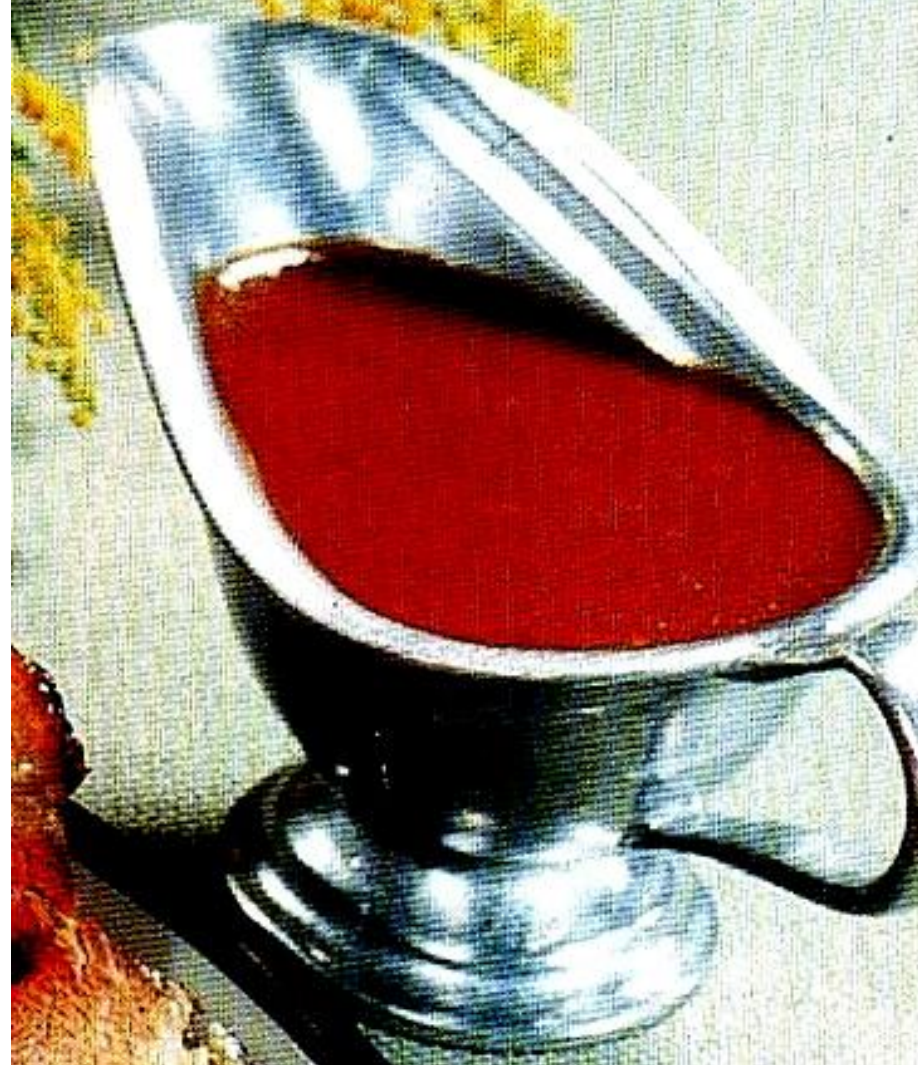


*В. Жданов*

# *Кухня народов мира*

*соусы, приправы*

*(21 оригинальный рецепт)*



# *Кухня народов мира*

## *Соусы, приправы*

(для поиска блюда наведите курсор на нужный рецепт и нажмите левую кнопку мыши)

### **Оглавление**

1. Витаминные соусы .....	3
2. "Витаминный плюс" .....	4
3. Исландский соус.....	5
4. Казахская приправа "Чертополох" .....	6
5. Корейский томатный соус.....	7
6. Миндальный соус .....	8
7. Мясные соусы.....	9
8. "Огненная" подлива .....	10
9. Пикантные соусы .....	11
10. Пикантный зеленый соус .....	12
11. Сливочный соус из овощей.....	13
12. Соус бешамель.....	14
13. Соус голландский .....	15
14. Соус горчичный.....	16
15. Соус из красной смородины .....	17
16. Соус из шампиньонов .....	18
17. Соус лимонный.....	19
18. Соус сацибели.....	20
19. Соус сациви .....	21
20. Соус яблочный .....	22
21. Фруктово-овощной соус.....	23



# 1. Витаминные соусы

## ИНГРЕДИЕНТЫ

### Для чесночного соуса:

Масло ..... 1/2 стакана  
Чеснок ..... 3-4 зубчика  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Укроп ..... 2-3 веточки  
Зеленый лук ..... 2-3 стебля  
Красный перец молотый  
Соль

### Для соуса из зеленого лука:

Белый хлеб..... 3 куса  
Яйца ..... 3 шт.  
Масло ..... 1/2 стакана  
Лимон..... 1 шт.  
Зеленый лук. ....1 пучок  
Сахарный песок . . . 1/2 ч. л.  
Черный перец молотый  
Соль

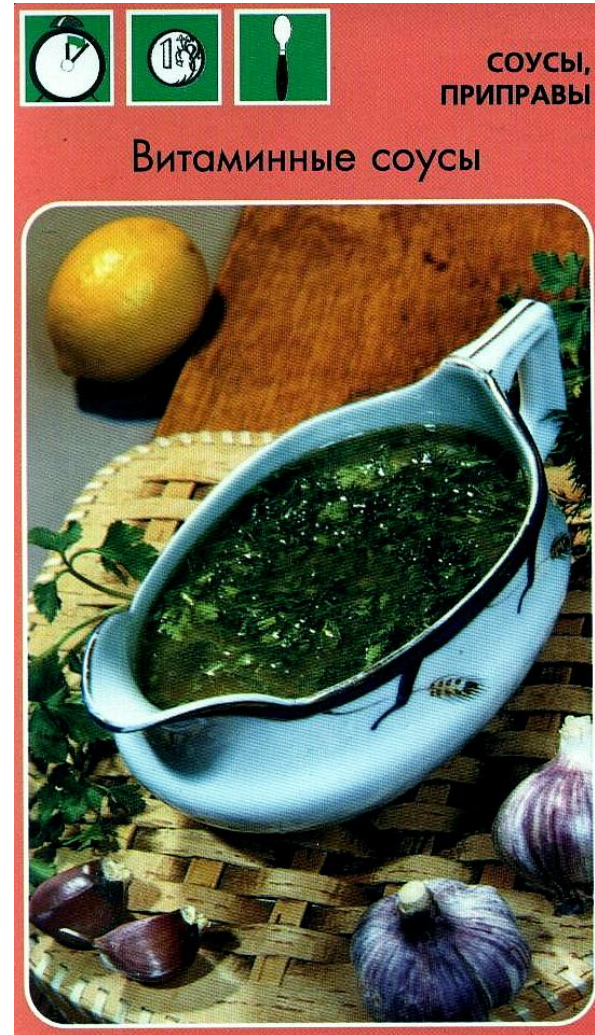
## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

### Чесночный соус

1. Чеснок очистить, раздавить чесночницей или тщательно растолочь с солью.
2. Растительное масло прокалить на сковороде, слегка остудить и всыпать в него толченый чеснок. Слегка потушить при слабом нагреве, чтобы чеснок отдал в масло весь сок, но не подгорел.
3. Добавить молотый красный острый перец, тщательно перемешать. Перелить в стеклянную банку. Использовать для заправки блюд из бобовых, простых салатов или для добавки в супы.
4. При подаче к бобовым чесночный соус залить в соусник. Зелень петрушки, укроп, зеленый лук промыть, обсушить, мелко порубить, перетереть с солью и соединить с соусом.

### Соус из зеленого лука

5. Мякиш белого хлеба замочить водой и дать набухнуть. 2 яйца отварить вкрутую, очистить и отделить желтки.
6. Протереть через сито набухший хлеб с двумя сваренными вкрутую желтками в эмалированную миску. К массе добавить один сырой желток, растительное масло, сок лимона, соль, молотый перец, сахарный песок и перемешать.
7. Зеленый лук промыть, перебрать, просушить, мелко нашинковать и соединить с соусом.
8. Готовый соус переложить в соусник, подать к мясу или овощам.



СОУСЫ,  
ПРИПРАВЫ

## Витаминные соусы

	быстро		дешево		легко
	обычно		обычно		обычно
	долго		дорого		трудно

## 2. "Витаминный плюс"

### ИНГРЕДИЕНТЫ




Творог ..... 250 г  
Апельсины..... 2 шт.  
Киви..... 2 шт.  
Яблоки..... 2 шт.  
Вишня ..... 10 шт.  
Ванильный сахар..... 4 ст. л.  
Сахарный песок..... 3 ст. л.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В кастрюлю налить молоко, добавить соль и масло, размешать и довести до кипения.
2. Муку просеять и постепенно засыпать в кипящую смесь.
3. На слабом огне быстро перемешать смесь деревянной лопаточкой до исчезновения комков муки, а затем нагревать в течение 1-2 мин, тщательно вымешивая.
4. Снять заваренную массу с огня, охладить до 70-80°C и, помешивая, постепенно добавить яйца в несколько приемов.
5. Приготовленное вязкое тесто положить в бумажный корнетик с зубчиками. Противень слегка смазать растительным маслом и отсадить на него тесто в форме колец.
6. Разогреть духовку до 180-200°C и выпекать кольца 30-40 мин.
7. Боковую поверхность выпеченных заварных колец проколоть заостренной палочкой в одном или в двух местах.
8. Для крема: желтки растереть с сахарным песком и размягченным сливочным маслом до образования пышной однородной массы. Творог протереть, добавить соль, яично-масляную массу, размешать и постепенно ввести взбитую сметану. Готовый творожный крем охладить и хранить в холодильнике.
9. Непосредственно перед подачей наполнить корнетик творожным кремом и заполнить им внутреннюю полость заварных колец.

