

КУЛИНАРНЫЕ  
ЭНЦИКЛОПЕДИИ

# 1000 РЕЦЕПТОВ

НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

90 ЗАВТРАКОВ

120 ПЕРВЫХ БЛЮД

340 ВТОРЫХ БЛЮД

80 ДЕСЕРТОВ И ВЫПЕЧКИ

ХЛЕБ\*СОЛЬ®

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

Москва 2024

*Огромная искренняя благодарность всем родственникам  
и друзьям, которые прислали свои лучшие семейные  
рецепты и наполнили книгу теплом и историей.  
Спасибо за помощь и поддержку Гале, Лене  
и Любе Чорненьким, Наталье Агальцовой,  
Марине Грушиной, Изабелле Сарибекян,  
Екатерине Жевлаковой, Ольге Ерохиной,  
Александрe Триван, Елене Ивачёвой, Екатерине Азоян  
и Юлии Коротковой.*

# СОДЕРЖАНИЕ

## ЗАВТРАКИ ..... 19

### Легкие фруктовые завтраки

1. Смузи для завтрака ..... 21
2. Банановый смузи ..... 21
3. Бананово-апельсиновый смузи с яблоком ..... 21
4. Смузи с творогом и вишней ..... 22
5. Бананы в кляре ..... 22
6. Завтрак из хурмы и мандаринов ..... 22

### Бутерброды, бутербродные пасты

7. Гороховая намазка с авокадо ..... 23
8. Нутовая бутербродная паста ..... 23
9. Горячие бутерброды с шампиньонами ..... 24
10. Бутерброды с моцареллой ..... 24
11. Бутерброды с семгой и хреном ..... 24
12. Бутерброды с кабачками и помидорами ..... 25
13. Волшебное объятие ..... 25
14. Сэндвич с яичным салатом ..... 25

### Яичницы, омлеты

15. Яичница с луком и помидорами ..... 26
16. Яичница на завтрак по-турецки ..... 26
17. Омлет с овощами и зеленью ..... 26
18. Куриный омлет ..... 27
19. Испанский омлет с картофелем и шпинатом ..... 27
20. Омлет с грибами и шпинатом из духовки ..... 27
21. Омлет с начинкой ..... 28
22. Омлет с лососем ..... 28
23. Шакшука ..... 28

### Овощные завтраки

24. Хрустящий картофельный завтрак ..... 29
25. Запеченный батат с авокадо и грибами ..... 29

26. Шпинат со сливками ..... 30
27. Шпинат в молочном соусе с сыром ..... 30

### Каши

28. Каша рисовая молочная с изюмом ..... 31
29. Каша пшенная молочная с тыквой ..... 31
30. Пшеничная каша с тыквой ..... 31
31. Русская гречневая каша ..... 32
32. Гречка с брынзой и рукколой ..... 32
33. Перловая каша с мясом и грибами ..... 32
34. Чечевица с овощами ..... 33
35. Гурьевская каша ..... 33
36. Рисовая молочная каша с клубникой ..... 33
37. Рисовая каша с сухофруктами ..... 34
38. Перловая каша с грибами ..... 34
39. Банош ..... 34
40. Полента фри ..... 35

### Пицца, рулеты

41. Неаполитанская пицца ..... 36
42. Пицца с грибами ..... 36
43. Пицца с тыквой и рикоттой ..... 37
44. Быстрая пицца на сковороде ..... 37
45. Пицца с тестом из цветной капусты ..... 38
46. Основа для пиццы из цветной капусты ..... 38
47. Пицца с яйцами ..... 39
48. Ленивая пицца на лаваше ..... 39
49. Рулет из лаваша с сыром и грибами ..... 39
50. Жареный рулет с колбасой и сыром ..... 40
51. Постный рулет с укропом ..... 40

## Выпечка, запеканки на завтрак

- 52. Быстрый пирог с сыром..... 41
- 53. Быстрые пирожки ..... 41
- 54. Сладкий бургер ..... 41
- 55. Пухлые пончики ..... 42
- 56. Сырница с манкой ..... 42
- 57. Сырники..... 42
- 58. Картофельные сырники ..... 43
- 59. Ватрушки с творогом и желтками..... 43
- 60. Ватрушки с творогом, способ 1 ..... 44
- 61. Ватрушки творожные, способ 2 ..... 44
- 62. Творожные штрудели ..... 45
- 63. Творожная запеканка ..... 45
- 64. Творожная запеканка с абрикосами..... 46
- 65. Запеканка творожная с рисом ..... 46
- 66. Рисовая запеканка с бананами..... 46
- 67. Загорские штрудли с творогом ..... 47
- 68. Бучница ..... 47

## Блины, блинчики, оладьи

- 69. Блины русские ..... 48
- 70. Блины на молоке..... 48
- 71. Дрожжевые блины ..... 48
- 72. Блинчики на кефире..... 49
- 73. Блинчики на молоке ..... 49
- 74. Оладьи на кефире..... 49
- 75. Оладьи с яблоками..... 49
- 76. Оладьи с творогом..... 50
- 77. Картофельные оладьи..... 50
- 78. Овощные оладьи ..... 50
- 79. Оладьи кабачковые с сыром ..... 50
- 80. Оладьи из киноа со свеклой ..... 51
- 81. Блинный торт со сметанным кремом ..... 51
- 82. Кабачковые вафли с сыром ..... 52
- 83. Кабачковые оладьи ..... 52
- 84. Оладьи из кабачков с зеленью ..... 52
- 85. Кабачки в кляре ..... 53
- 86. Кабачки в кляре с зеленью и чесноком ..... 53

