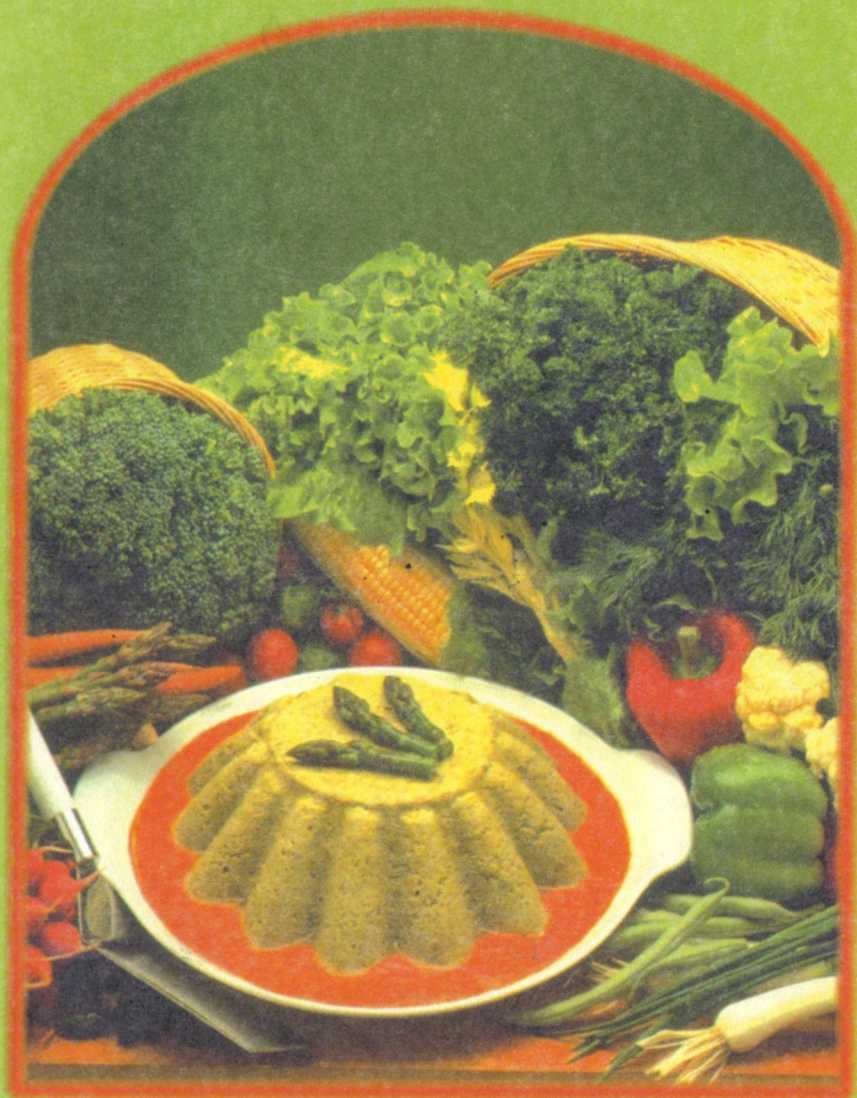


ЛЮБИМЫЕ



САЛАТЫ

ОВОЩНЫЕ САЛАТЫ**САЛАТ ИЗ ПЕТРУШКИ**

Большой пучок петрушки, 1 луковица, 1 лимон, соль.

Петрушку и лук мелко порубить и смешать с нарезанной кубиками мякотью лимона. Посолить и осторожно перемешать.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗЕЛЕНИ

1 стакан мелко нарезанных листьев сельдерея, 20 г укропа, 1/2 стакана тертой моркови, 1/4 стакана мелко нарезанного зеленого лука, по 2 ложки уксуса и растительного масла, 2-3 зубка чеснока, 1 вареное яйцо, листья салата.

Нарезанную зелень сельдерея и укропа смешивают с тертой морковью, добавляют мелко нарезанный лук. Все перемешивают, укладывают на блюдо на слой зеленого салата и поливают заправкой, приготовленной из смеси уксуса, растительного масла и толченого чеснока, или сметаной. Украшают кружочками крутого яйца.

ЛУКОВЫЙ САЛАТ

200 г репчатого лука, 4 яйца, 100 г сыра, 150 г яблок, по 1 ст. л. зелени петрушки и укропа.

Нарезать лук тонкими полукольцами, сложить в дуршлаг, обдать кипятком, затем холодной водой. Тщательно отжать лук, уложить на блюдо, полить майонезом. Сваренные вкрутую 4 яйца очистить, мелко порубить, уложить поверх лука, полить майонезом. Сыр натереть на терке с крупными отверстиями, уложить на яйца и снова полить майонезом. Яблоки очистить, натереть на терке с крупными отверстиями, уложить на сыр. Салат сверху полить майонезом, подровнять края, украсить зеленью.

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ЛУКА С ОГУРЦАМИ

100 г зеленого лука, 2 яйца, 100 г огурцов, 5 г горчицы, 30 г растительного масла, 5 долек чеснока, зелень петрушки, перец, соль.

Желтки вареных яиц растереть с чесноком и горчицей, добавляя понемногу растительное масло. Полученный соус смешать с предварительно нарезанными белками яиц, луком, огурцами и петрушкой. Добавить соль, перец.

САЛАТ ЛИСТОВОЙ С ЯЙЦАМИ

200 г листьев зеленого салата, 4 яйца, 1/2 шт. красного сладкого перца, 60 г зеленого лука, майонез, соль.

Салат нарезать соломкой, перец и сваренные вкрутую яйца порубить, посолить. Залить майонезом и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА С МАЙОНЕЗОМ

300 г редиса, 1 яйцо, 150 г майонеза, зеленый лук, зелень, соль.

Редис нарезать кружочками, вареное яйцо порубить, лук мелко нарезать, все смешать, посолить, заправить майонезом. Украсить зеленью.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА И ОГУРЦОВ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

2 огурца, 1 пучок редиса, 1 лимон, 50-100 г натертого сыра, зелень укропа и петрушки.

Огурцы нарезать очень мелко. Редис очистить, порезать и полить соком лимона. На блюдо в центр положить редис, вокруг него мелко нарезанные огурцы, посыпанные натертым сыром. Сверху салат посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ В СМЕТАНЕ

400 г огурцов, 1/2 стакана сметаны, 1 ст. л. 3%-го уксуса, зелень укропа.

Вымытые и очищенные огурцы нарезать тонкими ломтиками, уложить в салатник. Перед подачей на стол огурцы слегка посыпать перцем и полить сметаной, смешанной с солью и уксусом. Сверху посыпать укропом.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ЗЕЛЕНОГО ЛУКА

800 г огурцов, 100 г зеленого лука, 1 стакан сметаны.

Огурцы вымыть, нарезать тонкими ломтиками, лук зеленый нашинковать. Подготовленные продукты смешать, заправить сметаной или салатной заправкой. При подаче на стол посыпать зеленым луком.

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ

400 г огурцов, 100 г репчатого лука, зелень петрушки, уксус, сахар, соль.

Огурцы нарезать тонкими кружочками, выложить на плоскую тарелку. Лук нарезать кольцами, залить кипятком с добавлением уксуса. Остывший лук положить на огурцы, залить уксусом с солью и сахаром. Украсить зеленью петрушки.

ВЕНГЕРСКИЙ САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ

500 г огурцов, 1 головка репчатого лука, 1-2 ст. л. белого вина, уксус, соль, молотый перец, сладкая красная паприка.

Огурцы очистить, нарезать тонкими ломтиками. Лук очистить, нарезать кружками и разделить на кольца, добавить к огурцам, посолить и осторожно перемешать, затем оставить на 1 час. Огуречный сок слить в салатницу, добавить уксус, разбавленный небольшим количеством вина, посолить, поперчить по вкусу. Приготовленной приправой полить огурцы. Салат украсить небольшим стручком паприки, перед подачей на стол охладить.

САЛАТ ИЗ ШПИНАТА И ПОМИДОРОВ

500 г шпината, 5 помидоров, 2 сваренных вкрутую яйца, сок 1/2 лимона, 50 г сливок, соль, черный молотый перец.

Промыть и мелко нарезать шпинат, помидоры нарезать дольками. Переложить в салатник, добавить яйца, нарезанные ломтиками, залить соусом, приготовленным из сливок и сока лимона, поперчить и посолить. Подавать в охлажденном виде.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И ЧЕРНОСЛИВА

400 г капусты, 1 морковь, 100 г чернослива, 1 ч. л. сахара, лимонная кислота.

Нарезать соломкой свежую капусту, посыпать ее сахаром, потереть руками до появления сока, сок отжать. Заранее замочить чернослив, когда он набухнет, вынуть косточки, плоды нарезать кусочками. Натереть на крупной терке свежую морковь. Капусту, морковь и чернослив соединить, перемешать и добавить разбавленную водой лимонную кислоту или сок лимона. Перед подачей на стол украсить черносливом и ломтиком моркови.

ОВОЩНОЙ САЛАТ С ХРЕНОМ

1 корень хрена, 150 г свежей капусты, 100 г моркови, 50 г зеленого лука, 1 луковица, 1 яблоко, 100 г сметаны, зелень укропа, соль.

Хрен и морковь очищают и натирают на крупной терке. Капусту, лук, укроп мелко шинкуют, яблоки очищают от кожуры и сердцевины, нарезают соломкой. Все смешивают, добавляют соль, тщательно перемешивают и заправляют сметаной. Украшают зеленью петрушки.

САЛАТ «КИЕВСКИЙ»

300 г белокочанной капусты, 2 свежих яблока, 1 1/2 ст. л. майонеза, 50 г голландского сыра, 1 ст. л. измельченных орехов, 1/2 ч. л. корицы, 1 вареная морковь, зелень петрушки, соль, сахар, лимонная кислота.

Белокочанную капусту нашинковать, посыпать солью и перетереть. Свежие яблоки очистить, разрезать на 4 части, удалить сердцевину, нарезать соломкой и смешать с подготовленной капустой. Орехи подсушить, очистить и измельчить. Голландский сыр натереть на терке с мелкими круглыми отверстиями. В капусту с яблоками положить майонез,

корицу, заправить по вкусу солью, сахаром, разведенной лимонной кислотой, перемешать и уложить горкой в салатник. Посыпать салат измельченной зеленью петрушки, орехами, тертым сыром и украсить фигурно нарезанной вареной морковью, веточками петрушки и листьями салата.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

200 г белокочанной капусты, 200 г сладкого перца, 100 г свежих огурцов, 100 г красных томатов, 100 г ветчины, 20 г репчатого лука, 50 г майонеза, 5 г горчицы, 75 г отварного риса, по вкусу соль.