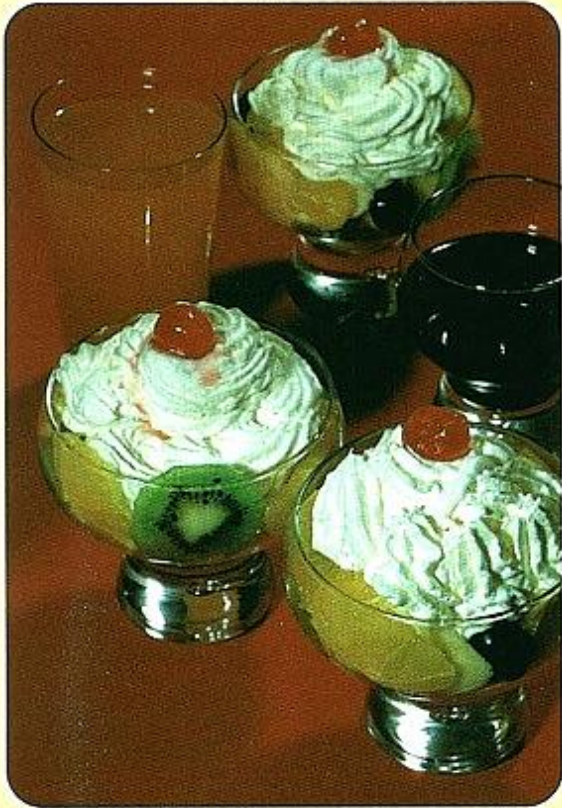
### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:


- Рекомендуется посыпать готовые заварные кольца с творожным кремом сахарной пудрой.





МОЛОЧНЫЕ  
БЛЮДА, ЯЙЦА


«Витамин плюс»





 быстро


 обычно


 долго


 дешево

 обычно

 дорого

 легко

 обычно

 трудно



### 3. Исландский соус

#### ИНГРЕДИЕНТЫ

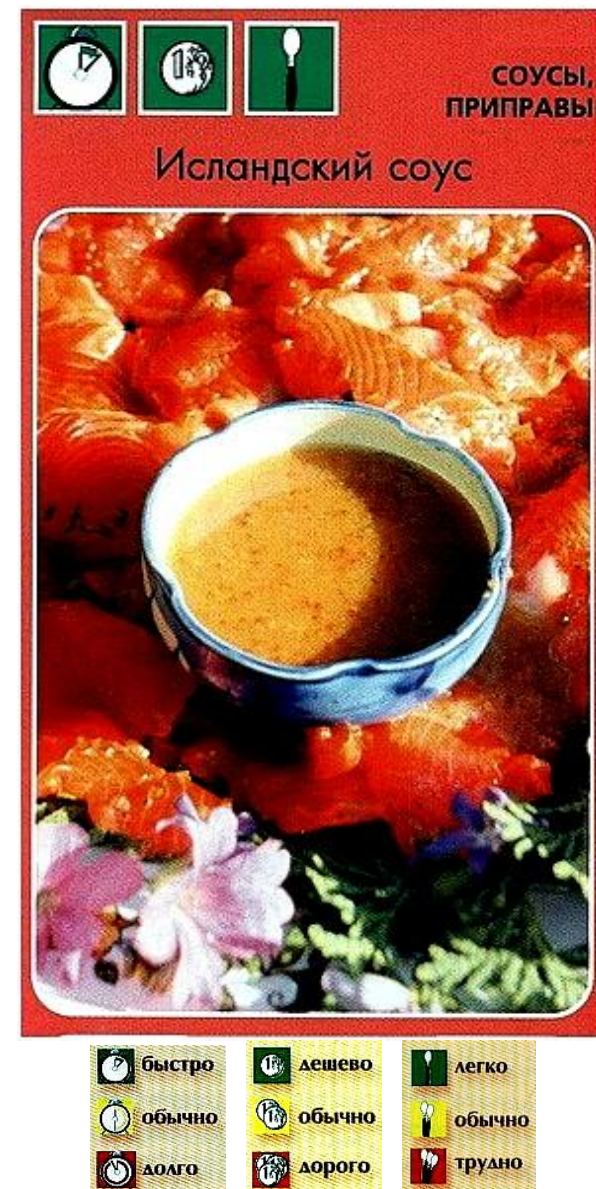
Майонез ..... 8 ст. л.  
Йогурт ..... 8 ст. л.  
Томатный кетчуп ..... 4 ст. л.  
Томаты ..... 2 шт.  
Огурцы ..... 2 шт.  
Водка ..... 3-4 капли

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Томаты вымыть, ошпарить кипятком и снять с них кожицу. Разрезать томаты пополам и острым тонким ножом вырезать семена. Нарезать томаты на мелкие кусочки и растереть в пюре.
2. Молодые свежие маленькие огурцы вымыть, очистить от кожицы, нарезать на мелкие кусочки и растереть в пюре.
3. В посуду выложить майонез, йогурт и кетчуп, добавить пюре из томатов и огурцов, тщательно перемешать.
4. Добавить несколько капель водки по вкусу и снова все тщательно перемешать.
5. Вылить готовый соус в соусник или красивую пиалу и подать к столу.

#### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Используют соус в качестве приправы к холодным блюдам из мяса, рыбы, для заправки салатов. Его можно подать отдельно в соуснике к горячим рыбным блюдам.



## 4. Казахская приправа "Чертополох"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

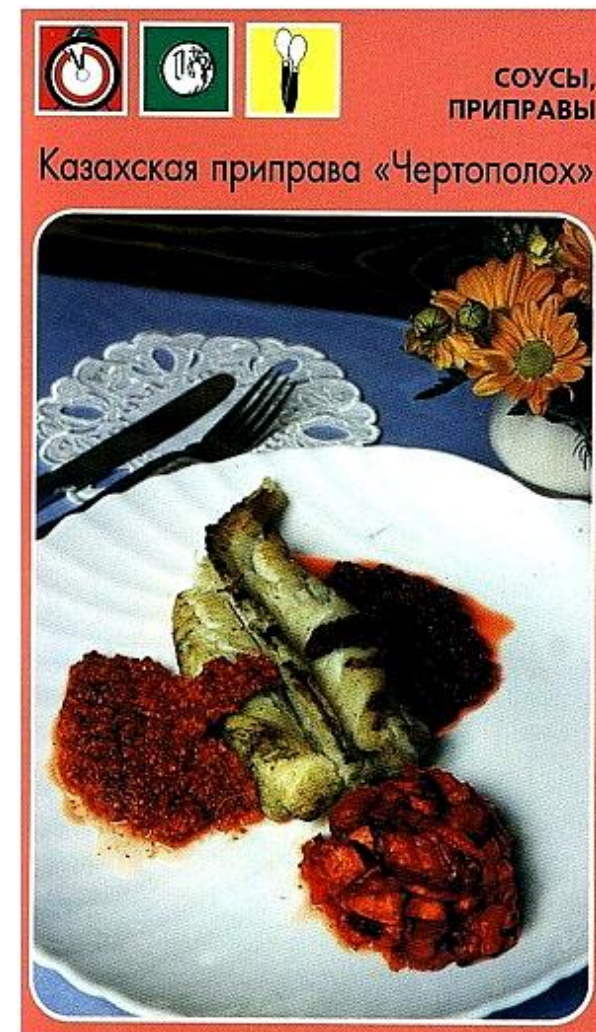
Красный жгучий перчик в стручках. .... 300 г  
Чеснок ..... 1 кг  
Томаты..... 1 кг  
Яблочный уксус ..... 1/2 стакана  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Отобрать крепкие зрелые томаты, вымыть их, удалить плодоножки и разрезать на крупные куски.
2. Чеснок очистить, стручки красного жгучего перчика разрезать пополам, удалить семена и плодоножки, промыть.
3. Пропустить в эмалированную посуду через мясорубку с мелкой решеткой сначала томаты и чеснок, посолить по вкусу.
4. Затем пропустить через мясорубку в эту же посуду жгучий перчик, перемешать массу, влить уксус и дать настояться в течение 12 ч.
5. После этого приготовленную массу овощей поместить в дуршлаг, чтобы жидкость стекла в отдельную эмалированную посуду.
6. Банки и бутылки тщательно вымыть и ошпарить кипятком. Приправу разложить по банкам, а полученный соус разлить в бутылки.
7. Банки и бутылки с приправой и соусом плотно укупорить и, не стерилизуя, убрать на хранение в холодное место.
8. Подавать приправу ко вторым блюдам из мяса, рыбы и птицы. Острый соус использовать для заправки салатов из овощей.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Такая острая приправа довольно долго хранится в холодном месте.