- 87. Оладьи из свеклы ..... 53
- 88. Капустно-морковные оладьи ..... 54
- 89. Картофельные вафли с сыром..... 54
- 90. Картофельные оладьи с сельдереем и морковью ..... 54
- 91. Индийские картофельные оладьи .... 55

**САЛАТЫ, ЗАКУСКИ ..... 57**

## Овощные салаты

- 92. Салат из сельдерея с яблоками ..... 59
- 93. Салат из цветной капусты с яблоками ..... 59
- 94. Яблочный салат с луком ..... 59
- 95. Салат овощной с яблоком ..... 60
- 96. Лук с творогом ..... 60
- 97. Творожная закуска с орехами и чесноком ..... 60
- 98. Салат витаминный с каймаком ..... 61
- 99. Редька с уксусом и сметаной ..... 61
- 100. Редька сой..... 61
- 101. Салат из редьки с огурцами ..... 62
- 102. Салат из редьки с огурцами и зеленым луком..... 62
- 103. Редька с зеленым луком..... 62
- 104. Салат из редьки с луком..... 62
- 105. Салат из редьки с морковью и яблоками..... 63
- 106. Витаминный салат ..... 63
- 107. Салат из кукурузы с луком..... 63
- 108. Кукурузный салат с авокадо ..... 64
- 109. Разноцветный салат с гранатом.... 64
- 110. Капуста а-ля Провансаль..... 65
- 111. Салат деликатесный..... 65
- 112. Шопский салат..... 65
- 113. Салат «на вынос»..... 66
- 114. Салат из жареного батата..... 66
- 115. Салат из цветной капусты..... 67
- 116. Фасоль с орехами ..... 67
- 117. Фасолевый салат с хлебом ..... 67
- 118. Мексиканский салат ..... 68

119. Салат со стручковой фасолью .....	68	148. Салат из капусты с яйцом .....	77
120. Фасолевый салат .....	68	149. Яичный салат с медом.....	77
121. Быстрая панчевская закуска из фасоли .....	69	150. Яичный салат с цветной капустой.....	78
122. Салат с чечевицей .....	69	151. Салат яичный с луком.....	78
123. Салат из сельдерея с сациви .....	69	152. Салат из помидоров с яйцом .....	78
124. Летний салат с сельдереем.....	70	153. Грибной салат с яйцом.....	79
125. Салат из сладкого перца .....	70	154. Яичный салат со стручковой фасолью .....	79
126. Салат из капустных кочерыжек.....	70	155. Яичный салат с помидорами .....	79
127. Салат из шпината с овощами .....	70	156. Яичный салат с солеными огурцами .....	80
128. Салат из шпината с огурцами.....	71	157. Яичный салат с авокадо .....	80
129. Закуска из помидоров с сыром.....	71	158. Яичный салат с редиской.....	80
130. Салат из печеных овощей .....	71	<b>Фаршированные яйца и овощи</b>	
131. Пикантный летний салат.....	72	159. Фаршированные яйца.....	81
132. Салат из огурца и редиса со сметаной.....	72	160. Фаршированные яйца с грибами....	81
133. Салат из лука-порея с изюмом и яблоками.....	72	161. Яйца, фаршированные печенью.....	82
134. Репа со сгущенным молоком.....	73	162. Яичная закуска с ветчиной и плавленым сыром.....	82
135. Салат из помидоров с томатным соком.....	73	163. Помидоры, фаршированные мясным салатом.....	82
<b>Морковные салаты</b>		164. Помидоры, фаршированные селедкой.....	83
136. Морковный салат с зеленым горошком.....	74	165. Помидоры, фаршированные яйцом и луком .....	83
137. Морковь со сметаной.....	74	166. Помидоры, фаршированные кремом из цветной капусты и тыквы .....	83
138. Морковный салат с чесноком.....	74	167. Перцы с мягким сыром.....	84
139. Морковный салат с яблоками и изюмом .....	74	168. Фаршированные яйца со сливочным маслом.....	84
140. Морковный салат с медом .....	75	<b>Салаты и закуски с морепродуктами</b>	
141. Морковный салат с изюмом и медом .....	75	169. Рыбный салат с кукурузой .....	85
142. Салат из моркови и помидоров ....	75	170. Салат из запеченного лосося с черникой .....	85
143. Огуречно-морковный салат.....	75	171. Рыбный салат с сыром и яйцом....	86
<b>Салаты с яйцом</b>		172. Салат с красной рыбой .....	86
144. Салат яичный с зеленым луком....	76	173. Салат из трески .....	86
145. Овощной салат с яблоком и яйцом .....	76	174. Салат из раков .....	87
146. Овощной салат с яйцом и стручковой фасолью.....	76	175. Салат из кальмаров с плавленым сыром .....	87
147. Салат яичный с хреном и зеленью .....	77		

