

Олег  
Ольхов

# ПАСХАЛЬНЫЕ БЛЮДА



*православной  
кухни*

ИСТОРИЯ · ТРАДИЦИИ · РЕЦЕПТЫ



**ПАСХАЛЬНЫЕ  
БЛЮДА**



*православной  
кухни*







**Олег  
Ольхов**

**ПАСХАЛЬНЫЕ  
БЛЮДА**



***православной  
кухни***

**ИСТОРИЯ · ТРАДИЦИИ · РЕЦЕПТЫ**



Москва  
2016





## СОДЕРЖАНИЕ

с. 8  
Традиции пасхального стола

с. 24  
Закуски

с. 48  
Супы

с. 60  
Горячие блюда

с. 80  
Гарниры и соусы

с. 90  
Выпечка и десерты

с. 120  
Напитки

*На фото:* Икона Введения Пресвятой Богородицы во храм на стене Введенской церкви города Дмитрова Московской области



**список блюд**



**Список блюд**

**ЗАКУСКИ**

- 26 Сырный салат с чесноком
- 26 Закуска из творога с зеленью
- 27 Картофельный салат с семгой
- 27 Перепелиные яйца с красной икрой
- 28 Салат с перепелиными яйцами
- 28 Салат из кальмаров с сыром и яйцами
- 30 Салатный микс с куриной печенкой и малиновым уксусом
- 32 Салат по-царски
- 33 Мясной паштет
- 34 Студень
- 36 Холодец
- 38 Буженина
- 39 Ветчина
- 40 Рулетики из судака с сыром
- 41 Лосось со спаржей в волованах
- 42 Грибной жульен
- 46 Жульен из курицы
- 46 Куриная печенка в сливочном соусе
- 47 Мясные голубцы

**СУПЫ**

- 50 Сырный суп с крутонами
- 50 Сливочный суп-пюре со шпинатом
- 51 Рыбная калья
- 52 Рыбная солянка
- 54 Сборная мясная солянка
- 56 Московский рассольник с телячьими почками
- 59 Магирица

**ГОРЯЧИЕ БЛЮДА**

- 62 Стерлядь в шампанском
- 64 Тельное со сметанным соусом
- 65 Осетрина, запеченная с сыром и грибами
- 68 Шашлык из сома
- 69 Свинина, запеченная с имбирем

- 71 Поросенок с гречневой кашей
- 72 Жареная телятина с соусом из белых грибов
- 73 Запеченная баранья нога
- 74 Пасхальятико
- 75 Кокореци
- 76 Печеный бараний бок
- 78 Утка с яблоками

**ГАРНИРЫ И СОУСЫ**

- 82 Гречневая каша
- 83 Перловая каша
- 84 Каша из полбы
- 85 Вареная репа
- 85 Разварной картофель со сливочным маслом
- 86 Запеченный картофель
- 86 Картофельное пюре со сливками
- 88 Ягодный соус
- 89 Луковый соус
- 89 Сметанный соус

**ВЫПЕЧКА И ДЕСЕРТЫ**

- 94 Расстегаи с мясом, луком и яйцом
- 95 Расстегаи с рыбой, луком и яйцом
- 97 Кулебяка с рыбной начинкой
- 98 Кулебяка с мясной начинкой
- 99 Ромовая баба
- 100 Медовая баба
- 100 Баба кружевная
- 101 Творожный завиванец с изюмом
- 103 Войковский кулич
- 104 Даниловский кулич
- 106 Заварной кулич
- 107 Пасхальный веночек
- 110 Домашний творог
- 110 Миндальная пасха
- 111 Пасха с изюмом
- 111 Малиновая пасха
- 112 Вареная царская пасха



список блюд



*На фото:* Крым. Средневековый пещерный монастырь Шулдан. Современное название: Монастырь в честь Покрова Пресвятой Богородицы

- 113 Запеченная пасха
- 114 Цуреки
- 116 Пасхальные яйца
- 118 Крашенки
- 119 Писанки

### НАПИТКИ

- 122 Напиток из шиповника с малиной
- 122 Лимонно-медовый напиток
- 122 Брусничный напиток
- 123 Компот из тыквы и яблок

- 123 Компот из ревеня
- 124 Иван-чай
- 125 Травяной чай
- 125 Глинтвейн
- 126 Пунш

- 127 Список литературы





На фото: Москва, Спасо-Андроников монастырь

---

## УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:



**время  
приготовления**



**для монастырской  
трапезы**



**для мирян**



❧ 1 ❧

*Традиции  
пасхального стола*





с. 11

Несколько слов  
о празднике Пасхи

Традиции пасхального  
стола (традиционные блюда,  
ночное разговение, традиции  
пасхального застолья)







***Пасхалия с 2016 по 2050 год\****

Год	Начало Троицы	Прощеное воскресенье	Вербное воскресенье	Пасха	Вознесение Господне	Троица	Петров пост
2016	21 февраля	13 марта	24 апреля	1 мая	9 июня	19 июня	15 дней
2017	5 февраля	26 февраля	9 апреля	16 апреля	25 мая	4 июня	30 дней
2018	28 января	18 февраля	1 апреля	8 апреля	17 мая	27 мая	38 дней
2019	17 февраля	10 марта	21 апреля	28 апреля	6 июня	16 июня	18 дней
2020	9 февраля	1 марта	12 апреля	19 апреля	28 мая	7 июня	27 дней
2021	21 февраля	14 марта	25 апреля	2 мая	10 июня	20 июня	14 дней
2022	13 февраля	6 марта	17 апреля	24 апреля	2 июня	12 июня	22 дня
2023	5 февраля	26 февраля	9 апреля	16 апреля	25 мая	4 июня	30 дней
2024	25 февраля	17 марта	28 апреля	5 мая	13 июня	23 июня	11 дней
2025	9 февраля	2 марта	13 апреля	20 апреля	29 мая	8 июня	26 дней
2026	1 февраля	22 февраля	5 апреля	12 апреля	21 мая	31 мая	34 дня
2027	21 февраля	14 марта	25 апреля	2 мая	10 июня	20 июня	14 дней
2028	6 февраля	27 февраля	9 апреля	16 апреля	25 мая	4 июня	30 дней
2029	28 января	18 февраля	1 апреля	8 апреля	17 мая	27 мая	38 дней
2030	17 февраля	10 марта	21 апреля	28 апреля	6 июня	16 июня	18 дней
2031	2 февраля	23 февраля	6 апреля	13 апреля	22 мая	1 июня	33 дня
2032	22 февраля	14 марта	25 апреля	2 мая	10 июня	20 июня	14 дней
2033	13 февраля	6 марта	17 апреля	24 апреля	2 июня	12 июня	22 дня
2034	29 января	19 февраля	2 апреля	9 апреля	18 мая	28 мая	37 дней
2035	18 февраля	11 марта	22 апреля	29 апреля	7 июня	17 июня	17 дней
2036	10 февраля	2 марта	13 апреля	20 апреля	29 мая	8 июня	26 дней
2037	25 января	15 февраля	29 марта	5 апреля	14 мая	24 мая	41 день
2038	14 февраля	7 марта	18 апреля	25 апреля	3 июня	13 июня	21 день
2039	6 февраля	27 февраля	10 апреля	17 апреля	26 мая	5 июня	29 дней
2040	26 февраля	18 марта	29 апреля	6 мая	14 июня	24 июня	10 дней
2041	10 февраля	3 марта	14 апреля	21 апреля	30 мая	9 июня	25 дней
2042	2 февраля	23 февраля	6 апреля	13 апреля	22 мая	1 июня	33 дня
2043	22 февраля	15 марта	26 апреля	3 мая	11 июня	21 июня	13 дней
2044	14 февраля	6 марта	17 апреля	24 апреля	2 июня	12 июня	22 дня
2045	29 января	19 февраля	2 апреля	9 апреля	18 мая	28 мая	37 дней
2046	18 февраля	11 марта	22 апреля	29 апреля	7 июня	17 июня	17 дней
2047	10 февраля	3 марта	14 апреля	21 апреля	30 мая	9 июня	25 дней
2048	26 января	16 февраля	29 марта	5 апреля	14 мая	24 мая	41 день
2049	14 февраля	7 марта	18 апреля	25 апреля	3 июня	13 июня	21 день
2050	6 февраля	27 февраля	10 апреля	17 апреля	26 мая	5 июня	29 дней

\*Даты в этой Пасхалии приведены по Григорианскому календарю.



*Христос воскрес из мертвых, смертью смерть поправ, и сущим во гробех живот даровав.*

***Молитвословия Святой Пасхе, Тропарь, глас 5-й***

**П**асха — Светлое Христово Воскресение — самый главный христианский праздник. Праздников праздник и торжество торжеств — так называют Пасху христиане, потому что воскресение из мертвых Господа Иисуса Христа — основа христианской веры. Потому что, как писал святой апостол Павел: «Если Христос не воскрес, то и проповедь наша тщетна, тщетна и вера ваша» (1 Коринфянам 15, 14). Вот как повествует Евангелие о Воскресении Христовом: «По прошествии субботы Мария Магдалина и Мария Иаковлева и Саломия купили ароматы, чтобы идти помазать Его. И весьма рано, в первый день недели, приходят ко гробу, при восходе солнца, и говорят между собою: кто отвалит нам камень от двери гроба? И, взглянув, видят, что камень отвален; а он был весьма велик. И, войдя во гроб, увидели юношу, сидящего на правой стороне, облеченного в белую одежду; и ужаснулись. Он же говорит им: не ужасайтесь. Иисуса ищите Назарянина, распятого; Он воскрес, Его нет здесь. Вот место, где Он был положен. Но идите, скажите ученикам Его и Петру, что Он предваряет вас в Галилее; там Его увидите, как Он сказал вам» (От Марка 16, 1–7).

Исторически Пасха — самый первый христианский праздник, берущий свое начало с апостольских времен, о чем свидетельствуют слова апостола Павла: «Пасха наша Христос, заклан за нас. Посему станем праздновать не со старою закваскою...» (1 Коринфянам 5, 7–8).

*На фото слева: яйца-крашенки, см. РЕЦЕПТ НА С. 116*



В честь праздника Пасхи — самое торжественное и красивое богослужение, которое состоит из пасхальной полунощницы, ночного крестного хода вокруг храма с зажженными свечами и пением хора, радостной светлой утрени и пасхальной литургии. Во время утрени во всех храмах вот уже более полутора тысяч лет священники зачитывают «Слово огласительное на Святую Пасху» — творение святителя Иоанна Златоуста:

*«Кто благочестив и боголюбив, — тот пусть насладится  
этим прекрасным и светлым торжеством.*

*Кто раб благоразумный, — тот пусть, радуясь,  
войдет в радость Господа своего.*

*Кто потрудился, постясь, —  
тот пусть возьмет ныне динарий.*

*Кто работал с первого часа, — тот пусть получит  
сегодня должную плату.*

*Кто пришел после третьего часа, —  
пусть с благодарностью празднует.*

*Кто успел прийти после шестого часа, — пусть несколько  
не беспокоится; ибо ничего не лишится.*

*Кто замедлил до девятого часа, — пусть приступит,  
несколько не сомневаясь, ничего не боясь.*

*Кто успел прийти только в одиннадцатый час, —  
пусть и тот не страшится за свое промедление.*

*Ибо щедрый Владыка принимает и последнего, как первого;  
успокаивает пришедшего в одиннадцатый час так же,  
как и работавшего с первого часа; и последнего милует,  
и о первом печется; и тому дает, и этому дарует; и дела  
принимает, и намерение приветствует; и деятельности  
отдает честь и расположение хвалит.*

*Итак, все войдите в радость Господа нашего;  
и первые, и вторые получите награду;*





*Богатые и бедные, ликуйте друг с другом;*

*Воздержные и нерадивые, почтите этот день;*

*Постившиеся и непостившиеся, веселитесь ныне.*

*Трапеза обильна, — насыщайтесь все;*

*Телец велик, — никто пусть не уходит голодным;  
все наслаждайтесь пиршеством веры; все пользуйтесь  
богатством благости.*

*Никто пусть не жалуется на бедность,  
ибо открылось общее Царство.*

*Никто пусть не плачет о грехах,  
ибо из гроба воссияло прощение.*

*Никто пусть не боится смерти,  
ибо освободила нас смерть Спасителя...»*



*На фото: Москва, Спасо-Андроников монастырь*









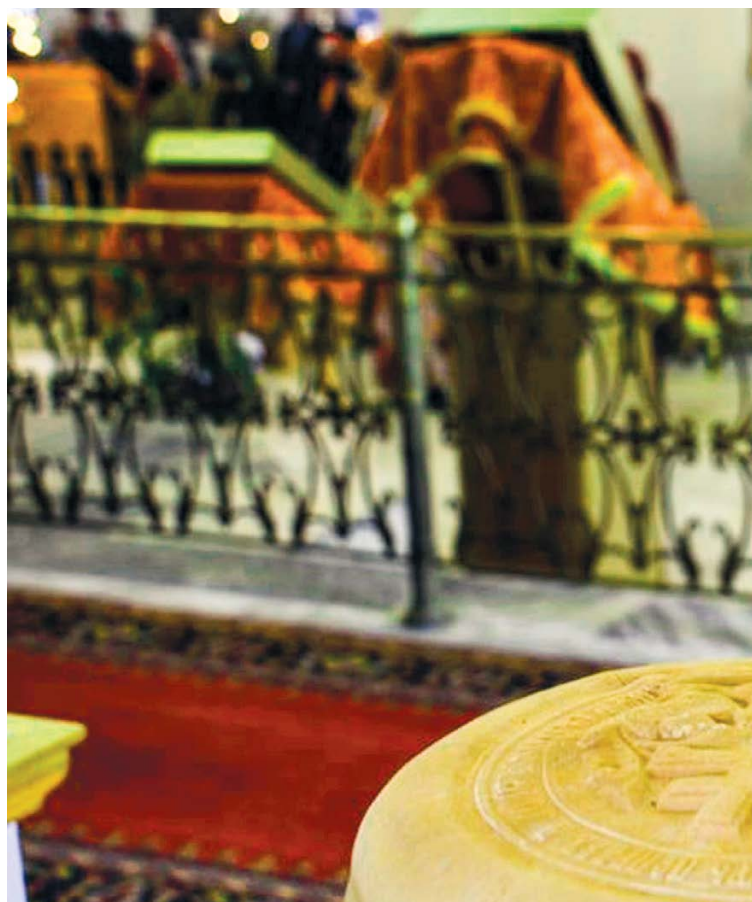
Следующие шесть дней пасхальной недели, которые называются Светлой седмицей, считаются праздничными, поста в эти дни нет. Богослужение в эти дни происходит с открытыми Царскими вратами в знак того, что Воскресением Христовым побежден ад и людям вновь открыты двери рая. Закончен семинедельный Великий пост. Уже на Страстной седмице за три дня до Пасхи, начиная с Великого четверга, верующие пекут куличи, делают творожные пасхи, красят пасхальные яйца и в Великую субботу идут освящать их в церковь. Эти пасхальные традиции давно и прочно установились в России, найдя свое отражение в русской литературе: «С четверга на Страстной начали красить яйца: в красном и синем сандале, в серпухе и луковых перьях; яйца выходили красные, синие, желтые и бледно-розового рыжевато-го цвета. Мы с сестрицей с большим удовольствием присутствовали при этом крашении. Но мать умела мастерски красить яйца в мраморный цвет разными лоскутками и шемаханским шелком. Сверх того она с необыкновенным искусством простым перочинным ножичком выскабливала на красных яйцах чудесные узоры, цветы и слова: „Христос Воскрес“» (Сергей Аксаков. *Детские годы Багрова-внука*).

«У Воронина на погребнице мнут в широкой кадушке творог. Толстый Воронин и пекаря, засучив руки, тычут красными кулаками в творог, сыпят в него изюму и сахарку и проворно вминают в пасочницы. ...У нас в столовой толкут миндаль, по всему дому слышно. Я помогаю тереть творог на решете. Золотистые червячки падают на блюдо — совсем живые! Протирают все, в пять решет; пасох нам надо много. ...У нас пахнет мастикой, пасхой и ветчиной. Полы натерты, но кровать еще не постелили. Мне дают красить яйца... Великая Суббота, вечер. В доме тихо, все прилегли перед заутреней. ...В комнатах — пунцовые лампадки, пасхальные... на образах веночки из розочек. В зале и в коридорах — новые красные «дорожки». В столовой на окошках — крашенные яйца в корзинах, пунцовые: завтра отец будет христосоваться с народом. В передней — зеленые четверти с вином: подносить. На пуховых подушках, в столовой на диване — чтобы не провалились! —



На фото сверху: Икона из фондов Спасо-Андроникова монастыря

На фото слева: Санкт-Петербург, храм Богоявления на Гутуевском острове

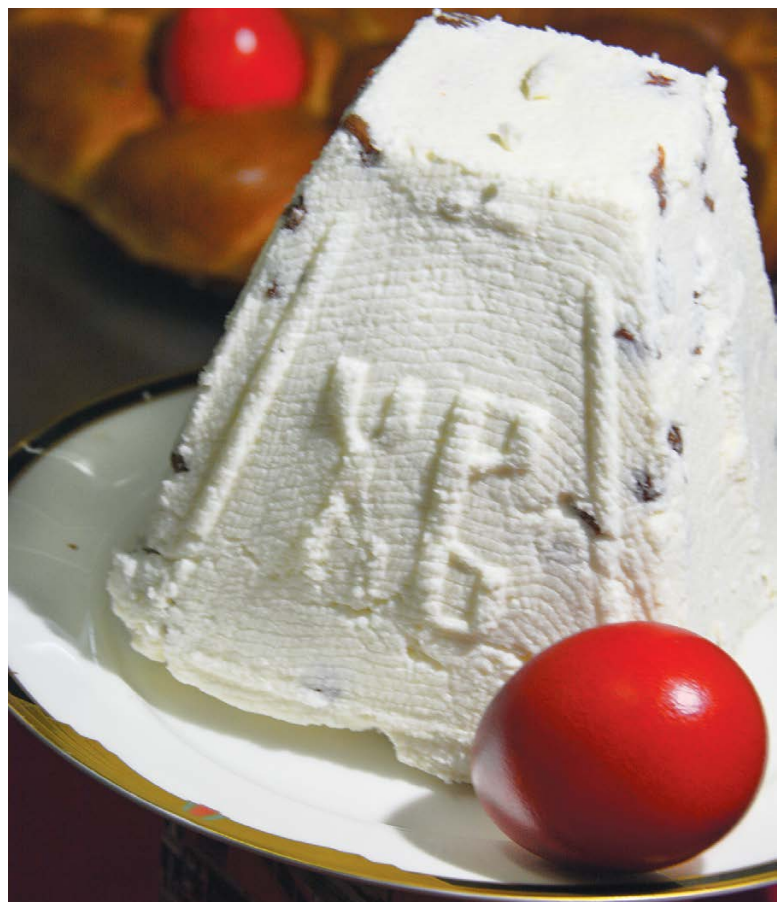


*На фото:* Икона из фондов Спасо-Андроникова монастыря. *Далее:* Престольный праздник в храме святителя Николая на Трех Горах в период Светлой пасхальной седмицы (недели)

лежат громадные куличи, прикрытые розовой кисейкой, — остывают. Пахнет от них сладким теплом душистым» *(Иван Шмелев. Лето Господне)*.

«Утро Великой субботы запахло куличами. Когда мы еще спали, мать хлопотала у печки. В комнате прибрано к Пасхе: на окнах висели снеговые занавески, и на образе „Двунадесятых праздников“ с Воскресением Христовым в середине висело длинное, петушками вышитое полотенце. Было часов пять утра, и в комнате стоял необыкновенной нежности янтарный свет, никогда не виданный мною. Почему-то представилось, что таким светом залито Царство Небесное...» *(Василий Никифоров-Волгин. Жизнь Жительствует)*.





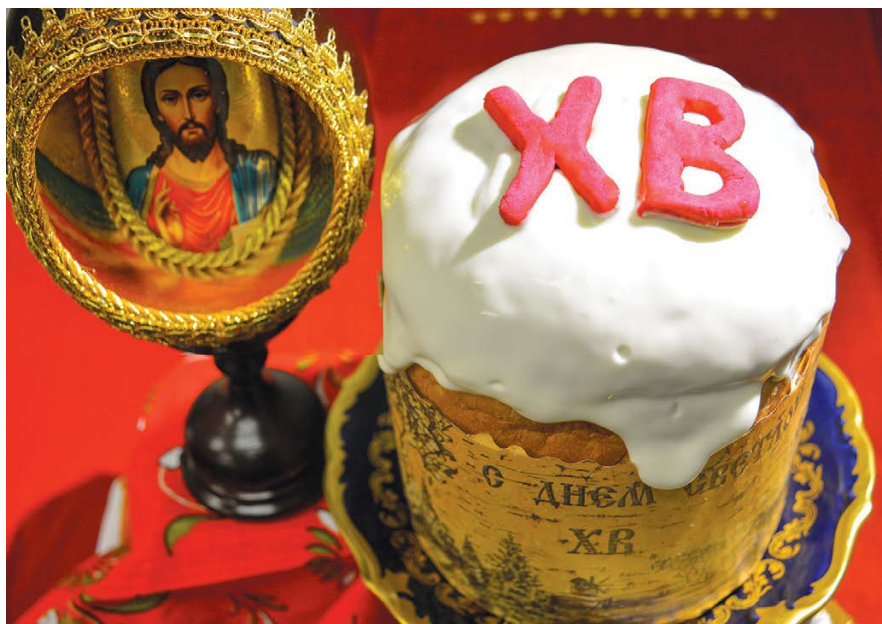
*На фото справа: Пасха с изюмом, см. рецепт на с. 111*

Итак, в Великую субботу, с самого утра и до вечера идут люди в церковь освящать куличи, пасхи и яйца. Людей так много, что места внутри храма не хватает, так что во дворе ставят специальные столы, на которые верующие выставляют куличи с воткнутыми в них горящими свечами, красиво украшенные творожные пасхи и яйца самых разных цветов. Каких тут только нет яиц! Крашенные шелухой, краской, обклеенные наклейками, бисером, с золотыми буквами «ХВ» и разрисованные детьми с недюжинной фантазией, так что изображения встречаются самые фантастические. Многие прихожане составляют целые композиции из кулича, пасхи и яиц, используя для этого специальные круглые формы — пасхальницы: в центре такой формы место для кулича, а по краям — углубления для яиц.









*На фото: Даниловский кулич, см. рецепт на с. 104*

Вдоль ряда столов идет священник, с молитвой кропя святой водой куличи, пасхи, яйца, за священником несет большую чашу со святой водой пономарь, следом несут большую корзину, в которую прихожане складывают свое пожертвование: яйца и малые куличи. На Светлой седмице священнослужители будут раздавать эти яйца и куличи прихожанам, повезут в больницы и тюрьмы, чтобы поздравить с Пасхой тяжелобольных и заключенных. Целый день идут люди на освящение, в монастырях и многолюдных приходах священники сменяют друг друга через каждые два часа, и только к семи часам вечера освящение прекращается, потому что пора готовиться к долгой ночной службе.

