошо размешать.

Всыпать столовую ложку муки (с верхом) и опять размешать содержимое сковороды. Прогреть полминуты, одновременно помешивая муку деревянной лопаткой — мука не должна образовывать комки и пригорать. Затем постепенно влить литр холодной воды, продолжая помешивать.

Довести соус до кипения, дать ему покипеть на слабом огне 3–5 минут. Готовым соусом полить любой гарнир.

Подливка из раков



400 г копченого бекона, 3 ст. ложки муки, ½ стакана нарезанного лука, ½ стакана нарезанного зеленого болгарского перца, ½ стакана нарезанного сельдерея, ¼ стакана острого перца, 2–3 зубчика чеснока, 2 ч. ложки смеси кажунской (соль, кайенский перец, чеснок в порошке, сладкая паприка, сухой майоран, сухой тимьян, черный молотый перец, лук в порошке), 2–3 стакана куриного или креветочного бульона, 400 г очищенных хвостиков рака или очищенных креветок, соль, перец.

Нарезать бекон на кубики и на горячей сковороде обжарить до хрустящей корочки. Бекон вынуть, жир оставить. Уменьшить огонь.

В жир добавить муку и хорошо перемешать, дать загустеть и покоричневеть. Муку лучше добавлять по ложке и по мере необходимости, чтобы не получился ком.

К жиру добавить лук, перец, сельдерей, острый перец и мелко нарезанный чеснок. Обжарить 10 минут, помешивая.

Вернуть бекон в сковородку. Добавить кажунские специи и бульон. Дать прогреться. Добавить нарезанные креветки и поддержать еще 5 минут.

Посолить и поперчить по вкусу.

Подливка из папоротника



200–300 г соленого папоротника, 1 небольшая луковица, 1–2 ст. ложки томат-пасты, 1–2 ст. ложки подсолнечного масла.

Папоротник вымочить (можно использовать подготовленный свежий и сушеный папоротник), нарезать и не сильно обжарить на подсолнечном масле. Добавить к нему нарезанный лук, еще немного обжарить. Добавить томат-пасту, долить немного горячей воды, размешать, припустить до готовности минут 10–15.

В качестве подливки это блюдо хорошо сочетается с котлетами и картофельным пюре.

Подливка на «скорую руку»



1 кг сосисок, 1 луковица, 3 вида томатного соуса, 3 зубчика чеснока, $\frac{1}{2}$ корня имбиря, 1 десертная ложка сахара, соль, лавровый лист, перец душистый, специи.

Нарезать сосиски, обжарить лук. К луку добавить сосиски и обжарить. Затем добавить томатные соусы и воду. Чеснок выдавить через чесночницу, добавить перец душистый, лавровый лист, специи, сахар.

Готовить на медленном огне 10 минут, затем натереть имбирь и добавить, посолить. Протушить еще 10 минут.



ЗАПРАВКИ

Заправка горчичная по-русски



½ стакана растительного масла, 2 сырых яичных желтка, 1 ст. ложка столовой горчицы, 1 стакан 3%-ного уксуса, 1 ст. ложка сахара, черный молотый перец и соль по вкусу.

Горчицу растереть деревянной ложкой или лопаточкой с яичными желтками, солью и сахаром. Затем, непрерывно помешивая, тонкой струйкой ввести растительное масло. В полученный соус постепенно влить уксус, добавить молотый перец и хорошо перемешать.

Подавать к соленой сельди и винегретам.

Заправка с горчицей «Домашняя»



3 ст. ложки подсолнечного масла, 1 ст. ложка уксуса, 1 ч. ложка французской горчицы, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, молотый черный перец, соль.

Все ингредиенты, указанные в рецепте, сложить в банку с завинчивающейся крышкой, закрыть и, сильно встряхивая, хорошо перемешать. Хранить заправку в холодильнике не более трех дней. Перед использованием хорошо взболтать.

Заправлять овощные салаты и винегреты.

Заправка горчичная для сельди



1 стакан подсолнечного масла, 2½ ст. ложки столовой горчицы, ¾ стакана 3%-ного уксуса, 1 ст. ложка сахара, 2 горошины черного перца.

Перец горошком растолочь или измельчить с помощью кухонного комбайна. Горчицу растереть лопаткой или ложкой с солью, сахаром и перцем. Затем, непрерывно размешивая, тонкой струей ввести растительное масло и взбить соус венчиком, чтобы получилась густая кремообразная масса.

Готовую заправку, перемешивая, развести уксусом и процедить.

Заправка горчичная по-славянски



½ стакана растительного масла, 1 яичный желток, ½ стакана 3%-ного уксуса, ½ ст. ложки горчицы, сахар, молотый черный перец и соль по вкусу.

Горчицу растереть с сырым желтком, солью и сахаром до однородного состояния. Затем, непрерывно помешивая, маленькими порциями ввести растительное масло. После этого развести смесь уксусом, поперчить, снова перемешать и использовать для заправки винегретов и овощных салатов.

Если в эту заправку добавить очищенный и измельченный чеснок (1 головку), то полученная в результате смесь будет очень кстати к салатам из свежих, малосольных и соленых огурцов, помидоров и сладкого болгарского перца.

Заправка горчичная с майонезом



½ стакана 3%-ного уксуса, 3–4 ст. ложки майонеза, 2½ ч. ложки горчицы, ⅓ ч. ложки сахара, молотый черный перец и соль по вкусу.

Горчицу растереть с сахаром, затем постепенно ввести майонез и размешать до однородного состояния. Соус посолить, поперчить, заправить уксусом и тщательно перемешать.

Использовать для заправки овощных и овощных с мясом и рыбой салатов.

Заправка с вином



1 стакан рафинированного растительного масла, ¼ стакана уксуса, 2–3 ст. ложки сухого белого вина, ¼ стакана измельченной петрушки, ¼ ч. ложки горчичного по-

рошка, $\frac{1}{4}$ ч. ложки сушеного базилика, 1 маленький зубок чеснока, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, 1 ч. ложка соли.

Чеснок почистить, измельчить и растолочь с петрушкой, базиликом, горчичным порошком, солью и молотым перцем. Затем влить вино, уксус и оливковое масло, перемешать с помощью миксера или комбайна до получения однородной массы, слить в бутылку, закрыть пробкой и дать настояться 3–5 часов. Готовую заправку хорошо взболтать, не открывая бутылку, и применять для овощных салатов.

Заправка для салатов «Универсальная»

I вариант



$\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, $\frac{1}{2}$ стакана 3%-ного уксуса, $\frac{2}{3}$ ч. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли, молотый черный перец на кончике ножа.

II вариант



1 стакан 3%-ного уксуса, $\frac{1}{3}$ стакана растительного масла, 1 ч. ложка сахара, молотый черный перец и соль по вкусу.

В уксусе растворить соль, сахар и молотый перец, затем добавить растительное масло и тщательно перемешать.

Применяется для заправки мясных, рыбных и овощных салатов.

Заправка для винегрета



$\frac{3}{4}$ стакана оливкового или рафинированного растительного масла, $\frac{1}{2}$ стакана 3%-ного уксуса, 2 вареных яичных желтка, $\frac{1}{2}$ ч. ложки горчичного порошка, 1 ст. ложка измельченного лука, 2 ч. ложки измельченного кервеля или укропа, 2 ч. ложки измельченных каперсов, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, $\frac{3}{4}$ ч. ложки соли.

Яичные желтки растереть деревянной ложкой или лопаткой с горчичным порошком, солью и молотым перцем. Затем, продолжая растирать, добавить лук, каперсы, кервель или укроп. Уксус взбить с оливковым маслом и небольшими порциями ввести в яичную массу.

Заправка для салатов с орехами



½ стакана растительного масла, 1 стакан 3%-ного уксуса, ½ стакана очищенных грецких орехов, 1 ст. ложка сахара, 1½ ч. ложки соли, молотый черный перец по вкусу.

Очищенные грецкие орехи выложить на противень или в сковороду, обжарить на плите или в духовке и растолочь в ступке или измельчить с помощью кухонного комбайна. Толченые орехи размешать с уксусом, в котором растворены соль, сахар и молотый перец, затем добавить растительное масло и тщательно перемешать.

Использовать для заправки овощных, фруктовых салатов и салатов с птицей и рыбой.

Заправка пряная салатная



6 ст. ложек растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка смеси сушеного чабра, майорана и базилика, соль по вкусу.

Растертые в порошок в ступке или с помощью миксера травы залить растительным маслом и уксусом, посолить, хорошо перемешать и сразу же использовать как заправку к овощным, мясным и рыбным салатам.

Заправка салатная по-французски



⅔ стакана оливкового масла, 4 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка французской горчицы, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка меда, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить, раздавить в чесночнице, сложить в банку с закручивающейся крышкой, добавить туда же все остальные ингредиенты, закрыть крышкой и хорошо взболтать. Использовать сразу же.

Если добавить к этой заправке еще четыре зубка чеснока, то получится чесночная французская заправка.

Заправка с томатным соком, чесноком и луком



1 стакан растительного масла, ½ стакана 3%-ного уксуса, ½ стакана томатного сока, 2 ст. ложки измельченно-

го зеленого лука, 1 ст. ложка сахара, 2–3 зубка чеснока, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок и зеленый лук мелко нарезать и растереть с солью и сахаром до получения однородной массы, развести томатным соком, столовым уксусом и влить растительное масло.

Использовать для овощных салатов с солеными огурцами и винегретов.

Заправка чесночная «Днепр»



$\frac{3}{4}$ стакана растительного масла, $\frac{1}{4}$ стакана 3%-ного уксуса, 1 головка чеснока, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, $\frac{3}{4}$ ч. ложки соли.

Чеснок почистить и измельчить. В уксусе растворить соль и молотый перец, затем добавить растительное масло и чеснок, вылить в банку с закручивающейся крышкой и, взбалтывая, тщательно перемешать до получения однородной массы (можно для смешивания использовать миксер или кухонный комбайн).

Использовать сразу к овощным салатам и салатам с мясом.

Заправка укропная



$\frac{1}{2}$ стакана 3%-ного уксуса, 6 ст. ложек растительного масла, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 3 ст. ложки измельченного укропа или 2 капли укропного масла, молотый черный перец и соль по вкусу.

В уксусе растворить соль, сахар и молотый перец, добавить укроп и растительное масло и хорошо перемешать с помощью миксера. Подавать к овощным салатам.

Заправка с соком грейпфрута



$\frac{1}{4}$ стакана оливкового или другого растительного масла, 2 ст. ложки свежего сока грейпфрута, 1 ст. ложкапряного уксуса, 1 ст. ложка горчицы, 2 ч. ложки каперсов, $\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

В уксусе растворить сахар и соль. Затем добавить горчицу, каперсы и сок грейпфрута и взбить эту смесь вилкой или ве-

ничком. В полученную массу, не переставая взбивать до загустения, ввести по 2–3 капли оливковое масло.

Готовую заправку использовать для овощных, овощефруктовых салатов и салатов с рыбой.

Заправка к квашеной капусте



2 ст. ложки подсолнечного масла, 4 луковицы, 3 ч. ложки сахара, 10–12 горошин черного перца.

Перец растереть в порошок в ступке или с помощью миксера. Лук почистить, ополоснуть, мелко нарезать, добавить сахар и перец, перемешать и растереть, добавив немножко капустного рассола, чтобы растворить сахар. Затем влить растительное масло и снова хорошо перемешать.

Заправка по-датски



5 ст. ложек сливок, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка оливкового масла, 2 вареных яичных желтка, 2 ч. ложки горчицы, 1 ч. ложка сахара, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яичные желтки растереть с горчицей, сахаром, солью и молотым перцем. Затем добавить смесь оливкового масла с уксусом, тщательно перемешать, ввести сливки и снова хорошо перемешать.

Используется к салатам с соленой сельдью.

Заправка уксусная с луком

2 стакана 9%-ного уксуса, 1 луковица, 1 лавровый лист.

Лук почистить, измельчить, сложить в банку, добавить раскрошенный лавровый лист, влить уксус и дать настояться в течение 2–4 суток в темном месте.

Готовую заправку процедить через марлю или салфетку, перелить в чистую бутылку, плотно закрыть и хранить в кухонном шкафу.

Использовать в качестве заправки к острым овощным и рыбным салатам, а также к соленой сельди.

Заправка с майонезом для сельди



½ стакана столового уксуса, 4 ст. ложки майонеза, ¼ ст. ложки горчицы, ½ ч. ложки сахарной пудры, молотый черный перец на кончике ножа.

Горчицу растереть с сахаром и солью, постепенно, небольшими порциями, добавляя майонез и уксус. Готовую заправку поперчить.

Заправка для овощных салатов



½ стакана майонеза «Провансаль», 5 ст. ложек сметаны, ¼ ч. ложки сахара, молотый черный перец и соль по вкусу.

В майонез «Провансаль» добавить сметану, сахар, соль и молотый перец и тщательно перемешать до получения однородной массы.

Заправка для овощных салатов с корицей



½ стакана сметаны, 4 ст. ложки майонеза «Провансаль», ½ ч. ложки сахара, ½ ч. ложки соли, корица на кончике ножа.

В майонез «Провансаль» добавить сметану, сахар, соль и корицу, перемешать до однородного состояния и использовать для заправки салатов из тертых овощей.

Заправка «Томатная» для фруктово-овощных салатов



½ стакана майонеза, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ч. ложка лимонной цедры, 1 ст. ложка лимонного сока или цитрусового уксуса, ½ ч. ложки сахара, ½ ч. ложки соли.

В майонез добавить сметану, томатную пасту, лимонный сок или цитрусовый уксус, сахар, соль и тертую цедру и тщательно перемешать до получения однородной массы.

Заправка банановая для фруктово-овощных салатов



½ ст. яблочного сока, 1 банан, ½ стакана морковного сока.

Один очень спелый и очень мягкий банан очистить, разрезать на несколько частей и положить в блендер. Добавить туда же свежевыжатые яблочный и морковный сок. Взбить.

При желании можно добавить сахар.

Заправка для фруктовых салатов



500 г ванильного мороженого, ½ плитки шоколада, 2 ст. ложки изюма.

Дать мороженому растаять до мягкости.

Вымыть и перебрать изюм. Шоколад натереть на терке или настрогать острым ножом. Смешать мороженое с изюмом и шоколадом и заправить салат.

Убрать салат в холодильник, чтобы мороженое «схватилось».

Заправка из йогурта



1 ст. фруктового йогурта, 1 ч. ложка сахара, 2 ст. ложки манной крупы, ½ ч. ложки корицы, щепотка соли.

Йогурт взбить с сахаром в блендере или с помощью миксера. Добавить щепотку соли и манную крупу. Дать соусу настояться 10 минут, чтобы манка разбухла.

подавая салат, посыпьте его молотой корицей.

Заправка «Антре» из майонеза и сметаны



½ стакана майонеза, ½ стакана сметаны, ¼ ч. ложки соли, молотый черный перец на кончике ножа, сахар по вкусу.

Указанные в рецептуре компоненты хорошо перемешать до однородного состояния.

Полученную заправку использовать для овощных, мясных или рыбных салатов.

Заправка в окрошку



2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка горчицы, 1 ч. ложка лимонного сока, $\frac{1}{2}$ ч. ложки измельченной лимонной цедры, 3–4 горошины черного перца.

Перец растолочь в ступке или измельчить в миксере и перемешать с цедрой, горчицей и лимонным соком. Полученную смесь перемешать с окрошкой, а через 3–5 минут добавить туда же сметану, после чего подать блюдо к столу.

Данное количество заправки рассчитано на 1 л окрошки.

Заправка салатная с йогуртом



$\frac{1}{2}$ стакана майонеза, $\frac{1}{2}$ стакана йогурта, 2 ч. ложки винного уксуса, 1 ст. ложка измельченного зеленого лука, молотый черный перец и соль по вкусу.

Майонез перемешать с йогуртом и уксусом, затем добавить зеленый лук, соль и молотый перец и снова перемешать до однородного состояния.

Подавать к любым овощным салатам, но особенно удачно эта заправка сочетается с отварной капустой брокколи и спаржей.

Заправка сметанная



$\frac{2}{3}$ стакана сметаны, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, $1\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара, молотый черный перец на кончике ножа.

В уксусе растворить сахар, соль и молотый перец, затем добавить сметану, тщательно перемешать и сразу подать к овощным, грибным и фруктовым салатам, салатам из цветной капусты и из овощей с мясом.

Заправка к черной редьке



1 крупная луковица, 1 ст. ложка меда, 1 кусочек ржаного хлеба, 2 ст. ложки кваса, 2 ст. ложки подсолнечного масла, соль по вкусу.

Луковицу положить на противень, поставить в предварительно нагретую духовку и испечь, не снимая покровных листьев, после чего почистить и мелко нарезать. Черный хлеб на-

резать тонкой соломкой, подсушить в течение 5–8 минут в открытой духовке, затем соединить с луком, квасом, медом и подсолнечным маслом и тщательно перемешать до однородного состояния. Полученной смесью заправить тертую редьку, дать постоять 5–10 минут и подать к столу.

Примечание. Указанное количество заправки рассчитано на пол-литровую банку тертой редьки.

Заправка лимонная с медом



3 ч. ложки жидкого меда, сок из одного лимона, 1 ст. ложка винного уксуса, соль по вкусу.

Лимонный сок смешать с медом и уксусом, чуть подсолить и использовать в качестве заправки в салаты из свежих овощей с курицей или креветками.

Заправка обычная



100 мл растительного масла, 100 мл уксуса, перец, сахар, соль.

Смешать растительное масло с уксусом, добавить перец, сахар и соль. Тщательно перемешать.

Заправка «Домашний майонез»



750 мл растительного масла, 6 яичных желтков, 160 мл уксуса, 25 г горчицы, сахар, соль.

В сырые яичные желтки добавить горчицу, соль и хорошо размешать. Затем, непрерывно взбивая, вливать растительное масло по одной, потом по 2–3 столовые ложки. Когда масло соединится с желтками и смесь превратится в густую однородную массу, добавить уксус, сахар, хорошо размешать.

Уксус можно заменить лимонной кислотой или лимонным соком.

Заправка из горчицы и уксуса



30 мл растительного масла, 3 яичных желтка, 5 г горчицы, 60 мл уксуса, перец, сахар, соль.

Горчицу, сырые яичные желтки, перец, сахар и соль растереть. Тонкой струей влить масло, непрерывно помешивая, и взбить. Затем развести уксусом и процедить.

Заправка пряная



1 л винного уксуса, 1 лук-шалот, ½ мускатного ореха, 1–2 бутона гвоздики, ⅓ ч. ложки семян горчицы, ½ ч. ложки апельсиновой цедры, 10 горошин черного перца, 1 ч. ложка соли, молотый имбирь на кончике ножа.

Лук почистить, измельчить, добавить специи и пряности, влить уксус, плотно закрыть и оставить в теплом помещении на 3–4 недели.

Готовый уксус процедить через марлю, разлить в бутылки, плотно закрыть их пробками.

Заправка пряная с эстрагоном



1 л столового уксуса, 200 г смеси зеленых листьев эстрагона, базилика, укропа, тимьяна, фенхеля, медуницы и цветков настурции, 3 горошины черного перца, 1 лавровый лист, 1 кусочек ванили, 1 зубок чеснока.

Чеснок почистить, мелко нарезать, смешать с зеленью, черным перцем, лавровым листом и ванилью, залить уксусом и выдержать три недели в теплом месте. Затем уксус процедить, слить в бутылки, закупорить пробкой.

Заправка «Эстрагонный уксус»



0,5 л столового уксуса, 2 ст. ложки свежих листьев эстрагона, ½ ст. ложки измельченного лука, ⅓ ч. ложки соли, ½ ч. ложки лимонной цедры.

Молодые листья эстрагона залить уксусом, добавить измельченный лук, лимонную цедру и соль и выдержать в теплом месте три недели. Готовый уксус процедить, разлить в бутылки.

Заправка чесночная

1 л столового уксуса, 3 зубка чеснока.

Очищенный чеснок натереть на мелкой терке или раздавить в чесночнице, залить уксусом и дать настояться в темном месте в течение двух суток.

Готовый уксус процедить через марлю и хранить в холодильнике.

Заправка цитрусовая



1 л столового уксуса, кожура одного апельсина или лимона.

Помытую свежую или сушеную кожуру апельсина или лимона мелко нарезать, сложить в стеклянную банку, залить уксусом, поместить в холодильник и дать настояться в течение 6–8 дней.

Готовый уксус процедить через марлю и хранить в стеклянной посуде в темном прохладном месте.

Заправка вишневая



3 стакана 9%-ного уксуса, 1½ стакана спелых вишен, 1 ст. ложка измельченного свежего базилика или корица на кончике ножа.

Вишни вымыть, удалить косточки, сложить в банку, добавить корицу или базилик, залить уксусом и настаивать 1–2 дня.

Готовый уксус процедить через марлю и хранить до использования в холодильнике.

Заправка «Столовая»



3 ст. ложки горчичного порошка, 5 ст. ложек воды, 2 ст. ложки 9%-ного уксуса, 1 ч. ложка растительного масла, 1 ч. ложка сахара, 1 неполная ч. ложка соли.

Горчичный порошок растереть, залить горячей водой и быстро размешать, чтобы получилась однородная густая масса. После этого залить стаканом горячей воды и поставить на ночь в холодильник, лишнюю воду слить.

В горчицу добавить соль, сахар, влить растительное масло, хорошо перемешать, влить уксус и снова перемешать.

Заправка уксусная из белых кореньев



1 л столового уксуса, ½ корня петрушки, ½ корня сельдерея, ¼ корня пастернака.

Коренья почистить, вымыть, мелко нарезать, сложить в банку, залить уксусом и выдержать 3—4 недели в холодильнике или темном холодном подвале.

Готовый уксус процедить, перелить в бутылку, закрыть и хранить в холодильнике.

Заправка «Хрен со сметаной»



100 г корня хрена, 1 стакан сметаны, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка соли.

Очищенный хрен вымочить в холодной воде 1,5—2 часа, натереть на мелкой терке, смешать со сметаной, добавить соль, сахар и хорошо перемешать.

Заправка «Хрен с уксусом»



250 г корня хрена, 1 стакан кипятка, ½ стакана 6%-ного уксуса, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка соли.

Очищенный хрен вымочить в холодной воде 1,5—2 часа, натереть на мелкой терке, залить кипятком, накрыть крышкой и дать так остыть.

В уксусе растворить соль и сахар, добавить хрен с водой, хорошо перемешать, положить в стеклянную банку, закрыть крышкой и хранить в холодильнике.

Заправка по-западноевропейски



3 ст. ложки горчичного порошка, 1 ст. ложка муки или крахмала, ¼ стакана воды, 3 ст. ложки белого винного уксуса, 1 ст. ложка сахара, соль по вкусу.

Горчичный порошок соединить с мукой или крахмалом, протереть через сито и перемешать. Небольшими порциями, размешивая, влить холодную воду (лимонный сок или вино) и дать настояться 15—20 минут. Затем добавить уксус, сахар и соль, снова перемешать и хранить в плотно закрытой посуде в холодильнике.

Заправка «Горчица по-французски»



40 г горчичного порошка, 1 стакан воды, 1 ст. ложка уксуса, 1 лук-шалот, 1 ч. ложка растительного масла, 1 ч. ложка сахара, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотой корицы, $\frac{1}{4}$ ч. ложки гвоздики, $\frac{1}{4}$ ч. ложки соли.

Горчичный порошок заварить одной столовой ложкой кипятка и растереть до образования густой однородной массы. Затем влить остальной кипяток, размешать и поставить на 12–18 часов в теплое место. Слить лишнюю воду, добавить уксус, соль, сахар, корицу и гвоздику и перемешать.

Лук-шалот почистить, ополоснуть, измельчить, обжарить в разогретом растительном масле, протереть сквозь сито или пропустить через мясорубку и соединить с горчицей.

Хранить в плотно закрытой посуде в холодильнике.

Заправка горчичная по-славянски



$\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, 1 яичный желток, $\frac{1}{2}$ стакана 3%-ного уксуса, $\frac{1}{2}$ ст. ложки горчицы, 1 головка чеснока, сахар, молотый черный перец и соль по вкусу.

Горчицу растереть с сырым желтком, солью и сахаром до однородного состояния, добавить очищенный и измельченный чеснок. Затем, непрерывно помешивая, маленькими порциями ввести растительное масло. После этого развести смесь уксусом, поперчить, снова перемешать и использовать для заправки овощных салатов.

Заправка горчичная с майонезом



$\frac{1}{2}$ стакана 3%-ного уксуса, 3–4 ст. ложки майонеза, $2\frac{1}{2}$ ч. ложки горчицы, $\frac{2}{3}$ ч. ложки сахара, молотый черный перец и соль по вкусу.

Горчицу растереть с сахаром, затем постепенно ввести майонез и размешать до однородного состояния. Соус посолить, поперчить, заправить уксусом и тщательно перемешать.

Использовать для заправки овощных и овощных с мясом и рыбой салатов.

Заправка «Горчица укропная»



250 г горчицы, 3 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка измельченной зелени свежего или 1 ч. ложка сушеного укропа.

Готовую горчицу тщательно перемешать с оливковым маслом, добавляя его небольшими порциями, и укропом.

Заправка простая



1½ стакана растительного масла, 2½ стакана 3%-ного уксуса, 2 ст. ложки сахара, ¼ ч. ложки молотого черного перца, 1 ст. ложка соли.

В уксусе, размешивая, растворить сахар, соль и молотый перец, затем ввести растительное масло и хранить до использования в холодильнике.

Перед использованием тщательно взболтать.

Заправка с чесноком



½ стакана оливкового (кукурузного или другого растительного рафинированного) масла, ¼ стакана 3%-ного винного уксуса, 1 головка чеснока, ¼ ч. ложки свежемолотого горького черного перца, соль.

Винный уксус, растительное масло, растолченный чеснок, перец и соль тщательно перемешать до получения однородной массы и сразу залить ею подаваемое к столу блюдо.

Заправка экзотическая



1 ст. ложка соевого соуса, ¼ стакана апельсинового сока, ¼ стакана ананасового сока, 1 ст. ложка лимонного сока, ½ ст. ложки измельченной зелени петрушки, ½ ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка кунжутного масла, 1 ч. ложка меда, 1 ч. ложка молотого черного перца.

Апельсиновый, лимонный и ананасовый соки перемешать. Соевый соус растереть с петрушкой и молотым перцем, добавить оливковое и кунжутное масло, мед и смесь соков и взбить с помощью венчика или миксера до получения однородной массы.

Использовать для заправки салатов из цыпленка с фруктами.

Заправка с вином



1 стакан рафинированного растительного масла, $\frac{1}{4}$ стакана уксуса, 2–3 ст. ложки сухого белого вина, $\frac{1}{4}$ стакана измельченной петрушки, $\frac{1}{4}$ ч. ложки горчичного порошка, $\frac{1}{4}$ ч. ложки сушеного базилика, 1 маленький зубок чеснока, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, 1 ч. ложка соли.

Чеснок почистить, измельчить и растолочь с петрушкой, базиликом, горчичным порошком, солью и молотым перцем. Затем влить вино, уксус и оливковое масло, перемешать с помощью миксера или комбайна до получения однородной массы, слить в бутылку, закрыть пробкой и дать настояться 3–5 часов.

Готовую заправку хорошо взболтать, не открывая бутылку, и применять для заправки овощных салатов.

Заправка с орехами



$\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, 1 стакан 3%-ного уксуса, $\frac{1}{2}$ стакана очищенных грецких орехов, 1 ст. ложка сахара, $1\frac{1}{2}$ ч. ложки соли, молотый черный перец по вкусу.

Очищенные грецкие орехи выложить на противень или в сковороду, обжарить на плите или в духовке и растолочь в ступке или измельчить с помощью кухонного комбайна. Толченые орехи размешать с уксусом, в котором растворены соль, сахар и молотый перец, затем добавить растительное масло и тщательно перемешать.

Использовать для заправки овощных, фруктовых салатов и салатов с птицей и рыбой.

Заправка с томатным соком



1 стакан растительного масла, $\frac{1}{2}$ стакана 3%-ного уксуса, $\frac{1}{2}$ стакана томатного сока, 2 ст. ложки измельченного зеленого лука, 1 ст. ложка сахара, 2–3 зубка чеснока, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок и зеленый лук мелко нарезать и растереть с солью и сахаром до получения однородной массы, развести томатным соком, столовым уксусом и влить растительное масло. Использовать для овощных салатов с солеными огурцами.

Заправка пряная



6 ст. ложек растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка смеси сушеного чабера, майорана и базилика, соль по вкусу.

Растертые в порошок травы залить растительным маслом и уксусом, посолить, хорошо перемешать и сразу же использовать как заправку к овощным, мясным и рыбным салатам.

Заправка французская



$\frac{2}{3}$ стакана оливкового масла, 4 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка французской горчицы, 1 головка чеснока, 1 ч. ложка меда, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить, раздавить в чесночнице, сложить в банку с завинчивающейся крышкой, добавить туда же все остальные ингредиенты, закрыть крышкой и хорошо взболтать.

Использовать сразу же.

Заправка укропная



$\frac{1}{2}$ стакана 3%-ного уксуса, 6 ст. ложек растительного масла, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 3 ст. ложки измельченного укропа или 2 капли укропного масла, молотый черный перец и соль по вкусу.

В уксусе растворить соль, сахар и молотый перец, добавить укроп и растительное масло и хорошо перемешать с помощью миксера. Использовать для овощных салатов.

Заправка с соком грейпфрута



$\frac{1}{4}$ стакана оливкового или другого растительного масла, 2 ст. ложки свежего сока грейпфрута, 1 ст. ложкапряного уксуса, 1 ст. ложка горчицы, 2 ч. ложки каперсов, $\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

В уксусе растворить сахар и соль. Затем добавить горчицу, каперсы и сок грейпфрута и взбить эту смесь вилкой или венчиком. В полученную массу, не переставая взбивать до загустения, ввести по 2–3 капли оливкового масла.

Готовую заправку использовать для овощных, овоще-фруктовых салатов и салатов с рыбой.

Заправка со сливками по-датски



5 ст. ложек сливок, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка оливкового масла, 2 вареных яичных желтка, 2 ч. ложки горчицы, 1 ч. ложка сахара, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яичные желтки растереть с горчицей, сахаром, солью и молотым перцем. Затем добавить смесь оливкового масла с уксусом, тщательно перемешать, ввести сливки и снова перемешать. Используется для салатов с соленой сельдью.

Заправка для овощных салатов



100 мл растительного масла, 2–3 зубчика чеснока, 1 ч. ложка майорана, 1 ч. ложка шалфея.

Выжать чеснок и смешать все ингредиенты. Оставить на некоторое время. Можно приготовить с утра и заправить салат вечером, а можно приготовить вечером.

Заправка «Цитрус» для фруктово-овощных салатов



$\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 3 ст. ложки майонеза, сок и цедра $\frac{1}{4}$ апельсина, сок и цедра $\frac{1}{4}$ лимона, $\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара, $\frac{1}{5}$ ч. ложки соли.

Сметану соединить с майонезом, лимонным и апельсиновым соками, сахаром, солью и тертой цедрой и тщательно перемешать.

Заправка для фруктовых салатов



$\frac{2}{3}$ стакана сметаны, 1 ст. ложка фруктового сока, $\frac{1}{4}$ апельсина, $\frac{1}{4}$ лимона, 1 ч. ложка красного вина, $\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара, $\frac{1}{5}$ ч. ложки корицы.

Любой сладкий фруктовый сок соединить с апельсиновым и лимонным соками, добавить сахар, тертую цедру, корицу, вино и сметану и тщательно перемешать.

Заправка из йогурта и мака для фруктовых салатов



1 стакан обезжиренного йогурта, 2 ст. ложки тертой апельсиновой цедры, 1 ст. ложка тертой лимонной цедры, 2 ст. ложки яблочного сидра, 1 ст. ложка концентрированного апельсинового сока, 3 ст. ложки семян мака.

Все компоненты для заправки поместить в миску и хорошенько перемешать венчиком (можно в блендере). Мак нужно предварительно запарить в кипятке.

Заправка идеально подойдет для фруктовых и фруктово-овощных салатов. Перед применением блюдо желательно хорошо охладить.

Заправка со сладким перцем



½ стакана майонеза, 1 вареный яичный желток, 1 ст. ложка томатного соуса, ¼ стручка сладкого перца зеленого цвета.

Сладкий перец вымыть, мелко нарезать или измельчить в миксере и растереть с вареным желтком и томатным соусом. В полученную массу ввести майонез, хорошо вымешать и охладить.

Используется в овощных салатах.

Заправка с йогуртом



¼ стакана майонеза, ¼ стакана йогурта, 2 ч. ложки винного уксуса, 1 ст. ложка измельченного зеленого лука, молотый черный перец и соль по вкусу.

Майонез перемешать с йогуртом и уксусом, затем добавить зеленый лук, соль и молотый перец и снова перемешать до однородного состояния. Подать к любым овощным салатам.

Заправка с медом



3 ч. ложки жидкого меда, сок 1 лимона, 1 ст. ложка винного уксуса, соль по вкусу.

Лимонный сок смешать с медом и уксусом, чуть подсолить и использовать в качестве заправки в салаты из свежих овощей с курицей или креветками.

Заправка сметанная для фруктовых салатов



1½ стакана сметаны, ¼ стакана малины или клубники, 1 апельсин, ½ лимона, 1 ст. ложка фруктового ликера, 1½ ст. ложки сахара, корица.

Малину или клубнику очистить от хвостиков, промыть, дать стечь воде и протереть через сито или превратить в пюре с помощью миксера или кухонного комбайна. Лимон и апельсин вымыть, вытереть, снять с них мелкой теркой цедру, ошпарить ее кипятком и охладить. Из мякоти цитрусовых отжать сок, смешать его с ягодным пюре и цедрой, добавить сметану, сахар, корицу и ликер и хорошо перемешать до однородного состояния.

Подается к охлажденным салатам из апельсинов, мандаринов, дыни, арбуза с фруктами.

Заправка «Майонез зеленый»



1 стакан майонеза, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки воды, 200 г щавеля или шпината, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, сельдерея или зеленого лука, 1 ст. ложка эстрагона или укропа.

Щавель или шпинат промыть, удалить стебель, мелко нарезать, сложить в кастрюлю и добавить остальную зелень. Залить травы водой, довести на сильном огне до кипения и варить в течение пяти минут. Затем воду слить, а зелень протереть через сито и охладить.

Приготовить майонез, соединить его со сметаной и пюре из зелени и тщательно перемешать с помощью миксера до однородного состояния.

Использовать для заправки салатов с рыбой и яйцами.

Заправка «Соевый соус домашний»



½ стакана зерен сои, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 1½ – 2 стакана белого бульона, соль.

Сою залить холодной водой, чтобы жидкость только покрыла бобы, и оставить замачиваться на ночь.

Затем сою промыть, залить чистой водой, довести до кипения и варить до мягкости.

Готовую сою откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, переложить в другую посуду и растереть с помощью пестика, миксера или кухонного комбайна в пасту. В полученную массу добавить размягченное масло, муку и соль, хорошо перемешать до однородного состояния. Затем влить белый бульон и прокипятить 3–5 минут.

В небольших количествах можно использовать вместо салатной заправки.

Заправка из раков

| 1 стакан майонеза, 10 вареных раков.

У вареных раков очистить хвостики и использовать их для украшения рыбных блюд. Панцири, клешни и ножки растолочь в порошок или превратить в однородную массу с помощью кофемолки или кухонного комбайна и перемешать с майонезом до однородного состояния.

Использовать для заправки салатов.

Заправка «Майонез со сметаной»



| 1 стакан майонеза, 1¼ стакана густой сметаны, ¼ ч. ложки молотого черного перца, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, сахар и соль по вкусу.

Майонез размешать до однородного состояния со сметаной, добавить сахар, соль, лимонную кислоту и молотый перец и снова хорошо перемешать.

Использовать для заправки салатов.

Заправка «Чесночный соус по-карибски»



| 1½ стакана оливкового масла, 2 вареных яичных желтка, 1 головка чеснока, 2–3 ст. ложки оливок без косточек, 3 ст. ложки измельченных каперсов, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить, соединить с яичными желтками, каперсами и оливками и измельчить с помощью миксера или кухонного комбайна. Затем, вводя в эту смесь маленькими порция-

ми масло, соль и молотый перец, взбить соус до получения кремообразной массы.

Использовать в качестве заправки к салатам с мясом и рыбой.

Заправка белая с йогуртом



150 г сметаны, 150 г йогурта, 4 ст. ложки апельсинового сока, 1 пучок укропа, ½ ч. ложки соли.

Сметану, йогурт и апельсиновый сок смешать до однородной массы. Укроп перебрать, помыть, хорошо обсушить и мелко нарезать. Добавить в массу и перемешать.

Подавать к фруктовым салатам.

Заправка яичная



1 стакан растительного масла, 3 яйца, 1 ст. ложка горчицы, 2 корнишона, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить, желтки отделить и растереть, а белки измельчить. Желтки постепенно смешать с горчицей и растительным маслом, затем добавить уксус, измельченные корнишоны, яичные белки и зелень петрушки, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

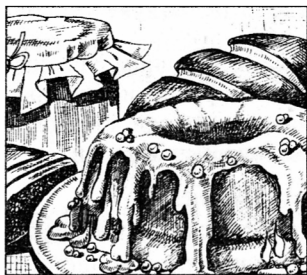
Использовать в качестве заправки для салатов.

Заправка по-венгерски



3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка измельченного эстрагона, 1 ст. ложка измельченной петрушки, 1 ст. ложка измельченного шнитт-лука, 1 ст. ложка измельченного репчатого лука, 2 яйца, 1 ст. ложка эстрагонного уксуса, 1 ст. ложка горчицы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, почистить, отделить желтки и растереть их с маслом, эстрагоном, петрушкой и луком до пастообразного состояния. Затем добавить соль, молотый перец, эстрагонный уксус, горчицу и измельченные белки и тщательно перемешать. Использовать для заправки салатов из одуванчиков и других дикорастущих растений.



СОУСЫ. РАЗНООБРАЗНЫЕ РЕЦЕПТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

БЕЛЫЕ СОУСЫ

Основной белый соус



1 л белого мясного бульона, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 2½ ст. ложки муки, 1 луковица, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, 2 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Из муки и сливочного масла или маргарина приготовить белую жировую заправку (см. «Заготовки для соусов и подлив»), развести ее небольшим количеством теплого бульона, тщательно растереть, чтобы не было комков, и соединить с остальным горячим бульоном.

Лук, морковь и корни почистить, вымыть, нарезать соломкой, опустить в заправленный бульон и варить при слабом кипении в течение 30 минут, при необходимости снимая пену. После этого соус посолить, добавить лимонный сок или растворенную в небольшом количестве воды лимонную кислоту, процедить через сито, протирая овощи, и снова довести до кипения. Готовый соус заправить сливочным маслом.

Подавать к блюдам из отварной птицы, телятины, к паровым котлетам, а также использовать для приготовления производных соусов.

Примечание. Если этот соус используется для запекания или приготовления других соусов, то лимонный сок или кислоту добавлять не нужно.

Паровой белый соус



2 стакана основного белого соуса, $\frac{1}{2}$ луковицы, 3 ст. ложки сливочного масла, по $\frac{1}{4}$ корня петрушки и сельдерея, 3 ст. ложки сухого белого вина, $\frac{1}{2}$ ч. ложки лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, молотый белый перец и соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в половине разогретого масла до мягкости. Очищенные корни вымыть, мелко нарезать, опустить в горячий белый соус, добавить лук и вино (не обязательно), размешать и варить при слабом кипении в течение 10–20 минут. После этого ввести лимонный сок или растворенную в небольшом количестве воды лимонную кислоту, посолить, поперчить и процедить.

Готовый соус заправить оставшимся сливочным маслом, нарезанным маленькими кусочками.

Подается к отварным, паровым и припущенным блюдам из кур, цыплят, телятины.

С хреном



2 стакана основного белого соуса, 2 ст. ложки тертого хрена, 1 ст. ложка сливочного масла, соль по вкусу.

В горячий белый соус всыпать свеженатертый хрен и, периодически помешивая, варить при слабом кипении в течение 20 минут. Готовый соус посолить и заправить сливочным маслом.

Подавать к горячим блюдам из телятины, свинины и птицы.

С брусникой и вином



1 стакан основного белого соуса, $1\frac{1}{2}$ стакана брусники, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 1 стакан воды, 2 ст. ложки сухого белого вина, 1 ст. ложка сливочного масла, молотая корица по вкусу.

Ягоды промыть, откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода, переложить в миску или кастрюлю, засыпать сахаром и дать постоять 30–40 минут. Затем добавить воду и корицу, закрыть крышкой и варить на слабом огне до мягкости. После этого бруснику протереть через сито, влить белый соус, размешать и варить до

загустения. Потом добавить вино, довести соус до кипения, снять с огня и заправить сливочным маслом.

Подается к жареной индейке, курице, цыплятам.

С зеленым горошком



2¼ стакана белого куриного бульона, 1 ст. ложка муки, ¾ стакана мороженого или консервированного зеленого горошка, по одному корню петрушки и сельдерея, 1 ст. ложка сливочного масла, ¼ ч. ложки карри, молотый черный перец и соль по вкусу.

Коренья почистить, вымыть и измельчить. Из муки приготовить белую безжировую заправку (см. «Заготовки для соусов и подлив»), слегка ее остудить и постепенно, тщательно размешивая, чтобы не было комков, влить белый бульон (приготовление см. там же). В полученную массу всыпать коренья и варить соус в течение 25 минут. Затем добавить замороженный горошек и варить еще 5–7 минут (консервированный горошек всыпать за минуту до конца варки соуса). Готовый соус посолить, поперчить, посыпать карри, заправить сливочным маслом и хорошо перемешать.

Подается к блюдам из жареной птицы.

С рисом



1½ стакана белого мясного бульона, 1½ ст. ложки риса, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки сливок, 1 луковица, 1 яичный желток, соль по вкусу.

Рис хорошо промыть, всыпать в горячий белый бульон (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив») и сварить до готовности. Тем временем лук почистить, измельчить и обжарить в половине сливочного масла до мягкости.

В кастрюлю с готовым рисом добавить лук и варить соус при слабом кипении в течение 10–15 минут. Полученную массу протереть через сито, вскипятить, добавить нарезанное кусочками сливочное масло, влить, быстро размешивая, яичный желток, взбитый вилкой со сливками, и хорошо нагреть, не доводя до кипения.

Подается к горячим мясным блюдам.

С овощами



2 стакана основного белого соуса, $\frac{1}{2}$ моркови, $\frac{1}{2}$ корня петрушки, 1 маленькая луковица, $\frac{1}{2}$ стакана белого бульона, 3–5 стручков зеленой фасоли, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Лук, морковь и корень петрушки почистить, вымыть, нарезать мелкими кубиками или соломкой, высыпать в сковороду с половиной разогретого масла и жарить до мягкости. Затем влить белый бульон (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив») и тушить до готовности.

Стручковую фасоль промыть, очистить по всей длине от стебля, разрезать на несколько частей, опустить в кипящую воду и сварить до мягкости.

Овощи соединить, залить горячим белым соусом, прокипятить 5–7 минут, посолить и заправить сливочным маслом.

Подается к отварной баранине, кролику, курам, цыплятам, паровым котлетам.

С зеленью



$1\frac{1}{2}$ стакана основного белого соуса, 150 г сливочного масла, по одному маленькому пучку свежей зелени петрушки и эстрагона. соль по вкусу.

Петрушку и эстрагон обдать кипятком, отряхнуть, мелко нарезать, растереть с размягченным сливочным маслом до получения однородной массы, положить ее в приготовленный без масла горячий белый соус и хорошо размешать.

Подавать к блюдам из отварной и припущенной птицы, паровым и куриным котлетам.

С томатной пастой



$1\frac{1}{2}$ стакана основного белого соуса, 4 ст. ложки томатной пасты, 4 ст. ложки сливочного масла, молотый черный перец и соль по вкусу.

Томатную пасту выложить в сковороду с половиной разогретого масла и, помешивая, тушить 3–5 минут. Полученную массу соединить с горячим белым соусом, добавить соль и молотый перец, перемешать и варить при слабом кипении в течение

ние 7–10 минут. Готовый соус процедить через сито и заправить сливочным маслом.

Подается к блюдам из яиц, домашней птицы, телятины.

С яйцами

I вариант



2 стакана основного белого соуса, $\frac{1}{3}$ стакана сметаны, 2 яичных желтка, соль по вкусу.

Яичные желтки взбить со сметаной, влить эту смесь в белый соус, размешать и хорошо нагреть, не доводя до кипения.

Для улучшения вкуса в готовый соус можно добавить $\frac{1}{4}$ стакана сухого белого вина и 1–2 столовые ложки нарезанного кусочками сливочного масла.

Подается к отварной птице, телятине, паровым котлетам.

II вариант



2 стакана белого рыбного соуса, 6 яиц, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить, мелко нарезать, всыпать в горячий белый рыбный соус, добавить лимонный сок или растворенную в небольшом количестве воды лимонную кислоту, зелень петрушки, соль и перец молотый и хорошо перемешать.

Подается к горячей отварной рыбе.

С яичными желтками



3 стакана основного белого соуса, 4 яичных желтка, 100 г сливочного масла, 1 ч. ложка лимонного сока, $\frac{1}{2}$ стакана сливок или белого бульона, молотый мускатный орех на кончике ножа, молотый черный перец и соль по вкусу.