176. Салат из квашеной капусты с кальмарами .....	87
177. Салат картофельный с кальмарами .....	88
178. Салат из мидий и соленых огурцов.....	88
179. Печень трески с яйцом .....	88
180. Паштет из печени трески с плавленым сыром .....	88
181. Творог с печенью трески .....	89
182. Рыбный «сыр» .....	89

### Оливье

183. Оливье традиционный.....	90
184. Оливье с перепелиными яйцами ....	90
185. Оливье московский.....	91
186. Оливье с языком и яблоком.....	91
187. Оливье с беконом.....	91
188. Оливье с креветками .....	92
189. Оливье постный .....	92

### Картофельные салаты

190. Картофельный салат с луком.....	93
191. Картофельный салат с квашеной капустой и грибами .....	93
192. Салат «Тусар» .....	93
193. Салат из картофеля и свеклы с фасолью.....	94
194. Салат «Рассолс».....	94
195. Салат с говядиной и яблоками .....	94
196. Салат картофельный с сельдереем.....	95
197. Овощной салат с сельдереем и яйцами .....	95
198. Салат «Бульба» .....	95
199. Картофельный салат с грибами.....	96
200. Картофельный салат с огурцами.....	96
201. Картофельный салат со сладким перцем.....	96
202. Картофельный салат с ветчиной.....	97
203. Теплый картофельный салат .....	97
204. Картофельный салат с соусом из авокадо .....	97

### Мясные салаты

205. Салат «Крымская богема».....	98
206. Рисовый салат с ветчиной и зеленым горошком .....	98
207. Рисовый салат с ветчиной и сладким перцем .....	98
208. Салат с брокколи и ветчиной .....	99
209. Сытный салат с телятиной.....	99
210. Яблочный салат с говядиной.....	99
211. Салат «Генеральский».....	100
212. Салат «Боярский».....	100
213. Салат из телятины с грибами.....	101
214. Мясная закуска с сыром .....	101
215. Мясной салат с грушей .....	101
216. Мясная «буханка» .....	102
217. Мясной «сыр».....	102
218. Печеночный салат.....	102

### Салаты с курицей

219. Слоеный салат.....	103
220. Куриный салат с цветной капустой.....	103
221. Куриный салат с грибами .....	104
222. Блинный салат с копченой курицей и сельдереем.....	104
223. Салат «Праздничный» .....	105
224. Салат с морковью и курицей .....	105
225. Салат с куриной грудкой и солеными огурцами.....	105
226. Куриный салат с черносливом .....	106
227. Салат из куриной печени с грушами и сыром .....	106
228. Салат с куриными сердечками и грибами .....	106

### Винегреты, свекольные салаты

229. Винегрет с зеленым горошком.....	107
230. Винегрет с яйцом и майонезом.....	107
231. Винегрет с маринованными огурцами .....	107
232. Винегрет «Петровский» .....	108
233. Винегрет мясной .....	108

234. Винегрет с клюквенным соком.....	108	266. Шведская закуска из сельди с мясопродуктами.....	119
235. Винегрет с кальмарами .....	109	267. Сельдь с творогом .....	120
236. Винегрет фруктово-овощной .....	109	268. Форшмак с творогом.....	120
237. Винегрет с сельдью .....	109	269. Форшмак, запеченный с мясом ....	120
238. Салат из свеклы с хреном и корицей.....	110	270. Скумбрия с луком .....	121
239. Свекольный салат с яйцами и фетой.....	110	271. Икра из сельди с овощами .....	121
240. Свекла с орехами.....	110	272. Хамса с петрушкой.....	121
241. Салат из моркови и свеклы с сельдереем.....	111	<b>Закуски из икры, с раками</b>	
242. Салат из свеклы с луком .....	111	273. Яйца, фаршированные красной икрой и сыром .....	122
243. Свекольный салат с горошком.....	111	274. Канапе из огурцов с красной икрой.....	122
244. Свекольный салат с сельдереем и ананасами .....	111	275. Блинные роллы с икрой.....	122
245. Салат из овощей и фруктов .....	112	276. Канапе с икрой.....	123
246. Свекольный салат с яблоками ....	112	277. Сырные шарики с красной икрой.....	123
247. Салат из свеклы с яблоком .....	112	278. Закуска из раков.....	123
248. Салат из свеклы с чесноком.....	112	279. Раки ароматные.....	124
249. Салат из свеклы и яблок с орехами.....	113	280. Закуска из раков с яблоками .....	124
250. Салат из свеклы с фасолью .....	113	281. Маринованная печеная рыба .....	124
<b>Закуски из сельди</b>		<b>Салаты рыбные</b>	
251. Селедка домашняя .....	114	282. Салат «Мимоза» .....	125
252. «Селедка» из карася пряного посола .....	114	283. Салат со шпротами, черносливом и яблоками .....	125
253. Сельдь под шубой .....	115	284. Рыбный салат с творогом.....	126
254. Селедка под шубой с сыром .....	115	285. Слоеный салат с копченой горбушей.....	126
255. Селедочный салат с яблоками ....	115	286. Салат с тунцом и зеленой фасолью .....	126
256. Селедочный салат со свеклой.....	116	287. Салат из тунца с рисом и помидором.....	127
257. Сельдь в горчичной заправке .....	116	288. Салат рыбный с огурцом.....	127
258. Селедочные рулеты .....	116	289. Овощной салат с треской.....	127
259. Сельдь с орехами .....	117	290. Салат из креветок.....	128
260. Закуска из сельди .....	117	291. Креветочный салат с яблоками и орехами .....	128
261. Сельдь в картофельных корзиночках.....	117	292. Салат из мидий.....	128
262. Сельдь с яблоками и сметаной.....	118	293. Салат из кальмаров с морковью по-корейски.....	129
263. Сельдь с жареным луком .....	118	294. Салат с морской капустой .....	129
264. Сельдь в желатиновой шубе .....	118		
265. Сельдь в маринаде.....	119		

