

Б79 **Большая** энциклопедия домашней кухни для начинающих. — Москва : Эксмо, 2020. — 320 с. — (Кулинария. Для начинающих).

Эта книга — библия для тех, кто только начал осваивать искусство приготовления пищи дома. Для тех, кто еще теряется в наименованиях кухонных гаджетов и не знает, что обжаривать сначала — лук или морковь. Для тех, кто очень хочет научиться прекрасно готовить, чтобы потом вкусно есть!

УДК 641.55  
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-91033-5

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

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.

Издание для досуга

КУЛИНАРИЯ. ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ

## БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ДОМАШНЕЙ КУХНИ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ

Ответственный редактор *О. Сушик*  
Художественный редактор *В. Терещенко*  
Корректор *Л. Никифорова*

В оформлении обложки использованы фотографии:  
Shaiith, 00coffeecat00 / Shutterstock.com  
Используется по лицензии от Shutterstock.com

**ООО «Издательство «Эксмо»**  
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Өндiрушi: «ЭКМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Зорге көшесi, 1 үй.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Тауар белгiсi: «Эксмо»  
**Интернет-магазин:** [www.book24.ru](http://www.book24.ru)  
**Интернет-магазин:** [www.book24.kz](http://www.book24.kz)  
**Интернет-дүкен:** [www.book24.kz](http://www.book24.kz)  
Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».  
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.  
Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию,  
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»  
Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды  
қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.  
Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.  
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)  
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.  
Сертификация туралы ақпарат сайты: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)  
Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ  
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»  
[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)  
Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 31.07.2020. Формат 84x108<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.  
Печать офсетная. Усл. печ. л. 33,6.  
Доп. тираж 3000 экз. Заказ

ISBN 978-5-699-91033-5



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

ЛитРес:  
онлайн-библиотека



book 24.ru

Официальный  
интернет-магазин  
издательской группы  
«ЭКМО-АСТ»

16+

# Содержание

Вступление • 8

Условные обозначения:



Количество порций



Время приготовления



Сложность приготовления

Алфавитный указатель • 314



Салат с рисовой лапшой с. 24



Цветная капуста в горчичном кляре с. 126

## САЛАТЫ

### ОВОЩНЫЕ

Салат из моркови с яблоками.....	14
Салат «Коул слоу».....	15
Салат из огурцов с редисом ....	16
Салат из помидоров черри с перепелиными яйцами и сыром .....	17
Салат из свеклы с орехами .....	18
Свекольный салат с сыром фета .....	19
Теплый картофельный салат с брынзой .....	20
Винегрет с черносливом.....	22

### С ПАСТОЙ

Салат с рисовой лапшой.....	24
Теплый салат с пастой.....	25

### ГРИБНЫЕ

Грибной салат.....	26
Грибной салат с сельдью.....	27
Салат из шампиньонов с помидорами .....	28

### С РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ

Сельдь под шубой .....	29
Салат «Мимоза» .....	30
Теплый салат с форелью .....	31
Салат из креветок с авокадо .....	33
Салат из морепродуктов.....	34
Салат с кальмарами.....	35
Салат с кальмарами и овощами .....	37
Салат с печенью трески и яйцом .....	38

### МЯСНЫЕ

Мясной салат с картофелем и огурцами .....	39
Салат из говядины с маринованным луком.....	40
Салат с печенькой и грибами .....	43
Салат из языка с огурцами .....	44

### С КУРИЦЕЙ

Салат с курицей и красной фасолью .....	45
Салат с курицей и ананасом .....	47
Салат с копченой курицей .....	48
Теплый салат с куриной печенкой и грибами.....	50

### СЫРНЫЕ И ЯИЧНЫЕ

Зеленый салат с грецкими орехами .....	51
Салат с сулугуни и салями .....	52
Яичный салат с зеленым луком .....	53