Половину сливочного масла размягчить, нарезать небольшими кусочками и растереть с сырыми яичными желтками до однородного состояния. Полученную массу поставить на водяную баню и нагревать до загустения, непрерывно помешивать.

вая и небольшими порциями вводя сливки или белый бульон. После этого перелить смесь в слегка остывший белый соус, добавить лимонный сок, мускатный орех, соль, молотый перец и сливочное масло и хорошо перемешать.

Подается к вареным и припущенным блюдам из кур, цыплят, телятины, баранины, дичи.

Со сметаной



3 стакана основного белого бульона, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 1½ стакана сметаны, молотая цедра лимона и лимонная кислота на кончике ножа.

Из муки и сливочного масла приготовить белую жировую заправку (см. «Заготовки для соусов и подлив»), развести ее небольшим количеством теплого белого бульона (приготовление см. там же) и тщательно растереть, чтобы не было комков.

Полученную массу, размешивая, соединить с остальным горячим бульоном, добавить цедру, сметану и разведенную небольшим количеством воды лимонную кислоту, довести до кипения, проварить 1–2 минуты, посолить и перемешать.

Подается к блюдам из круп, запеканкам, макаронным изделиям.

С артишоками



2 стакана основного белого соуса, 500 г артишоков, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.

С артишоков срезать острые концы чешуек, отрезать у самого основания стебель (все срезы смазывать лимонным соком или раствором лимонной кислоты, чтобы не потемнели) и удалить из середины ложкой цветочные завязи. Подготовленные артишоки перевязать шпагатом, сложить в кастрюлю, залить горячей подсоленной водой и варить в течение 10–15 минут. Затем артишоки вынуть, развязать и протереть через сито.

Полученное пюре соединить с горячим белым соусом, размешать, посолить, довести до кипения, проварить 1–2 минуты, снять с огня и поперчить.

Подавать к блюдам из птицы, телятины, к паровым телячьим и жареным куриным котлетам, отварному картофелю.

С маслинами



2 стакана основного белого соуса, $\frac{1}{2}$ стакана маслин, 1 ст. ложка лимонного сока, $\frac{1}{4}$ стакана сливок, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки сливочного масла, $\frac{1}{2}$ ч. ложки майорана, $\frac{1}{4}$ ч. ложки куркумы.

Маслины очистить от косточек, нарезать соломкой, положить в белый соус, добавить куркуму, майоран и лимонный сок, размешать и кипятить смесь в течение двух-трех минут. В готовый соус влить сливки, ввести нарезанное кусочками сливочное масло и хорошо перемешать.

Подавать к блюдам из жареного мяса, птицы, дичи.

С одуванчиком и крапивой



2 стакана основного белого соуса, по 3 ст. ложки измельченных листьев одуванчика, щавеля и крапивы, 3 ст. ложки сметаны, 1 сырой яичный желток, молотый черный перец и соль по вкусу.

Измельченную зелень (крапиву перед нарезкой нужно ошпарить кипятком) всыпать в горячий белый соус, положить туда же сметану, соль и молотый перец, перемешать и варить при слабом кипении в течение 10–15 минут. Яичный желток взбить вилкой и, быстро размешивая, влить в слегка остывший соус.

Подается к жареным блюдам из телятины и птицы.

С вином и кинзой



$2\frac{1}{4}$ стакана основного белого соуса, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки красного вина, 2 ст. ложки измельченной зелени кинзы, 1 сырой яичный желток, 3 ст. ложки сливок, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 1 лавровый лист, $\frac{1}{4}$ ч. ложки красного молотого перца.

Лук почистить, мелко нарезать и, помешивая, обжарить в половине масла до мягкости. Затем добавить вино, кинзу, лав-

ровый лист и молотый перец, накрыть крышкой и кипятить в течение двух-трех минут.

Полученную массу соединить с горячим белым соусом и варить на слабом огне еще 10 минут. Яичный желток взбить вилкой со сливками, ввести эту смесь, быстро размешивая, в слегка остывший соус, добавить зелень петрушки и нарезанное кусочками оставшееся масло.

Подается к отварной и тушеной птице и телятине.

С лимоном и апельсином



3½ стакана основного белого соуса, 1 лимон, 1 апельсин, ½ стакана сливок, 2 ст. ложки сливочного масла, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лимон и апельсин вымыть, вытереть, снять с них мелкой теркой цедру, ошпарить кипятком для удаления горечи и откинуть на сито, чтобы стекла вода.

Из мякоти цитрусовых выжать сок. Цедру положить в горячий белый соус, приготовленный на курином бульоне, и варить при слабом кипении в течение семи-восьми минут. За минуту до конца приготовления добавить лимонный и апельсиновый сок, сливки и соль. Готовый соус заправить нарезанным кусочками сливочным маслом.

Подавать к жареным блюдам из домашней птицы, фазанов, куропаток, рябчиков, тетеревов.

С грибным отваром



2 стакана основного белого соуса, ½ стакана грибного отвара, 1 помидор, 2 ст. ложки сливочного масла, ¼ ч. ложки красного молотого перца, сок из одного лимона, молотый черный перец по вкусу.

Помидор ошпарить кипятком, окунуть в холодную воду, вынуть, снять с него кожицу и протереть через сито или натереть на терке. Горячий белый соус соединить с грибным отваром, добавить пюре из помидора, перемешать, довести до кипения и снять с огня. Готовый соус поперчить и заправить лимонным соком и сливочным маслом.

Подается к жареной свинине.

Со сливками



2 стакана основного белого соуса, 1 яичный желток,
½ стакана сливок.

Яичный желток взбить вилкой со сливками, влить, быстро размешивая, в слегка остывший белый соус и, помешивая, подогреть, не доводя до кипения.

Подается к яичным блюдам, рыбе, дичи, вареной курице и телятине, а также является основой для приготовления других соусов.

Если к этому соусу добавить четыре столовые ложки смеси свежей измельченной зелени эстрагона, петрушки, кервеля и укропа, то полученный соус можно подать к блюдам из отварной рыбы, птицы и телятины.

С хреном и зеленью петрушки



2½ стакана немецкого соуса, 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 1 ст. ложка тертого хрена.

Лук почистить, измельчить, высыпать в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, жарить до мягкости. В горячий немецкий соус всыпать лук, зелень петрушки и тертый хрен и хорошо перемешать.

Подается к жареной рыбе, отварной курице и телятине.

С корнионами



2 стакана белого мясного бульона или овощного отвара, 150 г корнионов, 1 луковица, 2 ст. ложки маргарина или растительного масла, 1 ст. ложка муки, ¼ ч. ложки молотого белого перца, сахар и соль по вкусу.

Очищенный лук ополоснуть, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым маргарином или растительным маслом и, помешивая, жарить до мягкости.

Из муки приготовить белую безжировую заправку, смешать ее с луком, развести небольшим количеством холодного бульона, тщательно размешать и соединить с остальным бульоном. Полученный соус довести до кипения, добавить мелко нарезан-

ные корнишоны, вскипятить еще раз, заправить сахаром, посолить и поперчить.

Подается к блюдам из отварной рыбы, птицы, телятины, макаронных изделий.

Рыбный соус



4 стакана крепкого рыбного бульона, 2 ст. ложки муки, 4 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 1 луковица, 1 корень петрушки или сельдерея, 5–7 горошин черного или 2–3 горошины душистого перца, соль по вкусу.

Из муки и двух столовых ложек сливочного масла приготовить белую жировую заправку и, хорошо размешивая, развести ее горячим рыбным бульоном.

Лук и корнища почистить, обмыть, измельчить и обжарить в столовой ложке масла до мягкости. Затем овощи опустить в заправленный бульон, добавить перец горошком и варить при слабом кипении около 50 минут. После этого соус посолить, протереть через сито, довести до кипения и заправить оставшимся сливочным маслом, нарезанным маленькими кусочками.

Подавать к блюдам из отварной рыбы, а также использовать для приготовления производных соусов.

Паровой рыбный соус



2 стакана белого рыбного соуса, 4 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, молотый черный перец и соль по вкусу.

В горячий белый рыбный соус положить нарезанное небольшими кусочками сливочное масло и вымешивать, пока масло не соединится с соусом. Затем заправить соус лимонным соком или разведенной в небольшом количестве холодной воды лимонной кислотой, посолить, поперчить и процедить через марлю.

Подается к припущенной и вареной рыбе.

Примечание. Для улучшения вкуса парового соуса в белый рыбный соус во время приготовления можно добавить 2 столовые ложки отвара от шампиньонов или 4 столовые ложки вскипяченного белого вина.

Рыбный соус с рассолом



2 стакана основного белого соуса, 3 ст. ложки огуречного рассола, 2 ст. ложки белого виноградного вина, 3 ст. ложки сливочного масла, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.

Огуречный рассол довести до кипения, проварить 3–5 минут, процедить и влить в горячий белый рыбный соус. Добавить туда же вино и варить смесь в течение 8–10 минут.

Готовый соус посолить, поперчить, заправить сливочным маслом, размешать и процедить.

Подается к припущенной или вареной рыбе.

Рыбный соус с растительным маслом



2 стакана рыбного бульона, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки оливкового, горчичного или подсолнечного масла, 2 ст. ложки каперсов или 1 корнишон, 1 ст. ложка лимонного сока, сахар и соль по вкусу.

Муку растереть добела с маслом, развести небольшим количеством рыбного бульона и хорошо размешать, чтобы не было комков. Полученную смесь соединить с остальным горячим бульоном, добавить каперсы или измельченный корнишон, лимонный сок, сахар и соль и, помешивая, варить при слабом кипении в течение 20–30 минут, чтобы соус загустел.

Подавать к блюдам из отварной рыбы и к макаронным изделиям.

Рыбный соус с желтками и каперсами



2 стакана белого рыбного бульона, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1–2 ст. ложки каперсов, 4–5 сырых яичных желтков, 1 ч. ложка лимонного сока, сахар и соль по вкусу.

Муку растереть до однородного состояния со сливочным маслом, постепенно развести горячим бульоном, хорошо размешивая, чтобы не было комков, добавить измельченные каперсы, сахар и соль и, помешивая, варить до загустения в течение 20 минут. Яичные желтки взбить вилкой с лимонным соком и, мешая, ввести в слегка остывший соус.

Подавать к блюдам из отварной и припущенной рыбы, яиц, морепродуктов.

Белый рыбный соус с лимоном



2 стакана рыбного бульона, 1 ст. ложка муки, 1½ ст. ложки сливочного масла, ½ луковицы, ½ корня петрушки или сельдерея, сок из одного лимона, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Корень петрушки или сельдерея почистить, вымыть и мелко нарезать. Очищенный лук измельчить и обжарить в половине разогретого масла до мягкости, не допуская изменения цвета.

Из муки и оставшегося сливочного масла приготовить белую жировую заправку, постепенно, хорошо размешивая, развести ее горячим рыбным бульоном, всыпать лук, коренья и молотый перец и варить при слабом кипении в течение 30—40 минут, часто снимая пену.

В готовый соус добавить лимонный сок, лавровый лист и соль, дать постоять одну минуту, вынуть лавровый лист, процедить, протирая овощи, и заправить сливочным маслом.

Подавать к рыбным, овощным, грибным блюдам, рубленым яйцам.

Рыбный соус с мидиями



2 стакана белого рыбного соуса, 100 г мидий, 2 яичных желтка, 1 ч. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Мидии опустить в кипящую воду, закрыть крышкой и варить на сильном огне 5—6 минут, пока они не раскроются. После этого слить воду, вынуть моллюсков из раковин, хорошо промыть холодной водой, залить двумя стаканами подсоленного кипятка и варить 20—30 минут до мягкости. Затем мидии вынуть и пропустить через мясорубку, а отвар процедить.

Приготовить половину порции белого рыбного соуса, используя вместо рыбного бульона отвар из мидий.

Сырые яичные желтки взбить вилкой и влить эту смесь в слегка остывший белый соус. После этого добавить фарш из ми-

дий, размешать, посыпать зеленью петрушки и хорошо нагреть, не доводя до кипения.

Подавать к блюдам из морепродуктов.

Рыбный соус со сливками



3½ стакана белого рыбного соуса, ½ стакана сливок, 4 сырых яичных желтка, сок из ½ лимона, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Яичные желтки взбить со сливками, добавить нарезанное кусочками сливочное масло, поставить на водяную баню или очень слабый огонь и, помешивая, нагревать до растворения масла (ни в коем случае не кипятить, чтобы желтки не свернулись). Полученную массу ввести в слегка остывший белый рыбный соус, всыпать зелень петрушки и хорошо перемешать.

Подавать к отварной и припущенной рыбе.

Укропный соус

I вариант



1 стакан рыбного бульона, 1–1½ ст. ложки муки, сок из половины лимона, 2 стакана сливок, 1½ ст. ложки сливочного масла, 1 стакан измельченного укропа, 1–2 щепотки красного жгучего перца, соль по вкусу.

Укроп высыпать в сковороду с половиной столовой ложки сливочного масла, перемешать и обжаривать 2–3 минуты. Приготовить рыбный бульон, смешать его с лимонным соком, проварить еще 15 минут, процедить и продолжать варить, пока жидкость не выпарится наполовину. После этого добавить укроп и сливки, хорошо перемешать и довести соус до кипения.

Муку перетереть с оставшимся размягченным маслом и, быстро размешивая, ввести в кипящий бульон.

Готовый соус посолить и поперчить.

Подается к отварной, тушеной и жареной рыбе.

II вариант



2 стакана основного белого соуса, 2–3 ст. ложки измельченного укропа, 1 ч. ложка виноградного уксуса, 1 ч. ложка сахара, 1 сырой яичный желток, соль по вкусу.

В горячий белый соус добавить укроп, сахар, уксус и соль и хорошо перемешать. Яичный желток взбить вилкой с ½ стакана слегка остывшего соуса и, быстро размешивая, соединить с остальным соусом.

Подавать к отварной говядине и телятине, котлетам, отварной и жареной рыбе.

КРАСНЫЕ СОУСЫ

Основной красный соус



4 стакана коричневого бульона, 2 моркови, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка кулинарного жира, 2½ ст. ложки муки, ½ стакана томатного пюре, 2 ч. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка сахара, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лук, морковь и корень петрушки почистить, вымыть, измельчить и, помешивая, обжаривать в жире 7–10 минут. Затем добавить томатное пюре и обжаривать овощи еще 10–15 минут.

Из муки приготовить красную безжировую заправку, слегка ее остудить, развести стаканом холодного коричневого бульона, тщательно растереть, чтобы не было комков, и соединить с остальным кипящим бульоном. Добавить туда обжаренные с томатом овощи и варить соус при слабом кипении в течение часа. За 5–10 минут до конца приготовления соус посолить, поперчить, добавить сахар и лавровый лист.

Готовый соус процедить через сито, протирая овощи и удаляя лавровый лист, снова довести до кипения, положить сверху нарезанное мелкими кусочками сливочное масло, чтобы не образовывалась пленка, и снять с огня.

Подается к блюдам из дичи, субпродуктов, к котлетам, биточкам, сосискам, отварным копченостям, а также используется в качестве основы для приготовления производных соусов.

Красный соус острый



1 стакан основного красного соуса, 1 ч. ложка острого соуса «Южный» или «Московский», 1 ч. ложка сливочного масла, молотый красный перец и соль по вкусу.

В красный соус добавить соус «Южный» или «Московский» промышленного производства (можно заменить его острым кетчупом или томатным соусом — приготовление см. в «Томатные соусы»), соль и молотый перец и кипятить в течение 5–7 минут.

Готовый соус процедить через сито, снова довести до кипения, заправить сливочным маслом и перемешать.

Подается к жареному мясу, котлетам, биточкам, жареной колбасе, сосискам, сарделькам, а также применяется для запекания мяса и мясопродуктов.

Красный соус со сладким перцем



3 стакана основного красного соуса, 3–4 сладких болгарских перца, 1½ ст. ложки маргарина, 4 ст. ложки белого столового вина, 3 ст. ложки 3%-ного уксуса, 2 ст. ложки сливочного масла, 8–10 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 1 маленький зубок чеснока, соль по вкусу.

Сладкий перец очистить от семян, ополоснуть, мелко нарезать и, помешивая, обжарить в разогретом маргарине до мягкости. Затем влить уксус и вино и варить смесь, пока жидкость не выпарится на треть. После этого добавить красный соус, размешать, проварить еще 15–20 минут, положить растертый с солью чеснок, крупно раздробленный черный перец, лавровый лист и снова кипятить 5–10 минут.

Готовый соус процедить через сито, протирая сладкий перец и удаляя лавровый лист, и заправить сливочным маслом.

Подается к вареному и жареному мясу, блюдам из зайца, дикой козы и крупной дичи.

Красный соус с зеленым горошком



3 стакана основного красного соуса, 2 луковицы, 2 моркови, ½ корня петрушки, 50 г копченого сала, 1½ ст. ложки консервированного зеленого горошка, 1–2 лавровых листа, 5–7 горошин черного перца, соль по вкусу.

Лук, морковь и корень петрушки почистить, вымыть, нарезать кружочками или брусочками (лук — четвертькольцами),

высыпать в сковороду со слегка вытопленным салом и, помешивая, обжарить. Затем влить красный соус, положить перец горошком и лавровый лист и проварить 10–15 минут. За 2–3 минуты до конца приготовления добавить зеленый горошек.

Готовый соус при необходимости присолить и удалить лавровый лист.

Подается к тушеному мясу.

Красный луковый соус



3 стакана основного красного соуса, 5 луковиц, 3 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки 3%-ного уксуса, 1–2 лавровых листа, 3–5 горошин черного перца, ½ ч. ложки сахара, соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, нарезать тонкой соломкой и обжарить до мягкости в двух столовых ложках сливочного масла, не давая ему подрумяниться. Затем добавить уксус, лавровый лист, перец горошком и варить 5–7 минут, после чего лавровый лист и перец удалить, влить красный соус и варить еще 10–15 минут. Готовый соус протереть через сито, посолить, заправить сахаром и сливочным маслом.

Подавать к блюдам из жареной или тушеной дичи, тушеному мясу, к мясным биточкам и котлетам, а также использовать при запекании мяса и дичи.

Если в этот соус добавить одну столовую ложку горчицы, то его можно подать к жареной колбасе, сосискам, сарделькам.

Красный соус с луком и грибами



3 стакана основного красного соуса, 150 г свежих или 40 г сушеных шампиньонов, 3 ст. ложки сливочного масла, 4 луковицы, ½ стакана томатного пюре, ½ стакана белого вина, 1 ч. ложка сахара, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки или укропа, 1 ч. ложка эстрагона, ¼ ч. ложки молотого черного перца.

Свежие очищенные шампиньоны вымыть, залить небольшим количеством воды и тушить 10–15 минут. Сушеные шампиньоны промыть горячей водой, опустить в кипяток и сварить до мягкости. Подготовленные грибы нарезать тонкой соломкой.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить, высыпать в сковороду с разогретым сливочным маслом и, помешивая, обжарить до золотистого цвета. Затем добавить шампиньоны и жарить еще 3–5 минут, после чего влить белое вино и варить, пока количество жидкости не уменьшится на треть. Потом добавить красный соус, томатное пюре, соль и сахар, размешать и варить смесь еще 10–15 минут.

В готовый соус положить зелень петрушки или укропа, эстрагон и нарезанное кусочками сливочное масло.

Подавать к курице и телятине.

Красный соус с грибами и помидорами



2½ стакана основного красного соуса, 5–6 луковиц, 3 ст. ложки маргарина, 100 г шампиньонов или белых грибов, 2 помидора, ½ стакана белого вина, 1½ ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка сушеного эстрагона, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и обжарить в половине разогретого маргарина до светло-золотистого цвета. Очищенные грибы вымыть, мелко нарезать, обжарить в оставшемся маргарине и перемешать с луком.

Помидоры обмыть, нарезать дольками, положить в грибную массу, влить вино, закрыть крышкой и тушить на небольшом огне в течение 15 минут. После этого влить горячий красный соус и кипятить смесь еще 5–10 минут.

В готовый соус добавить эстрагон, зелень петрушки и соль, перемешать и заправить нарезанным кусочками сливочным маслом.

Подается к тушеным и жареным блюдам из говядины, телятины, баранины и домашней птицы, в том числе к антрекоту, филе, биточкам.

Красный соус с грибами



2 стакана основного красного соуса, 150 г свежих белых грибов или шампиньонов, 1–2 луковицы, 2 ст. ложки топленого сала, 3 ст. ложки красного сухого вина, 1 ст. ложка сливочного масла, по 1 ст. ложке измельченной зелени петрушки и эстрагона, соль по вкусу.

Лук и грибы почистить, вымыть, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым салом и, помешивая, обжаривать в течение 10–15 минут. Затем влить красный соус, потушить 20 минут, добавить вино, зелень петрушки и эстрагон и довести смесь до кипения.

Готовый соус посолить и заправить сливочным маслом.

Подается к жареным блюдам из пернатой дичи, зайца, дикой козы, кабана, лося, оленя.

Красный грибной соус для запекания



3 стакана основного красного соуса, 50 г сушеных или 150 г свежих шампиньонов или белых грибов, 5–6 луковиц, 3 ст. ложки маргарина, 1½ ст. ложки сливочного масла, ½ стакана белого вина, 1–2 лавровых листа, 5–7 горошин черного перца, соль по вкусу.

Грибы почистить, вымыть, сварить в подсоленной воде до мягкости, вынуть и мелко нарезать. Очищенный лук измельчить, обжарить в разогретом маргарине до золотистого оттенка, добавить грибы, перец горошком, лавровый лист и, помешивая, жарить еще 5–6 минут. После этого влить вино и варить смесь, пока жидкость не выпарится на треть. Затем влить красный соус, посолить и варить при слабом кипении еще 10–15 минут.

Готовый соус заправить нарезанным кусочками сливочным маслом.

Применяется при запекании мяса, рыбы и овощей.

Красный соус с ветчиной



3 стакана основного красного соуса, 100 г нежирной ветчины, 3 ст. ложки смальца или топленого масла, 4 ст. ложки сухого красного вина, 2 ст. ложки сливочного масла, 10 шампиньонов, 10 оливок без косточек, ½ ч. ложки молотого черного перца, соль по вкусу.

Грибы вымыть, опустить в кипящую подсоленную воду и варить в течение 20–25 минут, после чего вынуть и мелко нарезать. Ветчину нарезать маленькими кубиками. Лук почистить, измельчить, обжарить в смальце или топленом масле до мягкости, смешать с ветчиной и, помешивая, жарить еще около пяти

минут. Затем влить вино, прокипятить смесь 5 минут, добавить красный соус и шампиньоны и довести до кипения.

Готовый соус посолить, поперчить, заправить сливочным маслом, немного остудить, добавить целые оливки и размешать.

Подается к жареному мясу, домашней птице, пернатой дичи, зайцу.

Красный чесночный соус с копченостями



3 стакана основного красного соуса, 200 г костей и обрезков копченого окорока, грудинки, свиной корейки, 4 луковицы, ½ корня сельдерея или петрушки, 1 маленькая морковь, ½ стакана виноградного уксуса, 1 маленький стручок острого красного перца, 1 головка чеснока, 3 ст. ложки маргарина, 1½ ст. ложки сливочного масла, 1 лавровый лист, 3–5 горошин черного перца, соль по вкусу.

Очищенный лук измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом маргарине до мягкости. Морковь и петрушку или сельдерей почистить, вымыть и мелко нарезать. Кости и обрезки от копченостей измельчить, положить в горячий красный соус, влить уксус, добавить морковь, коренья, лук, лавровый лист, перец горошком и стручковый перец, посолить и варить соус при слабом кипении до тех пор, пока он не будет по густоте напоминать сливки. После этого вынуть стручковый перец и лавровый лист, соус процедить через сито, протирая мякоть копченостей и овощи, положить в соус измельченный чеснок и довести до кипения.

Готовый соус заправить нарезанным кусочками сливочным маслом.

Подается к жареным блюдам из дичи и домашней птицы.

Красный соус с уксусом и чесноком



3 стакана основного красного соуса, по одному корню петрушки и сельдерея, 150 г ветчинных костей, ¾ стакана виноградного илипряного уксуса, ½ стакана красного вина, 1 маленький пучок зеленого лука, 5–7 зубков чеснока, 1 ч. ложка молотого красного перца, ½ ч. ложки горошин черного перца, соль по вкусу.

Петрушку, сельдерей и чеснок почистить, вымыть и мелко нарезать. Зеленый лук измельчить.

Ветчинные кости раздробить, положить в кастрюлю, влить уксус, добавить коренья, чеснок, зеленый лук, перец горошком, перемешать и варить на слабом огне в течение 15–20 минут. Затем влить горячий красный соус и, помешивая, варить смесь на небольшом огне до загустения. После этого соус процедить, влить красное вино, положить молотый перец и соль и снова довести до кипения.

Подается к жареным блюдам из дичи и домашней птицы.

Красный соус с вином



3 стакана основного красного соуса, 3 ст. ложки красного вина, 1 ст. ложка сливочного масла, соль по вкусу.

В красный соус влить вино, прокипятить, посолить, добавить нарезанное кусочками сливочное масло и подавать к натуральному жареному мясу, ветчине, языку.

Красный соус с вином и эстрагоном



2 стакана основного красного соуса, 1 луковица, 1 морковь, 1½ ст. ложки сливочного масла, ⅓ стакана белого сухого вина, 1 ст. ложка сушеного эстрагона, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лук и морковь вымыть, почистить, измельчить и, помешивая, обжарить на сливочном масле до золотистого оттенка. Затем добавить вино и эстрагон и варить, пока объем жидкости не уменьшится на треть. После этого ввести красный соус и варить еще 15–20 минут, после чего соус посолить, поперчить, процедить и довести до кипения.

Подается к жареному мясу, натуральным котлетам из телятины, свинины и баранины, к филе и лангетам, к блюдам из кур, цыплят и яиц.

Красный соус с луком



1½ стакана основного красного соуса, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сухого белого вина, соль по вкусу.

Очищенный лук измельчить, высыпать в сотейник с разогретым сливочным маслом и, помешивая, обжаривать в течение 10 минут. После этого влить вино и красный соус и варить смесь на слабом огне еще 5 минут.

Готовый соус посолить и подавать к блюдам из говядины и дичи.

Красный кисло-сладкий соус



3 стакана основного красного соуса, $\frac{1}{2}$ стакана чернослива, 2 ст. ложки изюма без косточек, 2 ст. ложки очищенных грецких орехов, $\frac{3}{4}$ – $\frac{1}{2}$ стакана красного сухого вина, 1 ст. ложка сливочного масла, 3–5 горошин душистого перца.

Чернослив промыть, залить небольшим количеством холодной воды, сварить до мягкости, остудить и удалить косточки. Изюм промыть и обсушить.

Орехи обжарить на сухой сковороде, охладить, очистить от тонкой кожицы, нарезать на небольшие кусочки, соединить с черносливом и изюмом и залить отваром от чернослива. Добавить туда же душистый перец, накрыть крышкой и тушить смесь в течение 10 минут. Затем добавить красный соус, довести до кипения, влить прокипяченное вино, снять с огня и заправить нарезанным кусочками сливочным маслом.

Подается к тушеному и отварному мясу, птице, рубленым котлетам, биточкам.

Соус с черносливом и хреном



3 стакана основного красного соуса, 3 ст. ложки сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана чернослива, 2 ст. ложки винного уксуса, 1 ст. ложка сахара, 2–3 ст. ложки тертого хрена, 1 лавровый лист, 5 горошин черного перца, соль по вкусу.

Чернослив залить $\frac{1}{2}$ стакана кипятка, накрыть крышкой, дать настояться полчаса, вынуть и нарезать небольшими кусочками.

Отвар смешать с уксусом, добавить перец горошком и лавровый лист и варить в течение 10–15 минут. После этого соус процедить, всыпать чернослив, сахар и соль, заправить сливоч-

ным маслом и кипятить еще 2–3 минуты. Готовый соус посыпать тертым хреном.

Соус подается к барбекю из телятины и субпродуктов.

Красный соус с мандаринами



3 стакана основного красного соуса, 6 мандаринов или 2 апельсина, ½ стакана красного сухого вина, 3 ст. ложки сливочного масла.

Мандарины или апельсины вымыть, вытереть, снять с них мелкой теркой цедру, очистить от кожицы и белых волокон, разобрать на дольки и разрезать каждую на несколько частей, удаляя зернышки. Цедру ошпарить кипятком, всыпать в горячее красное вино и кипятить 3–5 минут. После этого добавить туда красный соус, довести до кипения и варить 5–10 минут.

Готовый соус заправить сливочным маслом, ввести мандарины или апельсины и сразу же подать к блюдам из жареной пернатой дичи.

Соус с изюмом



2 стакана основного красного соуса, ½ стакана изюма без косточек, 1 стакан воды, ⅓ стакана 3%-ного уксуса, 2 ст. ложки сахара.

Изюм промыть, залить горячей водой, дать постоять 10 минут и откинуть на сито.

В эмалированную или стеклянную посуду с уксусом всыпать сахар, размешать и варить до загустения. После этого добавить изюм, красный соус и варить на слабом огне еще 10 минут.

Подается к дичи, языку, ветчине.

Соус «Бигард»



1½ стакана основного красного соуса, 1 маленькая луковица, 4 ст. ложки тертой апельсиновой или мандариновой цедры, ½ стакана апельсинового или мандаринового сока, ½ стакана сухого красного вина, 1 ст. ложка черносмородинового джема или варенья, 2 ст. ложки коньяка.

I вариант

Цедру всыпать в кастрюлю, залить $\frac{1}{2}$ стакана кипящей воды, дать постоять 5 минут, чтобы избавиться от горечи, и откинуть на сито.

Лук почистить, измельчить, опустить в посуду с горячим вином и варить при слабом кипении, пока жидкость не выпарится наполовину. После этого добавить красный соус, смородиновый джем или варенье, коньяк и апельсиновый или мандариновый сок и, часто помешивая, варить соус на слабом огне еще 10 минут.

В готовый соус положить цедру и хорошо перемешать.

II вариант

Цедру залить кипящей водой, дать постоять 5 минут, отжать в стакан и влить туда же апельсиновый или мандариновый сок.

Слить жир с жареной дичи, добавить к нему вино, прокипятить 1–2 минуты и хорошо размешать, соскребая со стенок подсохшие частички. Затем влить 2–5 столовых ложек воды, снова покипятить соус 1–2 минуты, добавить цедру и апельсиновый или мандариновый сок, довести до кипения и варить еще одну минуту.

Соус, приготовленный любым из указанных способов, подается к жареной пернатой дичи.

Черносмородиновый соус



3 стакана основного красного соуса, $\frac{1}{2}$ стакана красного вина, 1 стакан коричневого бульона, $3\frac{1}{2}$ ст. ложки сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана черносмородинового варенья, 200 г ветчинных костей, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка эстрагона, 5–7 горошин черного перца, 1–2 лавровых листа, соль по вкусу.

Ветчинные кости мелко порубить, слегка обжарить в небольшом количестве сливочного масла и залить красным вином и коричневым бульоном (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив»). Добавить туда же перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки, эстрагон и черносмородиновое варенье, накрыть крышкой и варить при слабом кипении в течение 20–25 минут до загустения. После этого влить красный соус,

размешать, покипятить 8—10 минут, посолить, процедить и заправить сливочным маслом.

Подается к мясу диких животных (козы, лося, оленя, зайца), жареной пернатой дичи, мясным котлетам и биточкам, тушеному мясу.

Красный соус с коньяком



1 стакан основного красного соуса, $\frac{3}{4}$ стакана мадеры, 1 ст. ложка концентрированного бульона «фюме», 1 ст. ложка коньяка, 2 ст. ложки сливочного масла.

Вино довести до кипения и варить, пока оно не выпарится наполовину. Затем добавить бульон «фюме» и красный соус и варить еще 5 минут на слабом огне. После этого влить коньяк, ввести нарезанное кусочками сливочное масло и размешивать, пока масло не растопится.

Подается к жареному и тушеному мясу, котлетам, жареным телячьим почкам, отварной ветчине и языку.

Баклажанный соус



2 стакана основного красного соуса, 2 луковицы, 1 ст. ложка маргарина, 1 баклажан, 1 ч. ложка сливочного или растительного масла, 2 ст. ложки горчицы, 1 пучок зелени петрушки и укропа, соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом маргарине до золотистого оттенка.

Тем временем баклажан вымыть, разрезать вдоль пополам, удалить сердцевину, опустить половинки в кипящую воду и варить в течение двух-трех минут.

После этого баклажан выложить на смазанный маслом противень, поместить в предварительно нагретую духовку и испечь до мягкости. Затем очистить его от кожицы, а мякоть протереть через сито.

Полученное баклажанное пюре опустить в горячий красный соус, добавить жареный лук, измельченную зелень петрушки и укропа, посолить, размешать и варить соус еще 5—10 минут. Готовый соус заправить горчицей.

Подается к жареной телятине и свинине.

Испанский красный соус



3 стакана основного красного соуса, 3 луковицы, 2 моркови, 75 г свиного сала, 2 ст. ложки растительного масла, 4 ст. ложки томатного соуса, $\frac{1}{4}$ стакана белого вина, 1 стакан коричневого бульона, 1 ч. ложка тимьяна, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лук и морковь почистить, вымыть, измельчить, высыпать в глубокую сковороду или сотейник с разогретым маслом, добавить мелко нарезанное сало и, помешивая, поджарить. Затем добавить томатный соус (приготовление см. в «Томатные соусы»), тимьян и лавровый лист и, мешая, жарить еще 5–7 минут. После этого влить вино и коричневый бульон, размешать и на слабом огне довести до кипения. К полученной смеси добавить горячий красный соус, перемешать и снова довести до кипения.

Подавать к блюдам из жареного мяса, дичи и субпродуктов.

Красный соус с зеленью



$\frac{1}{2}$ стакана основного красного соуса, $\frac{1}{2}$ стакана сухого белого вина, 2 ч. ложки смеси сушеной зелени эстрагона, кервеля и зеленого лука, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки.

Эстрагон, кервель и зеленый лук всыпать в посуду с вином, размешать и варить при слабом кипении, пока жидкость не выкипит наполовину, после чего снять с огня. Красный соус соединить с лимонным соком, влить в посуду с вином, перемешать и варить на слабом огне еще 5 минут. В готовый соус положить зелень петрушки и нарезанное кусочками сливочное масло и размешивать, пока масло не растопится.

Подается к блюдам из рыбы, а также к яйцам.

Красный соус португальский



2 стакана основного красного соуса, 1 луковица, 4 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сухого красного вина, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 крупный помидор, соль по вкусу.

Лук почистить, измельчить, высыпать в сотейник с разогретым сливочным маслом и, помешивая, обжаривать в течение пяти минут. Затем влить вино и варить при слабом кипении, пока жидкость не выпарится наполовину.

Тем временем помидор окунуть на 1–2 минуты в кипяток, затем опустить в холодную воду, вынуть, снять кожицу, а мякоть нарезать небольшими кусочками.

В вываренное вино добавить томатную пасту, помидор и красный соус, размешать и варить на слабом огне еще 15 минут, после чего посолить.

Подавать к мясу и птице.

Соус красный с печенью



1½ стакана основного красного соуса, 4 утиные или 8 куриных печенок, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 маленькая луковица, 1 ст. ложка коньяка.

Птичью печенку хорошо промыть, зачистить от пленок, нарезать на небольшие кусочки, протереть через сито или пропустить через мясорубку и поместить до использования в холодильник.

Очищенный лук измельчить, высыпать в сотейник с разогретым маслом и, помешивая, обжаривать в течение пяти минут. Затем влить вино и варить при слабом кипении, пока оно не выпарится наполовину. После этого добавить коньяк и красный соус и варить на слабом огне еще 10 минут.

Печенку размешать с четвертью стакана готового соуса, соединить с остальным соусом и хорошо нагреть, не доводя до кипения.

Подавать к дикой и домашней утке.

Соус с корнионами



1 стакан основного красного соуса, 1–2 луковицы, 4–5 ст. ложек сливочного масла, ½ стакана 9%-ного винного уксуса или белого вина, 1 ст. ложка горчицы, 3–4 корниона, 2 ст. ложки зелени петрушки.

Лук почистить, измельчить, опустить в сотейник с разогретым сливочным маслом (3 столовые ложки) и, помешивая, об-

жаривать в течение пяти минут. Затем влить уксус или вино и варить, пока жидкость не выпарится наполовину. После этого добавить красный соус, подогреть на слабом огне почти до кипения, положить горчицу и тщательно перемешать.

В готовый соус добавить мелко нарезанные корнишоны и зелень петрушки и сразу же подать его к отварной свинине или ветчине.

ТОМАТНЫЕ СОУСЫ И КЕТЧУПЫ

Основной томатный соус



2 стакана белого мясного бульона, 3 ст. ложки маргарина, 2 ст. ложки муки, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 стакан томатного пюре, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка сахара, $\frac{1}{3}$ ч. ложки лимонной кислоты.

Овощи почистить, вымыть, измельчить и, помешивая, обжаривать в одной столовой ложке разогретого маргарина 7–10 минут. Затем добавить томатное пюре и жарить еще 15 минут.

Из остального маргарина и муки приготовить белую жировую заправку, развести ее горячим бульоном и тщательно перемешать, чтобы не было комков. После этого добавить обжаренные в томате овощи и варить соус в течение получаса.

За 10 минут до конца приготовления ввести лавровый лист, молотый перец, соль, сахар и лимонную кислоту.

Готовый соус процедить, довести до кипения и заправить сливочным маслом.

Подается к различным блюдам из жареного мяса, котлетам, биточкам, отбивным, мозгам. Он также служит основой для приготовления производных томатных соусов, но в этом случае его не нужно заправлять сливочным маслом.

Томатный соус с овощами



3 стакана простого томатного соуса, 5 ст. ложек сливочного масла, 1 морковь, 1 корень петрушки, 3–4 свежих белых гриба, 2 корнишона, 6–8 оливок без косточек, 3 ст. ложки хрящей осетровых рыб, 1 ст. ложка каперсов.

Морковь и корень петрушки почистить, ополоснуть, нарезать соломкой и, помешивая, обжарить в небольшом количестве сливочного масла до мягкости.

Корнишоны нарезать кружочками, опустить в кипящую воду и варить 3–5 минут, после чего вынуть.

Рыбные хрящи сварить и нарезать на тонкие кусочки. Грибы почистить, вымыть и варить в подсоленной воде в течение 20–25 минут, а потом нарезать ломтиками. Оливки разрезать пополам или на четыре части.

Подготовленные продукты опустить в томатный соус, приготовленный на концентрированном рыбном бульоне, добавить каперсы, размешать и подогреть, не доводя до кипения.

Подается к вареной и припущенной рыбе.

Томатный соус с вином



2 стакана томатного соуса, 3 ст. ложки сухого белого вина, 2 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Готовый томатный соус нагреть почти до кипения, влить горячее вино, добавить нарезанное кусочками сливочное масло и размешать.

Подавать к жареному мясу, мясным котлетам и биточкам, вареной и жареной рыбе.

Томатный соус с овощами и вином



1½ стакана томатного соуса, 3 ст. ложки белого вина, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 морковь, 1 маленький корень петрушки, 1 крупная луковица, 1 лавровый лист, 8–10 горошин черного перца, соль по вкусу.

Лук, морковь и корень петрушки почистить, вымыть, измельчить и, помешивая, обжарить в двух столовых ложках масла до мягкости. Затем добавить вино, лавровый лист, перец горошком и варить, пока количество жидкости не уменьшится на треть. Полученную массу соединить с горячим томатным соусом и варить 10–15 минут, после чего ввести оставшееся сливочное масло.

Подается к блюдам из отварной, паровой или тушеной рыбы, раков и крабов.

Томатный соус к рыбе



½ стакана томата-пюре, 2 моркови, ½ корня петрушки или сельдерея, 2 луковицы, ½ стакана рыбного бульона, 3 ст. ложки растительного масла, ½ стакана 3%-ного уксуса, 2 ч. ложки сахара, 8–10 горошин черного перца, 2–3 лавровых листа, молотая гвоздика и корица на кончике ножа.

Лук, морковь и корни почистить, вымыть, нарезать соломкой или тонкими кружочками (лук нарезать полукольцами), высыпать в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, обжаривать до мягкости. Затем ввести томат-пюре и, периодически мешая, тушить овощи еще 10–15 минут. После этого влить уксус, рыбный бульон, добавить соль, сахар, лавровый лист, перец горошком, гвоздику и корицу, размешать и варить при слабом кипении 15–20 минут. Готовый соус охладить.

Подается к холодной жареной и отварной рыбе.

Томатный соус с редисом



2 крупных помидора, по 2 острых зеленых и красных перца, 2 сладких болгарских перца желтого цвета, 3 редиски, 1 маленькая луковица, 3 зубка чеснока, 2 ст. ложки измельченной зелени кинзы, 1 ст. ложка томатной пасты, ½ стакана воды, ¼ ч. ложки соли.

Лук и чеснок почистить и измельчить. Редиску вымыть, очистить от хвостиков и нарезать ломтиками. Все виды перца очистить от семян, ополоснуть и мелко нарезать.

Помидоры обмыть, нарезать ломтиками, соединить с остальными овощами, зеленью и томатной пастой и измельчить с помощью миксера или кухонного комбайна так, чтобы остались мелкие кусочки. Затем добавить воду и размешать, чтобы получился соус средней густоты.

Подавать к макаронным изделиям, мясу и рыбе.

Томатный соус с грибами



1½ стакана томатного соуса, 2 луковицы, 4–5 ст. ложек растительного масла, 5–6 свежих белых грибов или шампиньонов, 3 ст. ложки белого вина, 1 ст. ложка сли-

вочного масла, 1 зубок чеснока, 8–10 горошин черного перца.

Лук почистить, измельчить и, помешивая, обжарить в половине растительного масла до мягкости.

Очищенные грибы вымыть, нарезать тонкими ломтиками, поджарить в оставшемся растительном масле, соединить с луком, перемешать и выложить в горячий томатный соус. Добавить туда же вино и перец горошком и варить в течение 10–15 минут.

Чеснок почистить, мелко нарезать или пропустить через чесночницу, всыпать в готовый соус, добавить сливочное масло и размешать.

Подавать к блюдам из отварного и жареного мяса, домашней птицы, котлетам, биточкам.

Томатный соус для спагетти



8 крупных помидоров, $\frac{1}{2}$ стакана оливкового масла, 8 зубков чеснока, $\frac{3}{4}$ стакана свежего измельченного базилика, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого красного перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

Помидоры вымыть и нарезать кубиками. Чеснок почистить, мелко нарезать или пропустить через чесночницу, выложить в сковороду или сотейник с разогретым маслом и, размешивая, жарить его до мягкости. Затем добавить помидоры и, периодически помешивая, тушить в течение 7–10 минут. После этого всыпать базилик и молотый перец, посолить и хорошо перемешать.

Подается к спагетти или другим макаронным изделиям с сыром.

Томатный соус для пиццы



5 помидоров, 1 крупная луковица, 2 ст. ложки оливкового масла, 4 зубка чеснока, 4 ст. ложки томатной пасты, по 2 ч. ложки тимьяна и базилика, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Помидоры окунуть на одну минуту в кипяток, затем опустить в холодную воду, снять кожицу, а мякоть раздавить вилкой или натереть на терке.

Лук почистить, измельчить, высыпать в глубокую сковороду с хорошо разогретым маслом и, помешивая, обжаривать в течение четырех минут.

Очищенный чеснок пропустить через чесночницу, смешать с луком, добавить томатную пасту, помидоры, тимьян, базилик, лавровый лист, молотый перец и соль, довести до кипения и варить на слабом огне в течение получаса до загустения.

Из готового соуса вынуть лавровый лист.

Томатный соус на рыбном бульоне



1½ стакана рыбного бульона, ½ моркови, ½ луковицы, ½ корня петрушки, 3 ст. ложки сливочного масла, ⅔ стакана томата-пюре, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки белого вина, 2–3 белых гриба или шампиньона, 2 анчоуса, 5–6 шт. лука-саженца.

Очищенные и вымытые грибы залить ½ стакана холодной воды и варить в течение 20–25 минут, после чего вынуть и нарезать ломтиками, а отвар процедить.

Лук-саженец очистить и в целом виде обжарить в одной столовой ложке сливочного масла до светло-золотистого оттенка. Анчоусы разделить на филе и протереть через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна.

Репчатый лук, морковь и корень петрушки почистить, вымыть, нарезать соломкой и, помешивая, обжаривать в одной столовой ложке сливочного масла до мягкости. Затем влить томат-пюре и грибной отвар, размешать и варить в течение 15–20 минут.

После этого соус процедить, протирая овощи через сито, добавить грибы и лук-саженец, довести до кипения, влить вино, ввести пюре из анчоусов, оставшееся масло и размешать.

Подавать к блюдам из отварной и паровой рыбы.

Томатный соус с сыром



4 помидора, 1 сладкий болгарский перец, 2 головки чеснока, 300 г твердого сыра, 3 ст. ложки майонеза, по 1 ч. ложке измельченной зелени укропа и базилика, соль по вкусу.

