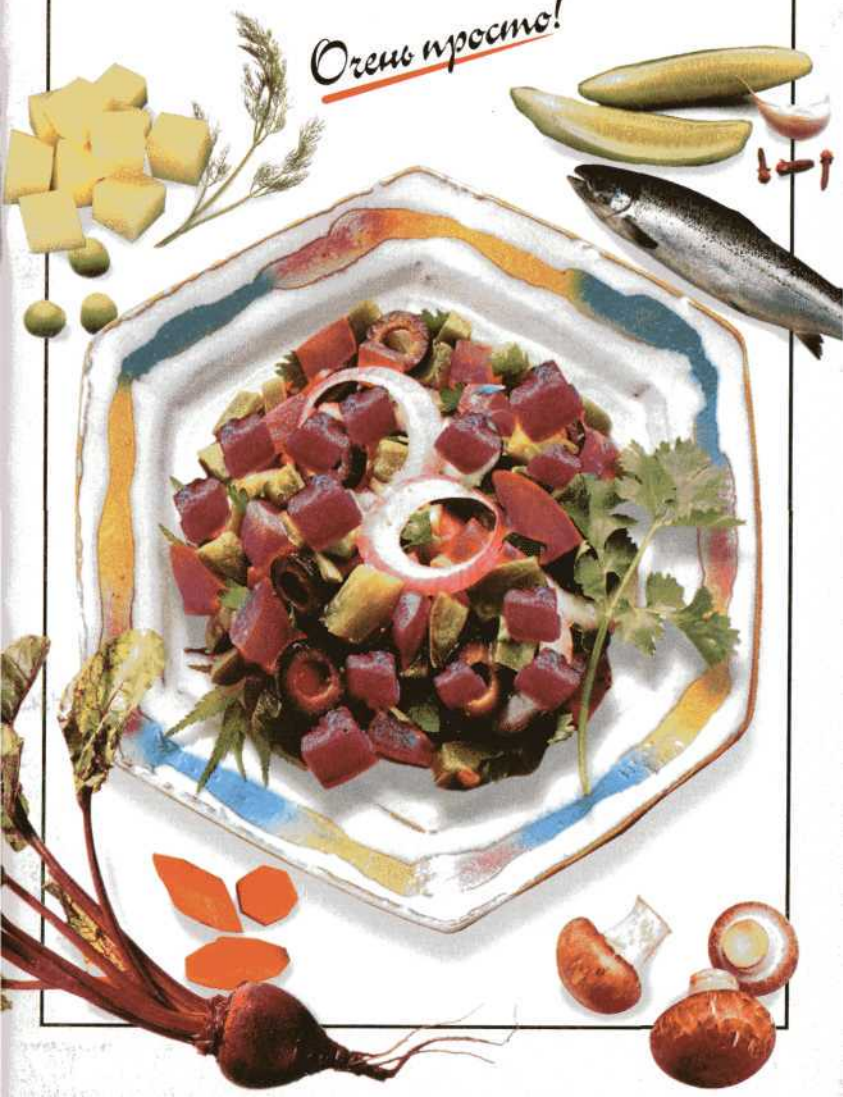


# ВИНЕГРЕТЫ

Очень просто!



ББК 36.991  
В 48

Составитель *Г. С. Выдревич*

**В 48      **Винегреты** / Сост. Г. С. Выдревич. — М.: Эксмо;  
СПб.: Терция, 2006. - 64 с.**

Очень популярный у россиян винегрет может включать в себя самые неожиданные компоненты. Для его приготовления используются (наряду с традиционными картофелем, свеклой, морковью, репчатым луком и солеными огурцами) практически любые овощи, мясо, соленые, маринованные, свежие грибы, вареная, жареная и соленая рыба, столь же разнообразны и возможные заправки. Винегреты могут быть даже горячими!

Приводимые в данном издании рецепты помогут вам готовить всегда разные, но неизменно вкусные винегреты.

**ББК 36.991**

ISBN 5-699-17180-0

© «Терция», составление, 2002  
© «Терция», оформление, 2002  
© ООО «Издательство «Эксмо», 2006

**www.infanata.org**

## Предисловие

Слово «винегрет» происходит от французского *vinai-grette* (так назывался соус, состоящий из нескольких ингредиентов, в состав которого обязательно входил уксус) и означает «смесь различных предметов и понятий, всякая всячина». Более точное определение, чем «всякая всячина», для винегрета придумать сложно. И правда, для его приготовления (кроме традиционных картофеля, свеклы, репчатого лука и соленых огурцов) используют самые разнообразные и порой неожиданные (для тех, кому известны лишь «классические» рецепты) продукты. Это и репа, и пастернак, и фасоль, и зеленый горошек. Кладут в винегреты мясо птицы, говядину, свинину, телятину, баранину, грибы (свежие, маринованные, соленые), вареную, жареную и соленую рыбу. Есть даже такие рецепты, куда не входит свекла, которую принято считать главным компонентом винегрета. Заправки для этого блюда тоже весьма многочисленны: растительное масло в чистом виде, смесь масла с горчицей, майонез, смесь масла с уксусом, горчицей, сахаром и солью, сметана, смесь сметаны и майонеза, сметаны с уксусом, с подсолнечным маслом и другие. В общем — бескрайний простор для фантазии тех, кто любит готовить и вкусно покушать.

Винегрет — не только вкусное блюдо, которое каждый раз можно приготовить по-новому. Он еще и чрезвычайно полезен.

Например, капуста, которая часто входит в его состав, содержит много нужных человеку веществ: витамины С, В<sub>1</sub>, РР, кальций.



Крахмал, которого очень много в картофеле, должен составлять основную массу углеводов в рационе человека. В картофеле также есть витамины С (правда, немного) и В<sub>1</sub>, кальций и железо. В огурцах много воды и полезных минеральных веществ.

Морковь, которая довольно часто используется для приготовления винегретов, — один из главных источников каротина, переходящего в организме человека в витамин А. Кроме того, красная морковь — один из важнейших источников витамина С. Один из основных компонентов винегрета — свекла. Это уникальный продукт, обладающий многочисленными целебными свойствами. Он богат сахаром, клетчаткой, пектинами, органическими кислотами и витамином С.

Чтобы сберечь максимум полезных веществ в овощах, нужно следовать некоторым несложным правилам их приготовления.

Если овощи опускать в кипящую воду, это в 3–5 раз уменьшает потери питательных веществ и сохраняет витамин С.

Морковь, слегка обжаренная в масле перед варкой, лучше сохраняет ароматические вещества.

Красное красящее вещество свеклы хорошо сохраняется в кислой среде, поэтому в воду, в которой она варится, можно добавить немного уксуса. Кожицу лучше не снимать. Для винегретов свеклу можно не варить, а запекать. В этом случае ее окраска останется первоначальной.

Вымытые овощи нельзя долго держать в воде: они теряют питательные и вкусовые вещества. В воду переходят минеральные вещества, сахара и витамины.

Зеленый горошек надо варить в большом количестве бурно кипящей воды в кастрюле без крышки. Тогда он полностью сохраняет цвет.

Если овощи подсохли и увяли, их надо вымочить в холодной воде. В этом случае их будет легче чистить и количество отходов уменьшится.



Зеленый салат надо промывать в холодной воде. Чем ниже ее температура, тем крепче становятся салатные листья. Промытый салат надо положить на сито, чтобы стекла вода, а перед непосредственным использованием — просушить салфеткой.

Консервированные овощи перед использованием надо откинуть на дуршлаг или сито и подсушить.

При тепловой обработке овощи теряют значительную часть витаминов. Чтобы уменьшить потери, лучше всего отваривать овощи в кожуре. Например, очищенный картофель при варке теряет 40% витамина С, а картофель, сваренный в мундире, — только 25%.

Зачастую в винегрет добавляют и мясо, и рыбу, и другие продукты. Опытные хозяйки прекрасно знают, как их готовить, а вот для тех, кто решил удивить и себя, и своих близких, впервые встав к плите, мы дадим несколько советов.

Говядину лучше варить целым куском в небольшом количестве горячей воды (она должна лишь покрывать мясо). Когда вода закипает, образуется пена, которую необходимо время от времени аккуратно снимать. Кусок говядины весом до 2 кг обычно варится 2–2,5 часа.

Баранину варят также целым куском и в небольшом количестве воды. Однако время ее приготовления меньше — 1–1,5 часа.

Телятину заливают горячей водой, доводят ее до кипения, а затем значительно уменьшают нагрев и варят мясо при слабом кипении в течение 1–1,5 часов. Свинину для варки выбирают нежирную. Готовят так же, как телятину.

Язык кладут в холодную воду, доводят до кипения, снимают пену и, значительно уменьшив нагрев, варят до готовности, следя, чтобы вода не кипела. Говяжий язык варится 3–4 часа, свиной и телячий — примерно 2 часа.

Молодых кур готовят в течение 1–1,5 часов.

Рыбу можно варить как целиком, так и небольшими кусками, однако чем крупнее кусок, тем более



сочной получается рыба. Воды должно быть немного. Лучше рыбу не варить, а припускать, то есть заливать ее водой лишь на  $\frac{1}{3}$ . Крупную рыбу заливают холодной подсоленной водой, чтобы она проваривалась постепенно, нагреваясь вместе с жидкостью. Мелкую рыбу и нарезанную на куски рыбу лучше заливать горячей водой, так как она быстро проваривается. Морская рыба (треска, пикша, зубатка и т. д.) будет вкуснее и не разварится, если в воду добавить немного уксуса или огуречного рассола. Во время варки вода должна постоянно кипеть, но очень слабо. Определить, готова ли рыба, очень легко: надо проколоть ее в наиболее толстой части деревянной шпилькой или двузубой вилкой. В готовую рыбу они входят легко, а сок, выделяющийся при этом, прозрачен. Рыба, нарезанная кусками, которые весят до 100 г, варится 15–20 мин.

Мидии — это моллюски. В них много кальция, фосфора, железа, меди, йода и других микроэлементов, а также витаминов В<sub>1</sub> и В<sub>12</sub>. В продажу мидии обычно поступают в замороженном виде. Их размораживают и отваривают в воде или молоке.

В кальмарах содержится много белка, а также экстрактивных азотистых веществ. Сырых кальмаров отваривают, положив их в холодную воду и постепенно доводя ее до кипения. Чем дольше кальмар находится в кипящей воде, тем более жестким становится его мясо. Поэтому оптимальное время кипения — 2–3 мин, после чего можно поддержать кальмара в бульоне 10–15 мин, и его мясо станет более нежным и сочным.