Белокочанную капусту нашинковать, сладкий перец нарезать полосками, свежий огурец кубиками, томаты - кружочками. Все смешать с отварным рисом и ветчиной, посолить, добавить горчицу. Посыпать мелко нарезанным луком, зеленью и приправить майонезом.

САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ФРУКТАМИ

200 г капусты, по 100 г апельсинов, мандаринов, груш и чернослива, 75 г апельсинового сока, 50 г оливкового масла, листовой салат, зелень.

Капусту мелко нашинковать и перетереть до образования сока. Апельсины и мандарины разделить на дольки и очистить от пленки. Крупные дольки апельсина нарезать поперек. Свежие груши очистить от кожуры, удалить сердцевину и нашинковать дольками. Сушеный чернослив запарить и освободить от косточек. Подготовленные продукты перемешать, заправить апельсиновым соком и растительным маслом и добавить лимонную кислоту. Готовый салат выложить горкой в салатник, украсить черносливом, листьями салата и другой зеленью.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С МОЛОЧНЫМИ ПРОДУКТАМИ

1 кочан цветной капусты, 1 стакан кефира, простокваши или йогурта, 2 ст. л. растительного масла, по вкусу соль и сахар.

Цветную капусту разобрать на мелкие кочешки и отварить в кипящей подсоленной воде. Кефир взбить с растительным маслом, солью, сахаром, и этой смесью залить капусту.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С ОРЕХАМИ И БРЫНЗОЙ

500 г цветной капусты, 100 г брынзы, 2 ст. л. рубленых ядер грецких орехов, 2 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука, 100 г кефира, 2 ст. л. сметаны, по вкусу соль.

Цветную капусту мелко порубить, смешать с измельченными ядрами грецких орехов, зеленым луком, нарезанной мелкими кубиками брынзой. Полить салат подсоленной взбитой смесью кефира и сметаны.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРЧИЦЕЙ

5 шт. картофеля, 1 небольшая луковица, 1 ч. л. уксуса, перец, 2 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. горчицы, 50 г маслин, соль.

Картофель сварить в кожуре, охладить, очистить и нарезать ломтиками. Добавить нарезанный лук, перец, столовую горчицу, растительное масло, уксус, и все хорошо перемешать. Салат украсить маслинами или ломтиками вареного яйца.

САЛАТ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

200 г картофеля, 250 г сладкого перца, 500 г помидоров, 50 г репчатого лука, по 50 г зелени петрушки и укропа, 50 г изюма, 300 г сметаны, 50 г растительного масла, соль, перец.

Перец очищают от сердцевины. Помидоры очищают от кожицы. Отварной картофель очищают от кожуры. Все овощи нарезают мелкими кубиками, добавляют мелко нарубленный репчатый лук, зелень петрушки, укроп, изюм, солят, посыпают черным перцем и перемешивают. Растительное масло смешивают со сметаной, добавляют к овощам, оставляют на некоторое время.

САЛАТ ОВОЩНОЙ ПО-ГРЕЧЕСКИ

3 шт. сладкого зеленого перца, 200 г помидоров, 150 г соленых огурцов, 3 яйца, 50 г томат-пюре, 10 г горчицы, 200 г майонеза.

Очищенный от семян перец нарезать соломкой, огурцы - кубиками, помидоры и вареные яйца - четвертушками. Майонез смешать с горчицей, томатом-пюре, и этой смесью заправить перемешанные компоненты.

САЛАТ ИЗ ПЕРЦА, ЧЕСНОКА И ОРЕХОВ

9 шт. сладкого перца, 5 долек чеснока, 60 г грецких орехов, 150 г сметаны, сок лимона, зелень петрушки, сахар, перец, соль.

Перец испечь, снять кожицу, удалить семена и нарезать лапшей. Растолочь чеснок с орехами, смешать с солью, сахаром, черным молотым перцем, соком лимона, сметаной, и этой смесью заправить перец. Посыпать зеленью петрушки.

ВИНЕГРЕТ ИЗ ОВОЩЕЙ

150 г свеклы, 500 г картофеля, 100 г моркови, 240 г соленых огурцов, 150 г свежих или моченых яблок, 200 г квашеной капусты, 40 г зеленого лука, 120 г растительного масла, 70 г уксуса, 30 г горчицы, зелень укропа, сахар, перец, соль.

Вареный картофель, яблоки, огурцы, морковь очистить, нарезать ломтиками, кубиками или соломкой, сложить в миску, прибавить квашеную шинкованную капусту. Горчицу, соль, перец, сахар растереть с мае-

лом и развести уксусом. Перед подачей овощи смешать с приготовленным соусом, уложить в салатницу, украсить ломтиками свеклы, посыпать зеленым луком и укропом. Можно украсить винегрет также свежими огурцами и помидорами.

САЛАТ ИЗ БЕЛОЙ ФАСОЛИ И КАРТОФЕЛЯ

250 г белой фасоли, 250 г картофеля, 1/2 стакана уксуса, 1/2 стакана растительного масла, 2 головки репчатого лука, 1 пучок петрушки, соль.

Замоченную на ночь фасоль отварить в небольшом количестве воды до мягкости на слабом огне. Затем воду слить. Нарезанный кубиками картофель отварить в слегка подсоленной воде, затем отвар слить. Лук мелко нарезать и слегка посолить. Подготовленные продукты выложить в глубокую посуду, хорошо размешать, заправить уксусом, растительным маслом, добавить немного картофельного отвара и посолить. Смесь выдержать 2 часа в холодном месте, затем шумовкой распределить на порции. При подаче каждую порцию хорошо посыпать мелко нарезанной и посоленной петрушкой.

САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

300 г баклажанов, 150 г репчатого лука, 100 г зеленого консервированного горошка, 2 яйца. 100 г яблок, 100 г майонеза, 200 г горчицы, 2 дольки чеснока, 100 г сметаны, 20 г растительного масла, 10 г лимонного сока, сахар, соль.

Баклажаны очистить от кожицы, нарезать ломтиками и слегка потушить на сковороде, опустив в разогретое растительное масло. Репчатый лук нарезать кубиками, опустить в тушеные баклажаны и тут же вынуть все, охладить, смешать с зеленым горошком, мелко нарезанными яблоками и вареными яйцами, приправить солью, лимонным соком и сахаром по вкусу.

Выложить в салатницу и залить соусом, приготовленным из майонеза и сметаны, готовой горчицы и чеснока. Украсить дольками помидоров.

САЛАТЫ ИЗ ТРИТОВ

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ И ОВОЩЕЙ

250 г отваренных свежих грибов, 6 яиц, 100 г кабачков, 150 г баклажанов, 1/4 стакана растительного масла, 1 ст. л. уксуса, 1 неполная ч. л. молотого черного перца, соль.

Кабачки очистить от кожи и семян, нарезать кубиками величиной 1 см, сложить в дуршлаг и опустить на 2-3 мин. в крутой соленый кипяток. Баклажаны порезать такими же кубиками, посолить, положить между двумя дощечками под гнет, чтобы с соком вышла горечь. Так же как и кабачки, сложить их в дуршлаг и опустить в подсоленный кипяток на 5 мин. Остудить. Грибы и сваренные вкрутую яйца нашинковать крупной соломкой, перемешать с обсушенными холодными кабачками и баклажанами. Залить заправкой из масла, уксуса и перца.

САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ГРИБОВ ПО-ФИНСКИ

800 г свежих грибов, 1 луковица, 1 стакан сметаны, соль, перец, сахар и слабый уксус или лимонный сок по вкусу.

Нарезанные дольками или пластинками грибы отваривают в течение 4-5 мин. в воде, подкисленной уксусом или лимонным соком, затем отбрасывают на сито. Мелко нарубленный лук смешивают со сметаной, солью, перцем и сахаром. Этим соусом заливают грибы.

САЛАТ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

200 г шампиньонов, 2 сваренных вкрутую яйца, сок 1 лимона, растительное масло, мелко нарезанный укроп, соль, черный молотый перец.

Шампиньоны отварить в подсоленной воде, процедить, нарезать. Яйца нарезать кубиками, перемешать с грибами, заправить соком лимона, растительным маслом и выложить в салатник. Посыпать укропом, перцем, солью.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ С ХРЕНОМ

400 г отваренных грибов, 40 г натертого хрена, 200 г сметаны, 2 яйца, зелень лука, укропа, петрушки, соль, сахар, уксус.

Грибы отваривают в подсоленной воде и шинкуют соломкой, смешивают с хреном и мелко нарезанными яйцами. Все осторожно перемешивают, добавляют соль, сахар, уксус, выкладывают в салатник и присыпают мелко нарезанной зеленью.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ

30 г сушеных грибов, 300 г свежей капусты, пол-луковицы, сок половины лимона, соль, сахар, перец, зелень.

Отваренные грибы и лук нарезают соломкой и пассеруют с растительным маслом, капусту шинкуют и перетирают с солью. Измельченные продукты смешивают, заправляют лимонным соком, сахаром, перцем и, перемешав, укладывают горкой в салатницу. При подаче на стол украшают зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

300 г отваренных, соленых или маринованных грибов, 4 картофелины, 1 свежий огурец, 1/2 стакана нарезанной квашеной капусты, 1 луковица или 100 г зеленого лука, 2 помидора, 1/2 стакана сметаны, соль, сахар, горчица.

Грибы и овощи нарезают кубиками или продолговатыми кусочками, смешивают, солят и заправляют сметаной, сахаром и горчицей. Украшают зеленью и, по желанию, дольками яйца.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ ПО-ЧЕШСКИ

200 г свежих грибов, 5 картофелин, 2 моркови, 1 крупная луковица, 2 помидора, 5-6 ст. л. майонеза.

Грибы нарезают небольшими ломтиками, отваривают в подсоленной воде с небольшой добавкой уксуса, а затем охлаждают. Картофель и морковь (отваренные отдельно) нарезают небольшими кубиками, смешивают с мелко нарубленным луком. К смеси добавляют грибы и нарезанные кубиками очищенные помидоры. Заправляют салат майонезом.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ ПО-ЭСТОНСКИ

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

Мелко нарубленные отварные грибы смешивают с творогом, предварительно растертым с молоком, и измельченным луком.