Сладкий перец очистить от семян, ополоснуть и нарезать небольшими кусочками. Чеснок почистить. Сыр натереть на крупной терке. Помидоры окунуть на одну минуту в кипяток, затем опустить в холодную воду, снять кожицу, а мякоть вместе с чесноком и перцем пропустить через мясорубку или превратить в пюре в кухонном комбайне.

В полученную массу добавить сыр, майонез, укроп, базилик и соль и осторожно перемешать.

Подавать к мясным блюдам и макаронным изделиям.

Томатный соус жгучий



4 помидора, 1 луковица, 1 маленький пучок кинзы, 4–6 жгучих красных перцев, $\frac{2}{3}$ стакана воды, 1 ч. ложка соли.

Помидоры окунуть на одну минуту в кипяток, затем опустить в холодную воду и снять кожицу. Лук почистить и мелко нарезать. Жгучий перец очистить от семян, ополоснуть и нарезать небольшими кусочками.

Подготовленные овощи и кинзу превратить в однородную пюреобразную массу с помощью кухонного комбайна или миксера. В соус добавить подсоленную воду и размешать.

Подавать к блюдам из мяса, риса, кукурузной каше.

Томатный соус к рыбе



4–5 помидоров, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 острый зеленый перец, 2 ст. ложки воды, 1–2 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка измельченного базилика, молотый черный перец и соль по вкусу.

Помидоры ошпарить кипятком, опустить в холодную воду, снять кожицу, а мякоть нарезать кубиками. Острый перец очистить от семян, ополоснуть и нарезать кольцами. Лук почистить, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом сливочном масле до светло-желтого оттенка. Затем добавить перец, помидоры и воду и, периодически размешивая, тушить в течение 20 минут. Готовый соус охладить, влить уксус, всыпать базилик, посолить и поперчить.

Подавать к рыбным блюдам.

Томатный соус с чили



5–6 помидоров, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 луковица, 1 зубок чеснока, 1 свежий зеленый чили, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ч. ложка измельченной зелени кинзы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Помидоры вымыть, окунуть на одну минуту в кипяток, опустить в холодную воду, снять кожицу, а мякоть нарезать маленькими кусочками.

Лук и чеснок почистить, измельчить, высыпать в глубокую сковороду с разогретым маслом и, помешивая, жарить в течение пяти минут до мягкости, не допуская изменения цвета. Затем добавить помидоры, стручок чили, томатную пасту, кориандр, соль и молотый перец и тушить на слабом огне в течение 20 минут до загустения.

Из готового соуса вынуть чили.

Подавать к блюдам из мяса, жареной рыбы, риса, макаронных изделий.

Примечание. Если вы предпочитаете жгучие соусы, то извлеченный чили нужно очистить от семян, мелко нарезать и положить обратно в соус.

Томатный соус с яблоками и изюмом



5–6 помидоров, 3–4 яблока, 3 луковицы, 1 сладкий болгарский перец, 1 корень сельдерея, цедра с половины лимона, ½ стакана крупного белого изюма без косточек, ½ стакана сахара, ½ стакана 3%-ного уксуса, 1 ч. ложка молотого имбиря, ¾ ст. ложки соли.

Лук и сельдерей почистить и нарезать кружочками. Яблоки очистить от кожуры и нарезать ломтиками, удаляя сердцевину. Помидоры ошпарить кипятком, окунуть в холодную воду, снять кожицу, а мякоть нарезать крупными дольками.

Болгарский перец очистить от семян, ополоснуть и нарезать кружочками.

Подготовленные продукты сложить в кастрюлю, добавить промытый изюм и лимонную цедру и, помешивая, довести на слабом огне до кипения. Затем добавить уксус, соль, сахар и имбирь, плотно закрыть крышкой и варить на медленном огне в течение часа.

Горячий соус переложить в банки, дать остыть и хранить в холодильнике плотно закрытым не более трех дней.

Подавать к блюдам из риса, рыбы, овощей.

Томатный соус «Анталия»



1 кг помидоров, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка сахара, 1–2 ст. ложки базилика или чабра, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.

Помидоры вымыть, разрезать на половинки и натереть на терке или нарезать маленькими кубиками. Очищенный чеснок мелко нарезать или пропустить через чесночницу. Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом растительном масле до золотистого оттенка. Затем добавить помидоры, чеснок, базилик или чабер, сахар, соль и молотый перец и, помешивая, тушить около 15 минут.

Подавать к блюдам из макаронных изделий, риса, отварной рыбы.

Томатный соус к шашлыку



½ стакана томатного сока, 3 сладких болгарских перца красного цвета, 1 ч. ложка красного молотого перца, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка уксуса.

Болгарский перец вымыть, удалить семена, промыть, обсушить, выложить на противень, влить немного воды, поместить в предварительно нагретую духовку и испечь до мягкости. После этого перец остудить, снять с него кожицу, а мякоть протереть через сито или превратить в пюре с помощью миксера. Добавить к нему молотый перец, сахар и уксус, размешать, влить томатный сок и снова перемешать.

Подается к любым блюдам из жареного мяса.

Томатный соус со сливами



5–6 помидоров, 1 стакан сахара, 4 зубка чеснока, 5–6 слив, ¼ ч. ложки молотого чили, ½ стакана 3%-ного уксуса, 1,5 см корня имбиря, ½ ст. ложки соли.

Имбирный корень очистить, нарезать соломкой, залить уксусом и дать постоять в течение недели, после чего процедить через сложенную в несколько слоев марлю.

Помидоры опустить на одну-две минуты в кипятком, окунуть в холодную воду, очистить от кожицы, разрезать на половинки и удалить семена. Сливы вымыть, освободить от косточек и нарезать маленькими кусочками. Чеснок почистить, мелко нарезать или пропустить через чесночницу, сложить в кастрюлю, добавить помидоры, сливы, сахар, чили и соль, залить уксусом, размешать, накрыть крышкой и томить на очень слабом огне в течение двух часов.

Подавать к блюдам из мяса, рыбы, риса, бобовых.

Томатный соус с маслинами



3 спелых мясистых помидора, 2 зубка чеснока, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1 ч. ложка тимьяна, 4 ст. ложки лимонного сока, 10 маслин без косточек, 1 пучок зелени петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, удалить семена, а мякоть натереть на терке или превратить в пюре с помощью миксера или кухонного комбайна. Чеснок почистить, пропустить через чесночницу, соединить с пюре из помидоров, добавить смесь оливкового масла с молотыми сухарями, соль и молотый перец и, размешивая, ввести тимьян и лимонный сок. Маслины нарезать небольшими кусочками, вместе с измельченной зеленью петрушки положить в соус и перемешать.

Подавать в горячем или холодном виде к тушеным овощам, вермишели, приготовленным в гриле рыбе, мясу и птице.

Томатный соус с корицей



5–6 спелых помидоров, 2 ст. ложки топленого масла, 1 стручок острого красного перца, 1 ч. ложка тмина, 1 палочка корицы длиной 2,5 см, 3 ст. ложки сахара, ½ ч. ложки соли.

Помидоры вымыть и крупно нарезать. Острый перец очистить от семян, ополоснуть, нарезать крупной соломкой, высу-

пать вместе с тмином и корицей в глубокую сковороду с разогретым маслом и, помешивая, жарить, пока тмин не станет коричневым. Затем осторожно добавить помидоры, сахар и соль и, мешая, жарить еще 10–15 минут до испарения жидкости.

Подавать горячим, теплым или охлажденным к любым блюдам из риса, бобовых или овощей, которые сочетаются с помидорами.

Томатный соус «Минутка»



5 крупных помидоров, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки муки.

Помидоры вымыть, разрезать пополам и натереть на мелкой терке.

Муку высыпать в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, обжарить до светло-кремового оттенка. Затем добавить помидоры и, размешивая, варить соус до загустения.

Подавать к блюдам из мяса, рыбы, макаронных изделий.

Томатный соус по-грузински



3 спелых помидора, 1 зубок чеснока, 1 ст. ложка измельченной зелени кинзы, молотый красный перец и соль по вкусу.

Помидоры вымыть, разрезать на четыре части, сложить в эмалированную или стеклянную посуду и варить до загустения, после чего протереть через сито. Чеснок почистить, мелко нарезать, растолочь с солью до однородного состояния, выложить в пюре из помидоров, добавить молотый перец и зелень кинзы и тщательно перемешать.

Подавать к блюдам из жареного и отварного мяса, птицы, к кашам.

Соус томатный с зеленой фасолью



6–7 помидоров, 400 г стручковой фасоли, 3 луковицы, 2–3 зубка чеснока, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка карри, $\frac{1}{3}$ стакана воды, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки лимонного сока, соль по вкусу.

Помидоры вымыть и нарезать ломтиками. Фасоль обмыть, очистить от стебля по всей длине стручка и нарезать небольшими кусочками.

Лук и чеснок почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в растительном масле до мягкости. Затем добавить карри, размешать и жарить еще 3–4 минуты. После этого положить помидоры и стручковую фасоль, влить воду и варить до готовности фасоли.

Готовый соус посолить, заправить лимонным соком и размешать.

Подавать к рису, макаронным изделиям, рыбе.

Испанский томатный соус



2 стакана томатного сока, 150 г белых грибов, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки коричневого мясного бульона, $\frac{1}{4}$ стакана белого полусухого вина.

Грибы почистить, вымыть, нарезать ломтиками, высыпать в сковороду с разогретым маслом, добавить измельченный лук и, помешивая, обжаривать в течение пяти минут. После этого всыпать муку, размешать и жарить еще 3–5 минут. Затем влить горячий бульон, томатный сок и вино и варить соус на слабом огне в течение 15–20 минут.

Подавать к блюдам из жареной свинины, телятины или дичи.

Соус томатный со сливочным маслом



5–6 помидоров, 100 г сливочного масла, молотый черный или красный перец по вкусу.

Помидоры вымыть, нарезать на дольки, выложить в сковороду и, помешивая, тушить в собственном соку до мягкости. Затем протереть их через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна и варить до консистенции густых сливок. После этого добавить нарезанное кусочками сливочное масло, соль и молотый перец, размешать и нагреть, не доводя до кипения.

Подавать к блюдам из жареного мяса, к макаронам и рассыпчатому рису.

Соус томатный с лимоном



3–4 помидора, 2–3 ст. ложки мясного сока, 2 луковицы, 1 лимон, 2 зубка чеснока, по 2 ст. ложки измельченного зеленого лука и зелени петрушки, 1 маленький острый перец, 2 ст. ложки масла или маргарина, 1 ч. ложка крахмала, 2 сладких болгарских перца, молотый черный перец и соль по вкусу.

Помидоры ошпарить кипятком, окунуть в холодную воду, удалить кожицу, а мякоть нарезать ломтиками. Лук почистить и измельчить. Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок. Сладкий перец ополоснуть, опустить в кипящую воду, сварить до мягкости, удалить семена, а мякоть протереть через сито, удаляя тонкую кожицу. Острый перец очистить от семян и мелко нарезать.

В оставшийся на сковороде после обжаривания птицы жир и мясной сок (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив») добавить помидоры, репчатый и зеленый лук, петрушку и, помешивая, тушить, пока жидкость наполовину не выкипит. Затем добавить сливочное масло, сладкий и острый перец, цедру, слегка обжарить и при постоянном помешивании тонкой струйкой влить разведенный в небольшом количестве воды крахмал и лимонный сок.

Соус нагреть, не доводя до кипения, и подавать к блюдам из птицы.

Соус томатный с кореньями



5–6 помидоров, 1 луковица, 1 морковь, $\frac{1}{4}$ корня сельдерея, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки муки, 2–3 ст. ложки сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана воды, 1 ч. ложка сахара, 1 лавровый лист, 10–15 горошин черного перца, соль по вкусу.

Помидоры вымыть, разрезать пополам и натереть на терке. Лук, морковь и сельдерей почистить, вымыть, натереть на крупной терке и, помешивая, обжарить в растительном масле до мягкости. Затем всыпать муку, размешать и обжаривать еще 2–3 минуты. После этого добавить пюре из помидоров, сахар, соль, перец горошком, лавровый лист и кипящую воду и варить соус на небольшом огне около получаса. Готовый соус протереть че-

рез сито или превратить в однородную массу с помощью миксера, довести ее до кипения и положить сливочное масло.

Подавать, вынув лавровый лист, к отварным и жареным мясным и рыбным блюдам.

Соус томатный с чесноком



5 помидоров, 2 луковицы, 1 корень петрушки, 1 маленькая морковь, 3 ст. ложки белого сухого вина, 3 ст. ложки концентрированного бульона, 3 ст. ложки сливочного масла, 1–2 зубка чеснока, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Помидоры окунуть на одну-две минуты в кипяток, опустить в холодную воду, вынуть, очистить от кожицы и нарезать ломтиками. Чеснок почистить и мелко нарезать или пропустить через чесночницу.

Лук, морковь и корень петрушки почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить до мягкости.

Затем добавить помидоры, молотый перец, соль, петрушку, концентрированный бульон (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив») и варить соус до густоты сметаны, после чего протереть через сито.

В готовый соус влить вино, довести до кипения, добавить чеснок и сливочное масло и размешать.

Подается к тушеному мясу, овощным блюдам, рассыпчатому рису, макаронным изделиям.

Соус томатный с орехами



1 кг помидоров, ½ стакана очищенных грецких орехов, 2–3 зубка чеснока, ½ острого красного перца, 1 ст. ложка измельченной зелени кинзы, соль по вкусу.

Чеснок почистить, мелко нарезать и растолочь с орехами или превратить в однородную массу с помощью кухонного комбайна. Острый перец очистить от семян, ополоснуть и растолочь в пюре с кинзой и солью.

Помидоры вымыть, опустить в кипящую воду на 3–5 минут, вынуть, протереть через сито, удаляя кожицу, слить в кастрюлю, довести до кипения и варить 5 минут. Затем добавить орехи

с чесноком и продолжать варить еще 5 минут, после чего ввести перечную массу и варить соус еще 5 минут.

Подавать к блюдам из мяса и птицы.

Пикантный соус «Сальса»



3 крупных помидора, 1 луковица, 1 зубок чеснока, 3 ст. ложки оливкового масла, 1–2 жгучих красных перца, 1–2 ст. ложки измельченной зелени кинзы.

Лук и чеснок почистить, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, обжарить до золотистого оттенка. Помидоры вымыть и измельчить. Жгучий перец очистить от семян, ополоснуть, мелко нарезать и вместе с помидорами добавить к луку. Овощи посолить, добавить кинзу, закрыть крышкой и тушить в течение 8–10 минут.

Подавать к блюдам из макаронных изделий, риса, свинины, баранины.

Соус из зеленых помидоров



5–6 зеленых помидоров, 5 ст. ложек топленого масла, 1 ст. ложка измельченной кинзы, 2 незрелых персика, $\frac{1}{3}$ ч. ложки шафрана, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка молотого красного перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

Персики вымыть, удалить косточки, а мякоть нарезать небольшими кубиками. Помидоры ошпарить кипятком, окунуть в холодную воду, снять кожицу, разрезать на ломтики и удалить семена.

В разогретое масло положить шафран и лавровый лист, а через 5–10 секунд — помидоры, перемешать и тушить в течение 15 минут до загустения. Затем добавить персики и соль и, постоянно помешивая, варить еще 15 минут. После этого снять соус с огня, добавить кинзу и охладить.

Подавать, удалив лавровый лист, к любым блюдам из жареного мяса.

Соус из зеленых помидоров с фруктами



5 зеленых или желтых помидоров, 3 ст. ложки топленого или рафинированного растительного масла, 1 ст.

ложка молотого перца чили, ½ ч. ложки семян черной горчицы, 1 лавровый лист, ¼ ч. ложки шафрана, 4 ст. ложки измельченных цукатов из дыни, айвы или груши, ½ стакана нарезанных кубиками папайи, манго или персиков, 2 ст. ложки измельченной зелени кинзы, ½ ч. ложки соли.

Помидоры окунуть в кипящую воду на одну минуту, опустить в холодную воду, снять кожицу, надрезать помидоры крестообразно, выжать из них семена, а мякоть нарезать небольшими кубиками.

В чугунную сковороду с разогретым маслом (растительное должно начать дымиться) всыпать семена горчицы и жарить, пока они не начнут трещать. Затем добавить лавровый лист, помидоры и шафран, перемешать и тушить около 15 минут на небольшом огне. После этого положить в сковороду цукаты, фрукты и соль и, помешивая, тушить еще 15 минут, пока соус совсем не загустеет.

Готовый соус перемешать с кинзой и охладить до комнатной температуры.

Подавать к блюдам из риса и рыбы, к несладким оладьям, лепешкам и блинчикам.

Соус из зеленых помидоров с сахаром



6–7 зеленых помидоров, ½ стакана сахара, 1 ч. ложка крахмала, ½ ч. ложки лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, соль по вкусу.

Помидоры вымыть, окунуть на одну-две минуты в кипяток, затем опустить в холодную воду и снять кожицу. Мякоть помидоров нарезать небольшими кусочками, выложить в глубокую сковороду или кастрюлю и варить в собственном соку до мягкости, после чего протереть через сито.

В полученное пюре добавить сахар, размешать, довести до кипения и, быстро помешивая, влить растворенный в двух столовых ложках воды крахмал.

В готовый соус ввести лимонный сок или разведенную одной столовой ложкой воды лимонную кислоту и размешать.

Подавать к блюдам из жареного мяса, птицы и рыбы, а также к кашам и макаронным изделиям.

Аджика по-грузински



1 кг помидоров, 3 моркови, 4–5 сладких болгарских перцев, 2–3 кислых яблока, $\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, $\frac{1}{2}$ пучка зелени кинзы, 1 ч. ложка эстрагона, 1 головка чеснока, 4 ч. ложки соли, 1 стручок острого красного перца.

Помидоры вымыть, разрезать на несколько частей и пропустить через мясорубку или натереть на терке. Морковь почистить, ополоснуть и измельчить. Яблоки вымыть, нарезать небольшими кусочками, удаляя сердцевину, и натереть на терке. Сладкий и острый перец очистить от семян, промыть и мелко нарезать или пропустить через мясорубку. Очищенный чеснок пропустить через чесночницу.

Подготовленные продукты сложить в кастрюлю, добавить измельченную кинзу, эстрагон и соль и, помешивая, варить соус в течение 30–40 минут.

Готовую аджику сложить в небольшие баночки и хранить в холодильнике.

Подавать к мясным и рыбным блюдам.

Примечание. Для измельчения овощей, используемых для приготовления аджики, лучше воспользоваться кухонным комбайном.

Кетчуп «Домашний»



5–6 спелых помидоров, 1–2 бутона гвоздики, 3–5 горошин душистого перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки горчичных семян, 1–3 зубка чеснока, молотый мускатный орех на кончике ножа, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.

Помидоры вымыть, разрезать пополам, размять руками, посолить и оставить на сутки. Затем протереть их через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна. В полученную массу добавить гвоздику, душистый перец, мускатный орех, нарезанный дольками чеснок и горчичные семена, размешать, довести смесь до кипения и варить 5–7 минут.

Готовый кетчуп охладить, удалить чеснок, перелить соус в бутылку или банку и хранить в холодильнике.

Подается к жареному мясу или рыбе.

Кетчуп «Острый»



$\frac{2}{3}$ стакана основного томатного соуса, 1–2 пучка зелени кинзы, 3–4 крупных зубка чеснока, 4–5 ст. ложек томатной пасты, $\frac{1}{2}$ –1 ч. ложка аджики, молотый черный и красный перец.

Кинзу ополоснуть, мелко нарезать и сложить в литровую банку. Чеснок почистить, натереть на мелкой терке или мелко нарезать, соединить с кинзой и перемешать. Осторожно залить эту смесь кипятком, чтобы вода только покрыла продукты, закрыть банку крышкой и дать постоять 7–10 минут, чтобы появился пряный и немного острый запах. После этого, постоянно размешивая, влить томатный соус и ввести томатную пасту (соус должен напоминать по густоте качественный кефир). Затем добавить молотый перец и аджику, размешать и подать к блюдам из мяса, птицы, мясопродуктов, рыбы, макаронных изделий, риса, овощей.

Примечание. Кетчуп будет гораздо вкуснее, если перед употреблением постоит 1–3 дня в холодильнике.

Кетчуп по-английски



8–9 помидоров, 1 крупная луковица, 1 корень сельдерея, 1 л воды, 1 ст. ложка 10%-ного уксуса, $\frac{3}{4}$ стакана сахара, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого имбиря, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотой корицы, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотой гвоздики, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого красного перца, 1 ч. ложка соли.

Помидоры вымыть, ошпарить кипятком, окунуть в холодную воду, снять кожицу, а мякоть нарезать небольшими кусочками.

Лук и сельдерей почистить, ополоснуть, измельчить, выложить вместе с помидорами в глубокую сковороду или сотейник, влить воду и варить до мягкости, после чего протереть через сито. В полученное пюре добавить сахар, соль, имбирь, корицу, гвоздику, молотый перец и уксус и, помешивая, варить на слабом огне, пока не выпарится вода, следя, чтобы соус не подгорел.

Готовый кетчуп остудить и хранить в холодильнике.

Подавать к блюдам из мяса, овощей, круп и макаронных изделий.

Кетчуп по-американски



1 кг помидоров, 1 крупная луковица, 2 ст. ложки растительного масла, 3 зубка чеснока, 2½ ст. ложки коричневого сахара, 3 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ч. ложка карри, 1 ч. ложка семян сельдерея, соль.

Помидоры окунуть на одну-две минуты в кипяток, затем опустить в холодную воду, вынуть, снять кожицу, а мякоть нарезать ломтиками, удаляя семена. Очищенный чеснок мелко нарезать или пропустить через чесночницу. Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом растительном масле до светло-желтого цвета. Добавить помидоры, чеснок, сахар, уксус, томатную пасту, карри и семена сельдерея и, помешивая, варить соус на слабом огне около 30 минут, пока он не загустеет.

Готовый соус посолить, размешать и остудить.

Подавать к жареной говядине, курице, свинине, ребрышкам, рису.

Кетчуп по-китайски



5–6 помидоров, ½ стакана сахара, 2 ст. ложки 10%-ного уксуса, 1 зубок чеснока, ½ ч. ложки молотой гвоздики, 1 ч. ложка молотой корицы, ½ ст. ложки соли.

Очищенный чеснок мелко нарезать или пропустить через чесночницу. Помидоры очистить от кожицы, как сказано в предыдущем рецепте, нарезать небольшими кусочками и, помешивая, тушить до мягкости, после чего протереть через сито. В полученное пюре добавить сахар, чеснок, уксус, гвоздику, корицу и соль и, мешая, варить кетчуп на слабом огне до загустения.

Подавать в холодном виде к блюдам из жареного и отварного мяса, птицы, риса, овощей.

ЛУКОВЫЕ И ЧЕСНОЧНЫЕ СОУСЫ

Луковый соус (1)



5 луковиц, 5 ст. ложек смальца или 6 ст. ложек растительного масла, 3 ст. ложки муки, 2½ стакана коричне-

вого бульона, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 лавровый лист, 3–5 горошин душистого перца, ½ ч. ложки сахара, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, соль по вкусу.

Из муки и трех столовых ложек смальца или растительного масла приготовить жировую красную заправку.

Лук почистить, ополоснуть, мелко нарезать и, помешивая, обжарить в оставшемся растительном масле до золотистого цвета. Затем добавить мучную заправку, размешать, влить холодный коричневый бульон, вскипятить, снять с огня и протереть через сито.

После этого соус снова довести до кипения, добавить соль, сахар, лимонный сок или разведенную в небольшом количестве воды лимонную кислоту, ввести нарезанное кусочками сливочное масло и перемешать.

Подавать к отварной говядине, мясным и картофельным котлетам, отварному картофелю.

Луковый соус (2)



2 луковицы, 2 ч. ложки уксуса, 2 ч. ложки меда, 2 ч. ложки растительного масла, черный молотый перец и соль по вкусу.

Лук мелко нарезать, смочить уксусом и дать постоять 5–10 минут, чтобы он слегка замариновался. Затем выложить на сковороду с разогретым растительным маслом и, помешивая, обжарить до мягкости. После этого добавить мед, размешать и варить соус на медленном огне до загустения.

Готовый взвар посолить, поперчить и подать в горячем виде к блюдам из рыбы или мяса.

Кисло-сладкий луковый соус



3 луковицы, 2 стакана воды либо рыбного или мясного бульона, 1 ст. ложка муки, 2–3 ст. ложки растительного или растопленного сливочного масла, 1 ч. ложка жженого сахара, 2–3 ч. ложки уксуса или крыжовенного сока, по 1 ч. ложке измельченной зелени петрушки и укропа, соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить, опустить в кипящий белый бульон или воду (в зависимости от вида основного блюда, к которому подается соус) и варить до мягкости.

Из муки и растительного масла приготовить жировую белую заправку, развести ее луковым отваром и размешать, чтобы не было комков. Затем добавить уксус, соль и жженый сахар, вскипятить, протереть через сито, всыпать зелень и перемешать.

Подавать в горячем виде к отварной говядине и рыбе, отварному картофелю, рыбным, картофельным и крупяным котлетам.

Луковый соус с томатом



6 луковиц, 3 ст. ложки сливочного масла, 1½–2 стакана мясного бульона, 1 ч. ложка томатной пасты, молотый черный перец и соль по вкусу.

Очищенный и вымытый лук измельчить, высыпать в сковороду с разогретым сливочным маслом и, помешивая, обжарить до золотистого оттенка.

Затем добавить томатную пасту, перемешать и жарить еще 5 минут, после чего посолить, поперчить, влить мясной бульон и на среднем огне тушить лук до мягкости.

Готовый соус протереть сквозь сито и снова подогреть.

Подавать в горячем виде к котлетам из баранины, отварной или жареной свинине и другим мясным блюдам.

Луковый соус со сметаной



4 луковицы, 2 ст. ложки маргарина, 3 ст. ложки сухого белого вина, ⅓ стакана рыбного бульона, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки сметаны, молотый черный перец и соль по вкусу.

Очищенный лук мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым маргарином и, помешивая, обжарить до золотистого оттенка. Затем добавить вино, довести соус до кипения и варить на медленном огне, пока жидкость не выпарится наполовину. После этого влить рыбный бульон, лимонный сок, сметану, молотый перец и соль, довести до кипения и тушить 2–3 минуты.

Готовый соус протереть через сито или превратить в однородную пюреобразную массу с помощью миксера или кухонного комбайна.

подавать к паровой и отварной рыбе.

Луковый соус острый



2 луковицы, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки растительного масла, 2 стакана белого бульона, 2 ст. ложки томата-пюре, 2–3 ст. ложки уксуса, 1 корнишон, молотый черный перец и соль по вкусу.

Из муки и половины масла приготовить белую жировую заправку, развести ее теплым бульоном и хорошо размешать, чтобы не было комков. Корнишон нарезать мелкими кубиками. Лук почистить, измельчить и, помешивая, поджарить в оставшемся масле до золотистого оттенка. Затем добавить томат-пюре, соль и молотый перец, размешать, потушить 5–7 минут, влить уксус и варить соус до густоты сметаны. После этого в соус добавить корнишоны, влить бульон с мукой и кипятить еще 5 минут.

Подается к жареному и тушеному мясу, печени, котлетам.

Луковый соус с кореньями



2–3 луковицы, 3 ст. ложки мясного сока, 2 моркови, 1 корень петрушки, ½ стакана коричневого бульона или воды, 1–2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, кинзы или укропа, 10 горошин душистого перца, соль по вкусу.

Лук, морковь и корень петрушки почистить, вымыть, измельчить, выложить в сковороду с оставшимся при обжаривании мяса жиром и соком, добавить душистый перец и соль по вкусу и, помешивая, тушить на среднем огне до мягкости. Затем влить горячий коричневый бульон или воду, всыпать зелень и размешать.

Луковый соус с горчицей



3 луковицы, 1 ст. ложка топленого масла, 1 ч. ложка муки, 2 стакана бульона или воды, 2 ст. ложки белого

вина, 1 ч. ложка горчицы, ½ ч. ложки сахара, молотый черный перец и соль по вкусу.

Очищенный и измельченный лук положить в сотейник или глубокую сковороду с разогретым маслом и жарить до мягкости. Затем всыпать муку и, размешивая, подрумянить лук до золотистого оттенка. После этого влить бульон и вино, размешать и кипятить соус в течение 20 минут, периодически снимая накипь.

В готовый соус добавить горчицу, сахар, соль и молотый перец, размешать, процедить и сразу же в горячем виде подать к рыбным или мясным блюдам.

Подавать к блюдам из жареного мяса.

Луковый соус с яйцами



2 луковицы, 6 яиц, 3–4 ст. ложки оливкового масла, 2 ч. ложки сахара, 2 ст. ложки 6%-ного яблочного или винного уксуса.

Яйца сварить вкрутую, отделить белки от желтков, два из них натереть на мелкой терке, а остальные использовать для приготовления других блюд.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить, добавить растертые желтки, уксус и оливковое масло, размешать, чтобы получилась однородная паста, и жарить, помешивая, на слабом огне несколько минут. Затем снять массу с огня, добавить сахар и яичные белки, перемешать и растереть до однородного состояния.

Подавать к блюдам из отварной, паровой и соленой рыбы, к жареным рыбным котлетам, фрикаделькам.

Луковый соус с пшеном и кинзой



5–6 луковиц, 2 ст. ложки растительного или топленого масла, 2–3 ст. ложки измельченной зелени кинзы, 1–2 ст. ложки пшена, ½–⅔ стакана куриного бульона, молотый красный перец по вкусу.

Пшено размолоть в муку с помощью кофемолки или кухонного комбайна. Очищенный лук мелко нарезать, выложить в сковороду с разогретым маслом, посыпать красным перцем и кинзой и, помешивая, обжарить до золотистого оттенка. Затем

добавить пшеничную муку, размешать, влить горячий бульон и хорошо перемешать до получения однородной массы.

Подавать в горячем виде к отварной птице или кролику.

Луковый соус с тмином



5–6 луковиц, 2–2½ стакана рыбного или мясного бульона или воды, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки растительного или растопленного сливочного масла, 1½ ч. ложки тмина, 1 ч. ложка жженого сахара.

Лук почистить, измельчить, залить кипящим бульоном или водой и варить до мягкости, после чего протереть через сито.

Из муки и растительного масла приготовить жировую белую заправку, соединить ее с луковым пюре, добавить тмин и жженный сахар, размешать и довести 2–3 раза до кипения.

Подавать к жареной говядине, говяжьим и рыбным котлетам, отварной рыбе.

Луковый соус с лимоном



8 луковиц, 4 лимона, 4 ч. ложки тмина, 2 ч. ложки молотого красного перца, соль по вкусу.

Очищенный лук хорошо измельчить, сложить в эмалированную или стеклянную посуду и равномерно, через сито, посыпать его смесью молотого перца, тмина и соли. Затем дать ему постоять 5–10 минут, потом хорошо перемешать и слегка растолочь. Лимоны вымыть, вытереть, снять с них мелкой теркой цедру, из мякоти выдавить сок, размешать его с цедрой, залить этой смесью лук и дать соусу перед употреблением постоять от трех часов до суток.

Готовый соус хранить плотно закрытым в холодильнике.

Подавать к блюдам из рыбы, риса, макаронных изделий, картофеля.

Луковый соус со сливками



1 луковица, 1 стакан воды, 2 ст. ложки муки, 1 стакан сливок, 1 яйцо, 1–2 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Лук почистить, измельчить, опустить в кипящую подсоленную воду и варить 3—4 минуты, после чего вместе с жидкостью протереть через сито.

Из муки приготовить белую безжировую заправку, развести ее луковым отваром и хорошо размешать. Затем влить сливки и, помешивая, варить соус на слабом огне до загустения. После этого соус процедить через сито, снова довести до кипения, снять с огня и охладить.

Яйцо взбить с небольшим количеством сливок, влить в соус и, постоянно помешивая, хорошо нагреть, не доводя до кипения. В готовый соус ввести нарезанное кусочками сливочное масло.

Подается к блюдам из свинины, говядины или птицы.

Луковый соус с орехами



2—3 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, ½ стакана горячего куриного или рыбного бульона, 1 ст. ложка очищенных грецких орехов, 3 сырых яичных желтка, 2 зубка чеснока, уксус и соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, жарить до мягкости. Затем всыпать муку, размешать и продолжать жарить до золотистого цвета. После этого влить горячий бульон и, помешивая, варить соус в течение 10 минут, а потом протереть через сито.

Грецкие орехи растолочь с чесноком, добавить в эту массу яичные желтки, соль и уксус, хорошо размешать до однородного состояния, соединить с луковым соусом и, размешивая, хорошо нагреть, не доводя до кипения.

Подавать в холодном виде к птице или рыбе.

Луковый соус с топленым маслом



5 репчатых луковиц, 6 шт. лука-шалота, ½ стакана растительного масла, 1½ ст. ложки топленого масла.

Очищенный лук нарезать вдоль одинаковыми ломтиками, опустить в сковороду с разогретым растительным и топленым маслом и, периодически помешивая, жарить на среднем огне,

пока он не станет золотисто-коричневым и хрустящим. После этого лук вынуть, дать стечь маслу и растолочь в каменной ступке (можно измельчить с помощью мясорубки или кухонного комбайна), постепенно добавляя горячую воду, пока лук не превратится в эмульсию молочного цвета.

Подавать к различным блюдам из мяса, круп, макаронных изделий, к картофельным котлетам и биточкам.

Чесночный соус



1 головка чеснока, $\frac{1}{2}$ стакана белого бульона или воды, $\frac{1}{4}$ ч. ложки соли.

Чеснок почистить, измельчить, растереть с солью до получения однородной массы, залить холодным бульоном или водой и хорошо перемешать.

Подается к холодным блюдам, вареной баранине, вареной или жареной птице, рыбе.

Чесночный соус с яйцом



1 головка чеснока, 1 сырой яичный желток, $\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, сок из $\frac{1}{2}$ лимона, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить, мелко нарезать или пропустить через чесночницу и растереть с яичным желтком, постепенно, маленькими порциями, добавляя растительное масло.

Полученную смесь посолить, поперчить, добавить лимонный сок, размешать и развести таким количеством холодной воды, чтобы получился соус, по густоте напоминающий майонез.

Подавать к рыбным и мясным блюдам.

Чесночный соус с помидорами



10 зубков чеснока, 2–3 помидора, 2 ст. ложки майонеза, $\frac{1}{4}$ ч. ложки соли.

Чеснок почистить и мелко нарезать.

Помидоры вымыть, окунуть на одну-две минуты в кипяток, затем опустить в холодную воду, снять кожицу, а мякоть нарезать ломтиками.

Подготовленные продукты, майонез и соль перемешать до получения однородной массы.

Подавать к блюдам из макаронных изделий.

Чесночный соус с орехами



7–10 зубков чеснока, 1½ стакана очищенных грецких орехов, 1½–2 стакана кипяченой воды, соль по вкусу.

Чеснок почистить, измельчить и растолочь с солью и орехами. Полученную массу развести холодной водой и размешать до однородного состояния.

Подавать к мясу, птице, рыбе.

Чесночный соус по-грузински



10–12 зубков чеснока, 1 стакан бульона или ½ стакана винного уксуса и ½ стакана сметаны или воды, соль по вкусу.

Очищенный чеснок мелко нарезать и растолочь с солью до получения густой однородной массы. Затем влить бульон или уксус, разбавленный водой или сметаной, и хорошо перемешать.

Подается к отварной или жареной птице и баранине.

Чесночный соус по-узбекски



8–10 зубков чеснока, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ч. ложка молотого красного перца, соль по вкусу.

Чеснок почистить, измельчить, растолочь, выложить в перекаленное и слегка остывшее растительное масло и, помешивая, тушить на очень слабом огне, чтобы чеснок отдал маслу весь свой сок, но не сгорел. Затем всыпать молотый перец, перемешать, выложить в стеклянную банку и плотно закрыть.

Подавать к блюдам из мяса.

Сирийский чесночный соус



1 головка чеснока, сок из одного лимона, 1 ч. ложка рафинированного подсолнечного масла, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить и натереть на мелкой терке или пропустить через чесночницу. В полученную массу добавить лимонный сок, подсолнечное масло, перец и соль и растереть до однородного состояния.

Подавать к любым мясным блюдам.

Чесночный соус с салом

6 зубков чеснока, 50 г свиного сала, соль по вкусу.

Очищенный чеснок опустить в кастрюлю с кипящей солевой водой и варить в течение 15 минут. Затем откинуть его на дуршлаг, дать стечь и растереть с мелко нарезанным свиным салом до однородного состояния.

Подавать к блюдам из бобовых.

Соус из печеного чеснока



2 головки чеснока, 1 ст. ложка оливкового масла, 4 ст. ложки майонеза, 5 ст. ложек йогурта, 1 ч. ложка горчицы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок разобрать на зубки, разложить их на сковороде, залить оливковым маслом, так чтобы оно покрыло чеснок, поместить в предварительно нагретую до 200 °С духовку и тушить в течение 20–30 минут до мягкости (это можно проверить, нажав на чеснок вилкой). Готовый чеснок вынуть, остудить в течение пяти минут, очистить от кожицы, посолить и размять вилкой или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна. В полученную массу добавить майонез, йогурт и горчицу, хорошо перемешать, посолить и поперчить.

Подавать к блюдам из мяса, птицы, рыбы, риса, макаронных изделий.

СОУСЫ ИЗ ХРЕНА

Хрен заварной



250 г корня хрена, 1 стакан 3–6%-ного уксуса или кислого яблочного или виноградного сока, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка соли.

Хрен почистить, залить холодной водой и оставить замачиваться на 1,5–2 часа. Затем вынуть, натереть его на мелкой терке, залить стаканом кипятка, накрыть плотно крышкой и дать так остыть.

В уксусе или фруктовом соке растворить соль и сахар, влить в хрен с водой, хорошо перемешать, перелить в стеклянную банку, закрыть крышкой и хранить в холодильнике.

Подавать к холодным блюдам из отварного мяса и рыбы.

Примечание. Количество сахара может быть по вкусу уменьшено.

Хрен со сметаной



100 г корня хрена, 1 стакан сметаны или майонеза, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка соли.

Очищенный хрен нарезать небольшими кусочками, вымочить в холодной воде 1,5–2 часа, затем вынуть, натереть на мелкой терке, соединить со сметаной, добавить соль, сахар и хорошо перемешать. Хранить в холодильнике.

Подавать к заливному, отварной телячьей голове, поросенку или к холодным рыбным пирогам и кулебякам.

Из хрена с яблоками



3 ст. ложки тертого хрена, 2 яблока, 1 стакан сметаны, сок из одного лимона, сахар, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яблоко очистить от кожуры, разрезать на четыре части, удалить сердцевину, а мякоть натереть на терке и смешать с тертым хреном. Затем добавить сметану, соль, сахар, молотый перец и лимонный сок и тщательно перемешать.

Можно хранить в течение суток в холодильнике.

Подается к холодному жаркому из говядины и крупной дичи (кабан, олень, лось, косуля и т. п.).

Из хрена со свеклой



250 г корня хрена, ½ свеклы, 4 ст. ложки лимонного сока, 1 ч. ложка сахара.

Свеклу хорошо вымыть, опустить в кастрюлю с водой, сварить, остудить, почистить и натереть на мелкой терке. Очищенный свежий хрен промыть, натереть и перемешать со свеклой, лимонным соком и сахаром.

Подавать к холодным блюдам из телятины, говядины, свинины и птицы.

Хрен «Красный»



250 г корня хрена, ½ свеклы, 2 ч. ложки растительного масла, 1–1½ стакана 3%-ного уксуса, 1 ст. ложка сахара, соль по вкусу.

Сырую свеклу почистить, натереть на мелкой терке или пропустить через мясорубку и выжать из нее сок. Свекольный сок соединить с мелко натертым хреном, развести уксусом, добавить сахар, соль, растительное масло и хорошо перемешать. Такой соус приобретает от свеклы красный цвет.

Для смягчения вкуса в этот соус можно добавить сметану, соответственно уменьшив количество уксуса.

Подается к мясным и рыбным студням, холодцу, солонине, холодному заливному поросенку.

С хреном и укропом



4 ст. ложки тертого хрена, 2 ст. ложки измельченной зелени укропа, 2 яйца, 1 стакан сметаны, сахар и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, почистить и мелко нарезать. Очищенный свежий хрен вымыть, залить небольшим количеством кипятка и дать постоять полчаса. Затем хрен вместе с настоем соединить с яйцами, укропом, сметаной, солью и сахаром и хорошо перемешать.

Подавать к холодным блюдам из свинины.

Из хрена и калины



3 ст. ложки тертого хрена, 3 ст. ложки ягод калины, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 стакан сметаны, 1 ч. ложка сливочного масла, ½ ч. ложки сахара, соль по вкусу.

Спелую калину вымыть, обсушить и выдержать 2—3 дня в морозильнике.

Очищенный и мелко натертый хрен залить $\frac{1}{3}$ стакана кипятка и оставить на полчаса.

Калину, помешивая, обжарить на сливочном масле.

Соединить хрен (вместе с водой) с калиной, лимонным соком, сметаной, сахаром и солью и тщательно перемешать.

Подавать к свиному студню, заливному, холодному поросенку и солонине.

Горячий соус с хреном и сметаной



2 ст. ложки тертого хрена, 1 ст. ложка муки, 4 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан белого бульона, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 1—2 ст. ложки уксуса, 1 лавровый лист, 5—8 горошин черного перца.

Из муки и одной столовой ложки масла приготовить белую жировую заправку, развести ее небольшим количеством теплого белого бульона, размешать, чтобы не было комков, и влить в остальной горячий бульон. Затем добавить сметану и варить соус на слабом огне в течение 5—10 минут.

Одновременно в маленькую кастрюлю или на сковороду положить две столовые ложки сливочного масла и слегка обжарить в нем хрен. Затем влить уксус и такое же количество воды, добавить лавровый лист и перец горошком и варить на слабом огне, пока не выпарится жидкость.

После этого хрен положить в сметанный соус, прокипятить, снять с огня, посолить, добавить оставшийся кусочек сливочного масла и размешать.

Подается к отварной говядине, баранине, свинине, солонине и холодным закускам из языка.

Горячий соус с хреном и изюмом



$\frac{1}{2}$ стакана тертого хрена, $\frac{1}{2}$ стакана мелкого изюма без косточек, 1 стакан белого бульона, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Изюм промыть, обдать кипятком, накрыть и дать постоять около получаса. Затем добавить тертый хрен, белый бульон,

кусочек сливочного масла и вскипятить. Готовый соус посолить и подать к отварной говядине.

Соус с хреном, сметаной и майонезом



200 г корня хрена, 4 ст. ложки уксуса, 1 стакан сметаны, ½ стакана майонеза, 1 ч. ложка сахара, соль по вкусу.

Свежий хрен почистить, вымыть и натереть на мелкой терке. В уксусе растворить сахар и соль, залить этой смесью хрен, добавить сметану и майонез и размешать до однородного состояния.

Подавать к свиному или говяжьему студню, отварному холодному мясу или языку.

Соус с хреном, сметаной и яйцами



3 ст. ложки тертого хрена, 2 яйца, 4 ст. ложки сметаны, ½ ч. ложки горчицы, ½ ч. ложки лимонного сока, сахар и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, почистить, отделить желтки от белков и растереть их до однородной массы с горчицей и лимонным соком. Яичные белки мелко нарезать.

Очищенный и вымытый хрен натереть на мелкой терке, соединить с желтковой смесью и сметаной, добавить белки, соль и сахар и хорошо перемешать.

Подавать к холодным мясным блюдам.

Соус с хреном, яблоками и простоквашей



450 г корня хрена, ¾ стакана воды, 2 яблока, ½ стакана уксуса, 1 ст. ложка сахарной пудры, 3 ст. ложки простокваши, соль по вкусу.

Хрен почистить, вымыть, натереть на мелкой терке и залить горячей водой. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, натереть и перемешать с хреном. Затем влить уксус, в котором растворена соль, добавить сахарную пудру и простоквашу и перемешать до однородного состояния.

Подавать к холодному мясу, колбасе и холодным овощным закускам.

СОУСЫ СО СМЕТАНОЙ И СЛИВКАМИ

Основной сметанный соус



2 стакана сметаны, 1½ ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Из муки и сливочного масла приготовить жировую белую заправку, затем, непрерывно размешивая, соединить ее с кипящей сметаной, посолить, поперчить и варить при слабом кипении 5–7 минут. Готовый соус процедить и снова довести до кипения.

Подавать к мясным, рыбным, овощным блюдам и горячим закускам или использовать для приготовления производных соусов.

Сметанный соус на бульоне



½ стакана сметаны, 1 стакан белого мясного или рыбного бульона, 1½ ч. ложки муки, 1 ст. ложка сливочного масла, молотый черный перец на кончике ножа, соль по вкусу.

Из муки и сливочного масла приготовить жировую белую заправку и, непрерывно размешивая, развести ее белым бульоном. В полученную массу влить сметану, добавить соль и молотый перец, размешать, довести до кипения, проварить 3–5 минут и процедить.

Подается к мясным, овощным и рыбным блюдам, а также используется для приготовления производных соусов.

Сметанный острый соус



¾ стакана сметаны, 1 ст. ложка муки, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, ½ стакана белого бульона, 1–3 зубка чеснока, молотый красный перец, соль.