## 5. Корейский томатный соус

### ИНГРЕДИЕНТЫ

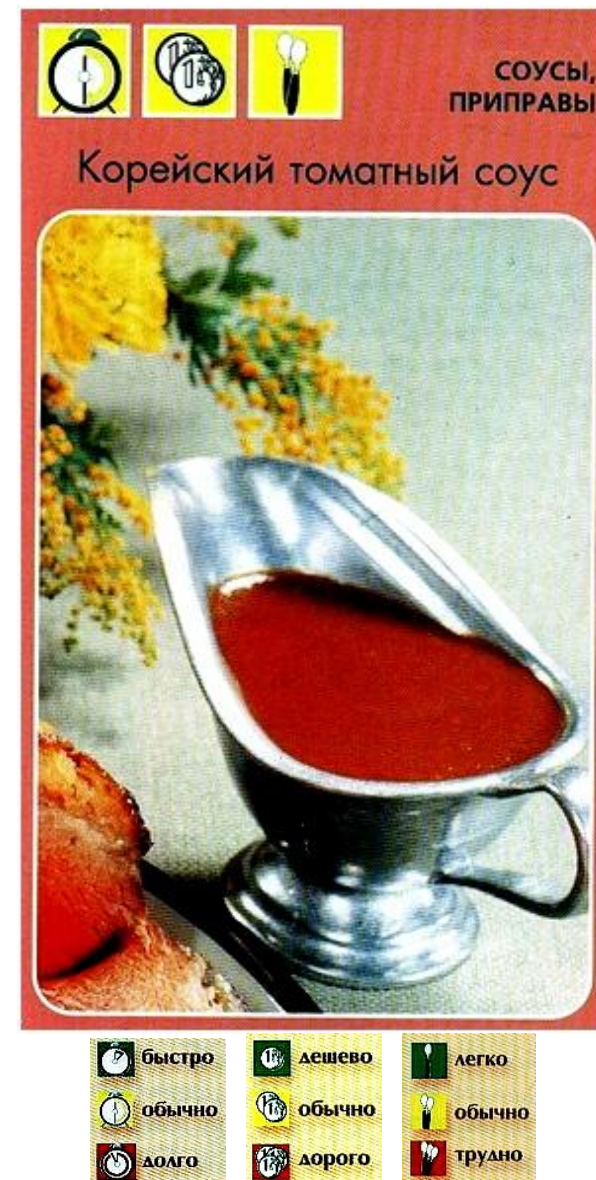
Спелые томаты ..... 1 кг  
Грудинка (жирная). . . 100 г  
Сливочное масло..... 50 г  
Мука ..... 50 г  
Морковь ..... 1 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Петрушка (зелень). 1 пучок  
Чеснок..... 2 зубчика  
Сахарный песок ..... 1 ч. л.  
Мясной бульон.... 1 стакан  
Лавровый лист ..... 1 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Жирную грудинку опустить на 5 мин в кипящую воду, отцедить, затем нарезать мелкими кубиками.
2. Овощи и зелень очистить и промыть. Морковь и лук нарезать мелкими кубиками. Томаты (без кожицы и семян) разрезать на 4 части.
3. На горячей глубокой сковороде распустить сливочное масло, положить подготовленную грудинку. Когда кубики мяса приобретут золотистый оттенок, добавить овощи, всыпать муку, положить зелень петрушки (пучком), лавровый лист, зубчики чеснока. Заправить сахарным песком, солью, молотым перцем, залить бульоном и тщательно перемешать.
4. Оставить тушиться на медленном огне под крышкой на 8-10 мин. Следить, чтобы соус не пригорел.
5. Вынуть чеснок, лавровый лист, петрушку. Смесь со сковороды протереть через мелкое сито в эмалированную или стеклянную посуду.
6. Готовый соус подать в соуснике к мясным и овощным блюдам.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Чтобы получить более острый и менее жирный соус, используйте вместо грудинки растительное масло, а чеснок очистите и мелко порубите.



## 6. Миндальный соус

### ИНГРЕДИЕНТЫ

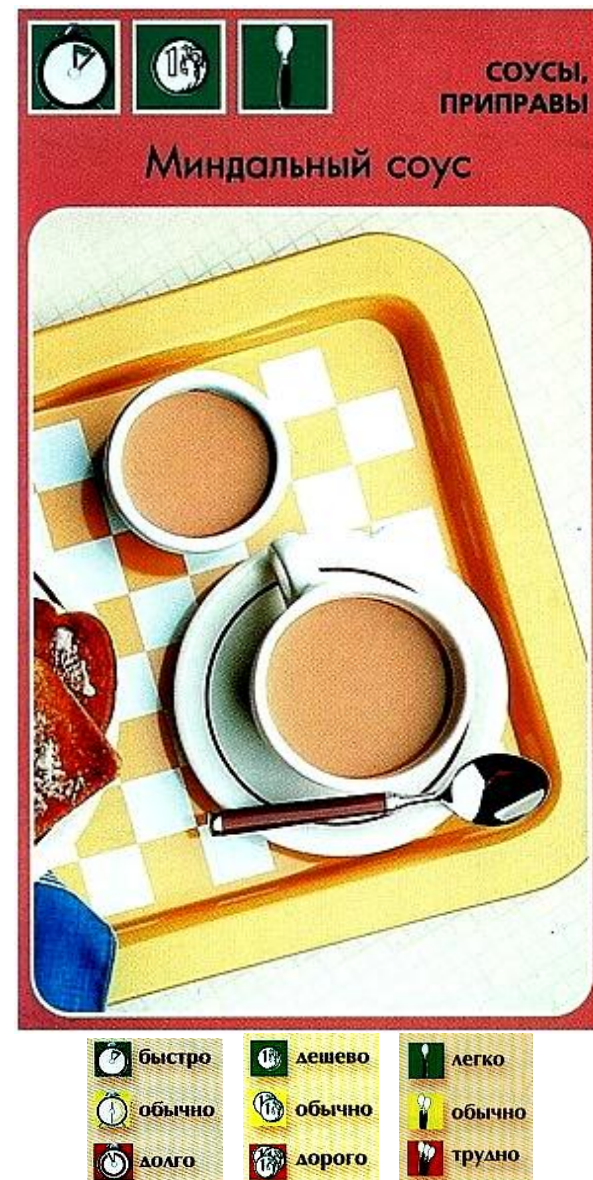
Миндаль (ядра) ..... 2-3 ст. л.  
Яйцо..... 1 шт.  
Сахарный песок ..... 2 ст. л.  
Крахмал ..... 1 ч.л.  
Ванилин..... щепотка

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Миндаль (ядра) положить в кастрюлю, залить кипятком и накрыть крышкой. Через 10-15 мин слить воду, очистить миндаль от кожицы и положить в холодную воду на 2-3 ч.
2. Откинуть миндаль на дуршлаг или сито, измельчить.
3. Молоко вскипятить. Измельченный миндаль тщательно растереть пестиком в ступке, постепенно добавляя молоко (1 стакан).
4. Растертую пюреобразную массу миндаля развести оставшимся молоком. Процедить через марлю и отжать миндальное молоко.
5. Яйцо тщательно растереть с сахарным песком до бела.
6. Полученное миндальное молоко нагреть, развести им приготовленную яично-сахарную смесь, добавить крахмал и ванилин и проварить, помешивая, при температуре 75-80°C (не кипятить!) 2-3 мин.
7. Соус можно подать к столу как в горячем, так и в холодном виде к кушаньям из круп, к печенью, запеканкам, фруктам.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Выжимки от миндаля рекомендуется использовать для начинки блинчиков, запеканок, печеных яблок.





## 7. Мясные соусы

### ИНГРЕДИЕНТЫ

#### *Красный соус*

Мука ..... 1 ст. л.  
Томатная паста ..... 1 ст. л.  
Мясной бульон ..... 2 стакана  
Морковь ..... 1 шт.  
Петрушка (корень) ..... 1 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Портвейн ..... 2 ст. л.  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.  
Соль

#### *Желтый соус*

Мука ..... 1 ст. л.  
Мясной бульон ..... 1 ½ стакана  
Яичный желток ..... 1 шт.  
Горчица (готовая) ..... 1 ст. л.  
Сливочное масло ... 2 ст. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

#### *Красный соус*

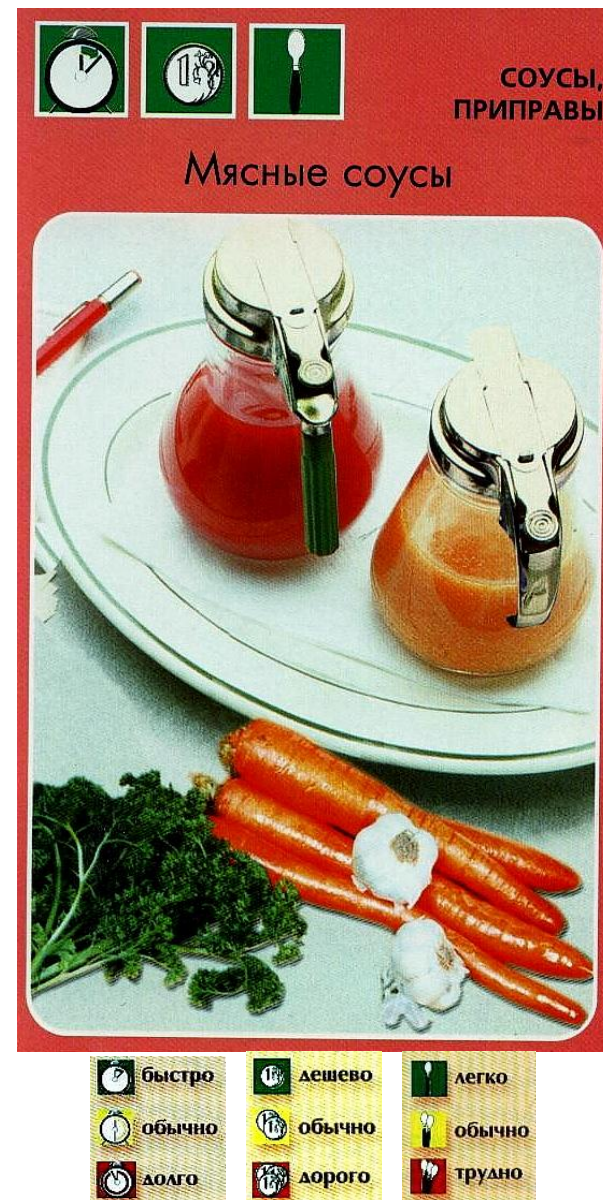
1. На глубокой сковороде пожарить муку с 1 ст. ложкой сливочного масла до светло-коричневого цвета. Добавить томатную пасту и развести мясным бульоном.
2. Морковь, корень петрушки и лук очистить, вымыть, мелко нашинковать и слегка обжарить на другой сковороде.
3. Подготовленные корни внести в бульонную смесь. Затем проварить на слабом огне 20-30 мин.
4. По окончании варки прибавить соль, вино, процедить сквозь сито, заправить оставшимся сливочным маслом.
5. Слить в соусник и подавать к жареному мясу и рубленным мясным блюдам.