Благодаря тому что в состав винегрета входят различные овощи, обладающие яркой окраской, это блюдо получается очень красивым и нарядным. Для его дополнительного украшения незаменимы зелень петрушки, сельдерея, укроп, зеленый лук. Они хорошо контрастируют по цвету с морковью, помидорами, свеклой, картофелем. Хорошее украшение получается из нарезанных дольками

или кружками вареных яиц, ломтиков свежих или моченых яблок, кружочков и долек лимонов и помидоров, клюквы, брусники, маслин.



Несмотря на то что существует великое множество рецептов самых различных винегретов, это блюдо приготовить несложно, а потому даже те, кто никогда не увлекался кулинарией, могут смело отправляться на кухню. Попробуйте. И вы сможете порадовать себя и своих друзей и близких.

# ВИНЕГРЕТЫ

## Винегреты из овощей и фруктов



### Винегрет простой (вариант 1)

*500 г картофеля, 300 г столовой свеклы, 200 г моркови, 200 г соленых огурцов, 100 г репчатого лука, 100 г растительного масла, 1 ч. ложка сахара, соль по вкусу.*

Овощи тщательно промыть, снять кожуру. Картофель залить кипятком, отварить, охладить, нарезать кубиками. Морковь нарезать кубиками, залить кипящей водой, добавить 1 ст. ложку масла и 1 ч. ложку сахара, варить на медленном огне 20–25 мин. Свеклу нарезать кубиками и отварить так же, как и морковь. Свеклу и морковь обязательно варить отдельно друг от друга. Лук нарезать кубиками и спассеровать. Все отварные овощи соединить, добавить нарезанные кубиками соленые огурцы, посолить, перемешать.



### Винегрет простой (вариант 2)

*500–550 г картофеля, 500 г столовой свеклы среднего размера, 300–350 г соленых или маринованных*



*огурцов, 100–120 г репчатого лука, 100 г растительного или подсолнечного масла, соль по вкусу.*



Овощи тщательно промыть. Картофель залить холодной водой и отварить в мундире до готовности. Свеклу в кожуре залить холодной водой и отварить до готовности. Овощи охладить и очистить, нарезать кубиками. Перемешать картофель, лук и огурцы, заправить растительным маслом, добавить свеклу и еще раз перемешать. Свеклу добавляют после масла для того, чтобы она не дала интенсивной окраски картофелю.



### **Винегрет простой (вариант 3)**

*500 г картофеля, 500 г столовой свеклы, 500 г квашеной капусты, 100 г репчатого лука, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Овощи приготовить так же, как в предыдущем рецепте, охладить, нарезать кубиками, перемешать (кроме свеклы). Капусту мелко нарезать, добавить к овощам, перемешать. Если она слишком кислая, добавить 1–2 чайные ложки сахарного песка. Свеклу нарезать и положить в винегрет после растительного масла.



### **Винегрет простой (вариант 4)**

*200 г моркови, 300 г свеклы, 350 г картофеля, 250 г соленых или свежих огурцов, 250 г квашеной капусты, 250 г зеленого лука, 100 г растительного масла,*



*несколько ложек 3%-ного уксуса, горчица, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу, морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать тонкими ломтиками. Так же нарезать огурцы. Лук нашинковать. Квашеную капусту перебрать и отжать. Все перемешать, заправить маслом, уксусом, солью, молотым перцем, горчицей.



### Винегрет с репой

*300 г картофеля, 200 г свеклы, 300 г репы, 200 г соленых огурцов, 100 г репчатого лука, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Очищенный картофель залить кипятком, отварить, охладить, нарезать кубиками. Свеклу, нарезанную кубиками, залить небольшим количеством кипятка, добавить по 1 ч. ложке масла и сахара, варить на слабом огне 20–25 мин.

Репу вымыть, очистить, нарезать кубиками, залить водой (до половины объема, занимаемого репой) и варить до готовности под крышкой. Огурцы нарезать кубиками, лук — кольцами. Все овощи соединить, посолить, заправить маслом и аккуратно перемешать, чтобы не раздавить репу.



### Винегрет с зеленым горошком

**10** *200 г моркови, 200 г некрупной свеклы, 200 г картофеля, 200 г свежего или замороженного зеленого горошка, 100 г свежих огурцов, 100 г маринованных огур-*



цов, 100 г зеленого лука, 1 средняя головка репчатого лука, растительное масло, соль по вкусу.

Свеклу хорошо вымыть щеткой в холодной воде, затем, не очищая и не срезая хвостики, отварить в несоленой воде, морковь и картофель (также в кожуре) — в немного подсоленной.

Овощи остудить, очистить и нарезать кубиками. Чем мельче нарезаны овощи, тем вкуснее получается винегрет. Так же нарезать огурцы.

Все смешать, положить горошек, посолить. Репчатый лук натереть на терке или измельчить, так чтобы получилась кашка. Добавить ее к остальным овощам и снова перемешать.

Заправить небольшим количеством растительного масла и поставить винегрет в холодильник приблизительно на 1–1,5 часа.

Перед подачей подлить оставшееся масло, перемешать и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.



### Винегрет с фасолью

300 г картофеля, 200 г столовой свеклы, 200 г моркови, 100 г репчатого лука, 200 г сухой фасоли, 200 г соленых огурцов, 125 г растительного масла, соль по вкусу.

Овощи приготовить так же, как в рецепте простого винегрета (вариант 1).

Огурцы нарезать кубиками. Фасоль промыть, залить холодной водой, выдержать в течение 4 часов, затем сварить ее в этой же воде, не накрывая крышкой (фасоль не должна развариться). Готовую фасоль остудить. Нарезанные кубиками овощи соединить с готовой



фасолью, заправить растительным маслом, аккуратно перемешать, чтобы не раздавить фасоль.



### Винегрет с пастернаком

*300 г картофеля, 200 г столовой свеклы, 250 г пастернака (кореньев), 250 г моркови, 200 г соленых огурцов, 100 г репчатого лука, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Овощи (картофель, свеклу, морковь, лук) приготовить так же, как для простого винегрета (вариант 1). Пастернак вымыть, тщательно очистить, нарезать небольшими кубиками и отварить до готовности в малом количестве воды под крышкой. Огурцы промыть и нарезать мелкими кубиками. Все компоненты соединить, заправить растительным маслом, аккуратно перемешать.



### Винегрет с яблоками

*4–5 средних клубней картофеля, 1 крупная свекла, 1 средняя морковь, 2 средних соленых огурца, 1 крупное свежее или моченое яблоко, 100 г квашеной капусты, 50 г зеленого лука, 2–3 ст. ложки растительного масла, 1/4 стакана уксуса, 1 ч. ложка горчицы, соль, сахар, молотый перец по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре, остудить и очистить. Нарезать кубиками среднего размера.

**12** Яблоки и огурцы очистить и нарезать тонкой соломкой. Все овощи сложить в миску с высокими

стенками и добавить квашеную капусту. Горчицу, соль, перец и сахар растереть с маслом и развести уксусом. Заправлять винегрет перед подачей на стол.



### **Винегрет из фаршированного перца с картофелем**

*1 банка фаршированного перца (500 г), 5–6 средних клубней картофеля, 1 яйцо, 100 г зеленого лука, несколько веточек укропа, 100 г растительного масла или сметаны, соль по вкусу.*

Картофель сварить в мундире, остудить, очистить и нарезать тонкими ломтиками.

Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить и мелко порубить. Фаршированный перец разрезать на несколько частей. Все продукты сложить в миску, посолить и аккуратно перемешать. Зеленый лук и укроп мелко нарезать и перемешать. Заправить растительным маслом или сметаной. Выложить винегрет в салатник и посыпать смесью лука и укропа.



### **Винегрет из консервированного перца с картофелем**

*500 г консервированного перца (маринованного, лечо), 6 средних клубней картофеля, 2 яйца, 100 г зеленого лука, 100 г сметаны, укроп, соль по вкусу.*

Картофель сварить в мундире, остудить, очистить, нарезать кубиками. Яйца сварить вкрутую,



охладить, очистить, нарезать ломтиками. Перец нарезать тонкой соломкой. Лук мелко порубить. Все ингредиенты перемешать, посолить.

Сметану смешать с мелко нарубленным укропом и получившейся смесью заправить винегрет.



### Винегрет со свежей капустой

500 г картофеля, 300 г свеклы, 300 г соленых огурцов, 500 г белокочанной капусты, 100 г репчатого или зеленого лука, 4–8 ст. ложек уксуса, 100 г растительного масла, 10 г горчицы, 20–40 г сахара, соль по вкусу.

Свеклу вымыть, залить холодной водой с небольшим количеством уксуса, отварить, охладить и очистить. Картофель отварить в кожуре, охладить и очистить. С соленых огурцов снять кожицу. Капусту промыть и мелко нашинковать. Лук мелко нашинковать. Свеклу, картофель и огурцы нарезать кубиками, сложить в глубокую миску, добавить капусту и лук и перемешать. Приготовить заправку. Для этого соединить растительное масло, уксус, горчицу, соль и сахар и тщательно растереть. Можно использовать любую другую заправку из приведенных в разделе «Соусы и заправки».



### Винегрет с квашеной капустой

500 г картофеля, 500 г свеклы, 500 г квашеной капусты, 100 г репчатого лука, 100–150 г растительного масла, соль по вкусу.



Свеклу и картофель сварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать мелкими кубиками. Квашеную капусту отжать, нарезать. Репчатый лук мелко нашинковать. Все продукты смешать, посолить и заправить маслом.



### Винегрет с маринованной капустой

*300 г картофеля, 150 г моркови, 200 г свеклы, 2 средних соленых огурца, 100 г зеленого лука или 1 средняя головка репчатого лука, 150 г маринованной капусты, 100 г растительного масла или 200 г майонеза, 50 мл 3%-ного уксуса, 30 г сахара, черный перец горошком, лавровый лист, соль по вкусу.*

Свежую белокочанную капусту нашинковать и залить на 5–6 часов маринадом.

Маринад приготовить следующим образом. В горячую воду положить сахар, соль, лавровый лист, перец (5–6 горошин) и варить 10–15 мин. Раствор процедить, охладить и добавить в него уксус. Картофель, морковь и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить, нарезать тонкими ломтиками. Так же нарезать огурцы. Лук нашинковать. С капусты слить маринад и слегка отжать ее. Овощи соединить, перемешать, посолить и заправить растительным маслом или майонезом. Можно добавить немного свежих помидоров или томатного сока.