## ЗАКУСКИ

### ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Брускетты .....	56
Сэндвичи с копченой рыбой.....	58
Канapé с креветками .....	59
Канapé из лосося с сыром .....	60
Капрезе.....	62
Фаршированные помидоры .....	63
Закуска из сельди со свеклой по-фински .....	64
Рулетики с лососем .....	65
Корзиночки с теплым салатом из говядины.....	66
Свинина, маринованная в квасе .....	68
Холодец.....	70
Паштет из кролика с овощами .....	71
Заливное из курицы и белых грибов .....	72
Рулетики с сыром и шпинатом .....	74
Конвертики из лаваша с капустой и беконом.....	76
Огурцы, фаршированные тунцом.....	77

### ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ

Грибной жульен.....	78
Крабовые палочки в кляре.....	80

Авокадо, фаршированное куриным филе.....	81
Жюльен с курицей .....	82
Яичные «гнездышки» .....	83
Тарталетки с грибами .....	84
Помидорчики черри с моцареллой .....	85

## СУПЫ

### БОРЩ, ЩИ, СОЛЯНКИ

Борщ с грибами, фасолью и черносливом .....	88
Щи с белокочанной капустой.....	90
Рыбная солянка .....	91
Солянка с картофелем.....	92

### ОВОЩНЫЕ, ГРИБНЫЕ

Овощной суп с фрикадельками .....	95
Грибной суп .....	96
Сытный суп.....	98

### С РЫБОЙ

Сливочный суп из семги .....	99
Уха из сазана.....	100

### РАЗНЫЕ

Гороховый суп .....	101
Быстрый лагман с курицей ....	102
Суп с сосисками.....	104
Чечевичный суп.....	106
Фасолевый суп.....	107

### СУПЫ-ПЮРЕ

Суп-пюре из цветной капусты.....	108
Суп-пюре из шампиньонов .....	110
Сырнй суп-крем.....	112

### ХОЛОДНЫЕ

Гаспачо с эстрагоном и гренками.....	114
Летний суп с огурцами и зеленью .....	116
Вишневый суп с варениками .....	117

## ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

### ОВОЩНЫЕ

Картофельно-яблочное пюре...	120
Запеканка из цветной капусты .....	121
Овощное рагу .....	122
Овощи-темпура .....	125
Цветная капуста в горчичном кляре.....	126
Картофельная запеканка .....	127
Баклажаны с брынзой .....	128
Картофель со шпинатом .....	130
Морковные котлеты .....	132
Фаршированный сладкий перец.....	133

### ИЗ КРУП

Гречневая каша с луком и орехами .....	134
Рис с яблоком и сельдереем.....	135
Плов по-советски .....	136
Паэлья на скорую руку.....	138
Рисовая каша с тыквой .....	139
Овсяная каша с курагой и тыквенными семечками .....	140

### С ПАСТОЙ/С ЯЙЦАМИ

Лапшевник с яблоками и изюмом .....	141
Паста с соусом болоньезе .....	142
Рисовая лапша с креветками и кальмарами...	144
Лазанья .....	146
Сытный омлет.....	148

### ИЗ РЫБЫ

Карп, жаренный в кляре .....	149
Шашлык из семги .....	150
Рыбно-картофельные котлеты .....	151
Запеченная рыба с апельсинами .....	152
Лосось со свеклой и соусом из хрена .....	155
Рыбная запеканка по-португальски.....	156
Рыбные рулеты с овощами.....	159



Искандер-кебаб с. 160



Яблочный штрудель с. 262



Лимонные пирожные с. 284

**Крабовые палочки в кляре** с. 80**ИЗ МЯСА**

Искандер-кебаб .....	160
Котлеты из баранины по-французски .....	162
Медальоны с красным луком .....	164
Острые отбивные из баранины .....	165
Отбивные по-рижски .....	167
Свиная отбивная с зеленым гарниром .....	168
Стейки с помидорами и зеленым соусом .....	169
Эскалопы с жареными помидорами .....	170
Паприкаш .....	171
Бефстроганов .....	172
Бигос с сардельками .....	174
Жаркое в горшочках .....	176
Свинина, тушенная с квашеной капустой .....	178