#### *Желтый соус*

1. На сковороде слегка обжарить муку с 1 ст. ложкой сливочного масла. Развести процеженным мясным бульоном. Проварить соус на слабом огне 5-10 мин.
2. В стакан отлить 3 ст. ложки горячего соуса, добавить яичный желток и тщательно перемешать.
3. Полученную смесь вылить на сковороду с подготовленным соусом. Добавить горчицу, соль по вкусу, оставшееся сливочное масло и перемешать.
4. Слить в соусник и подавать к отварной говядине, телятине, баранине.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Эти соусы можно использовать и для заправки отварных овощей.



## 8. "Огненная" подлива

### ИНГРЕДИЕНТЫ

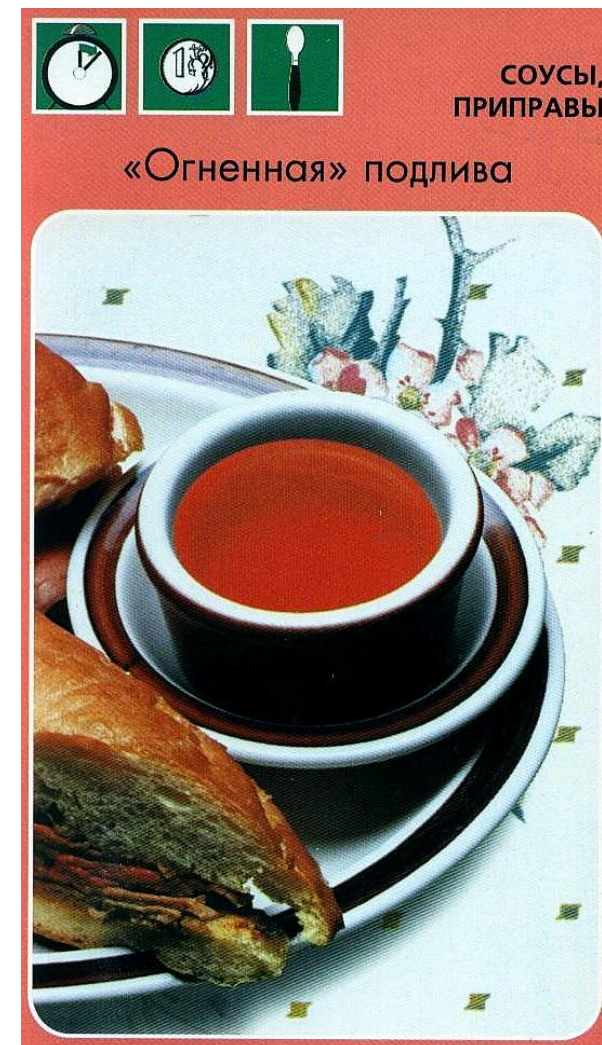
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Красный сладкий перец. .... 2 шт.  
Овощной отвар ..... 1/4 стакана  
Томатная паста..... 1 ст. л.  
Острый перчик ..... 1 шт.  
Сливки..... 1/2 стакана  
Фруктовый уксус ..... 2 ст. л.  
Красный перец молотый (жгучий)  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук и чеснок очистить, вымыть, нарезать кубиками. В кастрюлю влить овощной отвар, добавить подготовленные лук и чеснок, томатную пасту, соль, черный перец, закрыть крышкой и варить в течение 5 мин.
2. Жидкость слить в отдельную посуду и довести до кипения. Овощи оставить остывать.
3. Острый перчик очистить, вымыть и порезать колечками. Красный сладкий перец помыть, разрезать пополам, очистить от плодоножек и сердцевины и мелко порезать. Острый перчик и сладкий перец добавить в приготовленную луковую массу, перемешать и все протереть через сито.
4. Полученную массу развести ранее слитым овощным отваром, всыпать красный молотый жгучий перец по вкусу.
5. Сливки слегка взбить, добавить фруктовый уксус, размешать и соединить с приготовленной подливой. Все тщательно перемешать и выложить в соусник.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- «Огненную» подливу с перцем подают к блинчикам с мясом, овощами или сыром, к домашней птице и дичи, отварному и жареному мясу, картофелю в «мундире» и жареному картофелю, макаронам, котлетам, запеканкам.





## 9. Пикантные соусы

### ИНГРЕДИЕНТЫ

#### Для соуса с вином:

Горчица (готовая)..... 2 ст. л.  
Желток ..... 1 шт.  
Белое сухое вино ..... 2 ст. л.  
Сахарный песок ..... 1-2 ст. л.  
Бульон ..... 1 стакан  
Растительное масло..... 1 ст. л.  
Лимонный сок ..... 1 ч.л.  
Черный перец молотый  
Соль

#### Для соуса с мукой:

Горчица (готовая)..... 2 ст. л.  
Мука. .... 1 ст. л.  
Масло ..... 1 ½ ст. л.  
Бульон ..... 2 стакана  
Лимон ..... 1/2 шт.  
Белое сухое вино ..... 2 ст. л.  
Сахарный песок ..... 2 ч. л.  
Желтки ..... 3 шт.  
Душистый перец молотый




### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

#### Соус с вином

1. В эмалированной посуде смешать горчицу, желток, вино, бульон и растительное масло. Добавить по вкусу соль, сахарный песок, лимонный сок и перец.
2. Прогреть соус, помешивая, при слабом нагреве, внимательно следить за тем, чтобы желток не свернулся.
3. Соус охладить, перелить в соусник и подать к отварной или жареной говядине, дичи, ветчине, к холодной отварной рыбе.

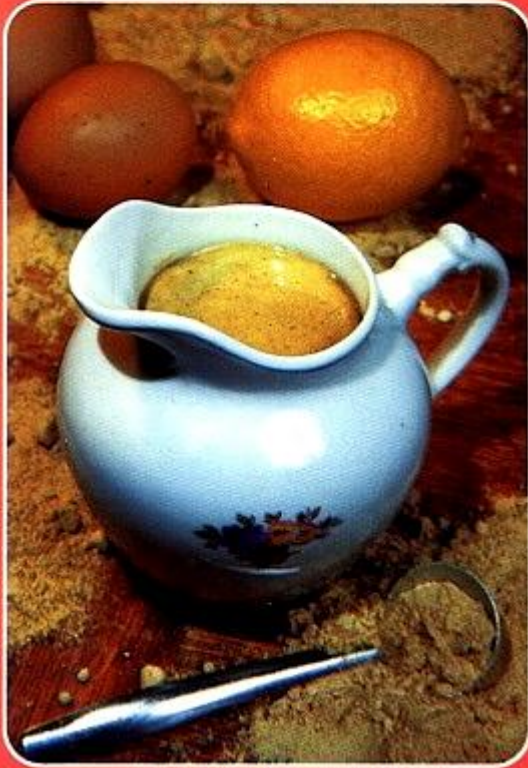
#### Соус с мукой


4. Горчицу, муку, масло залить бульоном в эмалированной посуде и тщательно размешать. Уварить соус до 1 /2 стакана.
5. Добавить вино, положить порезанный на кусочки лимон, сахарный песок. Прокипятить смесь и процедить.
6. Желтки соединить с 1/2 стакана смеси. Хорошо размешать, развести оставшейся смесью, прогреть, но не дать закипеть. Добавить соль и перец по вкусу, перемешать.
7. Полученный соус охладить, полить отварного судака, линя, осетра или форель.





