

Пальчики оближешь!



ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩИ, РЫБА, МЯСО и ПТИЦА



САМЫЕ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ



ИЗДАТЕЛЬСТВО
КАВЪ СЕМЕЙНОГО ДОСУГА



Введение

У каждой хорошей хозяйки есть свои рецепты фаршированных блюд. Но чтобы постоянно радовать домашних чем-нибудь новеньким и оригинальным, их запас необходимо пополнять. Ведь приготовление фаршированных блюд — это прекрасная возможность проявить свою фантазию и разнообразить меню, поскольку фаршировать можно все и фаршировать можно всем, а соединение разного в одном дает неповторимый удивительный вкус.

В нашей книге собраны лучшие рецепты блюд из мяса, рыбы и морепродуктов, овощей и фруктов, фаршированных как традиционными, так и оригинальными начинками. Мы уверены: в нашей книге вы обязательно найдете, что взять себе на вооружение!



Птица, мясо и мясные продукты фаршированные

Язык говяжий фаршированный

1 говяжий язык, 200 г репчатого лука, 1½ корня петрушки, 10 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 100 г сливочного масла, 100 г пшеничного хлеба, 1 яйцо, 1 ст. л. измельченной зелени петрушки и укропа, 200 мл бульона, 1 ч. л. муки, ½ стакана сметаны, соль по вкусу

Язык отварить с кореньями, очистить, разрезать вдоль (не до конца), вырезать немного мякоти изнутри, пропустить ее через мясорубку вместе с частью сливочного масла и пшеничным хлебом, замоченным в молоке, добавить яйцо, перец, рубленую зелень, посолить. Нафаршировать язык, обвязать нитками (чтобы не выпадал фарш), уложить на противень, добавить немного сливочного масла и поставить в духовку. Периодически поливать бульоном, в котором варился язык. Тушить около 30 минут. В конце приготовления залить язык бульоном, в который предварительно добавить сметану (смесь необходимо тщательно размешать), довести до кипения и тушить 5 минут. Готовый язык охладить, удалить нитки, нарезать ломтиками, уложить на блюдо, придав форму целого языка. Соус процедить и подать отдельно. Приятного аппетита!

Шея куриная, фаршированная потрохами

1 куриная шея и потроха 1 курицы, 1 луковица, 1 ст. л. манной крупы, 1 яйцо, соль, черный молотый перец по вкусу

Аккуратно снять с шеи курицы кожу. Отверстие с одной стороны зашить обычными нитками. Потроха (печень, сердце, желудок) измельчить, добавить манную крупу, мелко нарезанный лук, взбитое яйцо, соль, перец. Перемешать, нафаршировать приготовленной смесью кожаный «мешочек». Зашить с другой стороны. Отварить на медленном огне до готовности. Перед употреблением нитки удалить. Подавать охлажденным. Приятного аппетита!

Печень телячья фаршированная

600 г телячьей печени, 120 г копченого сала, 6 ст. л. растительного масла, 1 луковица, 3 ст. л. молотых сухарей, 2 яйца, ½ стакана сметаны, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Печень надрезать посредине. В половине растительного масла поджарить измельченное сало, нарезанный лук, измельченную зелень петрушки и панировочные сухари. Когда масса остынет, добавить яйца, положить сметану, посолить, посыпать перцем и хорошо перемешать. Приготовленную массу вложить в разрез печени и зашить ниткой. Положить печень в кастрюлю, добавить оставшееся масло и запекать в умеренно нагретой духовке 1 час. Готовую печень посолить, нарезать ломтиками, разложить на блюде и полить соком, в котором она тушилась. Приятного аппетита!

Печень говяжья фаршированная

300 г говяжьей печени, 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. л. сливочного масла, 100 г гречневой каши, 1 яйцо, зелень петрушки и укропа, 1 стакан бульона, черный молотый перец, соль по вкусу

Печень разрезать по всей длине. Часть мякоти вырезать, нарезать небольшими кусками и припустить. Для приготовления фарша сварить вязкую гречневую кашу. Добавить в нее пассерованный репчатый лук, морковь, припущенную печень, соль, перец и яйцо. Образовавшееся в печени углубление наполнить фаршем, края скрепить деревянными шпажками. Залить небольшим количеством бульона и тушить до готовности под крышкой на слабом огне. При подаче на стол печень полить бульоном, в котором она тушилась, и оформить зеленью. Приятного аппетита!

Индейка, фаршированная печенью

1 индейка средних размеров, 450 г говяжьей печени, 5—6 ломтиков пшеничного хлеба, ½ стакана молока, 100 г сливочного масла, 5 яиц, черный молотый перец, соль по вкусу

Подготовленную индейку хорошо промыть, обсушить и натереть солью. Говяжью печень промыть, нарезать на куски и слегка обжарить на сливочном масле, посыпав солью, перцем и растертым лавровым листом. Обжаренную печень пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом и снова пропустить через мясорубку. В смесь добавить 1 ст. л. растопленного сливочного масла, сырые яйца, соль по вкусу и все хорошо перемешать. Нафарширо-

вать этой массой индейку, зашить ее, положить брюшком вверх на смазанный маслом противень, влить в него 2—3 ст. л. воды или бульона и поместить в разогретую духовку. Когда индейка слегка зарумянится, убавить огонь и периодически поливать ее соком, который образуется в противне. Через 1½—2 часа блюдо будет готово. Жареную индейку выложить на блюдо, удалив из нее нитки, обложить ее фаршем, любым овощным гарниром и свежими овощами. Приятного аппетита!

Индейка, фаршированная шампиньонами и савойской капустой

300 г филе индейки, несколько листов савойской капусты, 100 г шампиньонов, 2 зубчика чеснока, 7—8 ст. л. оливкового масла, 100 г помидоров черри, соль, черный молотый перец по вкусу

Зубок чеснока очистить, разрезать пополам, обжарить на сковороде с 1 ст. л. масла. Шампиньоны крупно нарезать, быстро обжарить в подготовленном масле вместе с помидорами, обсушить на бумажной салфетке. Листья капусты погрузить на 2—3 минуты в подсоленную кипящую воду, чтобы они стали мягкими.

Филе тонко отбить, выстелить листьями капусты, поверх выложить грибы и помидоры. Свернуть рулет, закрепить деревянными шпажками, обжарить со всех сторон на сковороде на оставшемся масле, затем довести до готовности в духовке при температуре 180 °С в течение 5—7 минут. Разрезать рулет наискосок и подать горячим. Приятного аппетита!

Утка, фаршированная грибами и картофелем

*1 утка, 500 г свежих грибов (шампиньонов),
4—5 картофелин, 1 луковица, топленое масло,
1 ст. л. меда, соль, черный молотый перец
по вкусу*

Грибы обжарить до полуготовности на сливочном масле. Добавить мелко нарезанный лук и жарить до прозрачности лука и готовности грибов. Картофель очистить, разрезать на четвертинки и припустить в небольшом количестве подсоленной воды. Подготовить утку: выпотрошить, промыть, обсушить бумажной салфеткой. Смазать тушку топленым маслом, натереть солью и перцем. Нафаршировать утку частью грибов и картофелем (сколько поместится в брюшке). Зашить брюшко. Смазать тушку солью, перцем и медом. Уложить в смазанный маслом противень. Вокруг тушки уложить четвертинки картофеля. Поместить утку в горячую духовку и запекать при температуре 180 °С в течение 1½—2 часа, время от времени поливая утку соком из противня (или формы), который образуется при жарении мяса. Готовую утку нарезать на куски и подать с печеной картошкой и грибами. Приятного аппетита!



Рыба и морепродукты фаршированные

Щука фаршированная

1 щука (1½—2 кг), 3 ломтика шпика, жир для жарения, 1—2 ст. л. сливок, лимонный сок, мука, соль

Для начинки: 250 г шампиньонов или белых грибов, 3 ч. л. рубленого репчатого лука, 2 ст. л. масла или маргарина, ½ стакана панировочных сухарей, 1 стебель сельдерея, ½ небольшого корня сельдерея, 2 ст. л. мелко нарубленной зелени петрушки, соль, черный молотый перец по вкусу

Щуку очистить (можно удалить голову и хвост), осторожно удалить кости. Приготовить начинку. Для этого слегка обжарить мелко нарубленный репчатый лук, добавить тонко нарезанные грибы, мелко нарубленный сельдерей и поставить тушить. Затем добавить панировочные сухари и петрушку. Массу приправить солью и перцем. Рыбу натереть солью и лимонным соком и начинить приготовленным фаршем. Зашить брюшко, посолить, посыпать перцем и положить на предварительно смазанный сливочным маслом или маргарином противень. Сверху положить несколько ломти-

ков шпика и поставить в горячую духовку. Через 10 минут убавить огонь, полить рыбу растопленным маслом и тушить в течение 30 минут. Духовку выключить и оставить в ней рыбу еще на 10 минут. Слить выделившийся сок, смешать его со сливками и мукой. Перед подачей на стол полить рыбу этим соусом. К фаршированной щуке подать отварной картофель. Приятного аппетита!

Рыба, фаршированная грибами

8 тонких кусков (600 г) филе палтуса, камбалы или морского окуня, 3 ч. л. соли, 5 г черного свежемолотого перца, 110 г сливочного масла, 50 г репчатого лука, 250 г свежих грибов (лучше белых или шампиньонов), 2 помидора, 75 г мелко нарезанной зелени петрушки, 2 яйца, 1½ стакана панировочных сухарей, 4 ст. л. муки, 1 стакан сухого вермута, 1 стакан сметаны

Смешать 2 ч. л. соли и 3 г перца, натереть этой смесью филе рыбы. 3 ст. л. сливочного масла растопить в сковороде и обжарить в нем в течение 5 минут мелко нарезанные лук и грибы. Положить очищенные от кожицы и нарезанные помидоры, петрушку, оставшуюся соль и перец и тушить на слабом огне 10 минут. Намазать полученной смесью куски рыбного филе и скатать их рулетом. Закрепить, обвязав рулеты ниткой или сколов шпажкой. Размешать яйца и обмакнуть в них рыбные рулеты, а затем обвалять в панировочных сухарях. Растопить в сковороде остальное сливочное масло и обжарить в нем рулеты со всех сторон. Обжаривать до тех пор, пока рыба не станет мягкой. Выложить на подогретое блюдо. В оставшееся на сковороде сливочное масло

высыпать муку. Обжарить. Добавить вермут и, помешивая, довести до кипения. Варить на среднем огне 5 минут. Влить сметану. Подогреть, но не доводить до кипения. Рулеты залить соусом. Соус также можно подать отдельно. Приятного аппетита!

Кальмары фаршированные

4 кальмара, 100 г свиной грудинки, 2 луковицы, 1—2 большие моркови, томатное пюре, бульон, черный молотый перец, соль по вкусу

Для этого блюда необходимы целые кальмары (филе не подходит). Кальмары очистить, удалить внутренности, щупальца и тщательно промыть под проточной холодной водой. Затем мелко нарезать щупальца кальмаров, репчатый лук, морковь, кусок грудинки и, растопив на сковороде сливочное масло, обжарить все вместе, добавив томатное пюре, перец и соль. Когда фарш будет готов, наполнить им тушки кальмаров, зашить или закрепить деревянными шпажками. Тушить в течение 15 минут в густом и остром бульоне. Перед подачей на стол нарезать круглыми дольками, как колбасу, и полить бульоном, в котором кальмары тушились. Приятного аппетита!



Овощи и грибы фаршированные

ОВОЩИ И ГРИБЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ

«Гнезда» из помидоров

2 помидора, 500 г мясного фарша, 1 луковица, 1 яйцо, 1 булка, 200 г твердого сыра, 3 ст. л. растительного масла, базилик, майоран, паприка, свежая зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Булку залить горячей водой, дать ей размокнуть, а затем хорошо отжать. Лук мелко нарезать. Смешать в глубокой миске фарш, яйцо, отжатую булку и лук. Добавить нарезанные базилик, майоран и паприку. Натереть на крупной терке сыр и половину перемешать с фаршем. Посолить и посыпать перцем, тщательно перемешать.

Мелко нарезать 1 помидор. Фарш разделить на 8 лепешек, выложить их на смазанный маслом противень. В центре каждой лепешки сделать углубление и положить в них немного мелко нарезанного помидора. Поставить на 10 минут

в хорошо разогретую духовку. Затем вынуть и посыпать сверху сыром. Оставшийся помидор нарезать тонкими ломтиками. Накрывать каждое «гнездо» таким ломтиком. Поставить еще на 10 минут в духовку. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные ветчиной

500 г помидоров, 100 г консервированного зеленого горошка, 75 г ветчины, 5 ст. л. майонеза, несколько листьев зеленого салата, соль по вкусу

Крупные твердые помидоры вымыть, срезать верхушки, при помощи чайной ложки аккуратно удалить мякоть. Ветчину нарезать мелкими кубиками и смешать с зеленым горошком и густым майонезом, посолить. Этим фаршем наполнить помидоры, уложить их на стеклянный поднос на листья салата, украсить майонезом, ленточками из срезанных верхушек помидора и горошинами. Приятного аппетита!

Помидоры с мясной начинкой

1 кг помидоров, 150—200 г тертого сыра, 600 г молотой говядины, 1 луковица, ½ стакана смальца, 2 ст. л. риса, 2 сырых яйца, 50 г сливочного масла, ½ стакана сметаны, соль и черный молотый перец по вкусу

Подготовить примерно одинаковые по величине помидоры: срезать верхушки, аккуратно вынуть чайной ложкой мякоть. Мякоть помидоров мелко изрубить и смешать с тертым сыром, посолить, посыпать перцем и перемешать. Молотую говядину обжарить в смальце вместе с мелко нарезанным

луком и сырым рисом, заправить по вкусу солью и перцем. Подготовленные помидоры наполнить вначале мясной начинкой, поверх нее выложить сырную начинку. На каждый помидор положить по небольшому кусочку масла. Уложить в глубокую сковороду или противень, полить сметаной и запечь в горячей духовке. Приятного аппетита!