Буженина .....	179
Запеченные свиные ребрышки .....	180
Биточки на крутонах .....	181
Стейки с яблоками .....	182
«Ленивые» голубцы .....	185
Драники со сметаной .....	186
Котлеты с колбасным сыром .....	187
Зразы с грибами .....	188
Мусака .....	191
Скирли с мясным соусом .....	192
Террин с яблоком .....	193
Сочные голубцы .....	195
Тефтели в тесте .....	196
Печенка в сметанном соусе .....	197

**ИЗ ПТИЦЫ**

Куриная грудка в сливочно-пряном соусе .....	199
Куриное бедрышко в конверте из теста .....	200
Куриное филе по-строгановски .....	202
Куриные сердечки с чесноком и эстрагоном .....	203
Индейка, запеченная с вишней .....	204
Куриные рулетики в томатном соусе .....	205
Курица, запеченная с яблоками .....	206
Куриные рулетики со сладким перцем .....	208
Утиная грудка с клюквенным соусом .....	209
Руллет из курицы с курагой и черносливом .....	211
Цыпленок по-французски .....	212

**ИЗ КРОЛИКА**

Рулет с творогом и маслинами.....	214
Кролик, тушеный в молоке.....	215
Фрикасе из кролика.....	217
Котлеты под сметанным соусом .....	218

**ИЗ ТЕСТА С НАЧИНКОЙ**

Пельмени в горшочках с печеночной подливкой.....	220
Ханум из баранины с тыквой.....	222

**ВЫПЕЧКА**

Несладкое рассыпчатое тесто (песочное) основной рецепт .....	226
Дрожжевое тесто (основной рецепт).....	227

**НЕСЛАДКАЯ**

Пирог с брынзой .....	228
Французский открытый пирог с фасолью и грудинкой.....	229
Пирог со спаржей и шпинатом .....	230
Пирог с лососем и рукколой .....	232
Пирог-паштет по-французски .....	233
Пирог с сардинами и лимонной чермулой.....	234
Курник.....	236
Пирог-рулет со свининой и говяжьей печенкой.....	238
Пирожки с капустой.....	240
Расстегаи с семгой .....	241
Слоеные пирожки с тунцом .....	242
Слоеные улитки с ветчиной и сыром .....	243
Пирог с рыбой и морепродуктами.....	244
Кальцоне .....	245
Кулебяка с лососем и грибами .....	246

Пицца с ветчиной и грибами ...	248
Фокачча с картофелем и розмарином...	249
Кулебяка с капустой и грибами.....	250

**СЛАДКАЯ**

Классическая шарлотка с яблоками.....	252
Рогалики с горьким шоколадом .....	253
Американские пончики «Донатс».....	254
Французские бриоши с ромом .....	256
Сырник с черносливом.....	258
Блинчики с клубникой.....	260
Яблочный штрудель.....	262
Слоеные коржики с ягодами.....	264
Коржики с финиками .....	265
Манник .....	266
Медовая коврижка.....	267
Пирог с малиной.....	268
Сочники с творогом .....	269
Ватрушки с повидлом .....	270
Немецкий штоллен с цукатами .....	271
Шоколадный пряник с начинкой.....	272
Абрикосовый рулет .....	274
Творожные блинчики.....	276

**ПЕЧЕНЬЕ**

«Мраморное» безе.....	277
Тарталетки с творожным кремом .....	278
Профитроли.....	280
Домашнее печенье со сладкой начинкой .....	281

**ПИРОЖНЫЕ, КЕКСЫ**

Ленивая пахлава .....	282
Пирожное «Картошка» с цукатами .....	283
Лимонные пирожные.....	284
Кексы с изюмом .....	286
Кексы «Мадлен» .....	287

**ТОРТЫ**

Торт «Графские развалины».....	288
Торт «Наполеон» .....	289
Вишневый торт .....	290
Рождественское полено .....	292
Пряничный домик.....	294
Вафельный торт «Восточная сказка».....	296
Торт с ягодами.....	297

**ДЕСЕРТЫ**

Груши в желе .....	300
Десерт из фруктов со сливками.....	301
Шоколадный мусс .....	302
Десерт «Беллини» .....	304
Шоколадно-фруктовый десерт .....	305
Жареные бананы с карамельным сиропом.....	306
Клубнично-шоколадный тирамису .....	307
Медовая тыква с корицей .....	308
Десерт с сыром маскарпоне и ягодами.....	309
Конфеты из сухофруктов.....	310
Слоеный десерт с клубникой .....	311
Фисташковые трюфели.....	312



**Овощной суп  
с фрикадельками** с. 95



## Большая энциклопедия домашней кухни для начинающих

«Учиться никогда не рано и никогда не поздно» — примерно так можно сказать о нашей жизни, ведь сколько мы живем, столько и учимся.