Лук почистить, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, жарить до мягкости. Затем всыпать муку и молотый перец, размешать и продолжать обжаривать, пока мука не приобретет кремовый оттенок. После этого влить немного теплого бульона, размешать, чтобы не было ком-

ков, добавить остальной горячей бульон, сметану и соль и варить на слабом огне до появления капелек жира на поверхности соуса. В конце приготовления добавить толченый чеснок и при желании еще присолить соус.

Подавать с крутой пшенной кашей к блюдам из отварной или тушеной птицы.

Сметанный соус с базиликом



2 стакана сметаны, 2 помидора, 3 пучка базилика, 8 оливок без косточек, молотый черный перец по вкусу.

Оливки нарезать мелкой соломкой или крупными кусочками. Помидоры окунуть на 2–3 минуты в кипяток, затем опустить в холодную воду, вынуть, снять кожицу, а мякоть разрезать на несколько частей, удаляя семена, и растереть в пюре. В полученную массу добавить сметану, измельченный базилик, молотый перец и оливки и хорошо перемешать.

Подается к любым блюдам из жареного мяса.

Сметанный соус с луком



½ стакана сметаны, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан белого мясного бульона, 1 луковица, ½ ст. ложки соуса «Южный», соль по вкусу.

Из муки и половины сливочного масла приготовить жировую белую заправку и, непрерывно помешивая, развести ее горячим белым бульоном. После этого добавить сметану и варить соус на слабом огне в течение 5–7 минут. Одновременно почистить и измельчить лук, высыпать его в сковороду с оставшимся маслом, поджарить до золотистого оттенка и за одну минуту до конца варки положить в соус. После этого снять соус с огня, посолить, добавить томатный соус (промышленного приготовления) и перемешать.

Подается к лангету, жареной печени, котлетам и биточкам.

Сметанный соус с желтком



1 стакан сметаны, 1 вареный яичный желток, 1 сырой яичный желток, 2 ч. ложки горчицы, ½ ч. ложки саха-

ра, 1 ст. ложка лимонного сока или 3%-ного уксуса, молотый черный перец и соль по вкусу.

Вареный желток раскрошить и растереть с сырым желтком и горчицей до однородного состояния. В полученную массу, размешивая, небольшими порциями ввести сметану, хорошо перемешать, добавить лимонный сок или уксус, сахар, соль и молотый перец и вымешать соус до однородности.

Подавать к холодным блюдам из мяса и птицы.

Сметанный соус с огурцами



½ стакана сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, ½ стакана белого мясного бульона или овощного отвара, 2 соленых огурца.

Соленые огурцы натереть на крупной терке (если у них жесткая кожура, ее нужно предварительно срезать). Из муки и сливочного масла приготовить жировую белую заправку. Затем, непрерывно помешивая, развести ее белым бульоном или овощным отваром, вскипятить, добавить соленые огурцы и сметану, размешать и хорошо нагреть соус, не доводя его до кипения.

Подавать к горячим мясным блюдам.

Сметанный соус с томатом и луком



1 стакан основного сметанного соуса, 2 луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 ст. ложки томата-пюре.

Лук почистить, ополоснуть, мелко нарезать и, помешивая, обжарить в разогретом масле до мягкости. Затем добавить томат-пюре и соль и продолжать обжаривание в течение 5–7 минут. После этого добавить сметанный соус и, мешая, варить при слабом кипении в течение 10–15 минут.

Подается к тефтелям, голубцам, фаршированной капусте и другим блюдам, приготовленным из мяса и овощей.

Сметанный соус с томатом и паприкой



1 стакан основного сметанного соуса, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 ст. ложка сливочного масла, ½ ч. ложки молотой паприки

Томат-пюре выложить в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, потушить 2–3 минуты. Затем влить его в сметанный соус, добавить соль и паприку и кипятить соус в течение 5–7 минут. Готовый соус процедить.

Подавать к блюдам из говядины, телятины, баранины и домашней птицы.

Сметанный соус с паприкой



1 стакан сметаны, 50 г шпика, 1 луковица, ½ стакана белого бульона, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 1 ч. ложка молотой паприки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Шпик нарезать маленькими кусочками, положить в кастрюлю и вытапливать на среднем огне в течение одной минуты. Затем добавить очищенный и мелко нарезанный лук и паприку, перемешать и жарить еще одну минуту. После этого влить горячий белый бульон, размешать и снова варить одну минуту.

Смешать муку со сливочным маслом до однородного состояния, добавить сметану, перемешать, влить эту смесь в соус и нагревать его еще 1–2 минуты.

Готовый соус посолить и поперчить.

Подавать к горячим мясным блюдам.

Сметанный соус с лимонным соком



1½ стакана густой сметаны, 1 ч. ложка муки, сок из двух лимонов, 100 г сливочного масла, 3 ст. ложки мясного сока, соль по вкусу.

В сметану всыпать, размешивая, муку, затем добавить лимонный сок, соль и мясной сок и, помешивая, довести до кипения. В полученный соус ввести нарезанное кусочками масло, нагреть, но не кипятить, и слегка взбить венчиком.

Подавать в горячем виде к жаркому из мяса, птицы или рыбы.

Сметанный соус с томатом



½ стакана сметаны, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 стакан белого мясного бульона, 2 ст. лож-

ки сливочного масла, молотый черный перец и соль по вкусу.

Из муки и сливочного масла приготовить жировую белую заправку, добавить в нее томатную пасту и обжаривать еще 3—5 минут. Полученную массу развести горячим белым бульоном и варить соус в течение 5—10 минут. Затем добавить в соус сметану, соль и молотый перец и довести до кипения.

Подается к вареным и тушеным блюдам из мяса и рыбы.

Сметанный соус с хреном



$\frac{3}{4}$ стакана основного сметанного соуса, 2 ст. ложки тертого хрена, 1 ч. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка 6%-ного уксуса, 1 лавровый лист, 1 горошина черного перца, соль по вкусу.

Хрен высыпать в сковороду с разогретым сливочным маслом и, помешивая, жарить так, чтобы не допустить изменения цвета. Затем добавить перец горошком, лавровый лист и уксус, довести до кипения и варить 1—2 минуты.

Полученную массу соединить с горячим сметанным соусом, посолить и варить еще 3—5 минут на небольшом огне.

Подается к блюдам из отварного мяса, к солонине, языку, а также используется при запекании мяса.

Сметанный соус с чесноком



1 стакан сметаны, $\frac{1}{2}$ стакана кефира, 5—6 зубков чеснока, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

Чеснок почистить и пропустить через чесночницу. В полученную кашичу добавить сметану, кефир и соль (соус должен быть достаточно соленным), хорошо перемешать и дать постоять не менее часа.

Подавать к горячим блюдам из мяса и жареной птицы, а также к холодцу.

Сметанный соус с сыром



1 стакан сметаны, 3 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки муки, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 1 сырой яичный жел-

ток, 2 ст. ложки тертого сыра, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, соль по вкусу.

Из муки и сливочного масла приготовить жировую белую заправку, развести ее горячим молоком, хорошо размешивая, чтобы не было комков, и довести до кипения. Затем добавить в соус соль, лимонный сок или растворенную в небольшом количестве воды кислоту, ввести растертый желток, сметану и тертый сыр, хорошо размешать и подогреть, не доводя до кипения.

Использовать для запекания овощных, рыбных и мясных блюд.

Франкфуртский зеленый соус

I вариант



1 стакан сметаны, 3 стакана измельченной смеси зелени петрушки, зеленого лука, кривея, огуречника, укропа, шпината, эстрагона и базилика, 1 ст. ложка сливок, 1 ст. ложка майонеза, $\frac{3}{4}$ стакана тертого сыра, 1–2 яйца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара, молотый белый перец по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, почистить и измельчить. Две трети зелени соединить со сметаной и превратить в пюре с помощью кухонного комбайна или миксера. Затем добавить сливки, размешать, добавить оставшуюся зелень и перемешать. После этого добавить яйца, майонез и сыр и вымешивать до получения пышной кремообразной массы. Готовый соус посолить и поперчить.

II вариант



1 стакан сметаны, 2 ст. ложки майонеза, сок из одного лимона, 2–3 вареных яйца, $1\frac{1}{2}$ стакана измельченной зелени укропа, петрушки, эстрагона и/или зеленого лука, $\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

Майонез, сметану и лимонный сок перемешать с помощью миксера или кухонного комбайна, посолить, посыпать сахаром и молотым перцем, добавить одно измельченное яйцо и хорошо перемешать. После этого ввести зелень и тщательно перемешать. Готовый соус перелить в соусник и украсить порезанными на половинки яйцами.

Любой вариант соуса можно подать к отварному или запеченному мясу, отварному молодому картофелю, рыбе и овощам.

Сметанный соус с горчицей



1 стакан сметаны, 3 вареных яичных желтка, 1 ст. ложка горчицы, 1 ст. ложка лимонного сока, сахар и соль по вкусу.

Яичные желтки растереть с горчицей в однородную массу, соединить ее со сметаной, лимонным соком, сахаром и солью и тщательно перемешать.

Подавать к холодным мясным блюдам.

Сметанный соус по-английски



1 стакан сметаны, 1 ч. ложка горчицы, 2 ст. ложки измельченной зелени фенхеля, молотый красный перец по вкусу.

Сметану размешать с горчицей, красным перцем и фенхелем до получения однородной массы.

Подается к лапше и макаронным изделиям, жареной рыбе, отварному и жареному картофелю.

Мясной соус со сметаной



1 стакан сметаны, 400 г говядины, 100 г свиного сала, 1 морковь, $\frac{1}{2}$ корня сельдерея, 1 луковица, $2\frac{1}{2}$ стакана мясного бульона, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, $\frac{1}{2}$ ст. ложки лимонного сока, соль по вкусу.

Морковь, лук и сельдерей почистить, вымыть и измельчить. Мясо нарезать мелкими кусочками, положить в кастрюлю или сотейник с измельченным салом и овощами и, помешивая, поджарить докрасна. Затем влить бульон, размешать, прокипятить полчаса и процедить.

Из муки и сливочного масла приготовить жировую белую заправку, развести ее бульоном с овощами, добавить лимонный сок и соль, вскипятить и отставить на 10–15 минут. Затем снять с поверхности соуса жир, процедить и подавать к жаркому или к горячим мясным паштетам.

Примечание. Если соус подается к паштету, то перед последним кипячением в него желательно добавить $\frac{1}{2}$ стакана красного столового вина.

Сметанный соус с рыбой



1 стакан сметаны, 600 г рыбной мякоти, 1 ст. ложка растительного масла, 1–2 стакана рыбного бульона, 1 пучок зелени петрушки, 1–2 вареные раковые шейки, $\frac{1}{2}$ ст. ложки муки, 30 г сливочного масла, 10–12 маслин без косточек, соль по вкусу.

Из муки и сливочного масла приготовить белую жировую заправку. Рыбу мелко нарезать и поджарить в растительном масле. Затем влить сметану, вскипятить, добавить крепкий рыбный бульон и тушить соус около 30 минут. После этого положить измельченные раковые шейки и зелень, залить этим соусом мучную заправку, прокипятить и процедить через сито. Маслины мелко нарезать, опустить в соус, перемешать, посолить и еще раз вскипятить.

Подавать к горячим рыбным паштетам и блюдам из отварной и тушеной рыбы.

Сливочный соус с лимоном



1 стакан сливок, 4 ст. ложки сливочного масла, $1\frac{1}{2}$ ч. ложки муки, 1 лимон, сахар и соль по вкусу.

Лимон вымыть и вместе с кожурой натереть на терке. Размягченное сливочное масло растереть с мукой до получения однородной массы, влить туда сливки, добавить сахар, соль, тертый лимон и, осторожно помешивая, прокипятить.

Подавать к горячим блюдам из отварной рыбы, птицы и кролика.

Сливочный соус с сыром



1– $\frac{1}{2}$ стакана сливок, 100 г твердого сыра, 1 ч. ложка измельченной зелени укропа.

Сыр натереть на крупной терке, высыпать в небольшую кастрюлю, залить сливками так, чтобы они только покрыли сыр,

всыпать укроп и нагревать на медленном огне, пока сыр не расплавится. Полученный довольно густой соус сразу же подать к горячим мясным, рыбным или крупяным блюдам.

Сливочный соус с чесноком



6 ст. ложек сливок, 4 яйца, 3 ст. ложки тертого сыра, 1 зубок чеснока, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить и натереть на мелкой терке или пропустить через чесночницу.

Сырые яйца взбить со сливками, полученную смесь посолить, поперчить, добавить чеснок и сыр и хорошо перемешать.

Подавать к макаронам с мясом.

ГОРЧИЦА И ГОРЧИЧНЫЕ СОУСЫ

Горчица «Домашняя»



3 ст. ложки горчичного порошка, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложка 3%-ного уксуса, ¼ ч. ложки корицы или гвоздики, соль по вкусу.

Горчичный порошок тщательно растереть, растворить в небольшом количестве кипятка и хорошо размешать, чтобы получилась густая однородная масса. Затем влить 2–3 стакана горячей воды и, не размешивая, оставить на сутки. После этого осторожно слить лишнюю воду, добавить в горчицу соль, сахар, растительное масло, уксус, корицу или гвоздику, все тщательно перемешать и дать постоять еще три часа.

Готовую горчицу хранить в плотно закрытой посуде в прохладном месте.

Использовать для приготовления различных соусов и в качестве приправы к холодным мясным и рыбным блюдам и горячим сосискам.

Горчица «Столовая»



3 ст. ложки горчичного порошка, 5 ст. ложек воды, 2 ст. ложки 9%-ного уксуса, 1 ч. ложка растительного масла, 1 ч. ложка сахара, 1 неполная ч. ложка соли.

Горчи́чный порошок растереть, просеять через сито, положить в банку, залить горячей водой и быстро размешать деревянной лопаточкой, чтобы получилась однородная густая масса. После этого заваренную массу залить стаканом горячей воды и поставить на ночь в холодильник, после чего излишек воды осторожно слить. В горчицу добавить соль, сахар, влить растительное масло, хорошо перемешать, влить уксус и снова перемешать.

Применяется для приготовления некоторых соусов и салатных заправок и в качестве приправы к холодным мясным блюдам, особенно студням, холодцам и заливным.

Горчица «Медовая»

I вариант



4 ст. ложки горчичного порошка, 2 ст. ложки воды, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка растительного масла, 2 ст. ложки меда.

Горчи́чный порошок хорошо растереть, влить воду и уксус и вымешать до пастообразного состояния. Затем, не переставая мешать, ввести по капле масло и, маленькими порциями, мед.

Подавать к холодным блюдам из свинины.

II вариант

2 ст. ложки горчицы, 2 ст. ложки меда.

Готовую домашнюю или столовую горчицу тщательно перемешать с медом до получения однородной массы.

Применять в качестве приправы к ветчине и холодной свинине.

Горчица с хреном



½ стакана горчичного порошка, ¼ стакана воды, ½ стакана белого винного уксуса, 2 ст. ложки свежего тертого хрена, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка соли.

Горчи́чный порошок растереть, влить воду и вымешать до получения пастообразной массы. Половину тертого хрена, соль и сахар смешать с помощью блендера, добавить к горчице, снова хорошо перемешать и прогреть на слабом огне до загустения.

Готовую горчицу охладить, добавить остальной хрен, выложить в стеклянную баночку и хранить в холодильнике. Если горчица получилась слишком густой, можно развести ее до желаемого состояния водой или уксусом.

Горчица яблочная или грушевая



3 ст. ложки горчичного порошка, 2–3 спелые груши или столько же яблок кислых сортов, 2–4 ст. ложки пряного уксуса, 2½ ст. ложки сахара, 2 ч. ложки соли.

Яблоки вымыть, положить на противень, подлить немного воды, испечь в духовке и горячими протереть через сито. Вымытые груши опустить в кастрюлю с небольшим количеством воды, сварить до мягкости, вынуть и тоже протереть. Полученное фруктовое пюре тщательно перемешать с горчичным порошком, добавить сахар, соль и пряный уксус и поставить на трое суток в холодильник.

Готовую горчицу хранить в плотно закрытой стеклянной банке.

Использовать в качестве приправы к холодным блюдам из говядины, телятины, свинины и дичи.

Грушевая горчица вкуснее яблочной.

Горчица к шашлыкам



3 ст. ложки горчичного порошка, 3 ст. ложки белого сухого вина, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ч. ложки меда, молотый черный перец и соль по вкусу.

Горчичный порошок протереть через сито и взбить венчиком с вином, оливковым маслом, медом, солью и молотым перцем до получения густой однородной массы.

Помимо шашлыков эта приправа также подходит к жареной рыбе и курице.

Горчица кислая со щавелем



3 ст. ложки горчичного порошка, 4 ст. ложки протертого щавеля, 2–4 ст. ложки эстрагонного уксуса, 1 ст. ложка каперсов, 2 ст. ложки сахара, 2 ч. ложки соли.

Щавель перебрать, вымыть, выжать, мелко нарезать, переложить вместе с выделившимся соком в кастрюлю, припустить до готовности и протереть через сито или пропустить через мясорубку.

Полученное пюре тщательно перемешать с горчичным порошком и влить столько уксуса, чтобы получилась не очень густая пастообразная масса. После этого всыпать соль, сахар и перетертые каперсы, перемешать, сложить в стеклянную банку и дать настояться в холодильнике в течение двух-трех суток.

Хранить в плотно закрытой банке не более двух месяцев.

Использовать в качестве приправы к холодным мясным блюдам.

Горчица по-французски



2 ст. ложки горчичного порошка, 1 стакан воды, 1 ст. ложка уксуса, 1 лук-шалот, 1 ч. ложка растительного масла, 1 ч. ложка сахара, по ¼ ч. ложки молотой корицы и гвоздики, ¼ ч. ложки соли.

Горчичный порошок заварить столовой ложкой кипятка и растереть до образования густой однородной массы. Затем влить остальной кипяток, размешать и поставить на 12–18 часов в теплое место. После этого слить лишнюю воду, добавить уксус, соль, сахар, корицу и гвоздику и тщательно перемешать.

Лук-шалот почистить, ополоснуть, измельчить, обжарить в разогретом растительном масле, протереть через сито или пропустить через мясорубку и соединить с горчицей.

Хранить в плотно закрытой посуде в холодильнике.

Использовать в качестве приправы к холодной телятине, заливному и закускам из языка.

Горчица по-западноевропейски



3 ст. ложки горчичного порошка, 1 ст. ложка муки или крахмала, ¼ стакана воды, 3 ст. ложки белого винного уксуса, 1 ст. ложка сахара, соль по вкусу.

Горчичный порошок соединить с мукой или крахмалом, протереть через сито и перемешать. Порциями, размешивая, влить холодную воду и дать настояться 15–20 минут. Затем добавить

уксус, сахар и соль, снова перемешать и хранить в плотно закрытой посуде в холодильнике.

Вместо воды можно использовать такое же количество лимонного сока, вина или молока. Естественно, в каждом случае горчица получит дополнительный вкусовой оттенок. Для остроты можно добавить немного чили или тертого свежего имбиря.

Подавать к мясным и рыбным холодным блюдам и использовать в качестве компонента салатных заправок.

Горчица укропная



1 баночка (250 г) горчицы, 3 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка измельченной зелени свежего или 1 ч. ложка сушеного укропа.

Готовую горчицу тщательно перемешать с оливковым маслом, добавляя его небольшими порциями, и укропом.

Подавать к рыбным, мясным или печеночным паштетам, холодной рыбе или к бутербродам, а также использовать в салатных заправках.

Горчица «Лимонная»



½ стакана горчицы, 1 ч. ложка тертой лимонной цедры, 1 ст. ложка лимонного сока.

Готовую горчицу соединить с цедрой и лимонным соком и вымешать до однородного состояния.

Замечательно сочетается с отварной горячей и холодной курицей.

Горчичный соус* с вином



¼ стакана горчицы, 3 сырых яичных желтка, 3 ст. ложки уксуса, по ¼ стакана белого вина и белого бульона, 4 ст. ложки растопленного масла, 2 ст. ложки сахара.

Все перечисленные в рецепте ингредиенты выложить в эмалированную посуду, перемешать и варить на слабом огне до загустения, постоянно мешая и не давая закипеть.

Готовый соус остудить, выложить в стеклянную банку, плотно закрыть крышкой и хранить в холодильнике.

Подавать к отварной и жареной говядине, дичи, ветчине, домашней птице, холодной рыбе, различным заливным и холодцам.

Горчичный соус к рыбе



1 ст. ложка горчицы, 1½ стакана рыбного бульона, ½ ст. ложки муки, 3–4 яичных желтка, ½ ст. ложки растительного масла, ⅓ стакана белого столового вина, ¼ лимона, 1 ст. ложка сахара.

Горчицу и муку растереть с растительным маслом, залить кипящим рыбным бульоном, размешать до получения однородной массы и, помешивая, варить на слабом огне, пока количество соуса не уменьшится до 1½ стакана. После этого добавить вино, нарезанный тонкими ломтиками лимон без зерен, сахар, вскипятить под крышкой и процедить.

Сырые желтки вбить в отдельную посуду, развести ½ стакана процеженного соуса, тщательно перемешать, соединить с остальным соусом, довести почти до кипения и полить отварного судака, осетра, линя или форель.

Горчичный соус-мусс к рыбе



1 ч. ложка горчицы, 2 яйца, ¾ стакана растительного масла, 1–2 ст. ложки столового или эстрагонного уксуса, 2 ч. ложки каперсов, ⅓ ч. ложки сахара, ¼ ч. ложки соли.

Яйца сварить вкрутую, почистить, отделить желтки и крошить их. Горчицу соединить с солью, сахаром и яичными желтками и растереть, пока масса не начнет густеть. Затем, не переставая мешать, постепенно (по чайной ложке) ввести растительное масло и, каплями, уксус. В соус, имеющий вид густой пены, ввести измельченные каперсы и перемешать.

Подавать к холодным блюдам из рыбы.

Горчичный соус с оливками



1 ч. ложка горчицы, 3–4 яичных желтка, 2 ст. ложки растительного масла, ½ стакана винного илипряного

уксуса, 1 ст. ложка измельченных оливок, 2 ст. ложки сахара.

Горчицу растереть с сырыми яичными желтками и сахаром до получения однородной массы. Затем постепенно ввести растительное масло, влить уксус, добавить оливки и тщательно перемешать.

Подавать к мясным и рыбным заливным, холодным блюдам из щуки, осетра или лосося и использовать в качестве заправки в винегрет.

Горчичный соус с эстрагоном



2 ч. ложки горчицы, 100 г растительного масла, ½ ч. ложки эстрагонного уксуса, 2 ч. ложки измельченного эстрагона, 1 ч. ложка сахарной пудры, соль по вкусу.

Горчицу растереть с сахарной пудрой, а потом, постоянно мешая, ввести маленькими порциями растительное масло. Соус посолить, добавить эстрагон и уксус и хорошо перемешать.

Подавать к холодному отварному мясу, рыбе и птице.

МАЙОНЕЗЫ И СОУСЫ НА ИХ ОСНОВЕ

Майонез «Провансаль»



⅔ стакана растительного масла, 2 яичных желтка, 1½ ч. ложки горчицы, 1½ ст. ложки 3%-ного уксуса или лимонного сока, ½ ч. ложки сахара, ¼ ч. ложки соли.

Горчицу растереть с солью и сахаром, добавить яичные желтки и продолжать растирать, пока смесь не начнет густеть. Затем постепенно, не прекращая размешивать (лучше использовать для этого миксер), ввести небольшими порциями (по одной-две столовые ложки) растительное масло, охлажденное до 12–16 °С. После этого в соус добавить по каплям уксус или лимонный сок и с помощью миксера взбить, чтобы получилась достаточно густая однородная масса.

При недостаточном взбивании и длительном хранении масло может подняться наверх — происходит отслаивание. Чтобы восстановить такой соус, его нужно снова взбить с добавлени-

ем яичного желтка. Хранят соус в эмалированной или стеклянной посуде.

Подавать к холодным блюдам, а также использовать в качестве заправки для салатов и приготовления производных соусов.

Примечание. В дальнейшем в рецептах, где для приготовления соусов применяется майонез, имеется в виду майонез «Провансаль».

Майонез «Зеленый»



1 стакан майонеза, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки воды, 200 г щавеля или шпината, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, сельдерея или зеленого лука, 1 ст. ложка эстрагона или укропа.

Щавель или шпинат промыть, удалить по всей длине листа стебель, мелко нарезать, сложить в кастрюлю и добавить остальную зелень. Залить травы водой, довести на сильном огне до кипения и варить в течение пяти минут. Затем воду слить, а зелень протереть через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна и охладить.

Приготовить майонез (см. предыдущий рецепт), соединить его со сметаной и пюре из зелени и тщательно перемешать с помощью миксера до однородного состояния.

Подавать к холодным блюдам из рыбы, а также использовать для заправки салатов с рыбой и яйцами.

Майонез с анчоусами и луком



$\frac{2}{3}$ стакана растительного масла, 1 луковица, 6 анчоусов, 2 сырых яичных желтка, 1½ ч. ложки горчицы, 1½ ст. ложки 3%-ного уксуса или лимонного сока, ½ ч. ложки сахара, ¼ ч. ложки соли.

Лук почистить, ополоснуть и мелко нарезать. Анчоусы разделать на филе и измельчить.

Горчицу растереть с солью и сахаром, добавить яичные желтки, лук и рыбу и растирать, пока смесь не начнет густеть (можно использовать для этого миксер). Затем постепенно, продолжая размешивать соус с помощью миксера, тонкой струйкой ввести растительное масло и, каплями, уксус.

Подавать к рыбным блюдам.

Майонез острый



¾ стакана майонеза, 1 ст. ложка каперсов, 1–2 корнишона, ½ ст. ложки горчицы, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки или укропа.

Каперсы и корнишоны мелко нарезать, соединить с зеленью и горчицей и превратить в однородную массу с помощью кухонного комбайна или миксера. Затем положить эту смесь в майонез и снова тщательно перемешать.

Подавать к блюдам из рыбы и яиц.

Майонез острый с корнишонами



1 стакан майонеза, 1 ст. ложка томатного соуса или острого кетчупа, 6–8 корнишонов.

Майонез размешать с соусом или кетчупом, добавить мелко нарезанные корнишоны и миксером перемешать соус до однородного состояния.

Подается к холодным и горячим рыбным блюдам, а также к холодным блюдам из мяса.

Майонез из раков

1 стакан майонеза, 10 вареных раков.

Приготовить майонез «Провансаль».

У вареных раков очистить хвостики и использовать их для украшения рыбных блюд. Панцири, клешни и ножки растолочь в порошок или превратить в однородную массу с помощью кофемолки или кухонного комбайна и перемешать с майонезом до однородного состояния.

Подавать к холодным блюдам из рыбы, морепродуктов, яиц, а также использовать для заправки салатов.

Майонез с белым соусом

1 стакан майонеза, ½ стакана основного белого соуса.

Приготовить майонез, соединить его с охлажденным белым соусом, приготовленным на мясном или рыбном бульоне, и хорошо размешать миксером до однородного состояния.

При необходимости добавить немного разведенной водой лимонной кислоты.

Подается к холодным блюдам из мяса и рыбы или используется для заправки салатов.

Майонез с зеленью и солениями



1 стакан майонеза, 1 ч. ложка соевой пасты, ½ корнишона или 1 ч. ложка пикулей, 1 ч. ложка каперсов, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки или укропа, 1 ч. ложка измельченного зеленого лука или 1 зубок чеснока, 1 ст. ложка измельченного вареного шпината, ½ ч. ложки эстрагона.

Корнишоны и каперсы мелко нарезать, соединить с зеленью петрушки, зеленым луком или измельченным чесноком, эстрагоном и шпинатом, перемешать и протереть через частое сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна или миксера. В полученную массу добавить майонез и соевую пасту и хорошо перемешать.

Подавать к холодным блюдам из мяса, рыбы, яиц, овощей.

Майонез с горчицей

I вариант



¾ стакана майонеза, 2 ст. ложки горчицы, 2 яйца, сахар и молотый черный перец по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить и мелко нарезать и растереть с горчицей. Майонез соединить с яичной массой, добавить сахар и молотый перец и тщательно перемешать до однородного состояния.

Подавать к жареному мясу и рыбе, яичным блюдам, салатам из сырых овощей и к листьям салата.

II вариант



½ стакана майонеза, 1 сырой яичный желток, 1 вареное яйцо, 1 ст. ложка горчицы, 1 ст. ложка измельченного зеленого лука, сахар и соль по вкусу.

В сваренном вкрутую яйце отделить желток от белка и растереть его с сырым желтком и горчицей. В полученную массу

влить майонез, добавить мелко нарезанный белок, зеленый лук, сахар и соль и хорошо перемешать до однородного состояния.

Подавать к холодным мясным и рыбным блюдам.

III вариант



$\frac{3}{4}$ стакана майонеза, 1 ст. ложка горчицы, 3 ст. ложки эстрагонного уксуса, $\frac{1}{2}$ стакана белого бульона, молотый черный перец и соль по вкусу.

Горчицу перемешать с эстрагонным уксусом, развести белым бульоном, хорошо размешать, соединить с майонезом, посолить, поперчить и вымешать до получения однородной массы.

Подается к отварному мясу или рыбе.

Майонез с кетчупом и зеленью



$\frac{2}{3}$ стакана майонеза, 3–4 ст. ложки кетчупа, 1–3 зубка чеснока, $\frac{1}{3}$ ч. ложки карри, 1 ст. ложка измельченной зелени кинзы, $\frac{1}{2}$ ч. ложки базилика, молотый черный перец по вкусу.

Чеснок почистить, измельчить, соединить с остальными компонентами, перемешать с помощью миксера или кухонного комбайна до получения однородной массы и дать настояться в холодильнике в течение двух часов.

Подавать к холодным блюдам из овощей или мяса.

Майонез с кетчупом и шпиком



$1\frac{1}{2}$ стакана майонеза, 4 ст. ложки кетчупа, 50 г копченого сала, 1 луковица, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, по $\frac{1}{2}$ ст. ложки тимьяна и молотой паприки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Сало нарезать кубиками. Лук почистить, мелко нарезать, высыпать в сковороду с салом и, помешивая, жарить до мягкости, после чего охладить.

Майонез соединить с кетчупом, добавить тимьян, паприку, петрушку, молотый перец и соль и хорошо перемешать. После этого ввести лук со шпиком и снова вымешать до однородного состояния.

Подавать к холодным блюдам из мяса и рыбы.

Майонез томатный



1 стакан майонеза, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 ч. ложка растительного масла, $\frac{1}{2}$ луковицы, $\frac{1}{3}$ ч. ложки эстрагона, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, жарить в разогретом растительном масле до мягкости, после чего остудить.

Томат-пюре довести до кипения, проварить 5–7 минут и охладить. Остывший томат смешать с майонезом, добавить лук, эстрагон и петрушку и снова хорошо перемешать, чтобы получилась достаточно густая однородная масса.

Подается к жареной горячей и отварной холодной рыбе.

Майонез с томатом и хреном



1 стакан майонеза, 2 ст. ложки тертого хрена, 1 ст. ложка томатной пасты, сахар по вкусу.

Майонез «Провансаль» размешать с томатной пастой, добавить хрен и сахар и вымешать с помощью миксера до получения однородной массы.

Подается к холодной отварной и жареной рыбе.

Майонез с томатом и сладким перцем



$\frac{1}{2}$ стакана майонеза, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 сладкий болгарский перец, соль по вкусу.

Сладкий перец очистить от семян, промыть и пропустить через мясорубку или превратить в пюре с помощью миксера. Томат-пюре довести до кипения, проварить в течение пяти минут, охладить и размешать с майонезом. В полученную массу добавить сладкий перец и соль и хорошо перемешать.

Подается к холодным мясным и рыбным блюдам.

Майонез со сметаной



1 стакан майонеза, $1\frac{1}{4}$ стакана густой сметаны, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, сахар и соль по вкусу.

Майонез размешать до однородного состояния со сметаной, добавить сахар, соль, лимонную кислоту и молотый перец и снова хорошо перемешать.

Подавать к холодной отварной или жареной курице и мясу, а также использовать для заправки салатов.

Майонез со сметаной и луковым соком



1 стакан майонеза «Провансаль», 3–4 ст. ложки густой сметаны, 1 ч. ложка лукового сока.

Луковицу почистить, измельчить и отжать из нее через марлю сок (можно использовать для этого кухонный комбайн). Майонез соединить с луковым соком и сметаной и хорошо вымешать с помощью миксера.

Подается к отварному кролику и домашней птице, запеченной или жареной фаршированной курице, рулету из телятины, холодной буженине, помидорам, фаршированным яйцами и грибами.

Майонез с брусникой



¼ стакана майонеза, 3 ст. ложки йогурта, 2 ст. ложки протертого брусничного джема или варенья, ¼ ч. ложки лимонного сока, сахар и соль по вкусу.

Майонез перемешать с йогуртом, добавить брусничное варенье, лимонный сок, сахар и соль и снова хорошо перемешать, чтобы получилась достаточно густая однородная масса.

Подавать к жареному мясу и дичи.

Майонез апельсиновый



½ стакана майонеза, 3 ст. ложки сметаны, 1 апельсин, сахар и соль по вкусу.

Апельсин вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а мякоть освободить от белых волокон и нарезать на маленькие кусочки.

Майонез перемешать со сметаной, добавить апельсин, цедру, соль и сахар и тщательно перемешать до получения однородной массы.

Подавать к холодным закускам из мяса, птицы, рыбы, морепродуктов и яиц.

Майонез с йогуртом



½ стакана майонеза, 3 ст. ложки йогурта, ½ ч. ложки лимонного сока, сахар и соль по вкусу.

Йогурт взбить в пышную массу, добавить майонез, сахар и соль, перемешать, влить лимонный сок и хорошо вымешать.

Подавать к холодным закускам из мяса, рыбы, овощей, яиц.

Майонез с лимоном и каперсами



4 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки йогурта или сливок, 1 ст. ложка измельченных каперсов, 1 лимон, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок. Сливки слегка взбить. Майонез смешать со сливками или йогуртом, добавить каперсы, лимонный сок, цедру, соль и молотый перец и вымешать до однородного состояния.

Подавать к жареной рыбе.

Майонез ветчинный



½ стакана майонеза, 3 ст. ложки сливок, 30–40 г нежирной ветчины, ½ ч. ложки лимонного сока, сахар и соль по вкусу.

Ветчину нарезать мелкой соломкой. Сливки слегка взбить, перемешать с майонезом, добавить ветчину, лимонный сок, сахар и соль и вымешать с помощью миксера до однородного состояния.

Майонез с яблоками



1 стакан майонеза, 2 яблока, 1 ч. ложка лимонного сока или 3%-ного уксуса, сахар и соль по вкусу.

Яблоки вымыть, очистить от кожуры и натереть на мелкой терке, удаляя сердцевину. Майонез соединить с яблочной мас-

сой, добавить лимонный сок или уксус, сахар, соль и с помощью миксера хорошо перемешать.

Подавать к холодным мясным блюдам.

Майонез с сыром и чесноком



1 стакан майонеза, 3–4 ст. ложки тертого сыра, 1 головка чеснока, ½ стакана сыворотки, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, укропа или сельдерея.

Чеснок почистить и пропустить через чесночницу. Майонез соединить с сывороткой, добавить мелко натертый сыр, чеснок, зелень и тщательно размешать вилкой, чтобы получилась густая сметанообразная масса.

Подавать к блюдам из овощей, мяса и рыбы, к пельменям и вареникам с картошкой, к листьям салата.

Майонез с сельдереем



1½ стакана майонеза, 1 пучок зелени сельдерея, 3 ст. ложки томатной пасты.

Сельдерей промыть, опустить в кипящую воду, сварить до мягкости, откинуть на дуршлаг и, когда стечет жидкость, мелко нарезать. Майонез размешать с томатной пастой, добавить сельдерей и хорошо перемешать до получения густой однородной массы.

Подавать к мясным и рыбным блюдам.

ЯИЧНЫЕ, МАСЛЯНЫЕ И ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЕ СОУСЫ

Яичный соус



1 сырой яичный желток, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, ½ стакана белого бульона или по ¼ стакана белого бульона и молока.

Из муки и масла приготовить жировую белую заправку, развести ее половиной белого бульона, хорошо размешивая, чтобы не было комков, довести до кипения и варить в течение 10–

15 минут. Яичный желток размешать с молоком или оставшимся бульоном, влить в соус и тщательно перемешать.

Подавать к горячим мясным блюдам.

Яичный соус с икрой



3 сырых яичных желтка, 4 ст. ложки сметаны или сливок, 1½ ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка горчицы, ⅓ стакана коньяка, 1 ст. ложка икры лангуста или соленой рыбной икры, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яичные желтки взбить вилкой, посолить, поперчить, добавить сметану или сливки и перемешать до получения однородной массы. Полученную смесь, постоянно помешивая, нагреть на слабом огне почти до кипения. После этого добавить икру лангуста или рыбы, замороженное сливочное масло и коньяк, снова хорошо перемешать и снять с огня. Затем ввести в соус горчицу, размешать, накрыть посуду крышкой и поставить соус на 2 часа в холодильник.

Подавать к холодным блюдам из рыбы, морепродуктов и яиц.

Масляный соус с яйцами и зеленью



200 г сливочного масла, 3–4 яйца, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки или укропа, тертый мускатный орех на кончике ножа, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, почистить, мелко нарезать, посолить, высыпать в сковороду с растопленным маслом, всыпать зелень и, помешивая, жарить на слабом огне в течение трех-пяти минут. В готовый соус добавить молотый перец и мускатный орех.

Подавать к отварному картофелю и вареной рыбе.

Сырное масло



200 г размягченного сливочного масла, 3 ст. ложки тертого сыра рокфор.

В посуду с размягченным маслом добавить сыр и хорошо взбить соус лопаткой или миксером.

Подавать к холодным мясным, рыбным и яичным закускам, а также использовать для приготовления бутербродов.

Анчоусное масло



150 г сливочного масла, 3 анчоуса, 1 вареный яичный желток, 1 ч. ложка каперсов, 1 ч. ложка 3%-ного уксуса, 1 корнишон, молотый красный перец и соль по вкусу.

Анчоусы разделить на филе и мелко нарезать. Корнишоны и каперсы измельчить, соединить с анчоусами и яичным желтком и протереть через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна или миксера.

Полученную смесь положить в кастрюлю с размягченным сливочным маслом и выбить лопаткой или с помощью миксера до образования однородной массы. Затем добавить уксус, молотый красный перец и соль и снова хорошо взбить.

Подается к холодным блюдам из мяса, птицы, дичи, к горячему отварному картофелю, а также используется для бутербродов.

Зеленое масло



200 г размягченного сливочного масла, 1 небольшой пучок зелени петрушки, ½ ч. ложки лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа, молотый красный перец по вкусу.

Зелень петрушки промыть, отряхнуть, удалить стебли, мелко нарезать, соединить со сливочным маслом и лимонным соком или разведенной в чайной ложке воды лимонной кислотой, добавить молотый перец и перемешать, чтобы получилась однородная масса.

Подается к бифштексам, антрекотам, жаренной в сухарях рыбе.

Селедочное масло



250 г сливочного масла, филе ½ селедки или селедочные молоки, ½ стакана молока или чая, 1 ч. ложка горчицы или 1 ст. ложка тертого сыра.

Филе сельди или молоки замочить в молоке или чае на 6–8 часов, а потом протереть через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна.

Полученную массу соединить с размягченным сливочным маслом, добавить горчицу и взбить лопаткой или с помощью миксера до получения однородной кремообразной массы.

Подавать к холодным блюдам из рыбы, морепродуктов, телятины и яиц.

Раковое масло



200 г сливочного масла, 10–12 панцирей вареных раков, 1 ст. ложка томата-пюре.

Панцири слегка подсушить и растолочь в ступке или превратить в порошок в кофемолке. В полученную массу добавить размягченное сливочное масло и томат-пюре, тщательно перемешать, выложить в сотейник и поджарить на небольшом огне, чтобы масло приобрело красный цвет.

Готовый соус слегка остудить и процедить.

Подавать в холодном или теплом виде к блюдам из рыбы, раков, морепродуктов, яиц, а также к крупяным и макаронным пудингам.

Масло из сардин с яблоками



250 г сливочного масла, 2 сардины, ½ луковицы, ½ антоновского яблока, тертый мускатный орех на кончике ножа, соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в небольшом количестве сливочного масла до мягкости, после чего охладить. Яблоко очистить от кожуры и сердцевины и натереть на мелкой терке. У сардин удалить головы и внутренности, а мякоть вместе с жареным луком протереть через сито или пропустить через мясорубку.

Полученную смесь положить в посуду с размягченным сливочным маслом, добавить яблоко, мускатный орех и соль и хорошо размешать до однородного состояния.

Подавать к холодным закускам, горячему отварному картофелю, а также использовать для приготовления различных бутербродов.

Масляный соус



250 г сливочного масла, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 4 ст. ложки лимонного сока.

Сливочное масло растопить и кипятить на слабом огне до тех пор, пока оно не приобретет коричневый оттенок. Затем перелить его в чистую посуду, добавить петрушку и лимонный сок и хорошо перемешать.

Подавать к рыбе, крабам, креветкам.

Масляно-анчоусный соус



150 г сливочного масла, филе двух анчоусов, 3 ст. ложки полусухого белого вина, 1 ст. ложка измельченных каперсов, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Филе анчоусов залить небольшим количеством уксуса и оставить на 6–8 часов, а затем протереть сквозь сито или превратить в пюре с помощью миксера.

Полученную массу размешать с вином и размягченным сливочным маслом и кипятить на слабом огне в течение 10 минут. После этого добавить в соус каперсы, лимонный сок, петрушку и соль и хорошо перемешать до однородного состояния.

Подавать к блюдам из отварной рыбы и морепродуктов.

Масляный соус с каперсами



150 г размягченного сливочного масла, $\frac{1}{3}$ стакана каперсов, сок из одного лимона, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

Из лимона выжать сок, растворить в нем соль, добавить каперсы и сливочное масло и хорошо перемешать, чтобы получилась достаточно густая однородная масса.

Подавать к рыбе и овощам.

Масляный соус с орехами



200 г сливочного масла, 2 яйца, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка молотых грецких орехов, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, почистить, измельчить, соединить с растопленным маслом, добавить лимонный сок, орехи, петрушку и соль и тщательно перемешать.

Подавать к блюдам из отварной рыбы и нежирного мяса.

Яично-масляный соус с лимоном



200 г размягченного сливочного масла, 6–7 сырых яичных желтков, 1 лимон, 2–2½ стакана рыбного бульона, соль по вкусу.

Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок. Яичные желтки растереть добела со сливочным маслом, добавить лимонную цедру и рыбный бульон и, не доводя до кипения, варить на пару до загустения.

Готовый соус снять с огня, заправить лимонным соком, посолить и перемешать.

Подается к рыбным и овощным блюдам.

Соус к мясу и рыбе



3 яичных желтка, 1 стакан растопленного сливочного масла, ¼ стакана сухого белого вина, 3 ст. ложки 3%-ного уксуса, ½ маленькой сладкой луковицы, по 1 ч. ложке сушеного эстрагона и кервеля, 2 ч. ложки измельченной зелени петрушки, 2 горошины черного перца, ¼ ч. ложки молотого красного перца, ½ ч. ложки соли.

Лук почистить, измельчить, высыпать в сотейник, добавить эстрагон, кервель и перец горошком, влить вино и уксус и варить на слабом огне, пока жидкость не выпарится наполовину.

Яичные желтки размешать с солью и, непрерывно размешивая, тонкой струйкой влить в них горячее пряное вино. Затем, не прекращая мешать, постепенно ввести растопленное масло. Полученную массу, напоминающую по консистенции густые сливки, поставить на водяную баню и, продолжая размешивать, варить соус еще одну минуту.

Готовый соус снять с огня, процедить, добавить петрушку и молотый перец и хорошо перемешать.

Подается в том же сотейнике к приготовленным на гриле блюдам из мяса, птицы и рыбы.

Голландский соус



100 г сливочного масла, 3 сырых яичных желтка, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки воды, 3 бутона гвоздики или $\frac{1}{3}$ ч. ложки молотого красного перца, соль по вкусу.

Яичные желтки вылить в толстостенную кастрюлю, добавить воду и нарезанное кусочками масло, отложив одну столовую ложку, поставить на водяную баню и, постоянно помешивая, варить на слабом огне до загустения. В полученный соус добавить лимонный сок, гвоздику или молотый перец, соль, оставшееся растопленное масло, размешать, дать настояться в течение 30 минут и процедить.

Этот соус можно также приготовить более удобным способом — в кухонном комбайне. Для этого масло растопить на слабом огне. Яичные желтки положить в кухонный комбайн, добавить лимонный сок, соль и молотый перец и хорошо перемешать. Затем, не переставая размешивать, медленно, тонкой струйкой, ввести теплое масло. Готовому соусу дать постоять несколько минут для загустения.

Подается к блюдам из жареной говядины, телятины и субпродуктов, а также используется для приготовления производных соусов.

Голландский соус с белым соусом



1 стакан голландского соуса, $\frac{3}{4}$ стакана основного белого соуса, соль по вкусу.

Голландский соус соединить с белым соусом, посолить, перемешать и процедить.

Подается к жареной рыбе, мясу, почкам, овощным блюдам.

Голландский соус с томатом




$\frac{2}{3}$ стакана голландского соуса, 2 ч. ложки томатной пасты, $\frac{1}{2}$ ч. ложки лимонного сока, молотый черный перец по вкусу.