Огурцы, фаршированные мясом

4 огурца, 300 г вареного мяса, 2 яйца, 2 помидора, ½ стакана сметаны, пучок зеленого салата, зелень петрушки, соль, сахар по вкусу

Свежие огурцы вымыть, разрезать вдоль, вырезать сердцевину. Огуречные сердцевинки, салат и зелень нашинковать. Помидоры мелко нарезать. Яйца отварить вкрутую и нарубить, вареное холодное мясо нарезать мелкими кубиками. Смешать все ингредиенты. Фарш заправить сметаной, солью, сахаром и хорошо перемешать, заполнить им огурцы. Огурцы посыпать рубленой зеленью и украсить листьями салата или веточками петрушки. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные мясом и грибами

4 помидора, 80 г мяса отварной птицы, 80 г шампиньонов, 2 ст. л. майонеза, зелень петрушки, соль, черный молотый перец по вкусу

Помидоры вымыть, срезать верхушки, при помощи чайной ложки аккуратно удалить мякоть. Посолить, дать стечь жид-

кости, посыпать перцем. Шампиньоны отварить в подсоленной воде и нарезать ломтиками. Вареное мясо птицы нарезать мелкими кубиками, смешать с майонезом и грибами. Помидоры наполнить приготовленным фаршем, выложить на блюдо, на каждый положить по ломтику шампиньона и оформить зеленью. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные ветчиной и зеленым горошком

12 помидоров, 240 г зеленого горошка, 150 г ветчины, ¼ стакана майонеза, 1 ст. л. соли

У плотных помидоров срезать верхушки, чайной ложкой удалить мякоть. Ветчину нарезать кубиками, смешать с горошком и майонезом, посолить. Полученной массой наполнить помидоры (горкой), украсить сеткой из майонеза, полосками помидоров и зеленым горошком. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные мясом

8 помидоров, 200 г мяса (мякоти), ¼ стакана риса, 1 луковица, 2 ст. л. растительного масла, 100 г тертого сыра, зелень петрушки или укропа, черный молотый перец и соль по вкусу

Помидоры средней величины вымыть в холодной воде, срезать верхушки и осторожно вынуть мякоть. Подготовленные помидоры посолить, посыпать перцем и наполнить подготовленным фаршем.

Для приготовления фарша мясо мелко изрубить или пропустить через мясорубку, добавить сваренный рассыпчатый рис, мелко нарезанный и поджаренный лук, соль и перец, перемешать. Наполненные фаршем помидоры положить на сковороду, смазанную маслом, посыпать тертым сыром. Затем сбрызнуть маслом и запекать в духовом шкафу 15—20 минут. Готовые помидоры переложить на блюдо, полить сметанным соусом и посыпать измельченной зеленью. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный мясом и рисом

1 кг сладкого перца, 500 г мясного фарша, ¾ стакана риса, 3 луковицы, 50 г сливочного масла, 1 л томатного сока (можно заменить бульоном или водой), зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

У стручков перца срезать верхушки вместе с плодоножкой, удалить семена, промыть перец в холодной воде.

Для приготовления фарша мелко нарезанный лук спассеровать на сливочном масле до золотистого цвета, добавить перебранный и промытый рис, по желанию влить томатный сок или добавить нарезанные свежие помидоры, немного воды и варить под крышкой 10—15 минут. Сваренный до полуготовности рис смешать с мясным фаршем, приправить солью, перцем, положить зелень петрушки. Наполнить этим фаршем стручки перца, уложить их в широкую низкую кастрюлю, залить томатным соком и тушить на слабом огне до готовности в течение 30—40 минут. Приятного аппетита!

Сладкий перец по-гречески

8 стручков сладкого перца, 200 г риса, 300 г куриного филе, 2 помидора, 100 г маслин, 100 г твердого сыра, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, растительное масло для жаренья, черный молотый перец, соль по вкусу

Рис сварить на слабом огне в течение 20 минут. Мясо и лук мелко нарезать, обжарить вместе, посолить, посыпать перцем и перемешать. Помидоры обдать кипящей водой, снять кожицу и нарезать кубиками. Стручки сладкого перца вымыть, разрезать вдоль на две части и очистить от семян. Мясо смешать с вареным рисом, нарезанными маслинами, помидорами, измельченным чесноком. Полученным фаршем начинить половинки перца, положить их на смазанный растительным маслом противень.

Сыр нарезать тонкими ломтиками. Ломтиком сыра накрыть каждую половинку фаршированного перца и запекать в духовке при температуре 180°C около 25 минут. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный колбасой и сыром

12 стручков сладкого перца, 300 г твердого сыра, 200 г копченой колбасы, 3 ст. л. сметаны, листья зеленого салата, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Стручки сладкого перца вымыть, разрезать вдоль на две части, очистить от семян и плодоножек. Сыр натереть на

терке, колбасу нарезать кубиками, соединить с сыром, заправить сметаной, солью и перцем. Подготовленной массой наполнить перец. Уложить на блюдо листья салата, на них — фаршированный перец и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный мясом и кукурузой

500 г смешанного мясного фарша (свинина, говядина), 1 черствая булка, 1 банка консервированной кукурузы, 1 луковица, 2 стебля зеленого лука, 4—6 стручков сладкого перца разного цвета, 1 яйцо, ½ стакана бульона, 1 ст. л. томатной пасты, 100 г твердого сыра, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Булку замочить в холодной воде. Кукурузу откинуть на дуршлаг. Репчатый лук очистить и мелко порубить, зеленый лук вымыть и мелко нарезать. Петрушку вымыть, отряхнуть от воды и порубить. Стручки перца вымыть, обсушить, срезать верхушки с плодоножкой, очистить от семян.

Духовку нагреть до 220 °С. Фарш смешать с отжатой булкой, луком и яйцом. Посолить, приправить перцем. Добавить кукурузу, зеленый лук, петрушку и перемешать. Полученной начинкой заполнить стручки перца.

Бульон смешать с томатной пастой и влить в глубокую форму для запекания. Выложить в форму фаршированные перцы и посыпать их тертым сыром. По желанию накрыть срезанными верхушками. Запекать в духовке 45 минут. Подать, украсив листиками свежей зелени. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные говяжьей печенью

700 г помидоров средней величины, 1 стакан сметаны, 200 г зелени петрушки и укропа, 3 ст. л. томата-пюре

Для фарша: 300 г говяжьей печени, 3 луковицы, 5 морковей, черный молотый перец, соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки, чайной ложкой удалить мякоть. Ошпаренную печень пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, спассеровать их вместе, добавив томат-пюре. Соединить печень с луком и морковью, добавить перец и соль, тщательно перемешать. Начинить этим фаршем помидоры, уложить в сотейник, залить сметаной и тушить до готовности. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные ветчиной и грибами

8 плотных помидоров, 150 г майонеза, 100 г маринованных грибов, 60 г нежирной ветчины, 30 г репчатого лука, 8 листьев зеленого салата, зелень петрушки, 1 ст. л. сока лимона, 1 ст. л. растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки, вынуть чайной ложкой мякоть, перевернуть помидоры и дать стечь соку. В майонез

положить мелко нарезанные грибы, нарезанную мелкими кубиками ветчину, нарезанные лук и зелень петрушки, хорошо все перемешать. Этой смесью наполнить помидоры, сверху на каждый помидор положить 1 ч. л. густого майонеза. На плоскую тарелку уложить хорошо вымытые листья салата, затем — фаршированные помидоры, слегка сбрызнуть их лимонным соком и растительным маслом. Посолить перед тем, как подавать на стол, чтобы зелень не потеряла свежий вид. Приятного аппетита!

Кабачки с курчонй начинкой

4 небольших кабачка, 250 г куриного фарша, растительное масло для жаренья, 1 стакан гречневой каши, 1 луковица, 4 яйца, 1 лимон, 4 ст. л. сметаны или майонеза, зелень петрушки, черный свежемолотый перец, соль по вкусу

Кабачки вымыть, обрезать концы и разрезать каждый кабачок вдоль пополам. Ложкой вынуть мякоть. Слишком много мякоти вырезать не нужно, иначе кабачки быстро размякнут, и может вытечь начинка. Кабачки бланшировать.

Лук мелко порубить и спассеровать в растительном масле до золотистого цвета. Вырезанную мякоть кабачков порубить и тоже добавить в сковороду. Туда же положить куриный фарш, все хорошо перемешать и обжарить.

Добавить гречневую кашу, посолить, посыпать перцем. Протушить на слабом огне 5 минут, затем охладить. Яйца сварить вкрутую, покрошить и перемешать с нарезанной зеленью. Затем смешать с фаршем. Аккуратно наполнить получившейся массой половинки кабачков и положить в форму для запекания. Запекать в духовке около 25 минут при температуре 180°C.

Когда кабачки будут готовы, выложить их на блюдо, украсить веточками петрушки и тонко нарезанными ломтиками лимона. Подавать, полив сметаной или майонезом. К фаршированным кабачкам можно предложить салат из свежих овощей. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные курицей и грибами

2 крупных помидора, 50 г куриного мяса, 2 ст. л. мелко нарезанных маринованных грибов, 4 ст. л. майонеза, 2 яйца, несколько маслин без косточек, лимонный сок, соль по вкусу

Куриное мясо нарезать мелкими кубиками, смешать с грибами и заправить майонезом. Помидоры разрезать пополам и удалить мякоть с семенами. Посолить и сбрызнуть лимонным соком. Начинить помидоры полученной смесью. Украсить мелко нарезанными кубиками крутых яиц и маслинами. Приятного аппетита!

Свекла, фаршированная рисом и мясом

3—4 крупные свеклы, 600 г говяжьего фарша, 0,1 л молока, 100 г риса, ½ стакана сметаны, 30 г сливочного масла, свежая зелень, молотый черный перец, соль по вкусу

Свеклу очистить от кожуры, удалить острым ножом часть мякоти и наполнить отверстие смесью из риса и мяса. Уложить фаршированную свеклу на смазанный маслом проти-

вень, полить растопленным сливочным маслом и запекать в умеренно горячей духовке до готовности. Перед подачей на стол залить свеклу взбитой сметаной и поставить в духовку на несколько минут. Приятного аппетита!

Картофель, фаршированный куриной печенью

1 кг картофеля, 300 г куриной печени, 150 г сливочного масла, 1 луковица, 200 г тертого сыра, черный молотый перец, соль по вкусу

Картофель вымыть и запечь, срезать верхушки, вынуть внутреннюю часть, размять, смешать с маслом, посолить и посыпать перцем. Печень мелко нарезать и обжарить с луком, затем добавить в картофель и перемешать. Нафаршировать смесью картофель, посыпать тертым сыром и запечь в духовке. Приятного аппетита!

Картофельные корзиночки

3 картофелины, 1 луковица, по 100 г отваренного мяса, ветчины и тертого сыра, 1 ст. л. растительного масла, 1—2 зубчика чеснока, 1 ч. л. томатной пасты, 20 г сливочного масла, красный молотый перец, соль по вкусу

Запеченный в кожуре картофель остудить и сделать корзиночки: очистить картофелины, вынуть часть мякоти и подрезать низ картофелин для устойчивости. Нарезать соломкой мясо, ветчину, посыпать красным перцем, посолить

и слегка протушить на растительном масле. Добавить растертый с солью чеснок, нарезанный тонкими кольцами лук, томатную пасту и тушить, чтобы масса стала густой. Можно добавить вынутую мякоть картофеля. Наполнить фаршем картофельные корзиночки, посыпать тертым сыром, поставить в духовку на смазанный маслом противень, запекать до расплавления сыра. Приятного аппетита!

Картофель, фаршированный ветчиной

1 кг картофеля, 100 г ветчины, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 100 г пшеничного хлеба без корок, 1 стакан белого вина, 1 стакан мясного бульона, 1 помидор, 2 зубчика чеснока, зелень петрушки, мускатный орех, черный молотый перец, соль по вкусу

Замочить хлеб в холодной воде. Очищенный и вымытый картофель обсушить. Острым ножом с одного конца срезать верхушку, чтобы можно было поставить клубень. С другого конца клубня вырезать углубление, стараясь не проткнуть картофелины. Измельченную мякоть картофеля, ветчину и мелко нарезанный лук припустить на сковороде на сливочном масле. Полить массу 2 ст. л. белого вина, добавить размоченный хлеб, перец, соль, рубленую зелень петрушки, немного натертого мускатного ореха. Обжаренную массу тщательно перемешать и нафаршировать ею клубни картофеля.

Разложить клубни довольно плотно в смазанной сливочным маслом высокой сковороде или сотейнике, влить белое вино и бульон. На каждый клубень положить кусочек сливочного масла. Запекать в духовке около 45 минут, поливая время от времени выделяющимся соусом. Подавать в той

же посуде, в которой картофель запекался. Украсить помидорами, чесноком, зеленью. Приятного аппетита!

Картофельные шарики с мясной начинкой

800 г картофеля, 500 г говядины, 50 г сливочного масла, 100 г репчатого лука, 40 г муки, 5 ст. л. растительного масла, 1¼ стакана сметаны, 1 яйцо, черный и красный молотый перец, соль по вкусу

Картофель очистить, отварить до полуготовности, растереть в пюре, добавить сливочное масло, яйцо, посолить, посыпать перцем, перемешать. Сформовать из пюре шарики, в середину каждого выложить фарш.

Для приготовления фарша говядину отварить, пропустить через мясорубку и обжарить, добавив мелко нашинкованный лук. Фарш заправить солью, красным и черным молотым перцем.

Шарики обвалять в муке или панировочных сухарях и обжарить в растительном масле. При подаче на стол готовые шарики полить сметаной. Приятного аппетита!

Картофель с колбасно-грибной начинкой

8 картофелин средней величины, 100 г сала, 50 г белых грибов, 50 г колбасы, 50 г репчатого лука, 2 яйца, 1 пучок зелени укропа, 100 г майонеза, черный молотый перец, соль по вкусу

Картофель вымыть, очистить, обсушить и чайной ложкой осторожно вынуть сердцевину картофелин. Для пригото-

ления фарша грибы отварить в подсоленной воде и нарезать соломкой, лук нарезать и обжарить, мелко порубить яйца и колбасу. Добавить соль, перец, мелко нарезанную зелень укропа и все тщательно перемешать.

Разогреть духовку, сало нарезать тонкими кусочками и растопить на противне. Каждую картофелину наполнить фаршем. Выложить фаршированный картофель на противень и запекать 15 минут. Перед подачей на стол полить майонезом и украсить зеленью. Приятного аппетита!

Картофель, фаршированный говяжьей

1 кг картофеля, 2 стакана сметаны, 500 г говядины, 1 луковица, 2 ст. л. растительного масла, зелень, черный молотый перец, соль по вкусу

Картофель очистить, удалить сердцевину. Говядину пропустить через мясорубку. Лук мелко нашинковать и обжарить в растительном масле, посолить и посыпать перцем. Полученным фаршем заполнить картофелины, обжарить их, затем положить в сковороду, посолить, залить сметаной и запечь в духовке. К столу подать, посыпав зеленью. Приятного аппетита!

Картофель, фаршированный мясом

1 кг картофеля, 300—400 г мяса, 1 яйцо, 3 ст. л. томатной пасты, 1 стакан сметаны, 1 ст. л. муки, зелень укропа, черный молотый перец, соль по вкусу

Крупный картофель залить кипящей водой, посолить и отварить в кожуре до полуготовности. Очистить, разрезать

вдоль пополам и вынуть из одной части мякоть. Мясо пропустить через мясорубку, зелень укропа мелко порубить. Соединить мякоть картофеля, мясо, яйцо, добавить укроп. Посолить, посыпать перцем и все тщательно перемешать. Полученным фаршем начинить картофель и закрыть оставшимися половинками. Уложить в широкую посуду, влить бульон или воду и тушить до готовности. Заправить мукой, томатом и сметаной и еще немного протушить. Приятного аппетита!

