***ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!***



***город Шарыпово – 2014 год***

***Издательство «1 а класс»***



***С праздником, милые женщины!!!***



***Девиз, который помогает Вам оставаться такими же красивыми и стойкими в любой жизненной ситуации:***

* «Светить всегда, светить везде, светить на небе и земле»
* «Всё что не делается, всё к лучшему!»
* «Всё лучшее впереди»
* «Вперёд и только вперёд, ни шагу назад»
* «Улыбка – спутница здоровья, счастья и долголетия»
* «Радость, душевное спокойствие, которое помогает проще относиться к жизни»
* «Если хочешь добиться – никогда не сдавайся»
* «Наша сила заключается в том,
* Что хотим мы покоя и счастья!
* Чтобы солнышка луч в каждый дом
* Заглянул и прогнал все ненастья»
* «Ошибаюсь, обжигаюсь, иду дальше, улыбаюсь»
* «Нет такого слова «Я не могу». Сумел один, смогут и другие. Не смог никто – будь первым»
* «Меня окружают хорошие люди, но я без боя не сдамся»
* «Никогда ни о чём не жалейте вдогонку»
* «Трудные задачи выполняем немедленно, невозможные – чуть погодя»

**Фирменные рецепты к праздничному столу!**

***от Светланы Николаевны Ч.***

***«Салат из сайры»***

1 слой – сайра, косточки вытащить, размять

2 слой – лук полукольцами нарезать и пассировать

3 слой – яйцо, обжаренное блинчиками порезать кубиками (7яиц и молоко)

4 слой – кукуруза

Каждый слой промазать майонезом

***от Юлии Викторовны В.***

***«Куриная отбивная по-итальянски»***

*Ингредиенты:* 4 куриных филе, 2 яйца, 100 граммов сыра, 8 столовых ложек жареных шампиньонов

Куриное филе порезать на пласты толщиной 2 см. мясо отбить, посолить посыпать перцем, обвалять в муке. Яйцо взбить с солью, обмакнуть отбивную в яйцо и жарить на среднем огне до румяной корочки. На каждую отбивную положить по 2 ст. ложки жареных шампиньонов, сверху посыпать тертым сыром и запекать в духовке, пока не расплавится сыр.

***от Яны Евгеньевны Б.***

***«Салат с ананасом»***

200 гр. консервированного ананаса (кусочки),

200 гр. грудки куриной вареной,

100 гр. сыра «Российского», майонез и чеснок по вкусу

***«Салат с кальмарами»***

1 кг кальмаров вареных

1 свежий огурец большой на крупной терке

соль, перец по вкусу, майонез

***от Ирины Геннадьевны К.***

***«Крабовый салат»***

1 банка кукурузы

1 упаковка крабовых палочек

5 отварных яиц

1 зеленое кислое яблоко

200 гр. твердого сыра

1 головка лука репчатого

майонез для заправки

***от Илюзы Афлаховны П.***

***«Плов»***

*Ингредиенты:* 1,5 кг мяса свинины, 1 кг. риса, 600гр. моркови, 500 гр. лука,

2 головки чеснока, 300 гр. подсолнечного масла, 2 помидора, соль, перец

 Пережарить лук до золотистого цвета, закинуть морковь нарезанную соломкой. Затем мясо с помидорами, тушить до полуготовности. Засыпаем рис, заливаем водой. Готовим на медленном огне. Воткнуть зубчики чеснока.

***от Натальи Ивановны Н.***

***Салат «Курица с ананасами»***

1 слой – филе отварной курицы, смазываем майонезом

2 слой – ананасы, смазываем майонезом

3 слой – тертый сыр

4 слой – отварное яйцо нарезанное кубиками, смазываем майонезом

5 слой – рубленные и поджаренные грецкие орехи

Ставим в холодильник, чтоб пропитался

***от Зои Федоровны К.***

***«Картошка - гармошка»***

*Ингредиенты:* картофель, бекон (ветчина, колбаса и так далее), майонез,

соль, перец, зелень по вкусу

 Сырой картофель почистит, сделать надрезы (не доходя до конца) расстоянием 1 см. В надрезы вставить тонко нарезанный бекон.