Около десяти часов вечера прихожане начинают собираться к ночной службе, в храме начинают чтение «Деяний святых апостолов», в которых содержатся свидетельства о Воскресении Христа. В 23.30 священники начинают служить пасхальную полунощницу, а ровно в полночь начинается торжественный крестный ход. К этому времени множество людей уже стоит перед храмом с зажженными свечами и особыми стеклянными пасхальными фонариками со свечами внутри. Из дверей храма торжественно выходит крестный ход: священнослужители



На фото сверху: Икона из фондов Спасо-Андроникова монастыря

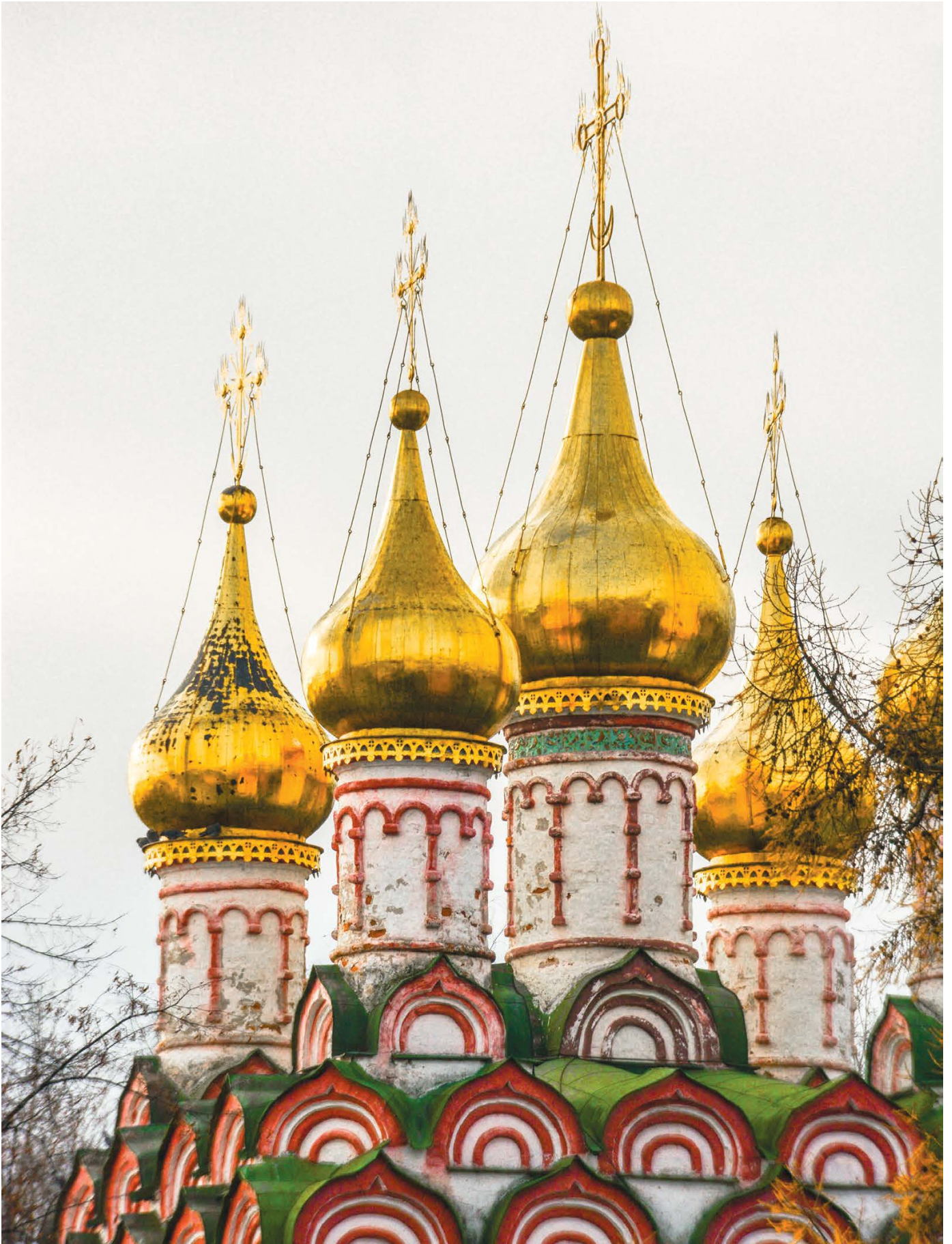
и хоругвеносцы в белом облачении. Во время крестного хода певчие поют стихиру: «Воскресение Твое, Христе Спасе, Ангели поют на Небесех, и нас на земли сподоби чистым сердцем тебе славить!» «В крестном ходу впереди несут фонарь, за ним запрестольный крест, запрестольный образ Божией Матери, далее идут двумя рядами, попарно, хоругвеносцы, певцы, свещеносцы со свечами, диаконы со своими свечами и кадильницами, за ними священники, младшие впереди. В последней паре священников идущий справа несет Евангелие, а идущий слева — икону Воскресения. Завершает шествие Предстоятель с трисвещником и Крестом. Там, где один священник, допускаются мирянам нести на пеленах иконы Воскресения Христова и Евангелие. Крестный ход обычным порядком идет вокруг храма при непрерывном трезвоне. Войдя в притвор, крестный ход останавливается перед закрытыми западными дверями храма» (Игумен Силуан (Туманов). *История христианских праздников*). Закрытые двери храма обозначают «гроб затворенный» — погребальную пещеру, в которую было положено тело Спасителя. Далее начинается служба, в ходе которой закрытые двери отверзаются и крестный ход шествует в храм. Читается пасхальный канон святого преподобного Иоанна Дамаскина, затем пение стихир Пасхи. «После того, как стихиры спеты, полагается совершать троекратное целование — христосоваться, говоря: „Христос Воскресе!“» (Игумен Силуан (Туманов). *История христианских праздников*).

Затем Предстоятель зачитывает «Слово огласительное на Святую Пасху» святителя Иоанна Златоуста, после чего поются часы перед литургией и, наконец, начинается сама Божественная литургия, которую совершают священники уже в красном облачении. Заканчивается ночная служба в 3–4 часа ночи. После нее начинается разговение.

В небольших приходах прихожане разговляются вместе с клириками в церковных трапезных. В больших монастырях, где нет возможности разместить несколько тысяч человек, возле храма на улице раздают чай и яйца. Люди христосуются,

На фото справа: Липецкая область, город Задонск. Задонский Рождество-Богородицкий мужской монастырь









*На фото:* Крым. Средневековый пещерный монастырь Челтер-Мармара.  
Современное название: Мужской пещерный монастырь в честь преподобного Саввы Освященного

обмениваются пасхальными яйцами и постепенно расходятся по домам. После длительного поста есть скоромное нужно очень осторожно. Как правило, разговение ограничивается куском кулича, пасхи и яйцом с бокалом красного вина или глинтвейна, а то и просто чашкой горячего молока или травяного чая. В монастырях праздничная пасхальная трапеза проходит в воскресенье, после утренней праздничной литургии. На большие праздники в монастырях и больших приходах служат по 2–3 праздничные литургии, например, первую



ночью, вторую в 7.00 и позднюю в 10.00, чтобы все прихожане смогли поучаствовать в праздничном богослужении, ведь пожилым людям и родителям с маленькими детьми тяжело выдержать долгую ночную службу. После крестного хода братия монастыря с пением пасхального тропаря заходит в трапезную с артосом\*, который полагают в центре стола, что символизирует присутствие на трапезе Воскресшего Христа.

Поскольку монахи не употребляют мясо, на праздничной трапезе обязательно представлены блюда из рыбы: солянка или калья, салат с рыбой, соленая или копченая рыба, жареная рыба и обязательно крашеные яйца, кулич и пасха, а также те продукты, употребление которых было запрещено во время поста, — сливочное масло, сыр, сметана и молоко. Кулич, пасха и яйца имеют символическое значение. Кулич символизирует присутствие Христа на трапезе, пасха — Гроб Господень, а красное яйцо — символ Воскресения и начало новой жизни. Обязательно на праздничной трапезе должно быть вино. Из безалкогольных напитков чаще всего бывают морс, взвар или другие фруктовые или ягодные напитки, а также горячий чай, обычный или с травами. Пасхальный стол мирян гораздо более обильный и разнообразный. На нем кроме обязательных кулича, пасхи и яиц присутствуют мясные блюда: домашняя ветчина, окорок или буженина, запеченная курица, гусь или утка, бараний бок или телячьи отбивные, молоко, сметана, масло. Из напитков бывает не только вино, но и более крепкие напитки, а к чаю подают десерт — традиционную сдобную выпечку: в Греции на Пасху пекут цуреки, в Болгарии и Румынии — козунак, в Польше и Западной Украине — бабы и мазуреки.

Празднование Пасхи не ограничивается Светлой седмицей, оно продолжается все сорок дней до Вознесения Господня, и христиане все это время приветствуют друг друга словами «Христос Воскресе!».

---

\*АРТОС, греч. — «квасной хлеб», общий всем членам Церкви освященный хлеб, иначе — просфора всецелая. Освящается артос особой молитвой, окроплением святой водой и каждением в первый день Святой Пасхи на литургии после заамвонной молитвы. Его сохраняют в храме всю Светлую седмицу на аналое пред иконостасом. Во все дни Светлой седмицы по окончании литургии с артосом торжественно совершается крестный ход вокруг храма. В субботу Светлой седмицы на литургии артос раздробляют и раздают верующим как святыню. Сообразно со знаменованием Пасхи, которая соединяет в себе события Смерти и Воскресения Господа, на артосе начертывается знамение победы Христа над смертью — Крест, увенчанный тернием, или образ Воскресения Христова (*Православие от А до Я. Словарь-справочник. М.: Издательский Совет РПЦ, издательство «ДАРЬ», 2006*).





226

*Закуски*





## **ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ**

- 26  
Сырный салат с чесноком
- 26  
Закуска из творога с зеленью
- 27  
Картофельный салат с семгой
- 27  
Перепелиные яйца с красной икрой
- 28  
Салат с перепелиными яйцами
- 28  
Салат из кальмаров  
с сыром и яйцами
- 30  
Салатный микс с куриной печенькой  
и малиновым уксусом
- 32  
Салат по-царски
- 33  
Мясной паштет
- 34  
Студень

36  
Холодец

38  
Буженина

39  
Ветчина

## **ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ**

- 40  
Рулетики из судака с сыром
- 41  
Лосось со спаржей в волованах
- 42  
Грибной жульен
- 46  
Жюльен из курицы
- 46  
Куриная печенька  
в сливочном соусе
- 47  
Мясные голубцы



закуски



## ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

### СЫРНЫЙ САЛАТ С ЧЕСНОКОМ

НА 4 ПОРЦИИ

- твердый сыр 400 г
- яйца 4 шт.
- майонез 120 г
- чеснок 4 зубчика
- укроп 2 веточки



Для этого салата подойдет любой сыр твердых сортов — «Костромской», «Российский», «Голландский», «Пошехонский», «Советский», «Гауда», «Эдам», «Чеддар» и т. д. Также можно смешать несколько сортов сыра разного цвета, например кремовый «Российский» и оранжевый «Чеддар».

- ① Яйца отварить, очистить, нарезать мелкими кубиками.
- ② Сыр натереть на крупной терке.
- ③ Чеснок мелко порубить или пропустить через пресс.
- ④ Смешать сыр, яйца и чеснок, заправить майонезом.
- ⑤ Готовый салат выложить в салатник горкой, украсить веточками укропа или посыпать рубленым укропом.



## ЗАКУСКА ИЗ ТВОРОГА С ЗЕЛЕНЬЮ

НА 4 ПОРЦИИ

- творог 600 г
- чеснок 6 зубчиков
- укроп 1 небольшой пучок
- соль



Для этого блюда лучше использовать жирный творог — фермерский или приготовленный дома из натурального молока. Закуску можно использовать как начинку для блинчиков или рулета из лаваша.

- ① Чеснок очистить и мелко порубить.
- ② Укроп промыть, обсушить на чистом полотенце, мелко порубить.
- ③ Смешать творог, чеснок и укроп, измельчить блендером до однородной массы, посолить по вкусу.





## закуски



## КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С СЕМГОЙ

НА 4 ПОРЦИИ

- филе семги 400 г
- картофель 200 г
- яйца 4 шт.
- огурцы 150 г
- майонез 150 г
- листья салата 4 шт.
- укроп или петрушка 2 веточки
- соль

① Картофель сварить в мундире, дать остыть, очистить. ② Яйца сварить и очистить. ③ Филе семги нарезать крупными кубиками и отварить на пару, чтобы



Для этого салата подойдет не только семга, но и форель, горбуша, нерка, кижуч.

нарезанная рыба не потеряла форму. ④ Листья салата и зелень промыть и обсушить. ⑤ Картофель, яйца и огурцы нарезать крупными кубиками. ⑥ Добавить кубики семги, слегка посолить. ⑦ Добавить майонез и очень осторожно перемешать, чтобы не разрушить форму нарезки картофеля и семги. ⑧ Готовый салат выложить на листья салата и украсить зеленью.



## ПЕРЕПЕЛИНЫЕ ЯЙЦА С КРАСНОЙ ИКРОЙ

НА 4–6 ПОРЦИЙ (24 ШТ.)

- перепелиные яйца 12 шт.
- лососевая (красная) икра 125 г
- листья салата 4 шт.



Для фарширования яиц подойдет не только икра.

Их можно заполнить любым кремообразным сыром с добавлением рубленой зелени, муссом из слабосоленого лосося или пастой из авокадо. Подобным образом можно фаршировать и куриные яйца.

① Перепелиные яйца залить холодной водой, довести до кипения, варить 5 минут, быстро охладить, очистить, разрезать пополам, желток вынуть. ② Заполнить половинки яиц красной икрой. ③ Подавать на листьях салата.



закуски



## САЛАТ С ПЕРЕПЕЛИНЫМИ ЯЙЦАМИ

НА 4 ПОРЦИИ

- перепелиные яйца 24 шт.
- спелые мягкие авокадо 2 шт.
- помидоры черри 8 шт.
- салатный микс (айсберг, рукола, фризе, оаклиф) 150 г
- очищенные кедровые орешки 2 столовые ложки
- оливковое масло (Extra virgin) 2 столовые ложки
- сок 1 лимона

① Яйца залить холодной водой, довести до кипения, варить 5 минут, быстро охладить, очистить, разрезать пополам.



Кедровые орешки можно заменить обжаренным дробленым фундуком, а вместо лимонного сока использовать бальзамический уксус.

② Помидоры черри разрезать пополам. ③ Авокадо очистить, нарезать тонкими ломтиками. ④ Кедровые орешки слегка обжарить. ⑤ Листья салата нарезать шашками или нарвать руками, смешать, добавить авокадо, черри и перепелиные яйца, заправить соком лимона и оливковым маслом. ⑥ Салат выложить в салатник и посыпать кедровыми орешками.



## САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ С СЫРОМ И ЯЙЦАМИ

НА 4 ПОРЦИИ

- тушки кальмаров 4 шт.
- яйца 4 шт.
- твердый сыр 100 г
- помидоры 2 шт.
- майонез 100 г
- чеснок 2 зубчика
- укроп или петрушка 2 веточки
- соль

① Тушки кальмаров обдать кипятком, выпотрошить, очистить от пленок и отварить в подсоленной кипящей воде в течение 1–2 минут.



② Яйца отварить и очистить. ③ Помидоры очистить от кожицы и семян. ④ Кальмары нарезать тонкой соломкой. Сыр натереть на крупной терке. Яйца и помидоры нарезать ломтиками. Чеснок мелко порубить. ⑤ Все ингредиенты смешать, заправить майонезом, посолить. ⑥ Салат выложить в салатник и украсить зеленью.



**закуски**



Салат с перепелиными яйцами, см. рецепт на с. 28



## закуски

САЛАТНЫЙ МИКС С КУРИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ  
И МАЛИНОВЫМ УКСУСОМ

НА 4 ПОРЦИИ

- салатный микс (айсберг или ромэн, рукола, лолло росса) 200 г
- куриная печенка 200 г
- красный репчатый лук 1 шт.
- сливочное масло 50 г
- кунжут 1 столовая ложка
- малиновый уксус 2 столовые ложки
- оливковое масло (Extra virgin) 2 столовые ложки
- соль



Если вы не смогли найти в продаже малиновый уксус, свежую или замороженную малину растолките, чтобы получилось 2 столовые ложки пюре и добавьте к нему 1 чайную ложку бальзамического уксуса.

① Куриную печенку очистить от жилок, нарезать крупными кусками. ② Обжарить печенку на сливочном масле на сковороде, добавить 1 столовую ложку малинового уксуса, перемешать, снять с огня, слегка подсолить. Важно не пережарить печенку, она должна остаться сочной. ③ Красный лук нарезать мелкими кубиками. ④ Кунжут слегка подсушить на сковороде. ⑤ Листья салата нарвать, перемешать с луком, заправить оливковым маслом. Добавить поджаренную печенку, аккуратно перемешать, выложить в салатник. ⑥ Посыпать кунжутом, сбрызнуть оставшимся малиновым уксусом.



Этот салатный микс — образец современной кухни, который хорошо подходит для праздничной трапезы. Для этого блюда можно использовать микс из листьев салата или только руколу.



## закуски



## САЛАТ ПО-ЦАРСКИ

НА 4 ПОРЦИИ

- вареный говяжий язык  
150 г
- буженина 150 г
- копченая куриная грудка  
150 г
- корнишоны 150 г
- перепелиные яйца 12 шт.
- красный сладкий перец  
1 шт.
- желтый сладкий перец 1 шт.
- белый сладкий репчатый  
лук 1 шт.
- оливки без косточек 50 г
- каперсы 1 столовая ложка
- майонез 100 г
- листья салата 4 шт.
- укроп или петрушка  
2 веточки
- молотый черный перец
- соль



Такой салат может быть не только мясным, но и рыбным: в таком случае в его состав должны входить копченая осетрина, балык, лососевая (красная) или осетровая (черная) икра.

- ① Сладкий перец разрезать на четыре части, очистить от семян и перегородок, обжарить на гриле или сковороде.
- ② Перепелиные яйца залить холодной водой, довести до кипения, варить 5 минут, быстро охладить, очистить и разрезать пополам.
- ③ Вареный говяжий язык, буженину и копченую куриную грудку нарезать крупными ломтиками.
- ④ Корнишоны нарезать ломтиками.
- ⑤ Белый лук нарезать кубиками.
- ⑥ Каперсы мелко порубить и смешать с майонезом.
- ⑦ Перемешать ломтики мяса, корнишоны, перепелиные яйца и лук, посолить, поперчить. Заправить майонезом с каперсами.
- ⑧ В салатник выложить листья салата, ломтики обжаренного перца, чередуя желтые и красные, сверху выложить салат. Украсить оливками и зеленью.



«Царским» этот салат называется не потому, что его подавали на царский стол, а потому что для него используются дорогие продукты.



## закуски



## МЯСНОЙ ПАШТЕТ

НА 4 ПОРЦИИ

- говяжья вырезка 800 г
- морковь (средняя) 2 шт.
- репчатый лук 2 шт.
- сухое красное вино 1 стакан
- сливочное масло 200 г
- тертый мускатный орех 1 щепотка
- молотый кориандр 1 щепотка
- тростниковый сахар 1 чайная ложка
- соль

① Говядину нарезать крупными кубиками, обжарить в сотейнике с небольшим количеством сливочного масла. ② Залить красным вином, добавить стакан воды, довести до кипения, уменьшить нагрев до минимума, накрыть крышкой и тушить на очень слабом огне до полного размягче-



Мясной паштет можно приготовить не только из говядины, но и из свинины, баранины, курицы, утки, гуся, индейки, печенки.

ния мяса. Это займет около двух часов. ③ Лук и морковь нарезать кубиками, обжарить на сковороде с небольшим количеством сливочного масла, добавить тростниковый сахар и карамелизовать лук с морковью. ④ Готовое мясо охладить до комнатной температуры, пропустить через мясорубку с подготовленным луком и морковью. Добавить оставшееся сливочное масло, кориандр, мускатный орех, измельчить блендером до однородной массы, посолить по вкусу, перемешать. ⑤ Выложить паштет в форму или порционные салатники и поставить в холодильник.



2,5–3 часа  
+ ОХЛАЖДЕНИЕ ОТ 1 ЧАСА

Обычно паштет готовят с вечера, чтобы подать его охлажденным на следующий день. Паштет можно подать в волованах из слоеного теста (см. рецепт «Лосось со спаржей в волованах», с. 41) или вместе с гренками.

## закуски



## СТУДЕНЬ

НА 8–10 ПОРЦИЙ

- говяжьи голяшки 3 шт.
- говяжья лопатка на кости 1 кг
- репчатый лук 2 шт.
- морковь (средняя) 2 шт.
- корень петрушки 1 шт.
- чеснок 5 зубчиков
- черный перец горошком 6–8 шт.
- лавровый лист 3–4 шт.
- соль

① Говяжьи голяшки тщательно промыть при помощи жесткой щетки (хорошо подойдет щетка для гриля). ② Голяшки положить в глубокую кастрюлю, залить 5 литрами холодной воды, довести до кипения, уменьшить нагрев и варить на очень слабом огне 4 часа, постоянно снимая пену.

③ Говяжью лопатку разрубить на несколько частей. ④ Лук, морковь, корень петрушки и чеснок очистить. Лук и морковь разрезать на крупные части, обжечь на плите. ⑤ Добавить к голяшкам куски лопатки, лук, морковь, корень петрушки. Довести бульон до кипения и варить еще 4 часа на слабом огне, постоянно снимая пену, до полного разваривания мяса на лопатке. За все время варки



Студень — традиционная русская холодная закуска из говядины. «Название «студень» вплоть до конца XIX века применялось только к блюду из говяжьих или воловых ног, голов и рубцов. Именно в этом и есть отличие русского студня от украинского холодца, французского галантина, молдавского рэсола, грузинского мужужи и т. д. — он варится исключительно из говядины. Подобное блюдо из свинины в русских поваренных книгах, от Яценкова до Александровой-Игнатъевой, называется просто заливным. Впоследствии, уже в XX веке, по всей России распространилось и малороссийское название — «холодец», которое в традиционной русской кухне означает совсем иное — ягодный десерт» (*Сырников Максим. Настоящая русская еда. М. : Эксмо, 2010*).

бульон потеряет до половины своего объема. ⑥ За 20 минут до окончания варки в бульон добавить соль, перец горошком, лавровый лист. ⑦ Чеснок мелко порубить. ⑧ Готовый бульон процедить, мясо снять с костей, разобрать на волокна, уложить в глубокий противень или судок. ⑨ В бульон добавить рубленый чеснок, по необходимости подсолить его. ⑩ Залить бульоном подготовленное мясо. Убрать противень или судок в холодное место до полного застывания. ⑪ Готовый студень разрезать на порционные куски. Подавать с хреном или горчицей.



8 ЧАСОВ 30 МИНУТ

+ ОХЛАЖДЕНИЕ 3–6 ЧАСОВ

**закуски**



*Студень, см. рецепт на с. 34*



**закуски**



*Кроме классического украинского холодца из свиной рульки, головы и прочих частей свиной туши существует еще много вариантов сборного холодца: из свинины и говядины, из свинины и говяжьего языка, из свинины и индейки, из свинины и курицы и т. д. Иногда в такой холодец еще добавляют нарезанные кружочками вареные яйца, соленые огурцы, «цветы» из вареной моркови, клюкву, рубленую зелень, нарезанные оливки или маслины.*

**Предлагаю вам приготовить сборный студень из свинины, говядины и курицы.**

## ХОЛОДЕЦ

НА 14–16 ПОРЦИЙ

- свиная рулька 2 шт.
- говяжья голяшка 1 шт.
- телячий хвост 1 шт.
- курица ½ тушки
- мякоть говядины (подбедренная часть или лопатка без кости) 300–400 г
- репчатый лук 2 шт.
- морковь 2 шт.
- корень петрушки 1 шт.
- чеснок 6–8 зубчиков
- душистый перец горошком 8–10 шт.
- лавровый лист 5 шт.
- соль



В сборном холодце свиные рульки можно заменить на свиную голову или ее части, а вместо телячьего или говяжьего хвоста использовать говяжьи губы. Вместо полутушки курицы можно взять только каркасы, оставшиеся после разделки птицы — кур, уток, индюшек, или отдельные части тушек: бедра, окорочка, гузки, шейки.