Картофель с начинкой из ветчины и сыра

1,2 кг картофеля, 2½ пачки маргарина, 200 г ветчины или охотничьей колбасы, 3 помидора, 2 яйца, 2 ст. л. молока, 1 ст. л. тертого сыра, 1½ стакана бульона, зелень укропа, красный молотый перец, соль по вкусу

Отварить до полуготовности картофель целиком и аккуратно удалить сердцевину. Разогреть половину маргарина и обжарить в нем нарезанные мелкими кубиками ветчину и мякоть помидоров. Перемешать яйца, молоко, сыр, соль и красный перец. Добавить к ветчине. Помешивать, пока масса не загустеет. Начинить фаршем картофелины и поместить их в оставшийся растопленный маргарин, залить кипящим бульоном. При желании можно добавить немного сметаны.

Поставить в закрытой посуде на огонь или в открытой — в духовку. Помешивая, довести до готовности. Перед подачей на стол посыпать нарезанной зеленью укропа. Соус можно дополнить разведенной в небольшом количестве воды мукой. Приятного аппетита!

Картофель с мясной начинкой

8 крупных картофелин, 150 г помидоров, 3 стебля зеленого лука, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. растительного масла, 250 г молотой свинины, 100 г консервированной кукурузы, 100 г твердого сыра, 2 ст. л. рубленого тимьяна, черный молотый перец, соль по вкусу

Картофель вымыть. Влажные клубни, каждый в отдельности, завернуть в фольгу, положить на решетку и запекать 1 час при температуре 200°C. Помидоры нарезать кубиками, лук — кольцами, чеснок порубить. Протушить в масле лук и чеснок. Добавить в мясной фарш и тушить 5 минут. Перемешать с помидорами, кукурузой, посолить и посыпать перцем.

Картофель вынуть из фольги, надрезать сверху. Вынуть из клубней часть мякоти, поставить их на противень. Начинить картофель фаршем. Сыр нарезать полосками и выложить на картофель. Запекать в духовке 5 минут. Посыпать тимьяном. Приятного аппетита!

Цукини, фаршированные мясом и рисом

4 крупных цукини, 70 г риса, 2 луковицы, 6 помидоров, оливковое масло, ½ пучка зелени петрушки, 1 пучок зелени укропа, 250 г мясного фарша, 1 ч. л. листьев мяты, 1 ч. л. белого свежемолотого перца, 2 ст. л. красного молотого перца, топленое масло, 1 ст. л. сливочного масла, 125 мл овощного бульона, соль по вкусу

Вымытые цукини разрезать вдоль пополам. Сварить рис в слегка подсоленной воде в течение 15 минут. Воду слить.

Очищенный лук мелко нарезать. Вымыть помидоры, два из них обдать кипящей водой, очистить и мелко нарезать. Оставшиеся помидоры нарезать тонкими ломтиками и сбрызнуть оливковым маслом. Петрушку и укроп мелко нарубить. При помощи десертной ложки удалить сердцевину из половинок цукини. Перемешать рис, мясо, помидоры, зелень, пряности, влить топленое масло и немного воды. Наполнить фаршем цукини. Положить на смазанный маслом противень, украсить сверху кружочками помидоров, добавить сливочное масло в бульон и полить им блюдо. Поставить противень в разогретую духовку и запекать при температуре 200°C в течение 25 минут. Подать фаршированные цукини с рисом. Приятного аппетита!

Цветная капуста, фаршированная мясом

1 средний кочан цветной капусты, 250—300 г мясного фарша, 1 луковица, 1 морковь, 2 зубчика чеснока, 1 пучок зелени укропа, 1 пучок кинзы, 2 ст. л. растительного масла, 2 яйца, 50 г сливочного масла, соль, черный молотый перец по вкусу

Лук, морковь и чеснок очистить, нашинковать. Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить в нем овощи в течение 3—4 минут. Зелень промыть, обсушить и мелко порубить. Добавить к овощам и жарить еще 1 минуту. Снять с огня, дать немного остыть.

Фарш выложить в миску, добавить обжаренные овощи, соль, перец и 1 яйцо. Вымешивать фарш не менее 5 минут.

Цветную капусту вымыть. Аккуратно вырезать кочерыжку. Плотно обернуть кочан широкой полосой фольги — это позволит сохранить его форму при запекании в духовке.

Заполнить пустую сердцевину кочана фаршем, плотно приминая его ложкой, чтобы внутри не оставалось пустот. Разровнять поверхность фарша. Разогреть духовку до 200°C. Противень накрыть листом фольги, налить поверх ½ стакана теплой воды. Положить на фольгу капусту фаршем вниз. Верх капусты смазать сливочным маслом, смешанным с оставшимся яйцом, посолить. Накрыть вторым листом фольги и запекать 35 минут. За 5—7 минут до готовности снять верхний лист фольги, чтобы капуста подрумянилась.

Вынуть капусту из духовки, осторожно освободить от фольги. Переложить кочан на блюдо и нарезать кусками толщиной по 2 см. Если кочан очень большой, сначала разрезать его пополам, а затем нарезать порционными кусочками. Подать со сметаной. Приятного аппетита!

Огурцы, фаршированные редисом, яйцами и ветчиной

1 кг свежих огурцов, 4 яйца, 2 пучка редиса, 1¼ стакана густой сметаны, 500 г ветчины, 1 ст. л. рубленой зелени укропа, 2 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука, соль по вкусу

Отобрать ровные небольшие огурцы, вымыть, разрезать вдоль пополам, очистить от кожицы и зерен. Перемешать мелко нарезанные вареные яйца и натертый на крупной терке редис, добавить зелень укропа, рубленый зеленый лук. Заправить сметаной, посолить по вкусу. Ветчину нарезать тонкими ломтиками. Середину огурцов наполнить приготовленной начинкой, сверху положить ломтик ветчины, сложенный вдвое, по бокам украсить «розочками» из редиса. Приятного аппетита!

Грибы, фаршированные куриным мясом

500 г шампиньонов, 100 г мякоти копченой курицы, 100 г тертого сыра, 2 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. маргарина, 1 ст. л. рубленой зелени петрушки, 1 ч. л. соуса чили, черный молотый перец, соль по вкусу

Грибные ножки отделить от шляпок и мелко порубить. Для приготовления начинки мякоть курицы мелко нарезать, смешать с рублеными грибными ножками, зеленью, солью, перцем, соусом, половиной сыра и маслом. Грибные шляпки наполнить начинкой, уложить на смазанный маргарином противень, посыпать оставшимся сыром и запекать в духовке при температуре 200°C до образования золотистой корочки. Подать горячими. Приятного аппетита!

Грибы с мясной начинкой

8 крупных шампиньонов, 200 г мясного фарша, 1 луковица, ½ лимона, 150 г твердого сыра, 1 ст. л. растительного масла, 1 пучок зелени петрушки, черный и красный молотый перец, соль по вкусу

Шампиньоны вымыть и обсушить бумажным полотенцем. Ножки аккуратно вырезать ножом и мелко нарезать кубиками. Из лимона отжать сок. Сбрызнуть шляпки шампиньонов и рубленые ножки грибов лимонным соком.

Луковицу очистить и мелко нарезать кубиками. Разогреть в сковороде растительное масло. Помешивая, спассеровать лук до прозрачности. Добавить к луку мясной фарш и, помешивая, обжарить до готовности. Выложить

в фарш измельченные ножки шампиньонов, перемешать и тушить все под закрытой крышкой еще 2—3 минуты на слабом огне. Заправить солью, красным и черным перцем. Сыр нарезать тонкими квадратиками. Петрушку вымыть, обсушить, оборвать листики и мелко их порубить. Снять сковороду с плиты и перемешать рубленую зелень с начинкой.

Наполнить шляпки шампиньонов луково-мясной начинкой. Смазать порционные формочки для запекания маслом (можно запечь грибы на сковороде). Выложить фаршированные шампиньоны в формочки для запекания. Каждый гриб накрыть ломтиком сыра. Запекать 15 минут в предварительно разогретой до 200°C духовке. Подать к столу горячими. В качестве гарнира предложить отварной рис. Приятного аппетита!

Шампиньоны фаршированные «Пикантные»

8 больших свежих шампиньонов, 300 г вареной колбасы, 2 яйца, 2 луковицы среднего размера, 200 г любого твердого сыра, 3 ст. л. консервированной кукурузы, 2 ст. л. растительного масла, 250 г майонеза, зелень для украшения, черный молотый перец, соль по вкусу

Шампиньоны хорошо промыть под проточной водой и очистить от кожицы. Отрезать у грибов ножки, нарезать ножки мелкими кубиками и положить их в отдельную посуду. Колбасу нарезать мелкими кубиками. Очистить и измельчить лук. После этого все нарезанные ингредиенты тщательно перемешать, добавив к ним консервированную кукурузу.

В эту массу влить взбитые миксером яйца, положить натертый на крупной терке твердый сыр и майонез. Посолить, приправить перцем по вкусу и еще раз вымешать.

Приготовленный фарш чайной ложкой аккуратно выложить в шляпки грибов. Противень или форму для выпекания смазать растительным маслом и выложить фаршированные шампиньоны. Если останется лишний фарш, его можно выложить рядом. Все посыпать сыром. Поставить противень в заранее разогретую до 200 °С духовку и запекать грибы 25 минут, пока сыр не станет золотистого цвета. Готовые шампиньоны выложить на блюдо, украсить майонезом и свежей зеленью. Приятного аппетита!

ОВОЩИ И ГРИБЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ

Помидоры, фаршированные креветками

6 помидоров, 80 г отваренных и очищенных креветок, 3 сваренных вкрутую яйца, майонез, зелень петрушки, листья зеленого салата, черный молотый перец, соль по вкусу

Помидоры разрезать пополам, аккуратно вынуть чайной ложкой мякоть. Помидоры посолить и перевернуть донышком вверх, оставить на 25 минут, чтобы стек сок.

В миске перемешать нарезанные белки яиц, креветки, мелко нарезанную петрушку, майонез. Посолить, посыпать перцем и еще раз перемешать. Половинки помидоров наполнить приготовленной начинкой, сверху посыпать мелко

нарезанными желтками. Выложить фаршированные помидоры на салатные листья. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный сардинами

8 стручков сладкого перца, 250 г консервированных сардин в масле, 2 стакана вареного риса, 1 вареное яйцо, 1 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки, растительное масло, черный молотый перец, соль по вкусу

Стручки перца промыть и очистить от семян. Рыбу размять вилкой, смешать с отварным рассыпчатым рисом, маслом из банки и рубленым яйцом. Приправить солью и перцем, добавить петрушку и перемешать. Полученной массой начинить стручки перца. В разогретом растительном масле протушить фаршированные стручки перца на небольшом огне в течение 15 минут. При необходимости добавить немного воды (несколько столовых ложек). Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные паштетом из шпрот

10 помидоров, 1½ банки паштета из шпрот, 3 сваренных вкрутую яйца, 3 ст. л. сливочного масла, 1 лимон, зелень петрушки, соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки и аккуратно удалить часть мякоти при помощи чайной ложки. Яйца мелко порубить

и смешать с паштетом, затем добавить масло, соль и продолжать взбивать, постепенно добавляя сок лимона. Нафаршировать получившейся массой помидоры, украсить зеленью петрушки и кусочками лимона. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные мясом раков (1 вариант)

10—12 небольших помидоров, 10—12 вареных раков, 4—5 ст. л. майонеза, 1—2 ст. л. измельченной зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Помидоры вымыть, срезать на четверть верхнюю часть и осторожно чайной ложкой вынуть мякоть. У вареных раков отделить шейки и клешни, очистить их от панциря, мелко нарезать и перемешать с половиной майонеза. Этой смесью наполнить помидоры, залить их остальным майонезом, посыпать зеленью петрушки, выложить на застеленное бумажной салфеткой блюдо и подать. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные мясом раков (2 вариант)

8 помидоров, 15 раков, 2 яйца, $\frac{3}{4}$ стакана растительного масла, 1 лимон, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки, чайной ложкой вынуть часть мякоти и перевернуть помидоры, чтобы стек сок. Ра-

ков отварить, отделить у них шейки и клешни, очистить и мелко нарезать. Смешать 1 сырой и 1 сваренный вкрутую желток, растительное масло, сок лимона, посолить, посыпать перцем. Часть соуса смешать с мясом раков, этим фаршем нафаршировать помидоры, залить их оставшимся соусом и украсить измельченным вареным белком и зеленью. Приятного аппетита!

Помидоры с печенью трески

1 банка печени трески, 10 помидоров, 4 яйца, 250 г майонеза, зеленый лук, зелень петрушки и укропа, листья зеленого салата, черный молотый перец, соль по вкусу

Спелые плотные помидоры вымыть, вырезать часть мякоти. Перевернуть помидоры и дать стечь соку. Отваренные вкрутую яйца, печень трески, зеленый лук, зелень петрушки и укропа мелко нарезать, смешать, добавить перец, соль, майонез. Полученной смесью нафаршировать помидоры, уложить на блюдо, устланное листьями салата. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные яйцами

8 плотных помидоров одинаковой величины, 8 яиц, 80 г сливочного масла, 50 г твердого сыра, черный молотый перец, соль по вкусу

Вымыть помидоры, срезать верхушки, чайной ложкой вынуть мякоть, перевернуть помидоры и дать стечь соку. Посолить и уложить в смазанный маслом противень. В каж-

дый помидор положить по 1 ч. л. масла и слегка запечь в духовке. Затем в каждый помидор влить по одному сырому яйцу, посыпать перцем и тертым сыром. Запекать в умеренно нагретой духовке до готовности яиц. Приятного аппетита!

Помидоры с начинкой из мяса креветок

100 г отваренных и очищенных креветок, 50 г майонеза, 3 ч. л. горчицы, ½ пучка зеленого салата, 4 помидора, лимонный сок, соль по вкусу, маслины

Креветки мелко нарезать, смешать с майонезом, заправленным лимонным соком и горчицей. У помидоров срезать верхушки, вынуть мякоть и заполнить помидоры приготовленной смесью. Украсить мелко нарезанным салатом и маслинами. Приятного аппетита!

Помидоры фаршированные «Морские»

12 небольших круглых помидоров, 125 г очищенных вареных креветок, 12 листьев салата-латука, майонез для заправки, соль по вкусу

Срезать у помидоров верхнюю часть («крышечки») и отложить. Вынуть чайной ложкой мякоть, помидоры слегка посолить и перевернуть, чтобы стек сок. Очищенные креветки

смешать с майонезом и наполните этой смесью помидоры с верхом. Прикрыть каждый помидор «крышечкой» и выложить на лист салата-латука. Приятного аппетита!