Картофель посолить, поперчить, смазать майонезом и завернуть в фольгу. Выложить в форму и запекать при t 180˚ в течение 45-55 минут (время запекания зависит от величины картофеля).

Готовый картофель посыпать зеленью.

***от Светланы Юрьевны Ч.***

***«Куриное филе в сырном кляре»***

*Ингредиенты:* 4 штуки филе куриных грудок, 100 гр. твердого сыра, 4 яйца,

2 ст. л. сметаны, 2 ст. л. муки, соль по вкусу.

 Разрезать филе на 2-3 части и отбить молотком.

Кляр: смешать яйца, муку, сметану, тертый сыр, немного посолить.

Разогреть растительное масло на сковороде. Берем кусочки филе и сверху ложкой кладем кляр, осторожно кладем на сковороду кляром вниз и жарим 10 минут. Затем сверху кладем кляр и переворачиваем, жарим до образования золотистой корочки.

***от Юлии Ивановны М.***

***Аппетитные «ватрушки» из помидоров***

На 1 порцию: 1 помидор, 50 гр. сыра,

1 зубчик чеснока, 3-4 пера зеленого лука,

1 ст. л. майонеза.

 Помидор помыть, обсушить, разрезать пополам. Вынуть ложкой мякоть и положить в миску.

 Очистить чеснок, пропустить через пресс и смешать с мякотью помидора.

 Натереть на терке сыр или порезать мелкими кубиками и соединить с помидором

 Лук вымыть и мелко нашинковать, положить в миску к другим ингредиентам, полить смесь майонезом. Все хорошо перемешать и выложить в половинки помидоров

***от Екатерину Николаевны К.***

***«Блинчики из бананов»***

*Ингредиенты:* 2 шт. банан, 1,5 ст. муки, 2,5 ч. л. разрыхлителя, 2 ст. л. сахара,

1,25 ст. молока, щепотка соли, 2 яйца, 3 ст. л. подсолнечного масла, имонный сок, ванилин по вкусу.

 Муку соединить с ванилином и разрыхлителем. Из бананов сделать пюре, сбрызнуть лимонным соком, чтоб масса не потемнела. Слегка взбить яйца с сахаром, посолить, постепенно добавить молоко и растительное масло, хорошо вымешать. Постоянно помешивая добавить пюре в муку. Печь на хорошо разогретой смазанной сковороде.



***от Светланы Михайловны С.***

***«Беспармак»***

В кастрюлю кладем мясо (говядина, баранина), при закипании снимаем пенку. Варим 2-2,5 часа.

Тесто. В муку разбиваем 2 яйца, перемешать, добавить горячий бульон, замесить тесто. Даем постоять 20-30 минут.

Картофель очистить и положить варить целиком вместе с мясом.

Лук порезать полукольцами, залить верхним слоем бульона, оставить на время.

Тесто раскатать на толстые лепешки 1мм. Режим на квадратики. Мясо вытаскиваем на разнос, в бульоне варим тесто, кладем на разнос, сверху картошку, поливаем бульоном с луком.

***от Ксении Рифатовны М.***

***«Плов»***

*Ингредиенты:*

700-1000 гр. мяса говядины

1 кг. рис круглый

300 гр. растительного масла

2 головки репчатого лука (средних)

1кг. моркови.

 В казан налить масло и нагреть пока не пойдет дымок.

Мясо нарезать большими кусками 5\*5 см. В горячее масло осторожно опустить кусочки мяса и сразу перемешать шумовкой. Мясо обжарить до коричневой корочки, постоянно перемешивая (20 – 30 минут). Положить лук, нарезанный полукольцами, жарит до золотистого цвета (5-10 минут). Положить морковь нарезанную соломкой и жарить до полуготовности (морковь легко перерезается шумовкой). Все это готовить на большом огне. Убрать огонь до минимума и залить содержимое казана кипятком, чтобы немного скрывалось мясо. Варить на малом огне 1,5 часа.

 Промыть рис за час до начала приготовления. Посолить содержимое в казане, положить рис и залить кипятком из расчета 1,5 стакана воды на 1 стакан риса. Варить на большом огне перемешивая только рис (20-30 минут).