**Сырные салаты**

295. Сырный салат с сельдью ..... 130  
 296. Сырные голубцы ..... 130  
 297. Жареный сулугуни ..... 130  
 298. Сырная закуска с помидорами..... 131  
 299. Греческий салат..... 131  
 300. Сырный салат с сельдереем  
и яблоками..... 131  
 301. Салат из сельдерея с сыром ..... 132  
 302. Сырный салат с огурцами..... 132  
 303. Салат с баклажанами и сыром.... 132  
 304. Салат из цветной капусты,  
сыра и орехов..... 133  
 305. Сырный салат с яйцом..... 133  
 306. Кабачок с сыром и чесноком..... 133  
 307. Капустно-морковный салат  
с сыром и чесноком..... 133  
 308. Салат с шампиньонами и сыром.... 134  
 309. Сырный салат с копченым  
мясом ..... 134  
 310. Салат с курицей  
и шампиньонами ..... 134

**Фруктовые салаты**

311. Яблочно-банановый салат  
с апельсином..... 135  
 312. Салат с киви и авокадо..... 135  
 313. Фруктовый салат с дыней  
и арбузом..... 135  
 314. Салат из арбуза с сыром..... 136  
 315. Фаршированная дыня..... 136

**Холодцы, заливное**

316. Холодец свиной..... 137  
 317. Холодец куриный ..... 137  
 318. Хорватский холодец ..... 138  
 319. Поросенок заливной..... 138  
 320. Заливное из языка ..... 139  
 321. Заливное из щуки с яйцом..... 139  
 322. Заливное из карпа ..... 140

**Мясные холодные закуски**

323. Буженина..... 141

324. Буженина с чесноком  
и горчицей ..... 141  
 325. Пастрома свиная ..... 142  
 326. Окорок по-польски..... 142  
 327. Окорок с горчицей и медом..... 143  
 328. Ростбиф с яйцами ..... 143  
 329. Ростбиф ..... 144  
 330. Телятина с брусникой..... 144  
 331. Ветчина твердая..... 144

**Закуски из субпродуктов**

332. Отварной телячий язык ..... 145  
 333. Маринованный язык ..... 145  
 334. Язык фаршированный ..... 145  
 335. Запеченные маринованные  
языки..... 146  
 336. Фаршированный свиной  
желудок ..... 146  
 337. Ветчина в молочном желе..... 147  
 338. Свиная печень с морковью..... 147  
 339. Закуска из куриных желудков .... 147  
 340. Закуска из куриной печени ..... 148  
 341. Печень по-французски ..... 148  
 342. Печеночный торт ..... 148  
 343. Печеночные оладьи..... 149  
 344. Печеночный хлеб ..... 149  
 345. Паштет из печени..... 149

**Сало, вяленое мясо**

346. Свиное соленое сало ..... 150  
 347. Сало горячего посола..... 150  
 348. Говядина, маринованная  
в водке..... 150  
 349. Балык из свинины..... 151  
 350. Вяленая свиная корейка ..... 151  
 351. Бастурма свиная ..... 152  
 352. Куриная бастурма ..... 152