ГРИБНОЙ САЛАТ С МАКАРОНАМИ

500 г макарон, 4 сваренных вкрутую яйца, 100 г майонеза, 1 ч. л. каперсов, 5 ч. л. зеленого горошка, несколько полосок сладкого перца, 100 г свежих грибов, 1 ст. л. сладкой горчицы, соль.

Макароны отварить в подсоленной воде до рассыпчатого состояния, промыть, охладить, заправить майонезом, добавить очень мелко нарезанные каперсы, тщательно перемешать с горчицей, зеленым горошком, яйцами, нарезанными кружочками, полосками сладкого перца, грибами, отваренными в подсоленной воде и нарезанными кубиками.

САЛАТ ИЗ ГОВЯЖЬЕЙ ПЕЧЕНИ С ГРИБАМИ

40 г сушеных грибов, 200 г говяжьей печени, 2 соленых огурца, 3 луковицы, 2 яйца, 2/3 стакана майонеза, 3 ст. л. масла, перец, соль, зелень.

Грибы промыть, замочить на 2-3 часа в холодной воде. Затем воду процедить через 2 слоя марли и грибы сварить в этой же воде. Отдельно сварить говяжью печень, охладить, мелко нарезать. Добавить поджаренный на масле лук, дольки соленых огурцов, вареные яйца, половину нормы майонеза, перец, перемешать с нашинкованными грибами и посолить. Перед подачей на стол полить оставшимся майонезом.

САЛАТ ГРИБНОЙ С ФИЛЕ ЦЫПЛЕНКА

150 г грибов, 150 г филе цыпленка, 150 г корня сельдерея, 20 г каперсов, 50 г сыра, 100 г майонеза, помидоры.

Отваренные грибы и филе цыпленка нарезать мелкими кусочками, сельдерея - лапшой. Все соединить с тертым сыром, добавить каперсы и майонез. Украсить дольками помидоров.

САЛАТ «КАПРИЗ»

250 г грибов, 100 г ветчины, 300 г филе цыпленка, 100 г языка.
Для заправки: 60 г растительного масла, 40 г горчицы, 30 г уксуса, перец, соль.

Отварить отдельно ветчину, грибы, филе цыпленка и ломтик языка до готовности, нарезать их лапшой. Соединить подготовленные продукты, добавить заправку из растительного масла, смешанного с горчицей, уксусом, перцем и солью.

САЛАТ ГРИБНОЙ С СЫРОМ

300 г свежих грибов, 100 г твердого сыра, 2-3 ст. л. майонеза, горчица.

Грибы, отваренные в подсоленной воде, нарезают пластинками, охлаждают и смешивают с измельченным сыром. Заправляют майонезом, к которому по вкусу можно добавить немного горчицы.

САЛАТ ГРИБНОЙ С СЫРОМ И ЯЙЦАМИ

400 г свежих грибов, 2 яйца, 100 твердого сыра, 1/2 стакана майонеза, соль, зелень.

Грибы, отваренные в подсоленной воде и охлажденные, нарезают кусочками, яйца - дольками, сыр - мелкими кубиками (можно измельчить его и на терке с крупными отверстиями). Все смешивают с майонезом. Украшают салат маленькими листьями петрушки.

САЛАТ С МАРИНОВАННЫМИ ГРИБАМИ, КРЕВЕТКАМИ И ПАТИССОНАМИ

200 г маринованных грибов, 150 г картофеля, 150 г маринованных патиссонов, 100 г майонеза, 150 г креветок, 1 яйцо, сахар, соль.

Нарезать ломтиками грибы, вареный картофель и патиссоны. Смешать подготовленные продукты, добавить майонез, сахар, соль и выложить в салатницу. Отварить креветки в подсоленной воде в течение 10-12 минут, отделать шейки, очистить их от панцирей и сбрызнуть соком лимона. Затем уложить поверх салата подготовленные креветки и украсить дольками сваренного вкрутую яйца.

САЛАТ «РИМСКИЙ»

200 г грибов, 500 г помидоров, 2-3 сельди, 3 луковицы.
Для соуса: 200 г молока, 200 г майонеза, 2 ст. л. творога, 2 ст. л. растительного масла.

500 г помидоров, 200 г отваренных или потушенных боровиков, шампиньонов или лисичек, 2 или 3 крупные хорошо вымоченные сельди и 3-4 репчатые луковицы нарезать небольшими кубиками.

Приготовление соуса. Смешать неполный стакан молока, неполный стакан майонеза, 2 ст. л. творога и 2 ст. л. растительного масла. Соусом залить салат. Посолить, поперчить. Перемешать.

САЛАТ ИЗ РЫЖИКОВ С СЕЛЬДЬЮ

200 ры.иков, 200 г помидоров, 100 г репчатого лука, 2 яйца, 100 г соленых огурцов, 150 г сельди, 200 г сметаны или майонеза, 30 г творога, зелень, соль.

Отварить в собственном соку рыжики, сварить яйца. Мелко нарезать помидоры, огурцы, лук, грибы и часть яиц. Вымочить сельдь, очистить и нарезать узкими полосками. Протереть через сито творог. Все соединить, заправить сметаной или майонезом и выложить в салатницу. Украсить зеленью, ломтиками яйца и помидора.

САЛАТ ГРИБНОЙ С МЯСОМ

200 г отварного мяса (вареной колбасы или сосисок), 200 г лисичек, 1 луковица, 1 свежий огурец, укроп, кинза, зеленый лук, 1 стакан сметаны, соль.

Отварное мясо (вареная колбаса или отваренные сосиски) смешать с 200 г лисичек, предварительно пожаренных в масле с измельченной репчатой луковицей. Мелко порезать. Покрошить свежий огурец и много зелени: укроп, кинзу, зеленый лук. Посолить. Заправить сметаной.

ВИНЕГРЕТ С ФАСОЛЬЮ И ГРИБАМИ

2 свеклы, 3 шт. картофеля, 1 стакан фасоли, 200 г грибов, 2-3 огурца, 200 г майонеза или 1/2 стакана растительного масла, сок 1/2 лимона, соль.

Вареные свеклу и картофель нарезать кубиками и перемешать с вареной фасолью. Добавить мелко нарезанные соленые грибы и огурцы, сок лимона, посолить, заправить майонезом или растительным маслом.

САЛАТ ГРИБНОЙ С ЯБЛОКАМИ И КАРТОФЕЛЕМ

300 г маринованных (не острых) грибов, 2 луковицы, 2-3 картофелины, 1 кислое яблоко, 2-3 дольки чеснока, 2/3 стакана растительного масла (лучше подсолнечного), соль, перец.

Грибы нарезают кружочками, картофель и лук - кубиками, яблоко натирают на терке с крупными отверстиями, чеснок растирают с маслом, солью и перцем. После легкого обжаривания лука все компоненты салата соединяют и перемешивают.

САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННЫХ ГРИБОВ С КАЛЬМАРАМИ

200 г маринованных грибов, 400 г филе кальмара, 5 картофелин, 2 соленых огурца, 150 г репчатого или зеленого лука, 1 стакан майонеза, соль, перец.

Грибы нарезают крупными кусочками, отварное филе кальмара - соломкой, картофель и огурцы - тонкими ломтиками, репчатый или зеленый лук мелко рубят. Все смешивают, солят, заправляют майонезом и перцем. При подаче на стол украшают листьями зеленого салата.

САЛАТ ИЗ РЫЖИКОВ, СЕЛЬДИ И МЯСА

200 г соленых (маринованных) рыжиков, 200 г свеклы, 200 г сельди, 200 г вареного мяса, 3 яйца, 150 г яблок, 200 г соленых огурцов, 150 г репчатого лука, 200 г мясного желе, майонез, горчица, сахар, листья салата, соль.

Нарезать полосками грибы, сельдь, вареные яйца, мясо и свеклу. Смешать с мелко нарезанными огурцами, луком и яблоками. Заправить майонезом, соединенным с горчицей, сахаром, солью. Посыпать мелко рубленным застывшим желе и украсить листьями салата.

САЛАТЫ ИЗ СЫРА, ТЫВРОТА, БРЫЗЖЫ

САЛАТ С СЫРОМ ДЕЛИКАТЕСНЫЙ

400 г сыра, 150 г ледени сельдерея, 100 г майонеза.

Вымытую и обсушенную зелень сельдерея нарезать, смешать с сыром, нарезанным кубиками, заправить майонезом.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С СЫРОМ

500 г цветной капусты, 50 г сыра, 50 г репчатого лука, 40 г растительного масла, 40 г уксуса, соль.

Головку капусты разобрать на кочешки и сварить с уксусом и солью до готовности. Остудить, приправить сыром, мелко нарезанным репчатым луком и растительным маслом.

МНОГОСЛОЙНЫЙ САЛАТ «ПОМПАДУР»

1 луковица, 2 яблока (лучше антоновка), 4 яйца, 100 г твердого сыра, майонез (по желанию - пополам со сметаной).

Лук нарезать кольцами, обдать кипятком, остудить. Сваренные вкрутую яйца нарезать тонкими кружочками. Яблоки очистить от кожицы, натереть на крупной терке и сбрызнуть лимонным соком или разведенной в воде лимонной кислотой, чтобы не потемнели. Подготовленные продукты послойно положить в плоский салатник. Сначала положить весь лук и покрыть его майонезом, затем яблоки и также - покрыть майонезом, на яблоки - кружочки яиц и майонез, а верхний слой - сыр, натертый на крупной терке, - покрыть майонезом. Сверху можно украсить измельченным яичным желтком или стружками сыра, в центре положить веточку зелени. Салат подавать, не перемешивая.

САЛАТ ИЗ СЫРА, НИЦ И РЕДИСА

200 г голландского сыра, 2 яйца, 60 г редиса, 30 г репчатого лука, 100 г зеленого консервированного горошка, 80 г майонеза, укроп, перец, соль.

Сыр и лук нарезать соломкой, редис - ломтиками, сваренные вкрутую яйца мелко порубить. Сыр смешать с яйцами, луком, редисом, зеленым горошком, майонезом, солью, молотым перцем. Салат украсить дольками редиса, яиц, посыпать мелко нарезанным укропом.