Томат-пюре уварить до консистенции томатной пасты, затем соединить с голландским соусом и, тщательно размешивая, заправить солью, молотым перцем, лимонным соком.


Подается к блюдам из вареной, тушеной и жареной рыбы или овощей.

Голландский соус с горчицей

 | $\frac{3}{4}$ стакана голландского соуса, 1 ч. ложка горчицы.

В голландский соус добавить горчицу и хорошо размешать. Подавать к жареной осетровой рыбе и блюдам из морепродуктов.


Голландский соус с апельсиновым соком

 | 2 стакана голландского соуса, 1 апельсин, молотый белый перец и соль по вкусу.

Апельсин вымыть, вытереть и снять с него мелкой теркой цедру. Из мякоти выжать сок, слегка его подогреть, влить в голландский соус, добавить цедру, соль и молотый перец и осторожно перемешать.

Подавать к овощным блюдам.


Голландский соус с оливками

 | 1 стакан голландского соуса, 3–4 оливки, 1 корнишон, 1–2 ст. ложки огуречного рассола, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки.

Оливки очистить от косточек и вместе с корнишоном мелко нарезать, положить в сотейник, добавить огуречный рассол и, помешивая, варить до полного выпаривания жидкости.

Полученную массу соединить с горячим голландским соусом, перемешать, посыпать зеленью петрушки и сразу же подать к жареному мясу или рыбе.

Голландский соус со сливками

 | $\frac{2}{3}$ стакана голландского соуса, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки жирных сливок.

Сливки взбить в пышную массу и, размешивая до получения однородной массы, осторожно ввести в голландский соус.

Подавать сразу же к отварной рыбе, спарже, цветной капусте, артишокам и другим овощным блюдам.

Голландский соус с каперсами



1 стакан голландского соуса, 2 ст. ложки измельченных каперсов, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки.

Каперсы выложить в сотейник, хорошо нагреть, соединить с голландским соусом и зеленью петрушки и тщательно перемешать до получения однородной массы.

Подавать к отварной, тушеной и жареной рыбе.

Голландский соус с сыром



1 стакан голландского соуса, 1 стакан жидкого молочного соуса, 3 ст. ложки рыбного бульона, 3 ст. ложки тертого сыра, сок из $\frac{1}{2}$ лимона, соль по вкусу.

Голландский соус соединить с рыбным бульоном и молочным соусом, добавить сыр, лимонный сок и соль и тщательно перемешать до получения однородной массы.

Подавать к тушеной и паровой рыбе, особенно рекомендуется к камбале и сому.

Голландский соус с яйцами



1 стакан голландского соуса, 1 яйцо, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки, сок из одного лимона, соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, почистить, мелко нарезать, всыпать в горячий голландский соус, добавить растопленное сливочное масло, зелень петрушки и лимонный сок, посолить и хорошо перемешать. Подается к отварной рыбе.

СОУСЫ НА РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ

Соус масляный



$1\frac{3}{4}$ стакана растительного масла, $\frac{1}{2}$ стакана уксуса, по 1 ч. ложке измельченной зелени укропа и петрушки, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, сахар и соль по вкусу.

В растительное масло всыпать крупную соль и слегка взбить. Затем добавить сахар, уксус, молотый перец, петрушку и укроп и тщательно перемешать.

Подавать к холодным закускам из мяса и мясopодуlктов, а также использовать для приготовления других соусов.

Соус из растительного масла с зеленью



1 стакан соуса «Стандарт», 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 1 ст. ложка измельченного укропа, 1 ст. ложка зеленого лука.

Петрушку, укроп и зеленый лук промыть, отряхнуть, мелко нарезать, всыпать в соус «Стандарт» и хорошо перемешать. Подавать к холодным закускам из отварной рыбы и мяса и использовать в качестве заправки для винегретов.

Соус из растительного масла с томатом



1 стакан соуса «Стандарт», 1 ст. ложка томатной пасты или 3 ст. ложки томатного сока, 1 маленькая луковица, уксус по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, натереть на крупной терке и перемешать с томатом до однородного состояния. Полученную массу ввести в соус «Стандарт» и хорошо размешать. Подавать к холодным мясным закускам.

Зеленый соус на оливковом масле



1 стакан оливкового масла, 2 ст. ложки крошек свежего белого хлеба, 2 ст. ложки белого винного уксуса, 1 вареный яичный желток, 1 ст. ложка измельченной петрушки, 2 анчоуса, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка измельченных каперсов, молотый черный перец и соль по вкусу.

Хлебные крошки залить уксусом и дать размокнуть. Анчоусы промыть и нарезать достаточно крупными кусочками. Очищенный чеснок мелко нарезать или натереть на мелкой терке.

Вареный яичный желток растереть с петрушкой, анчоусами, чесноком и каперсами, добавить отжатые крошки и оливковое масло и вымешивать до получения густой однородной

массы. Полученный соус посолить, поперчить и дать постоять 1–2 часа.

Подавать к холодному отварному мясу или речной рыбе.

Зеленый соус



3 ст. ложки растительного масла, по 1 ст. ложке измельченного эстрагона, петрушки, шнитт-лука и репчатого лука, 2 яйца, 1 ст. ложка эстрагонного уксуса, 1 ст. ложка горчицы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, почистить, отделить желтки и растереть их с маслом, эстрагоном, петрушкой и луком до пастообразного состояния. Затем добавить соль, молотый перец, эстрагонный уксус (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив»), горчицу и измельченные белки и тщательно перемешать.

Подавать к отварной цветной капусте, салату из одуванчиков, холодным блюдам из яиц и мяса.

Острый соус

I вариант



1 стакан оливкового масла, 3–6 острых перцев чили, ½ ч. ложки чесночного порошка, сок из одного лимона, ½ ч. ложки соли.

Перец вымыть, очистить от прожилок и стебельков и нарезать крупными кусочками. Перец вместе с семенами измельчить в миксере. Затем добавить туда же чесночный порошок, лимонный сок, оливковое масло и соль и все хорошо перемешать.

Готовый соус перелить в стеклянную банку, дать настояться в течение суток при комнатной температуре, процедить в другую баночку и хранить в холодильнике не больше месяца.

II вариант



1½ стакана оливкового масла, 6 свежих перцев чили, 1 ст. ложка измельченного чеснока, 1 ч. ложка молотого красного перца, ⅓ ч. ложки молотого черного перца, 1 ч. ложка соли.

Перец очистить от прожилок, стебельков и семян, нарезать маленькими кусочками, сложить в кастрюлю с сильно разогре-

тым оливковым маслом, добавить соль, красный и черный перец и, помешивая, тушить четыре минуты. Затем вмешать чеснок, снять с огня, охладить при комнатной температуре, сложить в кухонный процессор или миксер и хорошо перемешать.

Готовый соус перелить в бутылку или банку и дать настояться в течение недели. Хранить не более двух месяцев при комнатной температуре.

Соус с горчицей



6 ст. ложек оливкового масла, 3 ст. ложки горчицы, 1 яйцо, ½ красной луковицы, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ч. ложка кинзы, 1 ч. ложка молотого черного перца, 1 ч. ложка соли.

Лук почистить, ополоснуть и мелко нарезать. Яйцо сварить вкрутую, почистить, нарезать крупными кусочками, соединить с горчицей, луком, лимонным соком, кинзой, молотым перцем и солью и измельчить с помощью миксера или кухонного комбайна. Затем маленькими порциями добавлять оливковое масло и взбивать соус миксером, пока он не достигнет консистенции майонеза.

Подавать к холодному мясу или рыбе.

Соус с горчицей и зеленью



4 ч. ложки растительного масла, по 1 ст. ложке измельченных тимьяна, майорана и петрушки, 2 ст. ложки горчицы, 1 ст. ложка столового или эстрагонного уксуса.

Горчицу растереть с уксусом (приготовление эстрагонного уксуса см. в «Заготовки для соусов и подлив»), добавить зелень и, мешая, небольшими порциями ввести растительное масло.

Подавать к холодным блюдам из отварной рыбы, языка или яиц.

Пряный соус к жареной рыбе



1 ст. ложка оливкового масла, 1 ч. ложка французской горчицы, ½ лимона, 2 ч. ложки семян кориандра, 2 ст. ложки измельченной свежей кинзы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лимон вымыть, вытереть, отрезать половину, снять с нее мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок и перемешать его с французской горчицей.

На сковороду вылить масло, добавить лимонно-горчичную смесь, кориандр, кинзу, соль и молотый перец, хорошо перемешать и довести до кипения.

При подаче полить этим соусом жареную рыбу.

Нежный коньячный соус



3 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки яблочного уксуса, 2 ст. ложки коньяка, 1 ст. ложка крупно размолотого черного перца, 1 ст. ложка меда, 3 ст. ложки воды.

Мед растворить в воде, добавить уксус, коньяк, молотый перец и, размешивая, постепенно ввести растительное масло.

Подавать к холодным рыбным, овощным и мясным блюдам, особенно к дичи.

Масляный соус-желе к мясу, птице или рыбе



½ стакана растительного масла, 1 ½ стакана мясного, куриного или рыбного бульона, 2 ч. ложки желатина, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса.

Желатин залить небольшим количеством холодной воды и дать разбухнуть. Затем влить желатин в горячий бульон и дать ему раствориться. Бульон процедить, охладить до комнатной температуры, добавить в него подсолнечное масло и, вводя по каплям уксус, непрерывно взбивать соус венчиком в течение 25–30 минут до получения густой однородной белой массы.

Если при взбивании соус очень быстро загустевает, то его нужно слегка подогреть и продолжать взбивать.

Соус с яйцами



1 стакан растительного масла, 3 яйца, 1 ст. ложка горчицы, 2 корншона, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить, желтки отделить и растереть, а белки измельчить. Желтки постепенно смешать с горчицей и растительным маслом, затем добавить уксус, измельченные корнишоны, яичные белки и зелень петрушки, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

Подавать к холодным закускам или использовать в качестве заправки для салатов.

Соус острый



6 ст. ложек оливкового масла, 6 яиц, 3 ст. ложки уксуса, 6 маленьких стручков острого красного перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки шафрана, соль по вкусу.

Острый перец очистить от семян и измельчить. Яйца сварить вкрутую, почистить, отделить желтки и растереть их с оливковым маслом, постепенно подсыпая красный перец. Затем добавить уксус и шафран, посолить и, непрерывно помешивая, подогреть почти до кипения.

Готовый соус остудить.

Подавать к холодным закускам.

Соус «Тартар»



2–3 ст. ложки оливкового масла, 2 яйца, 2 ст. ложки уксуса, 1 корнишон, 1 ст. ложка измельченных каперсов, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 1 ст. ложка горчицы, $\frac{1}{2}$ ст. ложки соли, молотый черный перец по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить, отделить белки и мелко их нарезать, а желтки растереть.

В миску всыпать соль и молотый перец, добавить уксус и горчицу и растереть деревянной ложкой до растворения соли. Затем добавить к этой смеси яичные желтки и постепенно, при непрерывном помешивании, маленькими порциями влить растительное масло.

В полученную однородную массу добавить яичные белки, измельченный корнишон, каперсы и зелень петрушки, хорошо перемешать.

Подать к отварному мясу или птице либо к сырым овощам.

Ароматный соус к мясу



1½ стакана растительного масла, 7 яиц, 1 ст. ложка столовой горчицы, 5 ст. ложек 9%-ного винного уксуса, 1–2 маринованных огурца, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка измельченных каперсов, по 1 ч. ложке измельченных кервеля и эстрагона, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, ⅔ ч. ложки молотого черного перца, 1 ч. ложка соли.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить, отделить белки и мелко их нарезать. Яичные желтки растереть с растительным маслом, горчицей и уксусом, в котором растворены сахар и соль, а потом взбить венчиком.

В полученную массу ввести яичный белок, мелко нарезанные огурцы, каперсы, пряную зелень и молотый перец и хорошо перемешать до однородного состояния.

Подавать к холодной говядине, телятине и дичи.

Соус с лимонным соком и яйцом



¾ стакана оливкового, кукурузного или рафинированного подсолнечного масла, ¼ стакана лимонного сока, 3 вареных яичных желтка, ¼ ч. ложки молотого черного перца, ¼ ч. ложки соли.

Яичные желтки растереть деревянной ложкой с солью и молотым перцем, затем, не прекращая растирать, влить тонкой струйкой оливковое масло.

В полученную однородную массу, непрерывно мешая, ввести лимонный сок и взбивать массу венчиком до кремообразного состояния.

Подавать к овощным блюдам, мясу, дичи и макаронам.

Чесночный соус



1½ стакана оливкового масла, 2 вареных яичных желтка, 1 головка чеснока, 2–3 ст. ложки оливок без косточек, 3 ст. ложки измельченных каперсов, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить, соединить с яичными желтками, каперсами и оливками и измельчить с помощью миксера или кухон-

ного комбайна. Затем, вводя в эту смесь маленькими порциями масло, соль и молотый перец, взбить соус до получения кремообразной массы.

Использовать к холодным блюдам из мяса и рыбы, а также к салатам с мясом и рыбой.

Соус к макаронам



$\frac{3}{4}$ стакана оливкового масла, 4 пучка зелени петрушки, 4 зубка чеснока, 1 ч. ложка каперсов, 4–8 анчоусов, молотый черный перец и соль по вкусу.

Анчоусы разделить на филе. Чеснок почистить, соединить с крупно нарезанной петрушкой, каперсами и рыбным филе и измельчить с помощью миксера или кухонного комбайна. Затем добавить оливковое масло, тщательно перемешать миксером, посолить, поперчить.

Подавать к макаронам.

ГРИБНЫЕ СОУСЫ

Грибной соус



200 г свежих белых грибов или шампиньонов, 1 стакан воды, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Грибы почистить, вымыть, опустить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, посолить и варить в течение 15–20 минут до мягкости. Готовые грибы вынуть шумовкой и нарезать соломкой, а отвар процедить.

В глубокой сковороде, сотейнике или кастрюле из муки и масла приготовить белую жировую заправку, соединить ее с грибным отваром и грибами, посолить и довести до кипения. Затем добавить в соус лавровый лист и молотый перец и варить еще 5–7 минут, после чего вынуть лавровый лист.

Подавать к блюдам из картофеля, круп, бобовых, макаронных изделий, мяса и рыбы, а также использовать в качестве основы для приготовления других грибных соусов.

Грибной соус с луком

I вариант



8–9 сушеных или 150–200 г свежих белых грибов или шампиньонов, 2½ стакана воды, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сливочного или топленого масла, 2 луковицы, 1 лавровый лист, соль по вкусу.

Сушеные грибы ошпарить кипятком, чтобы смыть пыль, залить холодной водой, оставить на 2–3 часа, а потом в этой же воде сварить до мягкости. Свежие грибы почистить, вымыть, залить холодной водой и варить в течение 20–25 минут. Отваренные грибы вынуть и нарезать небольшими кусочками, а отвар процедить.

Из муки и половины масла приготовить жировую красную мучную заправку, развести ее горячим грибным отваром, тщательно перемешать, чтобы не было комков, и варить при слабом кипении 15–20 минут.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в оставшемся масле до золотистого оттенка. Затем всыпать вареные грибы, перемешать, поджарить, положить в соус, посолить и прокипятить.

Подавать к картофельным и крупяным котлетам, картофельному рулету, пирожкам и овощным запеканкам.

В этот соус, приготовленный из сушеных грибов, можно одновременно с солью добавить две столовые ложки сахара и полученный сладкий соус подать к жареному мясу и дичи.

II вариант



200 г свежих грибов, 2 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка муки, ½ стакана грибного бульона, молотый черный перец и соль по вкусу.

Очищенный лук измельчить. Грибы почистить, вымыть, очень мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым маслом, добавить лук и, помешивая, обжарить до готовности.

Из муки приготовить белую безжировую заправку, развести ее грибным бульоном и тщательно перемешать, чтобы не было комков.

В полученный соус добавить грибы с луком, перемешать, посолить, поперчить и довести до кипения.

Подавать к блюдам из жареного мяса, птицы и дичи, из картофеля, круп и макаронных изделий.

Грибной соус со сливками и вином



150 г свежих шампиньонов, 1 стакан воды, 1 луковица, 1½ ч. ложки муки, 1½ ст. ложки растопленного сливочного масла, ½ стакана белого или красного сухого вина, 1 ч. ложка уксуса или 1 ст. ложка лимонного сока, ½ стакана сливок, 1 сырой яичный желток, молотый черный перец и соль по вкусу.

Шампиньоны почистить, вымыть, сложить в кастрюлю, залить холодной водой и варить в течение четырех-пяти минут, после чего вынуть и нарезать ломтиками, а бульон процедить. Очищенный лук нарезать четвертькольцами, высыпать в глубокую сковороду или сотейник с разогретым маслом, добавить грибы и, помешивая, тушить 20–25 минут.

Тем временем приготовить безжировую белую заправку, всыпать ее в посуду с шампиньонами, перемешать, влить грибной бульон и довести до кипения. Полученный соус посолить, поперчить, влить вино и уксус или лимонный сок и варить еще 3–5 минут.

Сливки хорошо перемешать с яичным желтком и заправить этой смесью готовый соус.

Подавать к блюдам из отварной рыбы, отварного и жареного мяса, картофеля, риса, а также к блинчикам с несладкими начинками.

Грибной соус с шампиньонами



3 пол-литровые банки шляпок свежих шампиньонов, 2 ст. ложки горошин черного перца, 3 ч. ложки горошин душистого перца, соль по вкусу.

Шампиньоны почистить, вымыть, отрезать шляпки (ножки использовать для приготовления других блюд), выложить послойно в кастрюлю, посыпая каждый слой солью, и дать постоять 2–3 часа, чтобы грибы просолились и стали более податливыми. После этого раскрошить грибы руками и оставить на двое суток, ежедневно перемешивая их и кроша. Подготов-

ленные шампиньоны вместе с образовавшейся жидкостью поместить в банку, добавить черный и душистый перец, поставить банку в кастрюлю с кипящей водой и варить так в течение двух часов. Затем банку вынуть, отвар осторожно процедить через сито в чистую посуду и варить при очень слабом кипении еще 30 минут.

Для получения более густого, так называемого «двойного», соуса кипятить его, пока количество жидкости не уменьшится наполовину. Такой соус лучше хранится и используется в меньшем количестве.

Готовый соус перелить в чистую банку, накрыть крышкой и оставить в прохладном месте на ночь. Затем еще раз аккуратно, чтобы не задеть осадок, процедить через многократно сложенную марлю в чистую посуду, добавить по одной столовой ложке бренди на каждые пол-литра соуса и оставить в прохладном месте еще на сутки. После этого соус разлить в пол-литровые банки с завинчивающимися крышками, предварительно ополоснутые спиртом, плотно закрыть (обычные банки укупорить) и хранить до использования в холодильнике, на нижней полочке. Если соус плохо закупорен, он быстро испортится.

Использовать в качестве приправы к овощным и мясным рагу, супам, рыбе, мясу или птице, а также для ароматизации и придания грибного вкуса другим соусам.

Грибной соус со сметаной



4–5 сушеных грибов, 1 стакан воды, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, ½ стакана сметаны, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Грибы облить кипятком, чтобы смыть пыль, залить холодной водой, дать постоять 3–4 часа, а потом в этой же воде сварить. Готовые грибы вынуть и нарезать соломкой, а отвар процедить.

Из муки и масла приготовить жировую белую заправку, развести ее горячим грибным бульоном и размешать, чтобы не было комков. Полученную смесь соединить с грибами, довести до кипения и варить в течение 15–20 минут. Затем влить сметану, перемешать, посолить, снова довести до кипения, поперчить, положить лавровый лист и варить еще 3–5 минут.

Подавать, вынув лавровый лист, к горячим блюдам из картофеля, мяса и птицы.

Грибной соус со сливками к спагетти



400 г любых свежих грибов, 2 луковицы, 2 ст. ложки топленого или оливкового масла, 1 стакан сливок, 2 ч. ложки измельченного базилика, 1 ч. ложка соли, молотый черный перец по вкусу.

Очищенный лук ополоснуть, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, обжарить до золотистого оттенка.

Тем временем грибы почистить, нарезать на небольшие кусочки, соединить с луком и жарить, пока из них не выпарится вся жидкость. Затем грибы посолить, поперчить, влить сливки, всыпать базилик и, помешивая, тушить до получения густого соуса.

Грибной соус с молоком



100 г свежих грибов, $\frac{1}{2}$ стакана воды, 1 стакан молока, 1 луковица, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка уксуса, $\frac{1}{3}$ ч. ложки тмина, соль по вкусу.

Очищенные грибы вымыть и нарезать соломкой. Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом масле до бледно-желтого оттенка. Затем добавить грибы, соль, тмин, накрыть крышкой и, периодически помешивая, тушить до мягкости.

Из муки приготовить белую безжировую заправку, развести ее молоком и водой и тщательно перемешать, чтобы не было комков. После этого соединить ее с грибами и луком, довести до кипения, проварить 3–5 минут, посолить, добавить уксус и зелень петрушки и снова перемешать.

Подавать к блюдам из мяса и птицы.

Грибной соус со сметаной и зеленью



3 ст. ложки сушеных грибов, 3 стакана грибного бульона, 3 луковицы, 1 пучок зелени петрушки и укропа, $\frac{1}{2}$ ст.

ложки растительного или растопленного сливочного масла, $\frac{1}{2}$ ст. ложки муки, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, соль по вкусу.

Грибы вымочить в холодной воде в течение двух-трех часов. Лук почистить, ополоснуть, мелко нарезать, сложить в кастрюлю, добавить измельченную зелень и грибы вместе с жидкостью и варить до готовности. Затем грибы вынуть и нарезать небольшими кусочками, а бульон процедить.

Из муки и масла приготовить белую жировую заправку, развести ее горячим грибным бульоном, прокипятить 5–10 минут и процедить. В полученную жидкость добавить вареные грибы, сметану, соль, перемешать и довести до кипения.

Подавать к жареному мясу, гусю, утке, картофельным, рыбным и рисовым котлетам.

Грибной соус со сметаной и луком



5–6 сушеных грибов, $\frac{1}{2}$ стакана воды, 4–5 луковиц, 4 ст. ложки муки, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 4 ст. ложки сливочного масла, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Грибы залить холодной водой, дать разбухнуть в течение трех-четырех часов, затем сварить в этой же воде, вынуть и нарезать брусочками, а бульон процедить. Лук почистить, ополоснуть, нарезать четвертькольцами и обжарить в разогретом масле до золотистого цвета. Затем добавить грибы, перемешать, посыпать мукой и обжаривать еще 5–7 минут. После этого влить грибной бульон, довести до кипения и варить на слабом огне 15–20 минут.

В готовый соус добавить сметану, соль, молотый перец и лавровый лист и довести до кипения.

Подать к отварной рыбе.

Грибной соус с льезоном



200–250 г свежих грибов, 2 ст. ложки растительного или сливочного масла, $\frac{1}{3}$ стакана овощного отвара, 2–3 вареных яичных желтка, $\frac{3}{4}$ стакана сметаны, 1 ч. ложка лимонного сока, жженный сахар и соль по вкусу.

Грибы почистить, вымыть, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым маслом и поджарить до готовности. Затем влить овощной отвар, посолить, проварить 3–5 минут, добавить лимонный сок и перемешать.

Вареные желтки растереть со сметаной до однородного состояния, ввести в грибной соус, подкрасить жженым сахаром, снова перемешать и довести почти до кипения.

Подавать к горячим мясным, рыбным и овощным закускам.

Грибной соус с томатом



1 стакан грибного соуса, 1½ ст. ложки томатной пасты, 2 ч. ложки подсолнечного или сливочного масла, 3 горошины черного перца, 1 маленький лавровый лист.

Томатную пасту выложить в сковороду с разогретым маслом, слегка обжарить, соединить с грибным соусом, добавить перец горошком и лавровый лист и, помешивая, варить 10–15 минут.

Подавать к картофельному рулету, картофельным и крупяным котлетам, биточкам, крокетам.

Грибной соус с луком и томатом



500 г свежих или 8–9 сушеных грибов, 2½ стакана воды, 3 луковицы, ½ ч. ложки муки, 2–3 ст. ложки томатной пасты, 3 ст. ложки топленого или растительного масла, 1 ст. ложка сметаны, соль по вкусу.

Свежие грибы почистить, вымыть, залить холодной водой и варить 20–25 минут, после чего мелко нарезать. Сушеные грибы ошпарить кипятком, затем залить двумя стаканами холодной воды, дать разбухнуть в течение двух-трех часов, а потом сварить в этой же воде до мягкости и измельчить. Грибной бульон процедить.

Лук почистить, ополоснуть, мелко нарезать, высыпать в сковороду с двумя столовыми ложками разогретого масла и, помешивая, поджарить до золотистого оттенка. Затем добавить томат-пасту, грибы и, периодически мешая, жарить на слабом огне еще 8–10 минут.

Из оставшегося масла и муки приготовить жировую белую заправку. Грибы с луком всыпать в горячий грибной бульон, до-

вести до кипения, добавить мучную заправку и варить на слабом огне 10–12 минут.

Готовый соус посолить, заправить сметаной, перемешать и снова довести до кипения.

Подавать к картофельным и рисовым котлетам, отварному картофелю и рису.

Грибной соус с томатом и майонезом



250 г белых грибов или шампиньонов, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 луковица, ½ стакана белого сухого вина, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 стакан майонеза «Раковый» или «Томатный», 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, ¼ ч. ложки молотого черного перца, соль по вкусу.

Очищенный лук ополоснуть и измельчить.

Грибы почистить, вымыть, мелко нарезать, сложить в сотейник с разогретым оливковым маслом и, помешивая, обжарить. Затем добавить лук, обжарить его до золотистого оттенка, уменьшить огонь, влить вино и тушить соус, пока жидкость не выпарится наполовину. После этого снять сотейник с огня, положить в него томатную пасту, майонез и молотый перец, тщательно перемешать до однородного состояния и кипятить соус еще 5 минут. Затем добавить сливочное масло, зелень петрушки и соль и снова перемешать.

Подавать к блюдам из курицы или телятины.

Грибной соус с томатом и чесноком



100 г свежих белых грибов, 1 стакан рыбного бульона, 1 ст. ложка муки, 4 ст. ложки топленого масла, 1 морковь, ½ корня сельдерея, 1 луковица, ½ стакана томата-пюре, 1½ ст. ложки белого сухого вина, ½ ч. ложки сахара, 2–3 зубка чеснока, 1 лавровый лист, ½ ч. ложки лимонной кислоты или 1 ч. ложка лимонного сока, 3 горошины черного перца, соль по вкусу.

Из муки и такого же количества топленого масла приготовить жировую белую заправку, развести ее горячим рыбным бульоном, тщательно размешивая, чтобы не было комков, и довести до кипения.

Лук, морковь и сельдерей почистить, вымыть, измельчить и поджарить в половине оставшегося масла. Затем добавить томат-пюре, потушить 3–5 минут, соединить с бульоном и варить в течение 25–35 минут.

Тем временем грибы почистить, вымыть, измельчить и поджарить в оставшемся масле.

Соус посолить, добавить перец горошком, лимонную кислоту, сахар, лавровый лист и вино, перемешать и процедить через сито, протирая овощи. После этого соус вскипятить, положить в него жареные грибы и варить еще 15 минут.

В готовый соус положить очищенный и пропущенный через чесночницу чеснок.

Подавать к отварной и жареной рыбе.

Грибной соус с чесноком



150 г свежих грибов, 1½ стакана воды, 3 ст. ложки растительного масла, 3–4 зубка чеснока, ½ ч. ложки уксуса или лимонного сока, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Свежие грибы почистить, вымыть, опустить в кастрюлю с холодной подсоленной водой и варить в течение 20–25 минут, после чего вынуть и нарезать ломтиками, а бульон процедить.

Очищенный чеснок натереть на терке или пропустить через чесночницу, растереть с солью и растительным маслом и перемешать с грибами. Полученную массу залить остывшим грибным отваром, добавить уксус, перец, лавровый лист, соль и перемешать.

Подать к холодным мясным или овощным блюдам.

Грибной соус с черносливом и изюмом



1 стакан грибного соуса, 3–5 шт. чернослива, ½ ст. ложки изюма, 5 ч. ложек сахара, 3 ч. ложки томатной пасты.

Изюм промыть и обсушить. Чернослив вымыть, залить на 5–10 минут кипятком, слить, освободить от косточек и нарезать крупными кусочками.

Томатную пасту прогреть в сковороде, положить в грибной соус (приготовление см. в рецепте «Грибной соус»), добавить

изюм, чернослив и сахар и кипятить соус в течение 10–15 минут.

Подавать к картофельным и крупяным котлетам, биточкам и крокетам.

Грибной соус с тыквой и мандаринами



100 г свежих шампиньонов, 700 г свежей тыквы, 3 стакана белого бульона, 4 мандарина, 2 ст. ложки красного вина, 3 ст. ложки тертого сыра, молотый черный перец и соль по вкусу.

Грибы почистить, вымыть и мелко нарезать.

Тыкву очистить от кожуры и семян, ополоснуть, нарезать небольшими кубиками, четверть отложить, а остальную опустить в кастрюлю, залить белым бульоном (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив») и разварить в пюре. Полученную массу посолить, поперчить и заправить вином.

Грибы и оставшуюся тыкву растереть с помощью миксера или кухонного комбайна, опустить в полученный соус и тушить на слабом огне до мягкости.

Мандарины очистить от кожуры и белых волокон, разобрать на дольки, опустить их в слегка остывший соус и посыпать сверху сыром.

Подавать в соуснике к жареным мясным блюдам.

Грибной соус с лимонным соком



200 г свежих шампиньонов, 1 луковица, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, 1 лимон, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу.

Грибы нарезать ломтиками, лук — соломкой, опустить в кастрюлю, добавить сливочное масло, немного (0,3 л) воды и тушить на слабом огне до готовности; всыпать муку, хорошо перемешать, довести все до кипения, влить сметану, посолить, положить молотый черный перец, лавровый лист и через 5–7 минут снять с огня.

Заправить лимонным соком и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Грибной соус с яблоками



350 г свежих грибов, 2 луковицы, 1 кислое яблоко, 1 стакан сметаны, по 1 ч. ложке измельченной зелени петрушки, укропа и сельдерея, $\frac{1}{3}$ ч. ложки горчицы, уксус и соль по вкусу.

Очищенные грибы вымыть, залить холодной подсоленной водой и варить 20–25 минут, после чего вынуть и нарезать ломтиками, а бульон использовать для приготовления других блюд.

Яблоко вымыть, очистить от кожуры и сердцевины и нарезать небольшими кубиками или тонкой соломкой. Лук почистить, измельчить, соединить с грибами и яблоком и перемешать.

Сметану размешать с сахаром, солью, горчицей и уксусом, залить этой смесью грибы, посыпать петрушкой, сельдереем и укропом и тщательно перемешать до однородного состояния.

Подавать к холодным закускам, отварному картофелю и кашам.

Грибной соус с вином и салом



200–300 г свежих шампиньонов, 1 ст. ложка топленого масла, 200 г копченого сала, 2 луковицы, 1 стакан красного сухого вина, 2–3 ст. ложки коричневого бульона, мускатный орех на кончике ножа, молотый черный перец и соль по вкусу.

Грибы почистить, вымыть и мелко нарезать. Очищенный лук измельчить, всыпать в глубокую сковороду или сотейник с разогретым маслом, добавить мелко нарезанное сало и грибы, влить бульон и вино, добавить соль, молотый перец и мускатный орех и, периодически помешивая, варить на слабом огне в течение часа.

Подавать к блюдам из тушеного риса и макаронных изделий.

Соус с маринованными грибами и каперсами



100 г маринованных грибов, 4 яйца, $\frac{1}{2}$ стакана сливок, 1 лимон, 2 ст. ложки измельченных каперсов, соль по вкусу.

Очищенные грибы вымыть, нарезать ломтиками, опустить в кипящую подсоленную воду, добавить каперсы и варить 20–

25 минут, после чего откинуть на сито, чтобы стекла вода. Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок и процедить его.

Яйца хорошо взбить, влить сливки, добавить лимонную цедру, поставить на водяную баню и взбивать до загустения. Затем ввести лимонный сок и грибы с каперсами, посолить и перемешать.

Подавать к блюдам из отварного картофеля, отварной птицы и рыбы.

СОУСЫ С ВИНОМ

Винный соус



1 стакан белого вина, $\frac{3}{4}$ стакана воды, 2 сырых яичных желтка, 2 ст. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ ч. ложки картофельной муки или крахмала.

Яичные желтки растереть с сахаром и разведенной в небольшом количестве холодной воды картофельной мукой до однородного состояния. Затем постепенно влить подогретое вино и, тщательно помешивая, варить на умеренном огне до загустения, не давая закипеть.

Готовый соус снять с огня и размешивать, пока не остынет. Подавать к отварной птице, телятине и рыбе.

Винный соус со сливками к рыбе



1 стакан сухого белого вина, 1 маленькая луковица, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого мускатного ореха, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, $\frac{3}{4}$ стакана рыбного бульона, $\frac{1}{2}$ стакана сливок, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, 1 маленький лавровый лист, 3 горошины черного перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли, молотый черный перец по вкусу.

Лук почистить, измельчить, положить в кастрюлю, залить вином, добавить перец горошком, лавровый лист и мускатный орех и варить, пока жидкость не выпарится наполовину, после чего процедить.

Из одной столовой ложки сливочного масла и муки приготовить белую жировую заправку, влить в нее тонкой стружкой,

непрерывно размешивая, рыбный бульон и сливки и, не прекращая мешать, довести смесь до кипения.

В полученную массу добавить соль, молотый перец и уксус, влить горячее вино и варить соус еще 5 минут.

В готовый соус положить нарезанное кусочками сливочное масло и размешать.

Подавать к отварной и запеченной рыбе.

Винный соус с анчоусами



½ стакана белого вина, ½ стакана рыбного бульона, 8–10 яичных желтков, 4–5 анчоусов, 125 г сливочного масла, 3–5 ст. ложек муки, 2½ ч. ложки горчицы.

Анчоусы ополоснуть, разделить на филе и мелко нарезать. Яичные желтки растереть добела.

Из муки и такого же количества масла приготовить жирную белую заправку, развести ее горячим рыбным бульоном, размешивая, чтобы не было комков, и довести до кипения. Затем добавить оставшееся масло, яичные желтки, горчицу и анчоусы, влить вино и хорошо перемешать.

Полученному соусу дать постоять 3–5 минут и протереть через сито или превратить в однородную массу с помощью миксера или кухонного комбайна.

Подавать к холодным закускам из рыбы или отварного мяса.

Винный соус к рыбе



2 стакана белого сухого вина, ½ стакана белого столового вина, 10 зубков чеснока, 1 стакан белого винного уксуса, 12–14 анчоусов, ½ ч. ложки мускатного цвета, ½ ч. ложки молотого имбиря, 2–3 бутона гвоздики, 1 ст. ложка молотого черного перца, 1 ч. ложка измельченной лимонной цедры, 2–3 ст. ложки тертого хрена, молотый мускатный орех на кончике ножа.

Чеснок почистить, мелко нарезать или пропустить через чесночницу, залить уксусом и оставить.

Анчоусы вымыть, нарезать на кусочки, опустить в кипящее столовое вино и дать им полностью развариться, после чего остудить и соединить с уксусом.

В сухое вино всыпать мускатный цвет, имбирь, гвоздику, молотый перец, довести до кипения и остудить. Когда вино почти остынет, добавить в него мускатный орех, лимонную цедру и хрен, хорошо размешать и соединить с уксусом.

Полученный соус перелить в банку, плотно закрыть и дать настояться в течение нескольких суток, перемешивая его 1–2 раза в день.

Подавать к блюдам из отварной рыбы.

Винный соус с болгарским перцем



½ стакана белого сухого вина, 2 сладких болгарских перца, 2–3 ст. ложки мясного сока, молотый черный перец и соль по вкусу.

Сладкий перец ополоснуть, нарезать тонкими кольцами вместе с семенами, выложить в глубокую сковороду или сотейник с мясным соком (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив»), влить вино, добавить соль и молотый перец и тушить смесь на слабом огне до мягкости перца. Готовый соус протереть через сито и довести почти до кипения.

Подавать к блюдам из отварной фасоли, гороха, бобов.

Винный соус с лимоном



1 стакан белого вина, 3 яйца, 3 ч. ложки сахара, ½ ч. ложки лимонной цедры, сок из ½ лимона, ¼ ч. ложки соли.

Яйца растереть с солью и сахаром, добавить вино, лимонный сок и цедру, размешать и хорошо взбить массу венчиком. Затем поставить соус на водяную баню и, нагревая на слабом огне, взбивать до загустения.

Подавать в горячем или теплом виде к блюдам из птицы или макаронных изделий.

Винный соус с имбирем



¼ стакана десертного вина, 1 ст. ложка молотого имбиря, 1 ч. ложка растительного масла, 1–2 стакана куриного бульона, 2–3 ст. ложки крахмала, 1–2 ст. ложки измельченной зелени петрушки или кинзы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Имбирь высыпать в сковороду с хорошо разогретым маслом и, помешивая, слегка поджарить. Затем добавить зелень, соль и молотый перец, влить теплый бульон с разведенным в нем крахмалом и довести до кипения. После этого в соус влить вино и нагреть, не доводя до кипения.

Подавать в горячем или теплом виде к блюдам из птицы или макаронных изделий.

Соус винный со сладким перцем



1 стакан белого сухого вина, 4 ст. ложки оливкового или рафинированного подсолнечного масла, 4 ст. ложки смальца, 6–8 сладких болгарских перцев красного цвета, 10–12 зубков чеснока, $\frac{1}{2}$ стакана муки.

Сладкий перец очистить от семян, промыть, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым растительным маслом и смальцем и, помешивая, тушить до мягкости. Затем добавить очищенный и измельченный чеснок и тушить еще две-три минуты. После этого влить вино, проварить одну-две минуты, всыпать при постоянном размешивании муку и, часто помешивая, варить соус на слабом огне еще 10 минут.

Подавать к рыбе, особенно этот соус хорош к жареной камбале.

Винный соус с грибами



$\frac{3}{4}$ стакана красного вина, 2 стакана мясного бульона, 100 г сливочного масла, 1 луковица, $\frac{1}{2}$ моркови, 1 корень сельдерея, 100 г свежих грибов, 2 ст. ложки муки, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 лавровый лист, соль по вкусу.

Лук, морковь и сельдерей почистить, вымыть, измельчить и, помешивая, жарить в трети сливочного масла до мягкости.

Очищенные грибы промыть, мелко нарезать и обжарить во второй трети сливочного масла.

Из муки и остального масла приготовить белую жировую заправку, развести ее горячим бульоном, размешать, добавить обжаренные овощи, вино и лавровый лист и варить при слабом кипении в течение 15 минут.

Затем влить лимонный сок, добавить грибы и соль и довести соус до кипения.

Подавать в горячем виде к дичи и маринованной или тушеной баранине.

Винный соус с орехами



1 стакан белого или красного вина, 1 стакан воды, 3 ст. ложки сахара, 1 ч. ложка крахмала, 2 ст. ложки очищенных грецких орехов, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа.

Орехи высыпать на сухую сковороду, поджарить, остудить и измельчить.

Крахмал растворить в небольшом количестве холодной воды.

Вино развести остальной водой, добавить сахар и довести смесь до кипения. Затем, быстро размешивая, тонкой струйкой влить крахмальный раствор, добавить лимонный сок или кислоту и орехи и хорошо перемешать.

Подавать к запеканкам, пудингам, суфле.

Винный соус с мятой



2 ст. ложки белого вина, $\frac{1}{2}$ стакана измельченной мяты, 2–3 ст. ложки сахара, $\frac{2}{3}$ стакана воды.

Измельченную мяту залить вином и водой, добавить сахар и дать соусу настояться в течение трех часов.

Подается к блюдам из жареного мяса.

Винный соус с апельсинами



1 стакан белого портвейна, $\frac{1}{2}$ стакана апельсинового сока, $\frac{1}{2}$ ч. ложки измельченного чабра, 2 ч. ложки картофельной муки, 1 стакан белого мясного бульона, 2 ч. ложки тертой апельсиновой цедры, соль по вкусу.

Вино соединить с апельсиновым соком, всыпать чабер и варить при слабом кипении, пока жидкость не выпарится наполовину. Картофельную муку развести теплым белым бульоном и, непрерывно помешивая, тонкой струйкой влить в кипя-

шую винную смесь. Соус довести на слабом огне до кипения, всыпать апельсиновую цедру, проварить 5 минут и посолить.

Подавать к блюдам из отварной рыбы, телятины и птицы.

Винный соус с яблоками



1 стакан белого вина, 7–8 антоновских яблок, 1½ стакана воды, 1½ стакана сахара, 1 лимон, ½ ч. ложки тертого мускатного ореха.

Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок.

В кастрюлю с водой всыпать сахар и цедру, влить лимонный сок, довести до кипения, добавить мускатный орех и сварить сироп.

Вымытые яблоки нарезать на дольки, удаляя сердцевину, залить сахарным сиропом, закрыть крышкой и варить в течение 10–15 минут, после чего протереть через сито.

Полученное пюре варить до консистенции сметаны, затем влить вино, размешать и довести соус до кипения.

Подается к жареному гусю и утке.

Кисло-сладкий винный соус



1 стакан красного вина, 1 стакан мясного бульона, 2 луковицы, 3 ст. ложки растительного масла или маргарина, 4 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложка яблочного пюре, 1 ст. ложка горчицы.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом масле или маргарине до мягкости. Затем влить мясной бульон и томат-пюре, прокипятить и протереть через сито.

В полученную массу добавить вино, горчицу и яблочное пюре, соус размешать и довести до кипения.

Подавать к блюдам из баранины.

Китайский винный соус



¾ стакана белого вина, 2 ст. ложки уксуса, 1¾ стакана воды, 1 ст. ложка крахмала, 2 ст. ложки томатной пасты, 1–3 зубка чеснока, ¼ ч. ложки молотого имбиря,

1 ст. ложка сахара, ½ ч. ложки корицы, 7 бутонов гвоздики, молотый черный перец и соль по вкусу.

Крахмал развести небольшим количеством холодной воды. Очищенный чеснок измельчить.

В посуду с остальной водой влить вино и уксус, смесь подогреть, добавить чеснок, имбирь, сахар, корицу и гвоздику и варить соус в течение 30 минут, после чего процедить через сито.

Затем в соус, постоянно размешивая, влить тонкой струйкой крахмальный раствор, ввести томатную пасту, соль и молотый перец и хорошо перемешать.

Подается к блюдам из свинины, баранины или птицы.

Соус винный с цитрусовыми



4 ст. ложки десертного красного вина, 1 апельсин, 1 лимон, 4 ст. ложки воды, 2 ст. ложки желе из красной смородины, 2 ст. ложки винного уксуса, ½ ст. ложки горчицы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лимон и апельсин вымыть, вытереть, снять с них острым ножом цедру, залить ее водой и варить в течение пяти минут, после чего протереть через сито.

Из апельсиновой и лимонной мякоти выжать сок, процедить его, соединить с вином, уксусом, смородиновым желе, цедрой, горчицей, солью и молотым перцем, довести до кипения и варить в течение трех минут.

Готовый соус охладить.

Подавать к блюдам из отварного, жареного и тушеного мяса, птицы и дичи.

МОЛОЧНЫЕ СОУСЫ

Молочный соус



Для жидкого соуса: ¾ стакана молока, 1½ ч. ложки муки, 1 ст. ложка растопленного сливочного масла, соль по вкусу.

Для соуса средней густоты: ⅔ стакана молока, 1 ст. ложка муки, 4 ч. ложки растопленного сливочного масла, соль по вкусу.

Для густого соуса: $\frac{2}{3}$ стакана молока, 3 ч. ложки муки, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки растопленного сливочного масла, соль по вкусу.

Молочный соус любой густоты готовится одинаково: из муки и сливочного масла приготовить белую жировую заправку, затем, непрерывно размешивая, ввести в нее тонкой струйкой горячее молоко, посолить, довести до кипения и варить соус в течение 5–7 минут.

Жидкий молочный соус подается к горячим блюдам из овощей и круп. Молочный соус средней густоты используется для запекания овощей, мяса и рыбы, а густой — для фаршировки котлет из филе кур или дичи, крокетов и т. п.

Голландский молочный соус



1 стакан молока, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 2 ч. ложки муки, 1–2 сырых яичных желтка, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 мускатный орех, соль по вкусу.

Из муки и половины масла приготовить белую жировую заправку и, хорошо размешивая, развести ее горячим молоком.

Оставшееся масло или маргарин нарезать небольшими кусочками и растереть добела с яичными желтками. В полученную смесь добавить немного воды и, непрерывно помешивая, слегка нагреть до загустения. После этого снять соус с огня и, не прекращая мешать, влить молочную смесь, добавить тертый мускатный орех и лимонный сок и хорошо перемешать.

Подавать к овощным блюдам, кашам, крупяным и макаронным запеканкам и пудингам.

Молочный соус с арахисом



$\frac{2}{3}$ стакана молока, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка обжаренного измельченного арахиса, соль по вкусу.

Из муки и сливочного масла приготовить белую жировую заправку, немного ее остудить и, быстро размешивая, развести кипящим молоком. После этого соус посолить, прокипятить 5 минут, добавить молотые орехи и перемешать.