Это же относится и к кулинарии. Кто-то раньше, кто-то позже, но все когда-то начинают интересоваться этой важной сферой жизни.

Наша книга не только для тех, кто делает в кулинарии первые шаги. Она будет полезна и тем, кто уже научился хорошо готовить. В ней собраны интересные, простые и не слишком затратные по времени блюда на все случаи жизни.

«**О**пыт — лучший учитель» — говорили еще в древности. Действительно, только опытным путем можно научиться что-то делать, в том числе и готовить. Но есть некоторые хитрости, зная о которых заранее, вы сможете избежать разочарований. Здесь мы поговорим лишь об общих рекомендациях, а советы по приготовлению конкретных блюд вы найдете непосредственно в рецептах.

**Салаты и закуски** делают буквально из любых продуктов, иногда просто из того, что есть под рукой, но главное условие — делать это надо незадолго до подачи, потому что салат — блюдо скоропортящееся. Исключение составляют лишь слоеные салаты. Им надо дать выстояться, поэтому для них продукты лучше всего брать предварительно

охлажденными. До подачи салаты и закуски обязательно хранят в холодильнике, а солят, перчат, заправляют и украшают непосредственно перед подачей.

**Т**еплые салаты — смесь холодных и горячих ингредиентов. В их приготовлении есть такой нюанс: добавляйте горячую составляющую в последнюю очередь и сразу перед подачей. Кстати, подавать теплые салаты принято на подогретых тарелках.

**Горячие закуски** также готовятся незадолго до подачи, а некоторые из них, например любимые всеми жульены, принято подавать в той же посуде, в которой они готовились. Поэтому хорошо, если вы заранее позаботитесь о красивой посуде для таких блюд.

**Д**ля экономии времени, особенно это важно при подготовке к празднику, многие ингредиенты — овощи, яйца, мясо, рыбу и пр. — можно сварить, запечь, приготовить заранее и положить в холодильник.

**Горячие блюда** — пожалуй, гвоздь программы и на повседневном, и на праздничном столе, ведь не зря их еще принято называть основными. Горячему хозяйки обычно уделяют особое внимание. На горячее подают овощи, пасту, блюда из круп, мясо, рыбу, птицу и различные их сочетания. Многие из горячих блюд очень хорошо подавать с соусом. Он может быть приготовлен вместе с основными ингредиентами и быть частью рецепта, но если такого нет, то приготовьте сами или купите в магазине какой-либо соус и подайте его отдельно.

**Ж**арьте овощи, мясо, рыбу, птицу на сковороде с толстым дном. Сначала поставьте сковороду на огонь, затем налейте масло и хорошо его нагрейте. И только после этого выкладывайте на нее обсушенный бумажными полотенцами продукт. Такой простой прием позволяет добиться аппетитной румяной корочки на продуктах и не пересушивать их.





**П**ри запекании в духовке для сокращения времени приготовления и лучшего результата можно накрыть форму фольгой, а за 5–10 минут до окончания запекания убрать ее и дать продукту подрумяниться. Очень удобно запекать в рукаве — и продукты получаются сочными, с румяной корочкой, и духовка с противнем остаются чистыми.

**П**ри тушении продукты нужно сначала обжарить на масле до образования румяной корочки и только затем добавлять к ним жидкость и тушить под крышкой до готовности.

**Д**ля украшения блюд чаще всего используют зелень — это и красиво, и нетрудоемко. Перед использованием зелень хорошо промойте и обязательно обсушите.