### Винегрет с цветной капустой

*3 крупных клубня картофеля, 2 средние моркови, 1 крупная свекла, 4 маленьких кочешка цветной ка-*



*пусты, 2 яйца, сваренных вкрутую,  $\frac{1}{2}$  стакана зеленого горошка, 1 ст. ложка сахара,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, зелень, соль по вкусу.*

Картофель, морковь и свеклу тщательно вымыть в холодной воде, после чего сварить в кожуре отдельно друг от друга.

Охладить, очистить, нарезать кубиками. Цветную капусту отварить в соленой воде, остудить, разобрать на соцветия.

Овощи сложить в глубокую посуду, добавить зеленый горошек и сахар, посолить и перемешать.

Готовый винегрет выложить в салатник, полить сметаной, а сверху посыпать рублеными яйцами и измельченной зеленью укропа или петрушки.



### Винегрет с брокколи

*1 небольшой кочан брокколи, 1 средняя головка репчатого лука,  $\frac{1}{4}$  стакана лимонного сока,  $\frac{1}{4}$  стакана столового уксуса,  $\frac{1}{2}$  стакана растительного масла,  $\frac{1}{2}$  — 1 ч. ложка соли,  $\frac{1}{4}$  ч. ложки черного молотого перца,  $\frac{1}{4}$  ч. ложки сушеных листьев эстрагона,  $\frac{1}{4}$  ч. ложки молотого имбиря.*

Брокколи тщательно вымыть, удалить листья, разрезать вдоль и отварить в кипящей воде в течение 10–15 мин до готовности. Капусту важно не передержать, чтобы она не стала слишком мягкой.

Воду слить, брокколи обсушить, положить на плоское блюдо и посыпать мелко нарубленным луком.

В стеклянной банке или эмалированной миске смешать лимонный сок, уксус, масло, соль, черный молотый перец, измельченный эстрагон и имбирь. Получен-



ную смесь поставить на 2–3 часа в холодильник. Полить брокколи перед подачей на стол.



### Винегрет «Летний»

*3–5 средних клубней картофеля, 3 некрупные моркови, 3 средние свеклы, 1 головка репчатого лука, 300 г цветной капусты, 150 г зеленого горошка, 2 яйца, несколько листиков зеленого салата и веточек укропа, 200 г сметаны, соль, сахар по вкусу.*

Картофель сварить в мундире, охладить, очистить, нарезать кубиками. Свеклу залить холодной водой с небольшим количеством уксуса, отварить, охладить, очистить, нарезать кубиками. Морковь отварить, охладить, очистить, нарезать тонкими кружочками. Лук нашинковать. Салат и укроп промыть и мелко нарезать. Цветную капусту отварить и разобрать на мелкие соцветия. Яйца сварить вкрутую, одно мелко нарезать, а второе использовать для украшения. Все сложить в глубокую посуду, добавить горошек, перемешать, посолить, подсластить. Заправить сметаной.



### Горячий винегрет «Летний»

*3–4 средних клубня картофеля, 1–2 небольшие моркови, 1–2 средние репы, 1–2 листа салата, несколько веточек петрушки с кореньями, 1 пучок укропа, соль и любой соус по вкусу, рецепты см. в разделе «Соусы и заправки».*

Морковь, картофель и репу отварить в кожуре отдельно друг от друга. Не остужая, очистить и наре-



зать тонкими кружочками. Петрушку и укроп мелко накрошить. Овощи выложить на блюдо рядами, сначала картофель, на него – репу, а сверху – морковь. Полить соусом, посыпать зеленью и подавать на стол, пока блюдо не остыло.



### Винегрет с помидорами

*500 г картофеля, 500 г свеклы, 2–3 свежих огурца, 2–3 средних помидора, 100 г репчатого лука, 3–4 ст. ложки уксуса, 100–150 г растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Свеклу и картофель отварить в кожуре отдельно друг от друга.

Остудить, очистить, нарезать соломкой. Лук нашинковать. Огурец нарезать соломкой, предварительно сняв с него кожицу. Помидоры нарезать мелкими кубиками. Все продукты перемешать, посолить. Растительное масло смешать с уксусом и черным перцем. Полученной смесью заправить готовый винегрет.



### Винегрет с черемшой

*500 г картофеля, 300 г свеклы, 1 средний свежий огурец, 1 средний соленый огурец, 100 г черемши, 1 маленькая головка репчатого лука, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*



количеством уксуса, отварить, охладить, очистить, нарезать кубиками. Свежий огурец тщательно вымыть, снять кожицу. И свежий, и соленый огурцы нарезать мелкими кубиками. Черемшу промыть и мелко нарезать. Лук нашинковать.

Все овощи сложить в глубокую посуду, перемешать, посолить. Заправить растительным маслом.



### Винегрет с клюквой

*500 г картофеля, 500 г свеклы, 300 г квашеной капусты, 100 г клюквы, 1 средняя головка репчатого лука, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Картофель и свеклу приготовить так же, как указано в предыдущем рецепте. Квашеную капусту отжать (если она очень кислая, промыть или добавить немного сахара), нарезать. Лук нашинковать. Клюкву перебрать, тщательно вымыть и просушить на расстеленном полотенце или откинуть на сито. Все ингредиенты сложить в глубокую посуду, перемешать, посолить. Заправить растительным маслом. Можно использовать любую другую заправку, не содержащую майонеза (см. раздел «Соусы и заправки»).



### Винегрет с баклажанами

*500 г картофеля, 300 г некрупной свеклы, 1 большой соленый огурец, 200 г квашеной капусты, 1 средний баклажан, 1 средняя головка репчатого лука, 1 средняя морковь, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*



Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать кубиками. Баклажан тщательно вымыть, нарезать на кубики (кожицу можно не снимать), обжарить в небольшом количестве масла, потушить до готовности, остудить. Лук нашинковать. Огурец нарезать мелкими кубиками. Квашеную капусту отжать (если это необходимо, промыть или добавить сахар).

Овощи сложить в глубокую посуду, перемешать, посолить. Заправить растительным маслом. Также можно использовать любую другую заправку (см. раздел «Соусы и заправки»).



### Винегрет из фруктов и овощей

*3–4 средних клубня картофеля, 1 крупное яблоко, 1 крупная груша (твердых сортов), 1 мандарин, 1 средний апельсин, 1 средняя морковь, 1 средний свежий огурец, 50 г сельдерея, 50 г зеленого салата, 50 г зелени петрушки, 50 г зеленого горошка, 1 небольшой лимон,  $\frac{2}{3}$  стакана майонеза, сахар, соль по вкусу.*

Картофель отварить в мундире, охладить, очистить, нарезать мелкими кубиками.

Морковь очистить, натереть на крупной терке. Яблоко и грушу очистить от кожуры, удалить сердцевину. Нарезать тонкими ломтиками. Салат, петрушку, сельдерей измельчить.

Все ингредиенты сложить в салатник, хорошо перемешать. Затем добавить зеленый горошек, слегка посолить и снова все перемешать.

В майонез выжать сок из лимона и этой смесью осторожно заправить винегрет. По желанию блюдо

можно подсластить. Ломтики очищенных мандарина и апельсина использовать для украшения.



### Винегрет из овощей, яблок и зелени

*400 г картофеля, 200 г свеклы, 200 г моркови, 200 г бобов, 150 г свежей белокочанной капусты, 200 г зеленого лука, 100 г зеленого салата, 200 г помидоров, 200 г свежих огурцов, 200 г яблок, 100 г зеленого горошка, 50 г зелени, 150 г растительного масла, соль, сахар, лимонная кислота.*

Картофель, свеклу, морковь сварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить и нарезать кубиками. Бобы очистить, мелко нарезать и отварить (их можно предварительно замочить в холодной воде на 1–2 часа). Свежую капусту, зеленый лук и салат нашинковать. Помидоры нарезать небольшими дольками, свежие огурцы – кубиками, яблоки, сняв с них кожуру и вынув сердцевину, – тонкими пластинками. Все ингредиенты перемешать и, добавив зеленый горошек и рубленую зелень, заправить растительным маслом, солью, сахаром и лимонной кислотой.



### Винегрет с кукурузой

*150 г кукурузы, 1–2 средние моркови, 1–2 крупных клубня картофеля, 1 средняя свекла, 2–3 средних соленых огурца, 1–2 средние головки репчатого лука, 4–5 ст. ложек растительного масла, зелень петрушки, уксус, сахар, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать



тонкими ломтиками или кубиками. Кукурузу отварить, охладить, извлечь зерна. Огурцы нарезать тонкими кружками или кубиками. Лук нашинковать. Овощи перемешать с кукурузой, посолить. Заправить смесью растительного масла, уксуса, соли и сахара. Перед подачей посыпать измельченной зеленью.



### Винегрет на свекольном соке

300 г свежей капусты, 3–4 средних яблока, 4–5 средних клубней картофеля, 1–2 небольшие головки репчатого лука, сок 1 лимона, 2–3 ст. ложки свекольного сока, 3 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, сахар, соль по вкусу.

Картофель отварить в мундире, охладить, очистить и нарезать маленькими кубиками.

Капусту порубить. Яблоки очистить от кожуры, вынуть сердцевину и мелко нарезать. Лук нашинковать. В свекольном соке растворить соль и сахар, добавить лимонный сок, черный молотый перец и этим раствором залить капусту и яблоки. Потом добавить картофель и лук, перемешать и все заправить растительным маслом. Лимонный сок можно заменить  $\frac{1}{2}$  ч. ложки лимонной кислоты, разведенной в воде.



### Винегрет с цикорием

22 300 г цикория, 1 среднее яблоко, 1–2 соленых огурца, 1–2 красных сладких перца, 1 средняя головка репча-



*того лука, 5 яиц, сваренных вкрутую, 100 г зеленого горошка, 1 средняя морковь, 1 лимон, 3–4 ст. ложки растительного масла, сахар, соль по вкусу.*

Цикорий нарезать кольцами, огурцы и перец — полосками, морковь — ломтиками.

Яблоко лучше натереть на крупной терке, предварительно сняв с него кожуру. Лук и яйца нашинковать. Все ингредиенты положить в глубокую посуду и перемешать. Затем добавить зеленый горошек, сок и цедру лимона, сахар, соль. Винегрет заправить растительным маслом и перемешать.



### Винегрет со сметаной

*3 средних клубня картофеля, 1 средняя свекла, 1 соленый огурец, 1 среднее яблоко, 1 средняя головка репчатого лука, 50 г фасоли, 1 яйцо, сваренное вкрутую,  $\frac{2}{3}$  стакана сметаны, 1 лимон, растительное масло, сахар, черный молотый перец, зелень, соль по вкусу.*

Картофель и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга, охладить, очистить и нарезать кубиками. Фасоль перебрать, вымочить в холодной воде в течение 1–2 часов, отварить. Воду слить, фасоль обсушить в сите. Яблоко и огурец нарезать мелкими кубиками. Лук нашинковать и пассеровать в растительном масле до золотистого цвета, а затем охладить.