**СУПЫ ..... 153****Щи, борщи**

353. Щи из свежей капусты..... 155  
 354. Щи из квашеной капусты ..... 155

355. Щи грибные .....	155	389. Суп-пюре из стручковой фасоли....	169
356. Щи с белыми грибами .....	156	390. Суп из стручковой фасоли	
357. Щи со щавелем и крапивой .....	156	с яйцами.....	170
358. Щи с крапивой .....	156	391. Тосканский фасолевый суп .....	170
359. Борщ традиционный.....	157	392. Фасолевый суп с мясом .....	171
360. Борщ вегетарианский .....	157	393. Суп фасолевый с копчеными	
361. Грибной борщ с черносливом ....	158	колбасками .....	171
362. Борщ с лисичками.....	158	394. Суп из фасоли с курицей .....	172
363. Борщ с белыми грибами .....	159	395. Бобовый суп .....	172
364. Капустняк .....	159	396. Постный суп из чечевицы	
365. Зеленый борщ .....	160	с грибами .....	172
366. Щавелевый свекольник .....	160	397. Чечевичный суп с грибами	
367. Щавелевый суп.....	161	и помидорами.....	173
368. Сливочный щавелевый суп .....	161	398. Чечевичный крем-суп.....	173
369. Французский щавелевый суп .....	161	399. Острый овощной суп	
<b>Рассольники, харчо, лагманы, шурпа</b>		с чечевицей .....	174
370. Рассольник с мясом .....	162	400. Суп-пюре из красной чечевицы	
371. Рассольник с рисом.....	162	и нута.....	174
372. Харчо с курицей .....	163	<b>Уха, рыбные супы</b>	
373. Харчо по-домашнему .....	163	401. Уха рядовая.....	175
374. Харчо из баранины со сливами .....	164	402. Уха ростовская домашняя.....	175
375. Лагман с бараниной .....	164	403. Уха с яйцом.....	176
376. Лагман с говядиной.....	165	404. Уха из сома .....	176
377. Шурпа с бараниной.....	165	405. Уха из мойвы .....	177
378. Шурпа домашняя с рисом .....	165	406. Уха из морского окуня	
379. Шурпа с цыпленком .....	166	в горшочке .....	177
<b>Гороховые и крупяные супы</b>		407. Суп из морепродуктов.....	177
380. Гороховый суп с копчеными		408. Суп Мариско .....	178
свинными ребрами .....	167	409. Суп из рыбных голов.....	178
381. Гороховый суп со щавелем .....	167	410. Рыбный суп с черносливом .....	179
382. Шведский гороховый суп .....	167	411. Суп из рыбных консервов.....	179
383. Гороховый суп с сухариками .....	168	<b>Солянки</b>	
384. Суп из зеленого горошка .....	168	412. Солянка мясная сборная .....	180
385. Суп-пюре гороховый с рисом.....	168	413. Отличная мясная солянка .....	180
386. Суп-пюре гороховый		414. Солянка из говядины.....	181
с сельдереем.....	168	415. Солянка постная с рыбой .....	181
387. Постный гороховый суп .....	169	416. Рыбная солянка «Донская».....	182
388. Суп-пюре из кабачка		417. Солянка рыбная .....	182
с сельдереем.....	169	418. Солянка постная грибная .....	183

## Супы из говядины и телятины

419. Говяжий бульон с овощами ..... 184  
 420. Суп-пюре с колбасой и яйцами .... 184  
 421. Суп с цветной капустой ..... 184  
 422. Македонский телячий суп ..... 185  
 423. Томатный суп с фрикадельками ..... 185

## Овощные супы

424. Тыквенный суп с помидорами ... 186  
 425. Томатный суп-пюре с картофелем..... 186  
 426. Томатный суп с сыром..... 186  
 427. Парижский луковый суп..... 187  
 428. Суп из запеченного лука..... 187  
 429. Альпийский чесночный суп ..... 188  
 430. Испанский чесночный суп ..... 188  
 431. Марсельский чесночный суп..... 189  
 432. Чесночный суп с грибами..... 189  
 433. Суп шампанский..... 189  
 434. Сырный суп с кабачками ..... 190  
 435. Похлебка с кукурузой ..... 190  
 436. Суп из брюссельской капусты..... 190  
 437. Суп из цветной капусты..... 191  
 438. Суп из красной капусты..... 191  
 439. Крем-суп из тыквы ..... 191  
 440. Тыквенный суп ..... 192  
 441. Суп-пюре из сладкого перца ..... 192  
 442. Суп из кресс-салата..... 192  
 443. Суп из кресс-салата с петрушкой ..... 193  
 444. Суп из шпината ..... 193  
 445. Суп Пармантье ..... 193  
 446. Морковный суп ..... 194  
 447. Суп доброй женщины ..... 194  
 448. Суп из репы ..... 194  
 449. Суп «на обед»..... 195

## Грибные супы

450. Грибной суп с гречкой ..... 196  
 451. Грибной суп с фасолью..... 196  
 452. Грибная мачанка ..... 197

453. Суп из шампиньонов ..... 197  
 454. Суп грибной с цветной капустой..... 198  
 455. Грибной суп с вермишелью ..... 198  
 456. Суп с лисичками ..... 199  
 457. Сливочный грибной суп ..... 199

## Холодные супы

458. Окрошка классическая ..... 200  
 459. Окрошка на квасе с ветчиной и редькой ..... 200  
 460. Свекольник с огурцом и простоквашей ..... 200  
 461. Свекольник с помидором ..... 201  
 462. Свекольник русский ..... 201  
 463. Холодный суп со шпинатом и шавелем..... 201  
 464. Холодный щавелевый суп..... 202

## Супы разные

465. Рисовый суп со сметаной..... 203  
 466. Рисовый суп со шавелем..... 203  
 467. Суп с мадерой..... 203  
 468. Суп с макаронами и сыром..... 203  
 469. Мучной суп..... 204  
 470. Быстрый мучной суп..... 204  
 471. Суп из каштанов..... 204  
 472. Хлебная похлебка ..... 204  
 473. Монегаский сладкий суп ..... 205  
 474. Молочный суп..... 205

