

СТАРИНЫЕ БЛЮДА

Черемховской
земли



БАБКА

Елена Валентиновна Козловская,
г. Черемхово



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Картофель.....	500 г.
Сало свежее.....	100 г.
Яйцо.....	4 шт.
Мука.....	2 ст. ложки
Лук.....	50 г.
Зелень.....	200 г.



Раньше бабку
томили в чугунке
в русской печке.

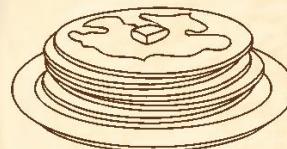
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Картофель натереть на мелкой терке. Пережарить сало на сковороде и смешать с картофелем и луком. В эту смесь добавить муку с яйцом. Можно добавить грибы. Запекать в духовке 30 минут.

Подавать со сметаной.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Молоко..... 400 мл.
Гречневая мука 90 г.
Пшеничная мука..... 60 г.
Яйцо..... 3 шт.
Раст. масло..... 2 ст. ложки
Сахар..... 1 ст. ложка
Соль 12 ч. ложки
Сода 14 ч. ложка



Блины из гречневой муки
можно подавать со сметаной,
мёдом или макалкой

БЛИНЫ ГРЕЧНЕВЫЕ И КРУПИСЧАТЫЕ (КРУПЧАТКА)

Татьяна Георгиевна Быкова,
д. в. Иресть



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

В большой миске смешать сахар, яйца, соль и соду. Аккуратно взбить венчиком и влить молоко, подогретое на плите. Снова перемешать. Теперь можно приступать к выпеканию блинов.

Тесто можно не перемешивать, но если хочется, то можно аккуратно сделать это ложкой. Сковороду смазать маслом, разогреть, вылить порцию теста и проследить, чтобы оно растянулось по всей поверхности. Готовые блины сложить на плоскую тарелку, каждый блин промазать сливочным маслом.

БОТВИНЬЯ

Любовь Николаевна Пшеничникова,
с. Голуметь

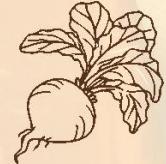


СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Щавель и свекольную ботву залить небольшим количеством воды и варить 10 минут. Остудить и перетереть через сито. Лук и укроп измельчить, подсолить и растереть с горчицей. Огурцы нарезать кусочками. Все ингредиенты перемешать и залить квасом.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Щавель..... 500 г.
Огурец свежий..... 5-6 шт.
Квас..... 2 л.
Свекольная ботва..... 100 г.
Зелёный лук, укроп..... 50 г.
Сахар, соль, хрень,
горчица..... по вкусу



Ботвинья – разновидность
летнего супа.
Когда-то она была очень
распространена
на Сибирской земле

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Вода 1 л.
Дрожжевое
ржаное тесто 300 г.
Соль по вкусу



Бүрдүк - это кисель с кислинкой из солоделой муки.

Бүрдүк - традиционное блюдо русского населения Сибири. Он представляет собой подсоленный кисель из кислого ржаного или ржано-пшеничного теста, который употребляют как самостоятельное блюдо, а также используют как основу для хлебки с сухариками.

БҮРДҮК

Любовь Николаевна Пшеничникова,
с. Голуметь



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Обычно бүрдүк готовили в теплое время года. Считался он также и блюдом летних постов: Петровского и Успенского. Сейчас для приготовления теста берут либо чистую ржаную муку, либо смесь ржаной и пшеничной. Раньше вместо муки могли использовать ржаные отруби. Считается, что отруби использовались раньше от бедности. Готовое тесто залить водой, перемешать и оставить на некоторое время до появления осадка (который называют илом).

После этого осадок слить в отдельную посуду. Действие с тестом повторить еще два раза, а затем осадок залить кипятком или кипящим молоком. Остудить. В результате получится густой кисель.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Бульон мясной.....	2 л.
Капуста.....	500 г.
Морковь.....	200 г.
Лук.....	150 г.
Зелень.....	200 г.