**Выпечка** для многих, особенно начинающих, кажется чем-то очень сложным. Но на самом деле это не так. Стоит лишь два-три раза испечь простой пирог или печенье,

и вы сразу почувствуете вкус к этому занятию, особенно когда «распробуете» разницу между своим и магазинным. А уж потом можно переходить и к более сложным рецептам.

**Д**ля начала правильно выбирайте муку. Чаще всего используется пшеничная высшего сорта. Из нее получается самая пышная и красивая выпечка, поэтому такая мука незаменима для сладкой выпечки, пирожных, тортов и некоторых видов печенья. Мука первого сорта — более грубая, но вместе с тем и более полезная. О ней не стоит забывать, когда речь заходит о несладких пирогах и кулебяках. Цельнозерновая мука — самая полезная, но ее надо смешивать с мукой более тонкого помола, иначе выпечка получится слишком жесткой.

**О** дрожжах. В магазинах можно встретить три их разновидности — прессованные (в виде брикетов), сухие и быстродействующие (в виде порошка в пакетиках). Многие

опытные хозяйки предпочитают прессованные дрожжи. Они действительно отличаются высокой бродильной активностью и в идеале не имеют химических добавок. Но у них очень короткий срок хранения — не более 20 суток в холодильнике. Поэтому если вы не собираетесь печь каждый день, то пачки таких дрожжей будет слишком много. Сухие дрожжи уступают прессованным по бродильной активности и обычно требуют предварительной подготовки — их смешивают с небольшим количеством подслащенной теплой воды и дают постоять. Быстродействующие дрожжи не нуждаются в этом, их очень удобно использовать, так как они смешиваются непосредственно с мукой и процесс брожения значительно сокращается. Недостаток — искусственные добавки, которые ускоряют процесс брожения.

**Ч**асто при приготовлении бездрожжевого теста, например песочного, требуется добавить разрыхлитель теста. Можно купить готовый в магазине, а можно использовать обычную пищевую соду, гашенную уксусом или раствором лимонной кислоты.

**Ч**то же касается других ингредиентов, то у каждого своя роль. Например, молоко и молочные продукты улучшают пластичность теста, сливочное масло и маргарин делают выпечку нежной, хрупкой и долго не позволяют ей черстветь. Поэтому по выпечке можно дать один глобальный совет — строго следуйте рецепту, не нарушайте пропорции и все у вас получится.

**П**одводя итог, еще раз повторим — научиться хорошо готовить можно в любом возрасте и на любом уровне подготовки, ведь даже маститые шеф-повара обмениваются опытом. А главное, это захватывающий и очень интересный процесс, потому что он дает простор для творчества и фантазии. Желаем вам, чтобы приготовление пищи стало для вас любимым занятием, которому вы с удовольствием захотите отдавать свое свободное время.





# САЛАТЫ



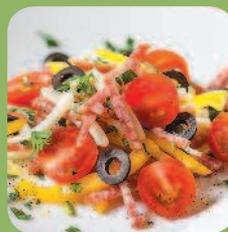
**Салат «Коул слоу»**

с. 15



**Салат «Мимоза»**

с. 30



**Салат с сүлүгүни и салями**

с. 52

и еще 29 рецептов

## ОВОЩНЫЕ

## Салат

## ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ



5 15 мин.

2 моркови

2 кислых яблока

4 яйца

100 г твердого сыра

1 маленькая головка

репчатого лука

½ стакана майонеза

*Чтобы яйца не лопнули и их содержимое не вытекло, рекомендуется перед варкой аккуратно проколоть иголкой скорлупу с тупого конца.*



**1** Яйца сварите вкрутую в течение 10 минут. Слейте воду, залейте яйца холодной водой и оставьте на 5 минут, затем достаньте их и очистите.

**2** Яблоки очистите от кожицы и натрите на крупной терке. Яйца также натрите на крупной терке.

**3** Морковь и сыр по отдельности натрите на мелкой терке. Лук мелко порубите ножом.

**4** На дно салатника ровным слоем выложите половину рубленого лука, смажьте его частью майонеза. Сверху слоями выкладывайте последовательно половину яблок, яиц, моркови, каждый слой смазывая майонезом. Посыпьте половиной сыра.