Закуска из фаршированных помидоров, креветок и яиц

4 яйца, 60 г пшеничного хлеба, 4 ст. л. молока, 4 крупных помидора, по 1 ст. л. измельченной зелени петрушки и укропа, 2—3 маслины, 1 огурец, 1 морковь, 4—5 шт. редиса, 200 г мяса креветок или крабов, 40 г ветчины, филе 4 килек, 2 сладких перца зеленого цвета, 1 пучок листьев зеленого салата

Сварить вкрутую яйца, остудить, очистить, разрезать поперек на половинки и вынуть желтки. Маслины мелко нарезать, соединить с желтками, вымоченным в молоке хлебом, рубленой зеленью петрушки и укропа и тщательно размять до однородной массы. Получившейся смесью заполнить яичные белки.

Помидоры вымыть, обсушить, срезать верхнюю часть и чайной ложкой осторожно вынуть мякоть. Приготовить фарш. Для этого редис, морковь, огурец вымыть и очистить. Затем овощи, ветчину, мясо креветок или крабов мелко нарезать и перемешать. Этой массой наполнить помидоры и сверху выложить нафаршированные половинки яиц.

Сладкий перец очистить от семян и промыть. Листья зеленого салата ополоснуть и вместе с нарезанным узкими полосками сладким перцем выложить на блюдо. На слой зеленого «ковра» положить помидоры, сверху на яйца положить крест-накрест полоски филе кильки и подать на стол. Приятного аппетита!

Огурцы, фаршированные рыбой

1,2 кг огурцов, 150 г сливочного масла, 1 банка консервированной рыбы в собственном соку (сайра, шпроты, сардины), 200 г майонеза, 1 лимон, зелень петрушки, соль по вкусу

Огурцы очистить от кожицы, нарезать кружочками толщиной 1 см, вырезать сердцевину и на 10 секунд погрузить в кипящую подсоленную воду, вынуть и охладить. Масло растереть с рыбой, заполнить получившейся массой огурцы, залить их майонезом, посыпать нарезанной зеленью и украсить кружками лимона. Приятного аппетита!

Корзиночки из помидоров с начинкой из яиц и брынзы

400 г плотных помидоров средней величины, 2 яйца, 150 г брынзы, 50 г сливочного масла, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Для начинки: 1 лист зеленого салата, 100 г майонеза, 2 яйца

У помидоров срезать верхушки, вынуть чайной ложкой мякоть, перевернуть помидоры и дать стечь соку. 2 яйца взбить, вылить на горячую сковороду. Приготовленную яичницу мелко нарезать и смешать с измельченной брынзой. Добавить в эту смесь перец, соль, мелко нарезанную зелень петрушки и осторожно перемешать. Наполнить этим фаршем помидоры, с помощью кулинарного шприца украсить их майонезом. Из помидора, разрезанного пополам и очищен-

ного от мякоти и семян, нарезать полоски шириной около 0,5 см и прикрепить к каждой наполненной «чашечке», чтобы получилась корзинка с ручкой. На середину большой плоской тарелки поставить вазочку с майонезом, вокруг нее разместить листья зеленого салата. На них поставить «корзиночки» из помидоров, а между ними положить мелко нарезанные сваренные вкрутую яйца или дольки яиц. Приятного аппетита!

Картофель, фаршированный сельдью

1 кг картофеля, 1 сельдь, 2 луковицы, 1 яйцо, 1 стакан сметаны, растительное масло

Картофель отварить до полуготовности, очистить, срезать с одной стороны верхушку и вынуть сердцевину. Очищенную сельдь очистить от костей, перекрутить с вынутой мякотью картофеля, добавить мелко нарезанный лук, сырое яйцо и сметану. Этим фаршем начинить картофель, обжарить в масле и запечь в духовке. Приятного аппетита!

Картофель, запеченный с тунцом

300 г картофеля, 100 г консервированного тунца, 150 г консервированной кукурузы, 2 ст. л. тертого сыра, 30 г салями, 100 г сладкого перца красного цвета

Картофель в кожуре запечь в духовке. Когда картофель остынет, разрезать пополам, вынуть мякоть и положить получившиеся «кораблики» на противень. Смешать тунец, кукурузу, сыр и картофельную мякоть, размять вилкой. Наполнить

начинкой картофельные «кораблики». Поставить противень в духовку и запекать 15 минут до образования хрустящей корочки. На деревянные зубочистки в виде паруса прикрепить кусочек салями, а сверху сделанные из кусочков перца «флажки». Получившиеся «мачты» воткнуть в картофелины. «Кораблики» готовы. Приятного аппетита!

ОВОЩИ И ГРИБЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ, ЯЙЦАМИ, ФРУКТАМИ, ОВОЩАМИ, ГРИБАМИ И ДРУГИМИ ПРОДУКТАМИ

Цукини, фаршированные сыром

*4 цукини, 250 г козьего сыра, 1/3 стакана риса,
2 яйца, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л.
оливкового масла, 3 веточки орегано, черный
молотый перец, соль по вкусу*

Рис сварить в подсоленной воде. Цукини вымыть, очистить и разрезать вдоль пополам. Осторожно вынуть мякоть и порубить ее. Лук нарезать кубиками и обжарить, помешивая, в растительном масле. Добавить мякоть цукини и измельченный чеснок. Орегано вымыть, оборвать листики и добавить к овощам. Посолить и посыпать перцем. Затем к овощам добавить сваренный рис и тушить 5 минут.

Духовку нагреть до 180°C. Сыр раскрошить, перемешать с яйцами, влить эту смесь в овощи с рисом. Заполнить цукини полученной массой и запекать в духовке 25 минут. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный рисом и помидорами

*1 кг сладкого перца, 2 помидора, 200 г риса,
1 1/2 стакана овощного бульона из кубика, 1 ста-
кан томатного сока, 80 г маслин без косточек,
150 г твердого сыра, свежий орегано*

Соединить 1 стакан бульона и томатный сок, выложить рис, довести до кипения и варить на слабом огне 20 минут. Помидоры разрезать каждый на четыре части, удалить семена и нарезать мякоть кусочками. Сладкий перец вымыть, разрезать пополам и очистить от семян.

Разогреть духовку до 200°C. 1 стручок сладкого перца нарезать мелкими кубиками. Кусочки маслин, кубики сладкого перца и помидоров перемешать с рисом. Начинить полученным фаршем половинки перца. Сыр нарезать ломтиками. Ломтики сыра положить сверху на фаршированный перец. Стручки перца выложить в форму для запекания и влить оставшийся бульон. Запекать в духовке 25 минут. Готовый перец украсить орегано. Приятного аппетита!

Огурцы, фаршированные морковью

*4 соленых огурца одинаковой величины, 200 г
корейской моркови, 120 г голландского сыра,
5 ст. л. нарезанной зелени петрушки*

Сыр натереть на крупной терке и смешать с морковью и зеленью. Огурцы разрезать вдоль пополам, удалить семена и нафаршировать половинки огурцов приготовленным фаршем. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный кукурузой и черносливом

6 стручков сладкого перца, 150 г консервированной кукурузы, 150 г чернослива, 2—3 небольшие моркови, 250 г белокочанной капусты, 3 ст. л. растительного масла, зеленый лук, зелень петрушки и укропа, лимонная кислота, сахар, черный молотый перец, соль по вкусу

Перец очистить от плодоножек и семян. Отварить до готовности в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, охладить. Чернослив запарить, удалить косточки и нарезать небольшими кусочками. Капусту нашинковать и перетереть с солью. Морковь натереть на крупной терке. Все смешать, добавить кукурузу, измельченный зеленый лук и укроп, сахар, соль, перец и лимонную кислоту. Все тщательно перемешать с растительным маслом. Перец наполнить фаршем и украсить веточками петрушки. Приятного аппетита!

Огурцы, фаршированные грибами

2 свежих огурца, 150 г маринованных грибов, ½ стакана сметаны, 2 ч. л. тертого хрена, 1 помидор, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Огурцы разрезать вдоль на две половинки, удалить семена, посолить. Маринованные грибы мелко нарезать и залить сметаной, добавить хрен, перец, соль. Подготовленной массой наполнить огурцы, украсить их ломтиками свежего помидора и зеленью. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные творогом, сыром и орехами

6 помидоров, 2 ст. л. рубленых грецких орехов, 100 г творога, 50 г твердого сыра, 4 ст. л. сметаны, 2 ст. л. рубленой зелени укропа, соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки, удалить часть сердцевины, посолить их. Удаленную часть мякоти помидоров протереть через сито, добавить орехи, творог, тертый сыр. Массу тщательно перемешать и наполнить ею помидоры. Фаршированные помидоры полить сметаной и посыпать рубленым укропом. Приятного аппетита!

Баклажаны, фаршированные овощами

3 баклажана, 2—3 моркови, 3 луковицы, ¼ небольшого вилка белокочанной капусты, 2 стакана сметаны, 2 ст. л. растительного масла, зелень, соль по вкусу

Баклажаны вымыть, опустить на 1—2 минуты в кипящую соленую воду. Разрезать вдоль пополам. Овощи нашинковать и протушить. Мелко нарезать зелень и смешать ее с овощами. Начинить баклажаны тушеными овощами с зеленью, залить сметаной, разведенной ½ стакана воды, протушить в течение 15 минут. Вместо сметаны можно использовать тушеные тертые помидоры, в этом случае растительного масла потребуется больше. Подать на стол как самостоятельное блюдо, можно в качестве гарнира. Приятного аппетита!

Помидоры запеченные «Оригинальные»

250 г пшена, 2 стакана мясного бульона, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. оливкового масла, 100 г маслин без косточек, 8 помидоров, 50 г сливочного масла, соль, черный молотый перец по вкусу

Пшено отварить в бульоне. Лук и чеснок очистить, мелко порубить и обжарить в сковороде в разогретом оливковом масле. Добавить сваренное пшено и перемешать. Приправить солью и черным молотым перцем. Маслины мелко нарезать и смешать с пшеном. Помидоры вымыть, обсушить бумажным кухонным полотенцем и срезать верхушки («крышечки»). Аккуратно выбрать чайной ложкой из помидоров мякоть, протереть ее через сито. Помидоры посолить, посыпать перцем, наполнить начинкой и выложить в смазанную жиром форму для запекания. Сверху положить кусочки сливочного масла, накрыть срезанными «крышечками». Тушить в духовке около 15 минут. Подать, украсив веточками зелени. Приятного аппетита!

Рулетики из баклажанов

4 баклажана средней величины, 6 помидоров, 5 стручков сладкого перца, 1 головка чеснока, 150 г майонеза, свежая зелень (укроп, петрушка, кинза), растительное масло, 1 ст. л. соли, черный молотый перец по вкусу

Баклажаны вымыть, обсушить и острым ножом нарезать вдоль на тоненькие ломтики (кожuru очищать не надо, иначе рулетики будут разваливаться), посолить и оставить на

некоторое время. Когда появится сок, обсушить баклажаны бумажной салфеткой. Ломтики обжарить в растительном масле до хрустящей корочки. Дать остыть. Помидоры нарезать полукольцами. У сладкого перца удалить плодоножку и нарезать его кубиками. Чеснок очистить и мелко порубить, смешать с майонезом. Зелень измельчить, добавить к майонезу с чесноком.

Каждый ломтик баклажана смазать с одной стороны чесночно-майонезной массой, на этот край ломтика положить кусочек помидора, сверху на него — немного сладкого перца и свернуть ломтик рулетиком. Выложить готовые рулетики на блюдо и дать постоять в холодном месте, чтобы пропитались. Приятного аппетита!

Баклажаны с овощной начинкой

1 кг баклажанов, 5—6 шт. моркови, 2 помидора, 1 луковица, 200 г риса, 1 зубчик чеснока, ½ банки консервированной кукурузы, 4 ст. л. растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу

Баклажаны разрезать вдоль, положить на смазанный маслом противень разрезом вверх. Запекать 15 минут при температуре 200°C. Охладить, аккуратно вынуть ложкой мякоть и измельчить ее до состояния кашицы. Сварить рис. Помидоры обдать кипящей водой, очистить от кожицы и нарезать кубиками. Лук и морковь нарезать соломкой, чеснок мелко порубить. Лук с чесноком обжарить в масле в течение 5 минут, добавить морковь и пассеровать 7 минут. Затем добавить мякоть помидоров и баклажанов и жарить еще 5 минут. Готовую овощную начинку смешать с рисом и кукурузой, посолить и приправить перцем. Наполнить бакла-

жаны начинкой, выложить в глубокую сковороду, добавить 1½ стакана подсоленной воды и тушить на небольшом огне 20 минут. Приятного аппетита!

Помидоры с баклажановой начинкой

6 баклажанов, 10 помидоров, 6 зубчиков чеснока, 3 луковицы, 6 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. молотых сухарей, 1 щепотка тертого мускатного ореха, черный молотый перец, соль по вкусу

Баклажаны вымыть, срезать плодоножки, обдать кипящей водой, нарезать кружочками, обжарить с обеих сторон в масле и мелко порубить. Лук измельчить и обжарить. Чеснок растолочь с солью, все соединить, посолить, посыпать перцем, добавить мускатный орех и тщательно перемешать.

У помидоров срезать верхушки, вынуть мякоть и наполнить их приготовленной массой. Посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. Приятного аппетита!

Баклажаны фаршированные под сыром

2 баклажана среднего размера, 4 моркови, 4 зубчика чеснока, 4 небольшие луковицы, 4 помидора или 4 ст. л. томатной пасты, растительное масло для жаренья, 100 г твердого сыра, зелень петрушки, черный свежемолотый перец, соль по вкусу

Баклажаны (желательно округлой формы) вымыть, вытереть насухо и разрезать вдоль пополам. Затем вырезать сердцевину так, чтобы получилась «лодочка» со стенками около 0,5 см. Вырезанную сердцевину измельчить. Очистить морковь, лук и нарезать их маленькими кубиками. Помидоры тоже мелко нарезать, предварительно обдав их кипятком и сняв кожицу. Все перемешать, посолить и приправить перцем по вкусу.

В сковороду с толстым дном налить растительное масло, разогреть его и выложить туда всю овощную массу. Жарить ее на небольшом огне до полуготовности.

Плотно наполнить получившейся смесью баклажаны. Сыр натереть на терке и перемешать с толченым чесноком, посыпать фаршированные баклажаны. В широкую кастрюлю на 2 см налить воды и выложить в нее подготовленные баклажаны. Тушить на маленьком огне с закрытой крышкой 15—20 минут, пока стенки «лодочки» не станут мягкими. Подать готовое блюдо горячим, украсив кусочками помидоров и зеленью. Приятного аппетита!