СОУСЫ,  
ПРИПРАВЫ


Пикантные соусы





 быстро


 дешево


 легко


 обычно

 обычно

 обычно

 долго

 дорого

 трудно

## 10. Пикантный зеленый соус

### ИНГРЕДИЕНТЫ

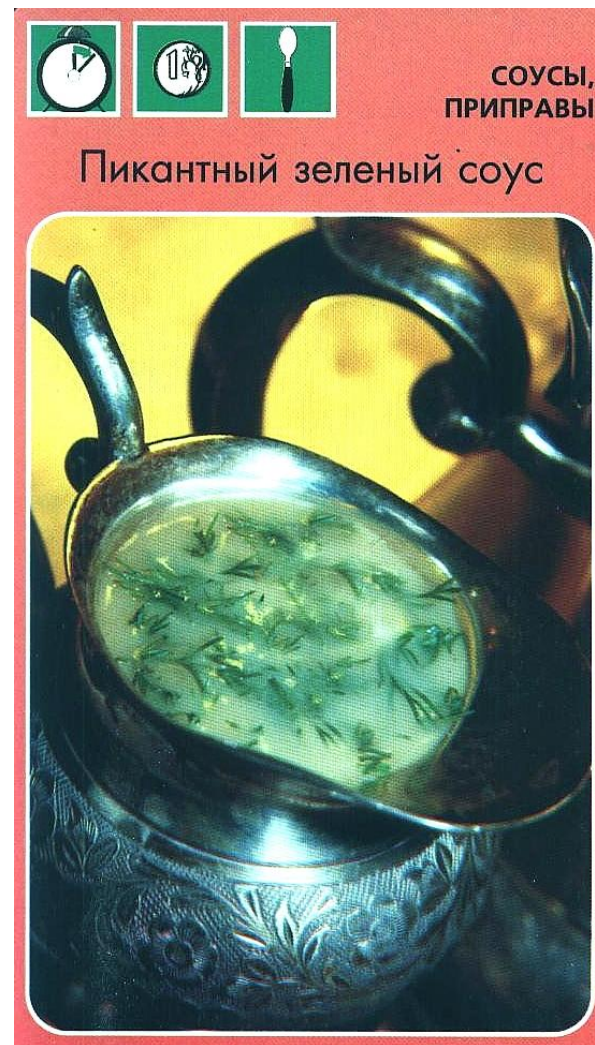
Петрушка (зелень) ..... 50 г  
Петрушка (кудрявая, зелень)..... 40 г  
Филе анчоусов (или хамсы) ..... 4 шт.  
Маринованные огурцы ..... 3 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Винный уксус ..... 2 ст. л.  
Оливковое масло ..... 1/2 стакана  
Лимон. .... 2 кружка  
Укроп ..... 3-4 веточка  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Зелень простои и кудрявой петрушки вымыть, вместе с филе анчоусов (или хамсы) и маринованными огурцами 2 раза пропустить через мясорубку или измельчить миксером. Сложить в эмалированную миску.
2. Большую луковицу очистить, вымыть, очень мелко нашинковать и добавить в миску к подготовленной массе.
3. Влить туда же винный уксус и оливковое масло. Посолить и поперчить по вкусу и тщательно перемешать.
4. Кружки лимона мелко порезать. Укроп промыть, просушить на полотенце и нарезать.
5. Переложить соус в соусник, добавить укроп, кусочки лимона, перемешать.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Соус подают к отварной и жареной рыбе.
- По желанию в пикантный зеленый соус для рыбы можно добавить немного лимонного сока.
- Если соус слишком загустел, его разводят рыбным бульоном.



	быстро		дешево		легко
	обычно		обычно		обычно
	долго		дорого		трудно



## 11. Сливочный соус из овощей

### ИНГРЕДИЕНТЫ

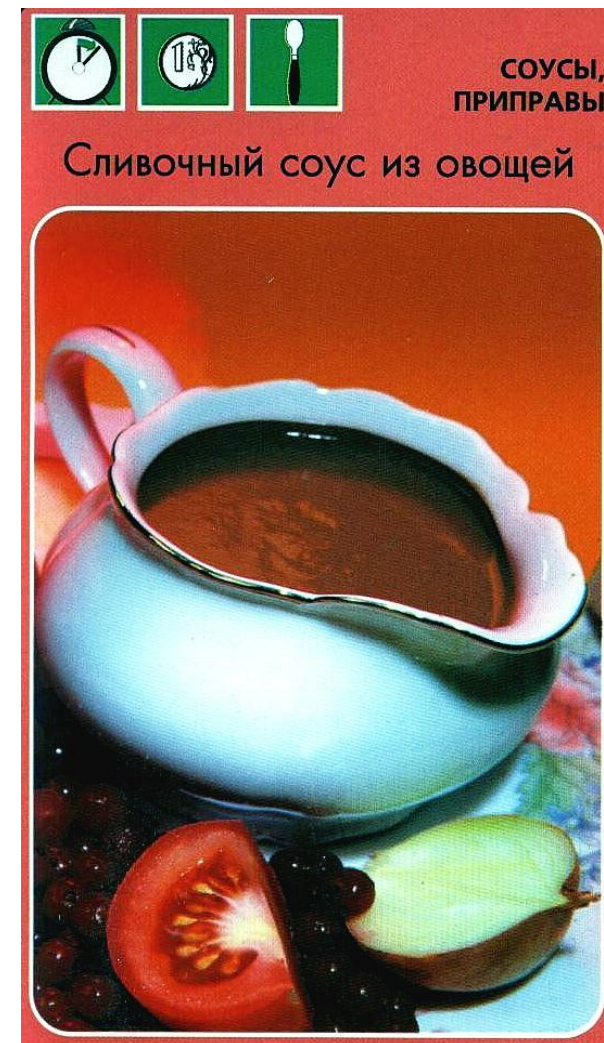
Петрушка (корень). .... 1/2 шт.  
Морковь ..... 2 шт.  
Зеленый лук . .... 1-2 стебля  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Шампиньоны ..... 4-6 шт.  
Соевый соус ..... 2 ст. л.  
Томат ..... 1 шт.  
Сметана ..... 1/2 стакана  
Томатная паста..... 2 ст. л.  
Растительное масло..... 1-2 ст. л.  
Красное сухое вино ..... 1/2 стакана  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Корень петрушки и морковь очистить, вымыть и нарезать крупными кубиками.
2. Зеленый лук очистить, вымыть и крупно порезать. Репчатый лук очистить и разрезать на 4 части.
3. Шампиньоны очистить и промыть. Томат вымыть, удалить плодоножку и разрезать на кусочки.
4. Репчатый лук поджарить на сковороде с растительным маслом до сухости. Внести к нему остальные овощи, шампиньоны и поджарить. Добавить разрезанный томат, томатную пасту и продолжать жарить еще 1-2 мин.
5. Переложить жареные ингредиенты в кастрюлю. Подлить вино, 1 стакан воды и соевый соус. Варить при среднем нагреве 15-20 мин в закрытой кастрюле. Затем протереть все через сито.
6. Протертую овощную массу смешать со сметаной и еще раз поставить прогреть, помешивая.
7. Приправить соус солью по вкусу, добавить при желании еще немного соевого соуса и переложить в соусник.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Сливочный соус из жареных овощей подается с тушеными овощами, рисом, макаронными изделиями, клецками.



## 12. Соус бешамель

### ИНГРЕДИЕНТЫ

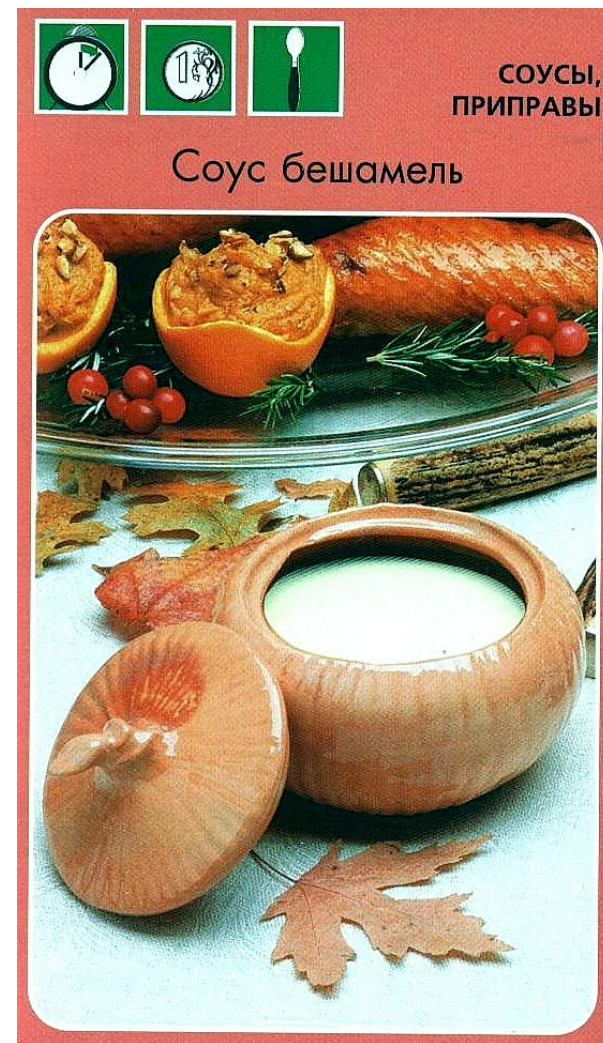
Мука ..... 1 ст. л.  
Рыбный бульон. .... 2 ст. л.  
Сливочное масло ..... 4 ст. л.  
Молоко..... 1 стакан  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Масло растопить в сотейнике. Всыпать муку и, постоянно помешивая, подогреть на среднем огне до образования однородной массы с пузырьками.
2. Влить кипящий бульон, а затем небольшими порциями - горячее молоко. Довести смесь до кипения и варить, постоянно помешивая, 8-10 мин.
3. Получившийся соус поперчить, посолить и вымесить до гладкости.
4. После готовности в бешамель можно добавить 2 ст. ложки поджаренного до мягкости мелко нарезанного репчатого лука, сдобренного солью и черным молотым перцем, и перемешать.
5. Налить в соусник и подавать к рыбе.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Соус бешамель можно приготовить и без рыбного бульона. В этом случае его подают к овощным блюдам и белому мясу.



	быстро		дешево		легко
	обычно		обычно		обычно
	долго		дорого		трудно



## 13. Соус голландский

### ИНГРЕДИЕНТЫ




Сливочное масло ..... 150 г  
Желтки яиц ..... 2-3 шт.  
Сок лимонный  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Размешать в сотейнике или небольшой кастрюле (не в алюминиевой) сырые желтки с холодной водой (2 ст. ложки).
2. Добавить в сотейник нарезанное кусочками сливочное масло и, все время помешивая венчиком, прогреть на слабом огне до густоты сметаны. Ни в коем случае не доводить до кипения.
3. Готовый соус снять с огня, заправить солью и лимонным соком.
4. Голландский соус подают к отварной рыбе или овощам.