**ОСНОВНЫЕ БЛЮДА..... 207**

## Блюда из курицы

475. Котлета по-киевски ..... 209  
 476. Котлета по-киевски с грибами ... 209  
 477. Курица на соли..... 210  
 478. Цыпленок табака..... 210  
 479. Куриное филе с орехами..... 210  
 480. Чахохбили..... 211  
 481. Курица с гранатом..... 211  
 482. Курица с мясным фаршем ..... 212  
 483. Сегедин с куриными бедрышками ..... 212

484. Куриные палочки.....	212	518. Утка с луком .....	226
485. Курица с овощами и спагетти.....	213	519. Индейка в собственном соку .....	226
486. Фаршированное куриное филе .....	213	520. Индейка под сметаной.....	226
487. Цыпленок в духовке.....	213	521. Индейка в рукаве.....	227
488. Фрикадельки из цыпленка .....	214	522. Жаркое из индейки .....	227
489. Капсалон .....	214	523. Индейка с лапшой.....	227
490. Куриные котлеты в томатном соусе .....	215	524. Индейка в апельсиновом соусе .....	228
491. Курица, фаршированная сухофруктами и рисом .....	215	525. Индейка с зеленым горошком и сметаной .....	228
492. Куриные грудки с брокколи .....	216	526. Грудка индейки в сливочном соусе .....	229
493. Фаршированный цыпленок .....	216	527. Пекинская капуста с индейкой.....	229
494. Тушеный цыпленок .....	217	528. Стейки из фарша индейки по-английски.....	230
495. Цыпленок с шампиньонами.....	217	529. Тушеная индейка .....	230
496. Курица с шампиньонами.....	217		
497. Курица с овощами.....	218	<b>Блюда из свинины</b>	
498. Рубленые куриные котлеты .....	218	530. Поросенок с гречневой кашей ...	231
499. Куриное филе с орехами и фруктами.....	218	531. Семейное угощение по-французски .....	231
500. Курица с апельсиново-имбирным соусом .....	219	532. Мясо по-французски .....	232
501. Крылышки в медовой глазури....	219	533. Свиное жаркое .....	232
502. Куриная грудка в сухарях.....	220	534. Свиные ребрышки с черносливом.....	232
503. Запеченная курица с чесноком...	220	535. Запеченные ребрышки по-венгерски .....	233
504. Курица с ананасами и сыром.....	220	536. Пикантные ребрышки .....	233
505. Бухарские цыплята.....	221	537. Свиные ребрышки с тыквой.....	234
506. Цыпленок в сметане .....	221	538. Свинина с черносливом.....	234
507. Цыпленок Маренго.....	221	539. Свиной шницель.....	235
508. Курица с соусом из белого вина с чесноком .....	222	540. Свинина по-бордоски.....	235
509. Крылышки в томатном соусе .....	222	541. Свинина с яблоками и сметаной....	235
510. Тушеные куриные сердечки .....	222	542. Свинина с яблоками и можжевельником.....	236
511. Булгур с куриными сердечками .....	223	543. Свинина с помидорами .....	236
512. Куриная печень в томатном соусе .....	223	544. Свинина с молодым картофелем ...	236
		545. Пивная шейка .....	237
<b>Блюда из птицы. Гусь, утка, индейка</b>		546. Сердце, тушенное с сырным соусом .....	237
513. Праздничный гусь с яблоками .....	224	547. Свиные котлеты .....	237
514. Рождественский гусь.....	224	548. Свинина в яблочном соусе .....	238
515. Утка с яблоками .....	225	549. Свинина, тушенная с капустой.....	238
516. Утка по-руански.....	225	550. Соленая грудинка с капустой .....	238
517. Утка с репой .....	225		