Подается к жареным блюдам из свинины, баранины и птицы.

Молочный соус на капустном отваре



½ стакана молока, 2 стакана капустного отвара, 1 маленькая луковица, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка муки.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом масле до мягкости. Затем всыпать муку и, продолжая мешать, жарить до золотистого оттенка. После этого постепенно, небольшими порциями добавить капустный отвар и молоко и тушить соус до загустения.

Готовый соус посолить и довести до кипения.

Подавать к отварным мясным блюдам, кашам и макаронам.

Молочный соус с каперсами



1 стакан молока, 1 стакан бульона из баранины, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 3½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка каперсов, 1 ч. ложка уксуса, молотый черный перец и соль по вкусу.

Молоко соединить с бульоном, размешать и довести почти до кипения. В это время из муки и сливочного масла или маргарина приготовить белую жировую заправку, немного ее остудить и, постоянно помешивая, развести горячей молочной смесью. Полученный соус прокипятить в течение трех минут, посолить, поперчить, добавить каперсы и уксус и перемешать.

Подавать в горячем виде к мясным блюдам.

Молочный соус с майораном



1 стакан молока, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка измельченного майорана, ¼ ч. ложки соли.

Из муки приготовить белую безжировую заправку, слегка ее остудить и перемешать с маслом до однородного состояния. Полученную смесь, непрерывно размешивая, развести горячим молоком и кипятить в течение 15 минут на небольшом огне.

В готовый соус добавить майоран, сметану и соль и хорошо перемешать.

Подается к жареной баранине и свинине.

Молочный соус с жареным луком



½ стакана молочного соуса средней густоты, 1 луковица, 1 ч. ложка сливочного масла, 2 ст. ложки мясного бульона, молотый красный перец и соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить, высыпать в сковороду или сотейник и, помешивая, обжарить в разогретом масле до прозрачности. Затем влить туда же бульон, накрыть крышкой и тушить лук до мягкости. Полученную массу соединить с горячим молочным соусом, размешать и варить в течение 5–7 минут.

Готовый соус посолить, поперчить, размешать, протереть через сито и хорошо нагреть, не доводя до кипения.

Подается к жареной баранине и жареным изделиям из рубленого мяса (котлетам, биточкам и т. п.).

Молочный соус с отваром шиповника



1 стакан молока, 2 ст. ложки сушеного шиповника, 1–1½ стакана воды, 2 ч. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 сырых яичных желтка, цедра с ½ лимона, соль по вкусу.

Шиповник вымыть, залить кипящей водой, накрыть крышкой и варить при слабом кипении в течение 5–10 минут. Готовому отвару дать настояться в течение 12–24 часов и процедить.

Из муки и сливочного масла приготовить белую жировую заправку, развести ее, при постоянном размешивании, кипящим молоком, добавить тертую лимонную цедру и кипятить в течение пяти минут.

Яичные желтки размешать с отваром шиповника, ввести в соус и снова нагреть его, не доводя до кипения.

Подавать к блюдам из овощей, круп, макаронных изделий.

Молочный соус с зеленью



1 стакан молока, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 яичных желтка, сок из одного лимона, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Из муки приготовить белую безжировую заправку, слегка ее остудить и перемешать до однородного состояния со сливоч-

ным маслом. Затем добавить молоко и петрушку, размешать и кипятить на небольшом огне в течение 5–10 минут. Яичные желтки взбить вилкой с лимонным соком, ввести эту массу в соус, посолить и снова взбить.

Подавать к блюдам из отварной птицы, кролика, рыбы.

Молочный соус с пряностями



$\frac{2}{3}$ стакана густого молочного соуса, $\frac{1}{2}$ стакана мясного или рыбного бульона, 1 луковица, 4 сырых яичных желтка, 2–3 ст. ложки майонеза, 1 ч. ложка уксуса, 1 ч. ложка сахара, 2–3 бутона гвоздики, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотой корицы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лук почистить, измельчить, опустить в кипящий мясной или рыбный бульон, добавить гвоздику, корицу и молотый перец и варить при слабом кипении в течение 5–7 минут. Затем соединить бульон с густым молочным соусом, прокипятить, процедить, снова довести до кипения и охладить.

Яичные желтки растереть с солью и сахаром, развести их майонезом и уксусом, хорошо размешать и ввести эту массу в готовый соус.

Подавать в холодном виде к отварному холодному мясу и птице, холодным рыбным блюдам, вареным яйцам.

Молочный соус с сыром



1 стакан молочного соуса средней густоты, $\frac{3}{4}$ стакана тертого твердого сыра, сок из $\frac{1}{2}$ лимона, соль по вкусу.

Натертый на крупной терке сыр опустить в горячий молочный соус и, помешивая, варить в течение 7–10 минут. В готовый соус добавить лимонный сок и соль и хорошо перемешать.

Подавать к блюдам из жареного мяса.

Молочный соус с мясным фаршем



2 стакана молока, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки растопленного сливочного масла, 3 ст. ложки мясного фарша, 1 луковица, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 ст. ложка оливкового масла, молотый красный перец и соль по вкусу.

Лук и коренья почистить, измельчить, залить небольшим количеством кипящего молока, накрыть крышкой и сварить до мягкости.

Фарш выложить на сковороду, влить немного воды и, периодически мешая, тушить под крышкой до готовности.

Из муки приготовить белую безжировую заправку, слегка ее остудить, развести небольшим количеством теплого молока, хорошо размешать, чтобы не было комков, влить остальное молоко и довести смесь до кипения. После этого соус посолить, добавить в него нарезанное кусочками масло и томить на самом слабом огне в течение 10 минут. Затем ввести фарш, овощи, оливковое масло и молотый перец, хорошо перемешать и прогреть, не доводя до кипения.

Подается к макаронам и рисовому супу-ризотто.

Молочный соус с томатной пастой



1 стакан молочного соуса средней густоты, 2 ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Томатную пасту выложить в сковороду с разогретым маслом и, помешивая, обжаривать, пока жир не приобретет оранжевый цвет.

Полученную массу ввести в молочный соус средней густоты и перемешать.

Подается к яйцам, мясным, рыбным и овощным котлетам.

Молочный соус с креветками



1½ стакана жидкого молочного соуса, 75 г очищенных отварных креветок, ½ ч. ложки молотого кайенского перца, соль по вкусу.

В жидкий молочный соус добавить крупно нарезанные креветки и молотый перец, при необходимости посолить, перемешать и подогреть почти до кипения.

Подавать в горячем виде к блюдам из рыбы, морепродуктов, овощей и круп.

Соус бешамель



2 стакана молока или 1½ стакана мясного или рыбного бульона и ½ стакана сметаны, 3 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки муки, ½ ч. ложки соли, молотый душистый перец и тертый мускатный орех по вкусу.

Из муки и масла приготовить белую жировую заправку и, хорошо размешивая, развести ее горячим молоком или бульоном (в зависимости от блюда, к которому готовится соус). Полученную смесь вскипятить и варить в течение 10–20 минут, пока соус не загустеет. После этого бешамель, приготовленный на бульоне, заправить сметаной.

Готовый соус посолить, поперчить, посыпать мускатным орехом, снова вскипятить и процедить.

подавать к блюдам из жареной рыбы, мяса, дичи или использовать в качестве основы для приготовления других соусов.

Соус бешамель с вином и сметаной



1 стакан соуса бешамель, ¼ стакана полусухого белого вина, ½ маленькой луковицы, 1 ст. ложка концентрированного бульона «фюме», ½ стакана сметаны, ¼ ч. ложки лимонного сока, соль по вкусу.

Лук почистить, измельчить, опустить в кипящее вино и варить, пока жидкость не выпарится наполовину. Затем, размешивая, поочередно влить концентрированный бульон, соус бешамель и сметану, довести до кипения и, постоянно мешая, покипятить одну минуту. Готовый соус снять с огня, добавить в него лимонный сок и соль и размешать.

Подается к блюдам из курицы, телятины и дикой птицы.

Соус бешамель с крапивой



1 стакан соуса бешамель, ¼ стакана жирных сливок, 1 кг молодой крапивы, ½ ст. ложки растопленного сливочного масла, сода на кончике ножа, сахар и соль по вкусу.

Крапиву вымыть, опустить в кипящую подсоленную воду с содой, прокипятить 3–5 минут до мягкости, вынуть и измельчить. К полученной массе добавить сахар и сливочное масло и, помешивая, хорошо нагреть. Затем ввести соус бешамель и гу-

стые сливки, посолить, всыпать сахар, размешать и подогреть, не доводя до кипения.

Подается к котлетам, жареной печени, ветчине, жареным мозгам, вареным яйцам.

Соус бешамель с грибами



1 стакан соуса бешамель, 2 ст. ложки сливочного масла, ½ стакана измельченных белых грибов или шампиньонов, ¼ ч. ложки соли.

Мелко нарезанные грибы высыпать в сотейник с разогретым маслом, посолить и обжаривать на сильном огне около пяти минут, чтобы выпарилась вся жидкость. Затем влить соус бешамель, размешать, довести до кипения и посолить.

Подавать к блюдам из яиц, курицы, рыбы.

Соус с мясом крабов



1 стакан соуса бешамель, ½ стакана вареного мяса крабов, креветок или раков, ¼ стакана сметаны или жирных сливок.

Половину мяса крабов, креветок или раков протереть через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна или миксера. Оставшихся крабов нарезать крупными кусочками.

Соус бешамель соединить со сметаной или сливками и, помешивая, нагревать на слабом огне в течение пяти минут, не доводя до кипения. Затем добавить крабовое пюре и мясо крабов, посолить, перемешать и снова хорошо нагреть, не давая закипеть.

Подавать к рыбе и рыбным блюдам.

Соус к рыбе «Нежный»



1½ стакана молока, 2 ч. ложки муки, 2 сырых яичных желтка, 120 г сливочного масла, соль по вкусу.

В кастрюлю всыпать муку, добавить немного молока, хорошо растереть, чтобы не было комков, влить остальное молоко, одну столовую ложку растопленного сливочного масла и хорошо перемешать. Яичные желтки взбить с одной столовой лож-

кой холодного молока. Довести соус до кипения, затем сразу же снять с огня, влить желтки, размешать и снова довести до кипения на среднем огне.

Готовый соус заправить кусочками сливочного масла, взбить и до подачи на стол держать в теплом месте (на водяной бане).

Подавать к блюдам из отварной и тушеной рыбы, к паровым рыбным котлетам.

Хлебный соус



2 стакана молока, 1 луковица, 3 ст. ложки крошек от белого хлеба, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка сливок, 2 бутона гвоздики, $\frac{1}{4}$ ч. ложки тертого мускатного ореха, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли, молотый черный перец на кончике ножа.

Лук почистить, воткнуть в него гвоздику, опустить в кипящее молоко, добавить мускатный орех и варить при слабом кипении в течение получаса. Затем добавить в соус хлебные крошки, соль, молотый перец и половину нарезанного кусочками масла, хорошо перемешать и взбить с помощью вилки.

Полученную массу довести до кипения и, постоянно помешивая, варить на очень слабом огне еще 20 минут. После этого из соуса удалить луковицу, добавить оставшееся масло и сливки и размешать.

Подавать в горячем виде к блюдам из рыбы и мяса.

СОУСЫ ИЗ МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ

Соус с простоквашей и яичными желтками



$\frac{1}{2}$ стакана простокваши, 1 стакан куриного бульона, 1 ч. ложка сливочного масла или маргарина, 1 ч. ложка муки, 1 ч. ложка горчичного порошка, 1 ч. ложка уксуса, 3 яичных желтка, сахар и соль по вкусу.

Из масла и муки приготовить белую жировую заправку и, размешивая, развести ее горячим бульоном. В полученную массу добавить горчицу, уксус и простоквашу и, помешивая, варить на слабом огне в течение трех-пяти минут.

Сырые желтки смешать вилкой с небольшим количеством теплого соуса, осторожно ввести эту смесь в остальной горячий соус и хорошо нагреть его на водяной бане, чтобы он загустел.

Готовый соус заправить солью и сахаром.

Подавать сразу же к блюдам из рыбы или птицы.

Соус для цветной капусты

I вариант



1 стакан кефира, 2 ст. ложки растительного масла, сахар и соль по вкусу.

Кефир соединить с растительным маслом, сахаром и солью и взбить венчиком или миксером до получения однородной массы.

II вариант



2–3 ст. ложки простокваши, 2 ст. ложки муки, 2–3 ст. ложки сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана капустного отвара, 100 г сыра, 2 сырых яичных желтка.

Из муки и сливочного масла приготовить белую жировую заправку, развести ее, размешивая, горячим отваром цветной капусты, добавить тертый сыр и кипятить в течение 5–7 минут. Затем соус снять с огня, влить слегка взбитые с простоквашей желтки и хорошо размешать.

Разобранную на кочешки и сваренную цветную капусту залить любым вариантом соуса.

Соус из простокваши или кефира с зеленью



1 стакан простокваши или кефира, по $1\frac{1}{2}$ ст. ложки измельченного шпината и зеленого лука, 1 ст. ложка измельченной зелени укропа, по 1 ч. ложке измельченной зелени петрушки и сельдерея, сахар и соль по вкусу.

Измельченную зелень соединить с простоквашей или кефиром, солью и сахаром и тщательно перемешать.

Подавать к холодным блюдам из птицы, телятины, кролика, рыбы.

Соус из простокваши или кефира с горчицей



2 стакана простокваши или кефира, 1 ст. ложка сахара, $\frac{1}{2}$ –1 ч. ложка горчицы, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.

Указанные ингредиенты соединить и хорошо взбить с помощью венчика или миксера до получения однородной массы.

Подавать к холодным блюдам из отварного мяса, рыбы, яиц.

Соус из простокваши или кефира с томатом



1 стакан простокваши или кефира, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 ч. ложка острого кетчупа, по 1 ч. ложке измельченной зелени петрушки и укропа, соль по вкусу.

Простоквашу или кефир перемешать до однородного состояния с томатной пастой, острым кетчупом, солью и зеленью.

Подавать к холодным мясным и овощным блюдам.

Соус с йогуртом и яблоком



$\frac{3}{4}$ стакана йогурта, 1 яблоко, 1 ст. ложка измельченных орехов, 1 ч. ложка карри.

Яблоко вымыть, очистить от кожуры и сердцевины и очень мелко нарезать или натереть на крупной терке, залить йогуртом, добавить орехи и карри, хорошо перемешать соус до получения однородной массы и дать ему настояться в течение часа в холодильнике.

Подавать к блюдам из овощей или птицы.

Соус с йогуртом и лимоном



$\frac{3}{4}$ стакана йогурта, цедра с $\frac{1}{2}$ лимона, 2 ст. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки измельченной зелени укропа, соль по вкусу.

Йогурт размешать с лимонным соком, цедрой и укропом, посолить, снова перемешать и поместить на 1–2 часа в холодильник.

Подавать к холодным блюдам из отварной рыбы, крабам, креветкам, цветной капусте.

Соус с йогуртом и горчицей



¾ стакана йогурта, 1 яблоко, 1 маринованный огурец, 1 ст. ложка горчицы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яблоко и огурец очистить от кожуры (яблоко — и от сердцевины), мелко нарезать, соединить с йогуртом и горчицей, посолить, поперчить, тщательно перемешать и дать постоять в холодильнике не менее часа.

Подавать к мясным, овощным блюдам, а также к отварным яйцам.

Зеленый соус с йогуртом



¾ стакана йогурта, ½ стакана зеленого горошка, 1 свежий огурец, 1–2 ст. ложки измельченного зеленого лука или укропа, молотый черный перец и соль по вкусу.

Зеленый горошек, огурец и зеленый лук или укроп измельчить с помощью миксера или кухонного комбайна. Полученную массу соединить с йогуртом, посолить, поперчить, перемешать и дать постоять 1–2 часа в холодильнике.

Подавать к блюдам из рыбы и птицы.

Испанский соус с йогуртом



¾ стакана йогурта, 1 помидор, 8–10 маслин без косточек, 1 зубок чеснока, 1–2 ст. ложки измельченного зеленого лука, молотый черный перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить и мелко нарезать или пропустить через чесночницу. Помидор вымыть, разрезать пополам и натереть на терке.

Маслины измельчить, смешать с чесноком, пюре из помидора, йогуртом, зеленым луком, солью и молотым перцем, хорошо перемешать и поставить на 1–1,5 часа в холодильник.

Подается к шашлыкам, а также к блюдам из овощей и сыра.

Рыбный соус с йогуртом



¾ стакана йогурта, 5 килек или анчоусов, 2 ст. ложки измельченного укропа.

Рыбу разделить на филе, мелко нарезать, соединить с йогуртом и укропом, перемешать до однородного состояния, поместить соус в холодильник и дать ему настояться в течение одного-двух часов.

Подается к блюдам из рыбы, морепродуктов, овощей и макаронных изделий.

Соус с йогуртом и ореховым маслом



4 ст. ложки йогурта, 2 яйца, 2 ч. ложки горчицы, 1 маленькая луковица, 1 ст. ложка орехового масла, 1 пучок зеленого лука, молотый белый перец и соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить, разрезать вдоль пополам, вынуть желтки и растереть их с горчицей. Яичные белки мелко нарезать, смешать с желтками, добавить очищенный и измельченный лук, ореховое масло и йогурт и тщательно перемешать. Полученный соус посолить, поперчить, всыпать измельченный зеленый лук и снова хорошо перемешать.

Подавать к холодному мясу, огурцам, кольраби и мясному фондю.

Мятный соус с йогуртом



1½ стакана йогурта или кефира, 2 ч. ложки крахмала, ½ ч. ложки измельченного чеснока, 2 ч. ложки сухой мяты.

Крахмал развести небольшим количеством воды и размешать, чтобы получилась однородная сметанообразная масса. Затем добавить йогурт и, постоянно помешивая, довести смесь на слабом огне до кипения. После этого всыпать чеснок и мяту и хорошо перемешать.

Подавать к блюдам из рыбы или мяса.

Творожный соус



300 г нежирного творога, 1 стакан растительного масла или ½ стакана сливок или сметаны, сахар и соль по вкусу.

Творог протереть через сито, добавить растительное масло или сметану, сахар и соль и хорошо вымешать до получения однородной массы.

Подавать к блюдам из овощей, круп, макаронных изделий.

Сырный соус с йогуртом и творогом



150 г сыра рокфор, $\frac{2}{3}$ стакана творожной массы или жирного творога, 5 ст. ложек простого йогурта, молотый черный перец и соль по вкусу.

Сыр раскрошить, размять деревянной ложкой, добавить творожную массу и вымешать до однородного состояния. Затем, тщательно перемешивая, небольшими порциями добавить йогурт, хорошо поперчить, при необходимости подсолить и поместить на 2–3 часа в холодильник.

Подавать к грушам, яблокам, винограду или другим сладким фруктам и блюдам из них.

Соус сырный к галетам



100 г сыра рокфор, 3 ст. ложки размягченного сливочного масла, 2–3 ч. ложки коньяка.

Сыр натереть на мелкой терке, добавить коньяк, перемешать и взбивать венчиком или с помощью миксера, пока масса не побелеет и не увеличится в объеме в $1\frac{1}{2}$ –2 раза.

Подавать к блюдам из мяса, птицы, рыбы, круп, макаронных изделий, фруктов.

Сырный соус с уксусом



150 г сыра рокфор, $\frac{1}{4}$ стакана 3%-ного уксуса, по 1 ст. ложке измельченной зелени петрушки и укропа.

Сыр размять вилкой и растереть с уксусом, чтобы получилась однородная масса. Добавить в нее петрушку и укроп и хорошо перемешать.

Подавать к овощным блюдам, мясу и макаронам.

ОРЕХОВЫЕ СОУСЫ

Ореховый соус



1 стакан очищенных грецких орехов, 2 стакана куриного бульона, 2 луковицы, 2–3 сырых яичных желтка, 3 ст. ложки измельченной зелени кинзы, 3 ст. ложки 3%-ного уксуса, 2–4 зубка чеснока, соль по вкусу.

Чеснок почистить, измельчить с помощью терки или чесночницы и растереть с солью, орехами и кинзой до однородного состояния.

Полученную массу постепенно развести уксусом и бульоном, добавляя их небольшими порциями и постоянно размешивая.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить, соединить с ореховой массой, размешать и прокипятить 10 минут.

Яичные желтки взбить, развести тремя-четырьмя столовыми ложками теплого соуса, добавляя его постепенно, а потом тонкой струйкой, непрерывно размешивая, влить эту смесь в горячий соус.

подавать к жареной домашней птице, в том числе куриным окорочкам.

Ореховый соус «Сациви»

I вариант



1 стакан очищенных грецких орехов, 5–6 зубков чеснока, 2 луковицы, 3 ст. ложки растопленного куриного жира, 2–3 ст. ложки винного уксуса, 1½ стакана куриного бульона, 1 небольшой пучок кинзы, 1 ч. ложка хмели-сунели, по ½ ч. ложки гвоздики и корицы, ¼ ч. ложки кориандра, молотый красный перец и соль по вкусу.

Грецкие орехи вместе с кинзой, очищенным чесноком, молотым перцем, кориандром и хмели-сунели пропустить через мясорубку или измельчить в кухонном комбайне, добавляя уксус, чтобы получилась однородная масса.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом жире до золотистого оттенка.

Ореховую массу соединить с луком, хорошо перемешать, влить горячий бульон и снова перемешать.

II вариант



1½–2 стакана очищенных грецких орехов, 4 луковицы, 4 ст. ложки вытопленного куриного жира, 1 ст. ложка муки, 1½ стакана куриного бульона, 2–3 зубка чеснока, по ½ ч. ложки кориандра и молотого черного перца, по ¼ ч. ложки хмели-сунели, шафрана и молотой корицы, 2 бутона гвоздики, 1 ч. ложка винного уксуса или

1 ст. ложка гранатового сока, ½ ч. ложки острого молотого красного перца, соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в половине разогретого куриного жира. Из оставшегося жира и муки приготовить белую жировую заправку, развести ее стаканом холодного бульона, тщательно размешивая, чтобы не было комков, и довести до кипения.

Грецкие орехи растолочь с солью, чесноком, кориандром, красным и черным перцем (можно использовать миксер или кухонный комбайн), развести оставшимся бульоном, размешать, влить в обжаренный лук и, помешивая, тушить в течение 15–20 минут. Затем добавить в соус хмели-сунели и прокипяченный с гвоздикой и корицей уксус или гранатовый сок, размешать, соединить с мучной заправкой и варить на очень слабом огне около 10 минут.

Если соус получился жидким, можно заправить его перед последним нагреванием взбитым яичным желтком.

III вариант



2 стакана очищенных грецких орехов, 2 стакана мясного бульона, ½ стакана растопленного куриного жира, 3 луковицы, 1 ст. ложка муки, 5 сырых яичных желтков, 8–10 зубков чеснока, ½ стакана вина, 1 пучок зелени кинзы, 1 ч. ложка корицы, 2 бутона гвоздики, ¼ ч. ложки красного молотого перца, 1½ ч. ложки хмели-сунели, шафран по вкусу.

Очищенный лук ополоснуть, мелко нарезать и, помешивая, обжарить в курином жире до золотистого оттенка. Затем добавить муку, перемешать, пожарить еще 2–3 минуты, развести горячим бульоном, вводя его постепенно при непрерывном размешивании, и варить 10–15 минут.

Орехи измельчить, соединить с чесноком, кинзой, желтками, вином, специями и пряностями и тщательно перемешать с помощью миксера.

Полученную массу опустить в бульон и, помешивая, нагреть почти до кипения.

Подавать любой из вариантов соуса к жареной и отварной птице, жареной баранине, кролику или рыбе.

Соус «Сацибели»

I вариант



1½ стакана очищенных грецких орехов, ⅓ стакана куриного или рыбного бульона, 5–6 зубков чеснока, ½ стакана сока неспелого винограда или граната, 1–2 ч. ложки молотого красного перца, 1 ч. ложка шафрана, 1 пучок зелени кинзы, соль по вкусу.

Орехи растолочь в ступке или с помощью миксера с молотым перцем, солью, чесноком и кинзой до пастообразного состояния. Затем добавить шафран и постепенно, постоянно растирая смесь, тонкой струйкой влить бульон. После этого так же постепенно добавить виноградный или гранатовый сок.

II вариант



1 стакан очищенных грецких орехов, 3 луковицы, ⅓ стакана винного уксуса, 2 стакана мясного или рыбного бульона либо воды, 4–5 зубков чеснока, по 1 ч. ложке измельченной зелени мяты и кинзы, молотый красный перец по вкусу, 2 ч. ложки соли.

Лук и чеснок почистить и измельчить. Орехи растолочь в пастообразную массу, постепенно добавляя уксус. Затем влить бульон или холодную кипяченую воду, добавить лук, чеснок, соль, молотый перец и зелень и тщательно перемешать.

Подавать оба варианта соуса к жареной или отварной птице или рыбе.

Ореховый соус с анчоусами



1 стакан молотых грецких орехов, 8 анчоусов, 1 стакан растительного масла, 2 ст. ложки горчицы, 2 ст. ложки уксуса, 2 зубка чеснока.

Анчоусы вымыть, разделить на филе и растолочь его в ступке или пропустить через мясорубку.

В полученную массу добавить по очереди орехи, измельченный чеснок и горчицу, перемешать и постепенно, маленькими порциями добавляя растительное масло, взбить соус до однородного состояния. Готовый соус заправить уксусом

Подавать к холодным закускам.

Ореховый соус с гранатовым соком

I вариант



1½ стакана очищенных грецких орехов, ¾ стакана гранатового сока, 1 ст. ложка кориандра, соль по вкусу.

Грецкие орехи растолочь с кориандром и солью до получения однородной массы, затем добавить гранатовый сок и тщательно перемешать. Подавать к жареной рыбе, отварной и жареной птице.

II вариант



1 стакан очищенных грецких орехов, 3 ст. ложки гранатового сока, ½–¾ стакана воды, 1–2 зубка чеснока, по ½ ч. ложки шафрана, молотого кориандра и хмели-сунели, 1 ч. ложка измельченной зелени кинзы, молотый красный перец и соль по вкусу.

Орехи растолочь с солью, чесноком и молотым перцем, чтобы получилась пастообразная масса. Затем добавить кориандр, шафран, зелень кинзы и хмели-сунели, тщательно перемешать и развести смесью гранатового сока и холодной кипяченой воды. Соус подавать в соуснике, посыпав зернами граната, к холодным и горячим блюдам из мяса, птицы и рыбы.

Ореховый соус с чесноком



¾ стакана очищенных грецких орехов, 2–3 зубка чеснока, ½ стакана оливкового или рафинированного подсолнечного масла, ¼ ч. ложки соли.

Грецкие орехи растолочь в ступке или с помощью миксера с очищенным и измельченным чесноком и солью до однородного состояния. В эту массу сначала по каплям, а затем тонкой струйкой ввести оливковое масло, растирая, пока не получится густой соус.

Подавать к холодным закускам из мяса, птицы и языка.

Ореховый соус с хлебом



20 грецких орехов, 100 г белого хлеба без корочки, ½ стакана подсолнечного масла, сок из ½ лимона или 1 ч. ложка уксуса, 5–6 зубков чеснока.

Чеснок почистить и измельчить. Орехи растолочь, добавить чеснок, размоченный в воде и отжатый хлеб и растереть массу в эмалированной посуде, добавляя небольшими порциями масло. Когда масса загустеет, добавить лимонный сок или уксус и хорошо перемешать.

Подавать к холодным мясным закускам.

Миндальный соус



1 стакан измельченного миндаля, 125 г сливочного масла, 1 ч. ложка лимонного сока, молотый черный перец и соль по вкусу.

Миндаль всыпать в сковороду с разогретым сливочным маслом и, непрерывно помешивая, обжарить на слабом огне до коричневого цвета. Полученную массу посолить, поперчить, добавить лимонный сок и хорошо перемешать.

Подавать к блюдам из рыбы, крабов, креветок.

Арахисовый соус с салом



½ стакана арахиса, 4 шт. лука-шалота или лука-сеянца, 2 ст. ложки горячего арахисового масла, ½ стакана куриного бульона, 50 г свиного сала, 1 ст. ложка муки, 2 стакана воды, 2 ст. ложки красного вина, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.

Арахис высыпать на сухую сковороду и, помешивая, обжарить, после чего остудить, очистить от кожицы и крупно растолочь. Лук-шалот почистить и обжарить целиком в разогретом масле. Затем добавить нарезанное полосками сало, потушить 7–8 минут, всыпать муку и обжаривать ее до кремового оттенка. Затем влить бульон, воду и вино, добавить соль и молотый перец и варить соус на слабом огне в течение 20–30 минут.

В готовый соус всыпать арахис и подать его к жареной молодой крольчатине и жареным цыплятам.

Соус с арахисом и грейпфрутовым соком



4 ст. ложки обжаренного арахиса, 2 ст. ложки кокосовых хлопьев или стружки, 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка карри, сок из одного грейпфрута.

Обжаренный, как сказано в предыдущем рецепте, арахис остудить, очистить от шелухи и измельчить в кухонном комбайне. Очищенный лук очень мелко нарезать, высыпать в сотейник с разогретым маслом и, помешивая, тушить до прозрачности. Затем всыпать карри и, продолжая помешивать, жарить лук до золотистого оттенка. Грейпфрутовый сок развести водой, чтобы получился 1 стакан, вылить его в посуду с луком и потомить на слабом огне 1–2 минуты. После этого всыпать арахис и кокосовые хлопья и, помешивая, томить соус около 10 минут.

Если соус получится слишком густым, можно разбавить его небольшим количеством воды.

подавать в горячем виде к жареной рыбе, мясу, рису, а в холодном — к мясному фондю.

Соус-крем из кешью



1 стакан очищенных орехов кешью, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонного сока, $\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{3}$ стакана воды, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого имбиря, 1 стручок острого зеленого перца, 2 ст. ложки измельченной зелени кинзы, 1 ч. ложка соли.

Кешью поломать на половинки или более мелкие кусочки. Перец очистить от семян, ополоснуть и мелко нарезать. С помощью миксера или кухонного комбайна измельчить и перемешать в однородную массу кешью, зеленый перец, соль, имбирь, лимонный сок и воду. В полученное пюре добавить кинзу, перемешать и подать его к обжаренным во фритюре овощам, отварной стручковой фасоли, рису или в более жидком виде использовать как салатную заправку.

Примечание. Этот соус можно хранить в холодильнике, плотно закрыв крышкой, в течение трех дней, но, постояв некоторое время, он густеет. В этом случае можно разбавить его водой до нужной консистенции.

СОЕВЫЕ СОУСЫ И ЗАПРАВКИ

Соевый соус домашний



$\frac{1}{2}$ стакана зерен сои, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, $1\frac{1}{2}$ –2 стакана белого бульона, соль по вкусу.

Сою залить холодной водой, чтобы жидкость только покрыла бобы, и оставить замачиваться на ночь. Затем сою промыть, залить чистой водой, довести до кипения и варить до мягкости.

Готовую сою откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, переложить в другую посуду и растереть с помощью пестика, миксера или кухонного комбайна в пасту. В полученную массу добавить размягченное масло, муку и соль, хорошо перемешать до однородного состояния. Затем влить белый бульон и прокипятить 3–5 минут.

Использовать в холодном или теплом виде в качестве добавки к другим соусам или подавать к блюдам из круп, макаронных изделий, мяса, рыбы, яиц и овощей. В небольших количествах можно использовать вместо салатной заправки.

Соевый соус на молоке



1 стакан вареной сои, 2 стакана молока, $\frac{1}{2}$ ст. ложки крахмала, молотый черный перец и соль по вкусу.

Сою залить на ночь холодной водой, затем промыть, опустить в кастрюлю с чистой водой и варить до мягкости, после чего откинуть на дуршлаг и протереть в пюре через сито или с помощью кухонного комбайна.

Крахмал развести в $\frac{1}{4}$ стакана холодного молока и тщательно растереть, чтобы не было комков.

Остальное молоко смешать с соевым пюре, добавить соль и молотый перец, довести до кипения, ввести крахмал, размешать и, периодически помешивая, варить на среднем огне в течение двух часов.

Подавать к блюдам из риса и к отварной рыбе.

Соевый соус с вином к мясу



3 ст. ложки светлого соевого соуса, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки коричневого сахара, 3 ст. ложки красного вина, 3 ст. ложки воды, сок из одного лимона, 1 ч. ложка молотого имбиря, $3\frac{1}{2}$ ст. ложки растительного масла.

В маленькую кастрюлю положить сахар и имбирь, влить вино, соевый соус, воду и лимонный сок и, постоянно помешивая, варить на слабом огне 5–10 минут, пока соус не загусте-

ст. Затем снять кастрюлю с огня, сразу добавить растительное масло и тщательно перемешать до однородного состояния.

Подавать к свиным отбивным, ветчине, жареным ребрышкам и курице.

Соевый соус с вином к яйцам



2 ст. ложки соевого соуса, 1 луковица, 2 ст. ложки воды, 3 ст. ложки десертного красного вина, ½ стакана белого бульона, 1 ст. ложка растительного масла, 1 зубок чеснока, ¼ ч. ложки сахара, ½ ст. ложки крахмала, ¼ ч. ложки молотого имбиря.

Лук и чеснок почистить и измельчить.

В посуду с белым бульоном влить белое вино, воду, соевый соус и растительное масло, добавить лук, чеснок, сахар, крахмал и имбирь, размешать, довести до кипения и варить 2–3 минуты, после чего остудить до комнатной температуры.

Подавать к блюдам из яиц.

Соевый соус с чесноком и кунжутом



2 ст. ложки соевого соуса, 2 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка воды, 1 ст. ложка измельченного зеленого лука, 2 зубка чеснока, 1 ч. ложка подсолненного кунжута, молотый имбирь на кончике ножа.

Чеснок почистить, мелко нарезать, соединить с зеленым луком, кунжутом, имбирем, соевым соусом и уксусом и тщательно перемешать с помощью миксера или кухонного комбайна. В полученную массу ввести маленькими порциями растительное масло и снова перемешать до однородного состояния.

Подавать к холодным блюдам из мяса, птицы и рыбы.

Соус «Тэрияки» к птице



¾ стакана светлого соевого соуса, ½ стакана десертного белого вина, 1 ст. ложка красного вина, 3 ст. ложки сахара, 1 зубок чеснока, 1 ст. ложка тертого имбиря.

Чеснок почистить, пропустить через чесночницу или натереть на мелкой терке и растереть с сахаром и имбирем. Соевый

соус соединить с белым и красным вином, размешать, добавить чесночную пасту и тщательно перемешать с помощью миксера до однородного состояния.

Подавать к отварной и жареной птице.

Соус «Тэрияки» к мясу



¼ стакана светлого соевого соуса, 1 ст. ложка красного сухого вина, 1 зубок чеснока, ½ ч. ложки сахара, 2 ст. ложки тертого имбиря.

Очищенный чеснок пропустить через чесночницу, соединить с соевым соусом и остальными ингредиентами и тщательно перемешать с помощью миксера до получения однородной массы.

Подавать к горячим и холодным блюдам из мяса.

Соус «Тэрияки» к рыбе



¼ стакана светлого соевого соуса, 1 ст. ложка сахара, ¼ стакана десертного белого вина, ½ ст. ложки тертого имбиря.

Соевый соус соединить с остальными ингредиентами и тщательно перемешать с помощью миксера или кухонного комбайна до получения однородной массы.

Подавать к горячим и холодным блюдам из отварной, запеченной и жареной рыбы.

Китайский имбирный соус



6 ст. ложек соевого соуса, 1 ч. ложка тертого имбиря, ½–1 ч. ложка сахара.

Соевый соус соединить с имбирем и сахаром, довести до кипения и варить на слабом огне одну-две минуты, после чего процедить и охладить.

Подавать к блюдам из креветок и лапши.

Китайский соус «Чжянцзы»



½ стакана соевого соуса, 2½ стакана воды, 5 ст. ложек сахара, ⅓ стакана красного сухого или полусухого вина,

1 маленькая луковица, 1 ч. ложка бадьяна, 1 ч. ложка молотой корицы, 1 ч. ложка молотого имбиря, 1 ч. ложка соли.

Бадьян и корицу поместить в марлевый мешочек и положить на дно эмалированной кастрюли.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить, сложить в кастрюлю с пряностями, добавить соль, сахар и имбирь, влить соевый соус, вино и кипящую воду и варить на очень слабом огне до тех пор, пока не появится устойчивый аромат, а вода не окрасится в равномерный темно-коричневый цвет.

Готовый соус остудить, удалив мешочек, разлить в бутылочки или банки, плотно укупорить и хранить в холодильнике. Чем дольше соус стоит, тем он вкуснее, хотя можно его использовать и сразу после приготовления.

Подавать к блюдам из рыбы, морепродуктов, пресных овощей и риса.

Красный кантонский соус



½ стакана соевого соуса, 2½ стакана воды, ¼ стакана красного вина или водки, 3½ ст. ложки сахара, 1 ч. ложка яблочного пюре, ¼ ч. ложки бадьяна, ¼ ч. ложки молотой солодки, ½ ч. ложки корицы, ¼ ч. ложки молотого имбиря, ½ ч. ложки бутонов гвоздики, ⅓ ч. ложки молотого черного перца, 1 ч. ложка соли.

Бадьян, солодку, корицу, имбирь, гвоздику и молотый перец поместить в матерчатый или марлевый мешочек, завязать и положить в эмалированную кастрюлю. Добавить туда же соль, сахар, яблочное пюре, соевый соус и вино, залить кипящей водой и варить на очень слабом огне до появления устойчивого аромата и темно-коричневого цвета.

Хранить в плотно закупоренной посуде в холодильнике.

Подавать к блюдам из мяса.

Устричный соус



100 г светлого соевого соуса, 5 устриц, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.

Устрицы расколоть, вынуть из раковин, сливая в миску внутренний сок, промыть, сложить в кастрюлю, залить небольшим количеством подсоленной воды и внутренним соком и сварить до готовности. Отварные моллюски протереть через сито или пропустить через мясорубку.

Полученное устричное пюре соединить с соевым соусом, петрушкой и молотым перцем и тщательно перемешать до однородного состояния.

Подавать к блюдам из отварной рыбы, моллюсков, яиц и риса, а также использовать в качестве компонента других соусов.

Корейский пикантный соус



5 ст. ложек соевого соуса, 1 ст. ложка измельченного зеленого лука, 2 зубка чеснока, 2 ч. ложки растительного масла, 1 ч. ложка подсоленного кунжута, $\frac{3}{4}$ ч. ложки молотого черного перца.

Чеснок почистить, мелко нарезать, соединить с остальными ингредиентами и тщательно перемешать с помощью миксера или кухонного комбайна до получения однородной массы.

Подавать к блюдам из рыбы, морепродуктов, овощей и риса.

Кунжутный соус по-корейски

I вариант



100 г соевой пасты с молотым красным перцем, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки соевого соуса, 2 ч. ложки кунжутного масла, 1 ст. ложка молотого кунжута.

Указанные в рецептуре ингредиенты (кунжутное масло можно заменить оливковым или рафинированным подсолнечным) перемешать ложкой или миксером до однородного состояния.

Подавать к блюдам из овощей, риса и рыбы.

II вариант



50 г соевой пасты с молотым красным перцем, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки столового уксуса, 2 ч. ложки сахара, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка кунжута.

Кунжут высыпать на сухую сковороду и, помешивая, поджарить. Чеснок почистить, измельчить, соединить с кунжу-

том, уксусом и соевой пастой и тщательно перемешать с помощью миксера.

Подавать к холодным блюдам из рыбы, птицы, овощей и риса или использовать в качестве салатной заправки.

Кунжутный соус по-японски



5 ст. ложек соевого соуса, 5 ст. ложек рисового уксуса или лимонного сока, 3 ст. ложки кунжута, 2 ст. ложки сладкого красного вина.

Кунжут растереть с соевым соусом, вином, уксусом или лимонным соком до получения однородной массы. Готовый соус подавать к рыбным, овощным и рисовым блюдам.

Острый корейский соус



100 г соевой пасты с молотым красным перцем, 2 ч. ложки растительного масла, 2 ст. ложки молотого красного перца, 4–6 зубков молодого чеснока.

Чеснок почистить, измельчить, соединить с остальными компонентами и перемешать до однородного состояния.

Подавать к блюдам из свинины, рыбы, морепродуктов, риса и бобовых.

Японская приправа «Васаби»



1 ч. ложка соевого соуса, 1 ч. ложка пасты «Васаби», 3 ч. ложки винного уксуса, 1 ст. ложка сахара, ½ ч. ложки кунжутного масла.

Можно использовать готовую пасту, но лучше всего, если вам удастся добыть свежий корень васаби. Чтобы приготовить приправу, из корня нужно изготовить пасту. Для этого васаби следует круговыми движениями натереть на мелкой терке и подавить получившуюся массу ножом, чтобы выделился аромат. Затем скатать из этой массы шарик и оставить его на 5–10 минут настояться.

Тем временем соевый соус перемешать с уксусом, добавить сахар и размешивать до его растворения. Потом ввести кунжутное (можно заменить оливковым) масло и пасту «Васаби» и

взбить венчиком или с помощью миксера до однородного состояния.

Готовую приправу охладить и подавать к холодным рыбным блюдам, морепродуктам, рису и пресным овощам.

Экзотическая салатная заправка



4 ст. ложки соевого соуса, $\frac{1}{3}$ стакана кунжута, 2 ч. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка жидкого меда, $\frac{1}{2}$ зубка чеснока, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого черного перца.

Очищенный чеснок мелко нарезать и вместе с кунжутом измельчить в кофемолке или кухонном комбайне. Полученную массу соединить с лимонным соком, молотым перцем, медом и соевым соусом и взбить с помощью вилки или миксера до однородного состояния.

Использовать для заправки салатов с курицей или дичью из китайской или японской кухни.

Заправка для салата с цыпленком



1 ст. ложка соевого соуса, $\frac{1}{4}$ стакана апельсинового сока, $\frac{1}{4}$ стакана ананасового сока, 1 ст. ложка лимонного сока, $\frac{1}{2}$ ст. ложки измельченной зелени петрушки, $\frac{1}{2}$ ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка кунжутного масла, 1 ч. ложка меда, 1 ч. ложка молотого черного перца.

Апельсиновый, лимонный и ананасовый соки перемешать. Соевый соус растереть с петрушкой и молотым перцем, добавить оливковое и кунжутное масло, мед и смесь соков и взбить с помощью венчика или миксера до получения однородной массы.

Использовать для заправки салатов из цыпленка с фруктами.

Майонез из соевой муки



2 ст. ложки соевой муки, $\frac{1}{2}$ ст. ложки французской горчицы, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки лимонного сока или яблочного уксуса, 4 ст. ложки растительного масла, молотый черный перец и соль по вкусу.

Соевую муку растереть с лимонным соком или яблочным уксусом, чтобы не было комков, добавить горчицу, сахар, соль

и молотый перец и тщательно перемешать до однородного состояния. В полученную массу по каплям, постоянно взбивая соус миксером, ввести растительное масло.

Этот соус — отличный выход для убежденных вегетарианцев. Его можно использовать аналогично обычному майонезу или в смеси с ним для холодных мясных, рыбных и овощных блюд, а также для запекания мяса и рыбы.

Майонез из сухого соевого молока



3½ ст. ложки сухого соевого молока, ½ стакана воды, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, 2 ч. ложки горчицы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Сухое соевое молоко развести водой, размешать до однородного состояния, чтобы не было комков, и оставить для набухания на 7–10 минут. К полученной массе добавить растительное масло и взбить смесь с помощью миксера. Затем ввести горчицу, уксус, соль и молотый перец, перемешать и снова взбить миксером. Готовый соус довести до кипения и охладить.

Этот майонез использовать, как и предыдущий.

Майонез из тофу



250 г мягкого тофу, ¼ стакана растительного масла, 3 ст. ложки яблочного уксуса, 1 ст. ложка сахара или жидкого меда, 1 ч. ложка горчицы, ¼ ч. ложки молотого черного перца, ½ ч. ложки соли.

Все перечисленные в рецептуре компоненты перемешать с помощью кухонного комбайна или миксера до получения однородной кремообразной массы.

Использовать так же, как и обычный майонез.

Соевый майонез с грибами



1 стакан соевого майонеза, 3 ст. ложки маринованных грибов, 1 яйцо, 3 ст. ложки сметаны, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яйцо сварить вкрутую, отделить белок и мелко его нарезать (желток использовать в другие блюда). Маринованные грибы

измельчить, добавить яичный белок, соевый майонез, сметану, соль и молотый перец и перемешать с помощью миксера до однородного состояния.

Подавать к холодным овощным, мясным и яичным блюдам.

Соевый майонез с зеленью



½ стакана соевого майонеза, 2 ст. ложки смеси измельченной зелени эстрагона, петрушки, зеленого лука и чабра.

Майонез и зелень перемешать с помощью миксера или кухонного комбайна и использовать в качестве салатной заправки или соуса к вареной рыбе, яйцам и овощам.

Соус из тофу с медом



250 г тофу, ¼ стакана растительного масла, 2 ст. ложки лимонного сока, 1½ ч. ложки меда или сахара, ½ ч. ложки соли.

Тофу нарезать небольшими кусочками, соединить с остальными компонентами, указанными в рецептуре, и перемешать до однородного состояния с помощью кухонного комбайна или миксера.