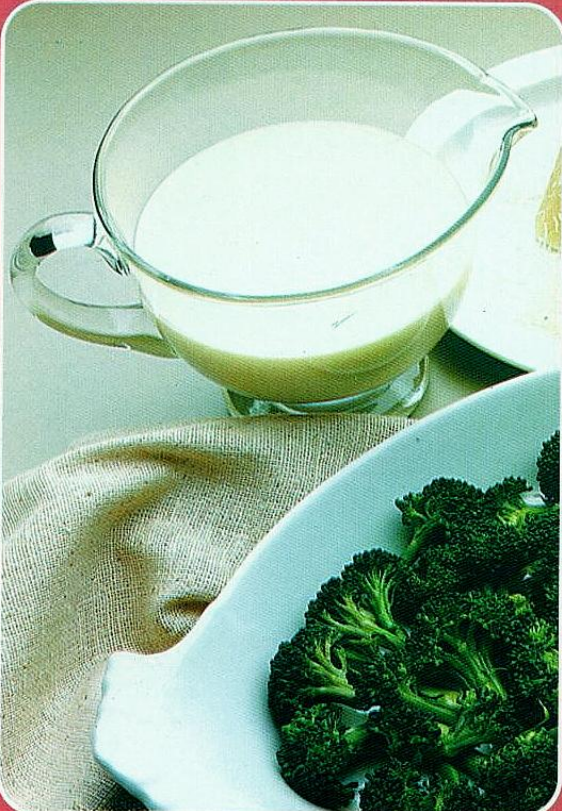
### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:


• Можно приготовить и более острый соус. Для этого растереть 2 ст. ложки сливочного масла с 1,5 ч. ложки муки. Затем добавить 250 г сливок, натертый (с цедрой) лимон, соль и сахарный песок по вкусу. Всю массу, помешивая, прокипятить.





СОУСЫ,  
ПРИПРАВЫ


Соус голландский





 быстро


 обычно


 долго


 дешево

 обычно

 дорого

 легко

 обычно

 трудно

## 14. Соус горчичный

### ИНГРЕДИЕНТЫ

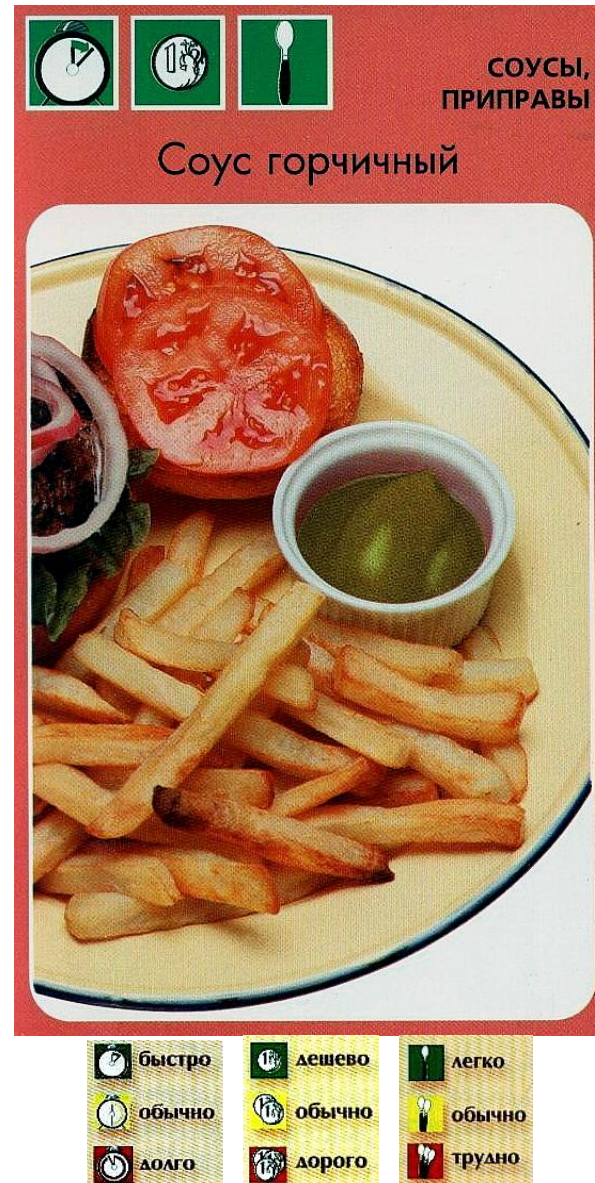
Горчица (готовая)..... 2 ст. л.  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.  
Мука. .... 1 ст. л.  
Белое сухое вино ..... 3 ст. л.  
Яйца ..... 2 шт.  
Мясной бульон ..... 1 стакан  
Лимон..... 1 шт.  
Сахарный песок. . .... 1-2 ч. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Сливочное масло размягчить. Мясной бульон процедить и разогреть. Лимон вымыть, разрезать пополам и половину нарезать маленькими ломтиками.
2. Сливочное масло смешать с готовой горчицей, добавить муку и тщательно растереть.
3. Полученную смесь разбавить горячим мясным бульоном, влить белое сухое вино, добавить ломтики лимона.
4. Соус посолить и поперчить по вкусу, добавить сахарный песок, довести до кипения, прокипятить 1-2 мин и процедить.
5. Яичные желтки отделить от белков и заправить сырыми желтками соус, постоянно помешивая.
6. Готовый горчичный соус переложить в соусник и подать к рубленому бифштексу, зразам, котлетам.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

• Горчичный соус готовят и на рыбном бульоне, без добавления соли и черного молотого перца. В этом случае соус послужит прекрасным дополнением к отварной осетровой рыбе, форели, линю, судаку





## 15. Соус из красной смородины

### ИНГРЕДИЕНТЫ




Красная смородина . . . . . 100 г  
Белое сухое вино . . . . . 2-3 ст. л.  
Сахарный песок. . . . . 1 ч. л.  
Растительное масло. . . . . 2 ст. л.  
Бульон овощной (или грибной). .... 1 стакан  
Мука . . . . . 1 ч. л.  
Репчатый лук . . . . . 1/2 шт.  
Корица (молотая). . . . . 1/2 ч. л.  
Томат . . . . . 1 шт.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Лук мелко нарезать и спассеровать в сковороде на растительном масле (1 ст. ложка). Добавить вымытый, мелко резанный томат.
2. В отдельной сковороде обжарить на растительном масле (1 ст. ложка) муку до коричневого цвета и добавить ее в сковороду с луком и томатом.
3. Развести все горячим бульоном, прокипятить, протереть через сито, поместить в эмалированную посуду.
4. Красную смородину перебрать, вымыть и также протереть через сито. Затем соединить с подготовленной в эмалированной посуде жидкой частью соуса.
5. Добавить туда же вино, сахарный песок, корицу, соль и тщательно перемешать.

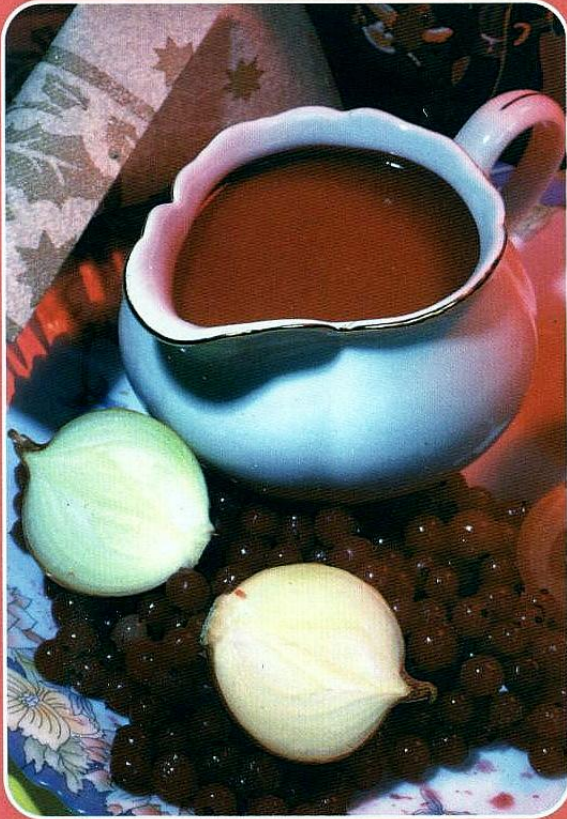
### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:










- Соус рекомендуется к жареной рыбе или дичи.



