



НАША ФОТОКНИГА РЕЦЕПТОВ

РОО МО "Помощь
БОЛЬНЫМ МУКОВИЦИДОЗОМ"





Дорогой Круг Добра!

В предверии Нового года принято подводить итоги года уходящего и строить планы на будущее. Надо ли говорить что с появлением тебя в нашей жизни произошло много изменений? Думаем, что необходимо, так как за бегом повседневной жизни, мы забываем остановиться и подумать с теплотой о тех, чья работа – ежедневная забота о нас. Да, благодаря твоей работе, мы стали здоровее, сильнее, увереннее в завтрашнем дне. У нас появилось много планов и сил для их выполнения. Мы можем гораздо больше времени уделять родным, занимаясь все вместе тем, что нравится. Поэтому в этом году мы совместили приятное с приятным – замечательно провели время, готовя с детьми блюда по своим любимым рецептам, и подготовили нашим друзьям в подарок эту Фото Книгу Рецептов! Мы рады поделиться в тобой теплом и уютом наших домов и сердец! С Новым 2024 годом!!

“Ваша РОО МО Помощь больным муковисцидозом”

* Фотокнига создана при поддержке нашего доброго друга - сети гипермаркетов “Глобус”

ПИЦЦА "ПЕППЕРОНИ"

от Олега

Как-то так получается, что, если уже мужчины любят готовить, то они становятся шеф-поварами. Но все начинается с малого: быстрая аппетитная пицца – самый оптимальный вариант для вечере с мамочкой.

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- 50 гр майонеза
- 50 гр кетчупа
- перец молотый
- 1 лепёшка (лаваш)
- 200 гр колбасы сырокопченой
- 100 гр сыра тёртого

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Смешиваем кетчуп и майонез до однородной массы.
2. Равномерно распределяем ее по тесту и добавляем немного свежемолотого перца.
3. Затем сверху красиво выкладываем кружочки вашей любимой колбасы и обильно посыпаем тертым ароматным сыром. Ставим в микроволновку на 5 минут и пицца готова.

Даже обошлся
без ДУХОВКИ –
ну разве не прелесть?



ВИШНЕВЫЙ ЧИЗКЕЙК

от Алинки, Вадима и Стешки

Судя по всему, главным руководителем процесса здесь была маленькая Стеша!

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

Для подложки:

- 400 гр. печенья юбилейное
- 130 гр. сливочного масла

Для начинки:

- 500 гр. творожного сыра
- 400 гр. обезжиренного творога
- 80 гр. сахарной пудры (можно больше)
- 20 гр. ванильного сахара
- 300 мл жирных сливок 33%
- 4 яйца

Для соуса:

- 600 гр. замороженной вишни без косточек
- 120 гр. сахара
- 20 гр. крахмала

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Печенье измельчаем в крошку, добавляем растопленное сливочное масло, хорошо перемешиваем.
2. Выкладываем в разъемную форму, застеленную пергаментной бумагой, разравниваем, формируем бортики.
3. Для начинки смешиваем все ингредиенты, перемешиваем до однородной массы венчиком или миксером. Выливаем в форму.
4. Выпекаем при 130 градусах 1,5 часа. Остужаем прямо в духовке, убираем на ночь в холодильник.

А теперь готовим соус!

5. В сотейнике с толстым дном, на среднем огне, варим минут 10 вишню, перемешанную с сахаром и крахмалом. Убираем с огня, когда начнет густеть.
6. Остужаем и выливаем на чизкейк.
7. Готовый торт можно убрать на час в холодильник, так он будет более крепким при нарезании.
8. Приятного аппетита!

Приятного
Аппетита!





МАННИК НА КЕФИРЕ

с цедрой лимона и апельсина от Данилы

Молодой человек к взрослой самостоятельной жизни явно готов – голодным не останется!!!