- ① Свиные рульки опалить, отскоблить, тщательно промыть при помощи жесткой щетки. Также тщательно обработать говяжью голяшку и телячий хвост.
- ② Подготовленные рульки и голяшку положить в глубокую кастрюлю, залить 6 литрами холодной воды, довести до кипения, уменьшить нагрев и варить на очень слабом огне 4 часа, постоянно снимая пену.
- ③ Мякоть говядины и половину курицы промыть холодной водой, разрезать их на несколько частей.
- ④ Лук, морковь, корень петрушки и чеснок очистить. Лук и морковь разрезать на крупные части, обжечь на плите.
- ⑤ К кипящей голяшке добавить телячий хвост, мякоть говядины, куски курицы, лук, морковь, корень петрушки. Довести бульон до кипения и варить еще 4 часа на слабом



## закуски

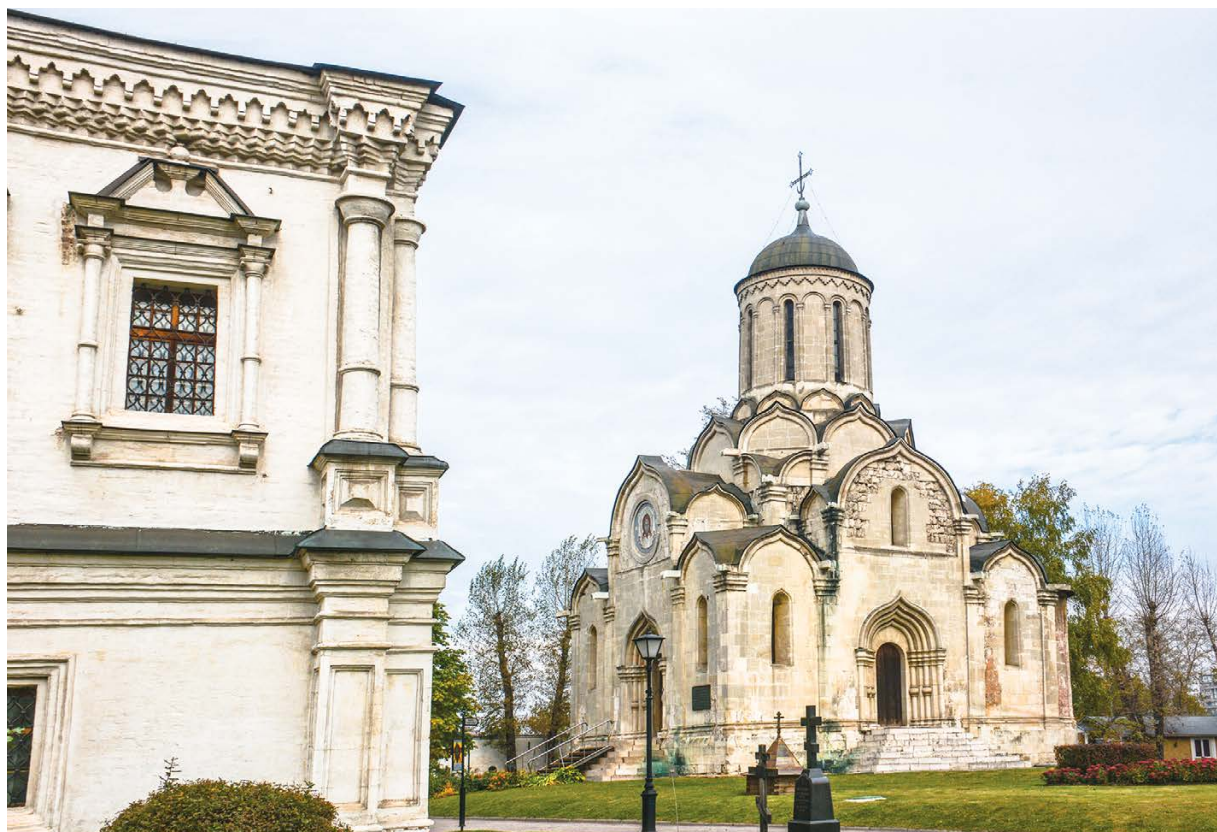


огне, постоянно снимая пену, до полного разваривания мяса. ⑥ За 20 минут до окончания варки в бульон добавить соль, душистый перец горошком, лавровый лист. ⑦ Чеснок мелко порубить. ⑧ Готовый бульон процедить, мясо снять с костей, разобрать на мелкие куски и волокна, уложить в противень или судок. ⑨ В бульон добавить рубленый чеснок,

по необходимости подсолить его. ⑩ Залить бульоном подготовленное мясо. Если вы используете дополнительные ингредиенты (яйца, соленые огурцы или другие, то нужно их выложить на мясо после того, как вы уберете холодец в холодильник, иначе украшения могут «уплыть» при переноске). Убрать противень или судок в холодное место до полного застывания.

⑪ Готовый холодец разрезать на порционные куски. Подавать с хреном или горчицей. При подаче можно украсить холодец солеными огурцами и помидорами, свежей зеленью.

  **8 часов 40 минут**  
+ ОХЛАЖДЕНИЕ 3–6 часов



На фото: Москва, Спасо-Андроников монастырь

## закуски



## БУЖЕНИНА

НА 6–8 ПОРЦИЙ



- свиной окорок без кости  
1,5–2 кг
- чеснок 1 головка
- молотый душистый перец  
1 столовая ложка
- молотая паприка  
1 столовая ложка
- тмин 1 столовая ложка
- молотый кориандр  
1 чайная ложка
- крупная соль  
2 столовые ложки

- ① Чеснок очистить, зубчики нарезать пластинками.
- ② Соль и специи перемешать.
- ③ Наружный слой сала у окорока неглубоко надрезать «решеткой». Острым и тонким ножом проколоть окорок в нескольких местах на глубину 2–3 см, вложить в каждый прокол ломтик чеснока.



Обычно буженину начинают готовить за два дня до застолья.

- ④ Окорок сверху натереть смесью соли и пряностей, оставить мариноваться в холодильнике на 8–12 часов.
- ⑤ Окорок обжарить со всех сторон на раскаленной сковороде до образования румяной корочки. Плотно завернуть окорок в фольгу и запекать в духовке 1–1,5 часа при температуре 180 °С.
- ⑥ Готовому окороку дать остыть до комнатной температуры, затем переложить его в лоток и убрать в холодильник. Желательно подержать буженину в холодильнике 8–10 часов.
- ⑦ Подавать буженину охлажденной с хреном или горчицей.

  9–13 ЧАСОВ  
+ ОХЛАЖДЕНИЕ 2–12 ЧАСОВ

**Буженина** — это запеченный свиной окорок, который едят охлажденным. Буженину легко приготовить в домашних условиях.



закуски



# ВЕТЧИНА

НА 6–8 ПОРЦИЙ

- свиной карбонад 1,5–2 кг
- душистый перец горошком 1 столовая ложка
- гвоздика 5–6 шт.
- лавровый лист 4 шт.
- соль 150 г

- 1 Приготовить рассол. Для этого в 3 литрах кипящей воды высыпать соль, перец, гвоздику, лавровый лист. Охладить рассол до комнатной температуры, поместить в него свиной карбонад на 24 часа.
- 2 Просолившееся мясо плотно перевязать бечевкой или натянуть на него специальную



В отличие от буженины ветчину не запекают, а варят, предварительно выдержав в рассоле. Как и буженину, ветчину готовят за два-три дня до праздника.

пищевую сеточку. Плотно завернуть мясо в пищевую пленку или поместить в рукав для запекания. Варить подготовленное мясо нужно в большой кастрюле на слабом огне в течение 2 часов. Чтобы мясо не всплывало, его необходимо прижать гнетом. 3 Готовое мясо вынуть из кастрюли, охладить до комнатной температуры, убрать в холодильник. 4 Подавать ветчину охлажденной с хреном или горчицей.



26 ЧАСОВ

+ ОХЛАЖДЕНИЕ ОТ 2 ЧАСОВ



На фото: Московская область, Волоколамский район, Иосифо-Волоцкий монастырь



## ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ

### РУЛЕТКИ ИЗ СУДАКА С СЫРОМ

НА 4 ПОРЦИИ (8 ШТ.)

- филе судака 800 г
- твердый сыр 150 г
- помидоры 2 шт.
- листья шпината (свежие или замороженные) 16 шт. (50 г)
- сливки (жирность 33%) 500 мл
- укроп или петрушка 2 веточки
- молотая паприка 1 щепотка
- сушеный базилик 1 щепотка
- молотый черный перец
- соль

- ① Листья шпината промыть, если шпинат замороженный — разморозить.
- ② Филе судака проверить на наличие костей, при необходимости удалить их все.
- ③ Разрезать филе на восемь прямоугольных пластин, слегка отбить, посолить, поперчить.
- ④ Сыр разрезать на 8 брусочков.



Рулетки можно подать не только как горячую закуску, но и как самостоятельное блюдо, а для гарнира взять рис, картофель или вареную цветную капусту, брокколи, цукини. Для начинки можно использовать репчатый лук, молодые кабачки, сладкий перец, рубленую зелень. Чтобы изменить цвет соуса, можно вместо паприки добавить шафран или куркуму.

- ⑤ Помидоры нарезать тонкими кружочками.
- ⑥ На каждый прямоугольник рыбного филе положить по два кружочка помидора и два листика шпината. В центр уложить по брусочку сыра и свернуть филе в плотные рулетики.
- ⑦ Рулетики сколоть шпажками, чтобы они не развернулись, уложить в глубокий противень.
- ⑧ Сливки довести до кипения, добавить паприку и базилик, при необходимости подсолить.
- ⑨ Залить рулетики соусом и запекать в духовке 10–15 минут при 160 °С.
- ⑩ При подаче вынуть шпажки из рулетиков, выложить их на блюдо, полить соусом, образовавшимся при запекании, и украсить зеленью.



## закуски



## ЛОСОСЬ СО СПАРЖЕЙ В ВОЛОВАНАХ

НА 4 ПОРЦИИ

- филе лосося 400 г
- слоеное тесто 200 г
- свежая или консервированная спаржа 8 стеблей
- яйцо 1 шт.
- сливки (жирность 33%) 400 мл
- сливочное масло 1 столовая ложка
- укроп или петрушка 2 веточки
- молотый белый перец
- соль

① Пласты слоеного теста слегка раскатать. Каждый пласт разрезать пополам. ② У яйца отделить желток от белка. ③ Вырезать из теста четыре прямоугольника со сторонами 4×8 см. Из обрезков теста нарезать полоски — две длиной 8 см и еще две длиной 4 см, при этом их ширина должна составлять 5 мм (должно получиться 8 полосок по 8 см и 8 полосок по 4 см). ④ Смазать желтком края прямоугольника и полоски, наклеить полоски на прямоугольники. Таким образом, мы получим 4 прямоугольные «шкатулки» с небольшими бортиками. Если у вас остались обрезки слоеного теста, можно сделать из них произвольные украшения



Рецепт можно разделить на две основные части: приготовление волованов из слоеного теста и рагу из лосося со спаржей и сливками. Если вы хотите сократить время приготовления блюда, используйте готовые крупные волованы из слоеного теста. Вместо спаржи или вместе с ней можно использовать очищенные от кожицы молодые кабачки, зеленый горошек или лопатки зеленого горошка.

для волованов и, смазав их сверху оставшимся желтком, выпечь. ⑤ На противень уложить бумагу для выпекания, на нее — «шкатулки». Выпекать 10–15 минут при 180 °С. В процессе выпекания слоеное тесто поднимется, и мы получим 4 прямоугольных волована высотой 2–3 см. ⑥ Для рагу свежую спаржу отварить до полуготовности, нарезать поперек на кусочки длиной 1–2 см. Консервированную спаржу нарезать сразу. ⑦ Из филе лосося вынуть кости, нарезать его кубиками среднего размера. ⑧ На разогретой сковороде обжарить на сливочном масле кусочки лосося, добавить спаржу, обжарить. Залить сливками, довести до кипения и выпарить сливки до загустения, постоянно перемешивая рагу. Снять с нагрева, посолить и поперчить по вкусу. ⑨ На закусочные тарелки уложить по 1 воловану, в каждый ложкой выложить рагу, полить сливочным соусом, накрыть украшениями из слоеного теста, используя их как крышку. Свежую зелень положить сбоку или, мелко порубив, посыпать волованы сверху.





## закуски



## ГРИБНОЙ ЖЮЛЬЕН

НА 6–8 ПОРЦИЙ

- сушеные белые грибы 1 стакан, или замороженные грибы 1 пакет (450 г), или свежие грибы 300 г
- репчатый лук небольшой 2 шт.
- сливки (жирность 33%) 1 стакан
- сметана (жирность 25%) ½ стакана
- твердый сыр 100 г
- растительное масло для жарки
- молотый черный перец
- соль

① Сушеные белые грибы замочить в холодной воде на ночь, после чего промыть в холодной воде, сварить в кастрюле до готовности, откинуть на дуршлаг, отжать от влаги. Целые грибы нарезать некрупными ломтиками. Свежие лесные грибы очистить, нарезать, промыть в холодной воде, отварить до готовности, откинуть на дуршлаг. Еще раз промыть и дать стечь воде, отжав грибы в дуршлаге. Обжарить на растительном масле. Свежие шампиньоны очистить, промыть, нарезать ломтиками, обжарить на сковороде. Замороженные грибы разморозить,



Вкуснее всего жюльен получается из свежих лесных грибов: в сезон я использую для этого блюда только белые грибы, подосиновики и подберезовики. Эти же грибы можно заготовить на зиму — отварить и заморозить их или засушить. Если лесных грибов нет, используйте шампиньоны, которые всегда есть в продаже. В качестве жидкой основы можно взять сливки, сметану или их смесь. Я всегда использую последний вариант, так как жюльен со сливками получается слишком жирным, со сметаной — имеет слишком выраженный кислый вкус, а у сливочно-сметанной смеси вкус сбалансированный.

Соотношение сливок и сметаны можно варьировать по своему вкусу.

откинуть на дуршлаг, тщательно отжать от воды. Если грибы целые, нарезать их ломтиками. ② Сыр натереть на крупной терке. ③ Репчатый лук нарезать мелкими кубиками, обжарить на сковороде на растительном масле, добавить грибы и обжарить их вместе с луком. Слегка подсолить и поперчить. ④ Влить в сковороду сливки, довести до кипения, уменьшить огонь и тушить грибы в сковороде, постоянно помешивая, до тех пор, пока сливки не загустеют. ⑤ Добавить сметану, довести до кипения, если нужно, подсолить, перемешать. ⑥ Разложить массу по кокотницам, посыпать тертым сыром и запечь в духовке с верхним нагревом или под саламандрой, так чтобы сыр расплавился и образовал румяную корочку. ⑦ Подавать жюльен в кокотницах. Вместо них можно использовать волованы из слоеного теста (см. рецепт «Лосось со спаржей в волованах», с. 41).

30 минут  
+ подготовка 8 часов,  
ЕСЛИ ГРИБЫ СУШЕНЫЕ

**закуски**



Грибной жульен, см. рецепт на с. 42







**закуски**



Куриная печенка в сливочном соусе, см. *рецепт на с. 46*

**Кроме куриной печенки в состав этого блюда входят грибы.** В базовом рецепте используются шампиньоны, но гораздо вкуснее будет, если использовать белые грибы — свежие или замороженные.

*На фото слева:* Санкт-Петербург, храм Богоявления на Гутуевском острове

## закуски



## ЖЮЛЬЕН ИЗ КУРИЦЫ

НА 6–8 ПОРЦИЙ

- куриное филе 200 г
- мякоть куриного бедра 200 г
- репчатый лук (средний) 2 шт.
- сливки (жирность 33%) 400 г
- твердый сыр 100 г
- сливочное масло 30 г
- молотая паприка 1 щепотка
- молотый черный перец
- соль

① Куриное мясо отварить до готовности, нарезать соломкой. ② Сыр натереть на крупной терке. ③ Репчатый лук

нарезать мелкими кубиками, обжарить на сковороде на сливочном масле. ④ Добавить курицу и обжарить вместе с луком. Слегка подсолить, поперчить, посыпать паприкой. ⑤ Влить в сковороду сливки, довести до кипения, уменьшить нагрев и тушить в сковороде, постоянно помешивая, до тех пор, пока сливки не загустеют. При необходимости подсолить, затем

перемешать. ⑥ Разложить массу по кокотницам, посыпать тертым сыром и запечь в духовке с верхним нагревом или под саламандрой, так чтобы сыр расплавился и образовал румяную корочку. ⑦ Подавать жюльен в кокотницах. Вместо них можно использовать волованы из слоеного теста (см. рецепт «Лосось со спаржей в волованах», с. 41).



## КУРИНАЯ ПЕЧЕНКА В СЛИВОЧНОМ СОУСЕ

НА 4 ПОРЦИИ

- куриная печень 800 г
- шампиньоны 200 г
- репчатый лук 2 шт.
- сливки (жирность 33%) 400 мл
- сливочное масло 100 г
- укроп 2 веточки
- молотый черный перец
- соль

① Куриную печень очистить от жилок, нарезать крупными кусками. ② Шампиньоны нарезать ломтиками. ③ Репчатый лук нарезать кубиками.



Эту горячую закуску можно подавать на листьях салата, в кокотницах, как жюльен, или в волованах из слоеного теста (см. рецепт «Лосось со спаржей в волованах», с. 41).

④ На сковороде на сливочном масле обжарить лук и шампиньоны. ⑤ Добавить печеньку, обжарить ее, посолить и поперчить. ⑥ Влить сливки, выпарить их при постоянном помешивании до загустения. ⑦ При подаче куриную печеньку уложить горкой, полив сверху соусом. Украсить веточками укропа.



## закуски



## МЯСНЫЕ ГОЛУБЦЫ

НА 6 ПОРЦИЙ

- **белокочанная капуста**  
½ кочана
- **мякоть свинины 200 г**
- **мякоть говядины 200 г**
- **круглозерный рис 100 г**
- **репчатый лук 2 шт.**
- **морковь 1 шт.**
- **чеснок 2 зубчика**
- **сметана (жирность 15%)**  
0,75 л
- **растительное масло 50 мл**
- **томат-паста 4 столовые**  
**ложки**
- **молотый черный перец**
- **молотый сушеный майоран**  
**или базилик**
- **соль**

① Капусту разобрать на листья, промыть. Отварить листья в подсоленной воде до полуготовности (около 5 минут). У листьев капусты срезать жесткие прожилки и толстое основание. ② Сварить рис до полуготовности. ③ Говядину и свинину пропустить через мясорубку, обжарить на сковороде на растительном масле, добавив рубленый чеснок, перец и специи.



Для фарша можно использовать не только свинину и говядину, но и мясо птицы, говяжью или свиную печеньку. Голубцы можно не запекать, а тушить в утятнице: уложить в утятницу, залить соусом и готовить под крышкой в духовке 20 минут при 160 °С.

④ Лук и морковь нарезать очень мелкими кубиками, обжарить на растительном масле. ⑤ Смешать в сковороде обжаренный мясной фарш, пассерованные лук и морковь, рис. Посолить по вкусу и тщательно перемешать. ⑥ Для соуса томат-пасту пассеровать в сотейнике, добавить сметану и немного воды, все тщательно перемешать и довести до кипения. При необходимости подсолить. ⑦ На середину листьев капусты разложить готовый фарш, свернуть «конвертики», уложить их в глубокий противень. Залить голубцы соусом так, чтобы верхняя их часть осталась непокрытой. ⑧ Запекать голубцы в духовке 10–15 минут при 160 °С. При этом верхняя часть голубцов должна подрумяниться. ⑨ Готовые голубцы подавать с соусом, образовавшимся при запекании, или со сметаной.







236

*Супы*





50	Сырный суп с крутонами
50	Сливочный суп-пюре со шпинатом
51	Рыбная калья
52	Рыбная солянка
54	Сборная мясная солянка
56	Московский рассольник с телячьими почками
59	Магирица



супы



## СЫРНЫЙ СУП С КРУТОНАМИ

НА 6–8 ПОРЦИЙ

- сливки (жирность 22%) 2 л
- мягкий плавленый сыр 750 г
- картофель 4–5 шт.
- репчатый лук 2 шт.
- сливочное масло 30 г
- черный молотый перец
- соль
- **ДЛЯ КРУТОНОВ:**
- хлеб пшеничный ½ шт.
- оливковое масло 50 мл
- молотая паприка 2 щепотки

① Для крутонов с хлеба срезать корки, нарезать мякиш средними кубиками. ② Посыпать их паприкой, полить оливковым маслом, перемешать, под-



Этот суп с нежным сливочным вкусом мы часто готовим на Светлой седмице. Плавленый сыр используем без добавок, но вы можете использовать сыр с грибами или зеленью.

сушить в духовке на противне.

③ Для супа сливки налить в кастрюлю, поставить на огонь. ④ Добавить плавленый сыр и развести его в сливках, постоянно помешивая, чтобы не пригорел. ⑤ Картофель нарезать средними кубиками и добавить в суп после того, как сыр растворится в сливках. ⑥ Лук нарезать мелкими кубиками и обжарить на сливочном масле. ⑦ Когда картофель сварится, добавить пассерованный лук, соль и перец. ⑧ Подавать суп с крутонами.



## СЛИВОЧНЫЙ СУП-ПЮРЕ СО ШПИНАТОМ

НА 6–8 ПОРЦИЙ

- сливки (жирность 22%) 3 л
- шпинат 300 г
- черный молотый перец
- соль



Очень простой и быстрый в приготовлении суп-пюре. Он хорошо подходит для ночного разговения после службы. Использовать для него можно как свежий шпинат, так и замороженный. К этому супу можно приготовить крутоны или гренки с сыром.

① Свежий шпинат промыть, если шпинат замороженный — разморозить. ② Сливки вскипятить. ③ Добавить шпинат. Варить 10 минут, посолить, поперчить. ④ Измельчить суп блендером.





## супы



## РЫБНАЯ КАЛЬЯ

НА 10–12 ПОРЦИЙ

- вода 6 л
- палтус 1 шт. (2 кг)
- соленая икра лососевых 1 банка (125 г)
- репчатый лук 5 шт.
- лук-порей 2 шт.
- соленые огурцы 10 шт.
- каперсы 2 столовые ложки
- морковь 2 шт.
- корень сельдерея или пастернака ½ шт.
- укроп или петрушка 1 пучок
- лимон 1 шт.
- растительное масло 30 мл
- душистый перец горошком 6–8 шт.
- лавровый лист 3 шт.
- шафран 1 щепотка
- черный молотый перец
- сахар
- соль

① Рыбу очистить, выпотрошить, удалить жабры. Залить рыбу холодной водой, поставить кастрюлю на огонь. ② Две луковицы, морковь и сельдерей или пастернак очистить. Лук и морковь разрезать вдоль пополам, обжечь на плите, добавить в бульон. ③ Зелень промыть, отделить листья от стеблей. ④ У лука-порея отрезать зеленую жесткую часть, промыть ее и положить в бульон. Добавить очищенный и крупно



Это праздничный вариант рыбной кальи.

Ее я предпочитаю готовить с шафраном, который придает блюду очень приятный цвет и дополнительный вкусовой оттенок. В старину для кальи использовали осетровую паюсную икру. В те времена это был очень дешевый продукт, доступный всем слоям населения. Поскольку в наше время икра осетровых стоит очень дорого, в своих рецептах я заменяю ее на икру лосося или щуки. Слово «калья» правильно произносить с ударением на букву «я» — доказательством тому служит старинная поговорка: «Где калья, там и я!».

нарезанный сельдерей или пастернак, стебли зелени и перец горошком. ⑤ Когда бульон закипит, снять с него пену, уменьшить нагрев и варить на очень слабом огне 30–40 минут. ⑥ Готовый бульон процедить через марлю. ⑦ У вареной рыбы снять мякоть с костей, нарезать ее крупными кубиками. ⑧ Соленые огурцы нарезать ломтиками, бланшировать 10–15 минут. ⑨ Оставшийся репчатый лук и белую часть лука-порея нарезать полукольцами и пассеровать на растительном масле. ⑩ Лимон разобрать на дольки, удаляя косточки и перегородки. ⑪ Зелень укропа или петрушки мелко порубить. ⑫ Рыбный бульон довести до кипения, положить подготовленные огурцы, рыбу, пассерованный лук, каперсы, лавровый лист, соль, перец, шафран, перемешать, довести до кипения. Попробовать на вкус: если слишком кислый — добавить сахара, если недостаточно кислый — добавить немного огуречного рассола. ⑬ Перед подачей в глубокие тарелки положить дольки лимона, по столовой ложке икры, налить калью и посыпать зеленью.



## супы



## РЫБНАЯ СОЛЯНКА

НА 10–12 ПОРЦИЙ

- вода 6 л
- лосось 1 шт. (1–1,5 кг)
- окунь или судак 1 шт. (1 кг)
- репчатый лук 6 шт.
- соленые огурцы 10 шт.
- оливки без косточек 10 шт.
- маслины без косточек 10 шт.
- томат-паста  
3 столовые ложки
- каперсы 1 столовая ложка
- лимоны 2 шт.
- укроп 1 небольшой пучок
- корень петрушки 2 шт.
- душистый перец горошком  
8 шт.
- растительное масло 30 мл
- лавровый лист 4 шт.
- сахар
- соль

① Рыбу очистить, выпотрошить, удалить жабры. Залить холодной водой, поставить кастрюлю на огонь. ② Две луковицы очистить, разрезать вдоль пополам, обжечь на плите. ③ Зелень промыть, отделить листья от стеблей. ④ Промытый корень петрушки и стебли укропа положить в бульон вместе с луком. Когда бульон закипит, снять с него пену, уменьшить нагрев и варить на очень слабом огне около часа. ⑤ Готовый бульон процедить через марлю.



Современный вариант старинного русского первого блюда. В отличие от классического рецепта эта солянка готовится без квашеной капусты. Именно по этому рецепту мы варим рыбную солянку на Пасху в монастыре.

⑥ У вареной рыбы снять мякоть с костей, нарезать ее крупными кубиками. ⑦ Соленые огурцы очистить от кожицы, нарезать ломтиками, отварить в небольшом количестве воды в течение 15 минут. ⑧ Оставшийся лук очистить, нарезать кубиками, пассеровать на растительном масле. Добавить 1 чайную ложку сахара, карамелизовать. Положить томат-пасту, тушить на слабом огне около 10 минут. ⑨ Лимоны разобрать на дольки, удаляя косточки и перегородки. ⑩ Зелень укропа мелко порубить. ⑪ Маслины и оливки отделить от жидкости и оставить целыми. ⑫ Рыбный бульон довести до кипения, положить подготовленную рыбу, огурцы без рассола, пассерованный с томат-пастой лук, оливки, маслины, каперсы, лавровый лист, соль, перец горошком. Довести до кипения и попробовать: если слишком кислый — добавить сахара, если недостаточно кислый — добавить немного прокипяченного огуречного рассола. ⑬ Перед подачей в глубокие тарелки положить по 1–2 дольки лимона, налить солянку и посыпать зеленью.