Все ингредиенты сложить в глубокую посуду и тщательно перемешать, стараясь не размять фасоль. Затем сбрызнуть растительным маслом и соком лимона (или раствором лимонной кислоты), залить сметаной, добавить молотый перец, соль, сахар. Перед пода-



чей украсить зеленью и рубленным яйцом. Вместо фасоли можно использовать зеленый горошек.



### Корейский винегрет «Ледышка»

*400 г свеклы с молодой ботвой, 100 г моркови, 300 г щавеля, 100 г зеленого лука, 200 г свежих огурцов, 4 яйца, 1 стакан сметаны, чеснок, кинза, соль, черный молотый перец, сахар.*

Морковь и свеклу нарезать соломкой и отварить отдельно друг от друга. Мелко нарезанные ботву и щавель варить в течение 10–15 мин. Охладить. Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить. Огурцы и яйца нарезать тонкими кружочками. Прибавить растертый чеснок, соль, сахар, зеленый лук, перец и кинзу. Все тщательно перемешать и поставить на холод. Перед подачей заправить охлажденной сметаной.



### Корейский винегрет «Ледышка» с кефиром

*400 г свеклы с молодой ботвой, 100 г моркови, 500 г густого кефира, 1/2 стакана сметаны, 100 г зеленого лука, 200 г свежих огурцов, 4 яйца, чеснок, сахар, зелень, соль.*

Морковь, свеклу, свекольную ботву и щавель приготовить так же, как для винегрета «Ледышка». Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить и нарезать тонкими кружочками. Огурцы нарезать кружочками (если кожица жесткая или горькая, ее надо снять). Лук мелко нарезать. Чеснок растолочь, добавить соль, сахар, измельченную





зелень и перемешать. Кефир соединить со сметаной и чесноком. Можно добавить немного лимонного сока. Все ингредиенты перемешать и как следует охладить.



### Винегрет по-корейски (вариант 1)

*На одну порцию: 50 г картофеля, 50 г свеклы, 35 г моркови, 50 г соленых огурцов, 75 г яблок, 20 г сладкого перца, 20 г лука, по 10 г растительного масла, сметаны, майонеза, красный стручковый перец.*

Картофель, свеклу, морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, мелко нарезать. Соленые огурцы нарезать кубиками. Яблоки очистить от кожуры и косточек, перец очистить. Яблоки, лук и перец нарезать маленькими кубиками. Стручковый перец измельчить. Все ингредиенты перемешать, заправить растительным маслом, полить смесью сметаны и майонеза.



### Винегрет по-корейски (вариант 2)

*4 средние свеклы, 3 средних клубня картофеля, 1 головка репчатого лука, 2 ч. ложки хрена, 2–3 ст. ложки подсолнечного масла, соль, уксус.*

Свеклу и картофель тщательно вымыть, затем отварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать очень тонкими ломтиками. Репчатый лук нашинковать и обжарить в небольшом количестве растительного масла. Охладить. Подсолнечное масло



соединить с тертым хреном, солью и уксусом и полученной смесью заправить винегрет.



### Винегрет по-корейски (вариант 3)

100 г моркови, 150 г баклажанов, 50 г свеклы, 50 г стручковой фасоли, 50 г сухой фасоли, 150 г консервированного лосося, 100 г майонеза, соль.

Морковь, баклажаны и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать кубиками. Стручковую фасоль отварить в небольшом количестве воды, охладить, нарезать. Сухую фасоль вымочить в течение 1,5–2 часов в холодной воде, отварить, охладить. Рыбу измельчить вилкой. Все ингредиенты перемешать, посолить, заправить майонезом.



### Винегрет по-французски

500 г картофеля, 300 г свеклы, 200 г моркови, 200 г репчатого лука, 100 г зеленого консервированного горошка, 50 г изюма, 200 г соленых огурцов,  $\frac{1}{5}$  лимона, 100 г растительного масла, 100 мл сухого красного вина, 50 мл 3%-ного уксуса, 30 г горчицы, 2 яйца для украшения, соль, черный перец горошком.

Морковь и свеклу промыть, очистить, нарезать кубиками и отварить в слегка подсоленной воде, добавив в нее несколько капель уксуса. Картофель промыть, очистить, нарезать кубиками, отварить отдельно в подсоленной воде. Овощные отвары соединить и сохранить.



Вареные овощи откинуть на дуршлаг, слегка подсушить, затем смешать с мелкими кубиками соленых огурцов, репчатым луком (нарезать соломкой), зеленым горошком, изюмом и очищенным от кожицы и зерен лимоном. Из овощного отвара, растительного масла, вина, уксуса (или лимонного сока), черного перца горошком, соли и горчицы приготовить маринад, вскипятить, снять с огня и остудить. Залить винегрет маринадом и выдержать под крышкой 30 мин. Выложить в салатник и украсить кружочками сваренных вкрутую яиц.

## Винегреты с сыром



### Винегрет с сыром (вариант 1)

*100 г твердого сыра, 300 г картофеля, 200 г столовой свеклы, 100 г репчатого лука, 1 головка чеснока, 1 ст. ложка горчицы, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Картофель и свеклу приготовить так же, как в рецепте простого винегрета (вариант 1, с. 8). Лук мелко порубить. Чеснок измельчить. Сыр натереть на крупной терке. Все посолить и перемешать. Горчицу развести в растительном масле и заправить винегрет получившимся соусом.



### Винегрет с сыром (вариант 2)

*200 г свеклы, 150 г картофеля, 100 г моркови, 200 г соленых или свежих огурцов, 50 г зелени, 50 г зеленого лука, 100 г твердого сыра, 250 г майонеза, соль.*



Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать тонкими ломтиками. Огурцы нарезать кружками. Зеленый лук и зелень мелко порубить. Сыр натереть на крупной терке. Все ингредиенты тщательно перемешать и посолить. Винегрет заправить майонезом.

### Винегреты с мясом



#### Винегрет с мясом птицы

*300 г картофеля, 500 г свеклы, 200 г моркови, 2 мелкие головки репчатого лука, 2 крупных соленых огурца, 300–400 г курицы или индейки, 100 г растительного масла, 50 г майонеза, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь отварить отдельно друг от друга, не снимая кожуры. Охладить, очистить. Картофель и свеклу нарезать соломкой, морковь и соленые огурцы — кубиками. Лук нашинковать. Птицу тщательно вымыть, отварить, охладить и мелко нарезать. Все ингредиенты соединить, посолить и тщательно перемешать. Готовое блюдо заправить смесью растительного масла и майонеза.



#### Винегрет с говядиной или свиной

*500 г картофеля, 300 г свеклы, 2–3 средних соленых или свежих огурца, 1 небольшая головка репчатого лука, 500 г говядины или свинины, 100 г майонеза, 50 г сметаны, соль по вкусу.*



Картофель и свеклу отварить отдельно друг от друга, не снимая кожуры. Охладить, очистить, нарезать кубиками. Лук нашинковать. Огурцы нарезать кубиками (вне зависимости от того, используются соленые или свежие овощи, кожицу лучше снять). Говядину отварить (свинину – потушить в небольшом количестве воды или бульона), остудить и мелко нарезать. Все ингредиенты сложить в глубокую миску, посолить и перемешать. Готовое блюдо заправить смесью майонеза и сметаны.



### Винегрет с колбасой

*300 г картофеля, 500 г свеклы, 1 средняя морковь, 1 средняя головка репчатого лука или 100 г зеленого лука, 2 средних соленых или свежих огурца, 300 г вареной колбасы без жира, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь отварить отдельно друг от друга, не снимая кожуры. Остудить, очистить, нарезать мелкими кубиками. Лук нашинковать (если используется зеленый лук, после шинковки его надо раздавить деревянным пестиком в глубокой посуде, чтобы он дал сок). Огурцы и колбасу нарезать кубиками. Все перемешать в глубокой миске, посолить и заправить растительным маслом. Вместо колбасы можно использовать нежирную ветчину.



### Винегрет с консервированным мясом

*1 банка тушеного мяса (338 г), 5–6 средних клубней картофеля, 3 средних соленых огурца, 1 свекла,*



*100 г зеленого лука, 1–2 яйца, 100–150 г майонеза, 1 ч. ложка горчицы, 1 ст. ложка уксуса, соль, черный молотый перец по вкусу.*

Картофель и свеклу сварить в кожуре, остудить, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Огурцы нарезать соломкой или кубиками.

Мясо разобрать вилкой на волокна или нарезать острым ножом на маленькие кусочки. Все сложить в миску, немного посолить и перемешать.

Майонез смешать с уксусом, черным молотым перцем, горчицей и мелко нарезанным зеленым луком. Этой смесью заправить винегрет.

Готовое блюдо выложить в глубокий салатник и украсить его ломтиками сваренного вкрутую яйца. Можно посыпать укропом.



### **Винегрет мясной с моченой брусникой**

*400 г картофеля, 300 г свеклы, 200 г моркови, 300 г соленых огурцов, 100 г репчатого лука, 100 г моченой брусники, 300 г телятины (свинины, баранины), 150 г растительного масла, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь тщательно вымыть в холодной воде, отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить и нарезать кубиками. Репчатый лук тонко нашинковать. Соленые огурцы промыть и нарезать кубиками. По желанию можно срезать кожицу.

Мясо (обязательно постное) отварить, остудить, нарезать мелкими кусочками или разобрать на волокна.

Все ингредиенты сложить в глубокую миску, посо-

мешать. Заправить растительным маслом. В качестве заправки можно использовать майонез.



### **Винегрет мясной с моченой брусникой и мочеными яблоками**

*300 г картофеля, 300 г свеклы, 100 г моркови, 200 г свежих огурцов, 100 г зеленого лука, 100 г моченой брусники, 200 г моченых яблок, 2 яйца, 300 г мяса, 100 г растительного масла, 50 г сметаны, соль по вкусу.*

Нежирное мясо (говядину или телятину) отварить, охладить, нарезать мелкими кубиками. Картофель, свеклу, морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить, нарезать кубиками. Так же нарезать огурцы. Лук мелко порубить. Яйца отварить вкрутую и натереть на крупной терке. Яблоки нарезать тонкими ломтиками. Все ингредиенты перемешать, добавить бруснику, посолить и еще раз перемешать. Заправить винегрет смесью растительного масла и сметаны.