Капустницу
готовили
в чугунке
в русской печи.

КАПУСТНИЦА

Тина Геннадьевна Перфильева,
с. Рысево



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Капусту мелко нарубить сечкой. Точно так же нарубить предварительно отваренную до полуготовности морковь. Лук нарезать полукольцами. Измельчённые овощи обжарить, залить мясным бульоном и потушить. Получается ароматное и вкусное блюдо.

КУЛАГА

Любовь Николаевна Пшеничникова,
с. Голуметь

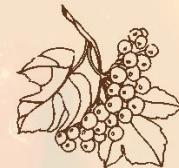


СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Первым делом нужно заварить солод горячей водой. Дать настояться 1 час в тёплом месте. Добавить ржаную муку и хорошо перемешать. Добавить ягоды. Ещё раз перемешать. Готовить в духовке (или в йогуртнице) при температуре 40 градусов до загустения массы. Раньше ставили в протопленную печь (русскую) на несколько часов, обычно с вечера до утра (то есть, на 8-10 часов). При этом посуду плотно закрывали или замазывали тестом для полной герметизации.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Солод 1 ст. ложки
Ржаная мука 2 ст. ложки
Вода 1 стакан
Калина (ягода) по вкусу



Кулага - это старинное русское национальное сладкое блюдо, основанное на технологии брожения.

Настоящая кулага готовится из ржаного солода, ржаной муки и калины, без добавления сахара или меда.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Мука пшеничная..... 700 г.
Молоко..... 200 мл.
Вода..... 200 мл.
Яйцо 3 шт.
Сливочное масло..... 100 г.
Сахар..... 1 ст. ложка
Соль 1 ч. ложки
Дрожжи
хлебопекарные..... 0,5 пачки
Куриное филе..... 300 г.
Грибы свежие..... 200 г.
Лук репчатый..... 200 г.

КУРНИК

Галина Никитична Белобородова,
с. Бельск



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Для опары в стакане тёплого молока перемешать ложку сахара, 0,5 пачки дрожжей и две ложки муки. Поставить в теплое место. Замесить тесто на молоке пополам с водой. Влить туда опару. Добавить 100 г. растопленного масла, вбить 3 яйца. Посолить и вымесить, подсыпая муку, пока не станет отлипать от рук. Переложить в большую кастрюлю, накрыть и поставить в тёплое место. Когда тесто поднимется первый раз, его нужно перемесить. После второго подъёма можно стряпать. Раскатать две большие лепёшки. Одну лепёшку положить на смазанный маслом противень. На неё выложить начинку (обжарить лук, кусочки курицы и грибы - шампиньоны) и накрыть второй лепёшкой. Герметично защипать. Оставить на 30 минут, чтоб тесто поднялось. Выпекать при температуре 150 градусов до готовности.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Бульон говяжий.....	1 л.
Лук.....	500 г.
Картофель.....	2 - 3 шт.
Яйцо куриное.....	3 шт.
Молоко.....	50 г.
Петрушка, укроп.....	50 г.
Сметана.....	по вкусу



Полезный и
питательный луково-яичный
суп наполнит организм
теплом и зарядит
энергией.

ЛУКОВО-ЯИЧНЫЙ СУП

Людмила Васильевна Боровченко,
д. Белькова



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Лук почистить, нашинковать и обжарить на сливочном масле или сале.
Порезанный кубиками картофель залить кипящим бульоном. Варить 10 минут.

Добавить обжаренный лук и взбитые с молоком яйца.
Подавать со сметаной и зеленью.

МАКАЛКА ДЛЯ БЛИНОВ

Ольга Алексеевна Иванова,
г. Черемхово



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Масло сливочное 100 г.
Яйцо куриное 2 шт.
Соль по вкусу



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Взбить 2 яйца. Растопить сливочное масло на огне и быстро
вбить в него яйца и соль по вкусу. Главное,
чтобы яйца не успели стать крутыми.