Кабачки, фаршированные творогом и крапивой

3 кабачка, 100 г творога, 2 моркови, 1 стакан рубленой крапивы, 2 ст. л. рубленой зелени укропа, растительное масло, соль по вкусу

У кабачков удалить плодоножки и семена с мякотью. Разрезать кабачки вдоль пополам. Творог протереть, добавить тертую морковь, соль, рубленую мякоть кабачков с семенами и крапиву. Все перемешать и полученной смесью начинить кабачки. Выложить в смазанную растительным маслом форму для запекания, поставить в духовку и запекать 25 минут. Подать, посыпав рубленой зеленью укропа. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный сыром

6 стручков сладкого перца, дольки сладкого перца разного цвета, 100 г твердого сыра, 3 плавленых сырка, 3 ст. л. майонеза, 3 ст. л. нарезанной зелени укропа, красный молотый перец по вкусу

Сладкий перец вымыть, срезать верхушки и удалить семена. Плавленые сырки натереть на терке, добавить тертый твердый сыр, майонез, нарезанные мелкими кубиками дольки стручков перца разного цвета, укроп и молотый перец. Массу тщательно взбить. Плотно наполнить подготовленные стручки сладкого перца начинкой. Выдержать стручки перца в холодильнике не менее 2 часов. При подаче на стол стручки перца нарезать поперек кружочками и оформить веточками зелени. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный морковью, свеклой и луком

3 кг сладкого перца, 1 кг моркови, 3 свеклы, 3 луковицы, 2 помидора, соль по вкусу

Помидоры вымыть, протереть через сито или пропустить через соковыжималку. Приготовить томатный сок и варить его на слабом огне 30 минут. Перец, морковь, лук и свеклу вымыть. Срезать у перца верхушки с плодоножками, овощи очистить. Морковь и свеклу натереть на крупной терке. Лук нашинковать. Нафаршировать перец овощами, уложить в банки, залить горячим томатным соком и накрыть крышками. Остывшие банки поставить в прохладное место. Приятного аппетита!

Картофель, фаршированный грибами

10 крупных картофелин, 200—300 г белых грибов или шампиньонов, ½ пачки (125 г) размягченного сливочного масла, 100 г твердого сыра, 5 ст. л. сметаны, 1 пучок листьев зеленого салата, соль по вкусу

Картофель очистить, вымыть, разрезать вдоль пополам и в каждой половинке вырезать ножом внутреннюю часть. Половинки картофеля опустить в кипящую подсоленную воду, добавить 2—3 ст. л. сливочного масла и варить в течение 10 минут, после чего вынуть и обсушить. Очищенные и вымытые грибы нарезать тонкими ломтиками и, помешивая, обжарить в небольшом количестве сливочного масла. Подготовленные картофелины смазать изнутри и снаружи сливочным маслом, наполнить грибами, положить на каждую половинку по 1 ч. л. сметаны и посыпать тертым сыром. Готовую закуску выложить на противень, поместить в предварительно нагретую духовку и запечь до румяной корочки. Подать на листьях салата. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные рисом

8 плотных помидоров, 100 г риса, 100 г голландского сыра, 6 ст. л. оливкового масла, 3 зубчика чеснока, свежая зелень укропа или петрушки, 1 пучок листового салата, соль, специи по вкусу

Помидоры вымыть и обсушить. Острым ножом срезать верхушки и чайной ложкой аккуратно вынуть мякоть. Протереть ее через сито или перемешать миксером до образова-

ния однородной массы. Рис отварить почти до готовности, воду отцедить, добавить 3 ст. л. масла, 3—4 ст. л. протертой томатной массы, соль и специи по вкусу. Свежую зелень промыть холодной проточной водой, отряхнуть воду, зелень мелко нарезать и добавить к рису, хорошо перемешать и наполнить полученной смесью помидоры.

Смазать глубокий противень или сковороду растительным маслом или маргарином и положить наполненные фаршем помидоры. Сыр натереть на крупной терке и посыпать им каждый помидор. Накрыть срезанными верхушками. Оставшийся томат развести водой, посолить, приправить перцем и залить этим соусом помидоры до половины. Поставить в разогретую до 180°C духовку и тушить до готовности.

Листья салата вымыть, обсушить, разложить на блюде и выложить на листья готовые помидоры. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные рисом, яйцами и овощами

20 плотных помидоров среднего размера со стебельками, 500 г риса, 500 г сладкого перца, 3 луковицы, 5 яиц, 200 г майонеза, зелень укропа и петрушки, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец по вкусу

Помидоры вымыть и обсушить бумажным кухонным полотенцем. Аккуратно срезать верхушки, не отрывая стебли. Чайной ложкой удалить из помидоров мякоть. Внутри помидоры посолить, посыпать перцем, после этого перевернуть, чтобы стек сок.

Отварить рис, остудить и выложить его в глубокую посуду. Сваренные вкрутую яйца мелко нарезать. Тщательно

вымыть и порубить зелень. Измельченные яйца и зелень добавить к рису и перемешать. Перец вымыть, удалить семена и нарезать его мелкими кубиками. Мелко нарезать очищенный лук. Затем перец и лук выложить на разогретую сковороду с растительным маслом, накрыть крышкой и тушить 15 минут на среднем огне, время от времени аккуратно помешивая. Положить перец и лук в рисовый фарш, добавить майонез и тщательно перемешать. Этой массой наполнить помидоры. Сверху положить немного майонеза, украсить измельченной зеленью и накрыть верхушками с хвостиками. Подать блюдо с овощным ассорти или мясом. Приятного аппетита!

Помидоры с рисовой начинкой

150 г риса, 8 мясистых помидоров, 1 ст. л. томатной пасты, 2 зубчика чеснока, 1 пучок зелени петрушки, 8 ст. л. оливкового масла, 2 ст. л. панировочных сухарей, корица, соль по вкусу

Рис высыпать в эмалированный дуршлаг, хорошо промыть под холодной проточной водой. Налить в кастрюлю 2 стакана воды, посолить по вкусу и варить под крышкой до готовности, после чего отцедить.

Помидоры тщательно вымыть, обсушить, затем острым ножом у каждого срезать верхушку, осторожно чайной ложкой удалить часть мякоти и посыпать внутри корицей. Из мякоти помидоров, томатной пасты и 5 ст. л. воды приготовить пюре (можно миксером). Очистить и измельчить чеснок, петрушку хорошо промыть под проточной водой, обсушить и мелко порубить. Смешать чеснок и петрушку с отваренным рисом, заправить 4 ст. л. оливкового масла.

Наполнить помидоры частью пюре из мякоти и отваренным рисом. Накрыть верхушками, посыпать панировочными сухарями и полить каждый оливковым маслом. Поставить в разогретую до 180°C духовку на 30 минут. На гарнир подать жареный картофель. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные творогом

*500 г помидоров, 200 г творога, 100 мл молока,
1 луковица, 2 стручка сладкого перца, зелень
петрушки и укропа, соль, листья зеленого
салата*

Помидоры вымыть, срезать верхушки, при помощи чайной ложки удалить мякоть. Творог взбить с молоком и мякотью помидоров, лук мелко нарезать, сладкий перец нарезать кубиками, зелень измельчить. Смешать и посолить. Начинить помидоры этой смесью. Подать, выложив на листья салата. Приятного аппетита!

Помидоры по-домашнему

8 плотных помидоров, 1 луковица, 3 ст. л. растительного масла, 2 зубчика чеснока, 200 г свежих грибов, 2 ст. л. молотых сухарей, черный молотый перец, соль по вкусу

Помидоры вымыть и разрезать пополам. Из половинок аккуратно чайной ложкой удалить мякоть, слегка отжать сок. Обжарить на растительном масле мелко нарезанный лук, добавить нарезанные ломтиками грибы, немного мякоти и сока помидоров, растертый чеснок, приправить солью, перцем

и держать на огне, пока масса не загустеет. Каждую половинку помидора наполнить приготовленным фаршем и уложить в смазанный маслом глиняный горшок, пересыпая толчеными сухарями. Полить помидоры растительным маслом и поставить в духовку на 15 минут. Приятного аппетита!

Помидоры с начинкой из яиц

*1 кг помидоров, 2 ст. л. растительного масла,
3 ст. л. 3-процентного уксуса, 6 яиц, 1 ст. л.
сахара, 1 ч. л. горчицы, 1 ст. л. измельченной
зелени петрушки, соль по вкусу*

У помидоров срезать верхушки, аккуратно удалить чайной ложкой мякоть, посолить внутри. Сваренные вкрутую яйца очистить, отложить три желтка, остальные яйца измельчить, посолить, смешать с зеленью и начинить ими помидоры. Горчицу растереть с оставшимися тремя желтками, маслом, сахаром и уксусом, посолить и залить этим соусом помидоры. Приятного аппетита!

Помидоры фаршированные по-провансальски

*8 помидоров, 450 г зелени петрушки, 3 зубчика
чеснока, 3 ст. л. растительного масла, соль
по вкусу*

Спелые помидоры вымыть, срезать верхушки, чайной ложкой удалить часть мякоти, посолить. Зелень петрушки вымыть, мелко порубить, растолочь с чесноком и маслом, по-

солить. Наполнить помидоры полученным фаршем, дать постоять 1 час и подать к столу. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные зеленым горошком

12 помидоров, 1 банка консервированного зеленого горошка, 200 г майонеза, 12 листьев зеленого салата, сок ½ лимона, черный молотый перец, соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки и вынуть чайной ложкой мякоть. Горошек отцедить, смешать с майонезом и мякотью помидоров, заправить солью и перцем. Заполнить приготовленной массой помидоры. Листья салата сбрызнуть лимонным соком и на них выложить помидоры. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные брынзой

8 помидоров, 200 г брынзы, 100 г молодых свежих огурцов, 2 стебля зеленого лука, зелень петрушки, растительное масло, уксус, соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки, вынуть чайной ложкой мякоть. Брынзу мелко натереть, добавить очень мелко нарезанные огурцы, нарезанные зеленый лук и петрушку, все перемешать, посолить, заправить уксусом и растительным маслом. Помидоры наполнить приготовленной начинкой и украсить веточками петрушки. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные творогом и солеными огурцами

8 помидоров, 300 г творога, 70 г ядер грецких орехов, 2—3 соленых огурца, 50 г майонеза, 1 пучок зелени укропа, 3 зубчика чеснока, черный молотый перец, соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки, чайной ложкой вынуть мякоть, перевернуть помидоры и дать стечь соку. В творог положить толченые орехи, мелко нарезанные огурцы и укроп. Заправить растертым в кашицу чесноком, перцем, солью и перемешать. Наполнить получившейся смесью помидоры, с помощью кулинарного шприца украсить их «цветочками» из майонеза. Приятного аппетита!

Помидорные «чашечки»

4 помидора, 50 г консервированной кукурузы, 50 г фасоли, 30 г моркови, 100 г цветной капусты, 100 г майонеза, листья зеленого салата, черный молотый перец, соль по вкусу

Помидоры разрезать от верхушки к основанию (5—6 разрезов), дольки помидоров раздвинуть настолько, чтобы получились цветочные «чашечки». Выложить их на листья зеленого салата. Отваренную измельченную фасоль соединить с зернами консервированной кукурузы, отваренными и мелко нарезанными морковью и цветной капустой, заправить перцем и солью. Подготовленной массой начинить помидорные «чашечки», полить их майонезом. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные брынзой и орехами

6 помидоров, 2 ст. л. рубленых ядер грецких орехов, 150 г брынзы, ½ стакана сметаны, 2 ст. л. рубленой зелени укропа, соль по вкусу

Помидоры вымыть, срезать верхушки, чайной ложкой удалить часть мякоти, посолить внутри. Удаленную часть мякоти протереть через сито, добавить орехи, тертую брынзу. Массу тщательно перемешать и наполнить ею помидоры. Фаршированные помидоры полить сметаной и посыпать рубленым укропом. Приятного аппетита!

Баклажаны, фаршированные рисом

700 г баклажанов, ½ стакана риса, 7 ст. л. растительного масла, 1 луковица, 1 морковь, 60 г корня сельдерея, 3—4 помидора, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Отварить одинаковые по величине баклажаны. Вырезать середину, посолить изнутри, через 15—20 минут отцедить и слегка обжарить. В том же жире обжарить до мягкости мелко нарезанные лук, морковь и сельдерей вместе с вынутой и измельченной мякотью баклажанов. Добавить рис и еще немного обжарить, положить половину мелко нарезанных помидоров и влить неполный стакан воды. Когда рис набухнет, снять с огня, посолить, приправить перцем и посыпать измельченной зеленью петрушки. Наполнить этой

смесью поджаренные баклажаны. На дно противня уложить мелко нарезанные помидоры, сверху выложить фаршированные баклажаны, полить жиром. Запекать в духовке до полного выпаривания жидкости. Блюдо подать холодным. Приятного аппетита!

Баклажаны фаршированные с орехами

4 баклажана средней величины, 1—2 небольшие луковицы, 1 стакан ядер грецких орехов, 5 ст. л. растительного масла, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу
Для соуса: *1 ст. л. муки, ½ стакана молока, 2 яйца*

У баклажанов срезать «крышечки» вместе с плодоножкой, вынуть ложкой сердцевину. Положить баклажаны в подкисленную воду, чтобы не почернели. Мелко нарезать вынутую из баклажанов сердцевину и лук, протушить, добавив немного масла. К смеси добавить толченые орехи, соль, перец и измельченную зелень петрушки. Начинить этой массой баклажаны и накрыть «крышечками». Уложить в плоскую огнеупорную посуду, полить оставшимся маслом и небольшим количеством воды. Запекать в духовке на умеренном огне до полной готовности.

Из муки с оставшимся растительным маслом приготовить заправку, добавить в нее молоко и, не снимая с огня, размешать до образования жидкой кашицы. Снять с огня, немного остудить, добавить яйца и тщательно размешать. Вылить соус на печеные баклажаны и снова поставить в духовку на 5—7 минут. Приятного аппетита!

Закуска горячая из помидоров с яйцами

6 плотных спелых помидоров, 6 яиц, 2 ст. л. размягченного сливочного масла, по 2 ч. л. измельченной зелени петрушки и укропа, черный молотый перец, соль по вкусу

Помидоры вымыть, срезать верхушки, осторожно вынуть чайной ложкой мякоть, выложить получившиеся «чашечки» в сковороду с разогретым сливочным маслом и обжарить их, стараясь не повредить. Обжаренные помидоры изнутри посолить и посыпать перцем, в каждый выпустить яйцо. Поставить сковороду в горячую духовку и запекать помидоры до тех пор, пока не побелеет белок. Готовую закуску выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и укропа и сразу же подать на стол. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный грибами

4 крупных стручка сладкого перца, 600 г грибов, 4 ст. л. панировочных сухарей, 4 ст. л. твердого сыра, 1 яйцо, 2 ст. л. сливочного масла, черный молотый перец, соль по вкусу

Перец вымыть, разрезать вдоль пополам, очистить от семян и посолить внутри. Грибы очистить, вымыть, мелко нарезать и протушить вместе с измельченным луком в масле. Охладить. Добавить к грибам панировочные сухари, яйцо, перемешать, посолить и приправить перцем. Половинки перца наполнить грибным фаршем, посыпать тертым сыром и запечь в духовке до готовности. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный помидорами и сыром

4 крупных стручка сладкого перца, 3 луковицы, 4 зубчика чеснока, 5 помидоров, 300 г твердого сыра, растительное масло, черный молотый перец, соль по вкусу

Лук и чеснок мелко нарезать и спассеровать на растительном масле. Сыр натереть на крупной терке. Смешать мелко нарезанные помидоры, половину тертого сыра, пассерованные лук и чеснок. Перец аккуратно разрезать вдоль пополам и очистить от семян. Заполнить начинкой половинки перца и посыпать оставшимся сыром.