САЛАТ С СЫРОМ И ЯБЛОКАМИ

200 г картофеля, 200 г сыра, 200 г яблок, по 100 г свежих и маринованных огурцов, 1 большая луковица, 1 стакан салатного соуса, зелень петрушки, сахар, молотый черный перец, соль.

Очищенный и отваренный картофель, сыр, яблоки, яйца, сваренные вкрутую, и лук мелко нарезать. Выложить в салатницу и залить салатным соусом с измельченной петрушкой, сахаром, перцем и солью. Все тщательно перемешать.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С СЫРОМ

300 г помидоров, 150 г плавленого копченого сыра, 30 г репчатого лука, 50 г огурцов, 100 г майонеза, соль, молотый перец.

Вымытые помидоры нарезать мелкими кубиками, добавить мелко нарезанный лук, огурцы, нарезанный кубиками сыр. Посыпать солью, перцем, перемешать с майонезом.

САЛАТ ИЗ СЫРА ПО-ФРАНЦУЗСКИ

180 г отварного риса, 1 стакан тертого сыра, 1/2 стакана сметаны, 1/2 головки репчатого лука, 1 ст. ложка лимонного сока, соль, перец.

Для украшения: 1/2 огурца (можно соленого), 4 помидора.

Тертый сыр смешать со сметаной, добавить мелко нарезанный лук, перец (если нужно, соль). Эту смесь соединить с рисом и перемешать. Переложить в салатник, украсить мелко нарезанным огурцом и четвертинками красных помидоров. Сверху полить лимонным соком или раствором лимонной кислоты.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С ОРЕХАМИ И БРЫНЗОЙ

500 г цветной капусты, 100 г брынзы, 40 г грецких орехов, 40 г зеленого лука, 100 г кефира, 40 г сметаны, соль.

Капусту отварить, мелко порубить, смешать с грецкими орехами, зеленым луком, нарезанной мелкими кубиками брынзой. Полить салат подсоленной взбитой смесью кефира и сметаны.

САЛАТ ИЗ БРЫНЗЫ С КУКУРУЗОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

150 г брынзы, 200 г консервированной кукурузы, 40 г сметаны, 20 г майонеза, зеленый лук, зелень укропа, листья зеленого салата, перец, соль.

Мелко нарезанный зеленый лук посыпать солью, перцем, добавить зерна кукурузы, заправить майонезом и сметаной. Тертую брынзу смешать с мелко нарезанным укропом. Зеленый лук с кукурузой выложить горкой на листья салата и посыпать брынзой с укропом.

ОВОЩНОЙ САЛАТ С БРЫНЗОЙ

4 помидора, 2 огурца (свежих или консервированных), 3-4 сладких перца, 1 маленький горький перчик, 1 головка репчатого лука, 1-2 ст. ложки уксуса, 2-3 ст. ложки растительного масла, соль, зелень укропа, 100 г брынзы.

Овощи вымыть холодной водой. Огурцы и помидоры нарезать тонкими ломтиками, а репчатый лук, сладкий перец и горький перец - маленькими кусочками. Все выложить в широкий салатник, посолить и заправить смесью уксуса и растительного масла, взбитой в отдельной посуде. Перемешать. Сверху салат посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и натертой на терке брынзой.

МЯСНЫЕ САЛАТЫ**ВИНЕГРЕТ С ВЕТЧИНОЙ**

300 г ветчины, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 головка репчатого лука, 2 вареные картофелины, 1 небольшая вареная свекла, зелень, горчичная заправка.

Кусок ветчины с жиром очень мелко нарезать и перемешать с мелко нарезанными яйцами и репчатым луком. Картофель и свеклу нарезать ломтиками. Подготовленные продукты послойно выложить на плоское блюдо. Сначала положить слой ветчины с яйцами и луком, потом слой ломтиков картофеля и свеклы, затем опять слой ветчины с яйцами, слой картофеля и свеклы и т.д. Сверху украсить дольками яиц, расположенными радиально, вперемежку с мелко нарезанной зеленью. Для этого винегрета подать отдельно в соуснике горчичную заправку.

САЛАТ «ЯРОСЛАВНА».

150 г ветчины, по 100 г огурцов, помидоров, яблок, белокочанной капусты и картофеля, 150 г майонеза, 40 г клюквы, зелень петрушки.

Яблоки очистить от кожицы, удалить семенную коробочку. Картофель отварить в мундире, очистить. Ветчину, картофель, яблоки, свежие огурцы, капусту нашинковать соломкой. Помидоры нарезать кружочками. Все продукты уложить слоями в стеклянную салатницу, полить майонезом, украсить огурцами, помидорами, яблоками, зеленью, клюквой.

КОМБИНИРОВАННЫЙ САЛАТ С МАЙОНЕЗОМ ПО-БОЛГАРСКИ

1 кг картофеля, 500 г моркови, 1 банка консервированного горошка, 7-8 соленых огурчиков, 200 г ветчины, колбасы или жареного мяса, 3 яйца, 450 г растительного масла, 2 лимона (или разведенная лимонная кислота), 1 ст. л. горчицы, черный перец, соль, маслины.

Очищенный картофель нарезать кубиками и отварить в подсоленной воде, после чего выложить в дуршлаг. Затем картофель смешать с отцеженным горошком и отварной морковью, солеными огурчиками, ветчиной или колбасой, нарезав все кубиками. Смесь выдержать в холодном месте. Приготовить майонез из яичных желтков и растительного масла и разделить его на две части. Одну часть заправить горчицей, черным перцем и лимонным соком по вкусу, развести картофельным отваром и осторожно прибавить к нарезанным овощам. Салат распределить на порции, украсить каждую порцию подкисленным и посоленным по вкусу майонезом (другой частью), маслинами без косточек, кружочками лимона и веточками петрушки.

САЛАТ «ФАНТАЗИЯ»

50 г вареной колбасы, 50 г ветчины, 600 г картофеля, 1 луковица, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 маринованных огурца, растительное масло, 1 ст. ложка майонеза, разбавленного соком лимона, соль, черный молотый перец.

Отварить картофель в кожуре, остудить, очистить, нарезать кубиками. Добавить ветчину, колбасу, лук, нарезанные тонкими ломтиками, крупно нарезанные яйца с огурцами. Заправить небольшим количеством растительного масла, солью, перцем. Все выложить в салатник, добавить майонез, тщательно перемешать, поставить на 1 час в холодильник.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ, СЫРА И ВЕТЧИНЫ

1 крупный кочан свежего зеленого салата, 200 г сыра, 150 г ветчины (или копченой грудки), 4-5 помидоров, 1 небольшой свежий огурец, 1 головка репчатого лука, 2-3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. л. уксуса, 1/2 ч. л. горчицы, соль и петрушка.

Листья зеленого салата нарезать тонкими полосками, а остальные продукты кубиками. Хорошо размешать и заправить приготовленной предварительно заправкой из растительного масла, горчицы, уксуса с добавлением соли. Смесь снова размешать и распределить на порции; каждую порцию посыпать мелко нарезанной петрушкой.

САЛАТ ПО-ТАДЖИКСКИ

200 г баранины, 150 г редьки или редиса, 40 г репчатого лука, 40 г сыра, 20 г моркови, 5 долек чеснока, 100 г майонеза, 1 яйцо, маринованный перец или помидоры.

Холодную отварную баранину нарезать соломкой. Сыр, редьку или редис натереть на терке, добавить мелко рубленные чеснок, обжаренный репчатый лук, перемешать все компоненты, посолить и заправить частью майонеза. Выложить горкой в салатницу и полить оставшимся майонезом. Сверху украсить яйцом, вареной морковью, маринованным перцем или свежими помидорами, зеленью.

САЛАТ МЯСНОЙ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

250 г вареного мяса, 400 г картофеля, сваренного в мундире, 400 г свежих помидоров, 1 сваренное вкрутую яйцо.

Для заправки: 2 желтка из сваренных вкрутую яиц, 1/2 ч. ложки сухой горчицы, 3/4 ч. ложки соли, 1/4 ч. ложки молотого черного перца, 2 ч. ложки мелко рубленного репчатого лука, 2 ч. ложки мелко нарезанной зелени укропа, 2 ч. ложки мелко нарезанных каперсов, 1/2 стакана уксуса (или разведенной лимонной кислоты), 3/4 стакана растительного масла.

Картофель очистить и нарезать тонкими ломтиками. Так же нарезать вареное мясо и помидоры. В салатник положить ровным слоем помидоры, посолить и поперчить их. Сверху положить слой мяса, на него - слой картофеля, также поперчить и посолить. Полить заправкой и украсить яйцом, разрезанным на 4 части.

Приготовление заправки. Яичные желтки протереть через сито, смешать с сухой горчицей, солью, перцем, луком, зеленью укропа и каперсами (маринованными или солеными бутонами настурции). Залить смесью уксуса и растительного масла, хорошо взбитой в отдельной посуде. Перемешать.

САЛАТ МЯСНОЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

200 г любого вареного мяса или вареной колбасы (ветчины), 200 г вареного картофеля, 200 г соленых огурцов, 3 сваренных вкрутую яйца, 100 г консервированного зеленого горошка, 1/2-1 банка майонеза. По желанию - 100 г мелко нарезанного зеленого лука, по 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени укропа и петрушки.

Охлажденное отварное мясо нарезать поперек волокон на мелкие кубики или ломтики, картофель вареный и соленые огурцы также нарезать кубиками или ломтиками, добавить мелко рубленые яйца, зеленый горошек, майонез, если нужно, соль, все перемешать. Выложить в салатник и посыпать зеленью. При желании можно добавить мелко нарезанный зеленый лук, растолченный с рубленой зеленью укропа и петрушки.

САЛАТ ВЕРХНЕВОЛЖСКИЙ

300 г говядины, 100 г белокочанной капусты, 200 г вареного картофеля, 200 г яблок, 3 яйца, 200 г майонеза, соль.

Капусту нашинковать тонкой соломкой, посолить, прогреть при непрерывном помешивании, охладить. Вареное мясо нарезать соломкой, картофель - кубиками. Подготовленные продукты соединить, добавить

нарезанные кубиками свежие яблоки, рубленые яйца, соль, майонез и перемешать. Оформить зеленью.

САЛАТ РУССКИЙ

300 г мяса, 100 г белокочанной капусты, 200 г вареного картофеля, 100 г зеленого консервированного горошка, 200 г майонеза, 100 г яблок, 2 яйца.