Макалка должна быть жидкой.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Молоко..... 500 мл.
Картофельный
крахмал..... 3 ст. ложки
Сахар..... 2 ст. ложки
Соль..... 1 щепотка



Молокочный кисель -
питательное и полезное блюдо.
Благодаря обволакивающему
воздействию положительно
влияет на работу
желудочно-кишечного тракта.

МОЛОЧНЫЙ КИСЕЛЬ

Тамара Александровна Кащеева,
г. Черемхово



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

В кастрюлю налить 1 стакан молока, добавить сахар и щепотку соли. Довести до кипения, но не кипятить. В другом стакане молока растворить крахмал. Вылить холодное молоко с крахмалом в кипящее молоко и варить кисель 4 минуты, помешивая венчиком. Если варить дольше - кисель может стать жидким.

По консистенции кисель должен быть густым, как пудинг. Можно добавить по вкусу ванильный сахар или какао-порошок.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Редька..... 300 г.

Рассол огуречный..... 250 мл.



Мурцовка -
это крестьянское
повседневное блюдо.
Хлебнуть мурцовки -
значит пережить
трудные времена.

Белую или чёрную редьку помыть, очистить от кожуры и натереть на крупной тёрке.
Залить огуречным рассолом. Можно добавить сметану и отваренную картошку,
нарезанную кубиками. Посыпать свежей зеленью укропа и петрушки.

Блюдо употреблять холодным.

МУРЦОВКА

Людмила Васильевна Боровченко,
д. Белькова



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

ОВСЯНЫЙ КИСЕЛЬ

Любовь Николаевна Пшеничникова,
с. Голуметь



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Вода..... 800 мл.
Овсяная мука..... 100 г.
Сахар 2 ст..... ложки
Масло сливочное..... по вкусу



Овсяный кисель содержит антиоксиданты, укрепляет иммунитет, оказывает мягкое слабительное действие

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

В овсяную муку налить 800 мл. холодной воды. Хорошо перемешать и оставить на ночь. Процедить овсяное молоко в сотейник. В жмых добавить ещё 1 стакан воды и снова процедить. Добавить сахар. На медленном огне довести до кипения, постоянно помешивая. Как только кисель закипит, его убирают с огня. В готовое блюдо можно добавить сливочное масло и украсить ягодами или фруктами.

ПАРЁНКА

Галина Герасимовна Соловьёва,
д. Ключи



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

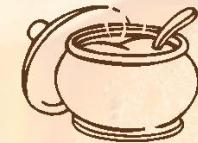
Брюкву, морковь, репу вымыть, очистить и нарезать кусочками

Сложить в чугунок или глиняную крынку, добавить полстакана воды, закрыть крышкой и поставить в печь. Готовить до мягкости.

Блюдо подавать холодным. Употреблять, поливая мёдом.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Брюква.....	200 г.
Морковь.....	200 г.
Репа.....	200 г.
Вода.....	полстакана
Мёд.....	по вкусу



Парёнка
вкусна и полезна.
Это настоящее
лакомство
для деревенской
детворы.

ПЕЛЬМЕНИ С РЫБОЙ

Любовь Николаевна Пшеничникова,
с. Голуметь



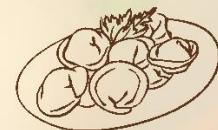
ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

Мука..... 3 стакана
Яйца..... 2 штуки
Вода..... 1 стакан
Растительное масло..... 40 г.
Соль..... 1 ч. ложка

Для начинки:

Филе рыбное
(судак, лещ, щука)..... 1 кг.
Свиное сало..... 100 г.
Лук репчатый 300 г.
Чеснок 2 зубчика
Соль, специи..... по вкусу
Укроп свежий..... по вкусу