Выложить на противень, смазанный растительным маслом. Выпекать в разогретой до 220°C духовке на среднем огне до мягкости перца. Перец быстро подгорает, поэтому следует вовремя вынуть его из духовки. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный творогом

1 кг сладкого перца, 300 г творога, 3—4 помидора, 2 яйца, 5 ст. л. растительного масла, ½ пучка зелени петрушки, соль по вкусу

Перец аккуратно разрезать вдоль пополам и очистить от семян. Творог смешать с яйцами, половиной очищенных от кожицы и измельченных помидоров и мелко нарезанной зеленью петрушки. Перец слегка посолить внутри и наполнить приготовленной смесью. Фаршированный перец

уложить на смазанный маслом противень, перекладывая кусочками помидоров. Полить маслом и запекать в духовке при умеренной температуре 30 минут. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный сыром, маслом и чесноком

*4 стручка сладкого перца, 150 г твердого сыра,
70 г сливочного масла, 3 зубчика чеснока, зелень
петрушки*

Перец вымыть, срезать верхушку с плодоножкой, удалить семена. Сыр и твердое охлажденное масло натереть на крупной терке, чеснок — на мелкой, затем все тщательно смешать и нафаршировать перцы. Перед подачей на стол на 20 минут поместить в холодильник. Нарезать кружочками и украсить зеленью петрушки. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный рисом и грибами

1 кг сладкого перца, 1 стакан риса, 200 г свежих грибов, 1—2 луковицы, 7 ст. л. растительного масла, 3 помидора, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Перец вымыть, срезать верхушки с плодоножкой, удалить семена и слегка посолить стручки внутри. Лук мелко нарезать, протушить в предварительно разогретом масле. До-

бавить половину помидоров (очищенных от кожицы и мелко нарезанных), промытый рис, мелко нарезанные грибы. Обжарить в течение 10 минут, посолить, посыпать перцем, добавить $1\frac{1}{4}$ стакана горячей воды и оставить тушиться на слабом огне до полуготовности.

Наполнить смесью подготовленные стручки перца, уложить их в широкую низкую кастрюлю, положить оставшиеся растертые помидоры, масло и влить неполный стакан горячей воды. Тушить на слабом огне, в конце приготовления посыпать измельченной зеленью петрушки. Приятного аппетита!

Сладкий перец, фаршированный овощами

600 г сладкого перца, 6 ст. л. растительного масла, 2 картофелины, 2—3 помидора, 1 луковица, 80 г корня сельдерея, 2 небольшие моркови, 100 г брынзы, 1 яйцо, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 3 зубчика чеснока, зелень петрушки, соль по вкусу

Перец вымыть, срезать верхушки с плодоножкой, очистить от семян и слегка посолить внутри. Очищенные лук, морковь и сельдерей нарезать мелкими кубиками и протушить в масле с небольшим количеством воды. Когда овощи станут мягкими, добавить нарезанный кубиками картофель, а в конце приготовления положить половину мелко нарезанных помидоров, измельченные чеснок, брынзу и нарезанную зелень петрушки. Все хорошо перемешать.

Наполнить этой смесью стручки перца, разложить их на смазанном маслом противне, положить остальные нарезанные помидоры и налить немного воды. Запекать в духовке

при умеренной температуре 30—35 минут. Готовый перец залить яйцом, взбитым с молоком, и снова поставить в духовку на 7—10 минут. Приятного аппетита!

Сладкий перец с капустной начинкой

300 г сладкого перца, 2 небольшие моркови, 1 небольшая луковица, 100 г белокочанной капусты, 1 ч. л. томатной пасты, 3 ст. л. растительного масла, сахар, уксус, зелень петрушки

Перец очистить от семян, бланшировать в кипящей воде 10 минут и откинуть на дуршлаг. Приготовить фарш. Для этого очищенные овощи нарезать соломкой, обжарить в масле, добавить томат, сахар, уксус по вкусу и протушить. Стручки перца заполнить фаршем, уложить в сотейник и припустить в небольшом количестве воды или бульона. Подать, полив соком, оставшимся после припускания, и посыпав рубленой зеленью. Приятного аппетита!

Кабачки, фаршированные грибами

3 кабачка, 300 г свежих грибов, 4 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. риса, 1 луковица, ½ стакана сливок, ½ ст. л. рубленой зелени мяты, 50 г твердого сыра, черный молотый перец, соль по вкусу

Грибы промыть, очистить, порубить, уложить в кастрюлю и тушить 12 минут. Добавить соль, перец, растительное масло и тушить еще 3 минуты. Грибы охладить, смешать с отваренным рисом и сливками.

Кабачки разрезать вдоль, вынуть семечки и часть мякоти. Нафаршировать половинки кабачков грибным фаршем, посыпать тертым сыром и запечь в духовке в течение 15 минут. Подавая к столу, посыпать зеленью мяты. Приятного аппетита!

Кабачки, фаршированные творогом

3 кабачка, 100 г творога, 1 морковь, 4 ст. л. сметаны, 100 г твердого сыра, 2 ст. л. измельченного укропа, соль и тмин по вкусу

У молодых кабачков удалить плодоножки, разрезать вдоль на две части, вынуть семена и часть мякоти. Творог протереть через сито, смешать с тертой морковью, солью и тмином. Подготовленной смесью нафаршировать кабачки, посыпать их тертым сыром и запекать 15 минут в духовке. Подать кабачки со сметаной, посыпав укропом. Приятного аппетита!

Кабачки по-русски

1 кг кабачков, 100 г сливочного масла, 150 г свежих грибов, 1 стакан сметаны, 2 луковицы, зелень петрушки, бульон, черный молотый перец, соль по вкусу

Очищенные от кожуры кабачки разрезать в виде цилиндров, удалить часть мякоти с семенами из каждого цилиндра. Затем погрузить кабачки на 10—15 минут в кипящую воду. Мякоть кабачков измельчить и смешать с мелко нарезанными грибами и зеленью петрушки. Добавить пассерованный на масле лук, соль, перец и обжарить до готовности.

Кабачки наполнить фаршем, залить небольшим количеством бульона и припустить до мягкости. За 5 минут до готовности заправить сметаной и украсить зеленью. Приятного аппетита!

Кабачки, фаршированные брынзой

500 г кабачков, 200 г брынзы, 2 яйца, 80 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа, черный молотый перец, соль по вкусу, простокваша

Кабачки очистить от кожуры, разрезать вдоль пополам и варить в подсоленной воде до тех пор, пока не станут мягкими. После остывания вынуть мякоть из каждой половинки кабачка. Мякоть измельчить, соединить с тертой брынзой, яйцами, мелко нарезанной зеленью петрушки, посолить, приправить перцем и хорошо размешать.

Приготовленной начинкой наполнить половинки кабачков, уложить их на смазанный маслом противень, полить маслом, налить немного воды и запечь в духовке в течение 15—20 минут. Подать с простоквашей, заправленной измельченным укропом. Приятного аппетита!

Баклажаны с чесноком

1,5 кг баклажанов, 3 зубчика чеснока, ¼ стакана растительного масла, 300 г зелени петрушки, 3 помидора, черный молотый перец, соль по вкусу

Баклажаны вымыть, удалить кожицу. Разрезав вдоль, удалить семена. Половинки баклажанов выдержать в холодной подсоленной воде 5 минут и отцедить. Вынуть сердцевину,

порубить ее, смешать с измельченным чесноком, зеленью петрушки, солью, перцем и обжарить на масле.

Приготовленной начинкой нафаршировать баклажаны, уложить их в посуду. Добавить нарезанные помидоры, холодную воду и тушить на слабом огне под крышкой до готовности. Посыпать зеленью. Приятного аппетита!

Свекла, фаршированная яблоками, рисом и изюмом

1 свекла, 1—2 яблока, 1 ст. л. риса, 25 г изюма, 15 г сливочного масла, ¼ стакана сметаны, сахар, корица по вкусу

Свеклу отварить или испечь, очистить и ложкой удалить сердцевину. Из риса сварить рассыпчатую кашу, смешать ее с сахаром, изюмом и мелко нарезанными яблоками. Добавить часть растопленного масла и корицу. Перемешать, нафаршировать свеклу, положить ее на смазанный маслом противень, полить сметаной и запекать в духовке 20 минут. Подать к столу со сметаной. Приятного аппетита!

Картофель печеный, фаршированный сыром

500 г картофеля, 100 г твердого сыра, 1 яйцо, 50 г сливочного масла, соль по вкусу

Очищенный картофель натереть солью и испечь в духовке. Срезать верхушки картофеля, вынуть мякоть и протереть.

Добавить тертый сыр, масло, сырые желтки, перец, соль и хорошо вымешать. Готовым фаршем заполнить картофелины, сбрызнуть растопленным маслом, посыпать тертым сыром. Выложить на смазанный маслом противень и запечь в духовке. Приятного аппетита!

Свекла, фаршированная грибами

8 корнеплодов свеклы, 3 моркови, 1 луковица, 100 г соленых грибов, 2 ст. л. томатного пюре, 3 ст. л. растительного масла, 1 стакан сметаны, 2 ст. л. 3-процентного уксуса, черный молотый перец, соль по вкусу

Свеклу отварить до готовности в воде с уксусом. Очистить от кожуры, вынуть ложкой сердцевину. Лук и морковь мелко порубить, слегка обжарить на растительном масле, добавить томатное пюре, измельченную мякоть свеклы, мелко нарезанные соленые грибы. Посолить, посыпать перцем и тушить до готовности. Этой массой нафаршировать свеклу, положить ее в широкую кастрюлю, полить сметаной и поставить в духовку. Запекать до готовности. Приятного аппетита!

Помидоры, фаршированные грибами

1 кг помидоров, 2 луковицы, 100 г маргарина, 800 г свежих грибов, 4 яйца, 1 стакан сметаны, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Плотные, желательно одинаковой величины помидоры вымыть, срезать верхнюю часть и вынуть мякоть. Рубленый

лук протушить в части маргарина, добавить мелко нарезанные грибы и тушить 30—40 минут, подливая воду. Снять с огня, соединить грибы с измельченными вареными яйцами, посолить, посыпать перцем и перемешать с 50—70 г сметаны. Приготовленной начинкой наполнить помидоры. Сложить их в кастрюлю, влить 2—3 ст. л. топленого маргарина, сметану, 100 мл воды и поставить в духовку на 15—20 минут. Приятного аппетита!

Картофель с домашним сыром

600 г картофеля, 100 г домашнего сыра, 1 ч. л. лимонного сока, 1 ст. л. рубленой зелени петрушки, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 3 ст. л. оливкового масла, 6—7 помидоров, 1 стручок сладкого перца, 2 ч. л. томатной пасты, 1 морковь, 300 г брокколи, черный молотый перец, соль по вкусу

Картофель вымыть и отварить в течение 25 минут в подсоленной воде, затем воду слить.

Приготовить соус. Для этого в домашний сыр добавить лимонный сок и зелень петрушки, посолить, посыпать перцем. Лук очистить, порубить, обжарить с чесноком в оливковом масле. Добавить очищенные от кожуры помидоры, томатную пасту, перемешать, протушить в течение 15 минут и отставить.

Мелко порубить морковь, перец и брокколи. Бланшировать овощи примерно 5 минут в кипящей подсоленной воде, отцедить и добавить специи.

Картофелины разрезать пополам, в каждой половинке чайной ложкой сделать углубление, нафаршировать овощами и соединить половинки. Разлить по тарелкам приготовленный соус. Сверху положить фаршированный картофель. Приятного аппетита!

Картофель, фаршированный грибам

1 кг картофеля, 150 г сушеных грибов, 100 г растительного масла, ½ стакана сметаны, 2 луковицы, 3 ч. л. лимонного сока, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу

Мелко нарезанные грибы, лук и зелень протомить в масле, добавить соль, лимонный сок, сметану и перемешать. Картофель очистить, срезать верхушки, вынуть часть сердцевин и заполнить готовым фаршем. В смазанную маслом кастрюлю уложить картофель, обжарить, добавить немного воды и тушить до готовности. Приятного аппетита!

Картофель, фаршированный сыром

1 кг картофеля, 4 сухарика из муки грубого помола, 4 помидора, 2 стебля зеленого лука, 200 г сыра гауда, 1 яйцо, черный молотый перец, соль по вкусу

Картофель вымыть щеткой и варить в кожуре 25 минут. Сухари раскрошить. Помидоры надрезать крестообразно, обдать кипящей водой, очистить от кожицы.

Помидоры и сыр нарезать кубиками. Лук мелко порубить. Яйцо взбить, смешать с раскрошенными сухарями, помидорами, луком, добавить сыр. Массу посолить, посыпать перцем. Нагреть духовку до 200°C. У остывших картофелин срезать верхушки, чайной ложкой вынуть сердцевину, размять ее вилкой, смешать с сырной массой. Полученной смесью нафаршировать картофель. Выложить картофелины на противень и запекать в духовке 25 минут. Приятного аппетита!

Картофель с грибной начинкой

1 кг картофеля, 50 г сушеных грибов или 200 г свежих шампиньонов, 2 луковицы, 3 стакана сметаны, 1 ст. л. муки, 20 г сливочного масла, 2 ст. л. тертого сыра, зелень, соль по вкусу

Картофель очистить и отварить целиком до готовности. Затем сердцевину картофеля осторожно вынуть чайной ложкой. Свежие грибы очистить, отварить и обжарить с мелко нарезанным луком. Сушеные грибы предварительно замочить в воде на несколько часов, затем отварить и обжарить с луком. Картофелины заполнить жареными грибами с луком. Фаршированный картофель положить в глубокую сковороду.

Соединить сметану, сливочное масло и муку, перемешать. Полученной смесью залить картофель. Сверху посыпать тертым сыром. Поставить в хорошо разогретую духовку и запекать до образования румяной корочки. Перед подачей на стол украсить свежей зеленью. Приятного аппетита!