супы



Рыбная солянка, см. рецепт на с. 52





## СБОРНАЯ МЯСНАЯ СОЛЯНКА

НА 10–12 ПОРЦИЙ

- вода 6 л
- говяжьи голяшки 1,5 кг
- телячья вырезка 300 г
- домашняя ветчина или буженина 300 г
- копченые свиные ребрышки 300 г
- копченые свиные колбаски 200 г
- репчатый лук 6 шт.
- морковь 2 шт.
- соленые огурцы 10–12 шт.
- оливки без косточек 12 шт.
- маслины без косточек 12 шт.
- томат-паста 3 столовые ложки
- каперсы 1 столовая ложка
- лимоны 2 шт.
- петрушка 1 небольшой пучок
- корень петрушки 2 шт.
- растительное масло 30 мл
- сметана 200 г
- душистый перец горошком 8 шт.
- лавровый лист 4 шт.
- молотый черный перец
- сахар
- соль

① Голяшки запечь в духовке в течение 5–10 минут при 180–200 °С, положить в кастрюлю, залить холодной водой. Добавить стебли укропа, по две обожженные на плите луковички

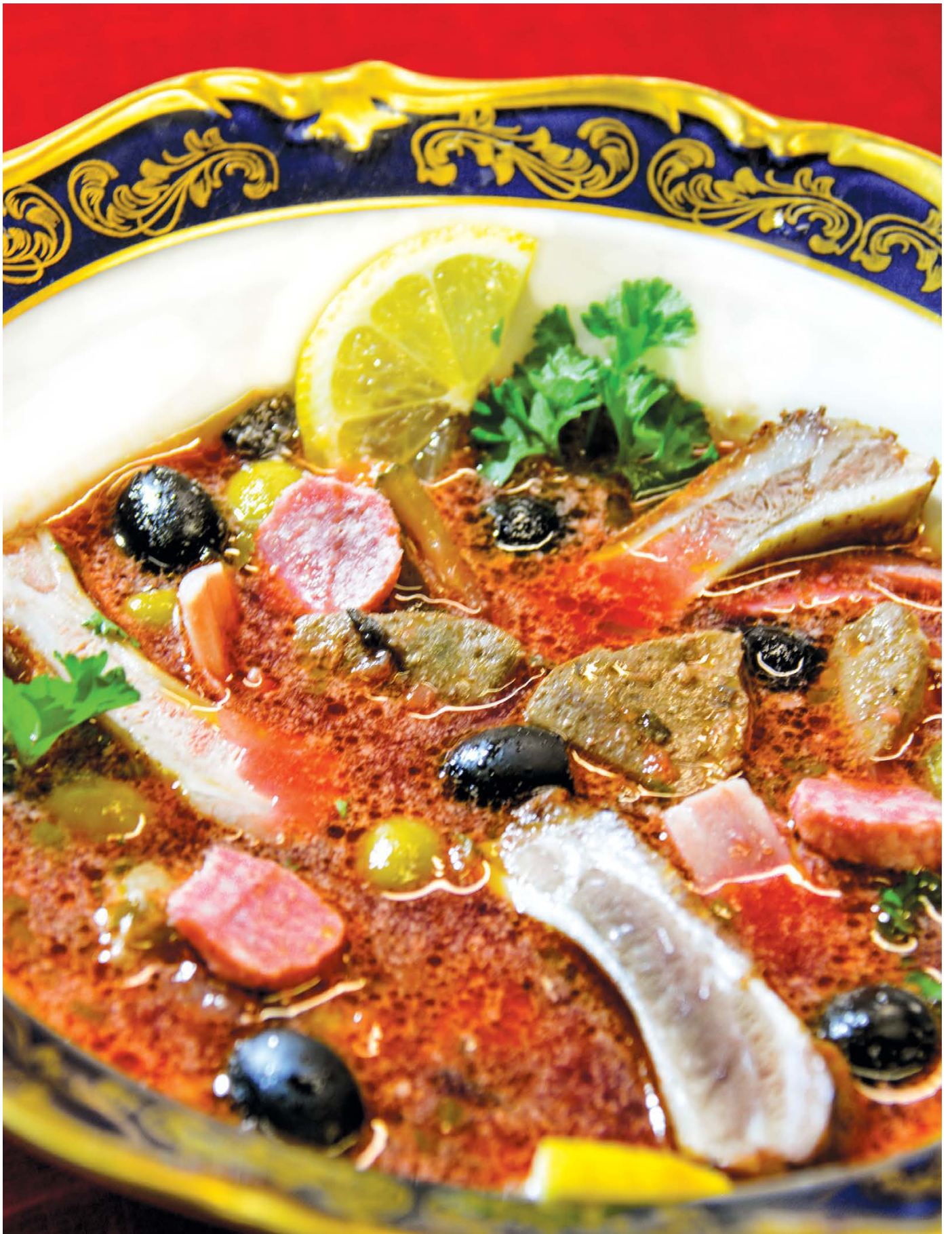


Сборная мясная солянка по принципу приготовления похожа на мясную солянку. Я приведу современный рецепт солянки без квашеной капусты и соленых грибов. В наше время хозяйки часто варят солянку после праздников, используя для нее в качестве мясного набора оставшуюся копченую и вареную колбасу, ветчину, свиные колбаски и даже сосиски. Я не против такого рачительного подхода к домашней кухне, но предлагаю вам иной рецепт, мясной набор для которого я подобрал по собственному вкусу. Для того чтобы бульон был более ароматным, говяжьи голяшки я предварительно запекаю в духовке.

и моркови, корень петрушки, перец горошком. Довести до кипения и варить около часа, снимая пену. ② Телячью вырезку и домашнюю ветчину нарезать кубиками, копченые свиные колбаски — кружочками. Свиные ребрышки разрезать вдоль ребер по одному ребру. ③ Соленые огурцы нарезать ломтиками и бланшировать 10 минут. ④ Оставшийся репчатый лук нарезать кубиками и обжарить на растительном масле. Добавить сахар, карамелизовать. Влить томат-пасту и тушить 10 минут. ⑤ Лимоны разрезать на дольки, удаляя косточки и перегородки. ⑥ Зелень порубить. ⑦ Оливки и маслины оставить целыми. ⑧ Готовый бульон процедить, нагреть, добавить нарезанную телятину, варить 15 минут, снимая пену. Добавить огурцы, пассерованный лук, оливки, маслины, лавровый лист и перец. Довести до вкуса, добавив сахар или огуречный рассол. Если нужно, посолить. ⑨ В глубокие тарелки разложить нарезанные ветчину, колбаски, по 1–2 ребрышка, дольки лимона и каперсы, налить солянку, посыпать зеленью. Отдельно подать сметану.



2 ЧАСА 30 МИНУТ





## супы



## МОСКОВСКИЙ РАССОЛЬНИК С ТЕЛЯЧЬИМИ ПОЧКАМИ

НА 10–12 ПОРЦИЙ

- вода 6 л
- говяжьи голяшки 1,5 кг
- телячьи почки 400 г
- телячья вырезка 300 г
- репчатый лук 6 шт.
- морковь 2 шт.
- корень пастернака или сельдерея 1 шт.
- корень петрушки 1 шт.
- соленые огурцы 10–12 шт.
- петрушка 1 небольшой пучок
- душистый перец горошком 6–8 шт.
- сливочное масло 50 г
- растительное масло 30 мл
- сметана 200 г
- лавровый лист 4 шт.
- молотый черный перец
- соль

① Телячьи почки освободить от пленок, залить холодной водой, вымачивать 4–6 часов, каждый час меняя воду. ② Голяшки запечь в духовке в течение 5–10 минут при 180–200 °С, положить в кастрюлю, залить холодной водой. Добавить стебли укропа, обожженные



Крупа придает этому супу дополнительную сытность, что было очень актуально в голодные годы после гражданской войны. В этом смысле московский рассольник ближе к «корням» — в его составе нет крупы и картофеля, зато сохранились белые коренья. Привожу вам свой вариант московского рассольника.

на плите морковь и две луковицы и корень петрушки, перец горошком. Довести до кипения и варить около часа, снимая пену. ③ Оставшийся лук и корень пастернака или сельдерея нарезать соломкой, спассеровать на растительном масле. ④ Соленые огурцы очистить, нарезать соломкой, бланшировать 10 минут. ⑤ Вымоченные телячьи почки нарезать ломтиками и обжарить на сливочном масле. ⑥ Телячью вырезку нарезать соломкой. ⑦ Оставшийся укроп порубить. ⑧ Готовый бульон процедить, нагреть, добавить нарезанную телятину и обжаренные почки. Варить 15 минут, снимая пену. ⑨ Добавить огурцы и лук с кореньями, лавровый лист, перец, соль. Если кислоты не хватает, влить огуречный рассол. ⑩ В глубокие тарелки налить рассольник, посыпать зеленью. Отдельно подать сметану.



1,5–2 часа

+ ВЫМАЧИВАНИЕ ПОЧЕК 6 ЧАСОВ



супы



Московский рассольник с телячьими почками, см. рецепт на с. 56

**Во время поста, когда мы перестаем употреблять мясо,**  
*нам нужно восполнять отсутствие животных белков растительными.*  
*Для этого хорошо подходит фасоль и другие бобовые. А для того чтобы замена*  
*была равноценной, бобовые нужно сочетать с зерновыми. Такое сочетание*  
*обеспечит организм полным набором незаменимых аминокислот. Проще всего*  
*сочетать бобовые с цельнозерновым хлебом.*

**супы**



**Магирица** — это традиционный греческий суп из бараньих субпродуктов, который подают в Греции во время пасхального разговения. Готовят магирицу перед вечерней службой в Великую субботу, чтобы разговлеться ею после ночной праздничной службы. Едят магирицу вместе с соусом авголемоно (от греч. авго — «яйцо» и лемоно — «лимон»). В состав традиционного рецепта магирицы входит баранья голова (для приготовления бульона) и бараньи кишки. Их обработка — дело не очень приятное и долгое (кишки нужно тщательно скоблить изнутри, промывать и вымачивать в течение суток), поэтому я привожу упрощенный рецепт, без бараньих кишок.



*На фото:* Крым. Средневековый пещерный монастырь Шулдан. Современное название: Монастырь в честь Покрова Пресвятой Богородицы



## супы



## МАГИРИЦА

НА 10–12 ПОРЦИЙ

- вода 6 л
  - баранина на кости 2 кг
  - бараньи субпродукты (сердце, печенка, почки, легкие) 1 кг
  - пропаренный длиннозерный рис 150 г
  - репчатый лук 5 шт.
  - зеленый лук 1 небольшой пучок
  - укроп и петрушка по ½ небольшого пучка
  - листовой салат (айсберг или ромэн) 150 г
  - белое сухое вино 100 мл
  - оливковое масло 50 мл
  - сушеный барбарис 1 столовая ложка
  - молотый душистый и черный перец
  - соль
- ДЛЯ СОУСА АВГОЛЕМОНО:**
- яйца 3 шт.
  - сок 3 лимонов

① Баранину на кости разделить на несколько крупных кусков, положить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь. ② Две луковицы разрезать пополам, обжечь на плите, положить в кастрюлю с мясом. Добавить стебли зелени. Довести бульон до кипения, варить на слабом огне около часа. ③ Бараньи субпродукты



Вместо бараньей головы предлагаю использовать баранину на кости — лопатку или ребра. Уверю вас, на вкус блюдо получается ничуть не хуже оригинального. Если в рецепте используются бараньи почки, их необходимо предварительно вымачивать в холодной воде 6 часов.

обработать, промыть, нарезать средними кубиками.

④ Оставшийся репчатый лук нарезать кубиками.

⑤ В сотейнике или кастрюле с толстым дном обжарить лук на оливковом масле. Добавить нарезанные субпродукты, обжарить. Влить белое вино, выпарить при помешивании.

⑥ Укроп, петрушку и зеленый лук мелко порубить. ⑦ Листья салата нарезать средними кубиками. ⑧ Готовый бульон процедить. Немного бульона отлить и остудить до 30–40 °С. ⑨ Снять мясо с костей. ⑩ Для соуса авголемоно яйца взбить венчиком до образования белой пены. Продолжая взбивать, постепенно добавить лимонный сок. Постоянно перемешивая соус, влить по одной ложке теплый бараний бульон (не горячий, иначе свернется!). Объем вливаемого бульона должен быть равен объему соуса. ⑪ Бульон довести до кипения, добавить снятое с костей баранье мясо и жаренные с луком субпродукты. Варить 15 минут. ⑫ Всыпать рис, варить еще 15 минут. ⑬ Добавить нарезанные салат и зелень, барбарис, соль и перец по вкусу, перемешать, довести до кипения. ⑭ Перед подачей влить соус авголемоно в суп, перемешать. ⑮ Разлить суп по глубоким тарелкам.



2 ЧАСА 30 МИНУТ





46

*Горячие блюда*





62
Стерлядь в шампанском
64
Тельное со сметанным соусом
65
Осетрина, запеченная с сыром и грибами
68
Шашлык из сома
69
Свинина, запеченная с имбирем
71
Поросенок с гречневой кашей

72
Жареная телятина с соусом из белых грибов
73
Запеченная баранья нога
74
Пасхальятико
75
Кокореци
76
Печеный бараний бок
78
Утка с яблоками



## горячие блюда



## СТЕРЛЯДЬ В ШАМПАНСКОМ

НА 6 ПОРЦИЙ

- стерлядь 1 шт. (1,5–2 кг)
- раки (живые) 12 шт.
- шампанское «брют»  
1 бутылка
- лук-порей 2 шт.
- фенхель 3 шт.
- лимоны 2–3 шт.
- укроп 1 пучок
- лавровый лист 6 шт.
- душистый перец горошком  
1 столовая ложка
- соль 2 столовые ложки

① Стерлядь выпотрошить, удалить жабры, разрезать брюхо и выгачить визигу. Облить рыбу кипятком и ножом счистить слизь и костяные наросты, а плавники и хвост оставить. Посолить рыбу снаружи и внутри (2 столовые ложки), уложить в глубокий противень.

② Шампанское развести водой, залить рыбу так, чтобы жидкость покрывала ее наполовину.

③ Лук-порей и фенхель тщательно промыть. Порей нарезать крупными кружочками.



В качестве гарнира можно использовать разварной или запеченный картофель, рассыпчатую гречневую кашу, вареную репу.

Каждый клубень фенхеля разрезать на четыре части.

④ Положить к рыбе лук-порей, фенхель, душистый перец и лавровый лист.

⑤ Веточки укропа оставить для украшения, а стебли добавить к рыбе.

⑥ Разогреть духовку до 170 °С, запекать рыбу 20 минут, периодически поливая шампанским, налитым в противень.

⑦ Через 20 минут добавить к рыбе живых раков (жидкость должна их полностью покрыть). Если жидкости не хватает, долейте кипятка. Готовить рыбу и раков еще 15 минут при той же температуре.

⑧ Лимоны нарезать крупными дольками.

⑨ При подаче готовую стерлядь аккуратно переложить на блюдо, украсить вареными раками, чередуя их с четвертинками фенхеля. Добавить веточки зелени и дольки лимонов.



*Это праздничное блюдо подают целиком на большом овальном блюде или на специальном подносе, украсив вареными раками и зеленью. Разделяют рыбу на порционные куски и раздают гостям прямо за столом.*





## горячие блюда



## ТЕЛЬНОЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ

НА 4–6 ПОРЦИЙ

- филе окуня, судака или щуки 800 г
- яйца 4 шт.
- репчатый лук 2 шт.
- укроп или петрушка 2 веточки
- сливочное масло 100 г
- молотый черный перец
- соль
- ДЛЯ СМЕТАННОГО СОУСА:**
- жирная сметана 500 мл
- репчатый лук 2 шт.
- сливочное масло 100 г

① Филе рыбы мелко порубить ножом. ② Луковицы нарезать мелкими кубиками и обжарить на 50 г сливочного масла до золотистого цвета. ③ В рубленую рыбу добавить яйца, жареный лук, соль, перец, тщательно перемешать.



Рубить рыбное филе для тельного я настоятельно рекомендую по старинке — ножом или топориком, а не пропускать через мясорубку. Так тельное выйдет гораздо сочнее. Форму тельному можно придавать разную и использовать для него любую рыбу.

Я предлагаю вам приготовить тельное в форме биточков из недорогой рыбы с плотным мясом (из окуня, судака или щуки). На гарнир подойдет разварной или запеченный картофель, рассыпчатая гречневая каша, вареный рис.

④ Из полученного фарша сформовать 12 небольших биточков. ⑤ Обжарить биточки до готовности на оставшемся сливочном масле. ⑥ Укроп или петрушку мелко порубить. ⑦ Для сметанного соуса репчатый лук нарезать мелкими кубиками, обжарить на сливочном масле до золотистого цвета. ⑧ Добавить сметану. Постоянно помешивая, довести соус до кипения. Если нужно, подсолить. ⑨ Готовое тельное при подаче полить сметанным соусом, посыпать рубленой зеленью.



**Старинное русское слово «тельное»** означает «блюдо из рубленого рыбного филе без кожи и костей». Ударение в этом слове ставится на букву «о». Вот какое определение дает тельному В. В. Похлебкин: «Русское обозначение филированного мяса рыбы, а также изделий и блюд из него. Так, например, рыбное филе, тщательно освобожденное от костей, может быть измельчено (изрублено) на разной величины кусочки, помещено (спрессовано) в оболочку из полотна (салфетку), марли или завернуто в рыбью кожу (обычно в кожу щуки или судака) и отварено в подсоленной воде. Такого рода блюда называются отварным тельным. Они могут варьироваться по составу (от разных рыб), по пряностям и по приданным им гарнирам, но все равно будут называться тельным» (Похлебкин В. В. Кулинарный словарь. Центрполиграф, 2002).



## горячие блюда

ОСЕТРИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ  
С СЫРОМ И ГРИБАМИ

НА 4 ПОРЦИИ

- филе осетра без кожи 800 г
- белые грибы 400 г
- твердый сыр 200 г
- репчатый лук 2 шт.
- укроп или петрушка 2 веточки
- сливочное масло 150 г
- растительное масло 50 мл
- молотый черный перец
- соль

① Филе осетра разрезать на четыре прямоугольных куска, посолить, поперчить, поджарить с двух сторон на раскаленной сковороде на половине растительного масла до образования румяной корочки.

② Свежие очищенные белые грибы нарезать крупными ломтиками, замороженные — разморозить, отжать, нарезать крупными ломтиками.



Для этого блюда понадобится филе осетра или других осетровых. Грибы лучше использовать белые — свежие или замороженные, в крайнем случае подойдут свежие шампиньоны. На гарнир можно подать свежие овощи: огурцы, помидоры и перец, соленые огурцы, разварной или запеченный картофель, рассыпчатую гречневую кашу.

③ Грибы обжарить на 100 г сливочного масла. ④ Репчатый лук нарезать кольцами, обжарить на оставшемся сливочном масле до золотистого цвета.

⑤ Сыр натереть на крупной терке. ⑥ Обжаренные куски осетрины уложить в глубокий противень, смазанный оставшимся растительным маслом, сверху выложить колечки лука, затем грибы, посыпать тертым сыром. ⑦ Запекать в духовке 5–7 минут при 180 °С до образования румяной сырной корочки. ⑧ Подавать, украсив свежей зеленью.



30–40 минут







**горячие блюда**



Шашлык из сома, см. рецепт на с. 68

**Сом** – рыба весьма специфическая, обладающая запахом и вкусом, который не всем нравится. Особенно это касается старых сомов, весом более 5 кг, мясо которых рыхлое и не очень вкусное. Лучшим блюдом из крупного сома будут котлеты. А вот мясо молодого сома, весом до 5 кг, после маринования бывает очень вкусным. Маринад, который я вам предлагаю, сделает его похожим на курицу.

На фото слева: Крым. Храм святого пророка Илии в Евпатории

## горячие блюда



## ШАШЛЫК ИЗ СОМА

НА 8–10 ПОРЦИЙ

- **мелкие сомы**  
общим весом 5 кг
- **репчатый лук 1 кг**
- **майонез 500 г**
- **лимоны 2 шт.**
- **укроп или петрушка**  
1 небольшой пучок
- **молотый черный перец**
- **соль**

- ① Тушки рыбы разделить на чистое филе без кожи и костей, нарезать его прямоугольными кусками, посолить и поперчить.
- ② Репчатый лук нарезать произвольно крупными кусками.
- ③ Смешать куски сома с луком и майонезом, мариновать



Для придания мясу желтого или розового оттенка можно добавить в маринад куркуму, шафран или паприку.

- в холодильнике под крышкой минимум 4 часа, а лучше 12 часов (ночь). ④ После маринования куски сома очистить от лука и излишков майонеза, насадить на шампуры или деревянные шпажки (если жарите на сковороде). ⑤ Жарить шашлык на мангале, гриле или сковороде до готовности. ⑥ Подавать с крупными ломтиками лимона и свежей зеленью.



30 МИНУТ  
+ МАРИНОВАНИЕ 4–12 ЧАСОВ

**Чем сом мельче, а соответственно и моложе, тем мясо его более упругое и эластичное.** *Замороженный сом очень сильно проигрывает по вкусовым качествам свежему, поэтому в идеале лучше всего купить одного или двух живых сомов. Для шашлыка сома нужно разделить на чистое филе без кожи и костей, при этом 50–60% тушки уйдет в отходы. Голову, хребет и плавники можно использовать для приготовления рыбного супа. Жарить шашлык из сома лучше на гриле или мангале, но если нет такой возможности, жарьте на раскаленной сковороде на растительном масле.*



## горячие блюда



## СВИНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ИМБИРЕМ

НА 6–8 ПОРЦИЙ

- свиная корейка, окорок или шея 1 кусок (1,5–2 кг)
- белое сухое вино 1 л
- лимон 1 шт.
- корень имбиря 3 см
- чеснок 1 головка
- душистый перец горошком 2 столовые ложки
- растительное масло 50 мл
- соль 2 столовые ложки

① Имбирь очистить, натереть на терке. ② Чеснок очистить и мелко порубить. ③ Душистый перец крупно размолоть. ④ Из лимона выжать сок. ⑤ Смешать соль и перец, натереть смесью свинину. ⑥ Смешать имбирь, чеснок, сок лимона, повторно натереть свинину. ⑦ Уложить мясо в глубокую посуду, залить вином, установить



Приготовление блюда можно разделить на два основных этапа: маринование, которое займет от 12 до 24 часов, и запекание. Я предпочитаю мариновать мясо не менее суток — тогда оно приобретает ярко выраженный вкус имбиря с нотками лимона и чеснока и розоватый оттенок. Если вы считаете, что специи должны лишь слегка оттенять собственный вкус мяса, вы можете отказаться от маринования, а лишь натереть мясо специями и сразу запечь. В таком случае время приготовления блюда значительно сократится.

гнет, убрать в холодильник на сутки. ⑧ Свинину вынуть из маринада, слегка отжать, обсушить полотенцем, смазать растительным маслом, плотно завернуть в фольгу. ⑨ Запекать мясо в духовке на решетке 1,5–2 часа при 180–200 °С. ⑩ Подавать свинину горячей, разрезав на порционные куски. В качестве гарнира использовать отварной или печеный картофель, рассыпчатую гречневую кашу, шафранный рис. К свинине хорошо подойдет любой кисло-сладкий соус.