### **Винегрет мясной (вариант 1)**

*200 г нежирного мяса (телятины, говядины, свинины), 4 средних клубня картофеля, 2 средние моркови, 1 средняя головка лука, 2–3 средние свеклы, 3 крупных соленых огурца, 1 яйцо, 200 г майонеза, листья зеленого салата, зелень петрушки и укропа, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать



кубиками. Лук нашинковать. Огурцы нарезать очень маленькими кубиками. Яйцо сварить вкрутую, охладить, очистить, мелко порубить. Зелень (салат, укроп, петрушку) измельчить острым ножом. Мясо отварить, остудить, мелко нарезать или разобрать на волокна.

Все ингредиенты перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом.



### Винегрет мясной (вариант 2)

*400 г мяса, 400 г картофеля, 400 г соленых огурцов, 100 г свеклы, 250 г маринованных кабачков, 100 г маринованных яблок, 150 г майонеза, 50 г острого соевого соуса, соль по вкусу.*

Картофель и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать тонкими ломтиками. Огурцы нарезать тонкими кружками, кабачки и яблоки — ломтиками.

Мясо (говядину, телятину или нежирную свинину) отварить, прожарить или потушить, остудить, мелко нарезать. Все ингредиенты перемешать, посолить. В майонез добавить острый соевый соус и получившейся смесью заправить винегрет.



### Винегрет особый

**32** *4 средних клубня картофеля, 2 небольшие свеклы, 2 крупных соленых огурца, 100 г говядины или теля-*





тины, 200 г дичи или мяса птицы, 200 г маринованных грибов, 5–6 маслин, 1 ст. ложка каперсов, 1 средняя головка репчатого лука или 100 г зеленого лука, 8 ст. ложек уксуса, 3 ст. ложки оливкового масла (или рафинированного масла без запаха), 1 ч. ложка горчицы, 1 желток, сваренный вкрутую, сахар, соль по вкусу.

Картофель и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать мелкими кубиками. Мелко нарезать огурцы, грибы, маслины и каперсы. Лук нашинковать. Мясо обоих видов отварить или прожарить, остудить, мелко нарезать. Все ингредиенты перемешать, посолить.

Приготовить особую заправку: смешать уксус, масло, горчицу и растертый желток и тщательно перемешать, пока не получится однородная масса, положить соль и сахар и снова перемешать. Винегрет заправлять непосредственно перед подачей на стол.



### Винегрет с языком и ветчиной

200 г говядины или телятины, 200 г говяжьего языка, 200 г ветчины, 2–3 средних клубня картофеля, 2 крупных соленых огурца, 2–3 средние моркови, 1 крупная свекла, 50 г моченой брусники, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 6 ст. ложек растительного масла, зелень укропа или петрушки, соль по вкусу.

Мясо и язык отварить, охладить, нарезать небольшими кубиками. Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Огурцы мелко порубить.



Ветчину нарезать произвольно. Все ингредиенты сложить в глубокую посуду, добавить моченую бруснику, посолить и перемешать. Заправить растительным маслом. Выложить винегрет в салатник и украсить ломтиками сваренного вкрутую яйца и зеленью. Перед подачей на стол винегрет выдержать в холодильнике не менее 30 мин.



### Винегрет с мясом и маринованными ягодами

*400–450 говядины, телятины или нежирной свинины, 2–3 крупных клубня картофеля, 2 средних соленых огурца, 2 яйца, 1 средняя морковь, 1 мелкая свекла, несколько маринованных слив или вишен, 1 стакан майонеза, соль по вкусу.*

Мясо отварить, остудить и мелко нарезать. Картофель, морковь и свеклу отварить отдельно друг от друга, остудить, очистить и нарезать небольшими кубиками. Соединить мясо с овощами, посолить и тщательно перемешать. Измельчить сливы или вишни, смешать их с майонезом и этой смесью заправить винегрет. Готовое блюдо выложить в салатник, украсить сваренными вкрутую, мелко нарубленными яйцами и зеленью.



### Винегрет по-румынски

*На 1 порцию: 100 г картофеля, 25 г моркови, 15 г зеленого горошка, 1 яйцо (белок), 10 г сухой фасоли, 30 г мяса, соль по вкусу.*



*Для соуса: 1 яйцо (желток), 3 г горчицы, 30 г растительного масла, 10 мл 3%-ного уксуса или лимонного сока.*

Картофель и морковь сварить в кожуре отдельно друг от друга, охладить, очистить и нарезать кубиками. Фасоль, предварительно вымочив ее в течение 1–2 часов, отварить в подсоленной воде, откинуть на сито, остудить и слегка обсушить. Яйцо сварить вкрутую, разделить белок от желтка и белок нарезать кубиками. Мясо (говядину, телятину или нежирную свинину) отварить или прожарить, остудить и мелко нарезать или разобрать на волокна. Овощи, яичный белок и мясо сложить в глубокую посуду, аккуратно перемешать, чтобы не помять фасоль, и посолить.

Приготовить соус. Для этого яичный желток растереть с горчицей, понемногу вливая растительное масло, добавить лимонный сок или уксус и тщательно перемешать. Заправить винегрет и поставить его на 15 мин, чтобы он пропитался соусом. Затем сбрызнуть уксусом или лимонным соком и подавать на стол.



### Винегрет с мясом по-итальянски

*100 г мяса, 2 средних клубня картофеля, 1–2 небольшие моркови, 1 крупная свекла, 2 средних соленых огурца, 1 яйцо, 150 г майонеза, листья зеленого салата, зелень петрушки или укропа, черный молотый перец, соль.*

Нежирное мясо (телятину или говядину) отварить, остудить, нарезать тонкими ломтиками. Картофель, морковь и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга, охладить, очистить, нарезать кубиками. Так



же нарезать огурцы. Яйцо сварить вкрутую, охладить и мелко порубить. Все ингредиенты перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки или укропа, украсить листьями салата.

## Винегреты с грибами



### Винегрет с солеными грибами

*500 г картофеля, 300 г свеклы, 2–3 средних соленых огурца, 200–300 г соленых грибов, 100 г репчатого лука, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Свеклу и картофель отварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать соломкой. Соленые грибы измельчить. Огурец нарезать мелкими кубиками. Лук нашинковать. Все перемешать. Если это необходимо, слегка посолить. Заправить растительным маслом. В качестве заправки можно также использовать майонез или смесь майонеза со сметаной в пропорции 1 : 1.



### Винегрет с маринованными грибами

*500 г картофеля, 300 г свеклы, 2–3 средних свежих огурца, 200–300 г маринованных грибов, 100 г репчатого лука, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

**36** Свеклу и картофель отварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать кубиками.



Маринованные грибы нарезать крупными кусочками. Огурец нарезать мелкими кубиками (если кожица жесткая, ее нужно срезать). Лук нашинковать. Все продукты перемешать, немного посолить, заправить растительным маслом. В качестве заправки можно использовать также майонез или смесь майонеза со сметаной в пропорции 1 : 1.



### **Винегрет со свежими и солеными грибами**

*4–5 белых грибов, 3 соленых груздя, 3–4 средних клубня картофеля, 1 ст. ложка горчицы, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки маринованных каперсов, 2 ст. ложки рубленного зеленого лука, 1 ч. ложка уксуса, 1 ч. ложка сахара, перец, соль по вкусу.*

Белые грибы отварить, охладить, нарезать соломкой. Грузди нарезать так же.

Картофель отварить в кожуре, охладить, очистить, нарезать тонкими ломтиками или кубиками. Все перемешать. Растительное масло растереть с сахаром, горчицей, уксусом, рублеными каперсами, луком, перцем и солью. Получившейся смесью заправить винегрет и поставить его в холодильник на 20–30 мин.



### **Винегрет с шампиньонами**

*250–300 г свежих шампиньонов, 3–4 средних помидора, 1 среднее яблоко, 1 крупная морковь, 1 средняя головка репчатого лука, 1 ст. ложка яблочного сока, 1 ст.*



*ложка грибного отвара, 3 ст. ложки майонеза или оливкового масла, укроп, горчица, сахар, соль по вкусу.*

Шампиньоны нарезать кусочками, положить в глубокую сковородку и тушить, добавив 1 ст. ложку оливкового масла или майонеза, до готовности.

Помидоры нарезать кубиками. Яблоко, предварительно очистив от кожицы и семян, также нарезать кубиками. Готовые шампиньоны охладить и смешать с помидорами и яблоками.

1 ст. ложку сока, выделившегося при тушении грибов, смешать с оставшимся оливковым маслом или майонезом, добавить приправы, тертую морковь и нашинкованный репчатый лук.

Получившимся соусом заправить винегрет. Все перемешать и украсить зеленью.

При желании можно увеличить количество растительного масла или майонеза.



### Винегрет с грибами и фасолью

*2–3 средние свеклы, 200 г сухой фасоли, 4–5 средних клубня картофеля, 200 г соленых грибов, 2–3 средних соленых огурца, грибной рассол и сок лимона по вкусу.*

Свеклу и картофель отварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать маленькими кубиками. Фасоль перебрать, вымочить в течение 1 часа в холодной воде, отварить до готовности.

Отвар слить, фасоль немного обсушить в сите. Соленые грибы мелко порубить. Огурцы нарезать небольшими кубиками.

Соединить все ингредиенты и аккуратно перемешать, стараясь не помять фасоль. Добавить по вкусу грибной рассол и сок лимона. По желанию можно подлить 1–2 ст. ложки растительного масла.



### Винегрет с грибами и яблоками

*1 крупная свекла, 5–6 средних клубней картофеля, 1–2 средних соленых огурца, 3 средних кислых яблока, 3 яйца, 1/2 сельди слабой соли, 1 стакан маринованных или соленых грибов, 1/2 стакана сметаны, 1/2 стакана майонеза, 1 стручок красного сладкого перца, зелень, соль.*

Картофель и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить, нарезать кубиками. Яйца отварить вкрутую, остудить, нарезать кубиками. Так же нарезать огурцы и яблоки.

Грибы слегка промыть и, если они нарезаны крупно, измельчить. У сельди удалить мелкие косточки, филе нарезать мелкими кубиками.

Все ингредиенты перемешать, немного посолить. Соединить сметану и майонез и этой смесью заправить винегрет. Готовое блюдо украсить полосками сладкого перца и листиками зелени петрушки.