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Налить в миску теплую воду, разбить в неё яйца, добавить соль и растительное масло. Перемешать до полного растворения соли. Постепенно всыпать просеянную муку и замесить тесто. Месить около 10 минут до эластичности. Отложить тесто на 30 минут, чтобы клейковина разбухла. Приготовить рыбный фарш, измельчив все ингредиенты. Раскатать тесто в тонкий пласт и нарезать стаканом кружочки. Разложить начинку и слепить пельмени удобной для вас формы. Варить пельмени в бульоне или в воде 5-7 минут. Перед подачей посыпать свежей зеленью.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

- Мука пшеничная..... 1200 г.
Простокваша..... 800 мл.
Сметана..... 60 г.
Яйцо..... 1 шт.
Масло подсолнечное..... 50 мл.
Сода..... 0,5 ч. ложки
Соль..... 1 щепотка

Для начинки:

- Черемуха молотая..... 100 г.
Сахар..... 100 г.
Молоко..... 150 мл.

ПЕРЕПЕЧКИ

Елена Валентиновна Козловская,
г. Черемхово



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Влить в миску простоквашу, добавить сметану, соль, соду, разбить яйцо, масло, перемешать. Сюда же просеять муку, замесить тесто. Готовое тесто скатать в колобок, смазать маслом, накрыть салфеткой, и отставить на время. За это время просеять черемуху в сотейник, залить кипящим молоком, всыпать сахар и проварить на медленном огне 3 минуты. Тесто разделить на небольшие кусочки, раскатать в лепешки толщиной 1 см. Сверху на лепешки выложить начинку из черёмухи (или повидло), а края защипать. Выпекать перепечки на противне, покрытом бумагой для выпечки, в разогретой до 200 градусов духовке до золотистого румянца (примерно 20 минут). Подавать со сметаной.

ПИРОГ С РЫБОЙ И КАПУСТОЙ

Наталья Кузьминична Пищенко,
г. Черемхово



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

В тёплом молоке растворить дрожжи, 1 ст. ложку сахара и 3 ст. ложки муки и перемешать. Накрыть и поставить в тёплое место до увеличения в 2 раза и появления пузырьков. В опару вбить 1 яйцо и 1 ведёрко, добавить оставшийся сахар, соль и растопленное сливочное масло. Хорошо перемешать. Постепенно добавляя муку, замесить тесто. Накрыть его и поставить в тёплое место на 1 час. Для начинки нужно нашинковать очищенные капусту, лук и морковь. Переложить их в сковороду и готовить на подсолнечном масле под крышкой до полуготовности. Поднявшееся тесто разделить на две части и раскатать круглые лепёшки. Форму для выпечки смазать маслом. Выложить в форму одну лепёшку. Сверху равномерно распределить капусту, положить целую речную рыбку, предварительно отваренную, и накрыть второй лепёшкой. Герметично защипать края. Оставить на 30 минут, чтобы пирог поднялся. Смазать оставшимся желтком и выпекать в духовке до готовности при температуре 150 градусов.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

Мука	500 г.
Яйцо куриное.....	2 шт.
Дрожжи свежие.....	25 г.
Масло сливочное.....	100 г.
Молоко.....	250 г.
Раст. масло.....	1 ч. ложка
Сахар.....	2 ст. ложки
Соль.....	12 ч. ложки

Для начинки:

Рыба отварная.....	200 г.
Капуста свежая.....	500 г.
Лук репчатый.....	100 г.
Морковь свежая.....	100 г.