1,5–2 ЧАСА

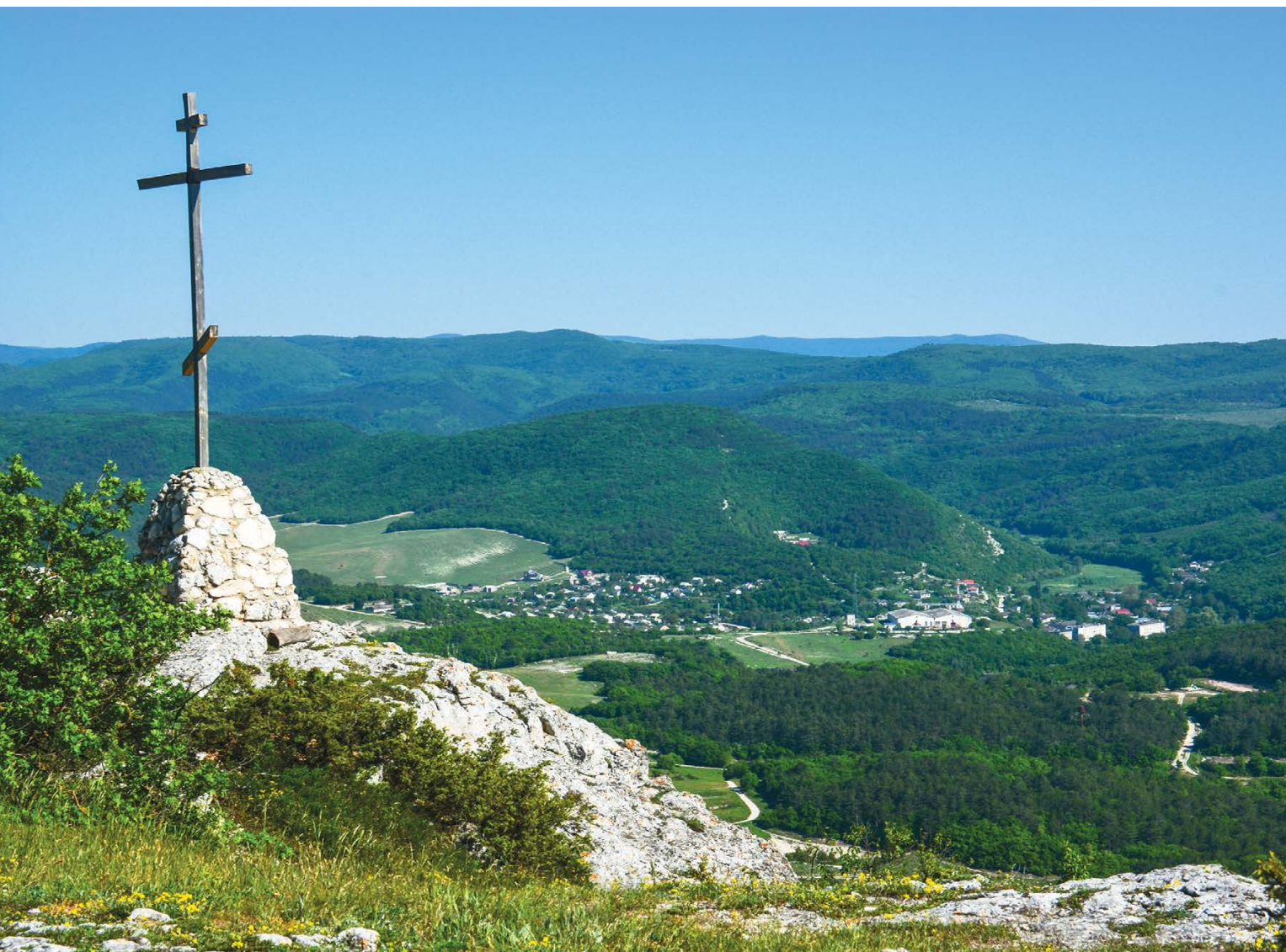
+ МАРИНОВАНИЕ 12–24 ЧАСА

*Для этого блюда лучше всего подходит свиная корейка, окорок или шея, но если выбора нет, можно взять карбонад или вырезку, хотя они получаются суховатыми. В этом случае подайте к мясу какой-либо кисло-сладкий соус на фруктовой, ягодной или медовой основе.*

**горячие блюда**



**Это традиционное русское праздничное блюдо, которое готовили на Рождество и Пасху. «...Печки трещат-пылают. Тихий свет, святой... Широкая печь пылает. Какие запахи. Пахнет мясными пирогами, жирными щами со свиной, гусем и поросенком с кашей... После поста — так сладко. Эти густые запахи Рождества, домашние. Священные... Жарко, светло и сытно» (Шмелев И. С. Лето Господне).**



*На фото:* Средневековый пещерный монастырь Челтер-Мармара. Современное название: Мужской пещерный монастырь в честь преподобного Саввы Освященного

## горячие блюда



## ПОРОСЕНОК С ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

НА 10–12 ПОРЦИЙ

- **молочный поросенок 1 шт.**  
(3–5 кг)
- **яйца 8 шт.**
- **гречневая крупа 500 г**
- **репчатый лук 2 шт.**
- **молоко 2 л**
- **сливочное масло 100 г**
- **растительное масло 50 мл**
- **маслины 2 шт.**
- **укроп или петрушка**  
**1 небольшой пучок**
- **соль**

① Поросенка вымочить в смеси молока и 1 л воды в течение суток в холодильнике. ② Из гречневой крупы сварить рассыпчатую кашу. ③ Яйца сварить и очистить, 4 яйца порубить, а 4 разрезать на четыре части. ④ Репчатый лук нарезать кубиками и обжарить на небольшом количестве сливочного масла. ⑤ Половину гречневой каши смешать с рублеными яйцами и обжаренным луком, заправить оставшимся сливочным маслом, посолить. ⑥ У подготовленной тушки поросенка разрезать вдоль грудинку, надрубить изнутри тазовую кость и межлопаточную часть позвоночника. Затем развернуть тушку, натереть внутри и снаружи солью.



Для этого блюда берут молочного поросенка — не старше 6 недель, который питался только молоком (поэтому он и называется «молочный»). При покупке выбирайте уже выпотрошенную и опаленную тушку (без щетины), так как с остывшей тушки тяжело удалить щетину, и это отнимает много времени. В случае если вы купили непотрошенного поросенка, его следует выпотрошить (печенку не выбрасывайте, а обжарьте, порубите и смешайте с гречкой для фарширования). После этого тушку следует натереть мукой, а затем опалить при помощи газовой горелки. Делать это надо аккуратно, поскольку кожа у молочного поросенка очень нежная и при слишком сильном нагреве лопается и слезает. После опаливания тушку нужно облить кипятком и соскоблить ножом остатки щетины. Затем следует вымочить поросенка в молоке, разведенном водой, в течение суток. Это придаст мясу приятный цвет.

В фарш кроме гречневой каши, яиц и лука можно добавить шкварки или кусочки сала, жареные грибы.

⑦ Поросенка плотно начинить гречневой кашей с луком и яйцом. Брюхо зашить поварской нитью или склότη шпаяжками, обвязав их ниткой, чтобы края не разошлись. ⑧ Поросенка смазать растительным маслом, уложить на противень спиной вверх, а ножки подогнуть по бокам. Ушки, пяточок и хвост обернуть фольгой, чтобы они не подгорели. ⑨ Запекать поросенка в духовке 40–50 минут при 180 °С, постоянно поливая его выделяющимся жиром. ⑩ Готовность проверить, проколов тушку шпажкой — поросенок готов, если при проколе в самой толстой его части выделяется прозрачный сок. ⑪ При подаче поросенка аккуратно уложить на большое блюдо, снять фольгу, вытащить нить и шпаяжки. Аккуратно разрезать поросенка на части так, чтобы он выглядел целым. Вместо глаз вставить маслины, смазать их маслом. С боков обложить поросенка гречневой кашей и четвертинками яиц. Украсить зеленью.



1 час 30 минут

+ ВЫМАЧИВАНИЕ 24 ЧАСА





## ЖАРЕНАЯ ТЕЛЯТИНА С СОУСОМ ИЗ БЕЛЫХ ГРИБОВ

НА 4 ПОРЦИИ

- телячья вырезка 800 г
- свежие или замороженные белые грибы 400 г
- репчатый лук 3 шт.
- сметана 200 мл
- сливки (жирность 33%) 200 мл
- сливочное масло 100 г
- растительное масло 50 мл
- крупно молотый душистый перец
- соль

① Свежие белые грибы очистить, нарезать крупными кусками, мелкие грибы можно оставить целыми. Замороженные грибы разморозить, отжать и нарезать аналогичным образом.

② Телячью вырезку зачистить от пленок и сухожилий, разрезать поперек волокон на четыре части — получатся куски, напоминающие цилиндры. ③ Каждый кусок поставить вертикально, смять вниз и надавить на него ладонью, расплющивая, слегка



Грибы лучше использовать свежие или замороженные, но можно заменить их сушеными, в таком случае необходимо их заранее замочить и отварить, а это значительно увеличит время приготовления блюда.

В оригинальном рецепте для соуса использовалась только сметана, но на мой вкус соус на одной сметане получается слишком кислым, поэтому я всегда сочетаю сметану со сливками.

отбить, посолить и поперчить.

④ Поджарить куски телятины на чугунной сковороде или сковороде с толстым дном на растительном масле с двух сторон. ⑤ Репчатый лук нарезать полукольцами, обжарить на сливочном масле, добавить грибы, обжарить их, посолить. ⑥ Влить сливки, выпарить их до загустения, добавить сметану и довести соус до кипения. ⑦ Куски телятины, находящиеся на сковороде, залить приготовленным грибным соусом и поставить в духовку, разогретую до 160–170 °С, на 10–15 минут. ⑧ Подавать телятину с «классическим» гарниром — рассыпчатой гречневой кашей или картофелем, запеченным или разварным. Для украшения можно использовать свежую зелень, свежие или соленые огурцы и помидоры.



*Это одно из традиционных блюд, которое готовили на Рождество и Пасху в XIX веке. Для этого блюда нам понадобятся телячья вырезка и белые грибы.*

## горячие блюда



## ЗАПЕЧЕННАЯ БАРАНЬЯ НОГА

на 8–10 порций

- баранья нога 1 шт. (2–3 кг)
- чеснок 1 головка
- свежий розмарин 3 веточки  
или сушеный 1 столовая ложка
- крупно молотый душистый перец 1 столовая ложка
- соль 2 столовые ложки

① С бараньей ноги удалить грубую кожу, пленки и лишний жир. ② С веточек розмарина снять листья, оставив их целиком. ③ Чеснок очистить, порубить, смешать с розмарином, душистым перцем и солью. ④ Тщательно натереть ногу получившейся смесью. ⑤ В лоток для запекания или противень налить 1 стакан воды, уложить



Для этого блюда нам понадобится задняя нога молодого барашка.

ногу, запекать 30 минут при 200 °С. За это время баранья нога слегка запечется сверху. Уменьшить температуру до 160 °С и запекать ногу до готовности еще 20–30 минут, периодически поливая образовавшимся соком.

⑥ Подавать готовую баранью ногу целиком на большом блюде с гарниром из жареного с розмарином картофеля, разварного картофеля с зеленью и чесноком или рассыпчатой гречневой каши с жареным луком. Разделять на порции непосредственно за столом.



1 час 20 минут

**На пасхальный стол традиционно принято подавать блюда из баранины, символизирующие жертвенного Агнца — Христа, добровольно принесшего себя в жертву за всех людей.**

## горячие блюда



## ПАСХАЛЬЯТИКО

НА 6 ПОРЦИЙ

- каре ягненка 1,5 кг
- длиннозерный рис 300 г
- изюм 100 г
- лук-порей 2 шт.
- укроп 1 небольшой пучок
- мята 2–3 веточки
- оливковое масло 100 мл
- кайенский перец 1 щепотка
- соль

① Каре ягненка разрезать по кости, натереть солью и кайенским перцем, смазать небольшим количеством оливкового масла. ② Белую часть лука-порея нарезать полукольцами. ③ Изюм промыть и обсушить на полотенце. ④ На оставшемся масле обжарить лук порей. ⑤ Добавить в сковороду сухой рис, слегка обжарить, добавить изюм, перемешать. ⑥ В противень с высокими бортами



Для этого блюда я всегда использую каре ягненка, оно получается очень нежным, но вместо каре ягненка можно использовать баранину на косточке, желательна реберная часть. Блюдо должно быть острым, но если вам острое противопоказано, замените кайенский перец паприкой или молотым душистым перцем.

выложить рис, сверху баранину, налить 2 стакана холодной воды. ⑦ Противень поставить в духовку, разогретую до 180 °С, на 20–30 минут. Когда мясо достаточно зарумянится, проверить рис — если он еще не сварился, добавить немного воды, накрыть крышкой или фольгой, готовить еще 10 минут. ⑧ Укроп мелко порубить, мяту промыть. ⑨ При подаче рис перемешать с укропом, выложить горкой на тарелку. Сверху положить ребрышки, украсить веточками мяты.



**Пасхальятико** — традиционное греческое пасхальное блюдо из ягненка. Это ребрышки ягненка, запеченные с рисом, смешанным с изюмом и зеленью.



горячие блюда



# КОКОРЕЦИ

НА 6 ПОРЦИЙ

- **бараньи субпродукты** (кишки, сердце, легкие, печенка) 3–4 кг
- **зеленый лук, укроп, петрушка по 1 пучку**
- **лимоны 6 шт.**
- **сушеный базилик**
- **крупно молотый душистый перец**
- **соль**

- ① Бараньи кишки разрезать на 6 частей, выскоблить внутри, тщательно промыть, замочить в холодной воде с соком 2–3 лимонов на ночь в холодильнике.
- ② За час до приготовления сердце, легкие и печенку нарезать не очень крупными кусками, добавить соль, перец и базилик, перемешать.
- ③ Разжечь в мангале угли.



Готовят кокоречи из того же набора, что и суп магирица (с. 59): бараньи кишки, сердце, легкие, печенка. Подготовку начинают за сутки до приготовления, это долгий и трудоемкий процесс. На гарнир к кокоречи можно подать свежие огурцы, перец, помидоры, зелень, рассыпчатый рис или запеченный картофель.

- ④ На шампур подколоть одним концом кишку (проткнуть нижний конец кишки шампуром так, чтобы он прошел через обе стенки), затем плотно нанизать куски сердца, печенки и почек. Кишку обмотать по спирали вокруг субпродуктов, верхний конец кишки наколоть на шампур так же, как и нижний.
- ⑤ Жарить кокоречи над углями до готовности.
- ⑥ Оставшиеся лимоны разрезать на крупные дольки. Зелень промыть и обсушить.
- ⑦ Подавать кокоречи с пучками свежей зелени и дольками лимона.



40 минут

+ подготовка кишок 12 часов

**Кокоречи** — традиционное пасхальное блюдо греческой кухни из бараньих субпродуктов, жаренных на шампурах над углями.

## горячие блюда



## ПЕЧЕННЫЙ БАРАНИЙ БОК

НА 8–10 ПОРЦИЙ

- баранья грудинка 1 отруб (2–3 кг)
- чеснок 5–6 зубчиков
- гречневая крупа 300 г
- яйца 4 шт.
- репчатый лук 2 шт.
- сливочное масло 100 г
- растительное масло 50 мл
- соль 2 столовые ложки

① Из гречневой крупы сварить рассыпчатую кашу. ② Яйца сварить, очистить, порубить. ③ У бараньей грудинки подрезать мясо вдоль ребер, чтобы получились «кармашки». ④ Чеснок очистить и порубить, смешать с солью. ⑤ Обмазать грудинку смесью соли и чеснока, поджарить на большой сковороде с толстым дном на растительном масле с двух сторон.



По желанию в начинку можно добавить жареные грибы или кусочки жареного курдюка.

⑥ Репчатый лук нарезать кубиками и обжарить на части сливочного масла. ⑦ Добавить лук в кашу вместе с рублеными яйцами и оставшимся сливочным маслом, перемешать. ⑧ Обжаренную баранью грудинку переложить в противень или лоток, заполнить «кармашки» приготовленной начинкой. Запекать в духовке 30–40 минут при 170 °С. ⑨ Подавать бараний бок целиком на большом блюде. Для украшения можно использовать свежую зелень. Подавайте с гречневой кашей и соусом, например ягодным (см. с. 88).



**Еще одно праздничное блюдо из баранины.** Используют для него баранью грудинку — бараний бок целиком или крупными частями. Принцип приготовления такой: слой мяса у самых ребер подрезают так, чтобы получился «карман». Этот «карман» фаршируют гречневой кашей и запекают бараний бок в духовке.





## горячие блюда



## УТКА С ЯБЛОКАМИ

НА 6 ПОРЦИЙ

- утка 1 шт. (2–3 кг)
- мелкие кисло-сладкие зеленые яблоки 6 шт.
- сметана 1 стакан
- толченый тмин 1 чайная ложка
- молотый черный перец
- соль
- растительное масло 50 мл

① У яблок удалить сердцевину с семенами, кожицу не снимать. ② Потрошеную утку натереть солью, перцем и тмином снаружи и внутри. ③ Подготовленные яблоки поместить внутрь утки, брюшину зашить. ④ Утку обмазать сметаной, уложить



Для этого блюда хорошо подойдет утка, гусь или крупная жирная курица. На гарнир можно подать печеный картофель, рассыпчатую гречневую кашу.

спинкой вниз на противень, смазанный растительным маслом. ⑤ Запекать утку в разогретой до 180 °С духовке минут пятнадцать, пока тушка не зарумянится. После этого уменьшить нагрев до 120 °С и запекать утку около часа, периодически поливая выделяющимся соком. ⑥ Утку подавать целиком, выложив вокруг нее гарнир, или порционными кусками вместе с запеченными яблоками. Отдельно можно подать луковый соус (см. с. 89).



**Запеченная с яблоками птица** — еще одно из традиционных рождественских и пасхальных блюд.

**горячие блюда**



*Утка с яблоками, см. рецепт на с. 78*



256  
*Гарниры  
и соусы*







### **КАШИ**

82

Гречневая каша

83

Перловая каша

84

Каша из полбы

85

Вареная репа

85

Разварной картофель  
со сливочным маслом

86

Запеченный картофель

86

Картофельное пюре  
со сливками

### **СОУСЫ**

#### **ДЛЯ ГОРЯЧИХ БЛЮД**

88

Ягодный соус

89

Луковый соус

89

Сметанный соус



**гарниры и соусы**



**КАШИ**

**«Щи да каша — пища наша» — гласит старинная русская пословица.**

*Каких только каш на Руси не варили: гречневую темную из ядрицы и «пуховую» из обдирной смоленской крупы, зеленую — из недоспелой ржи, перловую, пшенную, ячневую, манную (нельзя не вспомнить и о знаменитой гурьевской каше), овсяную (из целых зерен), толокняную, полбяную, гороховую. Каши бывают рассыпчатые, вязкие и жидкие. Для гарнира подходят рассыпчатые каши, которые заправляют большим количеством сливочного или растительного масла и часто смешивают с жареными грибами, луком, морковью, вареными рублеными яйцами. Во время варки объем крупы увеличивается в 3–4 раза за счет поглощения жидкости крупой. Варить кашу лучше в посуде с толстым дном или в пароварке, чтобы каша не пригорела. Крупу перед варкой перебирают и промывают теплой водой (гречневую промывать не нужно, это ухудшает ее вкус). Закладывают крупу в кипящую подсоленную воду, что сокращает время варки. Я привожу раскладку на 1 порцию, чтобы вам было легче рассчитать количество гарнира для ваших гостей.*

**ГРЕЧНЕВАЯ КАША**

- гречневая крупа 50 г
- вода 150 мл
- сливочное масло 30 г
- соль

- ① Гречневую крупу перебрать.
- ② Воду довести до кипения, посолить.
- ③ В кипящую воду засыпать крупу.
- ④ Варить под крышкой до полного впитывания воды (около 15 минут), снять с огня.



Если каша используется как гарнир к мясному блюду или как начинка для фарширования, ее можно смешать с жареными рублеными субпродуктами: печенкой, сердцем, рубцом, а также рубленой зеленью и шкварками.

- ⑤ Положить в кашу масло, накрыть посуду крышкой. Дать каше постоять в теплом месте 30 минут.
- ⑥ Перед подачей кашу перемешать.



**30–40 минут**

**С гречневой кашей хорошо сочетаются жареный лук, жареные грибы и вареные куриные яйца.**



## ПЕРЛОВАЯ КАША

- перловая крупа 50 г
- вода 150 мл
- сливочное масло 30 г
- соль



Чтобы перловая каша получилась вкусной, крупу лучше замочить на ночь в холодной воде. В этом случае и время варки значительно сократится. Впрочем, такую кашу можно готовить и без предварительного замачивания крупы.

- ① Перловую крупу перебрать, замочить в холодной воде на ночь.
- ② Перед варкой промыть крупу в теплой воде.
- ③ Воду довести до кипения, посолить.
- ④ В кипящую воду засыпать крупу.
- ⑤ Варить под крышкой до размягчения (15–20 минут), снять с огня.
- ⑥ Положить в кашу масло, накрыть посуду крышкой. Дать каше постоять в теплом месте 30 минут.
- ⑦ Перед подачей кашу перемешать.

**40–50 минут**  
 + ЗАМАЧИВАНИЕ 12 ЧАСОВ

**Рассыпчатые каши являются самым традиционным гарниром в русской кухне.** Они хорошо подходят к мясу, рыбе, птице, овощам. Даже такая нелюбимая ныне перловая каша изначально присутствовала только на княжеском столе и лишь со временем стала доступна простонародью. Перловая каша хорошо сочетается с жареным луком, морковью, грибами. Можно смешивать ее с другими овощами: кабачками, перцем, помидорами, тыквой, зеленым горошком. В таком случае овощи нарезают мелкими или средними кубиками, обжаривают на сливочном или растительном масле, смешивают с кашей и обжаривают вместе с овощами.



**гарниры и соусы**



## КАША ИЗ ПОЛБЫ

- **полба 50 г**
- **вода 150 мл**
- **сливочное масло 30 г**
- **соль**

① Полбу перебрать, промыть в теплой воде. ② Воду довести до кипения, посолить. ③ В кипящую воду засыпать полбу, варить под крышкой



Как и перловая каша, полба хорошо сочетается с различными овощами, в том числе с зеленым горошком и шпинатом. Для придания различных оттенков цвету каши в нее можно добавлять шафран, куркуму, паприку.

до размягчения (15–20 минут), снять с огня. ④ Положить в кашу масло, накрыть посуду крышкой. ⑤ Дать каше постоять в теплом месте 30 минут.



**40–50 минут**

**Полба, она же спельта, – зерно твердосортной пшеницы, которая была очень популярна на Руси до XVIII века. Позже ее вытеснили другие, более урожайные, сорта пшеницы мягких сортов. Сейчас можно приобрести алтайскую, итальянскую или американскую полбу. Алтайская полба менее обработанная, поэтому более полезная, но готовится немного дольше, чем импортная.**



*На фото:* Московская область, Волоколамский район, Иосифо-Волоцкий монастырь

## гарниры и соусы



**До появления картофеля на Руси его место занимала репа.**

*Каждый из нас с детства знает старинную русскую поговорку — проще пареной репы, что говорит о ее повсеместном и широком употреблении. Готовится репа так же просто, как картофель: ее можно варить, тушить, запекать. Хотя, на мой взгляд, репа вкуснее в свежем виде, конечно, если она молодая и только что с грядки.*

## ВАРЕНАЯ РЕПА

- репа 250 г
- сливочное масло 20 г
- укроп 1 веточка
- соль



Вареная репа хорошо сочетается со сливочным маслом и укропом. Вкусным также получается пюре из репы, заправленное сливочным маслом.

- ① Репу очистить и сварить до готовности в подсоленной воде. Это займет 15–20 минут.
- ② Вареную репу разрезать на 2–4 части, полить растопленным сливочным маслом и посыпать рубленым укропом.



## РАЗВАРНОЙ КАРТОФЕЛЬ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ

- картофель 250 г
- сливочное масло 20 г
- укроп 1 веточка
- соль



К картофелю можно добавить рубленый чеснок или обжаренный до золотистого цвета репчатый лук.

- ① Картофель очистить и сварить в подсоленной воде до состояния «рассыпчатости».
- ② Вареный картофель подать целиком или слегка размять вилкой, полить растопленным сливочным маслом и посыпать рубленым укропом.



ЗАВИСИТ ОТ СОРТА КАРТОФЕЛЯ

**гарниры и соусы**



## ЗАПЕЧЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ

- картофель 250 г
- растительное масло 30 мл
- сливочное масло 20 г
- укроп 1 веточка
- чеснок 1 зубчик
- соль

① Картофель очистить или тщательно промыть щеткой. Клубни оставить целыми или нарезать крупными дольками. ② Картофель натереть солью, смазать



Картофель можно запечь «в мундире» или очищенным, целиком или дольками. Очищенный картофель можно готовить, обваливая его в масле, смешанном со сладкой сушеной паприкой. В этом случае он приобретет аппетитный темно-золотистый оттенок.

растительным маслом, запечь на противне до готовности. Готовый картофель должен быть румяным и хорошо проминаться пальцем. ③ На готовый картофель положить кусочек сливочного масла, посыпать его рубленым чесноком и зеленью.



## КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ СО СЛИВКАМИ

- картофель 200 г
- молоко 200 мл
- сливки 100 мл
- сливочное масло 30 г
- соль

① Картофель очистить, разварить в молоке, разведенном с 200 мл воды. Часть жидкости слить. ② Сливки довести до кипения. ③ Картофель тщательно размять,

добавить сливки, соль и масло, взбить венчиком или миксером до пышности.