### Винегрет горячий (вариант 1)

*300–350 г картофеля, 200 г некрупной репы, 200–250 г моркови, 200 г консервированного зеленого горошка, 100 г соленых грибов, 2 средних соленых огурца.*



Для соуса: 1  $\frac{1}{2}$  стакана овощного отвара, 1–2 ст. ложки пшеничной муки (без горки), 2  $\frac{1}{2}$  ч. ложки растительного масла,  $\frac{1}{4}$  стакана молока, зелень сельдерея, соль по вкусу.

Картофель, репу и морковь промыть холодной водой, очистить, нарезать кубиками и отварить в подсоленной воде. Отвар слить в отдельную посуду (он будет использован для приготовления соуса) и остудить.

Соленые огурцы нарезать мелкими кубиками. По желанию, с них можно срезать кожицу. Грибы измельчить. К отварным овощам добавить консервированный зеленый горошек, грибы и огурцы. Доварить винегрет до готовности (еще 5–10 мин).

Приготовить соус. Для этого половину охлажденного отвара размешать с мукой так, чтобы не было комков. Вторую половину отвара вскипятить, добавить в него отвар с мукой (вливать надо тонкой струйкой, непрерывно помешивая, чтобы масса получилась однородной). Когда соус загустеет, влить в него молоко и масло, положить мелко нарубленную зелень, посолить и довести до кипения (но не кипятить).

Готовым соусом полить горячий винегрет и сразу подавать на стол.



### Винегрет горячий (вариант 2)

600 г картофеля, 400 г репы, 200 г моркови, 100 г брюквы, 100 г корня сельдерея, 150 г зеленого горошка, 200 г соленых огурцов, 200 г соленых грибов.

Для соуса: 350 г овощного отвара, 50 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 100 мл молока, зелень петрушки и укропа.





Картофель, репу, морковь, корень сельдерея, брюкву очистить, мелко нарезать, отварить вместе с зеленым горошком в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Огурцы нарезать мелкими кубиками. Грибы тщательно промыть и порубить. Отварные овощи соединить с огурцами и грибами.

Винегрет положить в термостойкую посуду и поставить в духовку на 10–15 мин. Готовый винегрет залить соусом и подать на стол в горячем виде.

Соус приготавливается следующим образом. Овощной отвар разделить на две части. Одну часть, охлажденную, смешать с мукой так, чтобы не было комочков. Вторую часть отвара вскипятить и тонкой струйкой, постоянно помешивая, влить в холодный отвар с мукой. Поставить все на огонь, помешивая.

Когда жидкость загустеет, добавить сливочное масло, молоко и мелко нарубленную зелень петрушки и укропа, довести соус до кипения, но не кипятить.



### Горячий винегрет зимний

*2–3 средние свеклы, 2–3 средних клубня картофеля, 300 г квашеной капусты, 1 средняя головка репчатого лука, 150 г маринованных рыжиков, 1/2 стакана грибного отвара, 1 пучок зелени.*

Свеклу испечь в кожуре, остудить, очистить и нарезать ломтиками или кружками.

Картофель тщательно вымыть, отварить в мундире, очистить и нарезать кружочками. Репчатый лук тонко нашинковать. В сотейник выложить свеклу, на нее — ряд картофеля, затем — слой квашеной капусты, на нее — репчатый лук, а сверху — маринованные грибы. Полить гриб-



ным отваром, поставить в духовку на 15–20 мин. Посыпать мелко нарубленной зеленью и подать на стол.

### Винегреты с рыбой и морепродуктами



#### Винегрет с морской капустой (вариант 1)

*300 г картофеля, 300 г свеклы, 300 г соленых или маринованных огурцов, 100 г репчатого лука, 1 баночка морской капусты, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Картофель сварить в мундире, охладить, очистить, нарезать кубиками. Свеклу залить холодной водой с небольшим количеством уксуса, отварить, охладить, очистить, нарезать кубиками. Огурцы промыть и также нарезать кубиками. Лук нашинковать.

Все овощи перемешать, посолить. Добавить морскую капусту, еще раз перемешать.

Готовый винегрет заправить растительным маслом. По желанию в качестве заправки можно использовать также майонез.



#### Винегрет с морской капустой (вариант 2)

*100 г консервированной морской капусты, 2 средние моркови, 1 крупная свекла, 2–3 средних клубня картофеля, 2 средних соленых огурца, 2 маленькие головки*

*репчатого лука или 100 г зеленого лука, 4–5 ст. ложек растительного масла, уксус, сахар, черный молотый перец, соль по вкусу.*



Картофель, морковь и свеклу сварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать тонкими ломтиками. Так же нарезать огурцы. Лук нашинковать. Перемешать все ингредиенты, добавить сахар, соль и перец. Смешать растительное масло с уксусом и полученной смесью заправить винегрет.



### **Винегрет с морской капустой (вариант 3)**

*200 г морской капусты, 100 г квашеной капусты, 1 средний соленый огурец, 1 крупная свекла, 2 крупных клубня картофеля, 1 средняя головка репчатого лука, 150 г консервированного зеленого горошка, 3 ст. ложки растительного масла, соль по вкусу.*

Свеклу и картофель отварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать кубиками. Огурец промыть и мелко нарезать. Квашеную капусту отжать от рассола, крупные листья измельчить. Лук нашинковать. Все ингредиенты сложить в глубокую посуду, добавить морскую капусту и зеленый горошек, перемешать, посолить. Заправить растительным маслом.



### **Винегрет с мидиями**

*100–120 г мидий, 2–3 средние моркови, 2–3 средние свеклы, 3–4 средних клубня картофеля, 1–2 не-*



больших соленых огурца, 100 г квашеной капусты, 1–2 головки репчатого лука или 50 г зеленого лука, 1–2 ст. ложки растительного масла, 1–2 ст. ложки уксуса,  $\frac{1}{2}$  – 1 ч. ложка сахара, черный перец горошком, лавровый лист, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мидии в течение 20 мин припустить в посуде с закрытой крышкой в небольшом количестве воды или молока с репчатым луком, черным перцем горошком и лавровым листом. Охладить, нарезать.

Картофель, морковь и свеклу отварить в кожуре, остудить, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Соленые огурцы нарезать кубиками или соломкой. Репчатый или зеленый лук нашинковать.

Квашеную капусту отжать (если она слишком кислая, промыть). Все продукты перемешать, заправить растительным маслом и уксусом, посолить, поперчить, добавить сахар.



### Винегрет с мидиями и грибами

100 г мидий, 50 г грибов, 2 стакана молока, 2–3 крупных клубня картофеля, 2–3 моркови, 1 свекла, 100 г квашеной капусты, 2 средних соленых огурца, 1 средняя головка репчатого лука, черный перец (молотый и горошком), лавровый лист, зелень петрушки или укропа, 50 г растительного масла, уксус, сахар, соль по вкусу.

Мидии отварить в молоке с перцем (3–5 горошин) и лавровым листом в течение 15–20 мин. Охладить, нарезать ломтиками. Грибы отварить и нарезать так же, как мидии. Картофель, морковь, свеклу отварить в



кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить и нарезать кубиками. Огурцы промыть и также нарезать кубиками. Капусту отжать (если она очень кислая, промыть или добавить немного сахара). Лук нашинковать.

Все ингредиенты сложить в глубокую посуду, заправить смесью растительного масла с уксусом, сахаром, солью и черным молотым перцем, перемешать.

Готовое блюдо посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.



### Винегрет с сельдью (вариант 1)

*300 г картофеля, 200 г столовой свеклы, 200 г моркови, 100 г репчатого лука, 200 г сельди слабой соли, 100 г растительного масла, соль по вкусу.*

Овощи подготовить так же, как для простого винегрета (вариант 1). Сельдь очистить, снять кожицу, тщательно вынуть все мелкие кости и нарезать филе ровными тонкими ломтиками.

Соединить овощи и рыбу, заправить маслом, посолить и перемешать.



### Винегрет с сельдью (вариант 2)

*300 г картофеля, 500 г небольшой столовой свеклы, 500 г средней моркови, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 большие головки репчатого лука, 2 крупных соленых огурца, 300 г сельди слабой соли (желательно*



*филе), 100–120 г растительного масла, 2–3 столовые ложки густого майонеза.*

Картофель, свеклу и морковь тщательно промыть, залить холодной водой и отварить в кожуре. Все овощи обязательно варить отдельно друг от друга, затем охладить, очистить, нарезать кубиками и перемешать. Лук нарезать очень мелко, огурцы – немного крупнее.

Сельдь вымочить в холодной кипяченой воде или молоке в течение 1–2 часов, очистить от кожи и костей, мелко порубить и добавить к овощам.

Готовый винегрет заправить растительным маслом и перемешать. Консервированный зеленый горошек и майонез – компоненты не обязательные.



### **Винегрет с сельдью (вариант 3)**

*5–6 средних клубней картофеля, 2–3 средние свеклы, 2 средние моркови, 2 крупных соленых огурца, 1 средняя сельдь слабой соли, 1 яйцо, 1 небольшая головка репчатого лука, несколько листьев зеленого салата, 200 г майонеза, уксус, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь приготовить так же, как для винегрета с селедкой (вариант 2).

Овощи охладить, очистить, нарезать соломкой, перемешать. Лук и зеленый салат нашинковать. Огурцы нарезать крупными кубиками.

Сельдь вымочить в холодной кипяченой воде в течение 1 часа, снять кожицу, тщательно выбрать кости и мелко порубить.

**46** Яйцо сварить вкрутую, охладить, очистить от скорлупы и мелко нарезать. Все ингредиенты сложить в

глубокую посуду, посолить, сбрызнуть уксусом и тщательно перемешать. Заправить майонезом.



### Винегрет с сельдью (вариант 4)

*1 крупная свекла, 1 средняя сельдь слабой соли, 2 средних соленых огурца, 2–3 средних клубня картофеля, 1–2 небольшие моркови, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1–2 ч. ложки хрена, 1 стакан сметанного соуса, зеленый лук, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Свеклу тщательно вымыть, запечь, остудить, очистить и натереть на крупной терке.

Картофель и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить, нарезать очень мелкими кубиками. Огурцы измельчить. Сельдь очистить, снять кожицу, удалить кости и порубить острым ножом. Все ингредиенты перемешать, добавить хрен, посолить. Заправить соусом (рецепт см. на с. 62). Украсить ломтиками яйца, зеленым луком и зеленью петрушки.