Этот низкокалорийный соус используется в приготовлении самых разнообразных блюд и соусов вместо обычной сметаны.

Соус из тофу с хреном



250 г тофу, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки тертого хрена, ½ ч. ложки соли.

Тофу измельчить, добавить все остальные компоненты и тщательно взбить с помощью кухонного комбайна или миксера до однородного состояния.

Подавать к холодным блюдам из рыбы или мяса.

Соус из тофу «Лимонный»



250 г тофу, 1 луковица, ¼ стакана лимонного сока, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки сахара или ме-

да, $\frac{1}{2}$ ч. ложки горчичного порошка, 1 маринованный огурец, $\frac{3}{4}$ ч. ложки соли.

Лук почистить и пропустить через мясорубку или измельчить с помощью кухонного комбайна, добавить к нему тофу, горчичный порошок, соль, сахар или мед, лимонный сок и растительное масло и перемешать до получения однородной кремообразной массы. Затем добавить мелко нарезанный огурец и снова перемешать.

Подавать к холодным блюдам из рыбы, мяса, картофеля и яиц.

Соус из тофу с орехами



250 г тофу, 3 головки зеленого лука, $\frac{1}{4}$ стакана очищенных грецких орехов, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, $\frac{1}{4}$ ч. ложки сахара, 1 ч. ложка молотого имбиря.

Грецкие орехи измельчить. Тофу нарезать на небольшие кусочки. Лук очистить от корешков, мелко нарезать, соединить с соевым сыром, орехами, сахаром, имбирем, лимонным соком и растительным маслом и перемешать в кухонном комбайне до получения однородной кремообразной массы.

Подавать к холодным блюдам из птицы, рыбы и яиц, а также использовать в качестве салатной заправки.

Соус из тофу зеленый

I вариант



250 г тофу, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 1 ст. ложка оливкового масла, по $\frac{1}{2}$ ч. ложки измельченного базилика и укропа, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

Указанные в рецептуре ингредиенты взбить с помощью миксера или кухонного комбайна до однородного состояния.

Подавать к блюдам из яиц и отварной рыбы.

II вариант



250 г тофу, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 зубок чеснока, 4 луковички, $\frac{1}{2}$ стакана измельченной зелени петрушки, $\frac{1}{5}$ ч. ложки измельченного эстрагона, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотого черного перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.

Лук и чеснок почистить, мелко нарезать, соединить с остальными компонентами и тщательно перемешать с помощью кухонного комбайна или миксера до получения однородной пастообразной массы.

Подавать к холодным блюдам из отварной и жареной рыбы, цыплят, печени и яиц.

Соус из тофу с огурцами и вином



250 г тофу, 2 огурца, 1 пучок зеленого лука, 4 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки белого вина, 2 ч. ложки измельченного укропа, ½ ч. ложки соли, молотый черный перец на кончике ножа.

Огурцы очистить от кожицы и семян и нарезать небольшими кубиками. Зеленый лук вместе с белой частью ополоснуть, мелко нарезать, соединить с огурцами, тофу, укропом, вином, солью, молотым перцем и растительным маслом и тщательно перемешать с помощью кухонного комбайна до однородного состояния.

Подавать к холодным блюдам из птицы, рыбы и яиц.

Заправка из тофу с чесноком



250 г тофу, ¼ стакана столового уксуса, 2 ст. ложки растительного масла, 2 зубка чеснока, ¼ ч. ложки горчичного порошка, ¼ ч. ложки молотого черного перца, ½ ч. ложки соли.

Чеснок почистить и пропустить через чесночницу. Тофу нарезать на кусочки, добавить чесночную кашицу, горчичный порошок, соль, молотый перец, уксус и растительное масло, перемешать и взбить с помощью миксера до получения однородной массы. Если заправка получилась слишком густой, нужно добавить одну столовую ложку воды и снова перемешать.

Использовать в качестве салатной заправки.

Заправка из тофу с сельдереем и медом



100 г тофу, 1 стакан растительного масла, ½ стакана уксуса, ½ стакана жидкого меда, 1 маленькая луковица

ца, 2 ст. ложки семян сельдерея, 1½ ч. ложки горчичного порошка, 1 ч. ложка молотой паприки, 1 ч. ложка соли.

Лук почистить, мелко нарезать, соединить с нарезанным на кусочки тофу, добавить остальные ингредиенты и перемешать до получения однородной пастообразной массы с помощью миксера или кухонного комбайна.

Подавать к холодным блюдам из птицы, морепродуктов и яиц.

Заправка к капустному салату



250 г тофу, ½ луковицы, ¼ стакана растительного масла, ¼ стакана яблочного уксуса, 2 ст. ложки сахара или меда, ¼ ч. ложки черного перца, ¼ ч. ложки соли.

Лук почистить, измельчить, добавить мелко нарезанный соевый сыр, сахар, соль, молотый перец, растительное масло и уксус, перемешать и взбить с помощью кухонного комбайна или миксера до получения кремообразной массы.

СЛАДКИЕ СОУСЫ

Абрикосовый соус



60 г кураги или 100 г спелых свежих абрикосов, 1 стакан воды, ½ стакана сахара.

Курагу промыть и залить холодной водой на 1–2 часа. Свежие абрикосы помыть и очистить от косточек.

Разбухшую курагу или абрикосы положить в кастрюлю, залить водой (для кураги использовать ту же воду, в которой она замачивалась), закрыть крышкой и варить до мягкости.

Сваренные абрикосы протереть через сито, полученное пюре положить в кастрюлю или сотейник, добавить сахар и, часто помешивая, проварить на слабом огне до загустения, следя, чтобы соус не пригорел.

Подается в горячем или холодном виде к пудингам, кремам, крутонам и кашам.

Абрикосовый соус со сливками



1½–2 стакана сушеных абрикосов, 1 ст. ложка картофельной муки, ½ стакана сливок, 2 ст. ложки сахара.

Сушеные абрикосы промыть, замочить на 2–3 часа в холодной воде, а потом в этой же воде сварить до мягкости, после чего протереть через сито. Полученное пюре смешать с картофельной мукой и сахаром, добавить сливки и, помешивая, довести на слабом огне до кипения.

Такой же соус можно приготовить и из свежих абрикосов, взяв их 8–10 штук.

Подавать к пудингам, сладким запеканкам, оладьям, блинчикам, суфле.

Абрикосово-малиновый соус



7–8 спелых абрикосов, 1½ стакана малины, 1 стакан лимонного или апельсинового сока, ¼ стакана яблочного сока, 1 ст. ложка сахара.

Абрикосы очистить от косточек и, по возможности, от кожицы, соединить с малиной и с помощью кухонного комбайна или миксера превратить плоды в пюре. Протереть его через сито, добавить сахар, яблочный и лимонный или апельсиновый сок и, помешивая, варить до загустения.

Подавать к мороженому, суфле, пирогам, блинчикам, шарлоткам или фруктам.

Смородино-малиновый соус



1 стакан красной смородины, ½ стакана малины, ⅔–1 стакан воды, 3 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка сливок, 1 ч. ложка картофельной муки.

Смородину очистить от веточек, промыть, соединить с малиной, залить кипятком, вскипятить и варить 5–7 минут, после чего вместе с жидкостью протереть через сито.

Часть соуса охладить, развести им картофельную муку, размешать, чтобы не было комков, и влить эту массу в оставшийся соус. Затем добавить сахар, соус вскипятить, снять с огня, влить сливки и хорошо перемешать.

Подавать к мороженому, блинчикам, оладьям, вареникам с фруктами и ягодами.

Ягодный соус к пудингам и блинчикам

I вариант



1 стакан клубники или малины, 2 стакана воды, 3 ст. ложки сахара, 1½ ч. ложки крахмала.

Ягоды очистить от хвостиков (клубнику промыть) и протереть через сито. В полученное пюре добавить сахар и воду, довести до кипения и, быстро размешивая, влить разведенный холодной водой крахмал.

Подавать соус в холодном или горячем виде к кашам, запеканкам, пудингам, блинчикам.

II вариант



1 стакан клубники, малины или земляники, ¼ стакана воды, ½ стакана сахара, 1½ ч. ложки крахмала.

Из сахара и воды сварить сироп. Ягоды очистить от хвостиков, промыть и протереть через сито. В полученное пюре влить сахарный сироп, довести соус до кипения и, непрерывно помешивая, влить тонкой струйкой разведенный холодной водой крахмал и соус снова довести до кипения.

Подавать к пудингам, запеканкам, блинчикам, оладьям, сырникам, фруктовым вареникам.

Ягодный соус с вином



1 стакан малины или земляники, 1 стакан воды, 4–5 ст. ложек красного столового вина, ½ стакана сахара, 1 ч. ложка крахмала.

Крахмал развести в ¼ стакана холодной воды и хорошо размешать, чтобы не было комков.

Ягоды очистить от хвостиков, ополоснуть, протереть через сито или растереть в пюре с помощью ложки, миксера или кухонного комбайна и выжать через марлю.

Полученный сок развести оставшейся водой, добавить вино и сахар и довести до кипения. Затем, быстро размешивая, ввести крахмальный раствор и соус снова вскипятить.

Подавать к пудингам, мороженому, пышкам, оладьям, блинчикам и творожным запеканкам.

Ягодный соус к мороженому



1 стакан клубники или малины, $\frac{3}{4}$ стакана сахара, $\frac{1}{4}$ стакана воды.

Из сахара и воды сварить сироп, опустить в него очищенные от хвостиков и промытые ягоды и оставить на ночь.

На следующий день сварить ягоды в сиропе до мягкости, периодически удаляя образовавшуюся пену.

Подавать в холодном виде к мороженому.

Вишневый соус



1 стакан спелых вишен, 1 стакан воды, $\frac{1}{3}$ – $\frac{1}{2}$ стакана красного столового вина, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 ч. ложка крахмала, $\frac{1}{4}$ ч. ложки корицы.

Вишни вымыть, удалить из них косточки, залить водой, довести до кипения и протереть вместе с жидкостью через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна или миксера.

В полученную массу добавить вино, сахар, корицу и разведенный в небольшом количестве холодной воды крахмал. Соус, размешивая, довести до кипения

Подавать к пудингам, шарлоткам, блинчикам, оладьям.

Ананасовый соус

1 большой ананас, $\frac{3}{4}$ стакана сахара.

Ананас очистить от кожуры и глазков, нарезать кружочками, удалить специальной круглой выемкой или ножом жесткую сердцевину, а мякоть нарезать на мелкие кусочки и превратить с помощью миксера или кухонного комбайна в пюре. Добавить к ананасовой массе сахар, довести, помешивая, до кипения и варить около 10 минут.

Подавать в холодном или теплом виде к пудингам, блинчикам, оладьям, запеканкам, суфле.

Примечание. Этот соус можно хранить в холодильнике не более суток.

Ананасовый соус с изюмом



1 спелый ананас (около 1,5 кг), ½ стакана коричневого сахара, 2 ст. ложки изюма без косточек, 3 ст. ложки топленого масла, 1 стручок жгучего красного перца, ½ ст. ложки тмина, ½ ст. ложки кориандра, ½ ч. ложки семян кардамона, по ¼ ч. ложки молотых корицы и гвоздики.

Ананас очистить, как сказано в предыдущем рецепте, от кожуры и сердцевины и нарезать тонкими ломтиками шириной 2 см, сохраняя сок.

Жгучий перец очистить от семян, промыть, мелко нарезать, высыпать вместе с тмином и кориандром в чугунную сковороду и, помешивая, обжаривать в разогретом масле на среднем огне до потемнения. После этого добавить ананас вместе с соком, кардамон, гвоздику и корицу и, часто помешивая, тушить на среднем огне, пока ананас не станет мягким, а сок не выварится. Затем всыпать сахар и промытый изюм и, не переставая мешать, варить на медленном огне до загустения.

Этот сладко-пряный соус подается в горячем или теплом виде к пирогам, запеканкам, блинчикам, оладьям, гороховым лепешкам. Хранить его можно в холодильнике в плотно закрытой посуде не более четырех суток.

Примечание. При желании жгучий перец можно исключить, в результате получится вкусный сладковатый соус. Свежий ананас можно заменить консервированным, взяв его немного меньше — 1–1,2 кг.

Банановый соус



3–4 банана, 100 г мягких фиников, 1 стакан крупного изюма без косточек, 1 стакан солодового или цитрусового уксуса, 1 ч. ложка порошка карри, 1 маленький лимон, ½ стакана сахара, ½ стакана сиропа от крыжовенного или клюквенного варенья, 50 г цукатов, 1 ч. ложка соли.

Бананы освободить от кожуры и нарезать мелкими кубиками. Финики очистить от косточек, нарезать небольшими ку-

сочками и вместе с бананами положить в эмалированную посуду.

Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру и равномерно посыпать ею фрукты. Из мякоти лимона выжать сок, полученные выжимки мелко нарезать и вместе с соком поместить в посуду с фруктами. Затем влить уксус, прикрыть посуду крышкой и томить соус на слабом огне в течение 30–35 минут. После этого соус хорошо перемешать, добавить цукаты, сироп от варенья, сахар, изюм и соль и варить на слабом огне еще 25–30 минут до загустения и появления специфического запаха.

Подавать к пудингам, крупяным и творожным запеканкам, блинчикам, оладьям и суфле.

Яблочный соус

I вариант



4–5 яблок, 1½ стакана воды, 5 ст. ложек сахара, 1 ст. ложка муки или крахмала.

Яблоки вымыть, нарезать ломтиками, удаляя сердцевину, сложить в кастрюлю, влить полстакана воды, закрыть крышкой и варить до мягкости, после чего протереть через сито или превратить в пюре с помощью кухонного комбайна.

В полученную массу добавить сахар и оставшуюся воду, вскипятить и варить 5–7 минут. Затем, быстро помешивая, ввести разведенный холодной водой крахмал и снова довести до кипения.

II вариант



1 стакан сушеных яблок, 1½ стакана воды, ½ стакана сахара, 2 ч. ложки крахмала, 1 ч. ложка лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа.

Яблочную сушку промыть, залить холодной водой и оставить на 2–3 часа для набухания. Затем сварить яблоки в этой же воде, жидкость слить, а фрукты протереть через сито или измельчить в кухонном комбайне. Полученную массу соединить с отваром, добавить сахар, лимонный сок или кислоту, довести до кипения и, быстро размешивая, ввести разведенный холодной водой и процеженный крахмал.

Подавать оба вида соуса в холодном или горячем виде к кашам, крупяным и макаронным запеканкам, пудингам, блинчикам, оладьям, сырникам.

Грушевый соус с финиками и лесными орехами



4–5 груш, $\frac{1}{2}$ стакана мягких фиников без косточек, 1 ст. ложка очищенных лесных орехов, $\frac{1}{4}$ стакана свежего апельсинового сока, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка топленого или сливочного масла, $\frac{1}{4}$ ст. ложки тертой апельсиновой цедры, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотой корицы, $\frac{1}{2}$ ст. ложки молотого имбиря, молотый кардамон и молотый красный перец на кончике ножа.

Груши вымыть, очистить от кожуры, разрезать вдоль на четвертинки, удалить сердцевину, а мякоть нарезать поперечными кусочками толщиной 1 см.

Красный перец, имбирь, цедру, кардамон и корицу хорошо перемешать, высыпать в широкую кастрюлю или сотейник с разогретым маслом и, помешивая, жарить на слабом огне одну–две минуты. Затем, когда специи начнут издавать аромат, влить апельсиновый сок, всыпать сахар и продолжать нагревание, помешивая, пока сахар не растворится. После этого добавить груши, перемешать и варить при слабом кипении в течение 30 минут до загустения, последние 5 минут интенсивно помешивая, чтобы соус не пригорел.

Лесные орехи высыпать в сухую сковороду и, помешивая, обжарить, после чего мелко нарезать. Финики нарезать небольшими кусочками, соединить с орехами, перемешать, высыпать эту смесь в соус, снова хорошо перемешать и остудить до комнатной температуры.

Подавать в теплом или холодном виде к запеканкам, пудингам, блинчикам, мороженому, блюдам из риса.

Этот соус можно хранить в закрытой посуде в холодильнике в течение трех-четырех суток.

Персиковый соус с вином



$\frac{1}{2}$ стакана персикового сока, 1 ст. ложка белого вина, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 2 ст. ложки воды.

Из сахара и воды сварить сироп, влить его во вскипевший персиковый сок, размешать и варить в течение 15–20 минут. После этого влить вино, закрыть посуду крышкой и дать соусу остыть.

Подается к бисквитным желейным тортам, пончикам, блинчикам, ватрушкам, оладьям, шарлоткам.

Соус из хурмы

| 2 спелые хурмы, 3 ст. ложки воды, 3 ст. ложки сахара.

Из сахара и воды сварить сироп. Хурму вымыть, разрезать на ломтики, удаляя косточки, и с помощью кухонного комбайна превратить в пюре (можно протереть фрукты через сито). В полученную массу добавить сахарный сироп и довести соус до кипения.

Подавать к блинчикам, оладьям, запеканкам, пирогам, пудингам.

Ванильный соус

I вариант



| 1¼ стакана молока, 2 яичных желтка, 4 ст. ложки сахара, ½ пакетика ванильного сахара, 1 ч. ложка муки.

Яичные желтки растереть добела с сахаром и мукой. Полученную массу постепенно развести горячим молоком и, непрерывно помешивая, варить соус на слабом огне до загустения.

Готовый соус снять с огня, процедить через сито, добавить ванильный сахар и перемешать.

Подавать к пудингам, кремам.

II вариант



| 1½ стакана молока, 1 ч. ложка картофельного крахмала или муки, 3 яичных желтка, 3 ст. ложки сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 2 ст. ложки сливочного масла.

Яичные желтки растереть добела с сахаром. Молоко вскипятить с ванилином и постепенно, непрерывно размешивая, тонкой струйкой влить во взбитые желтки.

Посуду с соусом поставить на водяную баню и взбивать соус на пару, пока он не загустеет. Затем поставить посуду в холод-

ную воду и размешивать, добавляя небольшими порциями размягченное сливочное масло, пока соус не остынет.

подавать оба вида соуса к мороженому, пудингам, пирогам, блинчикам, оладьям, суфле.

Сливовый соус с молоком



½ стакана молока, 1½ ст. ложки сливового повидла, ½ ч. ложки крахмала, ½ ч. ложки лимонной цедры, ½ ч. ложки корицы, сахар по вкусу.

Крахмал развести небольшим количеством теплого молока, размешивая, чтобы не было комков, затем добавить повидло, хорошо перемешать и довести смесь до кипения. В соус всыпать сахар, корицу и лимонную цедру и перемешать.

подавать к блинчикам, оладьям, пудингам, запеканкам, суфле.

Сладкий молочный соус



2 стакана молока, 2 ч. ложки муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 2½ ст. ложки сахара, ½ пакетика ванильного сахара.

Из муки и сливочного масла приготовить белую жировую заправку (см. «Заготовки для соусов и подлив») и, непрерывно помешивая, развести ее горячим молоком. Затем добавить сахар, покипятить 5–7 минут, ввести ванильный сахар и хорошо перемешать.

подавать к пудингам, творожным и фруктовым запеканкам, блинчикам с творогом, сырникам, творожным десертам, рису.

Сладкий миндальный соус

Вариант



⅔ стакана молока, 1 ст. ложка очищенного сладкого миндаля, 2–3 шт. горького миндаля, 1 яйцо или 2 яичных желтка, 2 ст. ложки сахара.

Сладкий и горький миндаль положить в миску, залить кипятком, чтобы вода только покрыла орехи, накрыть крышкой и оставить на 10–15 минут. Затем очистить его от кожицы и

опустить на 2–3 часа в холодную воду, после чего пропустить через мясорубку, подливая понемногу молоко, и растереть в пюре в ступке, постепенно добавляя молоко (можно использовать для этих целей кухонный комбайн).

Миндальное пюре развести оставшимся молоком, процедить через марлю и отжать ее (выжимки от миндаля можно использовать для начинки печеных яблок, блинчиков и т. п.).

Яйцо или яичные желтки растереть добела с сахаром, постепенно развести горячим миндальным молоком и, помешивая лопаткой, нагреть на слабом огне почти до кипения, но не кипятить.

II вариант



¾ стакана молока, ½ стакана сахара, 2 ст. ложки очищенного сладкого миндаля, 2 ч. ложки размягченного сливочного масла, 2 яичных желтка, 1 маленький лимон, 1 ч. ложка муки.

Из молока и половины миндаля приготовить миндальное молоко, как сказано в предыдущем варианте.

Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок. Оставшийся миндаль мелко нарезать или растолочь.

Яичные желтки растереть с сахаром, мукой и сливочным маслом, добавить лимонный сок, цедру, миндаль и размешать. Затем, быстро размешивая, небольшими порциями влить горячее миндальное молоко и подогреть соус почти до кипения.

Любой из вариантов соуса подавать в холодном или горячем виде к пудингам, запеканкам, густому киселю, оладьям и блинчикам.

Сметанный соус с ягодами



1 стакан густой сметаны, 1 стакан клубники или малины, ½ лимона, 2 ст. ложки сахара, 3 ст. ложки красного вина, молотый мускатный орех на кончике ножа, соль по вкусу.

Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок. Ягоды очистить от хвостиков, промыть, протереть через сито или превратить в пюре с помощью

миксера или кухонного комбайна. В полученную массу добавить лимонный сок, цедру, вино, сахар, мускатный орех, хорошо перемешать, соединить со сметаной и снова перемешать до однородного состояния. Хранить соус на нижней полке холодильника.

Подавать к пудингам, запеканкам, оладьям, блинчикам, пышкам, вареникам, сырникам.

Сметанная заправка для фруктовых салатов



1½ стакана сметаны, ⅓ стакана малины или клубники, 1 апельсин, ½ лимона, 1 ст. ложка фруктового ликера, 1½ ст. ложки сахара, корица на кончике ножа.

Малину или клубнику очистить от хвостиков, промыть, дать стечь воде и протереть через сито или превратить в пюре с помощью миксера или кухонного комбайна. Лимон и апельсин вымыть, вытереть, снять с них мелкой теркой цедру, ошпарить ее кипятком и охладить.

Из мякоти цитрусовых отжать сок, смешать его с ягодным пюре и цедрой, добавить сметану, сахар, корицу и ликер и хорошо перемешать до однородного состояния.

Подается к салатам из апельсинов, мандаринов, дыни, арбуза с фруктами.

Примечание. Этим соусом можно заправлять только охлажденные фрукты.

Шоколадный соус



1½ стакана молока или сливок, 50 г черного шоколада или 1 ст. ложка какао, 2–3 яичных желтка, 2–3 ст. ложки сахара или сахарной пудры, 1 ст. ложка сливочного масла.

В горячее молоко добавить какао, растертое с одной столовой ложкой сахара, или измельченный шоколад и, непрерывно помешивая, довести смесь до кипения.

Яичные желтки растереть добела с сахаром или сахарной пудрой и, продолжая мешать, влить в слегка остывшее молоко.

В соус добавить сливочное масло, поставить на слабый огонь и взбивать венчиком, пока смесь не загустеет. После этого по-

суду с соусом поставить в холодную воду и, часто помешивая, охладить.

Подавать к пудингам, рисовым котлетам, мороженому, густому киселю.

Кофейный соус



1 ст. ложка молотого кофе, $\frac{1}{2}$ стакана воды, 2 яичных желтка, 2 ст. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 1 ст. ложка размягченного сливочного масла.

Кофе растворить в кипящей воде. Яичные желтки взбить с сахаром, влить теплый кофе и, непрерывно помешивая, добавить сливочное масло и молоко.

Подавать к пудингам, кексам, блинчикам, оладьям, суфле.

Пуншевый соус



$\frac{1}{2}$ стакана белого вина, 1 ст. ложка сливочного масла, $1\frac{1}{2}$ ч. ложки муки, 1 ст. ложка сахара, $\frac{2}{3}$ –1 ст. ложка рома, $\frac{1}{2}$ лимона.

Лимон вымыть, вытереть, снять с него мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок.

Сливочное масло растереть до однородного состояния с мукой, развести эту массу вином и, помешивая, довести до кипения.

Затем соус снять с огня, добавить лимонный сок, цедру, сахар и ром и хорошо перемешать.

Подавать к пудингам, запеканкам, оладьям и блинчикам.

Сладкий винный соус

1 вариант



$\frac{3}{4}$ стакана красного вина, 1 стакан сахара, цедра с половины лимона, 1 ч. ложка лимонного сока, $\frac{1}{2}$ стакана воды, 2 ч. ложки крахмала.

Крахмал развести в небольшом количестве холодной воды.

В кастрюлю положить сахар и лимонную цедру, влить вино и оставшуюся воду, размешать и кипятить соус 5–6 минут до полного растворения сахара. Затем, непрерывно помешивая,

тонкой струйкой влить крахмальный раствор и довести соус до кипения.

Подавать в горячем или холодном виде к пудингам, блинчикам, оладьям.

II вариант



1½ стакана столового вина или кагора, 1 стакан сахара или сахарной пудры, 1 палочка корицы, 2–3 бутона гвоздики.

Вино вскипятить с сахаром, корицей и гвоздикой, полить этим соусом пудинг, а остальное подать в соуснике.

Можно также подавать к блинчикам, оладьям, запеканкам.

Сладкий яичный соус с вином



3 яйца, 1 яичный желток, ¾ стакана сахара, 1 стакан белого вина, цедра с половины лимона, соль по вкусу.

Яйца и яичные желтки растереть добела с сахаром, добавить нарезанную полосками цедру и, размешивая, небольшими порциями влить горячее белое вино.

Полученную смесь поставить на водяную баню и варить, непрерывно взбивая венчиком, до образования пышной массы. Когда соус увеличится в объеме в 2–3 раза, удалить цедру и подать сразу же.

Подавать к сладким пудингам, запеканкам, шарлоткам, блюдам из спаржи и земляных груш.

Японский соус



⅔ стакана лимонного сока, 4 ст. ложки сахара, 1 ч. ложка соли.

Лимонный сок влить в эмалированную или стеклянную посуду, добавить сахар и соль и, помешивая деревянной ложкой, варить на слабом огне до растворения сахара и соли.

Этот кисло-сладкий соус подавать к фруктовым закускам или использовать в качестве заправки для фруктовых салатов.

ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЕ СОУСЫ

Брусничный соус с вином



3/4 стакана брусники, 4 стакана воды, 1/2 стакана вина, 1 стакан сахара, 1 ч. ложка крахмала, 1/4 ч. ложки молотой корицы.

Бруснику промыть, сложить в эмалированную посуду, залить холодной водой и сварить до мягкости. Затем отвар слить, а ягоды протереть через сито.

Полученное пюре развести отваром, добавить сахар, корицу и вино, довести до кипения и варить 5–7 минут. Тем временем крахмал развести небольшим количеством холодной воды, влить в соус и снова вскипятить.

Подавать к жареной индейке, курам, цыплятам, дичи, блюдам из мяса диких животных.

Брусничный соус с луком



300 г брусничного варенья, 2 луковицы, 1 лимон, 3 стакана воды, 2 1/2 ст. ложки винного уксуса, 1 ст. ложка промышленного соуса «Южный», 1 ст. ложка крахмала, 1/4 ч. ложки корицы, молотая гвоздика и мускатный орех на кончике ножа.

Лук почистить, ополоснуть, мелко нарезать, обдать кипятком, промыть в холодной воде и положить в кастрюлю. Затем влить уксус, лимонный сок и воду, добавить брусничное варенье, гвоздику, корицу, мускатный орех и соус «Южный» и варить на среднем огне 7–10 минут. Полученную массу протереть через сито и довести до кипения. Крахмал развести небольшим количеством холодной воды, влить, непрерывно помешивая, в соус и снова довести его до кипения.

Подавать к блюдам из дичи.

Брусничный соус с сыром



3/4 стакана брусники, 100 г плавленого сыра, 3 ст. ложки сметаны, сахар и соль по вкусу.

Бруснику очистить от веточек, промыть и обсушить. Плавленый сыр поместить в теплое место и дать ему размякнуть,

чтобы он стал похожим на сметану. Затем перемешать его с брусникой, сметаной, сахаром и солью и взбить массу с помощью венчика или миксера в пышную однородную массу.

Подавать к холодным блюдам из рыбы, мяса, домашней птицы и дичи, а также к овощным и фруктовым закускам.

Брусничный соус с коньяком



500 г брусничного повидла или протертого варенья, 1½ стакана красного вина, ¾ стакана коньяка, сок из одного лимона и одного апельсина.

В брусничное повидло или варенье постепенно ввести вино, хорошо взбивая массу венчиком. Затем влить коньяк, лимонный и апельсиновый соки, тщательно перемешать и охладить.

Подавать отдельно в соуснике к горячим блюдам из жареного или запеченного мяса дичи или свинины.

Ягодная приправа к дичи



По ½ стакана сушеной брусники и черники, ⅔ стакана кипятка, 2 ст. ложки сахара, 1 ч. ложка лимонной кислоты.

Бруснику и чернику сложить в миску или кастрюлю, залить крутым кипятком, дать разбухнуть, закрыть и оставить на час. После этого добавить лимонную кислоту и сахар, хорошо перемешать, разминая ягоды, и дать постоять при комнатной температуре в течение трех суток до легкого закисания.

Если готовый соус густоват, его можно разбавить небольшим количеством холодной кипяченой водой.

Соус из хороших ягод должен быть кисловатым и выглядеть как однородная желеобразная масса.

Клюквенный соус



3 стакана клюквы, 1½ стакана виноградного сока или воды, ½ стакана коричневого или фруктового сахара, ½ стакана мелко нарезанных фиников, 1 стручок острого зеленого перца, 1 полоска апельсиновой цедры, 1 ч. ложка бутонов гвоздики, 1 ч. ложка крупно размолотого кардамона, 1 палочка корицы длиной 7,5 см.

Корицу, кардамон, гвоздику, очищенный от семян острый перец и апельсиновую цедру сложить в марлевый мешочек или кусочек марли и завязать в узелок.

В низкую кастрюлю с толстым дном или сотейник влить виноградный сок или воду, положить финики и сахар (можно использовать обычный), опустить туда же мешочек со специями и, помешивая, варить на среднем огне, пока сахар не растворится. После этого уменьшить огонь и варить при слабом кипении еще 30 минут. Затем вынуть мешочек со специями, выжать его в кастрюлю, добавить промытую клюкву, перемешать и варить в течение 7–10 минут, пока ягоды не полопаются и смесь не загустеет.

Подавать клюквенный соус теплым к блюдам из отварной птицы или рыбы, рису, лепешкам, несладким вафлям.

Хранить в закрытой посуде в холодильнике не больше недели.

Клюквенный взвар

| 1½ стакана клюквы, 2 ст. ложки меда, 2 ч. ложки муки.

Клюкву промыть, выжать из нее сок, а выжимки залить двумя-тремя стаканами кипятка, проварить 20–30 минут, еще раз отжать, а отвар процедить и охладить. В клюквенный сок добавить мед и варить до легкого сгущения.

Муку развести клюквенным отваром, влить эту смесь в клюквенный сок и снова вскипятить.

Подавать к жареному мясу или рыбе.

Черносмородиновый соус с горчицей



| 1 стакан черносмородинового варенья или джема, 2 ст. ложки горчицы, ½ стакана портвейна, 4 луковицы, цедра и сок с двух лимонов и одного апельсина.

Лимоны и апельсин вымыть, вытереть, снять с них острым ножом цедру, нарезать ее тонкой соломкой и опустить на одну минуту в кипяток. Лук почистить, измельчить, ошпарить кипятком и остудить.

Из мякоти цитрусовых выжать сок, смешать его с вином, добавить растертое с горчицей смородиновое варенье, лук и цедру, тщательно перемешать и протереть эту массу через сито.

Полученный соус остудить и подать к жареной дичи, утке или гусю.

Смородиновый соус с финиками и изюмом



1½ стакана красной или белой смородины без веточек, ½ стакана сахара, ⅔ стакана мелко нарезанных мягких фиников, 2 ст. ложки изюма, ¼ стакана белого виноградного сока, ¼ ч. ложки молотого красного перца, ¼ ч. ложки молотого имбиря, ¼ ч. ложки молотого мускатного ореха, ¼ ч. ложки молотой гвоздики, ¼ ч. ложки корицы, ½ ч. ложки соли.

Смородину промыть, сложить в толстостенную кастрюлю или сотейник, добавить промытый изюм, финики, специи и пряности, влить виноградный сок и, помешивая, довести на среднем огне до кипения. Затем уменьшить огонь и варить соус еще 20 минут до загустения.

Подавать теплым или охлажденным к горячим блюдам из жареного мяса.

Смородино-яблочный соус



1 стакан черносмородинового джема, 1½ стакана яблочного сока, 2–3 неострые луковички, 1 ст. ложка уксуса, 2 апельсина, 1 лимон, ½ стакана красного вина, 1 ст. ложка горчицы, ¼ ч. ложки дробленой гвоздики, молотый красный перец и молотый имбирь на кончике ножа.

Апельсины и лимон вымыть, вытереть, снять с них мелкой теркой цедру, залить ее кипятком, охладить и слить воду. Ошпаренную цедру залить вином и дать настояться 1–1,5 часа. Лук почистить, мелко нарезать, ошпарить кипятком, слить, полить горячим уксусом и перемешать.

Из мякоти цитрусовых выжать сок.

Черносмородиновый джем протереть через сито, соединить с луком, вином, яблочным, апельсиновым и лимонным соками, добавить столовую горчицу, молотый перец, имбирь и гвоздику и все тщательно перемешать.

Подавать к холодной жареной дичи, свинине и телятине.

Смородиновый соус



1–1½ стакана свежей смородины, ½ стакана сахара, 1–2 ст. ложки 6%-ного яблочного уксуса, 2 ст. ложки молотых сухарей, соль по вкусу.

Молотые сухари высыпать на сухую сковороду и, помешивая, хорошо подрумянить на небольшом огне.

Смородину без веточек промыть, дать стечь воде, немного размять толкушкой, чтобы ягоды слегка пустили сок, сложить в ситейник и засыпать сахаром.

Ситейник поставить на огонь и, помешивая, проварить 15–20 минут, добавив в конце варки уксус. Соус помешать, высыпать молотые сухари, снова перемешать, проварить еще одну–две минуты, снять с огня и остудить.

Подавать к холодным блюдам из дичи и отварной курицы.

Если приготовить этот соус без добавления уксуса и соли и с одной столовой ложкой сухарей, то его можно подавать к рисовым пудингам, бабкам, запеканкам.

Смородиновый соус с вином



2 стакана смородинового варенья или джема, 1 стакан красного вина, ¾ стакана апельсинового сока, цедра с одного апельсина.

Смородиновое варенье соединить с вином и апельсиновым соком и тщательно перемешать. Снятую тонким слоем с апельсина цедру нарезать мелкой соломкой, опустить в небольшое количество кипящей воды, проварить 5–7 минут, добавить в соус, размешать и остудить.

Подавать отдельно в соуснике к блюдам из дичи.

Пикантный смородиновый соус



½ стакана красной или черной смородины без веточек, ¾ стакана белого бульона, 3 луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла, 4 ст. ложки сливок, 1 ст. ложка коньяка, молотый кайенский перец и соль по вкусу.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить на разогретом масле до золотистого оттенка. Смороди-

ну промыть, обсушить, всыпать половину в сковороду с луком и тушить в течение четырех-пяти минут.

Полученную массу залить белым бульоном (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив»), добавить сливки и коньяк, вскипятить и протереть через сито. Затем соус снова довести до кипения, снять с огня, посолить, поперчить, добавить оставшуюся смородину и немного подогреть.

Подавать к жареной домашней и дикой птице.

Кетчуп из красной смородины



1 кг красной смородины, 2½ стакана сахара, ½ стакана 6%-ного уксуса, ½ ст. ложки корицы, 1 ч. ложка молотой гвоздики, по ¼ ч. ложки молотого черного и молотого душистого перца.

Смородину очистить от веточек, промыть, обсушить, всыпать в кастрюлю и засыпать сахаром. Затем добавить гвоздику, корицу, черный и душистый перец, влить уксус и, постоянно помешивая, варить в течение 20–25 минут при несильном кипении. Готовый соус разлить в банки и укупорить или закрыть завинчивающимися крышками, остудить и хранить в холодильнике.

Подавать к холодным и горячим блюдам из мяса и дичи, к сосискам, яйцам, кашам и макаронам.

Соус из ежевики с чесноком



1 кг ежевики, 2–3 зубка чеснока, 2 ст. ложки молотого кориандра, соль по вкусу.

Из ежевики отжать сок. Чеснок почистить, мелко нарезать или пропустить через чесночницу и растереть с солью. Добавить к чесночной массе кориандр и ежевичный сок, тщательно перемешать и слить в соусник. Подавать к блюдам из мяса, домашней птицы и дичи.

Соус из ежевики и винограда с орехами



2 стакана ежевичного сока, ⅔ стакана сока из неспелого винограда, 2 стакана очищенных грецких орехов, 3–

4 зубка чеснока, 2–3 ст. ложки измельченной зелени кинзы, $\frac{1}{6}$ – $\frac{1}{3}$ стручка острого красного перца, соль по вкусу.

Грецкие орехи растолочь с зеленью кинзы, чесноком, стручковым перцем и солью (можно измельчить и перемешать с помощью миксера или кухонного комбайна).

Сок ежевики размешать с виноградным соком, влить немного кипяченой холодной воды, затем добавить ореховую смесь, тщательно перемешать и перелить в соусник.

Подавать к блюдам из жареного или вареного мяса и птицы.

Если вы хотите использовать этот соус для блюд из вареной или жареной рыбы, то в него нужно добавить одну мелко нарезанную луковичу.

Острый соус из ежевики с орехами



2 стакана ежевичного сока, 1 стакан очищенных грецких орехов, 6 зубков чеснока, 2 ч. ложки молотого кориандра, молотый жгучий красный перец и соль по вкусу.

Орехи растолочь с очищенным чесноком, красным перцем, кориандром и солью и хорошо перемешать с ежевичным соком.

Подавать к блюдам из жареного мяса и птицы.

Гранатовый соус с луком



$1\frac{1}{2}$ стакана гранатового сока, 2 луковичы, по 1 ч. ложке измельченной зелени кинзы и укропа, 1–3 зубка чеснока, соль по вкусу.

Лук и чеснок почистить, ополоснуть, измельчить (чеснок пропустить через чесночницу) и растереть с солью и зеленью. Полученную массу хорошо перемешать с гранатовым соком.

Подавать к блюдам из жареной рыбы или птицы.

Вишневый соус с орехами



$1\frac{1}{3}$ стакана консервированных вишен без косточек, 1 ст. ложка сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана вишневого сока, 1 ст. ложка измельченных орехов или миндаля, $\frac{1}{4}$ ч. ложки тертой лимонной цедры, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонного

сока, ½ ч. ложки картофельного крахмала, ⅓ ч. ложки молотой корицы, соль по вкусу.

Вишни из компота или варенья протереть через сито или пропустить через мясорубку, высыпать в сковороду или сотейник с разогретым маслом и, помешивая, слегка обжарить.

Вишневый сок процедить, развести им крахмал и растереть, чтобы не было комков.

Орехи растереть в однородную массу с корицей, цедрой, лимонным соком и солью, добавить эту массу в вишневый сок, ввести туда же вишневое пюре и варить соус, помешивая, до загустения.

Подавать в холодном или горячем виде к цыплятам, курице или фазану, жареным на вертеле.

Вишневый соус к дичи



1 стакан свежих вишен, 2 стакана красного бульона из дичи, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки лимонного сока, сахар и соль по вкусу.

Вишни промыть, удалить косточки, сложить в кастрюлю, залить бульоном и довести до кипения.

Тем временем из муки и масла приготовить красную жирную заправку (см. «Заготовки для соусов и подлив»), постепенно, размешивая, влить в нее бульон с вишнями, снова вскипятить и варить еще 5 минут. Затем добавить в соус соль, сахар и лимонный сок и размешать.

Подавать к жаркому из крупной дичи (оленья, лося, косули, лани).

Виноградный или гранатовый соус

1 вариант



1¼ стакана сока неспелого винограда или гранатового сока, 1 стакан воды, 1 ст. ложка смеси измельченной зелени кинзы, петрушки и эстрагона, 1–3 зубка чеснока, красный стручковый перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить, мелко нарезать или пропустить через чесночницу и растолочь с солью и стручковым перцем в однородную массу.

Виноградный сок разбавить холодной кипяченой водой, добавить зелень и чесночную соль, тщательно перемешать и подавать в соуснике к блюдам из птицы или жареному мясу.

II вариант



1 кг неспелого винограда или 8 гранатов, 1 ст. ложка зелени кинзы, 2–4 зубка чеснока, соль по вкусу.

Неспелый виноград промыть, очистить от веточек, размять деревянной ложкой, выжать сок и процедить. Гранаты надрезать на четыре части, отделить зерна от кожуры, выжать из них сок и тоже процедить. Чеснок почистить, измельчить и растолочь с солью и зеленью кинзы. В подготовленный сок ввести чесночную смесь и хорошо перемешать.

Подавать в соуснике к блюдам из жареной птицы.

Виноградный или гранатовый соус с орехами



1 стакан гранатового сока или сока из неспелого винограда, $\frac{3}{4}$ стакана воды, $\frac{2}{3}$ стакана измельченных грецких орехов, 1–2 зубка чеснока, 2–3 веточки кинзы или розмарина, красный стручковый перец и соль по вкусу.

Орехи тщательно растолочь с зеленью, чесноком, солью и жгучим перцем, добавить гранатовый или виноградный сок, разведенный холодной кипяченой водой, и хорошо перемешать.

Подавать к блюдам из вареной или жареной птицы и жареного мяса.

Если вы хотите использовать этот соус к блюдам из рыбы, в него нужно добавить 2–3 столовые ложки очень мелко нарезанного зеленого лука.

Барбарисовый или кизилковый соус



3 стакана барбариса или кизила, 1 сладкий болгарский перец, 2 зубка чеснока, по 1 ч. ложке измельченной зелени кинзы, петрушки и укропа, 1 ст. ложка измельченного зеленого лука, соль по вкусу.

Сладкий болгарский перец очистить от семян, промыть, ошпарить кипятком, снять с него тонкую кожицу, а мякоть измельчить. Барбарис промыть, сложить в кастрюлю, залить во-

дой так, чтобы она только покрыла ягоды, и варить на среднем огне в течение 10–15 минут. Затем протереть барбарис вместе с отваром через сито, добавить зелень, сладкий перец и зеленый лук и хорошо перемешать.

Подавать к горячим блюдам из рыбы, птицы и баранины.

Соус из кизила с кориандром



3 стакана спелого кизила, ½ стакана воды, 1–2 зубка чеснока, 1 ч. ложка молотого кориандра, 1 ч. ложка хмели-сунели, по 1 ч. ложке зелени кинзы и укропа, красный стручковый перец и соль по вкусу.

Чеснок почистить, измельчить и растереть с солью, кориандром, зеленью, хмели-сунели и толченым или молотым острым перцем.

Очень спелый кизил промыть и протереть через дуршлаг. Полученное пюре развести холодной кипяченой водой, добавить смесь специй и тщательно перемешать.

Подавать к блюдам из жареной птицы и баранины, к горячим овощным блюдам.

Соус из терна и ткемали



500 г терна, 500 г ткемали или кислых слив, 1½ стакана воды, 3–4 зубка чеснока, 1 ч. ложка молотого кориандра, красный молотый перец и соль по вкусу.

Терн и ткемали промыть, сложить в кастрюлю, залить водой и варить на среднем огне в течение 15 минут. Затем плоды протереть вместе с отваром через крупное сито или дуршлаг, удаляя косточки.

Чеснок почистить, растолочь с солью, красным перцем, кориандром и зеленью, соединить с фруктовым пюре и хорошо перемешать.

Подавать к блюдам из жареной птицы и баранины.

Соус из терна



500 г терна, 1 стакан воды, 2 зубка чеснока, по 1 ч. ложке измельченной зелени кинзы и укропа, острый стручковый перец и соль по вкусу.

Ягоды терна промыть, положить в кастрюлю, залить водой, чтобы она покрыла плоды и, периодически помешивая, варить на небольшом огне до тех пор, пока терн не разварится. После этого протереть ягоды вместе с отваром через сито, удаляя косточки.

Очищенный чеснок растолочь с солью, стручковым перцем и зеленью в однородную массу, соединить с терновым пюре и тщательно перемешать.

Подавать к блюдам из птицы, жареной рыбы, баранины, тушеным баклажанам.

Соус «Ткемали»

I вариант



1 кг слив ткемали или алычи, $\frac{1}{4}$ стакана воды, 6–8 зубков чеснока, 2 ст. ложки сушеного укропа, 2 ч. ложки сушеной мяты, 3 ч. ложки молотого кориандра, $1\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого жгучего красного перца, соль по вкусу.

Сливы вымыть, разрезать пополам, сложить в эмалированную кастрюлю, влить воду и варить на слабом огне 10–15 минут, чтобы отделились косточки и кожица. Ткемали снять с огня, удалить из них косточки и слить получившийся при варке прозрачный сок. Сливовую массу растереть в пюре или протереть через сито и варить до густоты сметаны, непрерывно помешивая деревянной лопаткой и небольшими порциями добавляя слитый сок.

Чеснок почистить, измельчить и растереть с солью, укропом, мятой, кориандром и красным перцем (можно использовать для этих целей миксер или кухонный комбайн), чтобы получилась однородная масса.