*Картофель, завезенный в Россию Петром I, поначалу не нашел признания у крестьян, так что выращивать его заставляли насильно, что приводило к «картофельным бунтам». Однако позже картофель стал в России одним из самых любимых овощей и основой для множества блюд.*



**гарниры и соусы**



Картофельное пюре со сливками, см. рецепт на с. 86



## СОУСЫ ДЛЯ ГОРЯЧИХ БЛЮД

**Понятие «соус» в русской кухне появилось довольно поздно — в XVIII веке под влиянием французской кухни. Но в русской кухне был свой аналог соуса — подлива, которую В. В. Похлебкин в своих трудах называет «взвар». При этом в таких подливах обязательно присутствовала кислая составляющая, естественная (благодаря клюкве, квашеной капусте или сметане) или привнесенная при помощи рассола от солений (чаще всего огуречного) или, позднее, уксуса. Густой подливу делала затыжка из муки.**

### ЯГОДНЫЙ СОУС

НА 1 Л

- вода 500 мл
- клюква или брусника 250 г
- мед 100 г
- пшеничная мука 100 г
- сливочное масло 50 г
- соль

- ① Воду довести до кипения.
- ② Ягоды растолочь в ступке пестиком или измельчить блендером до однородной массы.
- ③ Ягодное пюре положить в кипящую воду, уменьшить нагрев и варить при слабом кипении 20 минут.



- ④ Муку подсушить без масла на сковороде до кремового цвета.
- ⑤ Добавить сливочное масло, тщательно перемешать венчиком, чтобы не было комков.
- ⑥ Ягодный отвар процедить.
- ⑦ В отвар положить мед, довести до кипения. Добавить масляно-мучную смесь. Интенсивно помешивая венчиком, прогревать соус до загустения.
- ⑧ Готовый соус посолить по вкусу.



**Этот соус кисло-сладкий, потому что в его состав входят клюква или брусника и мед. Ягоды можно использовать как свежие, так и замороженные, а мед лучше брать светлый. Ягодный соус подойдет к блюдам из птицы или свинины.**

## гарниры и соусы



## ЛУКОВЫЙ СОУС

НА 1 л

- вода 500 мл
- репчатый лук 5 шт.
- мед 50 г
- пшеничная мука 100 г
- сливочное масло 150 г
- красный винный уксус 1 столовая ложка
- черный молотый перец
- соль

① Воду довести до кипения.  
 ② Репчатый лук нарезать мелкими кубиками, обжарить в сотейнике на 100 г сливочного масла до золотисто-коричневого цвета. ③ Залить лук кипятком,



Вкус соуса кисло-сладкий, текстура необычная — чувствуются кусочки лука.

Он хорошо подходит к баранине, свинине, птице, жирной рыбе.

уменьшить нагрев, варить на слабом огне 10 минут. ④ Муку подсушить без масла на сковороде до кремового цвета. ⑤ Добавить оставшееся сливочное масло, тщательно перемешать венчиком, чтобы не было комков. ⑥ В соус влить уксус, добавить мед, довести до кипения. Добавить масляно-мучную смесь. Интенсивно помешивая венчиком, прогревать соус до загустения. ⑦ Готовый соус посолить и поперчить по вкусу.



## СМЕТАННЫЙ СОУС

НА 1 л

- сметана (жирность 25%) 850 мл
- репчатый лук 3 шт.
- сливочное масло 50 г
- черный молотый перец
- соль



Кислый соус со сладковатым привкусом лука. Хорошо подходит к любому мясу, птице и рыбе.

① Репчатый лук нарезать мелкими кубиками. Обжарить на сливочном масле до золотистого цвета. ② Добавить сметану. Постоянно помешивая, довести до кипения. ③ Соус посолить, поперчить.







266  
*Выпечка  
и десерты*





## **РАССТЕГАИ**

94

Расстегаи с мясом, луком и яйцом

95

Расстегаи с рыбой, луком и яйцом

## **КУЛЕБЯКИ**

97

Кулебяка с рыбной начинкой

98

Кулебяка с мясной начинкой

## **БАБЫ**

99

Ромовая баба

100

Медовая баба

100

Баба кружевная

101

Творожный завиванец с изюмом

103

Войковский кулич

104

Даниловский кулич

106

Заварной кулич

107

Пасхальный венок

## **ПАСХИ**

110

Домашний творог

110

Миндальная пасха

111

Пасха с изюмом

111

Малиновая пасха

112

Вареная царская пасха

113

Запеченная пасха

114

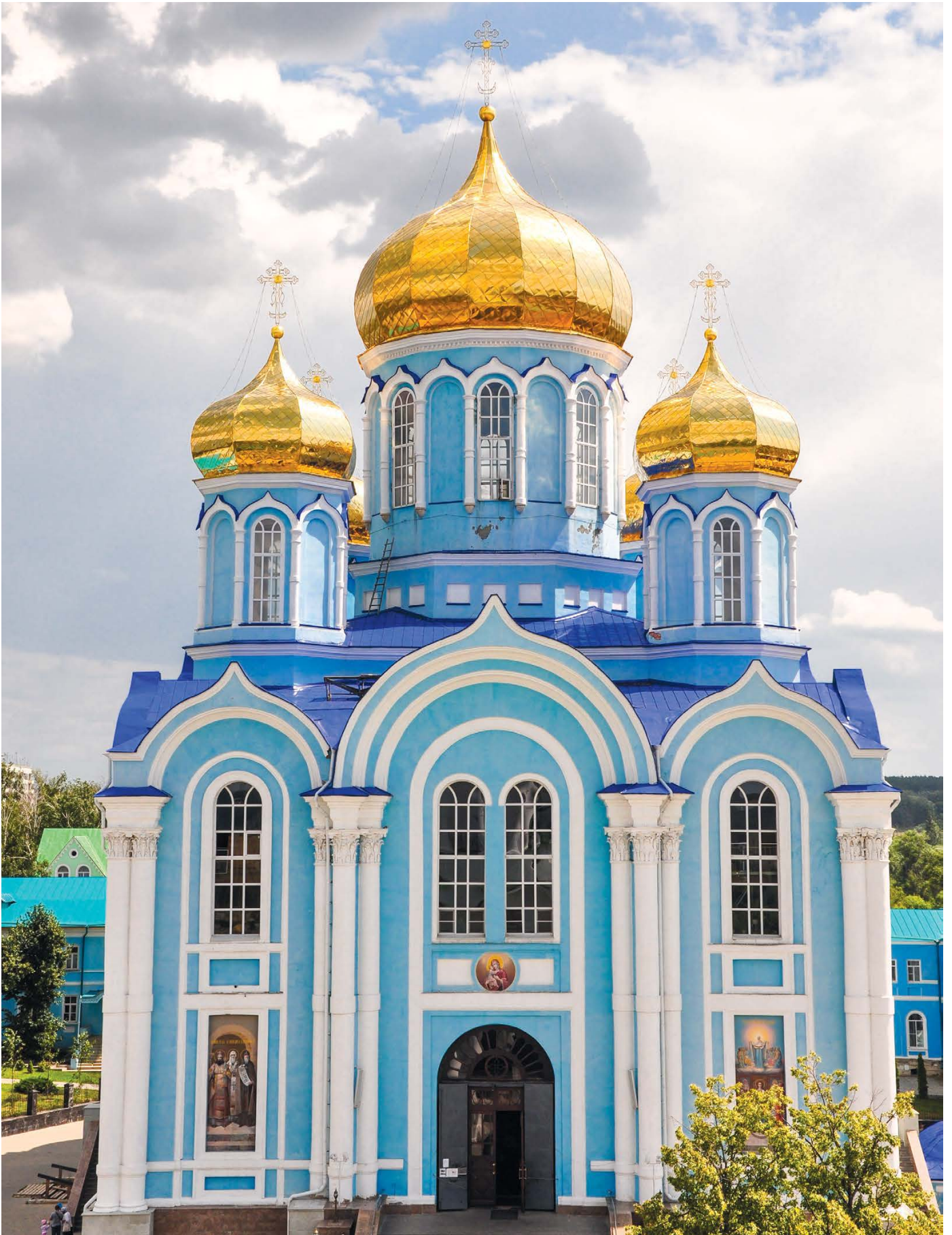
Цуреки

## **ПАСХАЛЬНЫЕ ЯЙЦА**

116

Крашенки и писанки









Расстегаи с мясом, луком и яйцом, см. рецепт на с. 94

**Расстегаи** — это традиционная русская выпечка, открытые, как бы «растегнутые», пирожки. Готовятся расстегаи из дрожжевого опарного теста и подаются, как правило, к первым блюдам — щам, солянкам, рассольникам, ухе, но можно их подать и просто как закусочные пирожки. Открытый «кармашек» сверху расстегаия имеет особое предназначение: в него вливают одну-две ложки бульона прямо перед употреблением, таким образом, начинка становится сочной, а пирожок не размокает. К мясным супам принято готовить расстегаи с мясной начинкой: с мясом, ливером с яйцами, луком, грибами. К рыбным супам и начинка рыбная — из рыбного фарша с рисом, луком, яйцами. Можно готовить расстегаи и с овощной, и с грибной начинкой.

На фото слева: Липецкая область, город Задонск. Задонский Рождество-Богородицкий мужской монастырь



## РАССТЕГАИ

### РАССТЕГАИ С МЯСОМ, ЛУКОМ И ЯЙЦОМ

НА 15–20 ШТ.

- яичные желтки 3 шт.

#### ДЛЯ ТЕСТА:

- пшеничная мука 400 г
- молоко 300 мл
- яйца 2 шт.
- сливочное масло 50 г
- прессованные дрожжи 30 г
- сахар 1 чайная ложка
- соль ½ чайной ложки

#### ДЛЯ НАЧИНКИ:

- мякоть говядины (вырезка, толстый или тонкий край) 500 г
- яйца 3 шт.
- репчатый лук 2 шт.
- сливочное масло 50 г
- черный молотый перец
- соль

① Для опары взять 200 мл молока и 150 г муки. Муку просеять. В теплом молоке развести дрожжи, добавить муку, сахар и замесить опару. Накрывать ее полотенцем и убрать в теплое место подниматься. ② Сливочное масло размягчить. ③ Опару обмять, добавить в нее оставшееся молоко и муку, яйца, масло, соль и тщательно перемешать. Накрывать тесто полотенцем и убрать в теплое место подниматься. ④ Для начинки яйца



Подавайте к мясному супу или бульону.

сварить, порубить. ⑤ Репчатый лук нарезать мелкими кубиками. ⑥ Говядину мелко порубить ножом (пропущенное через мясорубку мясо будет не таким сочным), обжарить вместе с луком на сливочном масле, посолить и поперчить. ⑦ Добавить яйца, перемешать. ⑧ Подшедшее тесто обмять, разделить на шарики весом 80–100 г, присыпать мукой, дать расстояться в течение 10–15 минут. ⑨ Шарик тонко раскатать, так, чтобы получились слегка вытянутые овальные лепешки. ⑩ На середину каждой положить начинку (40–50 г), защипнуть края, придавая расстегаю форму лодочки с открытой серединой. ⑪ Переложить расстегаи на смазанный растительным маслом противень, дать расстояться в теплом месте 10–15 минут. ⑫ Смазать расстегаи слегка взбитыми яичными желтками. ⑬ Выпекать 15–20 минут при 200–220 °С. ⑭ Готовые расстегаи вынуть из духовки, накрыть салфеткой и дать им постоять 5–10 минут, чтобы тесто стало мягким.



2–3 ЧАСА



## РАССТЕГАИ С РЫБОЙ, ЛУКОМ И ЯЙЦОМ

НА 15–20 ШТ.

- яичные желтки 3 шт.

### ДЛЯ ТЕСТА:

- пшеничная мука 400 г
- молоко 300 мл
- яйца 2 шт.
- сливочное масло 50 г
- прессованные дрожжи 30 г
- сахар 1 чайная ложка
- соль ½ чайной ложки

### ДЛЯ НАЧИНКИ:

- филе лосося 300 г
- филе судака 200 г
- длиннозерный рис 80 г
- репчатый лук 2 шт.
- сливочное масло 100 г
- черный молотый перец
- соль

① Для опары взять 200 мл молока и 150 г муки. Муку просеять. В теплом молоке развести дрожжи, добавить муку, сахар и замесить опару. Накрыть ее полотенцем и убрать в теплое место подниматься. ② Сливочное масло размягчить. ③ Опару обмять, добавить в нее оставшиеся молоко и муку, яйца, масло, соль и тщательно перемешать. Накрыть тесто полотенцем и убрать в теплое место подниматься. ④ Для начинки рис сварить, промыть, откинуть на дуршлаг.



Подавайте такие пирожки  
к ухе, рыбному супу  
или бульону.

⑤ Репчатый лук нарезать мелкими кубиками. ⑥ Филе лосося и судака мелко порубить ножом, обжарить вместе с луком на сливочном масле, добавить рис, посолить, поперчить, перемешать. ⑦ Подошедшее тесто обмять, разделить на шарики весом 80–100 г, присыпать мукой, дать расстояться в течение 10–15 минут. ⑧ Шарики тонко раскатать, так чтобы получились слегка вытянутые овальные лепешки. ⑨ На середину каждой положить начинку (40–50 г), защипнуть края, придавая расстегаю форму лодочки с открытой серединой. ⑩ Переложить расстегаи на смазанный растительным маслом противень, дать расстояться в теплом месте 10–15 минут. ⑪ Смазать расстегаи слегка взбитыми яичными желтками. ⑫ Выпекать 15–20 минут при 200–220 °С. ⑬ Готовые расстегаи вынуть из духовки, накрыть салфеткой и дать им постоять 5–10 минут, чтобы тесто стало мягким.







## **КУЛЕБЯКИ**

**Еще один вид исключительно русской выпечки** — большие пироги из опарного теста, со смешанной начинкой из нескольких видов продуктов. Самая распространенная форма кулебяки — вытянутая овальная или прямоугольная.

Начинку в кулебяку выкладывают либо слоями, отделяя каждый тонкими блинчиками, либо по углам кулебяки так, чтобы в каждом углу получалась своя начинка. Самая знаменитая кулебяка — постная благовещенская. Ее пекут во время Великого поста на праздник Благовещения Пресвятой Богородицы. В состав фарша входят рис, рыба, лук, блинчики, грибы, рыбный бульон для пропитки начинки.

В скоромные дни кулебяку готовят с мясом, курицей, яйцами, ливером.



Кулебяка с рыбной начинкой, см. рецепт на с. 97; ромовая баба, см. рецепт на с. 99;  
творожный завиванец с изюмом, см. рецепт на с. 101



## КУЛЕБЯКА С РЫБНОЙ НАЧИНКОЙ

НА 1 КУЛЕБЯКУ (8 ПОРЦИЙ)

- яичные желтки 3 шт.

### ДЛЯ ТЕСТА:

- пшеничная мука 800 г
- молоко 600 мл
- яйца 4 шт.
- сливочное масло 100 г
- прессованные дрожжи 50 г
- сахар 1 чайная ложка
- соль 1 чайная ложка

### ДЛЯ БЛИНЧИКОВ:

- пшеничная мука 300 г
- молоко 250 мл
- яйца 2 шт.
- растительное масло 100 мл
- сахар
- соль

### ДЛЯ НАЧИНКИ:

- малосоленное филе форели 500 г
- печень трески 1 банка (230 г)
- яйца 6 шт.
- длиннозерный рис 150 г
- репчатый лук 3 шт.
- укроп 4 веточки
- сливочное масло 100 г
- соль

① Для опары взять 400 мл молока и 300 г муки. Муку просеять. В теплом молоке развести дрожжи, добавить муку, сахар и замесить опару. Накрыть ее полотенцем и убрать в теплое место подниматься. ② Сливочное масло

размягчить. ③ Опару обмять, добавить в нее оставшиеся молоко и муку, яйца, масло, соль и тщательно перемешать. Накрыть тесто полотенцем и убрать в теплое место подниматься.

④ Для блинчиков смешать просеянную муку, молоко, яйца, соль и сахар, взбить тесто миксером. ⑤ Выпечь тонкие блинчики на растительном масле. ⑥ Для начинки рис сварить.

⑦ Яйца сварить, порубить.

⑧ Репчатый лук нарезать мелкими кубиками, обжарить на сливочном масле.

⑨ Добавить рис, подсолить, перемешать. ⑩ Филе форели нарезать мелкими кубиками. ⑪ Укроп промыть, порубить, смешать с кусочками форели. ⑫ Печень трески размять в однородную массу. ⑬ Подошедшее тесто обмять, разделить на две части, скатать каждую в шар, присыпать мукой, дать расстояться в течение 10–15 минут. ⑭ Шары тонко раскатать в два прямоугольника размером с противень.

⑮ Один прямоугольник выложить на смазанный маслом противень, уложить на него начинку, отступая от краев по периметру по 3–4 см. Начинку уложить в следующей последовательности: рис с луком — печень трески — блинчики — яйца — форель с зеленью. ⑯ На втором прямоугольнике сделать поперек несколько прорезей на расстоянии 2 см друг от друга. Длина каждого разреза должна быть 4–5 см. ⑰ Накрыть прямоугольником начинку, защипнуть края. Края натянутся, и разрезы слегка разойдутся, образуя узор. ⑱ Смазать кулебяку слегка взбитыми яичными желтками, дать расстояться в теплом месте 20 минут. ⑲ Выпекать 40–45 минут при 180 °С. ⑳ Готовую кулебяку вынуть из духовки, накрыть салфеткой и дать ей постоять 5–10 минут, чтобы тесто стало мягким.

⑮ Один прямоугольник выложить на смазанный маслом противень, уложить на него начинку, отступая от краев по периметру по 3–4 см. Начинку уложить в следующей последовательности: рис с луком — печень трески — блинчики — яйца — форель с зеленью. ⑯ На втором прямоугольнике сделать поперек несколько прорезей на расстоянии 2 см друг от друга. Длина каждого разреза должна быть 4–5 см. ⑰ Накрыть прямоугольником начинку, защипнуть края. Края натянутся, и разрезы слегка разойдутся, образуя узор. ⑱ Смазать кулебяку слегка взбитыми яичными желтками, дать расстояться в теплом месте 20 минут. ⑲ Выпекать 40–45 минут при 180 °С. ⑳ Готовую кулебяку вынуть из духовки, накрыть салфеткой и дать ей постоять 5–10 минут, чтобы тесто стало мягким.



## выпечка и десерты



## КУЛЕБЯКА С МЯСНОЙ НАЧИНКОЙ

НА 1 КУЛЕБЯКУ (8 ПОРЦИЙ)

- яичные желтки 3 шт.
- ДЛЯ ТЕСТА:**
- пшеничная мука 800 г
- молоко 600 мл
- яйца 4 шт.
- сливочное масло 100 г
- прессованные дрожжи 50 г
- сахар 1 чайная ложка
- соль 1 чайная ложка
- ДЛЯ БЛИНЧИКОВ:**
- пшеничная мука 300 г
- молоко 250 мл
- яйца 2 шт.
- растительное масло 100 мл
- сахар
- соль
- ДЛЯ НАЧИНКИ:**
- мякоть говядины (вырезка, толстый или тонкий край) 600 г
- яйца 6 шт.
- замороженные белые грибы 400 г
- репчатый лук 4 шт.
- укроп 4 веточки
- сметана (жирность 25%) 200 мл
- сливочное масло 100 г
- черный молотый перец
- соль

① Для опары взять 400 мл молока и 300 г муки. Муку просеять. В теплом молоке развести дрожжи, добавить муку, сахар и замесить опару. Накрыть

ее полотенцем и убрать в теплое место подниматься. ② Сливочное масло размягчить. ③ Опару обмять, добавить в нее оставшиеся молоко и муку, яйца, масло, соль и тщательно перемешать. Накрыть тесто полотенцем и убрать в теплое место подниматься.

④ Для блинчиков смешать просеянную муку, молоко, яйца, соль и сахар, взбить тесто миксером. ⑤ Выпечь тонкие блинчики на растительном масле.

⑥ Для начинки яйца сварить, порубить. ⑦ Репчатый лук нарезать мелкими кубиками. ⑧ Укроп промыть и порубить. ⑨ Говядину мелко порубить ножом, обжарить вместе с половиной репчатого лука на половине сливочного масла, посолить и поперчить. ⑩ Добавить рубленый укроп и 100 мл сметаны, перемешать. Тушить 10 минут. ⑪ Грибы заморозить, отжать, нарезать ломтиками, обжарить с оставшимися луком и сливочным маслом.

⑫ Залить 100 мл сметаны, тушить 10 минут.

⑬ Подошедшее тесто обмять, разделить на две части, скатать каждую в шар, присыпать мукой, дать расстояться в течение 10–15 минут. ⑭ Шары тонко раскатать в два прямоугольника размером с противень. ⑮ Один прямоугольник выложить на смазанный маслом противень, уложить на него начинку, отступая от краев по периметру по 3–4 см. Начинку уложить в следующей последовательности: мясо — яйца — блинчики — грибы — блинчики. ⑯ На втором прямоугольнике сделать поперек несколько прорезей на расстоянии 2 см друг от друга. Длина каждого разреза должна быть 4–5 см. ⑰ Накрыть прямоугольником начинку, защипнуть края. Края натянутся, и разрезы слегка разойдутся, образуя узор. ⑱ Смазать кулебяку слегка взбитыми яичными желтками, дать расстояться в теплом месте 20 минут. ⑲ Выпекать 40–45 минут при 180 °С. ⑳ Готовую кулебяку вынуть из духовки, накрыть салфеткой и дать ей постоять 5–10 минут, чтобы тесто стало мягким.





## выпечка и десерты



## БАБЫ

**Бабы выпекают из сдобного теста**, для которого используют большое количество яиц и муку только высшего сорта. Пропитывают их ромом, коньяком, вином, сиропом. Выпекают бабы в особых зубчатых формах, которые предварительно смазывают растопленным сливочным маслом и слегка посыпают мукой. Температура выпечки 180 °С. Вынимать бабу из формы можно только после того, как она полностью остыла. Вынув из формы, бабу кладут на пергамент или бумагу дном вверх, после чего пропитывают и посыпают сахарной пудрой, украшают кремом или глазурью. Иногда ее подают со сладким соусом.

## РОМОВАЯ БАБА

НА 2–4 ШТ.

**ДЛЯ ТЕСТА:**

- пшеничная мука 300 г
- сахар 200 г
- яйца 6 шт.
- прессованные дрожжи 30 г
- вода 100 мл

**ДЛЯ ПРОПИТКИ:**

- вишневый сок 500 мл
- ром 100 мл

**ДЛЯ СОУСА:**

- ром 100 мл
- яичные желтки 4 шт.
- сливки (жирность 33%) 100 мл
- крахмал 1 столовая ложка

① Дрожжи растворить в теплой воде. ② Яйца взбить с сахаром до образования белой пены, соединить с дрожжами. ③ Всыпать муку, быстро и осторожно вымесить тесто. ④ Формы смазать маслом и посыпать мукой. Осторожно заполнить тестом. ⑤ Выпекать 30–40 минут при 180 °С в зависимости от объема формы. ⑥ Смешать в глубокой посуде вишневый сок и ром.

⑦ Для соуса на паровой бане взбить желтки со сливками, добавить ром, влить крахмал, разведенный в небольшом количестве холодной воды. Нагреть соус при постоянном помешивании до загустения. ⑧ Выпеченные бабы охладить, извлечь из форм, пропитать, полностью погрузив в емкость с пропиткой. ⑨ При подаче полить соусом.



1,5–2 ЧАСА

**выпечка и десерты**



## МЕДОВАЯ БАБА

НА 2–4 ШТ.

- пшеничная мука 300 г
- светлый мед 150 г
- сливочное масло 150 г
- сливки (жирность 33%) 100 мл
- яичные желтки 6 шт.
- сахар 50 г
- прессованные дрожжи 30 г
- соль 1 щепотка

① Дрожжи растворить в небольшом количестве теплой воды. ② Мед нагреть до 40–50 °С, смешать со сливками. ③ Добавить половину муки, перемешать. ④ Влить подготов-



Медовая баба готовится без пропитки.

ленные дрожжи, замесить тесто. Накрыть его чистым полотенцем, убрать в теплое место, дать подойти. ⑤ Сливочное масло растопить. Желтки взбить с сахаром. ⑥ Подошедшее тесто обмять, добавить в него

растопленное сливочное масло, желтки с сахаром, оставшуюся муку и соль. Тесто вымесить. ⑦ Выложить тесто в формы, смазанные сливочным маслом и посыпанные мукой. Заполнять формы следует только наполовину. Формы с тестом поставить в теплое место, чтобы тесто еще раз подошло. После этого поставить формы в духовку, разогретую до 180 °С, и выпекать бабы 30–40 минут.



## БАБА КРУЖЕВНАЯ

НА 2–4 ШТ.