Помидоры фаршированные с сыром и цукини

8 помидоров, 2 цукини, 300 г твердого сыра, 2—3 зубчика чеснока, 3 ст. л. оливкового масла, 1 пучок зелени петрушки, соль, черный молотый перец по вкусу

Помидоры вымыть, снять кожицу. В каждом помидоре сделать шесть надрезов. Цукини вымыть и нарезать тонкими

кружочками. Сыр нарезать кружочками. Кружочки цукини и сыра вложить в надрезы помидора, обильно посолить и посыпать перцем. Сверху выдавить с помощью чесночницы чеснок. Смазать форму для выпекания 1 ст. л. оливкового масла. Выложить в нее начиненные помидоры, полить оставшимся оливковым маслом. Запекать 40 минут. Сверху посыпать измельченной зеленью петрушки. Приятного аппетита!

Кабачки с грибной начинкой

1 кг кабачков, 150 г топленого масла, 150 г грибов, 2 яйца, 200 мл кислого молока, зелень петрушки, 50 г репчатого лука

Очищенные кабачки разрезать вдоль пополам, удалить часть мякоти с семенами. Подготовленные кабачки опустить на 15 минут в кипящую воду.

Приготовить начинку. Мякоть кабачков изрубить, смешать с рубленой зеленью петрушки, сваренными и мелко нарубленными грибами. В 2 ст. л. топленого или растительного масла спассеровать мелко нарезанный лук, добавить подготовленную грибную смесь, рубленое вареное яйцо и обжарить, помешивая. Заправить солью и перцем по вкусу. Наполнить начинкой подготовленные половинки кабачков, уложить их на смазанный маслом противень, влить немного бульона так, чтобы он покрыл только кабачки, а не фарш. Тушить в духовке на слабом огне до мягкости.

Приготовить соус из бульона, кислого молока и желтка, хорошо взбив их венчиком. Готовые кабачки посыпать рубленой зеленью и подать горячими. Соус подать отдельно в соуснике. Приятного аппетита!

Цукини с пряным рисом

½ стакана длинного риса, 4 цукини, 1 луковица, 2 ст. л. оливкового масла, 1 зубчик чеснока, 3 веточки душицы, 250 г твердого сыра, 2 яйца, черный молотый перец, соль по вкусу

Рис отварить в подсоленной воде. Цукини разрезать вдоль пополам, чайной ложкой удалить часть мякоти и мелко ее порубить. Лук очистить, нарезать мелкими кубиками и, помешивая, спассеровать в оливковом масле до золотистого оттенка. Добавить рубленую мякоть цукини и чеснок, пропущенный через чесночницу. Протушить в течение 3 минут. Душицу вымыть, оборвать листики и перемешать с тушеными овощами. Посолить и посыпать перцем по вкусу, выложить в сковороду рис, перемешать и тушить все вместе 5 минут. Сыр натереть на крупной терке. Взбить яйца вместе с сыром и залить этой смесью содержимое сковороды. Тщательно перемешать и наполнить полученной массой половинки цукини. Выложить их на противень и запекать в нагретой до 180°C духовке 25 минут. Приятного аппетита!

Огурцы, фаршированные яйцами

1 кг огурцов, 3 яйца, 400 г редиса, ½ стакана сметаны, 1 пучок зеленого лука, листья зеленого салата, укроп, соль по вкусу

Огурцы очистить от кожуры, разрезать вдоль, удалить сердцевину. Сваренные вкрутую яйца порубить, редис натереть на крупной терке, смешать с яйцами, измельченным укропом, нарезанным зеленым луком, сметаной и солью. Запол-

нить этой массой половинки огурцов. Подать, выложив на листья салата. Приятного аппетита!

Огурцы с начинкой из пшена

2 крупных огурца, 400 г пшена, 1 кг свежих помидоров, 1 пучок зеленого лука, 1 луковица среднего размера, 2 яйца, мускатный орех, соль по вкусу

Отварить в подсоленной воде пшено до готовности.

Четыре помидора обдать кипящей водой, снять с них кожицу, затем мелко порубить. Вымыть и нарезать зеленый лук, тщательно взбить яйца. Измельченные помидоры, лук и яйца соединить, добавить в пшено. Огурцы разрезать вдоль, вынуть сердцевину.

Пшено с овощами приправить перцем, тертым мускатным орехом и солью. Полученной смесью заполнить огурцы.

Репчатый лук и чеснок измельчить и поджарить, добавить помидоры и тушить 15 минут. Приправить по вкусу солью, перцем, тертым мускатным орехом. Влить соус к огурцам и запекать 40 минут. Приятного аппетита!

Огурцы, фаршированные грибами

2 свежих огурца, 150 г маринованных грибов, ½ стакана сметаны, 2 ч. л. тертого хрена, 1 помидор, черный молотый перец, соль по вкусу, зелень петрушки

Огурцы разрезать вдоль пополам, удалить семена, посолить. Маринованные грибы мелко нарезать и залить сметаной,

добавить хрен, перец, соль, перемешать. Огурцы заполнить подготовленной массой, украсить ломтиками свежего помидора и зеленью. Приятного аппетита!

Огурцы, фаршированные плавленым сыром

6 свежих огурцов, 100 г плавленого сыра, 1 морковь, 100 г майонеза, 2 ст. л. рубленого укропа, веточки укропа

Огурцы разрезать вдоль пополам, удалить сердцевину. Морковь натереть на крупной терке, смешать с кусочками плавленого сыра, добавить зелень укропа и рубленую сердцевину огурцов, затем все тщательно перемешать. Фаршем наполнить огурцы, сверху полить майонезом и украсить веточками укропа. Приятного аппетита!

Шампиньоны фаршированные «Пальчики оближешь»

500 г шампиньонов средних размеров с закрытыми шляпками, 120 г сливочного масла, 1—2 луковицы, 1 яйцо, 50 г тертого сыра, рубленая зелень петрушки, молотые сухари, соль и черный молотый перец по вкусу

Молодые шампиньоны со светлыми пластинками нижней части тщательно очистить, промыть, обсушить и срезать шляпки.

Приготовить начинку. Для этого почистить ножки грибов, мелко их изрубить, добавить обжаренный в масле лук,

измельченное на терке крутое яйцо (или взбитое сырое яйцо), соль, перец и зелень петрушки по вкусу. Начинку хорошо вымешать и заполнить ею шляпки шампиньонов.

Уложить подготовленные грибы на смазанный маслом противень, посыпать смесью из тертого сыра и молотых сухарей, сверху разложить кусочки сливочного масла и запечь в горячей духовке. Горячие грибы уложить на блюдо, украсить зеленью и подать на стол как самостоятельное блюдо или гарнир. Приятного аппетита!

Шампиньоны фаршированные «Семейные»

1½ кг свежих шампиньонов, 3 луковицы, 200 г сливочного масла, 2 яйца, 3 ст. л. тертого сыра, 3 ст. л. молотых сухарей, по 1 пучку зелени петрушки и укропа, черный молотый перец и соль по вкусу

Яйца отварить вкрутую, остудить, очистить и размять вилкой. Шампиньоны вымыть, срезать у основания шляпок ножки, измельчить их, посыпать солью и молотым перцем, перемешать и отставить. Лук очистить, ополоснуть, мелко нарезать, высыпать в сковороду с разогретым сливочным маслом и обжарить до золотистого цвета. Затем добавить яйца, измельченную зелень, грибные ножки, хорошо перемешать и заполнить этой массой шляпки шампиньонов.

Подготовленные грибы выложить на смазанный маслом противень, посыпать тертым сыром и молотыми сухарями, положить на каждую шляпку по кусочку масла, поставить в разогретую духовку и запечь в течение 15—20 минут, пока грибы не подрумянятся. Готовые шампиньоны выложить на блюдо, украсить веточками петрушки и подать на стол. Приятного аппетита!



Яйца фаршированные

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ, РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ

Яйца с начинкой из сардин

1 баночка консервированных сардин в масле, 10 яиц, зелень петрушки

Яйца отварить вкрутую, охладить под струей холодной воды и очистить. Разрезать вдоль пополам и вынуть желтки. Вилкой размять сардины, добавить желтки и растереть до получения однородной массы. Заполнить ею белки яиц, украсить зеленью петрушки. Приятного аппетита!

Яйца, фаршированные мясом креветок

400 г свежемороженых креветок, 4 яйца, 100 г майонеза, зелень петрушки

Свежемороженые креветки слегка разморозить и отварить в кипящей соленой воде в течение 5—10 минут. Отделить мясо креветок. Вареные яйца разрезать вдоль пополам,

желтки яиц мелко порубить и смешать с мясом креветок. Приготовленным фаршем наполнить половинки яиц. Сверху яйца полить майонезом и посыпать рубленой зеленью петрушки. Приятного аппетита!

Яйца фаршированные с ветчиной

6 яиц, 1 соленый огурец, 50 г ветчины, 1 помидор, 1 ст. л. красной икры, 50 г майонеза, листья зеленого салата, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу

Яйца отварить вкрутую, очистить и разрезать вдоль пополам. Листья салата промыть под проточной водой. Ветчину и огурец нарезать маленькими кубиками. Помидор вымыть, обдать кипящей водой и опустить в холодную воду. Снять с помидора кожицу, помидоры мелко нарезать или измельчить вилкой. Огурец, ветчину и помидор смешать с майонезом, посолить, посыпать перцем.

Половинки яиц выложить на листья салата, на каждую половинку положить по 1 ч. л. приготовленной смеси, украсить икрой и зеленью петрушки. Приятного аппетита!

Яйца фаршированные с лососем

6 яиц, 2 ч. л. соуса чили, 1 ч. л. рубленой зелени укропа, 1 зубчик чеснока, 12 каперсов, 12 ломтиков соленого лосося, зеленый лук, черный молотый перец, соль по вкусу

Яйца отварить в кипящей подсоленной воде вкрутую, охладить под струей холодной воды и очистить. Разрезать вдоль

пополам и вынуть желтки. Растереть желтки и смешать их с соусом чили, солью, перцем, укропом и рубленым чесноком. С помощью кондитерского мешочка с фигурной насадкой наполнить половинки яиц приготовленной массой. Оформить каперсами, ломтиками лосося и мелко нарезанным зеленым луком. Приятного аппетита!

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩАМИ, ГРИБАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ И ДРУГИМИ ПРОДУКТАМИ

Яйца фаршированные «Закусочные»

7 яиц, 70 г сливочного масла, 50 г майонеза, черный молотый перец, соль по вкусу, зелень петрушки

Сваренные вкрутую яйца очистить, разрезать вдоль пополам и вынуть желтки. Желтки, масло, майонез, соль и перец растереть до получения однородной массы. Заполнить массой белки яиц, украсить зеленью петрушки. Приятного аппетита!

Яйца фаршированные с зеленым луком

5 яиц, 100 г сливочного масла, 2 ст. л. сметаны, 3 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука, зелень петрушки, соль по вкусу

Яйца отварить вкрутую, охладить под струей холодной воды и очистить. Разрезать вдоль пополам, вынуть желтки и рас-

тереть их с остальными ингредиентами до получения однородной массы. Заполнить ею белки яиц и украсить зеленью петрушки. Приятного аппетита!

«Кораблики» из яиц с грибной начинкой

*2 ст. л. мелких маринованных шампиньонов,
3 яйца, 1 маленькая луковица, 1 ст. л. майоне-
за, зелень петрушки, 2 ст. л. растительного
масла, соль по вкусу*

Яйца отварить вкрутую, охладить под струей холодной воды и очистить. Разрезать вдоль пополам и вынуть желтки. Лук мелко нарезать и обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Шампиньоны и желтки измельчить и смешать с луком и майонезом. Нафаршировать этой смесью белки яиц. Подать грибные «кораблики», украсив листиками петрушки. Приятного аппетита!

Яйца фаршированные «Матрешка»

*3 яйца, 1 небольшая луковица, 1 ст. л. тертой
моркови, 1 ч. л. рубленой зелени укропа, 2 ст. л.
томатного сока*

Яйца отварить вкрутую, опустить на 10—15 минут в холодную воду, аккуратно очистить, чтобы белок остался целым, разрезать вдоль пополам, вынуть желток, смешать его с ру-

бленным луком, тертой сырой морковью, добавить томатный сок, рубленый укроп. Массу тщательно перемешать и наполнить ею с верхом половинки яиц. Приятного аппетита!

Яйца, фаршированные грибами

*12 яиц, 40 г сушеных белых грибов, 2 луковицы,
2 ст. л. сливочного масла, 70 г майонеза, 1 ст. л.
томатного соуса, 3 ст. л. сметаны, 4 ст. л. рас-
тительного масла, соль по вкусу*

Яйца отварить вкрутую, очистить и, срезав верхушку, чайной ложкой вынуть желток. Лук мелко нарезать, обжарить на растительном масле до золотистого цвета, грибы отварить, порубить, обжарить, смешать с луком и желтками. Наполнить этой массой белки. Приготовить соус, смешав майонез, томатный соус и сметану. Полить получившимся соусом яйца и подать к столу. Приятного аппетита!

Яйца фаршированные с кетчупом

*7 яиц, 3 ст. л. кетчупа, 30 г маринованных гри-
бов, черный и красный молотый перец, соль
по вкусу*

Яйца отварить вкрутую, охладить под струей холодной воды и очистить. Разрезать вдоль пополам и вынуть желтки. Желтки, кетчуп, специи соединить и растереть до по-

лучения однородной массы, заполнить ею белки яиц. Украсить маринованными грибами или полосками сладкого перца. Приятного аппетита!

Яйца, фаршированные луком

6 яиц, 3 луковицы, 3 ст. л. сметаны, 6 ст. л. сливочного масла, горчица, зелень петрушки, зеленый лук, соль по вкусу

Яйца отварить вкрутую, остудить под струей холодной воды и очистить. Разрезать вдоль пополам и вынуть желток. Спасеровать мелко нарезанный лук, добавить часть сметаны, горчицу, соль и все тщательно перемешать. Приготовленной массой наполнить половинки яиц. Вокруг яиц положить протертый через сито желток. Яйца украсить нарезанным зеленым луком и зеленью, сверху полить оставшейся сметаной. Приятного аппетита!



Фрукты фаршированные

Абрикосы фаршированные

20 абрикосов, 200 г творога, 2 моркови, 2 ст. л. меда

Абрикосы вымыть, разрезать пополам и удалить косточки. Очищенную морковь натереть на крупной терке, смешать с протертым через сито творогом и медом. Полученной массой нафаршировать абрикосы. Приятного аппетита!