Свежую капусту нашинковать и прогреть. Вареное мясо нарезать соломкой, картофель кубиками и соединить с охлажденной капустой. Заправить майонезом, солью, добавить свежие яблоки (предварительно очищенные и нарезанные кубиками), зеленый горошек, рубленые яйца, зелень и перемешать. Выложить в салатницу горкой и украсить зеленью.

САЛАТ ПО-КОМИ-ПЕРМЯЦКИ

200 г отварной говядины, 500 г квашеной капусты, 50 г репчатого лука, 60 г растительного масла, зелень.

Капусту мелко порубить, лук мелко нарезать. Часть говядины нарезать кубиками. Все продукты перемешать, заправить маслом. Готовый салат выложить на тарелку горкой, украсить ломтиками оставшейся говядины, посыпать зеленью.

САЛАТ «БОГАТЫРЬ»

200 г свинины, 150 г картофеля, по 100 г помидоров, огурцов, моркови и квашеной капусты, 150 г сметаны, 1 яйцо, 50 г зеленого консервированного горошка, 80 г чернослива, 10 г сахара, зеленый лук, перец, соль.

Картофель и морковь, сваренные в кожуре, охладить, очистить и нарезать кубиками. Зеленый лук, укроп и квашеную капусту мелко нашинковать. Помидоры и огурцы нарезать ломтиками или дольками. Вареное мясо - небольшими тонкими дольками. Подготовленные продукты соединить, положить половину нормы сметаны, соль, сахар и перец, перемешать, уложить в салатницу горкой. В центре горки сделать небольшое углубление, в которое поместить разрезанное дольками вареное яйцо, полить оставшейся сметаной, украсить сверху и по бокам тушеным черносливом, зеленым горошком, луком, морковью.

САЛАТ ВОСТОЧНЫЙ

200 г риса, 300 г отварной говядины, 2 стручка сладкого перца, 1 луковица, 1 ст. ложка зелени петрушки, растительное масло, соль, черныи молотый перец, 50 г майонеза, сок 1/2 лимона.

Для украшения: 2 сваренных вкрутую яйца, 2 помидора, очищенные от косточек оливки.

Рис отварить в подсоленной воде, процедить, промыть, охладить, тщательно перемешать в салатнике с мясом, нарезанным кубиками, сладким перцем, полосками, тонкими ломтиками лука и мелко нарезанной

зеленю петрушки. Заправить растительным маслом, солью, черным **молотым** перцем, майонезом, смешанным с соком лимона. Салат выложить на блюдо в виде купола, украсить дольками яиц, помидоров и оливками.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПО-УЗБЕКСКИ

200 г отварного мяса, 400 г помидоров, 200 г огурцов, 200 г репчатого лука, 1/2 стакана отварного риса, 200 г сметаны, зелень, соль, перец.

Нарезать тонкими кружками лук, помидоры, огурцы, отварить рис, нашинковать крупной соломкой отварное мясо. Добавить по вкусу соль, перец, сметану или майонез, перемешать. Затем уложить горкой в салатник и украсить зеленью. Отварное мясо можно заменить сосисками или обезжиренной колбасой.

САЛАТ МЯСНОЙ С ШАМПИНЬОНАМИ

250 г шампиньонов, 300 г мяса, 1 луковица, по 1 ст. ложке лимонного сока, горчицы, перец, соль.

Подготовленные шампиньоны нарезать пластинками, потушить, соединить с нарезанным вареным мясом, добавить мелко нашинкованный лук, горчицу, лимонный сок, посолить, поперчить.

САЛАТ ИЗ МЯСА И ВЕТЧИНЫ

100 г жареной говядины, 50 г ветчины куском, 2-3 маринованных огурца, 2 ст. ложки майонеза, сок лимона, 1 ст. ложка зелени петрушки, соль.

Для украшения: 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 помидор.

Нарезать полосками мясо, ветчину, огурцы, добавить майонез, перемешать с соком лимона и мелко нарезанной петрушкой. Выложить на блюдо, украсить кружочками яйца и помидора.

ВИНЕГРЕТ МЯСНОЙ «АССОРТИ»

200 г вареного мяса, 200 г ветчины, 150 г соленых огурцов, 100 г вареного картофеля, 50 г вареной свеклы, 100 г вареной моркови, 1 банка майонеза, зелень.

Отваренную со специями и охлажденную нежирную говядину и ветчину без жира нарезать мелкими ломтиками. Соленые огурцы, сваренные и очищенные картофель, свеклу, морковь также нарезать ломтиками и соединить с мясными продуктами. Заправить все майонезом, выложить в салатник или тарелку горкой и украсить мелко нарезанной зеленью и, если есть, моченой брусникой и мочеными и маринованными яблоками. При желании, можно сделать бордюр из мелко нарезанных свеклы, моркови, зелени, чередуя их.

КОМБИНИРОВАННЫЙ САЛАТ С МАЙОНЕЗОМ

250 г жирного жареного мяса говядины, 1 кг картофеля, 600 г моркови, 500 г консервированного горошка, 800 г соленых огурцов, 3 яйца, 2 стакана растительного масла, 1 стакан майонеза, 2 ст. ложки разведенной лимонной кислоты, зелень петрушки, ягоды черешни или вишни без косточек, соль.

Очищенный картофель нарезать кубиками и отварить в подсоленной воде, после чего выложить в дуршлаг. Затем картофель смешать с отцеженным горошком и отварной морковью, солеными огурцами, жареным мясом (можно заменить колбасой или ветчиной), нарезав их кубиками. Смесь выдержать в холодном месте. Майонез, предназначенный для салата, разделить на две части. Одну часть заправить горчицей, черным перцем и разведенной лимонной кислотой по вкусу, развести картофельным отваром и осторожно прибавить к нарезанным овощам. Салат распределить на порции, украсить каждую порцию второй частью майонеза, черешней без косточек или вишней, петрушкой.

КОМБИНИРОВАННЫЙ САЛАТ С МАЙОНЕЗОМ (ДЛЯ БАНКЕТОВ)

300 г жареной говядины, 1 кг картофеля, 300 г моркови, 500 г консервированного горошка, 300 г печеной свеклы, 4 яйца, 3/4 стакана растительного масла, 1 стакан майонеза, 100 г репчатого лука, 400 г соленых огурцов, 1 ч. ложка тмина, 1 ст. ложка горчицы, 300 г помидоров, черешня без косточек, соль.

Картофель, нарезанный кубиками, отварить в подсоленной воде, ароматизированной тмином. Морковь, нарезанную кубиками, отварить в подсоленной воде, добавив 1 ст. ложку растительного масла. Нашинковать лук, слегка посолить и растереть рукой, затем прибавить к нему 1/3 часть картофеля. Смесь выложить в глубокий салатник и залить 3 ст. ложками растительного масла. Последовательно прибавить горошек, смешанный с оставшимися 2/3 картофеля, и нарезанные кубиками соленые огурцы, морковь, свеклу и мясо. Половину майонеза развести частью картофельного отвара, заправить разведенной лимонной кислотой и посолить. Залить приготовленный салат, затем распределить на порции и каждую порцию украсить оставшимся количеством майонеза, заправленного разведенной лимонной кислотой, дольками помидоров, сваренных вкрутую яиц, ягодами черешни или вишни и петрушкой.

САЛАТ «ОРИГИНАЛЬНЫЙ»

200 г зелени и 300 г корней сельдерея, 1/4 стакана нарубленного поджаренного мяса, столько же поджаренных свежих грибов, по 200 г вареного картофеля и свеклы, 200 г майонеза, зелень петрушки, 1/2 чайной ложки сухой горчицы, 3 ст. ложки 3%-го уксуса, 120 г растительного масла.

Горчицу, уксус и растительное масло хорошенько взбивают. Корни сельдерея моют, очищают и мелко рубят вместе с зеленью. Заливают сельдерей заправкой и выдерживают в течение часа. Затем добавляют нарезанные тонкой полоской поджаренные или отваренные грибы, руб-

ленное жареное мясо (или колбасу, ветчину), майонез, и все вместе осторожно перемешивают. Укладывают на блюдо, украшают кусочками картофеля, свеклы, зелени петрушки, поливают майонезом.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ПЕЧЕНКОЙ

150 г говяжьей печени, 300 г красного перца, 20 г животного жира, 60 г сметаны, 20 г зелени, сахар, перец, соль.

Редис нарезать кружочками. Печенку зачистить, нарезать мелкими кусочками, посолить, посыпать сахаром и черным молотым перцем. Обжарить в собственном соку, все время переворачивая. Затем добавить жир, подготовленный редис и обжарить все вместе в течение 10 минут. Заправить солью по вкусу, полить сметаной. Подать с зеленью петрушки. Этот салат можно приготовить и так: обжаренную печенку охладить, пропустить через мясорубку, соединить с сырым редисом, заправить солью и сметаной.

САЛАТ ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

300 г мякоти вареной птицы, 2 яблока, 3 сваренных вкрутую яйца, 3/4 банки майонеза, зелень.

Мякоть вареной курицы тонко нарезать, добавить очищенные мелко нарезанные яблоки и мелко рубленные белки яиц. Яичные желтки растереть деревянной ложкой, смешать с майонезом, и этой смесью заправить салат. Украсить салат кусочками мякоти птицы или дичи, четвертинками вареных яиц и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

САЛАТ С ЦЫПЛЕНКОМ

1 отварной цыпленок, 50 г грибов, 1 небольшой корень сельдерея, 1 соленый огурец, майонез, соль, черный молотый перец.

Отварить в подсоленной воде грибы с сельдереем, процедить. Грибы, мясо цыпленка и огурец мелко порезать, тщательно перемешать. Залить майонезом, посыпать перцем.

САЛАТ «ТОСКА»

250 г мяса цыпленка, 150 г корня сельдерея, 150 г грибов, 20 г каперсов, 50 г сыра, 100 г майонеза, 100 г помидоров, соль.

Нарезанные лапшой вареное филе цыпленка, сельдерей и вареные грибы, каперсы целиком и тертый сыр перемешать, заправить майонезом и посолить. Готовый салат украсить помидорами.

САЛАТ «ПЕТУШОК-ГРЕБЕШОК»

400 г мяса цыпленка, 20 г сушеных грибов, 150 г огурцов, 100 г моркови, 150 г майонеза или сметаны.