- пшеничная мука 300 г
- сахар 300 г
- молоко 100 мл
- яйца 6 шт.
- прессованные дрожжи 30 г
- соль 1 щепотка

① Дрожжи растворить в теплом молоке. ② Желтки отделить от белков. ③ Белки взбить в стойкую пену. ④ Миксером взбить желтки с сахаром, добавить молоко с дрожжами,



Кружевная баба не требует пропитки.

муку и соль. Взбивать 15 минут. ⑤ В тесто добавить взбитые белки и очень аккуратно перемешать с тестом вручную. ⑥ Выложить тесто в формы, смазанные сливочным маслом и обсыпанные мукой. Формы заполнять наполовину. Убрать формы в теплое место и дать тесту подойти. ⑦ Выпекать бабы в духовке 30–40 минут при 180 °С.





## ТВОРОЖНЫЙ ЗАВИВАНЕЦ С ИЗЮМОМ

НА 15–20 ШТ.

- яичные желтки 3 шт.

### ДЛЯ ТЕСТА:

- пшеничная мука 1 кг
- молоко 400 мл
- сахар 200 г
- сливочное масло 100 г
- яйца 5 шт.
- сухие дрожжи 11 г
- соль 1 щепотка

### ДЛЯ НАЧИНКИ:

- творог 300 г
- сахар 100 г
- светлый изюм 100 г
- корица 1 щепотка

① Муку просеять.

② Сливочное масло размягчить. ③ Молоко нагреть до 30–40 °С. ④ Смешать муку, сахар, соль, дрожжи, перемешать, добавить молоко, снова перемешать.

⑤ Сливочное масло слегка взбить венчиком, добавить яйца, перемешать. ⑥ Добавить смесь в тесто, тщатель но перемешать. ⑦ Накрыть тесто полотенцем и убрать в теплое место подходить.

⑧ Тесто обмять и поставить подходить еще раз.

⑨ Для начинки изюм промыть, обсушить.

⑩ Творог взбить блендером с сахаром и корицей. ⑪ Добавить изюм, перемешать.

⑫ Подошедшее тесто

раскатать в прямоугольный пласт по размеру противня.

В середину пласта выложить начинку, равномерно распределить ее и разровнять. ⑬ Свернуть рулет и смазать его слегка взбитыми яичными желтками.

⑭ Рулет разрезать вдоль на 15–20 частей толщиной 2–3 см. ⑮ Противень выстелить бумагой для выпечки, выложить на нее завиванцы и выпекать их 30 минут при 180 °С.



**Название блюда объясняется просто — это что-то скрученное, свернутое, «завитое» в рулет.** *Изначально завиванец — украинское мясное блюдо из свинины. Позже название распространилось на другие похожие блюда. Так появились завиванец печеночный, рыбный, куриный и вид выпечки — сладкие завиванцы. Предлагаю вам рецепт творожного завиванца.*



**выпечка и десерты**



**Кулич — одно из самых главных традиционных пасхальных кушаний.**  
*Христос в течение сорока дней по воскресении часто являлся своим ученикам и вкушал с ними пищу. В память об этом святые апостолы во время трапезы оставляли незанятым главное место за столом и полагали перед ним часть хлеба, что символизировало незримое присутствие Христа среди своих учеников. Впоследствии сложился церковный обычай оставлять в храме особый дрожжевой хлеб — артос, — символизирующий победу Христа над смертью. В продолжение всей Светлой седмицы — первой недели после Пасхи — артос с крестным ходом обносят вокруг храма, а в монастырях ежедневно приносят в трапезную и полагают на особое место по примеру апостолов. В субботу раздробленный артос во всех храмах раздают верующим. В каждой христианской семье существует традиция печь свой дрожжевой сдобный хлеб — кулич — своего рода домашний артос, который христиане приносят освящать в церковь.*



*На фото:* Московская область, Волоколамский район, Иосифо-Волоцкий монастырь



# ВОЙКОВСКИЙ КУЛИЧ

НА 2 БОЛЬШИХ ИЛИ 4 МАЛЕНЬКИХ КУЛИЧА



## ДЛЯ ОПАРЫ:

- молоко 500 мл
- пшеничная мука 300 г
- пресованные дрожжи 50 г
- сахар 2 чайные ложки

## ДЛЯ ТЕСТА:

- пшеничная мука 900 г
- молоко 200 мл
- яйца 8 шт.
- сливочное масло 300 г
- сахар 200 г
- тертая цедра 2 лимонов
- молотые кардамон и корица по 1 щепотке
- соль 1 чайная ложка

① Поставить опару, как описано выше. ② Сливочное масло размягчить при комнатной температуре, выложив его из холодильника за час до приготовления. ③ У четырех яиц отделить желтки от белков. (Желтки пойдут на смазывание кулича перед выпеканием.) Остальные яйца вместе с желтками и четырьмя отделенными

Тесто для этого кулича готовится опарным способом, то есть сначала необходимо приготовить опару — жидкое тесто, по консистенции напоминающее густую сметану. Для опары из общего количества продуктов, перечисленных в рецепте, нужно отложить 40% муки и 60% жидкости. Жидкость подогреть до 35–40 °С. Дрожжи (лучше использовать не сухие, а пресованные) развести в небольшом количестве теплой воды (из отложенных 60%), затем процедить. Муку просеять, засыпать в оставшуюся теплую воду, добавить подготовленные дрожжи и небольшое количество сахара.

Перемешать до однородной массы. Поверхность опары присыпать очень тонким слоем муки, накрыть посуду чистым полотенцем и поставить в теплое место для брожения. Процесс брожения займет 1–1,5 часа. К концу брожения объем опары увеличится в 2 раза, на всей ее поверхности появятся пузырьки. Готовность опары определяется по следующим признакам: брожение замедляется, при этом опара слегка опадает, и пузырьки на поверхности уменьшаются.

белками тщательно перемешать с сахаром и слегка взбить венчиком. ④ Добавить размягченное масло и перемешать. ⑤ Когда опара поднимется, добавить в нее оставшуюся муку и молоко, яйца с маслом и сахаром, корицу, кардамон, соль и цедру. ⑥ Тесто тщательно вымесить, накрыть чистой салфеткой, убрать в теплое место. Когда тесто поднимется, обмять его и дать подойти еще один раз. ⑦ Бумажные формы для куличей смазать рафинированным растительным маслом (понадобится 50 мл). ⑧ Заполнить формы тестом до половины. Дать тесту подойти, смазать сверху желтком. ⑨ Поставить формы с тестом в духовку, разогретую до 170 °С, и выпекать куличи 30–50 минут в зависимости от размера. Такой кулич глазурью не украшается.





## выпечка и десерты



**Классический рецепт кулича, используемый в Даниловом мужском монастыре на протяжении многих лет.** Рецепт разработан келарем монастыря — иеромонахом Феогностом, воссоздавшим монастырскую пекарню, где выпекают бездрожжевой хлеб на хмелевой закваске. Перед праздником Пасхи, на Страстной седмице, в монастырской пекарне выпекают несколько тысяч куличей. В Великую субботу, когда освящают куличи, за даниловским куличом приезжают люди со всей Москвы.

## ДАНИЛОВСКИЙ КУЛИЧ

НА 2 БОЛЬШИХ ИЛИ 4 МАЛЕНЬКИХ КУЛИЧА

**ДЛЯ ТЕСТА:**

- пшеничная мука 1 кг
- молоко 500 мл
- масло сливочное 500 г
- сахар 300 г
- изюм 200 г
- яйца 8 шт.
- ванилин 5 г
- дрожжи сухие 25 г
- соль 20 г

**ДЛЯ ГЛАЗУРИ:**

- сахар 200 г
- яйца 10 шт.
- кондитерская посыпка 20 г

① Отделить белки от желтков. Белки от 10 яиц для приготовления глазури отложить отдельно. ② Белки для теста (8 шт.) взбить с сахаром до образования белой пены. ③ Все яичные желтки (18 шт.) тщательно перемешать со сливочным маслом. ④ В муку положить соль, дрожжи и ванилин.



Приготовление кулича можно разделить на два этапа: приготовление самого кулича и глазури для его украшения. Для экономии времени глазурь можно взбить во время выпечки кулича, но отделить желтки от белков нужно заранее, так как для глазури понадобятся только яичные белки, а желтки мы используем для теста. Молоко для кулича должно быть комнатной температуры. Сливочное масло нужно заранее достать из холодильника, чтобы оно размягчилось до комнатной температуры. Изюм промыть в теплой воде и обсушить на полотенце. Хорошо выпеченный кулич, при хранении в сухом прохладном месте, остается мягким в течение сорока дней.

Влить молоко, взбитые с сахаром белки и тщательно вымешивать, пока тесто не станет однородным. ⑤ Добавить желтки с маслом, перемешать. ⑥ Добавить подготовленный изюм, перемешать так, чтобы изюм в тесте равномерно распределился. ⑦ Накрыть готовое тесто чистым полотенцем и поставить посуду в теплое место на 20–30 минут, чтобы тесто поднялось. После того как тесто поднялось, его следует обмять. ⑧ Бумажные формы для куличей смазать рафинированным растительным маслом (понадобится 50 мл). ⑨ Заполнить формы тестом до половины, так как во время выпекания оно сильно поднимется. ⑩ Поставить формы с тестом в духовку, разогретую до 170 °С, и выпекать куличи 30–50 минут в зависимости от размера. ⑪ Готовность кулича проверить, проткнув



**выпечка и десерты**



его деревянной шпажкой.  
Если на шпажке не остается следов теста, кулич готов.

⑫ Для глазури белки с сахаром нужно взбивать миксером до тех пор, пока масса

не станет однородной, а ее поверхность — глянцевой.

⑬ Готовому куличу дать остыть до комнатной температуры, после чего покрыть его глазурью.

Глазурь посыпать кондитерской посыпкой или по желанию украсить кусочками цукатов, сушеных или свежих фруктов.





## ЗАВАРНОЙ КУЛИЧ

НА 2 БОЛЬШИХ ИЛИ 4 МАЛЕНЬКИХ КУЛИЧА

## ДЛЯ ТЕСТА:

- пшеничная мука 1 кг
- молоко 600 мл
- яйца 8 шт.
- сливочное масло 300 г
- сахар 250 г
- цукаты 100 г
- прессованные дрожжи 50 г
- молотая корица 1 щепотка
- ванилин 1 щепотка
- соль 1 чайная ложка

## ДЛЯ ГЛАЗУРИ:

- сахар 200 г
- яйца 10 шт.

① Дрожжи растворить в небольшом количестве теплой воды, дать подойти, процедить.  
 ② Молоко довести до кипения. ③ Муку заварить горячим молоком при постоянном помешивании, тщательно перемешать до образования однородной массы. ④ Добавить в тесто подготовленные дрожжи, тщательно перемешать, накрыть чистым полотенцем и поставить подходить в теплое место. ⑤ Отделить белки от желтков. Белки взбить



Пшеничную муку даже высшего сорта перед приготовлением теста лучше просеять. Это хорошо скажется на качестве готового кулича, так как просеивание дополнительно обогащает муку кислородом. Просеивать муку желательно при приготовлении любого теста.

с сахаром до образования белой пены. ⑥ Размягченное сливочное масло перемешать с желтками. ⑦ Добавить в тесто желтки и белки, цукаты, ванилин, корицу, соль, перемешать. Продолжать интенсивно вымешивать 10–15 минут. Накрыть полотенцем, поставить подходить. ⑧ Бумажные формы для куличей смазать рафинированным растительным маслом (понадобится 50 мл). ⑨ Заполнить формы тестом до половины. Дать тесту подойти, смазать сверху желтком. ⑩ Поставить формы с тестом в духовку, разогретую до 170 °С, и выпекать куличи 30–50 минут в зависимости от размера. ⑪ Из указанных ингредиентов приготовить глазурь (см. рецепт «Даниловский кулич», с. 104). ⑫ Готовые куличи охладить, покрыть глазурью. Украсить сверху цукатами или кондитерской посыпкой.



**Особенностью куличей является их «сдобность», которая достигается за счет большого количества яиц, сливочного масла и сахара. Муку используют только высшего сорта.**



## ПАСХАЛЬНЫЙ ВЕНОК

НА 1 БОЛЬШОЙ ИЛИ 2 МАЛЕНЬКИХ ВЕНКА

- пшеничная мука 1,2 кг
- молоко 500 мл
- сахар 400 г
- сливочное масло 200 г
- яйца 6 шт.
- прессованные дрожжи 40 г
- светлый изюм 150 г
- цукаты 150 г
- молотая корица 1 щепотка
- яичные желтки для смазывания теста 3 шт.
- соль 1 щепотка

① Для опары взять 400 мл молока и 300 г муки. Муку просеять. В теплом молоке развести дрожжи, добавить муку, 1 чайную ложку сахара и замесить опару. Накрыть ее полотенцем и убрать в теплое место подниматься. ② Изюм промыть в теплой воде, обсушить, смешать с цукатами. ③ Сливочное масло размягчить. ④ У яиц отделить желтки от белков. ⑤ Желтки растереть с маслом. ⑥ Белки взбить с сахаром до белой пены.



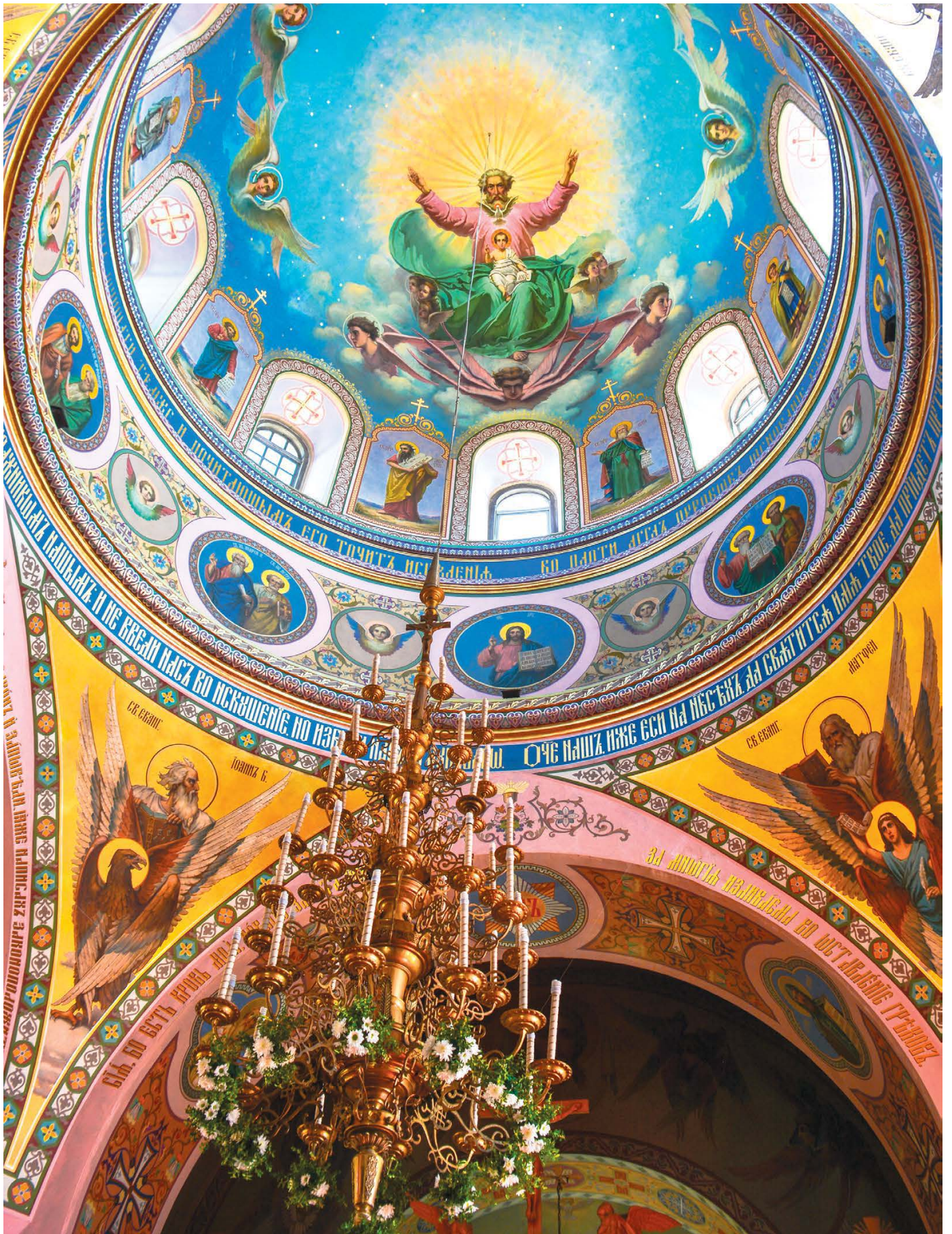
Традиционная пасхальная сдобная выпечка из опарного теста в виде венка из косички.

Подают венок следующим образом — укладывают на блюдо, а в отверстие в середине ставят творожную пасху, кулич или кладут крашеные яйца.

⑦ Опару обмять, добавить в нее оставшиеся молоко и муку, желтки с маслом и белки с сахаром, соль, корицу. Тщательно перемешать. ⑧ Накрыть тесто полотенцем и убрать в теплое место подниматься. ⑨ Поднявшееся тесто обмять, разделить на три части, дать расстояться в течение 15–20 минут. ⑩ Раскатать каждую часть теста в длинный прямоугольник длиной 50–60 см и шириной 6–8 см. ⑪ На каждый прямоугольник насыпать вдоль посередине изюм с цукатами, свернуть рулет. Получится три рулета. ⑫ Рулеты сплести в косичку и свернуть замкнутым кольцом внутри формы для выпечки, смазанной маслом. ⑬ Смазать венок слегка взбитыми яичными желтками. ⑭ Выпекать венок 30–40 минут при 180 °С.











Пасха с изюмом, см. рецепт на с. 111

**Обязательным пасхальным блюдом является пасха** — блюдо из творога с большим количеством сливочного масла и сахара, спрессованное в виде усеченной пирамиды. На боковых сторонах пасхи изображается крест и буквы «ХВ» (Христос Воскресе). Творожная пасха символизирует собой Гроб Господень и замещает на праздничном столе ветхозаветного пасхального агнца. Пасха бывает трех видов: сырая (готовят прессованием творога без дальнейшей тепловой обработки), вареная (на пару) и запеченная в духовке. Сырые пасхи больше распространены из-за того, что готовить их гораздо проще, чем вареные и запеченные.

На фото слева: Крым. Храм святого пророка Илии в Евпатории

**выпечка и десерты**



# ПАСХИ

**Лучше всего готовить пасху из домашнего творога, рецепт которого я приведу ниже. Сливочное масло необходимо брать самое лучшее, максимально натуральное, в идеале фермерское. Для приготовления творожной пасхи необходима специальная форма — пасочница. Деревянные или пластиковые пасочницы можно приобрести в любой церковной лавке незадолго до Пасхи. Перед заполнением пасочницы ее выстилают марлей и лишь потом заполняют форму творожной массой. Перед подачей на стол пасху из марли вынимают. В стандартную пасочницу входит около 1 кг творожной массы.**

## ДОМАШНИЙ ТВОРОГ

① Натуральное молоко заквасить с помощью простокваши, сметаны, кефира или куска ржаного хлеба, опустив его в молоко. ② Полученную густую простоквашу подогреть на слабом огне до 36–38 °С, но не выше! При этом со дна кастрюли поднимаются куски



Из 10 л молока получится около 2 кг творога.

сгустка, и отделяется сыворотка. ③ Отделившийся сгусток без сыворотки откинуть на сито, проложенное марлей. Края марли завязать над сгустком и повесить узелок в прохладное место на сутки, чтобы оставшаяся жидкость стекла, а творог спрессовался.

## МИНДАЛЬНАЯ ПАСХА

**НА 2 ШТ.**

- **творог 1,2 кг**
- **сливочное масло 250 г**
- **сахар 250 г**
- **очищенный миндаль 200 г**
- **цукаты 150 г**
- **ванилин 1 щепотка**

① Творог протереть через сито. ② Сливочное масло размягчить. ③ Миндаль

обжарить и измельчить. ④ Смешать творог, сахар, ванилин, сливочное масло, взбить миксером. Добавить миндаль и цукаты, перемешать. ⑤ Пасочницу выстелить марлей и выложить в нее готовую массу, тщательно ее утрамбовывая, чтобы не осталось пустот.

⑥ Верхние края марли закрыть внахлест. ⑦ Пасочницу поместить в кастрюлю (чтобы в нее стекала сыворотка), сверху установить гнет (например, литровую банку с водой), убрать в холодильник на сутки.





**выпечка и десерты**



## ПАСХА С ИЗЮМОМ

НА 2 ШТ.

- **творог 1 кг**
- **сливочное масло 300 г**
- **сахар 250 г**
- **белый изюм без косточек 200 г**
- **ванилин 1 щепотка**

- 1 Творог протереть через сито.
- 2 Изюм промыть в теплой воде и обсушить на полотенце.
- 3 Сливочное масло размягчить.
- 4 Смешать творог, сахар, ванилин, сливочное масло и тщательно взбить миксером. Добавить изюм, перемешать.



Это классический рецепт пасхи, именно так мы готовим ее в Даниловом монастыре. В этом рецепте не используются никакие красители, поэтому цвет пасхи — кремовый. Такой оттенок ей придает большое количество сливочного масла.

- 5 Пасочницу выстелить марлей и выложить в нее готовую массу, тщательно ее утрамбовывая, чтобы не осталось пустот.
- 6 Верхние края марли закрыть внахлест.
- 7 Пасочницу поместить в кастрюлю (чтобы в нее стекала сыворотка), сверху установить гнет (например, литровую банку с водой), убрать в холодильник на сутки.

**30 МИНУТ**  
+ ПРЕССОВАНИЕ **24 ЧАСА**

## МАЛИНОВАЯ ПАСХА

НА 2 ШТ.

- **творог 1,2 кг**
- **сливочное масло 200 г**
- **сахар 200 г**
- **малиновое варенье 300 г**

- 1 Творог протереть через сито.
- 2 Сливочное масло размягчить.
- 3 Малиновое варенье взбить блендером.
- 4 Смешать творог, сахар, сливочное масло, малиновое варенье и взбить миксером.
- 5 Пасочницу выстелить марлей и выложить в нее готовую



Эта пасха получается нежно-розового цвета.

- 6 Верхние края марли закрыть внахлест.
- 7 Пасочницу поместить в кастрюлю (чтобы в нее стекала сыворотка), сверху установить гнет (например, литровую банку с водой), убрать в холодильник на сутки.

**30 МИНУТ**  
+ ПРЕССОВАНИЕ **24 ЧАСА**



## ВАРЕНАЯ ЦАРСКАЯ ПАСХА

НА 2 ШТ.

- **творог 1 кг**
- **яичные желтки 8 шт.**
- **сливочное масло 200 г**
- **сметана (жирность 25 %) 300 мл**
- **сахар 250 г**
- **белый изюм без косточек 150 г**
- **очищенный миндаль 150 г**
- **цукаты 100 г**
- **ванилин 1 щепотка**

① Творог протереть через сито. ② Изюм промыть в теплой воде и обсушить на полотенце. ③ Миндаль подсушить в духовке и измельчить. ④ Сливочное масло размягчить. ⑤ Желтки отделить от белков. ⑥ Смешать протертый творог, сливочное масло, яичные желтки, сметану, сахар,



Такая пасха может быть как вареной, так и сырой.

При приготовлении сырой яйца варят, желтки протирают и добавляют в массу.

Белки можно использовать для приготовления других блюд. Приготовление вареной пасхи более трудоемко, так как ее необходимо варить на паровой бане не менее часа.

ванилин, тщательно взбить миксером. ⑦ Поставить полученную массу на паровую баню и варить, периодически помешивая, 1 час. ⑧ После этого в массу добавить изюм, миндаль и цукаты, тщательно перемешать. ⑨ Пасочницу выстелить марлей и выложить в нее готовую массу, тщательно утрамбовывая, чтобы не осталось пустот. ⑩ Верхние края марли закрыть внахлест. ⑪ Пасочницу поместить в кастрюлю (чтобы в нее стекала сыворотка), сверху установить гнет (например, литровую банку с водой), убрать в холодильник на сутки.

**1 час 30 минут**  
+ ПРЕССОВАНИЕ 24 ЧАСА

**Царской эта пасха называется из-за «богатства» входящих в нее продуктов.**



## ЗАПЕЧЕННАЯ ПАСХА

НА 2 ШТ.