### Винегрет со свежей сельдью или сардинами (вариант 1)

*150 г картофеля, 100 г свеклы, 100 г моркови, 100 г соленых огурцов, 100 г квашеной капусты, 150 г маринованного лука, 150 г свежей сельди или сардин, 125 г растительного масла, 15 г сахара, зелень, соль по вкусу.*

Картофель отварить в мундире, охладить, очистить и нарезать тонкими ломтиками. Морковь на-



резать кружочками и припустить с небольшим количеством воды и растительного масла. Свеклу отварить в кожуре, охладить, очистить и нарезать ломтиками. Огурцы нарезать тонкими кружками. Квашеную капусту отжать, перебрать, крупные листья измельчить.

Рыбу отварить, охладить, очистить, сняв кожу и вынув все кости, мелко нарезать. Все ингредиенты перемешать. Добавить маринованный лук.

В растительное масло положить соль, сахар и измельченную зелень и получившейся смесью заправить винегрет. Если под рукой нет готового лука, его можно замариновать самостоятельно.

Для этого нужно нарезать луковицу кольцами или полукольцами, сложить в эмалированную или стеклянную посуду, посолить, посыпать перцем и тмином, добавить специи (лавровый лист, душистый перец) и залить смесью растительного масла и уксуса. Дать настояться в течение 1–1,5 часа.



### Винегрет со свежей сельдью или сардинами (вариант 2)

*300 г свежих сельди или сардин, 300 г картофеля, 200 г соленых огурцов, 200 г свежих помидоров, 200 г моркови, 150 г консервированного зеленого горошка, 200 г свеклы, 200 г майонеза, 100 г сметаны, 100 г зеленого лука, зелень петрушки, соль.*

Картофель, морковь и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга. Остудить, очистить, нарезать кубиками. Рыбу разделить, приготовив филе без костей, отварить в небольшом количестве подсоленной воды, остудить и мелко нарезать или разобрать на кусочки.





Огурцы и помидоры нарезать кубиками. Лук мелко нарезать и раздавить деревянным пестиком, чтобы он дал сок. Все ингредиенты перемешать, добавить зеленый горошек, посолить. Майонез смешать со сметаной и заправить винегрет. Сверху посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки.



### **Винегрет из картофеля со свежей сельдью (холодный)**

*На 1 порцию: 100 г картофеля, 30 г филе сельди, 30 г репчатого лука, 1 яйцо, 10 г каперсов, 20 г растительного масла, 5 г горчицы, 5 мл 3%-ного уксуса, зелень петрушки или укропа, черный молотый перец, соль.*

Картофель сварить в мундире, охладить, очистить и нарезать ломтиками. Сельдь отварить в соленой воде, остудить, мелко порубить вместе с репчатым луком. Картофель перемешать с сельдью и луком. Приготовить заправку. Для этого яйцо сварить вкрутую и желток растереть с растительным маслом и горчицей. Добавить измельченные каперсы, черный молотый перец, соль и уксус. Яичный белок мелко порубить. Все перемешать. Заправить винегрет. Подавать на стол, посыпав нарубленной зеленью петрушки или укропа. Можно использовать готовую сельдь слабой соли.



### **Винегрет из картофеля со свежей сельдью (горячий)**

*На 1 порцию: 100 г картофеля, 25 г филе сельди слабой соли, 20 г растительного или подсолнеч-*



*ного масла, 10 г панировочных сухарей, 20 г зеленого лука, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Сельдь отварить в соленой воде и мелко нарезать. Картофель отварить в мундире, очистить и нарезать ровными ломтиками.

Не охлаждая продукты, перемешать их, посыпать мелко нарезанным зеленым луком, белыми панировочными сухарями, поперчить и посолить, заправить растительным маслом. Поставить в духовку на 10–15 мин.

Подавать горячим. Можно использовать готовое филе сельди слабой соли.



### Винегрет с рыбой (вариант 1)

*500 г картофеля, 300 г столовой свеклы, 200 г моркови, 2 средние головки репчатого лука, 3 средних соленых огурца, 400–500 г рыбы, 100 г растительного масла, 3 ст. ложки майонеза, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга. Овощи охладить, очистить, нарезать тонкой соломкой, посолить и перемешать. Лук нашинковать. Огурцы нарезать мелкими кубиками.

Рыбу (судака, щуку, жереха, сига) отварить, остудить, очистить, тщательно удалить все кости и мелко нарезать. Если брать нежирную рыбу (например треску), количество растительного масла для заправки винегрета надо увеличить. Рыбу можно также обжарить на сковороде в кипящем масле без муки.

Все ингредиенты положить в глубокую миску, тщательно перемешать, заправить смесью растительного масла и майонеза и снова перемешать. По жела-

нию можно использовать только майонез. В этом случае его понадобится примерно 150–160 г.



### Винегрет с рыбой (вариант 2)

*3 крупных клубня картофеля, 1 средняя свекла, 1 средняя морковь, 1 средняя головка репчатого лука, 2 соленых огурца, 300 г рыбы, 150 г майонеза, 40 г острого соевого соуса, 3–4 лавровых листа, черный перец горошком, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга. Овощи охладить, очистить, нарезать кубиками. Лук нашинковать. Огурцы промыть и нарезать мелкими кубиками.

Рыбу (судака, щуку, жереха, треску) отварить с лавровым листом и перцем, остудить, очистить, сняв кожу и, тщательно выбрав кости, нарезать мелкими кусочками. Смешать овощи с рыбой, посолить. Заправить смесью майонеза и острого соевого соуса.



### Винегрет с рыбой (вариант 3)

*300 г картофеля, 300 г соленых огурцов, 300 г помидоров, 200 г моркови, 100 г свеклы, 400 г рыбы, 100–150 г растительного масла, соль, лавровый лист, черный перец горошком.*

Картофель, морковь и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать



тонкими ломтиками. Огурцы и помидоры нарезать очень тонкими кружками. Нежирную рыбу отварить в соленой воде с лавровым листом и перцем, очистить, сняв кожу и вынув кости, мелко нарезать. Все ингредиенты перемешать, посолить. Заправить растительным маслом или любым соусом (см. раздел «Соусы и заправки»).



### Винегрет с судаком

*500 г судака, 2–3 средние свеклы, 2 средних клубня картофеля, 2 свежих или соленых огурца, 1 головка репчатого лука, 1 пучок зелени, 1 лавровый лист, 3–4 горошины черного перца, соль.*

Судака вычистить, промыть, отварить в небольшом количестве воды с лавровым листом и перцем. Готовую рыбу остудить, вынуть кости, снять кожу и разобрать на мелкие кусочки или протереть через сито. Положить горкой на блюдо и украсить зеленью. Картофель и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить и нарезать очень тонкими ломтиками. Лук нарезать тонкими полукольцами, огурцы — кружками. Овощи перемешать, посолить и выложить на блюдо вокруг рыбы. Полить растительным маслом или горчичной заправкой (рецепт см. на с. 59–60).



### Винегрет с осетриной

*На 1 порцию: 75 г осетрины, 10 г зеленых бобов, 20 г картофеля, 20 г моркови, 10 г зеленого лука,*



20 г свежих огурцов, 30 г помидоров, 10 г свежей белокочанной капусты,  $\frac{1}{2}$  желтка, 5 г мелко рубленной зелени петрушки, 30 г яблок, 20 г растительного масла, лимонная кислота, соль по вкусу.

Осетрину промыть, отварить в подсоленной воде, остудить и нарезать тонкими ломтиками. Бобы отварить (чтобы ускорить приготовление, можно предварительно замочить бобы в холодной воде на 1–2 часа), остудить. Картофель и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить и нарезать ломтиками. Огурцы и помидоры нарезать тонкими кружками. Капусту нашинковать и отжать с солью, чтобы она дала сок. Яблоки очистить от кожуры, вынуть сердцевину и нарезать тонкими ломтиками.

Все продукты перемешать, посолить, заправить растительным маслом с лимонной кислотой. Винегрет выложить в салатник, украсить мелко нарезанным зеленым луком, рубленным желтком и зеленью петрушки. Яблоки можно в винегрет не класть.



### Винегрет с солеными килькой, хамсой, тюлькой, салакой

400 г соленой рыбы, 300 г картофеля, 100 г свеклы, 100 г моркови, 150 г квашеной капусты, 150 г соленых огурцов, 100 г репчатого или зеленого лука, 300 мл заправки, 50 г зелени петрушки.

Кильку (хамсу, салаку, тюльку) промыть, перебрать и очистить. Если рыба очень соленая, вымочить ее в холодной воде в течение 1–2 часов. Картофель, свеклу, морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, очистить, нарезать кубиками. Лук нашинковать. Ква-



шеную капусту отжать, крупные листья порубить. Огурцы нарезать кубиками. Все овощи перемешать, выложить в салатник. Наверху красиво расположить рыбу. Приготовить любую заправку (см. раздел «Соусы и заправки») и полить ею винегрет. Украсить веточками зелени.



### Винегрет с кальмарами (вариант 1)

*500 г картофеля, 500 г свеклы, 200 г моркови, 1 средняя головка репчатого лука, 200–300 г соленых или маринованных огурцов, 200–300 г кальмаров, 100 г растительного масла, несколько веточек укропа, соль по вкусу.*

Картофель, свеклу и морковь отварить в кожуре отдельно друг от друга, остудить, охладить, нарезать соломкой. Лук нашинковать. Огурцы нарезать кубиками. Укроп измельчить острым ножом. Кальмаров отварить (время кипения — не больше 3 мин), охладить, очистить и нарезать соломкой поперек волокон. Все ингредиенты сложить в глубокую миску, перемешать, посолить и заправить растительным маслом.



### Винегрет с кальмарами (вариант 2)

*2–3 клубня картофеля, 1 крупная свекла, 1 средняя морковь, 400 г кальмаров, 50–100 г зеленого лука, 1 средняя головка репчатого лука, 1 средний свежий или соленый огурец,  $\frac{3}{4}$  стакана квашеной капусты, 100–150 г майонеза, черный молотый перец, сахар, соль по вкусу.*



Свеклу, морковь, картофель сварить в кожуре отдельно друг от друга. Охладить, очистить, нарезать тонкими ломтиками. Огурцы нарезать тонкими кружками, репчатый лук — кольцами, зеленый лук — мелкими кусочками. Квашеную капусту отжать от рассола (если она очень кислая, промыть или добавить немного сахара). Кальмаров отварить в подсоленной воде, остудить, очистить и мелко нашинковать. Все тщательно перемешать, посолить, добавить немного перца и заправить майонезом.