Цыпленка отварить, охладить, разделить мясо от костей, нарезать ломтиками. Сушеные грибы замочить, промыть, отварить. Отварные грибы и морковь, свежие или соленые огурцы нарезать мелкими кубиками. Все компоненты соединить и заправить майонезом или сметаной. Украсить «гребешком» из моркови.

САЛАТ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ

200 г мяса курицы, 100 г зеленого горошка, 60 г помидоров, 60 г сельдерея, 40 г сметаны, 1 яйцо, зелень.

Отварное куриное мясо, стебли сельдерея и помидоры нарезать кубиками, перемешать со сметаной и зеленым горошком, уложить горкой в салатник и украсить листьями салата, дольками яйца и зеленью.

САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ

200 г мяса курицы, 200 г белокочанной капусты, 100 г яблок, 50 г корня сельдерея, 50 г моркови, 50 г зеленого консервированного горошка, 100 г сметаны, 30 г хрена в уксусе, 20 г растительного масла, сахар, соль.

Вареное филе курицы нарезать соломкой. Капусту, морковь, яблоки и сельдерей нашинковать, добавить хрен в уксусе, растительное масло, соль, сахар и горошек, все это смешать с мясом курицы. Переложить в салатницу и залить сметаной.

САЛАТ «РУССКАЯ КРАСАВИЦА»

300 г КУРИНОГО МЯСА, 3 ЯЙЦА, 200 г ВЕТЧИНЫ, 100 г СЫРА, 150 г МАЙОНЕЗА, ФРУКТЫ, ЗЕЛЕНЬ.

Мясо вареной курицы, сыр, ветчину нарезать соломкой, вареные яйца измельчить. Все соединить, заправить майонезом. Украсить свежими или консервированными фруктами, зеленью.

НЕАПОЛИТАНСКИЙ САЛАТ

200 г мяса курицы, 2 небольших маринованных огурца, 1 маленькая свекла, 1 корешок сельдерея, по стакану мелко нарубленных кубиков моркови и картофеля (вареные), 1 стакан майонеза, соль, перец.

Кубики мяса, свеклу, сельдерей и маринованные огурцы нарубить мелкими кубиками и смешать с морковью и картофелем. Добавить майонез, соль и перец. Все хорошо перемешать.

ИСПАНСКИЙ САЛАТ

200 г отварного или жареного мяса цыпленка, 200 г отварной или жареной баранины, 3 стручка сладкого красного перца, 4 помидора средней величины, 4 яйца, сваренных вкрутую, 1 пучок зеленого лука, 2 головки репчатого лука, 1 стебель свежего чеснока, ук-

сус, соль, растительное масло, молотый, сладкий красный перец, черный перец, 1 огурец средней величины, 1-2 пучка петрушки, томатный сок или 1-2 помидора.

Отдельно нарезать стручки перца - колечками, а помидоры и огурец - кружочками. Репчатый лук мелко нарезать, посолить и растереть рукой, затем положить на дно салатника.

Затем последовательно уложить перец, нарезанное и посоленное мясо, огурец, помидоры, зеленый лук и чеснок, мелко нарезанные, и мелко нарезанную и посоленную петрушку. Приготовить заправку из томатного сока, растительного масла, соли, черного и красного перца и залить ею салат. Сверху уложить нарезанные кружочками или дольками сваренные вкрутую яйца. Салат поставить на несколько минут в холодильник и затем подать.

САЛАТ С КУРИЦЕЙ И МАЙОНЕЗОМ

200 г куриного мяса, 125 г соленых огурцов, 100 г свеклы, 100 г моркови, 100 г картофеля, 100 г майонеза, 100 г зелени сельдерея, 50 г листового салата, соль, перец.

Куру обжарить, снять филейчики и нарезать широкими пластинками. **Огурцы** очистить от кожи и семян. Свеклу, картофель и морковь запечь в духовом шкафу до готовности, охладить и очистить. Подготовленные продукты нарезать мелкими кубиками, сельдерей - кусочками, перемешать с майонезом, солью и перцем, выложить в салатник на листья салата и украсить пластинками филе кури и зеленью.

САЛАТ С ИНДЕЙКОЙ И ВЕТЧИНОЙ

По 150 г индейки и ветчины, 100 г помидоров, по 100 г огурцов и салатной заправки, 75 г листового салата, 50 г лука-порей, 50 г маслин, 3 яйца, 25 г сыра, зелень.

Огурцы нашинковать соломкой, посолить и дать постоять 2-3 часа. Ветчину, отварную или жареную индейку, сыр и лук нашинковать соломкой, 2/3 листьев салата нарезать крупными шашечками. Подготовленные продукты полить заправкой, перемешать и выложить в салатник на листья салата. Сверху блюдо посыпать сыром, украсить яйцом, маслинами и зеленью.

САЛАТ С МЯСНЫМ АССОРТИ

По 700 г ветчины, отварного языка и отварной курицы, 100 г заправки салатной, 75 г консервированных огурцов, 75 г помидоров, 50 г сладкого перца, 50 г репчатого лука, по 25 г листового и маслин, 3 яйца, зелень.

Ветчину, отварные язык и курицу нарезать пластиками, огурцы и помидоры - мелкими дольками, сладкий салатный лук - соломкой. Перец очистить от плодоножек и семян и нашинковать полукольцами. Подготовленные продукты перемешать с салатной заправкой или майо-

незом, выложить в салатник на листья салата и украсить вареным яйцом, маслинами без косточек и зеленью.

РЫБНЫЕ САЛАТЫ

КОПЕНГАГЕНСКИЙ САЛАТ

250 г рыбы, 1 соленый огурец, 2 помидора, 1 небольшая головка репчатого лука, 1-2 яблока, 100 г майонеза, соль, перец, готовая горчица.

Рыбу отварить в небольшом количестве воды с кореньями и специями. Удалить кости и разделить рыбу на кусочки. Огурец, помидоры и яблоки нарезать кубиками, лук мелко порубить, и все соединить с кусочками рыбы. Добавить соль, перец, горчицу, перемешать. Заправить майонезом.

САЛАТ ИЗ ТРЕСКИ

300 г трески, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 свежий огурец, редис. 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки сока лимона, 1 ст. ложка зелени петрушки, лавровый лист, соль, черный перец горошком.

Отварить рыбу в посоленной воде, добавив несколько горошин черного перца и лавровый лист. Отделить филе от костей и кожицы, нарезать ломтиками и выложить на середину блюда. Вокруг разложить кружочки огурца и редис. Полить смесью из растительного масла, сока лимона, соли, посыпать мелко нарезанными яйцами и петрушкой.

ВИНЕГРЕТ РЫБНЫЙ СО СВЕКЛОЙ И ЯБЛОКАМИ

300-350 г филе отварной рыбы, 2 вареные свеклы, 1 яблоко, 1/2 маринованного огурца, 1 головка репчатого лука, 1/2 банки майонеза, 1 ч. ложка готового хрена, соль и молотый перец по вкусу.

Охлажденную рыбу нарезать небольшими ломтиками. Репчатый лук тонко нашинковать. Очищенные свеклу, огурец и яблоко нарезать ломтиками. Все соединить, посолить и поперчить по вкусу, заправить майонезом с добавленным в него хреном, перемешать.

САЛАТ ИЗ ПУТАССУ

300 г отварного филе путассу, 2 картофелины, 3 сваренных вкрутую яйца, 3 помидора, зелень петрушки, базилик, майонез, сок лимона.

Рыбу размельчить, тщательно перемешать с отварным картофелем, нарезанным кубиками, ломтиками яйца, полосками помидоров, мелко нарезанной зеленью петрушки, базиликом. Заправить майонезом и соком лимона. Смесь выложить на блюдо в форме купола, украсить майонезом, оставшимися дольками помидоров и яиц. Немного охладить.

САЛАТ РЫБНЫЙ

600 г рыбного филе, 5 яиц, 100 г картофеля, 100 г яблок, 30 г горчицы, 50 г растительного масла, 2 лимона, молотый черный перец, соль.

Чищенную, мытую рыбу варят в соленой воде и нарезают небольшими кусками. Яйца варят вкрутую, охлаждают, нарезают небольшими кубиками. Картофель варят в кожуре, охлаждают и тоже нарезают кубиками. Также нарезают яблоки и перемешивают их с горчицей и растительным маслом. На рыбу выжимают сок из двух лимонов, солят по вкусу, добавляют молотый черный перец и оставляют на 2-3 часа. Затем рыбу перемешивают с яйцами, картофелем и яблоками, смешанными с горчицей и растительным маслом.

САЛАТ ИЗ РЫБЫ С ПОМИДОРАМИ

400 г рыбы, 80 г помидоров, 80 г огурцов, 250 г картофеля, 100 г майонеза, уксус, листья зеленого салата, соль.

Сваренную и охлажденную рыбу (осетрину, севрюгу, судака) нарезать маленькими кусочками. Вареный картофель, свежие и соленые огурцы и помидоры нарезать ломтиками, осторожно перемешать с рыбой, прибавить нарезанный зеленый салат. Перед подачей продукты слегка посолить и смешать с майонезом и уксусом. Затем уложить горкой в салатницу, поместив в центре горки листья зеленого салата, а вокруг уложить кружочки помидоров и огурцов. Можно украсить салат икрой, ломтиками семги, кеты, осетрины и маслинами без косточек.

САЛАТ СТОЛИЧНЫЙ

300 г отварной осетровой рыбы, 300 г картофеля, 100 г огурцов, 40 г зеленого консервированного горошка, 2 яйца, 200 г майонеза, листья зеленого салата, соль.

Отделить немного рыбы, листьев салата и половину яйца для украшения. Рыбу, яйца, вареный картофель и огурцы нарезать. Листья зеленого салата нарезать крупно. Все это осторожно смешать, добавить зеленый горошек, заправить майонезом и солью и выложить в салатницу. Украсить салат ломтиками рыбы, кружочками яйца, зеленью. Для украшения можно взять несколько маслин, из которых удалены косточки.

САЛАТ ИЗ ОСЕТРОВОЙ РЫБЫ СО СВЕЖИМИ ПОМИДОРАМИ И ЯБЛОКАМИ

300 г осетровой отварной рыбы, 300 г картофеля, 100 г огурцов, 100 г яблок, 100 г помидоров, 200 г майонеза, листья зеленого салата, сахар, соль.