- творог 1 кг
- яичные желтки 8 шт.
- сливочное масло 300 г
- сметана (жирность 25%) 500 мл
- сахар 300 г
- белый изюм без косточек 150 г
- цукаты 150 г
- ванилин 1 щепотка

① Творог протереть через сито. ② Изюм промыть в теплой воде и обсушить на полотенце. ③ Сливочное масло размягчить. ④ Желтки, отделив от белков, взбить с сахаром. ⑤ Смешать протертый творог, сливочное масло, взбитые с сахаром желтки, сметану, изюм, цукаты, ванилин, тщательно



Приготовить запеченную пасху можно и по-молдавски. Делают это следующим образом.

Круглую форму выстилают тонко раскатанным дрожжевым тестом. Из него же делают косичку, укладывают ее вдоль борта формы, и получается круглый «венок». Внутрь «венка» кладут творог или сладкую творожную массу. Из той же косички поверх творога делают крест — накладывая косичку крест-накрест от одного борта формы до другого. Получившуюся круглую пасху с дрожжевым тестом смазывают желтком и запекают в духовке.

взбить миксером. ⑥ Форму подготовить, как описано выше, заполнить ее творожной массой, поместить в духовку, разогретую до 120–130 °С. Выпекать пасху 2,5–3 часа, пока масса не станет плотной. ⑦ Готовую пасху охладить и осторожно вынуть из формы.



### Это самый сложный способ приготовления пасхи.

*В наше время запеченная пасха — большая редкость на пасхальной трапезе. Ведь гораздо проще приготовить пасху из сырого творога, да и выглядит запеченная пасха не так красиво, как сырая. Но для тех, кто все же захочет ее сделать, возникнет проблема с формой, так как специальных огнеупорных форм для пасхи не производят. Предлагаю такой вариант: снаружи обернуть деревянную форму толстой фольгой в два-три слоя, чтобы форма не сгорела, а внутри выстелить ее бумагой для выпечки или разрезанным пакетом для выпекания, чтобы фольга не контактировала с творогом. Выпекается пасха при низкой температуре 120–130 °С довольно долго, 2,5–3 часа (иначе не пропечется и подгорит).*



## выпечка и десерты



## ЦУРЕКИ

НА 1 БОЛЬШОЙ ИЛИ 2 МАЛЕНЬКИХ ЦУРЕКИ

- вареные яйца 1–5 шт.
- яичные желтки 3 шт.
- ДЛЯ ТЕСТА:**
- пшеничная мука 1,2 кг
- молоко 300 мл
- сахар 250 г
- сливочное масло 300 г
- яйца 6 шт.
- прессованные дрожжи 50 г
- цукаты 150 г
- махлепи 10 г
- мастиха 10 г
- миндальные лепестки или кунжут для посыпки 2–3 столовые ложки
- кардамон 2 щепотки
- соль 1 щепотка

① Муку просеять. ② Молоко подогреть до 30–40 °С. ③ Дрожжи развести в 100 мл теплого молока, смешанного с 1 чайной ложкой сахара. Дать подойти. ④ Масло размягчить. ⑤ Оставшийся сахар взбить с яйцами, добавить в масло, перемешать. ⑥ Мастиху и махлепи измельчить блендером вместе с кардамоном. ⑦ Соединить молоко, масло с сахаром и яйцами, соль, подошедшие дрожжи и измельченные специи, взбить венчиком.



Цуреки — это традиционная греческая пасхальная выпечка.

Цуреки для грека — что для русского кулич. Наиболее распространенная форма цуреки — плетенка. Внутри плетенки еще до выпекания часто помещают одно или несколько неочищенных вареных крашенных яиц, которые погружают в тесто наполовину.

Для цуреки понадобятся особые греческие продукты — махлепи (ядра средиземноморской дикой вишни) и мастиха (смола мастикового дерева с острова Хиос), которые трудно найти у нас в продаже. Исключите их из рецепта и ограничьтесь кардамоном. Выпекают цуреки в Греции в Великий четверг. В России в этот день пекут пасхальные куличи.

⑧ Всыпать муку при постоянном помешивании, тщательно вымесить тесто, добавить цукаты, еще раз вымесить, накрыть полотенцем, убрать подходить в теплое место. ⑨ Поднявшееся тесто обмять, разделить на 3–5 частей (количество частей зависит от того, какой толщины вы хотите испечь косичку, ее можно сплести из трех или пяти «хвостов» теста). Дать расстояться в течение 15–20 минут. ⑩ Части теста раскатать в «хвосты», из которых сплести косичку. ⑪ Косичку можно свернуть в форме венка или оставить в виде вытянутого прямоугольника. ⑫ Вложить в цуреки крашенные яйца, вдавив их в тесто до половины. Оставить цуреки на расстойку на 15–20 минут. ⑬ Смазать тесто слегка взбитыми яичными желтками, обсыпать миндальными лепестками или кунжутом. ⑭ Выпекать 30–40 минут при 180° С.



3–3 ЧАСА 30 МИНУТ



ЦУРЕКИ, см. рецепт на с. 114



## ПАСХАЛЬНЫЕ ЯЙЦА

**Согласно Священному Преданию традиция дарить на Пасху красные яйца** *происходит от святой равноапостольной Марии Магдалины. Спустя какое-то время по Воскресении Христову эта святая отправилась с проповедью в Рим, где посетила императора Тиверия. По тогдашнему обычаю все приходящие к императору должны были преподнести ему какой-либо подарок. Бедные люди в таких случаях дарили плоды своих трудов или яйца птиц. Так и святая Мария Магдалина преподнесла императору яйцо со словами «Христос Воскрес!» и рассказала Тиверию о жизни, учении, смерти и воскресении Спасителя. Но Тиверий не поверил рассказу святой и потребовал доказательств. И тогда прямо в его руках белое яйцо покраснело. С тех пор традиция дарить друг другу на Пасху крашеные яйца постепенно распространилась среди христиан. Яйцо является символом зарождения новой жизни и выражает нашу веру в грядущее общее Воскресение. После Пасхальной литургии верующие обмениваются крашеными яйцами со словами «Христос Воскресе!». Крашеное яйцо становится первым блюдом, которым разговляются верующие по окончании Великого поста. Варить и красить яйца, так же, как и печь куличи, и делать творожные пасхи принято в Великий четверг Страстной седмицы — за три дня до Пасхи. Освящают яйца, куличи и пасхи в Великую субботу после литургии.*

## КРАШЕНКИ И ПИСАНКИ

Существует два основных типа пасхальных яиц — это крашенки (с ударением на букву «а»), крашеные вареные яйца, и писанки (с ударением на первую букву «и») — расписанные сырые яйца (см. ниже). Яйцами-крашенками устраивают яичные бои — сталкивают яйца, выясняя, чье крепче. У кого яйцо осталось целым, тот и победил. После этого победитель имеет право забрать яйцо проигравшего и съесть его. Такое правило было особенно актуально в голодные послевоенные годы. В этой связи я всегда вспоминаю рассказ своей тети Раисы Егоровны Ольховой, послевоенное детство которой прошло в глухой орловской деревне. Она часто рассказывала мне об одном хитром мальчике, который смастерил яйцо из дерева и раскрасил его как пасхальное, а затем использовал в яичных боях. Победив таким нечестным образом многих детей, хитрый мальчик вдоволь наелся яиц, но когда обман выявился, был нещадно бит обманутыми детьми. В отличие от крашенок яйцами-писанками



**выпечка и десерты**



бои не устраивают, а обращаются с ними крайне осторожно, так как они очень хрупкие. Писанки дарят друг другу, чтобы сохранить их на долгие годы. Зачастую их размещают в красном углу вместе с иконами. Красят или расписывают не только куриные яйца, но и перепелиные, утиные, гусиные и даже страусиные, так как в последние десятилетия в России появилось несколько страусиных ферм, одной из первых среди которых стала страусиная ферма при Свято-Елисаветинском женском монастыре в Калининградской области. Кроме того, страусов выращивают на Успенском подворье Оптиной пустыни, в Святоозерском Богородицком Иверском Валдайском мужском монастыре, Свято-Троицком Каменно-Бродском мужском монастыре, а также на ферме близ Николо-Шартомского мужского монастыря Ивановской области.



**выпечка и десерты*****Крашенки***

Есть несколько общих правил покраски пасхальных яиц. Яйца нужно перебрать, осмотрев их на наличие повреждений. Даже слегка треснутое яйцо при варке лопнет, а красить нужно только целые яйца. Если вы держали яйца в холодильнике, их необходимо за сутки до покраски вынуть и оставить в комнате, чтобы они постепенно прогрелись до комнатной температуры. Заливать яйца нужно холодной водой. Все это делается для того, чтобы яйца не потрескались от разницы температур. Если вы используете натуральные красители (луковую шелуху, свеклу, куркуму), то окрашивайте уже сваренные яйца. Положите их в горячий окрашивающий раствор не менее чем на 1 час, после чего яйца выньте и протрите насухо. Можно протереть яйца тканью, пропитанной растительным маслом, — тогда яйца будут выглядеть более яркими.

Наиболее распространенный способ окраски яиц — в луковой шелухе. Луковая шелуха дает интенсивный красно-коричневый цвет. Концентрированный свекольный отвар дает розовый цвет. Концентрированный настой куркумы — желтый цвет разных оттенков — в зависимости от количества куркумы: чем больше ее в растворе, тем цвет темнее и насыщенней. Также желтый цвет можно получить, окрасив яйца в отваре свежих или сухих березовых листьев. Зеленый цвет дает густой отвар сушеной или свежей крапивы или отвар листьев краснокочанной капусты — при варке краснокочанная капуста окрашивает воду в интенсивный зеленый цвет. Настой сушеных фиалок даст светло-фиолетовый цвет. Один из старинных способов окраски — варка яиц в цветных лоскутах: при варке лоскуты линяют и окрашивают яйцо. Ну и конечно, вы можете воспользоваться пищевыми красителями или наборами для окрашивания и различными наклейками на пасхальную тему, которые повсеместно продаются в преддверии Пасхи.

Для получения узоров по поверхности яиц перед погружением их в красящий отвар нанесите растительное масло — в этих местах прокраска будет значительно бледнее. Еще один способ — из плотной бумаги вырежьте буквы «ХВ», или крест, или части растительного орнамента и закрепите их на яйце с помощью резинок для банкнот. После окраски эти места останутся белыми или слабо окрашенными.



## *Писанки*

Слово «писанка» происходит от слова «писать» — расписывать, наносить узоры. Для изготовления писанок используют сырые яйца. В яйце очень осторожно прокалывают два отверстия с противоположных сторон и выдувают содержимое яйца, после чего отверстия заклеивают небольшими кусочками горячего воска. Профессиональные художники расписывают яйца не красками, а горячим воском, который наносят специальными стилусами. Сначала на яйцо тонким карандашом наносится изображение, затем места, которые останутся незакрашенными, покрывают горячим воском. Далее яйцо опускают в горячую краску, после чего вынимают и сушат. После сушки места, которые должны остаться окрашенными, покрывают слоем воска. Затем яйца опускают в другую краску — более темную. Таким образом, окрашиваются те места, которые не были покрыты первым и вторым слоем воска. Операцию повторяют столько раз, сколько слоев изображения задумано художником. Когда все слои закончены, из яйца извлекают восковые пробки и подносят его к свече: воск постепенно тает, его удаляют салфеткой, и роспись проявляется во всей своей красе.

Художники-любители поступают гораздо проще: помещают яйцо в рюмку, используя ее в качестве подставки, и окрашивают яйцо, а затем расписывают его обычными кистями любой краской — от акварельной до масляной. Расписывают яйца различными христианскими символами, чаще всего связанными со Светлым Христовым Воскресением. Иногда роспись яиц бывает очень сложной — вплоть до изображения икон Спасителя или Пресвятой Богородицы, но чаще всего изображают различные варианты креста, буквы «ХВ» и растительные орнаменты — вариации на тему виноградной лозы, еще один символ Христа. Существуют даже конкурсы писанок. Например, «Центр возрождения традиций», созданный под эгидой Данилова монастыря, уже несколько лет проводит Пасхальные фестивали для учащихся кулинарных колледжей со всей России. На Пасхальном фестивале проводятся конкурсы по выпечке куличей, изготовлению творожной пасхи и росписи крашенок и писанок. В каждой номинации существуют призовые места и специальные награды.

В целом можно сказать, что покраска и роспись яиц в христианских странах является древней семейной традицией, в которой с большим удовольствием принимают участие не только взрослые, но и дети.





7  
*Напитки*





122

Напиток из шиповника  
с малиной

122

Лимонно-медовый напиток

122

Брусничный напиток

123

Компот из тыквы и яблок

123

Компот из ревеня

124

Иван-чай

125

Травяной чай

125

Глинтвейн

126

Пунш



НАПИТКИ



## НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА С МАЛИНОЙ

НА 3,5 л

- вода 3 л
- плоды шиповника свежие 300 г или сушеные 100 г
- малина (свежая или замороженная) 400 г или малиновое варенье 300 г
- сахар

- 1 Вскипятить воду.
- 2 Шиповник промыть, поместить в кастрюлю, растолочь пестиком, залить кипятком, настаивать 1 час.
- 3 Настой вскипятить.

- 4 Малину протереть с сахаром, добавить в настой, довести до кипения, процедить через марлю.
- 5 Подавать горячим или охлажденным.



## ЛИМОННО-МЕДОВЫЙ НАПИТОК

НА 3 л

- вода 3 л
- лимоны 2 шт.
- мед 200 г

- 1 С лимона снять теркой цедру. Из мякоти выжать сок.
- 2 Воду вскипятить, добавить цедру, варить 10 минут, процедить.
- 3 Лимонный



По вашему вкусу можно добавить в напиток гвоздику или корицу.

- отвар остудить до комнатной температуры, добавить мед, перемешать до полного растворения.
- 4 Влить лимонный сок, перемешать.
  - 5 Подавать теплым или охлажденным.




## БРУСНИЧНЫЙ НАПИТОК

НА 3 л

- вода 3 л
- брусника (замороженная) 300 г или брусничное варенье 200 г
- мед 200 г

- 1 Воду вскипятить.
- 2 В кастрюле размять ступкой



Можно приготовить напиток из других ягод: клюквы, черники, смородины, малины, ежевики, крыжовника. Если вы используете брусничное варенье, уменьшите количество меда.

- бруснику, залить ее кипятком, дать настояться 30 минут, процедить.
- 3 Добавить мед, перемешать до полного его растворения.
  - 4 Подавать теплым или охлажденным.





НАПИТКИ



## КОМПОТ ИЗ ТЫКВЫ И ЯБЛОК

НА 3 Л

- вода 3 л
- тыква 300 г
- яблоки свежие 200 г  
или сушеные 100 г
- мед 200 г
- гвоздика 3 шт.
- корица молотая



- ① Воду вскипятить.
- ② Тыкву и яблоки очистить и произвольно нарезать.
- ③ В кипящую воду положить тыкву и яблоки, корицу, гвоздику, варить на слабом огне 15 минут, процедить.
- ④ Добавить мед, перемешать.
- ⑤ Подавать горячим или охлажденным.



## КОМПОТ ИЗ РЕВЕНЯ

НА 3 Л

- вода 3 л
- ревень 500 г
- мед 200 г
- гвоздика 3 шт.



Вместо меда можно использовать сахар. Также дополнительно можно добавить цедру лимона или апельсина или их сок.

- ① Воду вскипятить.
- ② Ревень промыть и очистить, нарезать поперек произвольными кусками.
- ③ В воду положить ревень, довести ее до кипения, уменьшить нагрев.
- ④ Добавить гвоздику, варить компот 10–15 минут на слабом огне, процедить.
- ⑤ Добавить мед, перемешать.
- ⑥ Подавать горячим или охлажденным.



напитки



## ИВАН-ЧАЙ

НА 1 л

- вода 1 л
- гранулированный иван-чай  
4 столовые ложки



Травяной чай очень просто приготовить из гранулированной травы кипрея узколистного (иван-чая). Он есть в продаже в аптеках.

- ① Воду вскипятить.
- ② Заварочный чайник ошпарить, положить иван-чай, залить водой и настаивать 10 минут.
- ③ Подавать горячим.



напитки



## ТРАВЯНОЙ ЧАЙ

НА 1 л

- вода 1 л
- черный байховый чай  
1 столовая ложка
- травяной сбор (чабрец, душица, череда, мята, лист смородины, шалфей)  
3 столовые ложки
- сахар (по желанию)



Часто в чай мы добавляем общеукрепляющие травяные сборы.

- ① Воду вскипятить.
- ② Заварочный чайник ошпарить, положить чай и травяной сбор, залить водой и настаивать 10 минут.
- ③ Подавать горячим.



**На Рождество и Пасху после ночной службы во многих храмах прихожан угощают чаем.** В Даниловом монастыре существует многолетняя традиция такого угощения. Прихожан у нас много, и мы готовим до 100 л чая. Чай раздают горячим в палатке, установленной на монастырской площади, сбоку от храма.

## ГЛИНТВЕЙН

НА 3,5 л

- красное сухое вино 3 л
- апельсиновый сок 500 мл
- яблоко 2 шт.
- апельсин 1 шт.
- гвоздика 4–5 шт.
- молотая корица
- сахар



Для этого напитка можно использовать сок не только апельсиновый, но и яблочный, грейпфрутовый. Кроме апельсина и яблока или вместо них можно добавлять в глнтвейн и другие фрукты и ягоды по вашему вкусу. Сахар можно заменить медом.

- ① В кастрюле смешать вино и сок.
- ② Добавить разрезанные на четыре части яблоки и апельсин, корицу, гвоздику, сахар по вкусу, довести до кипения и снять с нагрева.
- ③ Подавать горячим.





**НАПИТКИ**



**Сейчас существует очень много видов пунша** — не только горячих, но и холодных и даже безалкогольных. Рецепт пунша, который я вам хочу предложить, ближе всего к рецепту классического барбадосского ромового пунша. Его состав даже зарифмован для лучшего запоминания: «*One of Sour, Two of Sweet, Three of Strong, Four of Weak*», что в переводе означает: 1 часть кислого (сок лимона), 2 части сладкого (сахар), 3 части крепкого (рома), 4 части слабого (воды).

## ПУНШ

**НА 4 Л**

- вода 1,5 л
- темный ром 1 л
- тростниковый сахар 400 г
- лимонный сок 300 мл (7–8 лимонов)



В рецепте сок лимона можно заменить соком лайма, апельсина или грейпфрута.

Вместо темного рома использовать светлый. Можно добавлять специи — гвоздику, корицу, кардамон и др.

- ① Воду вскипятить, растворить в ней сахар.
- ② Влить ром и лимонный сок.
- ③ Подавать горячим.



«Пунш — напиток, привезенный в Европу англичанами в конце XVII столетия. Приготавливается из воды, чая, арака, лимонного сока и сахара, и благодаря пяти составным частям он получил свое название (*pantscha* по-санскритски — пять). Часто вода заменяется вином (винный П.); кроме того, употребляются еще шампанское, эль, ананас, апельсины, яйца и пр. П. пьют в горячем состоянии, холодном и даже замороженном. *Ronche á la Romaine* — замороженный шампанский П., смешанный с яичным белком. Шведский П. — хорошо сохраняемый холодный П. (обыкновенно растворенный в вине или шампанском). Для приготовления стального П. разогревают воду или вино посредством раскаленной стали. Эссенции П. содержат все составные части П. в концентрированном виде и дают с соответствующим количеством горячей воды готовый П.» (Энциклопедический словарь Ф. А. Брокгауза и И. А. Ефрона. — СПб.: Брокгауз — Ефрон 1890—1907).

**список литературы**



**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, К КОТОРОЙ  
Я ОБРАЩАЛСЯ ПРИ НАПИСАНИИ КНИГИ:**

1. Аксаков С. Т. Детские годы Багрова-внука. — М.: Государственное издательство художественной литературы, 1954.
2. Библия. Книги священного писания Ветхого и Нового Завета в Синодальном переводе.
3. Даль В. И. Толковый словарь живого великорусского языка — М.: Пашков Дом, 2004.
4. Игумен Силуан (Туманов). История христианских праздников. — Саранск, 2008.
5. Кузенков О. А., Кузенкова Г. В. Энциклопедия православной кухни. — Нижний Новгород: Издательство братства во имя святого князя Александра Невского, 1998.
6. Никифоров-Волгин В. А. Завтра Пасха Господня! — М.: Приход Хр. Святаго Духа сошествия на Лазаревском кладбище, 2012.
7. Похлебкин В. В. Большая энциклопедия кулинарного искусства. Все рецепты В. В. Похлебкина. — М.: Центрполиграф, 2010.
8. Похлебкин В. В. Кулинарный словарь. — М.: Центрполиграф, 2002.
9. Православие от А до Я. Словарь-справочник. — М.: Издательский Совет РПЦ, издательство «ДАРЪ», 2006.
10. Сырников М. Настоящая Русская Еда. — М.: Эксмо, 2010.
11. Энциклопедический словарь Ф. А. Брокгауза и И. А. Ефрона. — СПб.: Брокгауз — Ефрон 1890—1907.

**Ольхов, Олег.**

О-56 Пасхальные блюда православной кухни : история, традиции, рецепты / Олег Ольхов. – Москва : Издательство «Э», 2016. – 128 с. : ил. – (Подарочные издания. Кулинария).

Все войдите в радость Господа нашего;  
и первые, и вторые получите награду;  
Богатые и бедные, ликуйте друг с другом;  
Воздержные и нерадивые, почитите этот день;  
Постившиеся и непостившиеся, веселитесь ныне.  
Трапеза обильна, — насыщайтесь все;  
Телец велик, — никто пусть не уходит голодным;  
все наслаждайтесь пиршеством веры; все пользуйтесь  
богатством благодати.

*Иоанн Златоуст.*

*О радостной пасхальной трапезе – наша книга.*

УДК 641.565  
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-85407-3

© ИП Пухов, 2015

© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2016

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Подарочные издания. Кулинария

**Ольхов Олег**

**ПАСХАЛЬНЫЕ БЛЮДА ПРАВОСЛАВНОЙ КУХНИ**

Фотографии — *Вадим Рутковский*

Ответственный редактор *Е. Левашева*

Редакторы *Н. Кузнецова, С. Першина*

Художественный редактор *Е. Задвинская*

Технический редактор *Т. Анохина*

Дизайн макета, обложки, верстка *Ю. Анохина*

Корректор *Л. Воробьева*

В оформлении обложки использованы фотографии:  
Kamil Cwiklewski, yvdavyd, yvdavyd / Istockphoto / Thinkstock / Gettyimages.ru;  
Hemera Technologies / PhotoObjects.net / Thinkstock / Gettyimages.ru.

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:  
agrino / Istockphoto / Thinkstock / Gettyimages.ru

ООО «Издательство «Э»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86.

Өндiрушi: «Э» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесi, 1 үй.  
Тел. 8 (495) 411-68-86.

Тауар белгiсi: «Э»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының  
өкiлi «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.  
Тел.: 8 (727) 251-59-89/90/91/92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107.

Өнiмнiң жарамдылық мерзiмi шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта Өндiрушi «Э»

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ  
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Э»

Өндiрген мемлекет: Ресей

Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 25.01.2016. Формат 84x108<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 13,44.

Тираж экз. Заказ



ISBN 978-5-699-85407-3



9 785699 854073 >



В электронном виде книги издательства вы можете  
купить на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

ЛитРес:

один клик до книг







Расстегаи с мясом, луком и яйцом,  
см. рецепт на с. 94



Пасхальные яйца,  
см. рецепт на с. 116



Пасха с изюмом,  
см. рецепт на с. 111

## ПАСХА – СВЕТОЕ ХРИСТОВО ВОСКРЕСЕНИЕ – САМЫЙ ГЛАВНЫЙ ХРИСТИАНСКИЙ ПРАЗДНИК.

Кулич, пасха и яйца имеют символическое значение. Кулич символизирует присутствие Христа на трапезе, пасха – Гроб Господень, а красное яйцо – символ Воскресения и начало новой жизни.

Поскольку монахи не употребляют мясо, на праздничной трапезе обязательно представлены блюда из рыбы: солянка или калья, салат с рыбой, соленая или копченая рыба. А также сливочное масло, сыр, сметана и молоко. Обязательно на праздничной трапезе должно быть вино. Из безалкогольных напитков чаще всего бывают морс, взвар или другие фруктовые напитки. Пасхальный стол мирян гораздо более обильный. На нем присутствуют мясные блюда: домашняя ветчина, окорок или буженина, запеченная курица, гусь или утка. Из напитков бывает не только вино, но и более крепкие напитки, а к чаю подают десерт – традиционную сдобную выпечку.



**ОЛЕГ ОЛЬХОВ,**  
шеф-повар Данилова  
московского  
мужского монастыря



В книге подробно описано, как проходит **праздник Пасхи** и следующие шесть дней пасхальной недели, как проводятся богослужения и какие традиции прочно установились в России, а также то, как разговляются прихожане и что должно быть на праздничной трапезе у монахов и мирян.