 Собрать рис горкой в казане, сделать в рисе обратной стороной вилки 10-12 отверстий для выхода пара, убрать огонь на минимум и закрыть казан крышкой. Через 25 минут плов готов. Снять крышку, убрать рис на блюдо, достать снизу мясо с морковкой, нарезать мясо мелкими кусочками и выложить на рис сверху.

***от Александры Анатольевны П.***

***«Окрошка»***

1 свежий огурец режем кубиками

4 яйца отвариваем и мелко крошим

200 гр. колбасы вареной кубиками

2 картофелины отвариваем и режем кубиками

4 свежих редиски трем на терке, зелень по вкусу.

Все перемешиваем, солим, добавляем сметаны. Заливаем холодной водой, чтоб окрошка получилась жидкая. В завершении 0,5 ч. л. уксуса, в зависимости от объема посуды.

***от Александры Леонидовны В.***

***«Суши с семгой»***

10,5 стакана риса

2 листа нори

1 свежий огурец

150 гр. слабосоленой семги

1-1,5 стакана воды

соль по вкусу

соевый соус

 Отвариваем в подсоленной воде рис до момента его вываривания. Количество воды должно быть таким, чтобы рис успел свариться, но не был жидким. Лист нори положить блестящей стороной вверх. Сверху выкладываем слой остывшего риса. Оставляем 3-4 см. края нори без риса. Выкладываем на рис полоски огурца, а рядом полоски семги. Скручиваем лист нори рулетом, так чтобы край без риса был завершающим этапом скручивания. Нож мочим в воде и режим суши. Подаем с соевым соусом.

***от Марины Александровны Н.***

***«Острые куриные окорочка»***

4 куриных ножки

2 стручка перец чили

2 зубка чеснока

1 ч. л. рубленного розмарина

4 ст. л. оливкового масла

600 гр. помидоров

125 гр. куриный бульон

50 гр. маслины без косточек

сок 1 лимона, тертая цедра

 Очистить перец чили, вымыть, мелко порубить. Чеснок пропустить через пресс. Цедру лимона смешать с 1 ст. л. сока, перцем, чесноком, розмарином и 2 ст. л. оливкового масла, соль по вкусу.

 Окорочка помыть, высушить, натереть солью. Помидоры надсеките, бланшируйте в кипятке и облейте холодной водой. Очистить, нарезать на мелкие кусочки. Разогреть масло, обжарить ножки. Добавить помидоры, влить бульон, положить маслины, посолить, поперчить, накрыть крышкой и тушить 35 минут.

 Гарнир по желанию!

***от Кумсият Магомедрасуловны З.***

***«Хинкал даргинский»***

Взять 1 кг. мяса (баранину, говядину или домашние сухие колбасы), сварить. В этом же бульоне отварить несколько очищенных крупно порезанных картофелин. Когда будет готово все убрать и накрыть салфеткой. Замесить дрожжевое тесто, накрыть полотенцем и оставить на 30-40 минут.

Тесто: вода теплая 250 мл.,

дрожжи 1 ст. л.,

1 ч. л. сахара,

1 ч. л. соли,

3-4 ст. л. масла

3 стакана муки

После обмять его и разделить на 3-4 части. Каждую часть раскатать тонким слоем и смазать растительным маслом, посыпать ореховой травою или мелко резанными грецкими орехами, закатать в рулетики. Затем нарезать кусочками одинаковой длины и ширины. Поставить готовиться в пароварку.

Соус: 1 ст. л. томата, 1 небольшая головка чеснока, выдавить, все перемешать в чашке.

**Мудрые изречения**

* *Если жизнь дает Вам сотни причин плакать, покажите ей тысячу причин, чтоб улыбаться!*
* *Чтоб увидеть радугу – нужно пережить дождь!*
* *Главное в жизни ни о чем не жалеть, и никогда не оглядываться назад!*
* *Сделайте красивым свое настоящее, тогда Ваше будущее будет прекрасным!*
* *Точка – это скучно, любите многоточие!*
* *Если у Вас и седьмой блин комом, к черту блины, пеките комочки!*