ПРЯЖЕНИКИ

Жанна Владимировна Цветкова,
г. Черемхово



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Сахар и соль размешать в подогретом молоке, туда же добавить масло и яйцо. И постепенно, как бы слоями досыпать муку. В тёплом молоке развести дрожжи. Замесить дрожжевое тесто. Прикрыть ёмкость чистым полотенцем и поставить в теплое место подходит. Когда тесто увеличится в объеме, выложить на разделочную доску. И разрезать на кусочки необходимого размера. Шарики на разделочной доске должны подняться. Через некоторое время, растянуть их и начинать печь на горячей сковороде с толстым дном в горячем растительном масле.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Молоко.....	500 мл.
Вода.....	500 мл.
Яйцо	1 шт.
Подсолнечное масло...	100 г.
Соль.....	2 ч. ложки
Сахар.....	2 ст. ложки
Мука	около 2 кг.
Дрожжи сухие.....	10 г.



Рецептом этого теста
для пряженников
пользовалась моя бабушка.
Раньше к пряженкам делали
картофельную или
морковную начинку.

РУССКИЙ САЛАТ

Анна Ефремовна Метелёва



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Свинина.....	1 кг.
Картофель	1 кг.
Зелёный горошек..	500 г.
Морковь.....	250 г.
Солёные огурцы....	250 г.
Свёкла.....	250 г.
Зелень	50 г.
Майонез.....	по вкусу
Сок лимона.....	по вкусу



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Отварить мясо с зеленью. В середине варки положить в бульон морковь целиком и варить до готовности. Оставить морковь в бульоне на ночь. На следующий день вынуть из бульона мясо и морковь и порезать кубиками. Отдельно сварить картофель, свёклу и яйца. Нарезать кубиками картофель, свёклу, яйца и огурцы. Добавить зелёный горошек. Салат заправить майонезом, полить соком лимона и перемешать.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Молоко..... 1 литр
Сметана..... 150 г.
Творог..... 100 г.



Тарак отлично утоляет голод
и заряжает энергией

ТАРАК

Галина Степановна Шмакова,
д. Протасова



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

В тёплое молоко добавить сметану и оставить в тёплом месте для закисания на ночь. Этую смесь налить в чугунок и томить в русской печи в течение 4 - 5 часов. После вынуть из печи, остудить, добавить творог и настаивать ещё сутки.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Мука 80 г.
Сметана 1 стакан
Горячая вода 100 мл.
Соль по вкусу



**Саламат – вкусное,
полезное и
питательное блюдо**

Сметану кипятить на небольшом огне, при этом медленно помешивать деревянной ложкой. Когда появятся большие пузыри и сметана начнет пыхтеть, постепенно всыпать муку. Начать мешать быстрее, чтобы не образовались комочки. После того, как масса начнет густеть, влить воду. Постоянное помешивание способствует более активному выделению масла, а чем его больше, тем лучше. Если у вас и на дне, и по бокам посуды появилась румяная корочка, а сам саламат, пропитавшись маслом, уже не прилипает к ложке, – блюдо готово.

САЛАМАТ (ЗАТИРУХА)

Болошина Алехтина Геннадьевна,
с. Голуметь



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

СКОБЛЯНКА

Елена Валентиновна Козловская,
г. Черемхово

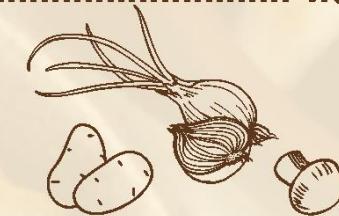


СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Все ингредиенты добавляются поочерёдно. Сначала тушится мясо до мягкости, потом добавляют свежие или замороженные грибы и репчатый лук. В последнюю очередь добавляют картофель и тушат до полной готовности. Посыпают зеленью. Подают со сметаной.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Свинина.....	300 г.
Грибы свежие.....	500 г.
Лук.....	200 г.
Картофель.....	500 г.
Соль.....	по вкусу



Скоблянка готовилась
в русской печке в чугунке.
Блюдо называли
скоблянка, потому что
ингредиенты
мелко измельчались,
т. е. скоблились.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Бульон говяжий.....	1 л.
Щавель.....	150 г.
Зелёный лук.....	50 г.
Зелень.....	50 г.
Яйцо варёное.....	2 шт.
Сметана.....	по вкусу



Суп из щавеля
освежит в жаркий день,
насытит и согреет
в прохладное время.