551. Сложенные котлеты..... 239
552. Самоборские котлеты..... 239
553. Маринованные жареные котлеты ..... 240
554. Свиные котлеты на косточке в панировке..... 240
555. Кулеш ..... 240
556. Мититеи..... 241
557. Трганцы со сметаной ..... 241
558. Отличный обед..... 242
- Блюда из говядины и телятины**
559. Бефстроганов ..... 243
560. Бефстроганов с грибами ..... 243
561. Бефстроганов в томатной подливе ..... 244
562. Корвстроганов (шведский бефстроганов с колбасками) ..... 244
563. Говядина, запеченная с редькой ..... 244
564. Говядина с овощами ..... 245
565. Телятина с грибным соусом ..... 245
566. Бифштексы по-провансальски... 245
567. Бифштекс по-немецки ..... 246
568. Бифштексы турнедо..... 246
569. Турнедо с шампиньонами ..... 246
570. Турнедо по-эльзасски ..... 247
571. Филе миньон ..... 247
572. Телятина с кабачками и морковью в сметане..... 247
573. Говядина с черносливом..... 248
574. Телятина с квасом и яблоками..... 248
575. Телячье жаркое..... 249
576. Телятина с кабачками ..... 249
577. Говядина а-ля де Буа..... 249
578. Мясо, тушенное с луком и морковью ..... 250
579. Говядина с красной фасолью ..... 250
580. Тушеная говядина ..... 250
581. Говядина с рисом ..... 251
582. Гуляш..... 251
583. Говядина по-бургундски..... 251
584. Говядина в маринаде..... 252
585. Говядина фри ..... 252
586. Говядина в грибном соусе..... 252
587. Зразы из телятины..... 253
588. Крокеты из говядины..... 253
589. Мучкалица..... 254
590. Мозги, жаренные на сливочном масле ..... 254
591. Говяжья печень в сметане..... 254
592. Печень с салом ..... 255
- Блюда из крольчатины и баранины**
593. Кролик, запеченный со сметаной..... 256
594. Кролик, тушеный в сметане ..... 256
595. Кролик под сметанным соусом..... 257
596. Кролик с горчицей ..... 257
597. Жибело из кролика ..... 257
598. Кролик в масле..... 258
599. Тушеный кролик..... 258
600. Запеченная баранья нога ..... 258
601. Запеченная баранья нога с чесноком ..... 259
602. Жаркое из бараньей ноги..... 259
603. Запеченное бедро ягненка ..... 259
604. Запеченный ягненок..... 260
605. Баранина в красном вине ..... 260
606. Баранья грудинка ..... 260
607. Баранина с йогуртом..... 261
608. Чанахи ..... 261
609. Баранина с рисом ..... 261
610. Баранина в остром соусе..... 262
611. Бараньи ребрышки, маринованные в луке ..... 262
612. Баранина с зеленью..... 263
613. Зеленая фасоль с бараниной в горшочке ..... 263
614. Чихиртма из баранины ..... 263
615. Баранье рагу с картофелем ..... 264
616. Рагу «Восточное»..... 264
- Котлеты, тефтели, фрикадельки**
617. Котлеты из свинины с картофелем..... 265

618. Пожарские котлеты.....	265	647. Рыбные пельмени .....	280
619. Куриные котлеты с сыром .....	266	648. Вареники с грибами .....	280
620. Сочные фрикадельки по-македонски .....	266	649. Картофельные вареники.....	281
621. Фрикадельки в сметанном соусе....	266	650. Вареники с творогом.....	281
622. Тефтели в соусе .....	267	651. Манты традиционные.....	281
623. Закусочные тефтели.....	267	652. Манты с картофелем.....	282
624. Тефтели в томатной подливке ....	268	<b>Голубцы, долма, фаршированные овощи</b>	
625. Запеченный картофель с фрикадельками .....	268	653. Голубцы с мясом .....	283
626. Горох с фрикадельками .....	269	654. Голубцы в сметане .....	283
<b>Рагу</b>		655. Голубцы в сметанном соусе .....	284
627. Рагу с фрикадельками .....	270	656. Голубцы с говядиной .....	284
628. Картофельное рагу с колбасками.....	270	657. Постные голубцы .....	285
629. Овощное рагу .....	271	658. Запеченные голубцы с овощами и рисом.....	285
630. Тавче гравче с колбасками.....	271	659. Запеченные голубцы с грибами и рисом.....	286
631. Испанское рагу с чечевицей .....	272	660. Запеченные голубцы с картофелем.....	286
632. Свиное рагу с чечевицей.....	272	661. Долма острая .....	287
633. Рагу с потрошками по-итальянски .....	273	662. Долма по бабушкиному рецепту.....	287
634. Балканский джувеч .....	273	663. Долма с бараниной.....	288
635. Итальянский джувеч .....	274	664. Долма с овощами .....	288
636. «Ужин лесоруба» .....	274	665. Перцы, фаршированные сыром.....	288
637. Овощи с козым сыром, запеченные в духовке .....	275	666. Фаршированные перцы .....	289
638. Запеченные овощи в пряных травах .....	275	667. Фаршированный сладкий перец .....	289
<b>Мясные рулеты</b>		668. Перцы, фаршированные фасолью .....	289
639. Свиной рулет с овощами и творогом.....	276	669. Перец, фаршированный овощами.....	290
640. Свиной рулет с языком и печенью.....	276	670. Фаршированный лук .....	290
641. Куриный рулет с грибами .....	277	671. Кабачки, фаршированные мясом ...	291
642. Рождественский рулет из свинины .....	277	672. Кабачки, фаршированные овощами.....	291
643. Рулет из телятины с фаршем .....	277	673. Фаршированный картофель.....	292
644. Рулет из телятины с морковью ...	278	674. Фаршированный батат .....	292
<b>Пельмени, вареники, манты</b>		<b>Шашлыки</b>	
645. Пельмени домашние .....	279	675. Шашлык из свинины .....	293
646. Пельмени пикантные.....	279	676. Шашлык на кефире .....	293

677. Шашлык с гранатовым соком и овощами.....	293
678. Шашлык из баранины в винном маринаде .....	294
679. Шашлык по-кавказски .....	294
680. Шашлык с пикантным соусом.....	294
681. Шашлык «Восточный» .....	295
682. Шашлык из говядины.....	295
683. Шашлык куриный .....	295
684. Шашлык из курицы .....	295
685. Говяжьи кебабы.....	296

#### Блюда из речной рыбы

686. Осетр по-царски.....	297
687. Фаршированная запеченная щука .....	297
688. Котлеты из щуки .....	298
689. Карп с черносливом .....	298
690. Карп в чесночном соусе.....	298
691. Филе форели на пару .....	299
692. Форель в вине.....	299
693. Судак с гвоздикой .....	299
694. Сом, тушенный с овощами.....	300