СОУСЫ,  
ПРИПРАВЫ

Соус из красной смородины



	быстро		дешево		легко
	обычно		обычно		обычно
	долго		дорого		трудно

## 16. Соус из шампиньонов

### ИНГРЕДИЕНТЫ

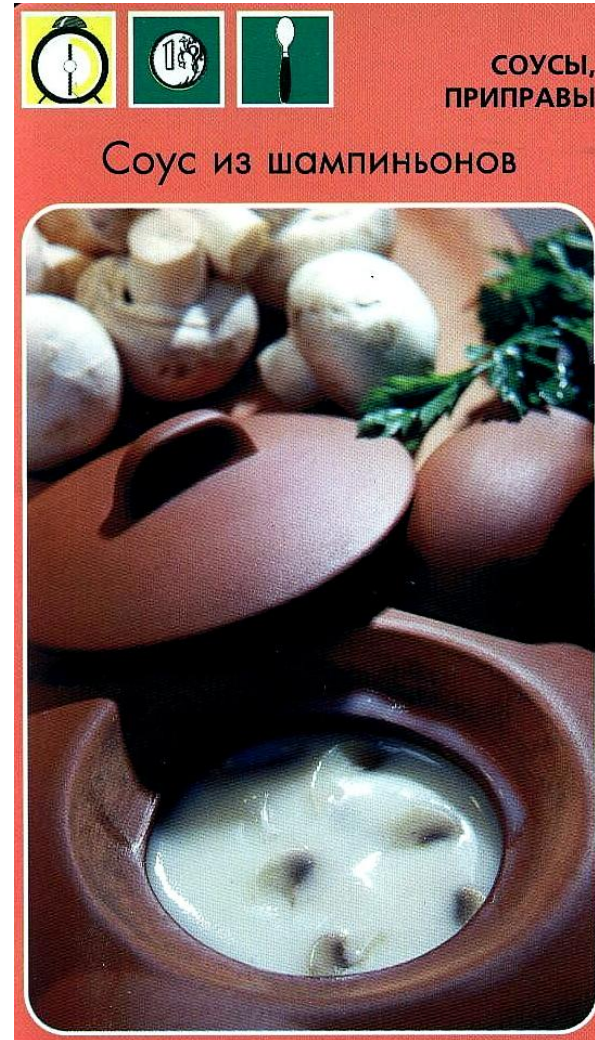
Шампиньоны..... 10 шт.  
Сливочное масло. .... 2 ст. л.  
Мука ..... 1 ст. л.  
Лимонный сок ..... 2 ст. л.  
Белое сухое вино. .... 1 ст. л.  
Сметана ..... 3 ст. л.  
Куриный бульон ..... 2 стакана  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Шампиньоны очистить, обрезать корешки, промыть и положить в холодную подкисленную лимонным соком (1 ст. ложку) воду.
2. Растопить в кастрюле 1 ст. ложку масла, налить 1/2 стакана бульона, положить целые шампиньоны, добавить лимонный сок и вскипятить.
3. Вынуть шумовкой шампиньоны и мелко порезать их.
4. На отдельной сковороде слегка обжарить муку с 1 ст. ложкой масла, чтобы не изменился цвет муки. Добавить 1 ½ стакана бульона и вскипятить.
5. Положить в сковороду с мукой нарезанные шампиньоны и влить бульон, в котором они варились. Внести соль, вино и вскипятить, размешать.
6. В готовый соус добавить сметану.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Соус подают к овощным, мясным и крупяным запеканкам, к картофельным и крупяным котлетам.





## 17. Соус лимонный

### ИНГРЕДИЕНТЫ

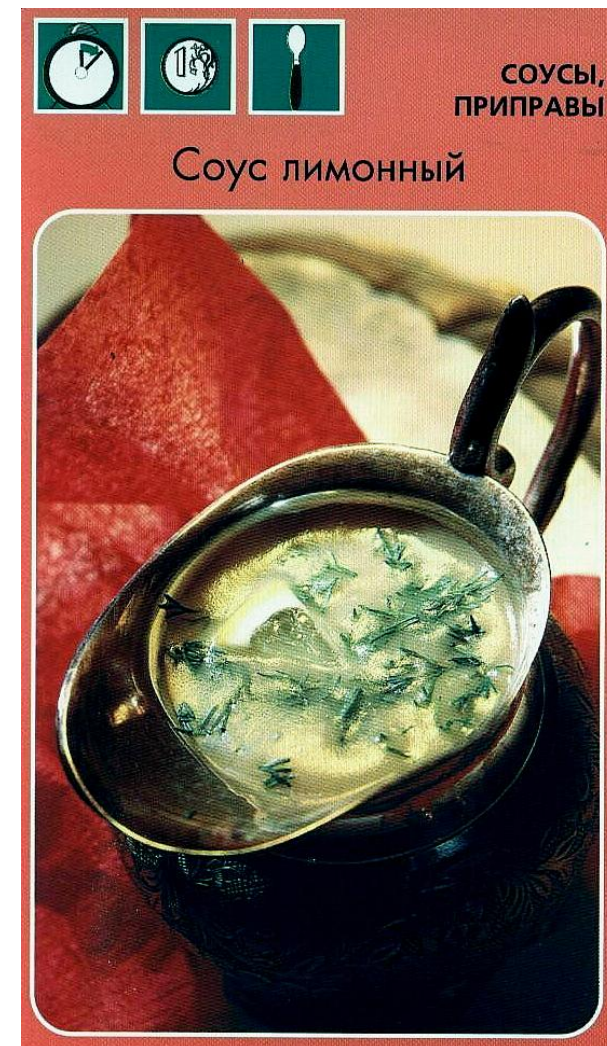
Лимон..... 2 шт.  
Рыбный бульон ..... 1 стакан  
Мука. .... 1 ст. л.  
Растительное масло. .... 1 ст. л.  
Белое сухое вино ..... 3 ст. л.  
Сахарный песок..... 1-2 ч. л.  
Укроп ..... 3-4 веточки  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Укроп вымыть, порубить. С лимона мелкой теркой снять цедру, выжать сок, остаток порезать на маленькие кусочки.
2. Муку слегка обжарить на растительном масле, чтобы она приобрела приятный ореховый привкус.
3. В небольшой кастрюле развести муку горячим рыбным бульоном, добавить тертую цедру и кусочки лимона, все прокипятить.
4. Внести сахарный песок, перец, соль, влить вино, лимонный сок и перемешать.
5. Готовый соус соединить с рубленой зеленью и перелить в соусник.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Постный лимонный соус подают к рыбным блюдам.



	быстро		дешево		легко
	обычно		обычно		обычно
	долго		дорого		трудно

## 18. Соус сацибели

### ИНГРЕДИЕНТЫ

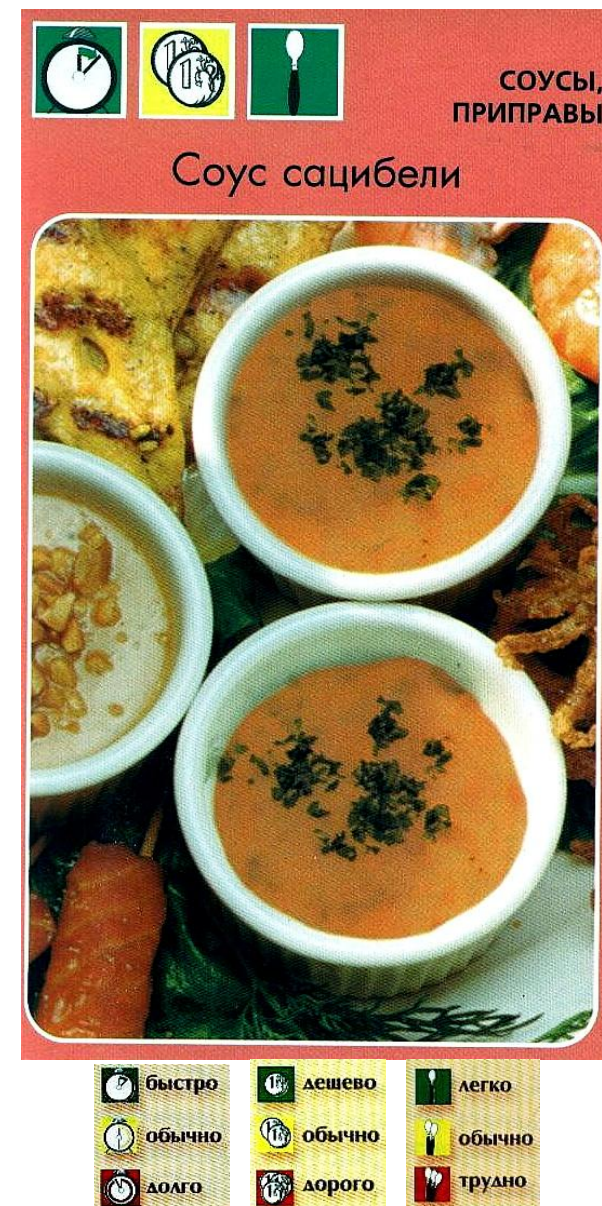
Куриный бульон ..... 1/2 стакана  
Грецкие орехи (ядра)..... 1 стакан  
Чеснок ..... 6-8 зубчиков  
Сок граната (или ежевики) ..... 1/2 стакана  
Красный перец молотый ..... 1 ч.л.  
Кинза (зелень) ..... 1 пучок  
Шафран ..... 1 ч. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Зелень кинзы перебрать, вымыть, мелко порезать и примерно 1/3 отложить. Чеснок очистить и порубить.
2. В ступке истолочь ядра грецких орехов с кинзой (2/3 порции), чесноком, красным молотым перцем, солью и тщательно перетереть.
3. Переложить смесь в эмалированную посуду, внести шафран и постепенно разводить куриным бульоном, перемешивая и растирая.
4. Затем вливать гранатовый или ежевичный сок (либо их смесь), постоянно размешивая.
5. Готовый соус переложить в соусник, посыпать нарезанной кинзой и подать к жареной или отварной птице, овощам и т. д.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Попробуйте такой вкусный соус просто с мягким белым хлебом - и вам, безусловно, понравится это вполне самостоятельное блюдо.