Нарезать ломтиками вареную осетровую рыбу, вареный картофель, огурцы, помидоры, яблоки и крупными кусочками листья зеленого салата. Заправить солью, сахаром, майонезом. Осторожно, стараясь не смять продукты, перемешать. Выложить в салатницу горкой и украсить лис-

тиками салата, более крупными ломтиками рыбы, кружочками помидоров, огурцов и дольками яблок.

САЛАТ РЫБНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

300 г филе отварной или припущенной рыбы, 2-3 вареные картофелины, 1 вареная морковь, 2 соленых или маринованных огурца, 1/3 стакана консервированного зеленого горошка, 1/2 банки майонеза, зелень.

Филе готовой припущенной или отварной рыбы нарезать небольшими ровными ломтиками. Вареные картофель и морковь, соленые или маринованные огурцы нарезать также ломтиками, добавить зеленый горошек и осторожно смешать с нарезанной рыбой. Заправить майонезом, посыпать мелко нарезанной зеленью.

ВИНЕГРЕТ С РЫБОЙ И ОВОЩАМИ

300 г филе отварной рыбы, 2 вареные картофелины, 1 вареная морковь, 1 небольшая вареная свекла, 1-2 соленых или маринованных огурца, 1/2 банки майонеза, 1 ч. ложка готового хрена, соль, молотый перец.

Филе рыбы без костей (треска, хек и др.), отваренное в небольшом количестве подсоленной воды с добавлением репчатого лука, лаврового листа, перца горошком, петрушки или сельдерея, охладить и нарезать небольшими ломтиками. Сваренные и очищенные картофель, морковь, свеклу, соленые или маринованные огурцы также нарезать тонкими ломтиками. Все сложить в посуду, добавить соль, перец по вкусу, осторожно перемешать, заправить майонезом с добавленным в него готовым хреном.

САЛАТ " ФАНТАЗИЯ "

600 г картофеля, 500 г филе свежей скумбрии, 3 соленых огурца, 150 г консервированного зеленого горошка, 200 г майонеза, 50 г черствого белого хлеба, 1 стакан молока или сливок, 50 г сливочного масла, 3 яйца, соль.

Картофель, отваренный в кожуре и очищенный, огурцы нашинковать, заправить майонезом. Рыбное филе и хлеб, замоченный в молоке без корок, пропустить 2-3 раза через мясорубку с мелкой решеткой. Затем полученную массу растереть с маслом, добавляя постепенно молоко или сливки, тщательно перемешать, влить яичные белки, хорошо взбить, затем посолить и опять перемешать. Из массы сформовать и отварить небольшие фрикадельки. В салатницу уложить горкой приготовленный картофель и овощи, а сверху - фрикадельки. Украсить салат зеленью, кружочками вареного яйца, огурца.

САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ С СЕЛЕДКОЙ

1 стакан фасоли, 1 сельдь, 2 крупных яйца, стакан соуса из сметаны с горчицей.

Фасоль замочить, отварить в несоленой воде, слить отвар и охладить. Добавить нарезанную маленькими кусочками сельдь, залить холодным соусом из сметаны с горчицей или томатным соусом, перемешать.

Сваренные вкрутую яйца очистить, разрезать пополам, вынуть желтки, и вместо них начинить яйца селедкой. Половинками яйца украсить салат. Растертые желтки можно положить в горчичный соус для заправки фасоли.

САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ ПО-ДАТСКИ

200 г сельди, по 30 г стручковой фасоли и картофеля, 1 луковица, 150 г майонеза, 10 г уксуса, 100 г зеленого салата, соль.

Стручки фасоли разломить на кусочки и припустить до готовности в небольшом количестве воды с добавлением уксуса и соли. Репчатый лук нашинковать. Отварить картофель в мундире очистить его, нарезать тонкими дольками.

Сельдь нарезать соломкой. Продукты перемешать, уложить в салатницу, заправить майонезом. Оформить зеленым салатом.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С СЕЛЬДЬЮ И ШПИКОМ

300 г белокочанной капусты, 125 г шпика, 400 г сельди, перец, соль.

Для маринадной заливки: 5 г сахара, 3 ст. ложки уксуса, 3 г соли.

Нашинкованную белокочанную капусту залить горячей водой, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Мелко нарезанный соломкой шпик поджарить на сковородке. Очистить сельдь (2-3 шт.), удалить кости, нарезать на кусочки, смешать с капустой и шпиком. Посолить, поперчить, залить маринадом, хорошо перемешать и подать на стол.

ПИКАНТНЫЙ ЛУКОВЫЙ САЛАТ С АНЧОУСАМИ (ХАМСОЙ)

500 г лука репчатого, 3 ст. ложки оливкового масла, сок двух лимонов, 4 круто сваренных яйца, 1 ст. ложка каперсов, 10-15 оливков, 8-10 анчоусов (хамсы), 1 пучок зеленого лука, 150 г соленого овечьего или козленочного сыра, по вкусу перец молотый (душистый и горький черный в равных пропорциях).

Этот салат готовят за день до подачи на стол. Лук репчатый очистить, нарезать тонкими кружочками и разделить на кольца. Добавить мелко нарезанный зеленый лук, масло и процеженный лимонный сок. Все поместить в банку с закручивающейся крышкой и поставить на 1 день на наименее охлаждаемую полку холодильника. Достать из холодильника за 30 мин. до подачи на стол. Положить в глубокую салатницу, добавить каперсы, очищенные от косточек оливки, анчоусы (хамсу) и нарезанный кубиками сыр. Приправить по вкусу перцем (не солить, так как анчоусы соленые) и хорошо перемешать. Украсить дольками или кружочками круто сваренных яиц.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДИ С ГРИБАМИ

По 400 г грибов, помидоров, 2 яйца, 1-2 луковицы, 2 сельди, творог, 1 банка майонеза или сметаны.

Отваренные грибы, свежие помидоры, вареные яйца, лук нарезать. Сельдь вымочить, очистить от костей и нарезать узкими полосками. Творог растереть, смешать с майонезом или сметаной и хорошо перемешать с другими компонентами. Салат уложить горкой, сверху залить сметаной или майонезом, украсить зеленью, ломтиками яйца и помидорами.

ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ

1 сельдь, 2-3 шт. картофеля, 1 свекла, 1 морковка, 2-3 огурца, 1 яйцо, 150 г майонеза, зеленый салат, уксус, соль.

Сельдь вымочить, очистить от кожи и костей. Вареные картофель, свеклу, морковь, соленые огурцы нарезать небольшими кубиками, заправить майонезом, уксусом, перемешать и выложить горкой в салатник. Сверху положить кусочки сельди. Украсить дольками или кружочками сваренного вкрутую яйца, листьями зеленого салата.

САЛАТ ПО-РУССКИ

50 г сельди, 200 г капусты квашеной, 150 г вареного картофеля, 100 г соленых огурцов, 1 луковица, 50 г растительного масла, сахар, уксус, перец, соль.

С квашеной капустой смешать нарезанные кубиками овощи, добавить сельдь, влить масло и уксус. Поперчить, посолить, посахарить. Готовый салат выдержать в закрытой посуде 1 час.

САЛАТ «РОССАЛС»

600 г картофеля, 200 г свинины, 100 г соленой сельди, 300 г соленых огурцов, 1 яблоко, 2 яйца, зеленый салат.

Для соуса: 300 г сметаны, 80 г хрена, 60 г 3%-го уксуса, 1 чайная ложка горчицы, зелень петрушки, перец, соль.

Картофель, отваренный в кожуре, остудить, очистить и нарезать брусочками. Огурцы, яблоко (без кожицы и семян), вареную свинину, сельдь и яйца, сваренные вкрутую, нарезать ломтиками. Все перемешать, заправить соусом, приготовленным из сметаны, хрена, уксуса и горчицы.

САЛАТ ИЗ ЯИЦ И КОПЧЕНОЙ СКУМБРИИ

400 г копченой скумбрии, 4 яйца, 300 г зеленого консервированного горошка, 150 г соленых огурцов, 50 г зеленого лука, 150 г яблок, 300 г майонеза, зелень петрушки.

Очистить от кожи и костей рыбу. Яблоки, огурцы, вареные яйца нарезать кубиками, добавить зеленый горошек, рубленый зеленый лук, все

перемешать и заправить майонезом, выложить в салатницу и украсить дольками вареного яйца, зеленью.

САЛАТ ИЗ КОПЧЕНОЙ РЫБЫ И ОВОЩЕЙ

300 г белокочанной капусты, 100 г брюссельской капусты, 100 г яблоч, 100 г моркови, 200 г копченого окуня или хека, сок 1 лимона, 100 г майонеза, зелень петрушки, соль.

Белокочанную капусту нашинковать, смешать с мелко нарезанной брюссельской капустой, нарезанными яблоками, натертой морковью и мелкими кусочками рыбы, посолить, добавить сок лимона, заправить майонезом. Все перемешать, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

САЛАТ МИЛАНСКИЙ

300 г копченой рыбы, 200 г ракушек (рожков), 200 г яблок, 150 г корня сельдерея, 100 г репчатого лука, 300 г майонеза, перец, соль.

Ракушки или рожки сварить и отцедить. Яблоки и сельдерей очистить и нарезать кубиками. Копченую рыбу почистить, удалить кости и нарезать кусочками. Все соединить, заправить майонезом и тертым луком. Добавить соль и перец.

САЛАТ ИЗ КОПЧЕНОЙ РЫБЫ С ХРЕНОМ

400 г копченой рыбы, 2 яйца, 2-3 картофелины, 3 столовые ложки измельченного хрена, 150 г майонеза, зелень петрушки и укропа.

Рыбу очищают от кожи, отделяют от костей и нарезают мелкими кусочками. Отваривают яйца и картофель, измельчают их кубиками. Добавляют хрен, и все перемешивают. Заправляют салат майонезом и посыпают зеленью петрушки и укропа.

ВИНЕГРЕТ С КОПЧЕНОЙ СЕЛЬДЬЮ

1 копченая сельдь (скумбрия, ставрида), 3 шт. картофеля, 1-2 морковки, 1 свекла, 1 огурец, 2 ст. ложки квашеной капусты, 1 луковица, 3 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки, сахар, соль.

Вареные свеклу, картофель, морковь, соленый огурец нарезать мелкими кубиками, филе копченой сельди - ровными тонкими кусочками, добавить квашеную капусту, мелко нарубленный репчатый лук. Все перемешать, заправить растительным маслом, сахаром и солью. Украсить сельдью и овощами, посыпать зеленью.