#### Блюда из морской рыбы

695. Лосось на гриле .....	301
696. Праздничная семга .....	301
697. Треска с картофелем .....	301
698. Треска по-московски.....	302
699. Треска с маслинами .....	302
700. Запеченная скумбрия.....	302
701. Панированная дорада .....	303
702. Рыба, запеченная с сыром .....	303
703. Рыба с картофелем .....	303
704. Рыбное рагу в горшочке.....	304
705. Жареные караси в сметане.....	304
706. Грегада .....	304
707. Морской окунь, тушенный в вине .....	305
708. Рыбные фрикадельки.....	305
709. Кальмары в сметане .....	305
710. Фаршированные кальмары .....	306

#### Блюда из картофеля

711. Картофель, фаршированный грибами .....	307
712. Картофель в сливках .....	307
713. Картофельные шарики .....	307
714. Картофельно-творожные шарики с беконом .....	308
715. Запеченный картофель .....	308
716. Картофельный гуляш.....	309
717. Хрустящий картофель с простоквашей.....	309
718. Картофель Хассельбек .....	310
719. Бабка картофельная .....	310
720. Колдуны картофельные .....	310
721. Картофельные зразы.....	311
722. Деруны в горшочке с грибами ....	311
723. Драники.....	312
724. Драники с ветчиной и сыром ....	312
725. Картофельное безе .....	312
726. Хрустящие крокеты.....	313

#### Овощные блюда

727. Квашеная капуста с фасолью ....	314
728. Капуста, тушенная с лисичками ....	314
729. Тушенная молодая капуста.....	314
730. Колозварская капуста .....	315
731. Цветная капуста в сырном соусе ....	315
732. Цветная капуста, запеченная с курицей .....	316
733. Шарики из цветной капусты с сыром.....	316
734. Баклажаны во фритюре .....	316
735. Цветная капуста в кляре .....	317
736. Баклажаны с уксусом .....	317
737. Рагу с баклажанами.....	317
738. Тушеные баклажаны с помидорами .....	318
739. Соте из баклажанов.....	318
740. Меживо из баклажанов.....	318
741. Баклажаны с овощами .....	319
742. Печеные баклажаны с мясом и рисом.....	319

743. Баклажаны с помидорами .....	319	771. Гречневая запеканка с говядиной.....	330
744. Пюре из зеленого горошка .....	320	772. Запеканка из кабачков.....	330
745. Ленивые голубцы .....	320	773. Запеканка кабачковая с фаршем....	330
746. Брокколи с базиликовым соусом ...	320	774. Горох с клецками .....	331
747. Брокколи с сыром и беконом .....	321	775. Рыбная запеканка с грибами .....	331
748. Луковое пюре .....	321	776. Запеканка из цветной капусты.....	332
749. Тыквенно-картофельные деруны.....	321	777. Мусака .....	332
750. Морковные деруны .....	322	778. Мусака из тыквы .....	333
751. Морковь со сливочным маслом .....	322	779. Баклажанная мусака .....	333
752. Морковь в горшочке .....	322	780. Запеканка из баклажанов с помидорами .....	334
753. Морковь с салом .....	323	781. Запеканка из баклажанов с мясом.....	334
754. Карамелизированная запеченная морковь .....	323	782. Запеканка из баклажанов и картофеля .....	335
755. Тушеная морковь .....	323	783. Моряцкая запеканка.....	335
756. Тыква в маринаде.....	324	784. Овощная запеканка.....	336
757. Тыква с творогом .....	324	785. Гибаница с капустой.....	336
758. Фасолевого пюре .....	324		
<b>Запеканки</b>		<b>Пловы</b>	
759. Картофельная запеканка .....	325	786. Плов домашний .....	337
760. Картофельная запеканка с мясом.....	325	787. Плов с бараниной.....	337
761. Запеканка картофельная со свиным фаршем .....	326	788. Плов с телятиной .....	338
762. Картофельная запеканка с говяжьим фаршем.....	326	789. Плов с гречкой .....	338
763. Картофельная запеканка с зеленым горошком.....	326	790. Плов с фасолью.....	338
764. Румынская картофельная мусака .....	327	791. Плов с грушами.....	339
765. Картофельная запеканка с овощами .....	327	792. Плов с курагой .....	339
766. Картофельная запеканка с фрикадельками .....	328	793. Плов с курицей.....	339
767. Картофельно-кабачковая печеница .....	328	794. Плов из скумбрии .....	340
768. Куриные бедра, запеченные с картофелем.....	328	795. Плов с рыбой.....	340
769. Запеканка с картофельными кнедиками.....	329	796. Сладкий плов с тыквой и фруктами.....	341
770. Клецки с ветчиной .....	329	<b>Соусы</b>	
		797. Домашний майонез.....	342
		798. Майонез из авокадо с васаби .....	342
		799. Молочный майонез.....	342
		800. Гуакамоле .....	343
		801. Бешамель.....	343
		802. Ткемали .....	343
		803. Сацебели.....	344