СУП ИЗ ЩАВЕЛЯ С ЯЙЦОМ

Людмила Васильевна Боровченко,
д. Белькова



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Мелко нацинковать щавель и лук. Обжарить в небольшом количестве масла.
Залить горячим бульоном, посолить и варить в течение 10 минут.
В каждую порцию супа добавить сметану, зелень и половинку яйца.

СЫРЧИКИ, СНЕЖКИ.

Наталья Кузьминична Пищёнко,
г. Черемхово



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Творог.....	200 г.
Сметана.	50 г.
Сахар.....	20 г.
Брусника	30 г.



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Творог хорошо перемешать со сметаной и сахаром. Массу хорошо взбить.
Из неё сделать небольшие лепёшки. На каждую лепёшку
положить несколько ягод свежей или мороженой брусники.
Затем вынести на мороз до полного замерзания

ТАРОЧКИ С ТВОРОГОМ

Ольга Алексеевна Иванова,
г. Черемхово



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Кефир вылить в большую ёмкость. Добавить сахар, яйцо и погашенную соду. Хорошо перемешать. Понемногу всыпать муку, хорошо перемешивая. Готовое тесто разделить на кусочки. Из каждого сформировать шарик и выложить на противень. Приготовить начинку, смешав все ингредиенты. Сделать углубления в тарочках и выложить в каждую начинку. Выпекать в разогретой духовке при 200 градусах.

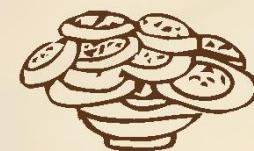
ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

Яйцо куриное..... 1 шт.
Сода пищевая..... 1 ч. ложка
Кефир или
сгущенное молоко..... 1 стакан
Сахар..... 3 ст. ложки
Раст. масло..... 2 ст. ложки
Мука пшеничная... 2,5 стакана

Для начинки:

Творог..... 300 г.
Сахар..... 3 ст. ложки
Яйцо..... 1 шт.





ИНГРЕДИЕНТЫ:

Яйца.....	2 шт.
Водка.....	1 ст. ложка
Соль.....	1 щепотка
Мука.....	1 стакан
Растительное масло для жарки.....	500 мл.
Сахарная пудра.....	100 г.



В миске взбить яйца с солью при помощи венчика. Влить холодную водку и перемешать. Затем понемногу всыпать муку, перемешивая тесто вилкой. Доску присыпать мукой, выложить на него тесто и хорошо его вымесить. Оно должно стать эластичным и однородным. Готовое тесто накрыть миской и оставить постоять. Взять половину от готового теста, раскатать его в тонкий пласт. Чем тоньше тесто, тем вкуснее и хрустящее получится хворост. Нарезать тесто на полоски шириной около 2 см. В центре каждой полоски сделать разрез и сформировать хворост.

Налить в сковороду масло. Его должно быть много, не меньше 5 см. Разогреть масло на среднем огне. Затем опускать в масло заготовки. Жарить хворост нужно со всех сторон до золотистого цвета. Готовый хворост посыпать сахарной пудрой.

СПУСКНОЕ ПЕЧЕНЬЕ (ХВОРОСТ)

Елена Валентиновна Козловская,
г. Черемхово



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

ХОЛОДНИК

Любовь Николаевна Пшеничникова,
с. Голуметь



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Картофель.....	300 г.
Свёкла.....	100 г.
Яйцо куриное.....	5 шт.
Лук зелёный.....	200 г.
Сыворотка или простокваша.....	500 мл.
Сухари.....	по вкусу



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Картофель, свёклу и яйца отварить, порезать кубиками. Зелёный лук нарезать, посолить и потолочь толкуншкой, чтобы дал сок. Нарезать кубиками картофель, свёклу и яйца. Перемешать все ингредиенты и залить сывороткой или простоквашей. Посыпать зеленью и хлебными сухариками.