**5** Повторите слои в том же порядке.

**6** Оформите салат зеленью и подавайте.

## Салат «Коул слоу»



4 15 мин.

300 г белокочанной капусты  
1–2 моркови  
1 небольшая головка  
репчатого лука  
¼ пучка укропа и петрушки  
½ ч. л. соли

### Для соуса:

3 ст. л. майонеза  
2 ст. л. нежирной сметаны  
жирностью 20%  
2 ч. л. сахара  
1–2 ч. л. лимонного сока  
1 ч. л. горчицы  
½ ч. л. молотого душистого  
перца



*Салат получится очень красивым, если заменить белокочанную капусту краснокочанной или использовать оба вида капусты в соотношении 1:1.*



**1** Добавьте к майонезу сметану, сахар, лимонный сок, горчицу и молотый перец, тщательно перемешайте. Дайте соусу постоять несколько минут, пока нарежете овощи.

**2** Ножом или при помощи шинковки нарежьте капусту очень тонкой соломкой. Выложите капусту в салатник, посолите и слегка разомните руками, пока она не станет более мягкой и не начнет выделяться сок.

**3** Морковь нарежьте тонкой соломкой или натрите на крупной терке. Петрушку и укроп порубите.

**4** Лук порежьте вдоль пополам, затем нарежьте тонкими полукольцами.

**5** Добавьте к капусте морковь и лук, перемешайте. Полейте салат соусом, вновь тщательно перемешайте.

**6** Посыпьте салат рубленой зеленью и подавайте.

## Салат из огурцов с редисом



5 15 мин.

200 г огурцов
200 г редиса
3 яйца
200 г сметаны жирностью 15%
½ пучка зеленого лука
½ пучка укропа
¼ ч. л. соли



редис

*Хрустящий сочный редис — один из первых доступных источников натуральных витаминов на российских просторах. Первый урожай этого раннего овоща получают в парниках уже в апреле.*

**1** Яйца сварите вкрутую в течение 10 минут. Слейте горячую воду, залейте яйца холодной водой и оставьте на несколько минут, затем очистите и нарежьте ломтиками.

**2** Огурцы, редис, лук и укроп тщательно промойте. У редиса и лука срежьте загрязненные места.

**3** Огурцы и редис нарежьте тонкими ломтиками, зелень и лук порубите.

**4** Овощи соедините с яйцами, луком и зеленью (часть зелени отложите), посолите, перемешайте.

**5** Заправьте салат сметаной, посыпьте оставшейся зеленью и подавайте.

**Говоря о редисе**, мы обычно представляем себе корнеплоды — белого, розового, ярко-красного или даже фиолетового цвета, круглой или цилиндрической формы. Однако в пищу годятся и молодые зеленые листочки редиса, которые, как и корнеплоды, богаты фитонцидами, витаминами и микроэлементами. И «вершки», и «корешки» прекрасно подходят для приготовления салатов и окрошки.



## Салат из помидоров черри с перепелиными яйцами и сыром



3–4 15 мин.

12 помидоров черри  
 12 перепелиных яиц  
 100 г твердого сыра  
 1 маленький пучок рукколы  
 2–3 ст. л. оливкового масла  
 холодного отжима  
 1 ч. л. бальзамического уксуса  
 1 щепотка молотого черного  
 перца  
 1 щепотка соли

*Очень интересно в этом салате будут смотреться также мелкие шарики моцареллы — тильдзини или перлини.*



**1** Яйца сварите вкрутую в течение 5 минут. Горячую воду слейте, яйца залейте холодной водой и оставьте на несколько минут, затем достаньте и очистите.



**2** Помидоры и рукколу промойте, обсушите.

**3** Помидоры и яйца разрежьте пополам.



**4** Сыр нарежьте мелкими кубиками или натрите на крупной терке, затем аккуратно смешайте с яйцами и помидорами.

**5** На блюдо уложите листья рукколы, на них выложите приготовленный салат. Слегка посолите, поперчите, сбрызните бальзамическим уксусом, маслом и подавайте.