Дыня фаршированная «Экзотика»

1 дыня, 1 банан, 1 яблоко, 2 мандарина, 250 г винограда, ¼ стакана густых сливок, 2 ст. л. меда, сок 2 лимонов, 1 пакетик ванильного сахара

Смешать лимонный сок с медом. Дыню разрезать пополам, удалить семена, срезать часть мякоти и нарезать ее кубиками. Мандарины очистить, разделить на дольки. Яблоко разделить на 4 части, очистить от семян, нарезать ломтиками. Ягоды винограда разрезать пополам, удалить косточки. Банан очистить, нарезать ломтиками. Смешать все фрукты, заправить лимонным соком с медом, нафаршировать

половинки дыни, сверху выложить взбитые сливки, смешанные с ванильным сахаром. Приятного аппетита!

Дыня, фаршированная куриным мясом

2 маленькие дыни, 3 отварных куриных филе, 100 г черного винограда, ¼ ананаса, 2 ст. л. йогурта, 1 ст. л. густой сметаны, 1 ч. л. лимонного сока, черный молотый перец, соль по вкусу

Дыни разрезать пополам «зубчиками», удалить семена, срезать часть мякоти и нарезать ее кубиками. Филе курицы и мякоть дыни нарезать кубиками. Ягоды винограда разрезать пополам, удалить косточки. Йогурт смешать со сметаной, лимонным соком, посолить, посыпать перцем. Соединить курицу, дыню и виноград с нарезанным кубиками ананасом. Заправить сметанно-йогуртовым соусом и перемешать. Заполнить дыни приготовленным фаршем и охладить. Приятного аппетита!

Дыня фаршированная с креветками

2 небольшие круглые дыни, 300 г варено-мороженных креветок, 3 помидора, 200 мл йогурта, 2 ст. л. белого винного уксуса, 3 ст. л. лимонного сока, 3 ст. л. растительного масла, дольки лимона, зелень укропа, черный молотый перец, соль по вкусу

Разрезать дыни пополам «зубчиками» и удалить семена. Срезать часть мякоти и нарезать ее маленькими кубиками. Креветки отварить и очистить. Нарезать кружочками по-

мидоры. Смешать помидоры, креветки и кусочки дыни. Наполнить этой массой половинки дынь.

Приготовить соус. Для этого смешать йогурт, лимонный сок, уксус и масло, приправить солью и перцем и тщательно перемешать. Полить соусом фаршированные дыни. Украсить их зеленью укропа и дольками лимона. Приятного аппетита!

Дыня с начинкой из мороженого

1 дыня весом около 1 кг, 500 г сливочного мороженого

Дыню вымыть, обсушить и разрезать пополам. Удалить семена, срезать часть мякоти, оставив слой толщиной примерно 2 см. Мякоть нарезать небольшими кубиками. Мороженое вынуть из морозильной камеры и подержать при комнатной температуре около 15 минут. Затем смешать мороженое с кубиками дыни и нафаршировать этой смесью половинки дыни. Поставить в морозильник. Вынуть дыню за несколько минут до подачи на стол, разрезать на дольки. Приятного аппетита!

Финики фаршированные

150 г крупных фиников, 1 яичный белок, 3 ст. л. сахарной пудры, 4 ст. л. ядер миндаля

Каждый финик надрезать с одной стороны и вынуть косточку. Смешать белок с сахарной пудрой, добавить толченый миндаль. Полученной смесью нафаршировать финики так, чтобы начинка слегка выступала за края надреза. Приятного аппетита!

Чернослив с творожно-ореховой начинкой

150 г чернослива, 150 г творога, 3 яичных желтка, 2 ст. л. манной крупы, 2 ст. л. сахара, 50 г ядер грецких орехов, 100 г сметаны, 30 г сливочного масла

Чернослив замочить в холодной кипяченой воде, после чего удалить косточки. Творог протереть через сито, смешать с манной крупой, желтками, сахаром и мелко нарубленными поджаренными орехами. Этой массой нафаршировать чернослив, положить на сковороду, смазанную маслом, подлить немного воды и запечь в духовке в течение 15 минут. Подавать со сметаной. Приятного аппетита!

Дыня фаршированная «Фруктовый букет»

1 дыня, 1 банан, 1 яблоко, 1 апельсин, 1 грейпфрут, 2 мандарина, 250 г винограда, 1 пакетик ванильного сахара, $\frac{1}{4}$ стакана густых сливок, 2 ст. л. жидкого меда, сок $\frac{1}{2}$ лимона

Дыню разрезать пополам, удалить семена и срезать часть мякоти. Мякоть дыни нарезать ломтиками. Смешать лимонный сок с медом. Мандарины, апельсин и грейпфрут очистить и разделить на дольки. Яблоко разрезать на 4 части, очистить от семян и нарезать ломтиками. Банан очистить и нарезать ломтиками. Ягоды винограда разрезать пополам, удалить косточки. Фрукты смешать, заправить лимонным

соком с медом, нафаршировать дыню. Сверху можно выложить взбитые сливки, смешанные с ванильным сахаром, или украсить цедрой апельсина. Приятного аппетита!

Чернослив, фаршированный орехами

300 г ядер грецких орехов, 300 г чернослива, 5 ст. л. сахарной пудры, 2 ст. л. рома или коньяка, 1 ст. л. горячей воды

Чернослив залить на некоторое время кипящей водой, чтобы она полностью покрыла плоды. Отставить на некоторое время, чтобы чернослив размяк. Аккуратно удалить косточки. Помолоть или мелко истолочь орехи, соединить их с сахарной пудрой, ромом или коньяком и горячей водой, тщательно размешать. Заполнить полученной смесью чернослив и подать к столу. Приятного аппетита!

Персики фаршированные

500 г персиков, 100 г вареной перловой крупы, 60 г толченых ядер грецких орехов, 50 г шоколада, 60 г меда, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 2 ст. л. сахарной пудры

Персики вымыть, аккуратно разделить пополам и вынуть косточки. Приготовить смесь из перловой крупы, толченых орехов, тертого шоколада и меда. Из смеси сформовать шарики и вложить их в разрезанные половинки персиков. Фаршированные персики разложить на тарелке и украсить сметаной, взбитой с сахарной пудрой. Приятного аппетита!

Дыня, фаршированная черешней

1 небольшая дыня, 2 стакана черешни, 2 ст. л.
сахара

Дыню разрезать пополам, удалить семена и срезать часть мякоти. Черешни очистить от косточек. Мякоть мелко нарезать, смешать с черешней и заполнить этой массой обе половинки дыни. Посыпать сахаром. Приятного аппетита!

Яблоки, фаршированные курагой и миндалем

5—6 яблок, 50 г кураги, 50 г изюма, 3 ст. л. измельченного миндаля, 3 ст. л. сахара, 1 ч. л. корицы

Яблоки вымыть, вырезать плодоножку и сердцевину, чтобы получились небольшие бочонки. Смешать изюм, сахар, нарезанную курагу и измельченный жареный миндаль. Заполнить полученной смесью яблоки и выложить их на противень. Запекать в духовке при невысокой температуре 25 минут. Подавая к столу, посыпать яблоки сахарной пудрой, смешанной с корицей. Приятного аппетита!



Заключение

Любая хозяйка наверняка может похвастаться своими рецептами фаршированных блюд, которые будут всегда кстати — и на праздничном столе, и в ежедневном меню, и на званом обеде, и на дружеской пирушке. Но приготовление фаршированных блюд — это постоянный творческий процесс, ведь фаршировать можно все что угодно и чем угодно!

В нашей книге вы найдете рецепты приготовления фаршированного мяса и мясных продуктов, рыбы и морепродуктов, а также овощей и грибов, фаршированных всевозможными начинками. Одним словом, блюда на любой вкус и кошелек. А рецепты фаршированных фруктов станут прекрасным десертом и достойным украшением праздничного стола!

В общем, экспериментируйте, творите, сочетайте, казалось бы, не сочетаемое — и результат превзойдет даже самые смелые ваши ожидания!



Содержание

Введение	5
----------------	---

Птица, мясо и мясные продукты фаршированные

Язык говяжий фаршированный	6
Шея куриная, фаршированная потрохами	7
Печень телячья фаршированная	7
Печень говяжья фаршированная	8
Индейка, фаршированная печенью	8
Индейка, фаршированная шампиньонами и савойской капустой	9
Утка, фаршированная грибами и картофелем	10

Рыба и морепродукты фаршированные

Щука фаршированная	11
Рыба, фаршированная грибами	12
Кальмары фаршированные	13

Овощи и грибы фаршированные

Овощи и грибы, фаршированные мясом и мясными продуктами

«Гнезда» из помидоров	14
Помидоры, фаршированные ветчиной	15
Помидоры с мясной начинкой	15
Огурцы, фаршированные мясом	16
Помидоры, фаршированные мясом и грибами	16
Помидоры, фаршированные ветчиной и зеленым горошком	17
Помидоры, фаршированные мясом	17
Сладкий перец, фаршированный мясом и рисом	18
Сладкий перец по-гречески	19
Сладкий перец, фаршированный колбасой и сыром	19
Сладкий перец, фаршированный мясом и кукурузой	20
Помидоры, фаршированные говяжьей печенью	21
Помидоры, фаршированные ветчиной и грибами	21

Кабачки с куриной начинкой	22
Помидоры, фаршированные курицей и грибами	23
Свекла, фаршированная рисом и мясом	23
Картофель, фаршированный куриной печенью	24
Картофельные корзиночки	24
Картофель, фаршированный ветчиной	25
Картофельные шарики с мясной начинкой	26
Картофель с колбасно-грибной начинкой	26
Картофель, фаршированный говядиной	27
Картофель, фаршированный мясом	27
Картофель с начинкой из ветчины и сыра	28
Картофель с мясной начинкой	29
Цукини, фаршированные мясом и рисом	29
Цветная капуста, фаршированная мясом	30
Огурцы, фаршированные редисом, яйцами и ветчиной	31
Грибы, фаршированные куриным мясом	32
Грибы с мясной начинкой	32
Шампиньоны фаршированные «Пикантные»	33

Овощи и грибы, фаршированные рыбой и морепродуктами

Помидоры, фаршированные креветками	34
Сладкий перец, фаршированный сардинами	35
Помидоры, фаршированные паштетом из шпрот	35
Помидоры, фаршированные мясом раков (1 вариант)	36
Помидоры, фаршированные мясом раков (2 вариант)	36
Помидоры с печенью трески	37
Помидоры, фаршированные яйцами	37
Помидоры с начинкой из мяса креветок	38
Помидоры фаршированные «Морские»	38
Закуска из фаршированных помидоров, креветок и яиц	39
Огурцы, фаршированные рыбой	40
Корзиночки из помидоров с начинкой из яиц и брынзы	40
Картофель, фаршированный сельдью	41
Картофель, запеченный с тунцом	41

Овощи и грибы, фаршированные сыром, яйцами, фруктами, овощами, грибами и другими продуктами

Цукини, фаршированные сыром	42
Сладкий перец, фаршированный рисом и помидорами	43
Огурцы, фаршированные морковью	43
Сладкий перец, фаршированный кукурузой и черносливом	44
Огурцы, фаршированные грибами	44
Помидоры, фаршированные творогом, сыром и орехами	45
Баклажаны, фаршированные овощами	45
Помидоры запеченные «Оригинальные»	46
Рулетики из баклажанов	46

Баклажаны с овощной начинкой.....	47
Помидоры с баклажановой начинкой.....	48
Баклажаны фаршированные под сыром.....	48
Кабачки, фаршированные творогом и крапивой.....	49
Сладкий перец, фаршированный сыром.....	50
Сладкий перец, фаршированный морковью, свеклой и луком.....	50
Картофель, фаршированный грибами.....	51
Помидоры, фаршированные рисом.....	51
Помидоры, фаршированные рисом, яйцами и овощами.....	52
Помидоры с рисовой начинкой.....	53
Помидоры, фаршированные творогом.....	54
Помидоры по-домашнему.....	54
Помидоры с начинкой из яиц.....	55
Помидоры фаршированные по-провансальски.....	55
Помидоры, фаршированные зеленым горошком.....	56
Помидоры, фаршированные брынзой.....	56
Помидоры, фаршированные творогом и солеными огурцами.....	57
Помидорные «чашечки».....	57
Помидоры, фаршированные брынзой и орехами.....	58
Баклажаны, фаршированные рисом.....	58
Баклажаны фаршированные с орехами.....	59
Закуска горячая из помидоров с яйцами.....	60
Сладкий перец, фаршированный грибами.....	60
Сладкий перец, фаршированный помидорами и сыром.....	61
Сладкий перец, фаршированный творогом.....	61
Сладкий перец, фаршированный сыром, маслом и чесноком.....	62
Сладкий перец, фаршированный рисом и грибами.....	62
Сладкий перец, фаршированный овощами.....	63
Сладкий перец с капустной начинкой.....	64
Кабачки, фаршированные грибами.....	64
Кабачки, фаршированные творогом.....	65
Кабачки по-русски.....	65
Кабачки, фаршированные брынзой.....	66
Баклажаны с чесноком.....	66
Свекла, фаршированная яблоками, рисом и изюмом.....	67
Картофель печеный, фаршированный сыром.....	67
Свекла, фаршированная грибами.....	68
Помидоры, фаршированные грибами.....	68
Картофель с домашним сыром.....	69
Картофель, фаршированный грибами.....	70
Картофель, фаршированный сыром.....	70
Картофель с грибной начинкой.....	71
Помидоры фаршированные с сыром и цукини.....	71
Кабачки с грибной начинкой.....	72
Цукини с пряным рисом.....	73
Огурцы, фаршированные яйцами.....	73
Огурцы с начинкой из пшена.....	74

Огурцы, фаршированные грибами.....	74
Огурцы, фаршированные плавленным сыром.....	75
Шампиньоны фаршированные «Пальчики оближешь».....	75
Шампиньоны фаршированные «Семейные».....	76

Яйца фаршированные

Яйца, фаршированные мясом, рыбой и морепродуктами

Яйца с начинкой из сардин.....	77
Яйца, фаршированные мясом креветок.....	77
Яйца фаршированные с ветчиной.....	78
Яйца фаршированные с лососем.....	78

Яйца, фаршированные овощами, грибами, зеленью и другими продуктами

Яйца фаршированные «Закусочные».....	79
Яйца фаршированные с зеленым луком.....	79
«Кораблики» из яиц с грибной начинкой.....	80
Яйца фаршированные «Матрешка».....	80
Яйца, фаршированные грибами.....	81
Яйца фаршированные с кетчупом.....	81
Яйца, фаршированные луком.....	82

Фрукты фаршированные

Абрикосы фаршированные.....	83
Дыня фаршированная «Экзотика».....	83
Дыня, фаршированная куриным мясом.....	84
Дыня фаршированная с креветками.....	84
Дыня с начинкой из мороженого.....	85
Финики фаршированные.....	85
Чернослив с творожно-ореховой начинкой.....	86
Дыня фаршированная «Фруктовый букет».....	86
Чернослив, фаршированный орехами.....	87
Персики фаршированные.....	87
Дыня, фаршированная черешней.....	88
Яблоки, фаршированные курагой и миндалем.....	88
Заключение.....	89