Добавить чесночную смесь в горячий соус, перемешать и варить, помешивая, еще 5 минут. Готовый соус охладить.

Если вы хотите заготовить соус впрок, его нужно разлить горячим в банки или бутылки и укупорить.

II вариант



1 кг слив ткемали, 1 головка чеснока, по 1 ст. ложке измельченной зелени укропа и кинзы, 1 стручок свежего или сушеного острого красного перца, соль по вкусу.

Ткемали промыть, сложить в кастрюлю, залить водой так, чтобы она покрыла сливы, и варить в течение 10—15 минут, пока плоды не разварятся. Затем снять кастрюлю с огня, удалить косточки, а мякоть вместе с отваром протереть через сито или дуршлаг.

Чеснок почистить и растереть с очищенным от семян и измельченным стручковым перцем, солью и зеленью до однородного состояния. Полученную массу соединить со сливовым пюре и тщательно перемешать.

подавать соус «ткемали» в холодном виде к блюдам из отварного, жареного мяса и рыбы.

Примечание. Из 1 кг слив ткемали получается 1 стакан пюре для соуса.

Острый индийский сливовый соус



1 кг спелых слив, 2 стакана 3%-ного уксуса, $\frac{2}{3}$ стакана изюма без косточек, 2 сладких болгарских перца, 3 неострые луковички, 1 ст. ложка измельченного острого лука, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка молотого имбиря, 1 ч. ложка молотого красного жгучего перца, 1 ч. ложка соли.

Лук почистить, ополоснуть и измельчить. Сладкий перец очистить от семян, промыть, мелко нарезать, сложить в эмалированную посуду, добавить лук и промытый изюм, влить уксус, накрыть крышкой и варить на слабом огне в течение часа. Сливы вымыть, разрезать на половинки, удаляя косточки, перемешать с луковой массой, добавить сахар, соль, имбирь и красный перец, размешать и, периодически помешивая, варить на слабом огне под крышкой еще 1,5—2 часа. Когда соус станет похожим на кашу-размазную, его нужно выложить в стеклянную банку, закрыть закручивающейся крышкой или укупорить, остудить и хранить до употребления в холодильнике.

подавать к блюдам из риса, бобовых и отварной рыбы, а также к несладким лепешкам и запеканкам.

Соус из чернослива



1 стакан чернослива, 2 стакана белого бульона, 2 ст. ложки сливочного масла, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки муки.

Чернослив промыть, залить горячей водой, дать постоять 10–15 минут, слить, удалить косточки, а мякоть нарезать крупными кусочками.

Муку растереть до однородного состояния с размягченным сливочным маслом, развести небольшим количеством холодного белого бульона (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив»), тщательно перемешать, чтобы не было комков, влить остальной горячей бульон и снова перемешать. Затем добавить чернослив, довести соус до кипения и варить 3–5 минут.

Подавать к кашам и крупяным запеканкам.

Кисло-сладкий соус из сухофруктов



½ стакана чернослива, ½ стакана изюма без косточек, 2 стакана коричневого бульона, 2 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, сок из двух лимонов.

Лук почистить, ополоснуть, измельчить и, помешивая, обжарить в разогретом масле до золотистого цвета.

Чернослив промыть, залить горячей водой, дать разбухнуть, удалить косточки, а мякоть нарезать крупной соломкой.

В горячий коричневый бульон (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив») опустить обжаренный лук, промытый изюм и чернослив, влить лимонный сок, довести до кипения и варить 5–7 минут.

Подавать к горячим мясным и рыбным блюдам.

Соус из шиповника к макаронам и кашам



4 ст. ложки сушеного шиповника, 4 стакана воды, 1 неполный стакан сахара, 1½ ст. ложки крахмала, ¼ ч. ложки лимонной кислоты, ½ ч. ложки тертой лимонной, апельсиновой или мандариновой цедры.

Шиповник промыть в холодной воде, сложить в миску, залить кипящей водой, закрыть крышкой и дать постоять 20–25 минут. После этого жидкость слить в другую посуду, а набухшие ягоды размять деревянной ложкой или измельчить в пюре с помощью миксера.

В полученную массу влить настоянную на шиповнике воду, добавить лимонную кислоту, перемешать и варить при слабом

кипении 10–12 минут, а потом снять с огня и дать настояться в течение получаса. Затем отвар процедить через марлю, сложенную в вдвое или втрое, добавить сахар и снова довести до кипения.

Картофельный крахмал развести в небольшом количестве охлажденного отвара, размешать, чтобы не было комков, и тонкой струйкой, постоянно помешивая, влить эту смесь в горячий соус.

подавать к кашам, макаронам, крупяным и макаронным запеканкам, крупяным пудингам.

Соус из шиповника с вином к мясу



500 г повидла или густого варенья из перемолотого шиповника, 1 стакан красного сухого вина, $\frac{2}{3}$ стакана коньяка, по одному лимону и апельсину.

Лимон и апельсин вымыть, вытереть, снять с них мелкой теркой цедру, а из мякоти выжать сок. Цедру залить небольшим количеством воды и покипятить около 30 минут, после чего слить.

Тем временем повидло или варенье развести вином, тщательно взбивая массу венчиком, затем влить коньяк и соки, добавить проваренную цедру, хорошо перемешать и охладить.

подавать отдельно в соуснике к горячим блюдам из пернатой дичи, зайца или кролика.

Абрикосово-миндальный соус



450 г кураги, $\frac{1}{2}$ стакана измельченного миндаля, 1 стакан сахара, 1 луковица, 2 стакана винного уксуса, 1 яблоко, 1 ст. ложка тертого имбиря, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки молотого кориандра, соль по вкусу.

Курагу промыть и нарезать небольшими кусочками. Лук почистить, ополоснуть и измельчить. Яблоко вымыть, ошпарить кипятком, снять с него кожуру и мелко нарезать, удалить сердцевину.

Подготовленные продукты сложить в толстостенную кастрюлю или сотейник, добавить миндаль, сахар, уксус и специи и, помешивая, варить на слабом огне до растворения сахара.

Затем плотно закрыть посуду крышкой и варить еще около часа.

Подавать к блюдам из риса, несладким пудингам, крупяным запеканкам и отварной или печеной рыбе.

Яблочный кисло-сладкий соус к мясу



6 яблок, сок из одного апельсина, $\frac{3}{4}$ стакана оливкового или рафинированного подсолнечного масла, 2–4 зубка чеснока, $\frac{1}{3}$ – $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотой паприки, сахар и соль по вкусу.

Чеснок почистить и измельчить. Яблоки вымыть, очистить от кожуры и сердцевин, натереть на мелкой терке, полить апельсиновым соком, посыпать сахаром, солью и паприкой и хорошо перемешать. Полученную массу высыпать в сковороду с разогретым маслом, добавить немного воды и, постоянно помешивая, довести до кипения. Затем всыпать в соус чеснок и, не прекращая мешать, кипятить еще 5 минут, по мере необходимости доливая воду.

Подавать к антрекотам, бифштексам или отбивным.

Жгучий яблочный соус



3 яблока, 1 луковица, 1 пучок щавеля, 5 ст. ложек сливок, 3 ст. ложки горчицы, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 стручок перца чили, соль по вкусу.

Яблоки вымыть, очистить от кожуры и сердцевин и нарезать небольшими дольками. Очищенный лук измельчить, всыпать в сковороду с разогретым маслом, добавить яблоки, смесь сливок с горчицей и, помешивая, довести до кипения. Щавель ополоснуть, отряхнуть и мелко нарезать. Перец чили очистить от семян и измельчить.

Соус посолить, всыпать щавель и перец чили и тщательно перемешать.

Подавать к жареному гусю, утке, пернатой дичи и жареной рыбе.

Яблочный соус к мясу



5–6 яблок, $1\frac{1}{2}$ стакана воды, $1\frac{1}{4}$ стакана сахара, $\frac{1}{3}$ ч. ложки молотой корицы.

Яблоки промыть, нарезать небольшими кусочками, удалив семена, сложить в кастрюлю, залить водой, закрыть крышкой и варить, пока объем воды не уменьшится на одну треть. После этого яблоки охладить и вместе с отваром протереть через частое сито или пропустить через мясорубку.

В полученное пюре добавить сахар и корицу и, постоянно помешивая лопаткой, варить еще 10–12 минут.

Готовый соус взбить венчиком и подать в горячем виде к блюдам из жареной телятины, крупной дичи, гуся или утки.

Яблочный соус к макаронам



2 крупных яблока, ½ стакана полусладкого белого вина, ½ стакана белого куриного бульона, 1 стакан сливок, 1 луковица, 2 головки чеснока, 2 веточки чабреца.

Яблоки вымыть, очистить от кожуры и сердцевин и нарезать небольшими кусочками.

Очищенный лук и чеснок измельчить, сложить в сотейник или толстостенную кастрюлю, добавить белый бульон (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив»), вино, сливки и чабрец, перемешать, вскипятить и варить при слабом кипении в течение 15 минут. Затем вынуть чабрец, а всю остальную массу растолочь или протереть через сито.

подавать к отварным макаронам и макаронным изделиям или макаронным запеканкам.

Ананасово-апельсиновый соус к мясу



150 г свежего или консервированного ананаса, 1 апельсин, ½ стакана апельсинового сока, 1½ ст. ложки сахара, ½ стакана воды, 2 ст. ложки рома, 1 ст. ложка крахмала.

Сахар всыпать в кастрюлю, влить воду и сварить сироп. Апельсин вымыть, очистить от кожуры, нарезать ее полосками, а мякоть нарезать кружочками, удаляя зернышки. Мякоть ананаса мелко нарезать, опустить вместе с мякотью и кожурой апельсина в сироп, добавить ром и апельсиновый сок, размешать и варить на слабом огне в течение 20 минут. После этого вынуть из соуса апельсиновую кожуру, добавить разведенный в

небольшом количестве воды крахмал и довести до кипения. Подавать к горячим мясным блюдам.

Соус лимонный



4 лимона, 2 стакана уксуса, 1 ст. ложка тертого хрена, 1 ст. ложка горчичного порошка, $\frac{1}{3}$ ч. ложки тертого мускатного ореха, $\frac{1}{2}$ ч. ложки мускатного цвета, $\frac{1}{5}$ ч. ложки молотой гвоздики, $\frac{1}{3}$ ч. ложки молотого черного перца, $\frac{1}{5}$ ч. ложки молотого кайенского перца, $\frac{1}{5}$ ч. ложки соли.

Все специи и пряности хорошо перемешать вручную или с помощью миксера.

Лимоны вымыть, нарезать ломтиками, удаляя зернышки, сложить в кастрюлю, посыпать смесью специй, залить уксусом, накрыть крышкой и кипятить 15–20 минут. Затем переложить соус в банку с завинчивающейся крышкой и дать настояться в течение месяца, периодически встряхивая.

Готовый соус процедить через марлю, разлить в маленькие бутылки и закрыть пробками.

Использовать в небольшом количестве к блюдам из рыбы или в качестве ароматической добавки к другим соусам.

Кокосовый соус с мятой



1 стакан свежей, мороженой или сушеной кокосовой стружки, 1 стручок свежего жгучего перца, 1,5 см имбирного корня, 10 шт. очищенного миндаля или орехов кешью, $\frac{1}{3}$ стакана воды, 2 ст. ложки лимонного сока, 2–3 ст. ложки молока или йогурта, $\frac{1}{3}$ стакана свежих листьев мяты, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка соли.

Жгучий перец очистить от семян и мелко нарезать. Имбирь натереть на крупной терке, смешать с перцем и измельчить с помощью миксера. Миндаль или кешью залить на минуту кипятком, слить, слегка остудить, снять с них тонкую кожицу, высыпать на сковороду или противень и подсушить в нагретой духовке в течение 15–20 минут.

Подготовленные орехи крупно нарезать, смешать с перцем и имбирем и измельчить миксером до пастообразного состояния. В полученную массу влить воду и лимонный сок, всыпать сахар, соль и измельченную мяту и перемешать с помощью мик-

сера до однородного состояния. После этого добавить кокосовую стружку и молоко или йогурт и продолжать смешивать, пока соус не будет похож на крем.

подавать теплым или холодным к блюдам из риса, бобовых, жареных и тушеных овощей.

Этот соус можно хранить в холодильнике в плотно закрытой посуде в течение одного-двух дней.

Кокосовый соус с тамариндом или алычой



1¼ стакана кокосовой стружки, 50 г сушеного тамаринда или 5–6 шт. алычи, ½ стакана воды, по 2 ст. ложки измельченной свежей мяты и кинзы, 3 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки топленого или кунжутного масла, 1 ч. ложка семян горчицы, 1 стручок острого зеленого перца, ½ ч. ложки соли.

Тамаринд залить горячей водой, дать постоять 15 минут, потом протереть сквозь дуршлаг или сито, удаляя семена и пленки. Алычу вымыть, очистить от косточек и протереть через дуршлаг.

Острый зеленый перец очистить от семян, мелко нарезать, соединить с пюре из тамаринда или алычи, сахаром, солью, мятой и кинзой и с помощью миксера или комбайна перемешать, измельчая, до однородного состояния. После этого добавить кокосовую стружку и снова перемешать.

Семена горчицы всыпать в сковороду или кастрюлю с разогретым маслом и обжаривать, пока они не начнут потрескивать и не станут сизыми. Затем снять посуду с огня и через 3–5 секунд вылить масло с горчицей в соус.

Готовый соус хорошо перемешать и подать в теплом или холодном виде к холодным и горячим закускам из рыбы, жареных овощей и птицы, а также к рису.

Манговый соус с кокосовой стружкой



2–3 крепких незрелых манго (около 1 кг), ¼ стакана кокосовой стружки, 1 ст. ложка измельченной кураги, по 1 ст. ложке апельсинового и лимонного сока, 2 ст. ложки кунжутного или кокосового масла, 1 ч. ложка семян черной горчицы, 2 ст. ложки измельченной кинзы,

1 стручок зеленого острого перца, 1/3 ч. ложки молотого кайенского перца или паприки, 1/2 ч. ложки соли.

Зеленый острый перец очистить от семян и нарезать мелкой тонкой соломкой. Манго почистить, удалить косточку, а мякоть натереть на крупной терке, соединить с кокосовой стружкой, курагой, лимонным и апельсиновым соками, солью, красным и зеленым перцем, осторожно перемешать, закрыть крышкой и дать постоять в течение получаса при комнатной температуре или в течение четырех-шести часов в холодильнике.

Семена горчицы обжарить в масле, как сказано в предыдущем рецепте, влить вместе с маслом в соус, добавить кинзу, хорошо перемешать и подать через 30–50 минут к блюдам из бобовых или к тушеным овощам.

Острый соус с манго и чили



1 спелое манго, 1 ст. ложка рыбного соуса, сок из одного лимона, 2 ст. ложки измельченной кинзы, 1–2 стручка свежего или 1 ч. ложка молотого перца чили, 2 ч. ложки сахара, соль по вкусу.

Стручки чили очистить от семян, ополоснуть и мелко нарезать. Манго почистить, удалить косточку, а мякоть нарезать крупными кусочками, соединить с рыбным соусом, лимонным соком, сахаром и перцем чили и превратить в пюреобразную массу с помощью кухонного комбайна или миксера.

Готовый соус посолить, добавить зелень кинзы и снова тщательно перемешать до однородного состояния.



РАЗНООБРАЗНЫЕ СОУСЫ И ПРИПРАВЫ

Оливковая приправа «Прованс»



2 стакана оливок без косточек, 2 ст. ложки каперсов, 4 анчоуса, 1 ч. ложка измельченного свежего тимьяна, 2 ст. ложки оливкового масла, 3 ст. ложки измельченной зелени петрушки.

Анчоусы ополоснуть, разделить на филе, соединить его с оливками, каперсами и тимьяном и перемешать с помощью кухонного комбайна до получения почти однородной массы. Затем, продолжая перемешивать, постепенно ввести оливковое масло и петрушку.

Подавать с белым батонem к блюдам из рыбы и морепродуктов.

Оливковая приправа с коньяком



2 стакана маслин без косточек, 1½ ст. ложки каперсов, 3 анчоуса, 1 зубок чеснока, 2 ст. ложки коньяка, 1 ч. ложка горчицы, по 1 ч. ложке чабра и петрушки, 2 ст. ложки оливкового масла, молотый черный перец и соль по вкусу.

Из оливок вынуть косточки, каперсы обсушить от рассола, анчоусы разделить на филе.

В ступку или в процессор положить каперсы, оливки, анчоусы, нарезанные на кусочки, и растереть до пастообразного состояния. Добавить травы, также нарезанные, горчицу и алкоголь. Все смешивать далее в ступе или миксере. Понемногу, взбивая, добавить к смеси оливковое масло.

Оливковый соус к дичи



10 оливок без косточек, 4 шт. мелкого лука-шалота или сеянца, 1 ст. ложка оливкового масла, 50 г сала, ½ стакана белого говяжьего или куриного бульона, ½ стакана красного вина, 3 стакана воды, 1 ч. ложка тимьяна, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лук почистить, высыпать целиком в глубокую сковороду или сотейник с разогретым оливковым маслом и обжарить до золотистого цвета. Затем добавить нарезанное ломтиками сало, потушить 5–10 минут, всыпать муку, перемешать и обжаривать, пока мука не приобретет кремовый оттенок. После этого влить горячий белый бульон (приготовление см. в «Заготовки для соусов и подлив»), воду и вино, добавить тимьян, размешать и тушить соус на слабом огне в течение 20 минут.

Оливки разрезать на четвертинки, положить в соус, посолить, поперчить и подать к блюдам из жареной птицы, пернатой и крупной дичи.

Розовый мучной соус



3–4 ст. ложки муки, 2 стакана воды, 1 ст. ложка томат-пюре, 3–4 ст. ложки белого сухого вина, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Муку высыпать на сухую сковороду и, помешивая, подрумянить до золотистого оттенка. Затем влить кипящую воду, размешивая, чтобы не было комков, вскипятить и варить 3–5 минут. Затем добавить томат-пюре, вино, соль, молотый перец и зелень, тщательно перемешать и довести до кипения.

Подается к горячим блюдам из рыбы и морепродуктов.

Свекольный соус



2 темно-красные свеклы, ½ ст. ложки топленого масла, ½ ч. ложки муки, ½ стакана белого бульона, 3–4 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка уксуса, сахар и соль по вкусу.

Свеклу вымыть, уложить на противень, влить немного воды, поместить в предварительно нагретую духовку и испечь до мяг-

кости. Готовую свеклу почистить и мелко нарезать или натереть на терке.

Из муки и масла приготовить белую жировую заправку, развести ее бульоном, тщательно размешивая, чтобы не было комков, добавить сметану, свеклу, уксус, сахар и соль и варить на небольшом огне 10–15 минут.

Готовый соус протереть через сито или превратить в пюреобразную массу с помощью кухонного комбайна.

Подавать к блюдам из кролика или зайца.

Соус с вином и томатом



1½ стакана белого говяжьего бульона, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки горчицы, 2 ст. ложки красного вина, 3 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки лимонного сока, по ½ ч. ложки измельченной зелени петрушки, укропа, кинзы и мяты, сахар и соль по вкусу.

Горчицу растереть со сметаной и вином, добавить зелень, лимонный сок, кипящий бульон, соль и сахар, размешать и варить соус 3–5 минут.

Подается к блюдам из жареной телятины.

Соус «Мясной»



400 г говядины, 100 г свиного сала, 1 луковица, 1 маленькая морковь, по одному маленькому корню сельдерея и петрушки, 1 стебель лука-порея, 3 стакана воды, 1 ст. ложка сливочного масла, ½ стакана мадеры, 1 ст. ложка муки, 6 шампиньонов, 5 корнишонов, 1 лавровый лист, молотый душистый перец и соль по вкусу.

Говядину и сало ополоснуть и мелко нарезать. Лук, морковь, коренья и порей почистить, вымыть и измельчить. В кастрюлю сложить овощи и мясо, добавить лавровый лист и душистый перец и, помешивая, обжарить докрасна. Затем влить воду и варить бульон в течение часа, после чего протереть соус через сито.

Из муки и масла приготовить белую жировую заправку, развести ее небольшим количеством соуса, размешать, чтобы не было комков, соединить с остальным соусом и варить до тех пор,

пока количество жидкости не уменьшится вдвое. После этого соус снова процедить через сито, снять с поверхности жир, добавить мадеру, нарезанные ломтиками грибы и разрезанные вдоль на четвертинки корнишоны и, помешивая, варить еще 30 минут.

Готовый соус посолить и подать к мясному жаркому или паштету из дичи.

Острая аджика из сладкого перца



4–5 сладких болгарских перцев, 2–3 стручка жгучего красного перца, по одному пучку зелени петрушки, укропа и кинзы, 1–2 головки чеснока, 1–2 ст. ложки хмели-сунели, 1 ч. ложка молотого душистого перца, 1 ч. ложка молотого черного перца, 1½ ч. ложки соли.

Сладкий (желательно красного цвета) и жгучий перец очистить от семян, промыть и нарезать небольшими кусочками. Зелень ополоснуть и измельчить. Чеснок почистить и пропустить через чесночницу.

Подготовленные продукты соединить, добавить душистый и черный перец, соль и хмели-сунели и тщательно перемешать с помощью кухонного комбайна до получения однородной пюреобразной массы.

Готовую аджику хранить в холодильнике.

Подавать в холодном виде к мясным блюдам, особенно хорош этот соус к шашлыку.

Анчоусовый соус с грибами



3 анчоуса, 2–3 свежих белых гриба или шампиньона, 2 стакана бульона, 3 ломтика лимона без зернышек, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1 лавровый лист.

Из муки и масла приготовить белую жировую заправку, развести ее теплым бульоном и хорошо перемешать, чтобы не было комков. Анчоусы промыть и разделать на филе. Грибы почистить, вымыть, мелко нарезать, соединить с анчоусами и лимонном, влить бульон, добавить лавровый лист и варить смесь на слабом огне до загустения.

Готовый соус протереть через сито или измельчить с помощью кухонного комбайна, предварительно удалив лавровый лист.

Подавать в горячем или холодном виде к блюдам из утки или дичи.

Итальянская приправа «Песто»



2 стакана листьев базилика, 2 зубка чеснока, 3 ст. ложки оливкового масла, 5 ст. ложек тертого сыра пармезан или 2–3 ст. ложки овечьего сыра, 3 ст. ложки орехов пинии, 1 ч. ложка соли.

Чеснок почистить, измельчить на терке и растереть с солью до пастообразного состояния. Листья базилика вымыть, обсушить, соединить с чесночной пастой, орешками пинии и оливковым маслом и с помощью кухонного комбайна превратить все в однородную массу, часто останавливая мотор, чтобы сформировать массу. Затем добавить сыр, вмешивая его с помощью ложки. Полученный соус можно хранить 2–3 дня при комнатной температуре или неделю в холодильнике.

Подавать к макаронам. Если исключить из этой приправы сыр, ее можно подавать к блюдам из отварного картофеля и стручковой фасоли, а также к запеченному в гриле мясу и рыбе.

Испанская приправа из оливок



1½ стакана зеленых оливок без косточек, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка каперсов, ¼ стакана оливкового масла, 1 ч. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки измельченной зелени кинзы, молотый черный перец по вкусу.

Чеснок почистить, измельчить, соединить с оливками и каперсами и превратить с помощью кухонного комбайна в однородную пастообразную массу. Затем, не включая комбайн, добавить по каплям оливковое масло, а после него — лимонный сок.

Хорошо вымешанную приправу переложить на блюдо, посыпать кинзой и перцем и дать настояться при комнатной температуре в течение 10–15 минут, чтобы проявился аромат.

Подавать с гренками, хересом и миндалем.

СОДЕРЖАНИЕ

АППЕТИТНЫЕ ПРИПРАВЫ НА ВАШЕМ СТОЛЕ	3
ЗАГОТОВКИ ДЛЯ СОУСОВ, ПРИПРАВ И ЗАПРАВОК	5
Заготовки для соусов и подлив	5
Белый бульон	5
Концентрированный белый бульон	6
Коричневый мясной бульон	6
Концентрированный коричневый бульон	7
Рыбный бульон	8
Концентрированный рыбный бульон	8
Грибной бульон	8
Безжировая красная и белая мучная заправка	9
Жировая красная и белая мучная заправка	9
Жженный сахар для подкрашивания соусов	10
Мясная эссенция для подкрашивания соусов	10
Мясной сок	11
Пряный уксус	12
Пряный уксус по-чешски	12
Пряный уксус по-белорусски	12
Уксус из белых корней	13
Чесночный уксус	13
Цитрусовый уксус	13
Эстрагонный уксус	14
Вишневый уксус	14
Настурциевый уксус	14
Фиалковый уксус	15
Специи, приправы и пряности для соусов, подлив и заправок	15
Приправы народов мира	39
ПОДЛИВЫ	51
Подлива для пудингов и запеканок	51
Подлива для жаркого	51
Подлива молочная	52
Подлива сметанная	52
Подлива экстраординарная острая	52
Подлива апельсиновая легкая	52
Подливка пряная	53

Подлива томатная	53
Подлива с авокадо и сливочным сыром	53
Подлива мандариново-миндальная	53
Подлива с глинтвейном	53
Подлива к индейке	54
Подлива к макаронам постная	54
Подлива золотистая	54
Подливка уксусная	55
Подливка чесночная по-чешски	55
Подлива из орехов кешью	55
Подлива грибная	55
Подлива красносмородиновая к мясу	56
Подлива густая с красным вином	56
Подлива брусничная с портвейном	57
Подлива из хрена	57
Подлива из помидоров и перца	57
Подлива картофельная	58
Подлива деревенская	58
Подлива коричневая	59
Подлива с кунжутом	59
Подлива лимонная с зеленью	59
Подлива чили с йогуртом	60
Подлива имбирная	60
Подлива арахисовая	60
Подлива из тунца	60
Подлива с сыром и огурцом	60
Подлива из йогурта с сыром блю	61
Подлива с мятой и сметаной	61
Подлива кисло-сладкая с изюмом	61
Подлива густая с хересом	61
Подлива в микроволновке	62
Подлива ароматная к индейке	62
Подлива к макаронам	62
Подлива из сметаны	63
Подлива для любого гарнира	63
Подлива сливочная к макаронам с томатами	64
Подлива к макаронам быстрая и простая	64
Подлива овощная к макаронам	64
Подлива лимонная к макаронам	65
Подлива к макаронам из свеклы и моркови	65

Подлива к рису	66
Подливка к рису с шампиньонами и сметанным соусом ..	66
Подливка к рису с томатной пастой	66
Подливка из лисичек	67
Подливка из куриных желудочков	67
Подливка постная грибная из вешенки	68
Подливка из раков	69
Подливка из папоротника	69
Подливка на «скорую руку»	70
ЗАПРАВКИ	71
Заправка горчичная по-русски	71
Заправка с горчицей «Домашняя»	71
Заправка горчичная для сельди	71
Заправка горчичная по-славянски	72
Заправка горчичная с майонезом	72
Заправка с вином	72
Заправка для салатов «Универсальная»	73
Заправка для винегрета	73
Заправка для салатов с орехами	74
Заправка пряная салатная	74
Заправка салатная по-французски	74
Заправка с томатным соком, чесноком и луком	74
Заправка чесночная «Днепр»	75
Заправка укропная	75
Заправка с соком грейпфрута	75
Заправка к квашеной капусте	76
Заправка по-датски	76
Заправка уксусная с луком	76
Заправка с майонезом для сельди	77
Заправка для овощных салатов	77
Заправка для овощных салатов с корицей	77
Заправка «Томатная» для фруктово-овощных салатов	77
Заправка банановая для фруктово-овощных салатов	78
Заправка для фруктовых салатов	78
Заправка из йогурта	78
Заправка «Антре» из майонеза и сметаны	78
Заправка в окрошку	79
Заправка салатная с йогуртом	79
Заправка сметанная	79
Заправка к черной редьке	79

Заправка лимонная с медом	80
Заправка обычная	80
Заправка «Домашний майонез»	80
Заправка из горчицы и уксуса	80
Заправка пряная	81
Заправка пряная с эстрагоном	81
Заправка «Эстрагонный уксус»	81
Заправка чесночная	81
Заправка цитрусовая	82
Заправка вишневая	82
Заправка «Столовая»	82
Заправка уксусная из белых кореньев	83
Заправка «Хрен со сметаной»	83
Заправка «Хрен с уксусом»	83
Заправка по-западноевропейски	83
Заправка «Горчица по-французски»	84
Заправка горчичная по-славянски	84
Заправка горчичная с майонезом	84
Заправка «Горчица укропная»	85
Заправка простая	85
Заправка с чесноком	85
Заправка экзотическая	85
Заправка с вином	86
Заправка с орехами	86
Заправка с томатным соком	86
Заправка пряная	87
Заправка французская	87
Заправка укропная	87
Заправка с соком грейпфрута	87
Заправка со сливками по-датски	88
Заправка для овощных салатов	88
Заправка «цитрус» для фруктово-овощных салатов	88
Заправка для фруктовых салатов	88
Заправка из йогурта и мака для фруктовых салатов	89
Заправка со сладким перцем	89
Заправка с йогуртом	89
Заправка с медом	89
Заправка сметанная для фруктовых салатов	90
Заправка «Майонез зеленый»	90
Заправка «Соевый соус домашний»	90

Заправка из раков	91
Заправка «Майонез со сметаной»	91
Заправка «Чесночный соус по-карибски»	91
Заправка белая с йогуртом	92
Заправка яичная	92
Заправка по-венгерски	92
СОУСЫ. РАЗНООБРАЗНЫЕ РЕЦЕПТЫ	
ПРИГОТОВЛЕНИЯ	93
Белые соусы	93
Основной белый соус	93
Паровой белый соус	94
С хреном	94
С брусникой и вином	94
С зеленым горошком	95
С рисом	95
С овощами	96
С зеленью	96
С томатной пастой	96
С яйцами	97
С яичными желтками	97
Со сметаной	98
С артишоками	98
С маслинами	99
С одуванчиком и крапивой	99
С вином и кинзой	99
С лимоном и апельсином	100
С грибным отваром	100
Со сливками	101
С хреном и зеленью петрушки	101
С корнишонами	101
Рыбный соус	102
Паровой рыбный соус	102
Рыбный соус с рассолом	103
Рыбный соус с растительным маслом	103
Рыбный соус с желтками и каперсами	103
Белый рыбный соус с лимоном	104
Рыбный соус с мидиями	104
Рыбный соус со сливками	105
Укропный соус	105
Красные соусы	106

Основной красный соус	106
Красный соус острый	106
Красный соус со сладким перцем	107
Красный соус с зеленым горошком	107
Красный луковый соус	108
Красный соус с луком и грибами	108
Красный соус с грибами и помидорами	109
Красный соус с грибами	109
Красный грибной соус для запекания	110
Красный соус с ветчиной	110
Красный чесночный соус с копченостями	111
Красный соус с уксусом и чесноком	111
Красный соус с вином	112
Красный соус с вином и эстрагоном	112
Красный соус с луком	112
Красный кисло-сладкий соус	113
Соус с черносливом и хреном	113
Красный соус с мандаринами	114
Соус с изюмом	114
Соус «Бигарад»	114
Черносмородиновый соус	115
Красный соус с коньяком	116
Баклажанный соус	116
Испанский красный соус	117
Красный соус с зеленью	117
Красный соус португальский	117
Соус красный с печенью	118
Соус с корнионами	118
Томатные соусы и кетчупы	119
Основной томатный соус	119
Томатный соус с овощами	119
Томатный соус с вином	120
Томатный соус с овощами и вином	120
Томатный соус к рыбе	121
Томатный соус с редисом	121
Томатный соус с грибами	121
Томатный соус для спагетти	122
Томатный соус для пиццы	122
Томатный соус на рыбном бульоне	123
Томатный соус с сыром	123

Томатный соус жгучий	124
Томатный соус к рыбе	124
Томатный соус с чили	125
Томатный соус с яблоками и изюмом	125
Томатный соус «Анталия»	126
Томатный соус к шашлыку	126
Томатный соус со сливами	126
Томатный соус с маслинами	127
Томатный соус с корицей	127
Томатный соус «Минутка»	128
Томатный соус по-грузински	128
Соус томатный с зеленой фасолью	128
Испанский томатный соус	129
Соус томатный со сливочным маслом	129
Соус томатный с лимоном	130
Соус томатный с кореньями	130
Соус томатный с чесноком	131
Соус томатный с орехами	131
Пикантный соус «Сальса»	132
Соус из зеленых помидоров	132
Соус из зеленых помидоров с фруктами	132
Соус из зеленых помидоров с сахаром	133
Аджика по-грузински	134
Кетчуп «Домашний»	134
Кетчуп «Острый»	135
Кетчуп по-английски	135
Кетчуп по-американски	136
Кетчуп по-китайски	136
Луковые и чесночные соусы	136
Луковый соус (1)	136
Луковый соус (2)	137
Кисло-сладкий луковый соус	137
Луковый соус с томатом	138
Луковый соус со сметаной	138
Луковый соус острый	139
Луковый соус с кореньями	139
Луковый соус с горчицей	139
Луковый соус с яйцами	140
Луковый соус с пшеном и кинзой	140
Луковый соус с тмином	141

Луковый соус с лимоном	141
Луковый соус со сливками	141
Луковый соус с орехами	142
Луковый соус с топленым маслом	142
Чесночный соус	143
Чесночный соус с яйцом	143
Чесночный соус с помидорами	143
Чесночный соус с орехами	144
Чесночный соус по-грузински	144
Чесночный соус по-узбекски	144
Сирийский чесночный соус	144
Чесночный соус с салом	145
Соус из печеного чеснока	145
Соусы из хрена	145
Хрен заварной	145
Хрен со сметаной	146
Из хрена с яблоками	146
Из хрена со свеклой	146
Хрен «Красный»	147
С хреном и укропом	147
Из хрена и калины	147
Горячий соус с хреном и сметаной	148
Горячий соус с хреном и изюмом	148
Соус с хреном, сметаной и майонезом	149
Соус с хреном, сметаной и яйцами	149
Соус с хреном, яблоками и простоквашей	149
Соусы со сметаной и сливками	150
Основной сметанный соус	150
Сметанный соус на бульоне	150
Сметанный острый соус	150
Сметанный соус с базиликом	151
Сметанный соус с луком	151
Сметанный соус с желтком	151
Сметанный соус с огурцами	152
Сметанный соус с томатом и луком	152
Сметанный соус с томатом и паприкой	152
Сметанный соус с паприкой	153
Сметанный соус с лимонным соком	153
Сметанный соус с томатом	153
Сметанный соус с хреном	154

Сметанный соус с чесноком	154
Сметанный соус с сыром	154
Франкфуртский зеленый соус	155
Сметанный соус с горчицей	156
Сметанный соус по-английски	156
Мясной соус со сметаной	156
Сметанный соус с рыбой	157
Сливочный соус с лимоном	157
Сливочный соус с сыром	157
Сливочный соус с чесноком	158
Горчица и горчичные соусы	158
Горчица «Домашняя»	158
Горчица «Столовая»	158
Горчица «Медовая»	159
Горчица с хреном	159
Горчица яблочная или грушевая	160
Горчица к шашлыкам	160
Горчица кислая со щавелем	160
Горчица по-французски	161
Горчица по-западноевропейски	161
Горчица укропная	162
Горчица «Лимонная»	162
Горчичный соус с вином	162
Горчичный соус к рыбе	163
Горчичный соус-мусс к рыбе	163
Горчичный соус с оливками	163
Горчичный соус с эстрагоном	164
Майонезы и соусы на их основе	164
Майонез «Провансаль»	164
Майонез «Зеленый»	165
Майонез с анчоусами и луком	165
Майонез острый	166
Майонез острый с корнишонами	166
Майонез из раков	166
Майонез с белым соусом	166
Майонез с зеленью и соленьями	167
Майонез с горчицей	167
Майонез с кетчупом и зеленью	168
Майонез с кетчупом и шпиком	168
Майонез томатный	169

Майонез с томатом и хреном	169
Майонез с томатом и сладким перцем	169
Майонез со сметаной	169
Майонез со сметаной и луковым соком	170
Майонез с брусникой	170
Майонез апельсиновый	170
Майонез с йогуртом	171
Майонез с лимоном и каперсами	171
Майонез ветчинный	171
Майонез с яблоками	171
Майонез с сыром и чесноком	172
Майонез с сельдереем	172
Яичные, масляные и яично-масляные соусы	172
Яичный соус	172
Яичный соус с икрой	173
Масляный соус с яйцами и зеленью	173
Сырное масло	173
Анчоусное масло	174
Зеленое масло	174
Селечное масло	174
Раковое масло	175
Масло из сардин с яблоками	175
Масляный соус	176
Масляно-анчоусный соус	176
Масляный соус с каперсами	176
Масляный соус с орехами	176
Яично-масляный соус с лимоном	177
Соус к мясу и рыбе	177
Голландский соус	178
Голландский соус с белым соусом	178
Голландский соус с томатом	178
Голландский соус с горчицей	179
Голландский соус с апельсиновым соком	179
Голландский соус с оливками	179
Голландский соус со сливками	179
Голландский соус с каперсами	180
Голландский соус с сыром	180
Голландский соус с яйцами	180
Соусы на растительном масле	180
Соус масляный	180

Соус из растительного масла с зеленью	181
Соус из растительного масла с томатом	181
Зеленый соус на оливковом масле	181
Зеленый соус	182
Острый соус	182
Соус с горчицей	183
Соус с горчицей и зеленью	183
Пряный соус к жареной рыбе	183
Нежный коньячный соус	184
Масляный соус-желе к мясу, птице или рыбе	184
Соус с яйцами	184
Соус острый	185
Соус «Тартар»	185
Ароматный соус к мясу	186
Соус с лимонным соком и яйцом	186
Чесночный соус	186
Соус к макаронам	187
Грибные соусы	187
Грибной соус	187
Грибной соус с луком	188
Грибной соус со сливками и вином	189
Грибной соус с шампиньонами	189
Грибной соус со сметаной	190
Грибной соус со сливками к спагетти	191
Грибной соус с молоком	191
Грибной соус со сметаной и зеленью	191
Грибной соус со сметаной и луком	192
Грибной соус с льезоном	192
Грибной соус с томатом	193
Грибной соус с луком и томатом	193
Грибной соус с томатом и майонезом	194
Грибной соус с томатом и чесноком	194
Грибной соус с чесноком	195
Грибной соус с черносливом и изюмом	195
Грибной соус с тыквой и мандаринами	196
Грибной соус с лимонным соком	196
Грибной соус с яблоками	197
Грибной соус с вином и салом	197
Соус с маринованными грибами и каперсами	197
Соусы с вином	198

Винный соус	198
Винный соус со сливками к рыбе	198
Винный соус с анчоусами	199
Винный соус к рыбе	199
Винный соус с болгарским перцем	200
Винный соус с лимоном	200
Винный соус с имбирем	200
Соус винный со сладким перцем	201
Винный соус с грибами	201
Винный соус с орехами	202
Винный соус с мятой	202
Винный соус с апельсинами	202
Винный соус с яблоками	203
Кисло-сладкий винный соус	203
Китайский винный соус	203
Соус винный с цитрусовыми	204
Молочные соусы	204
Молочный соус	204
Голландский молочный соус	205
Молочный соус с арахисом	205
Молочный соус на капустном отваре	206
Молочный соус с каперсами	206
Молочный соус с майораном	206
Молочный соус с жареным луком	207
Молочный соус с отваром шиповника	207
Молочный соус с зеленью	207
Молочный соус с пряностями	208
Молочный соус с сыром	208
Молочный соус с мясным фаршем	208
Молочный соус с томатной пастой	209
Молочный соус с креветками	209
Соус бешамель	210
Соус бешамель с вином и сметаной	210
Соус бешамель с крапивой	210
Соус бешамель с грибами	211
Соус с мясом крабов	211
Соус к рыбе «Нежный»	211
Хлебный соус	212
Соусы из молочных продуктов	212
Соус с простоквашей и яичными желтками	212

Соус для цветной капусты	213
Соус из простокваши или кефира с зеленью	213
Соус из простокваши или кефира с горчицей	214
Соус из простокваши или кефира с томатом	214
Соус с йогуртом и яблоком	214
Соус с йогуртом и лимоном	214
Соус с йогуртом и горчицей	215
Зеленый соус с йогуртом	215
Испанский соус с йогуртом	215
Рыбный соус с йогуртом	215
Соус с йогуртом и ореховым маслом	216
Мятный соус с йогуртом	216
Творожный соус	216
Сырный соус с йогуртом и творогом	217
Соус сырный к галетам	217
Сырный соус с уксусом	217
Ореховые соусы	217
Ореховый соус	217
Ореховый соус «Сациви»	218
Соус «Сацибели»	220
Ореховый соус с анчоусами	220
Ореховый соус с гранатовым соком	221
Ореховый соус с чесноком	221
Ореховый соус с хлебом	221
Миндальный соус	222
Арахисовый соус с салом	222
Соус с арахисом и грейпфрутовым соком	222
Соус-крем из кешью	223
Соевые соусы и заправки	223
Соевый соус домашний	223
Соевый соус на молоке	224
Соевый соус с вином к мясу	224
Соевый соус с вином к яйцам	225
Соевый соус с чесноком и кунжутом	225
Соус «Тэрияки» к птице	225
Соус «Тэрияки» к мясу	226
Соус «Тэрияки» к рыбе	226
Китайский имбирный соус	226
Китайский соус «Чжянцзы»	226
Красный кантонский соус	227

Устричный соус	227
Корейский пикантный соус	228
Кунжутный соус по-корейски	228
Кунжутный соус по-японски	229
Острый корейский соус	229
Японская приправа «Васаби»	229
Экзотическая салатная заправка	230
Заправка для салата с цыпленком	230
Майонез из соевой муки	230
Майонез из сухого соевого молока	231
Майонез из тофу	231
Соевый майонез с грибами	231
Соевый майонез с зеленью	232
Соус из тофу с медом	232
Соус из тофу с хреном	232
Соус из тофу «Лимонный»	232
Соус из тофу с орехами	233
Соус из тофу зеленый	233
Соус из тофу с огурцами и вином	234
Заправка из тофу с чесноком	234
Заправка из тофу с сельдереем и медом	234
Заправка к капустному салату	235
Сладкие соусы	235
Абрикосовый соус	235
Абрикосовый соус со сливками	236
Абрикосово-малиновый соус	236
Смородинно-малиновый соус	236
Ягодный соус к пудингам и блинчикам	237
Ягодный соус с вином	237
Ягодный соус к мороженому	238
Вишневый соус	238
Ананасовый соус	238
Ананасовый соус с изюмом	239
Банановый соус	239
Яблочный соус	240
Грушевый соус с финиками и лесными орехами	241
Персиковый соус с вином	241
Соус из хурмы	242
Ванильный соус	242
Сливовый соус с молоком	243

Сладкий молочный соус	243
Сладкий миндальный соус	243
Сметанный соус с ягодами	244
Сметанная заправка для фруктовых салатов	245
Шоколадный соус	245
Кофейный соус	246
Пуншевый соус	246
Сладкий винный соус	246
Сладкий яичный соус с вином	247
Японский соус	247
Фруктово-ягодные соусы	248
Брусничный соус с вином	248
Брусничный соус с луком	248
Брусничный соус с сыром	248
Брусничный соус с коньяком	249
Ягодная приправа к дичи	249
Клюквенный соус	249
Клюквенный взвар	250
Черносмородиновый соус с горчицей	250
Смородиновый соус с финиками и изюмом	251
Смородиново-яблочный соус	251
Смородиновый соус	252
Смородиновый соус с вином	252
Пикантный смородиновый соус	252
Кетчуп из красной смородины	253
Соус из ежевики с чесноком	253
Соус из ежевики и винограда с орехами	253
Острый соус из ежевики с орехами	254
Гранатовый соус с луком	254
Вишневый соус с орехами	254
Вишневый соус к дичи	255
Виноградный или гранатовый соус	255
Виноградный или гранатовый соус с орехами	256
Барбарисовый или кизилковый соус	256
Соус из кизила с кориандром	257
Соус из терна и ткемали	257
Соус из терна	257
Соус «Ткемали»	258
Острый индийский сливовый соус	259
Соус из чернослива	259

Кисло-сладкий соус из сухофруктов	260
Соус из шиповника к макаронам и кашам	260
Соус из шиповника с вином к мясу	261
Абрикосово-миндальный соус	261
Яблочный кисло-сладкий соус к мясу	262
Жгучий яблочный соус	262
Яблочный соус к мясу	262
Яблочный соус к макаронам	263
Ананасово-апельсиновый соус к мясу	263
Соус лимонный	264
Кокосовый соус с мятой	264
Кокосовый соус с тамариндом или алычой	265
Манговый соус с кокосовой стружкой	265
Острый соус с манго и чили	266
РАЗНООБРАЗНЫЕ СОУСЫ И ПРИПРАВЫ	267
Оливковая приправа «Прованс»	267
Оливковая приправа с коньяком	267
Оливковый соус к дичи	268
Розовый мучной соус	268
Свекольный соус	268
Соус с вином и томатом	269
Соус «Мясной»	269
Острая аджика из сладкого перца	270
Анчоусовый соус с грибами	270
Итальянская приправа «Песто»	271
Испанская приправа из оливок	271

**СОУСЫ
ПОДЛИВЫ
СПЕЦИИ
ПРИПРАВЫ
ЗАПРАВКИ**