## 19. Соус сациви

### ИНГРЕДИЕНТЫ

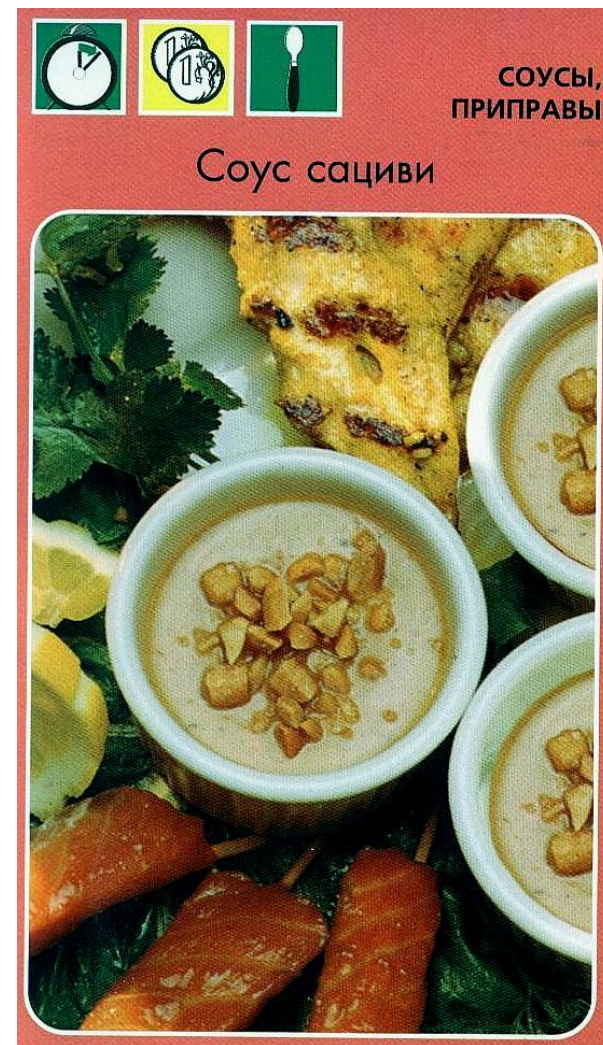
Куриный бульон. .... 2 стакана  
Топленое масло ..... 100 г  
Грецкие орехи (ядра) ..... 1 стакан  
Репчатый лук. .... 4-5 шт.  
Мука ..... 1-2 ст. л.  
Яйца..... 3 шт.  
Чеснок ..... 4-5 зубчиков  
Уксус. .... 1 ч. л.  
Кинза (зелень)..... 2-3 веточки  
Гвоздика (молотая)..... 1/2 ч.л.  
Корица (молотая) . .... 1/2 ч.л.  
Хмели-сунели ..... 1/2 ч.л.  
Красный перец молотый . . . 1/4 ч.л.  
Черный перец молотый ..... 1 ч.л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарубить. Слегка обжарить его на топленом масле. Затем всыпать муку и продолжать обжаривать лук в течение нескольких минут, постоянно помешивая.
2. Бульон процедить, нагреть, влить в полученную массу, довести до кипения.
3. Чеснок очистить. Желтки отделить от белков. Кинзу вымыть и обсушить.
4. Ядра грецких орехов растолочь с чесноком, красным и черным перцем, кинзой, солью, положить в бульон с луком и мукой, размешать и варить на медленном огне 15-20 мин. Добавить корицу, гвоздику, хмели-сунели, уксус (или гранатовый сок), желтки, размешать и прогреть на небольшом огне 5-8 мин, не доводя до кипения.
5. Готовый соус охладить. Подавать к холодным блюдам из рыбы, домашней птицы, дичи и овощей.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

• Особенно вкусным получается соус, если при последнем прогревании внести еще одну порцию ядер грецких орехов, в этом случае желтки добавлять не следует.



## 20. Соус яблочный

### ИНГРЕДИЕНТЫ

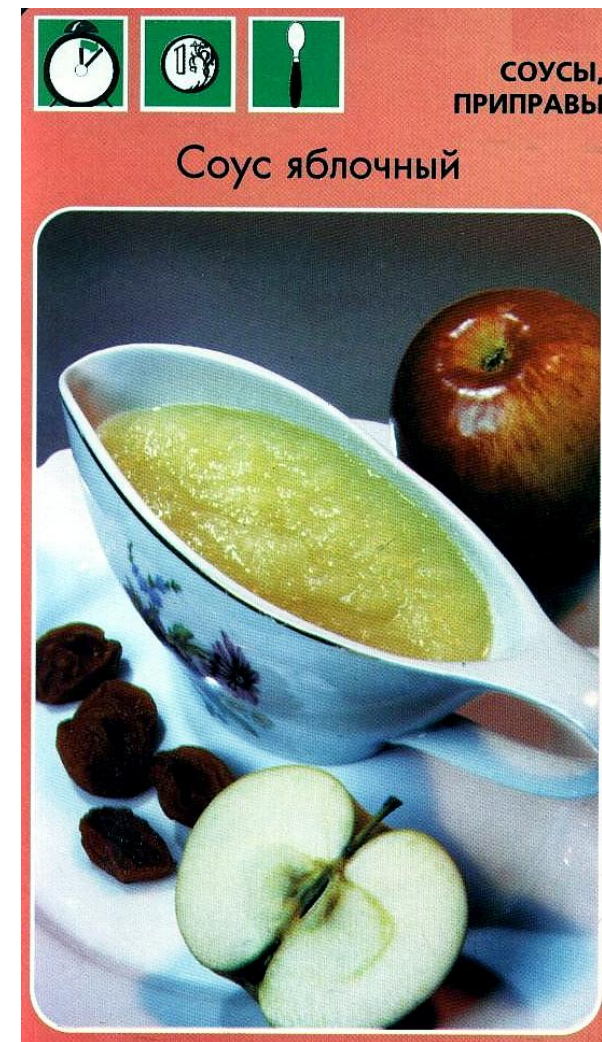
Яблоки..... 600 г  
Сахарный песок..... 3/4 стакана  
Крахмал ..... 1 ст. л

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Яблоки промыть холодной водой, удалить семена и нарезать.
2. Сложить яблоки в кастрюлю, добавить 1 стакан воды и варить при слабом нагреве с закрытой крышкой до готовности.
3. В полученное пюре добавить сахарный песок и влить 2 стакана воды. Смесь вскипятить.
4. Крахмал развести охлажденной водой (1/2 стакана) и, помешивая, влить его в горячий соус. Довести до кипения и переложить в соусник.
5. Подавать соус горячим или холодным к кашам, запеканкам из риса, пшена, макаронных изделий, пудингам, блинчикам с фруктами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Соус прекрасно получается и из сушеных яблок или других сухофруктов, а также из шиповника. Для этого сухофрукты промыть, замочить на 2-3 ч холодной водой и варить в этой же воде. В соус из шиповника желательно добавить лимонный сок.



СОУСЫ,  
ПРИПРАВЫ

Соус яблочный





## 21. Фруктово-овощной соус

### ИНГРЕДИЕНТЫ

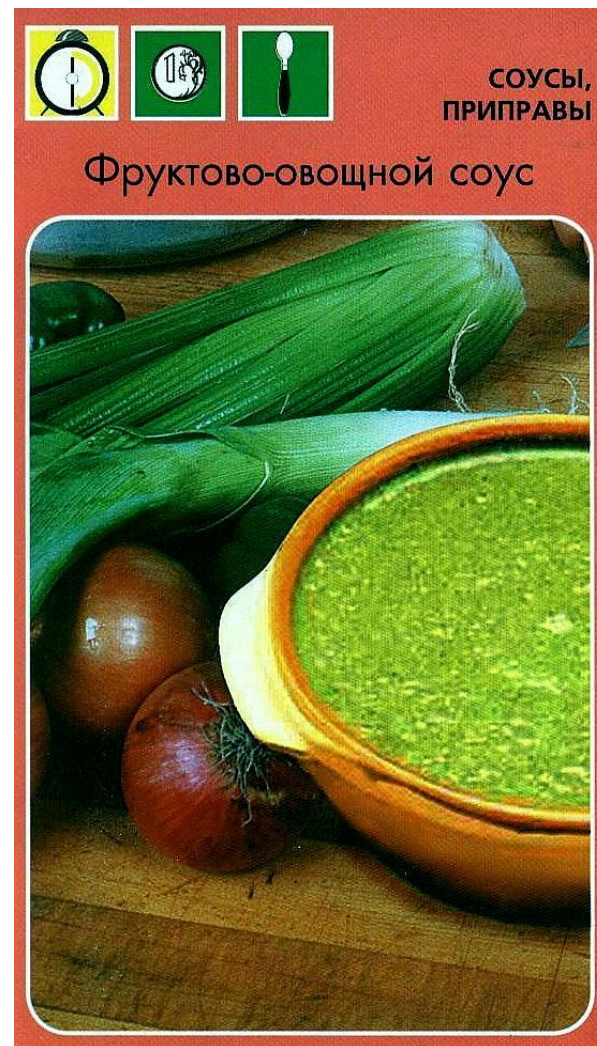
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Лук-порей ..... 1 шт.  
Морковь ..... ½ шт.  
Овощной отвар ..... 400 г  
Сливочное масло ..... 1 ст. л.  
Томатная паста ..... 1 ст. л.  
Чернослив ..... 1/2 стакана  
Яблоко (зеленое) ..... 1 шт.  
Петрушка (зелень и корень) ..... 1 шт.  
Сметана ..... 1/4.стакана  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Лук репчатый и порей, морковь, петрушку (зелень и корень) очистить, промыть, пропустить через мясорубку.
2. Полученную массу положить в никелированную или эмалированную кастрюлю, добавить масло, томатную пасту, прогреть 5 мин, залить овощным отваром и довести до кипения.
3. Чернослив промыть, вынуть косточки, пропустить через мясорубку. Зеленое яблоко вымыть, удалить семена, натереть на крупной терке.
4. Подготовленные чернослив и яблоко положить в кастрюлю с овощами, варить 2-3 мин, тщательно перемешивая. Затем посолить, добавить сметану и довести до кипения.
5. Готовый соус переложить в керамический (стеклянный) соусник и подать к овощным или крупяным запеканкам, блюдам из рубленого мяса.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Для приготовления соуса вместо овощного отвара используют также мясной бульон, а набор овощей может быть иным.
- Если вы не уверены, что новая пряность (тертый мускатный орех, зелень базилика, кинза, шафран, кориандр или тмин) понравится всем членам семьи, не добавляйте ее в блюдо, а поставьте на стол: пусть каждый сам попробует, добавив пряность в тарелку.



	быстро		дешево		легко
	обычно		обычно		обычно
	долго		дорого		трудно