САЛАТ «МИМОЗА»

1 банка рыбных консервов в собственном соку, 4 яйца, 4 моркови, майонез.

Взять варенные яйца, разделить белки от желтков. Белки мелко нарезать и положить на тарелку, залив сверху майонезом. Консервированную рыбу в собственном соку мелко нарубить и положить сверху на белки, также залив майонезом. Взять вареную морковь, очистить, натереть на крупной терке, положить на рыбу и залить майонезом. Желтки натереть на мелкой терке и посыпать сверху так, чтобы не было видно майонеза.

САЛАТ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

1 банка рыбных консервов в томатном соусе, 200 г макарон, 100 г маринованных огурцов, 100 г зеленого консервированного горошка, 20 г кетчупа, 75 г майонеза, лимонный сок, соль.

Отварить макароны. Рыбные консервы, кубики маринованных огурцов, консервированный горошек, кетчуп, майонез перемешать с макаронами. Добавить лимонный сок.

САЛАТ С КОНСЕРВИРОВАННЫМ ЛОСОСЕМ И РИСОМ

250 г консервированного лосося, 250 г риса, 100 г майонеза, 100 г помидоров, 100 г огурцов, 60 г репчатого или зеленого лука, 60 г маслин, 30 г зелени, 25 г горчицы, перец, соль.

Рис отварить и охладить. Лук и огурцы нашинковать соломкой. Огурцы посолить и выдержать 2-3 часа. Все перемешать с лососем, добавить майонез, горчицу, перец, выложить в высокий фужер и украсить зеленью, маслинами и дольками помидоров.

САЛАТ ИЗ ЛОСОСЯ

1 банка консервированного лосося, 800 г картофеля, 100 г майонеза, 1 чайная ложка маринованных каперсов, 1 ст. ложка сладкой горчицы, несколько листиков свежего базилика, немного растительного масла, соль, черный молотый перец.

Картофель отварить. Лосось процедить, размять вилкой в миске, туда же добавить очищенный и нарезанный дольками картофель, каперсы, горчицу, листики базилика, черный молотый перец, растительное масло, соль. Заправить майонезом и тщательно перемешать.

САЛАТ ИЗ РОЖКОВ С ТУНЦОМ

200 г рожков, растительное масло, сок 1 лимона, горчица, несколько чайных ложек майонеза, 100 г тунца в масле, 50 г зеленых оливок, 2 анчоуса (салаки), черные оливки, соль, черный молотый перец.

Рожки отварить в подсоленной воде, процедить и промыть, заправить растительным маслом, соком лимона, горчицей, солью и черным молотым перцем. Когда рожки будут холодными, перемешать их с майонезом, измельченными анчоусами, очищенными от костей, тунцом, полос-

ками зеленых оливок без косточек. Выложить на блюдо в виде купола, украсить майонезом и черными оливками.

САЛАТ ПО-РУССКИ С ИКРОЙ

1 банка красной икры, 300 г риса, по 50 г консервированного зеленого горошка, ветчины, сыра, грибов в растительном масле, сок лимона, растительное масло, соль, черный молотый перец.

Рис отварить в слегка подсоленной воде до рассыпчатого состояния, процедить, промыть в холодной проточной воде, просушить. Холодный рис выложить в салатник, перемешать с икрой, зеленым горошком, ветчиной, сыром, нарезанными кубиками, и грибами. Приготовить приправу из растительного масла, сока лимона, соли, перца. Залить салат, тщательно перемешать и поставить в холодильник.

САЛАТ С КАЛЬМАРАМИ, МОРКОВЬЮ И СОЛЕНИМИ ОГУРЦАМИ

200 г вареных или консервированных кальмаров, 3-4 вареные картофелины, 2-3 вареные моркови, 1-2 соленых огурца, 100 г зеленого консервированного горошка, 1/2 банки майонеза, соль и молотый перец по вкусу.

Готовых кальмаров нарезать соломкой. Отварные картофель и морковь, соленые огурцы мелко нарезать, добавить зеленый горошек. Соединить все с кальмарами, добавить перец и, если нужно, соль по вкусу. Все перемешать, заправить майонезом.

САЛАТ С КАЛЬМАРАМИ, ЯЙЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

500 г картофеля, 250 г свежемороженых кальмаров, 100 г соленых огурцов, 50-75 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, 200 г майонеза, по 25-30 г зеленого салата, зелени петрушки или укропа, молотый черный перец, соль.

Отваренные кальмары очистить от кожицы, остудить и нарезать соломкой поперек волокон, смешать с вареным картофелем, солеными огурцами, нарезанными брусочками, сваренными вкрутую, рублеными яйцами, зеленым горошком. Заправить салат майонезом, перцем, посолить и хорошо перемешать. Выложить в салатницу, украсить листьями салата, кружочками огурца и мелко нарезанной зеленью.

ОВОЩНОЙ САЛАТ С КРЕВЕТКАМИ

200 г креветок, 120 г помидоров, 100 г цветной капусты, 80 г кукурузы, 80 г огурцов, 80 г томатного сока, 40 г сыра, 40 г листового салата, 30 г хрена, зелень, 10 г уксуса, 1/2 лимона, соль, перец.

Креветки отварить в воде с солью и уксусом, охладить и очистить. Цветную капусту отварить в подсоленной воде и разобрать на мелкие кочешки. От кукурузы, сваренной в початках, отделить зерна (консервированную откинуть на сито). Помидоры нарезать дольками, огурцы - кружочками, сыр твердых сортов - тоненькими брусочками. В салатник

на листья салата выложить все овощи «букетами», посыпать креветками, украсить дольками лимона и зеленью. Из томатного сока, тертого хрена, рубленой зелени, соли, черного молотого перца приготовить соус и подать его отдельно.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КАЛЬМАРАМИ

5 шт. картофеля, 200 г отварных или консервированных кальмаров, 2 соленых огурца, 60 г горошка, 1/2 стакана майонеза или сметаны, перец молотый, зелень, соль.

Отваренное филе кальмара и картофель нарезать мелкими кубиками, а соленые огурцы - соломкой. Все перемешать, посолить, добавить зеленый горошек, заправить майонезом или сметаной, посыпать зеленью.

Для приготовления салата можно также пользоваться консервированным натуральным кальмаром. До нарезания его надо обсушить на сите или решете, на белой чистой бумаге или салфетке.

САЛАТ С КРЕВЕТКАМИ И ОГУРЦАМИ

200 г отварных или консервированных креветок, 140 г репчатого лука, 150 г маринада, 100 г свежих огурцов, 100 г майонеза, 40 г листового салата, 20 г маслин, зелень.

Крупные креветки порезать, мелкие использовать целиком. Огурцы и листья салата нашинковать соломкой. Сладкий репчатый лук нарезать полукольцами, залить на 4-6 часов горячим маринадом, приготовленным из воды, уксуса, сахарного песка, соли и специй, затем отцедить. Все компоненты перемешать, залить майонезом, выложить в салатник и украсить листьями салата, маслинами без косточек и зеленью.

САЛАТ С РЫБОЙ И КРЕВЕТКАМИ

400 г картофеля, 400 г вареной рыбы, 2 консервированных огурца, 2 яблока, 2 свежих томата, 100 г зеленого салата, 200 г майонеза, 100 г маслин, 50 г консервированного мяса креветок.

Очищенный и отваренный картофель нарезать брусочками, добавить вареную рыбу, огурцы, очищенные от кожицы и семян, томаты и яблоки, нарезанные ломтиками, а также мелко нарезанный зеленый салат, мясо креветок. Заправить майонезом. Украсить листьями зеленого салата, дольками томата, яблока, маслинами (без косточек).

САЛАТ ЛЕТНИЙ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

50 г креветок, 120 г килек, 3 яйца, 50 г белого хлеба без корок, 50 г молока, 350 г помидоров, 30 г маслин, 50 г огурцов, 50 г моркови, 50 г редиса, 50 г ветчины, 50 г майонеза, 2 шт. зеленого сладкого перца, 100 г зеленого салата, 100 г салатной заправки, зелень.

У крупных помидоров срезать верхнюю часть и ложкой вынуть мякоть. Яйца сварить вкрутую, разрезать поперек на половинки и вынуть желтки. Из желтков, замоченного в молоке хлеба, мелко нарезанной

зелени петрушки и укропа и мякоти маслин приготовить фарш и заполнить им беки.

Мелко нарезать овощи (огурцы, морковь, редис), ветчину, креветки или крабы, заправить майонезом, все тщательно перемешать и нафаршировать этой смесью помидоры. Сверху положить фаршированные половинки яиц. Листья зеленого салата и сладкий зеленый перец нарезать соломкой и на слой этой зеленой массы поместить помидоры. Сверху на яйца положить кильки, очищенные от голов и костей. Отдельно подать салатную заправку.

САЛАТ С КРЕВЕТКАМИ И ГРИБАМИ

400 г креветок, 200 г грибов, 200 г репчатого лука, 200 г майонеза.

Креветочное мясо и любые жареные грибы перемешать, добавить мелко нарезанный и обжаренный лук, вымешать и заправить майонезом.

ЗЕЛЕНЫЙ САЛАТ С КРЕВЕТКАМИ

200 г креветок, 1 1/2 пучка зеленого салата, 2-3 сваренных вкрутую яйца.

Для соуса: 100 г растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки сока лимона, 1 чайная ложка горчицы, черный молотый перец.

Положить в салатник промытый, обсушенный и нарезанный салат, добавить очищенные и отваренные креветки, яйца кусочками. Приготовить соус: в баночку с крышкой вылить растительное масло, уксус, сок лимона, положить горчицу, соль, перец; баночку закрыть и хорошо взболтать смесь.

Залить массу соусом, тщательно перемешать.

САЛАТ ИЗ КРАБОВ ИЛИ КРЕВЕТОК С ЯБЛОКАМИ

1 баночка консервированных крабов или мяса креветок, 1 большое яблоко (лучше антоновка), сок 1/4 лимона, 1/2 банки майонеза.

Мясо крабов разделить на отдельные волокна (как лапшу), оставив целыми крупные кусочки с красноватой окраской для украшения. Яблоки очистить и натереть на мелкой терке, соединить с размельченными крабами (креветками). Добавить лимонный сок и майонез, перемешать. Уложить салат горкой, украсить оставленными кусочками крабов.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Темой этой книги
являются именно
САЛАТЫ -
незаменимый атрибут
любого праздничного
стола