### Винегрет с кальмарами (вариант 3)

*3–4 кальмара, 3–4 средних клубня картофеля, 1–2 небольшие моркови, 2 средние свеклы, 1 соленый огурец, 2 головки репчатого лука, 3–4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, черный молотый перец, зелень укропа, соль.*

Кальмаров отварить, охладить, нарезать полосками поперек волокон. Картофель, морковь, свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга, охладить, нарезать кубиками. Огурец мелко порубить. Лук нашинковать. Все ингредиенты перемешать, посолить, поперчить. Растительное масло смешать с уксусом и этой смесью заправить винегрет. Посыпать измельченной зеленью укропа.



### Винегрет с миногами

*На 1 порцию: 100 г картофеля, 50 г свеклы, 25–50 г жаркого из телятины, говядины или свинины,*



25–50 г соленых огурцов,  $\frac{1}{4}$  яйца, сваренного вкрутую, 15 г яблок, 15 г сельди, 15 г миног, 50 г сметаны, уксус, горчица или хрен, соль по вкусу.

Картофель и свеклу отварить в кожуре отдельно друг от друга, охладить, очистить, нарезать кубиками. Жаркое охладить, мелко нарезать. Соленые огурцы нарезать кубиками. Сельдь вымочить в кипяченой воде или молоке в течение 1 часа, очистить от кожицы и костей, измельчить. Миног отварить, выдержать в течение 15–20 мин в маринаде (можно взять готовые маринованные миноги), мелко нарезать. Яйцо измельчить. Яблоки нарезать мелкими кубиками. Все ингредиенты перемешать. В сметану добавить соль, уксус, горчицу или хрен по вкусу и получившейся смесью заправить винегрет.



## СОУСЫ И ЗАПРАВКИ



### Соус «винегрет»

*1 яйцо, 2 ст. ложки растительного масла, 2–3 ст. ложки уксуса,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки каперсов,  $\frac{1}{2}$  соленого огурца,  $\frac{1}{2}$  головки репчатого лука, 1 перо зеленого лука,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки зелени петрушки и эстрагона (листиков),  $\frac{1}{2}$  ч. ложки сахара, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Желток сваренного вкрутую яйца протереть через сито, растереть в фарфоровой или фаянсовой чашке с солью, сахаром, черным молотым перцем и маслом в густую массу, затем развести уксусом и прибавить мелко нарубленный яичный белок, зеленый лук, каперсы, а также зелень петрушки, эстрагона и соленые огурцы, нарезанные очень мелкими кубиками. Все хорошо перемешать.



### Сметанно-уксусная заправка

*1 яйцо, 40 г густой сметаны, 1 ст. ложка уксуса,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки горчицы, 2 ч. ложки сахара, 20 г укропа, соль по вкусу.*

Яйцо сварить вкрутую. Белок мелко порубить. Желток протереть через сито и смешать со сметаной, горчицей, сахаром и солью. Добавить уксус и еще раз тщательно перемешать. Зелень укропа мелко нарезать и



смешать с яичным белком. Этой смесью посыпать готовый винегрет.



### Масляно-уксусная заправка

*1 ст. ложка 3%-ного уксуса, 3 ст. ложки растительного масла, мелко нарезанная зелень, молотый перец, соль по вкусу.*

Соль растворить в уксусе и смешать с маслом. Закрыть крышкой и оставить на 15–20 мин. Зелень обдать крутым кипятком, жидкость сразу же слить. Распаренную зелень положить в смесь уксуса и масла и тщательно перемешать.



### Молочный соус

*1/2 л молока, 30 г пшеничной муки, 25–35 г сливочного масла, мускатный орех, сахар и соль по вкусу.*

Молоко вскипятить. На масле обжарить муку, развести ее горячим молоком. Полученную смесь поставить на огонь, вскипятить и, постоянно помешивая, выдержать 3 мин. Если остались комки, смесь процедить. Посолить, положить сахар. Можно добавить мускатный орех.



### Горчично-уксусная заправка

*100 мл уксуса, 50 г растительного масла, 1 ч. ложка горчицы, 1 ч. ложка сахара, черный молотый перец, соль по вкусу.*



Горчицу, соль, сахар и перец (те, кто предпочитает менее острые блюда, могут заменить черный перец красным) тщательно растереть. Влить уксус, перемешать. Добавить растительное масло в получившуюся смесь и слегка взбить вилкой.

На основе этой заправки можно приготовить сметанную заправку. Для этого следует взять сметану и горчично-уксусную заправку в соотношении 3 : 1, добавить по вкусу соль и сахар и тщательно перемешать.



### **Сметанный соус**

*200 г сметаны, 3 ст. ложки 3%-ного уксуса, сахар, черный молотый перец и соль по вкусу.*

Уксус влить в стеклянную или фарфоровую посуду, добавить сахар, соль, перец (чтобы соус получился менее острым, можно использовать не черный, а красный перец). Тщательно перемешать деревянной ложкой или лопаточкой и дать отстояться под крышкой. Через 10–15 мин соединить эту смесь со сметаной и еще раз перемешать.



### **Горчичная заправка**

*150 г растительного масла, 2 желтка, 25 г горчицы, 250 мл 3%-ного уксуса, 25 г сахара, 10 г соли, черный молотый перец по вкусу.*

Горчицу и сырые яичные желтки положить в стеклянную, фарфоровую или эмалированную по-



суду и растереть. Добавить соль и сахар и тщательно перемешать. Непрерывно помешивая, влить масло тонкой струйкой. Затем влить уксус, положить перец и снова перемешать. Можно добавить 2–3 ст. ложки густой сметаны. Вкус заправки станет более мягким.



### Горчично-луковая заправка

*100 г горчичной заправки, 200 г соленых огурцов, 40 г разной зелени, 2 головки репчатого лука.*

Соленые огурцы очистить от кожицы и семян, мелко нарубить. Нашинковать зелень укропа и петрушки. Лук очистить и натереть на терке или размельчить в миксере до получения кашицы.

Все ингредиенты соединить с горчичной заправкой. Получившуюся заправку можно использовать не только для винегретов, но и подавать ее в качестве соуса к холодной рыбе и свинине.



### Соус из свекольной ботвы

*200 г свекольной ботвы, 200 г щавеля, 50 г черемши, 1 ст. ложка сахара, 200 г сметаны, 200 мл воды, соль по вкусу.*

Свекольную ботву, щавель и черемшу тщательно промыть, отварить, отжать и протереть через мелкое сито. Получившуюся массу положить в стеклянную



или фарфоровую посуду с высокими стенками, добавить сметану, сахар и соль. Все перемешать и взбить венчиком. Соусом можно не только заправить винегрет, но и подавать его к мясу или отварным (тушеным) овощам.



### Свекольный соус

*200 г столовой свеклы, 100 г чернослива, 20 г зелени петрушки, 200 г сливок или сметаны, соль по вкусу.*

Свеклу тщательно вымыть, отварить в кожуре, остудить и очистить. Чернослив промыть, вынуть косточки и отварить в небольшом количестве воды. Петрушку мелко нарезать. Свеклу и чернослив протереть через сито, добавить зелень, соль и сливки (сметану). Взбить венчиком или вилкой. Соус пригоден для любых овощных блюд. Его также можно подавать к мясу и птице.



### Соус карри

*1 небольшая луковица, 1/2 яблока, 1/2 банана, 1/2 ч. ложка порошка карри, 120 мл бульона, 120 мл молока, 1 ст. ложка размягченного сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 1 ч. ложка сахара, соль по вкусу.*

Лук нашинковать. Яблоко очистить и натереть на мелкой терке. Банан размять. Лук, яблоко, банан и порошок карри смешать и немного подогреть. Добавить бульон и молоко и варить несколько минут. Муку смешать



с маслом, соединить с соусом, перемешать до получения однородной массы и снова подогреть. Добавить сахар и соль и перемешать.



### Соус острый

*350 г растительного масла, 3 яйца (желтки), 15 г горчицы, 50 мл 3%-ного уксуса, 35 г острого соевого соуса, 50 г каперсов, 60 г корнишонов, 8 г эстрагона (листья), 25 г зелени петрушки, черный молотый перец на кончике ножа, 12 г сахара, 10 г соли.*

Яйца сварить вкрутую. Желтки положить в керамическую посуду, добавить соль, сахар, горчицу и хорошо растереть деревянным пестиком. Влить понемногу растительное масло. В полученную массу положить мелко нарубленные каперсы, корнишоны, зелень петрушки, эстрагон, молотый перец, соль, влить острый соевый соус, уксус и перемешать.

# СОДЕРЖАНИЕ



|  |    |
|--|----|
| <i>Предисловие</i> . . . . .                 | 3  |
| <b>ВИНЕГРЕТЫ</b> . . . . .                   | 8  |
| Винегреты из овощей и фруктов . . . . .      | 8  |
| Винегреты с сыром . . . . .                  | 27 |
| Винегреты с мясом . . . . .                  | 28 |
| Винегреты с грибами . . . . .                | 36 |
| Винегреты с рыбой и морепродуктами . . . . . | 42 |
| <b>СОУСЫ И ЗАПРАВКИ</b> . . . . .            | 57 |

## **ВИНЕГРЕТЫ**

Художественный редактор **А. Г. Лютиков**  
Технический редактор **К. В. Силаева**  
Редактор **Е. А. Адаменко**  
Корректор **И. Г. Иванова**  
Художник **А. Ю. Котова**

ООО «Издательство «Терция»  
198013, Санкт-Петербург, ул. Можайская, д. 18, оф. 3.  
E-mail: [tercia@peterstar.ru](mailto:tercia@peterstar.ru)

ООО «Издательство «Эксмо»  
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел.: 411-68-86, 956-39-21.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

**Оптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:**  
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,  
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.  
E-mail: [reception@eksmo-sale.ru](mailto:reception@eksmo-sale.ru)

**Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:**

**В Санкт-Петербурге:** ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.  
Тел. отдела реализации (812) 265-44-80/81/82.

**В Нижнем Новгороде:** ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3.  
Тел. (8312) 72-36-70.

**В Казани:** ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (8435) 70-40-45/46.

**В Самаре:** ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70.

**В Екатеринбурге:** ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а.  
Тел. (343) 378-49-45.

**В Киеве:** ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52.

**Во Львове:** Торговое Представительство ООО ДЦ «Эксмо-Украина»,  
ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс: (032) 245-00-19.

**Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:**  
117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.  
127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 745-89-15, 780-58-34.

Подписано в печать с готовых монтажей 23.05.2006  
Формат 70х100<sup>1</sup>/32. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,58  
Доп. тираж 5 000 экз. Заказ № 2967

Отпечатано в полном соответствии с качеством  
предоставленных диапозитивов  
в ОАО «ИПК «Ульяновский Дом печати»  
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14



**www.infanata.org**

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение. Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями!

Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

**www.infanata.org**