ЧАЙ ИЗ ИВАН-ЧАЯ

Зоя Степановна Корниющенко,
с. Голуметь



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Собранные верхние листья Иван-чая, без цветов, выложить на стол горкой и хорошо промять как тесто, чтобы выступил сок. Затем переложить в деревянную ёмкость, накрыть влажной тканью и поставить в тёплое место для ферментации на ночь. При правильной ферментации у листьев появляется лёгкий цветочный аромат. Далее массу из листьев следует выложить тонким слоем на противень. Сверху на листья положить свежие цветы Иван-чая. Сушить в духовке при температуре 60 градусов с приоткрытой дверцей. Высушенные листья Иван-чая залить кипящей водой и дать настояться 5-10 минут. Целебный напиток готов!

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Листья Иван - чая
сухие.....3 ч. ложки
Вода.....500 мл.



Напиток из Иван-чая
тонизирует, повышает
рабочую способность;
защищает от
простудных и
вирусных заболеваний

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

Мука пшеничная..... 1 кг.
Манка..... 200 мл.
Масло сливочное..... 200 г.
Сахар..... 200 мл.
Желтки..... 4 штуки
Соль..... полчайной ложки
Дрожжи сухие..... 7 г.

Для начинки:

Черемуха молотая..... 100 г.
Сахар..... 100 г.
Молоко..... 200 мл.
Для смазки.... желток и молоко

ШАНЬГИ С ЧЕРЕМОХОЙ

Валентина Николаевна Шмакова,
д. Белькова



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Дрожжи активировать в стакане теплой воды с чайной ложкой сахара. Муку просеять в чашу. Отсыпать половину.

Вылить теплое молоко и дрожжи в половину муки, добавить манку и завеси тесто-опару. Убрать в тепло.

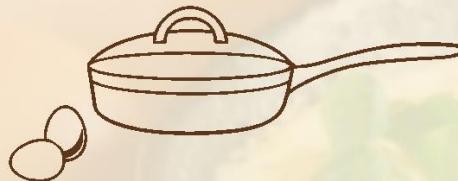
Половину размягченного масла взбить с сахаром, желтками и солью. Подошедшую опару вынуть, добавить в нее свитый крем, подсыпать муки и вымесить. Снова дать подойти. Вымесить как следует и выложить на стол в муку.

Вымешивать, смазывая руки оставшимся мягким маслом и подсыпая муку. Когда все вмешается, выбить об стол 100 раз. Липкое тесто на глазах начинает лосниться. Присыпать чурок мукою и убрать до увеличения объема

в 2 раза минимум. За это время просеять черемуху в сотейник, залить кипящим молоком, всыпать сахар и проварить на медленном огне до готовности 10 минут. Подошедшее тесто разделать на булочки. Выложить на лист и оставить на расстойку под салфеткой! Когда поднимется - дном стакана сделать легкие вмятины и выложить начинку. Печь при 200 градусах до легкого румянца. Смазать верх желтком с молоком и печь дальше до готовности. Готовые шаньги выложить на деревянную доску и покрыть льняной салфеткой.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Яйцо куриное..... 3 шт.
Мука..... 3 ст. ложка.
Молоко..... 1 стакан
Сало..... 100 г.
Морковь..... 1 шт.
Лук репчатый..... 1 шт.
Соль..... по вкусу



Раньше яичницу называли
Скороспелкой, так как
её можно приготовить
на скорую руку - быстро.

ЯИЧНИЦА ДЕРЕВЕНСКАЯ

Ксения Петровна Мартынова,
с. Бельск



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Соединить яйца, муку и молоко, посолить. Взбить вилкой.
Сало хорошо пережарить на чугунной сковороде
с морковью и луком. Вылить яично-молочную
смесь в сковородку и выпекать в духовке
до готовности 15-20 мин.