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Яйца - 3шт.
- Сахар - 200 г
- Крупа манная - 200 г
- Кефир 3,2% - 200 г
- Масло сливочное - 100 г + для смазывания
- Апельсин - 1 шт.
- Лимон - 1 шт.
- Соль - 0,5 ч. ложки
- Ванилин - ¼ ч. ложки
- Разрыхлитель для теста - 1 ч. ложка

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Куриные яйца взбить, добавить сахар и взбить до пены.
2. Продолжая взбивать, добавить растопленное масло, манную крупу, кефир, соль, разрыхлитель для теста и ванилин.
3. Натереть в тесто цедру одного апельсина и одного лимона. Еще раз все хорошо взбить.
4. Оставить тесто на 30 минут.
5. Дно формы для выпекания застелить пекарской бумагой, смазать дно формы и бока сливочным маслом.
6. Вылить тесто в форму.
7. Разогреть духовку до 180°C и выпекать манник на кефире 30 минут.
8. Дать немного остыть и перевернуть на тарелку, сверху посыпать сахарной пудрой и тонко нарезанной апельсиновой и лимонной цедрой.

Ммммм...

Пальчики

ОБЛИЖЕШЬ!





ЧАКАПУЛИ

(тушёная баранина в зелени) от Илвы

Брат с сестрой не смогли выбрать что именно готовить. Имя, как настоящий мужчина, настоял на мясном блюде. А баклажаны с орехами выбрала София. Но ребятами дружные — помогли друг другу с удовольствием!



ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Баранина - 2 кг
- Зелёный лук - 250-300гр
- Зелёная киндза - 250-300гр
- Тархун - (свежий) - 250-300гр
- Консервированные ягоды ткемали (можно использовать соус ткемали)
- Сухое белое вино 300-400мл
- Соль по вкусу

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Нарезаем баранину на средние кусочки (мясо лучше взять с косточкой чтобы бульон был насыщенной)
2. Зелень надо крупно порубить.
3. Затем в кастрюлю с толстым дном слоями выкладываем все наши продукты: мясо-зелень-ягоды ткемали (или соус, нужно немного) и немного присаливаем каждый слой.
4. После того как выложили в кастрюлю все продукты заливаем вино.
5. Ставим на медленный огонь и готовим до готовности мяса, не забывая помешивать.



Всем
приятного
аппетита!



РУЛЕТКИ

из баклажанов с орехами от Софии

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Баклажаны 1кг
- Грецкие орехи 300-350гр
- Лук репчатый 1шт
- Чеснок 2-3 зубчика
- Гранат 1шт
- Специи: уцхосунели, хмелисунели
- Аджика 0.5 ч.л.
- Винный уксус 1 ст.л. (можно заменить яблочным)
- Растительное масло для жарки

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Нарезаем баклажаны вдоль на пластины толщиной 0,5см и замачиваем их в холодной солёной воде на 10-15 минут (тем самым мы уберём горечь из баклажана, они не почернеют и не впитают в себя при жарке много масла). После слить воду с баклажанов, слегка обсушить и обжарить с двух сторон на разогретой сковороде до золотистого цвета (обжаренные баклажаны выкладываем на бумажные полотенца, чтобы убрать излишки масла).
2. Тем временем приготовим ореховую начинку. Грецкие орехи и чеснок нужно прокрутить на мясорубке с мелким ситом. Мелко порезать лук и обжарить его до золотистого цвета. В орехи добавить обжаренный лук, специи, соль, аджику, уксус, половину граната и немного воды (приблизительно 50-100мл). Ореховая начинка должна получиться по консистенции как творожная масса.
3. Начинаем крутить наши рулетики)). На каждый ломтик баклажана намазываем тонким слоем ореховую начинку и скручиваем в рулетик.
4. Вот и всё - наши рулетики из баклажанов с орехами готовы. Это очень вкусная закуска к любому столу))!



М-М-М-М-М
Вкуснятина!





ОЛАДЬИ ПИТАТЕЛЬНЫЕ

от Александра

Таковыми оладьями вполне можно обмануть малышей — так аппетитно и сытно, что можно даже побороться за право взять тесто!

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Кефир - 250 мл
- Яйцо - 1шт
- Сода/разрыхлитель для теста
- Сахар - 1/2 ч ложечки
- Соль - 1/4 ч ложечки
- Мука пшеничная - 250г
- Фарш (мясной) - 200г
- Лук (небольшая луковица)
- Растительное масло для жарки

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Кефир, яйцо, соль, сахар, сода/разрыхлитель для теста хорошо перемешиваем. Далее постепенно добавляем просеянную муку. Тесто должно получиться немного гуще теста для оладий.
2. После смешиваем с фаршем и луком, чтобы компоненты равномерно распределились.
3. Ложкой выкладываем на разогретую сковороду и жарим на среднем огне до готовности с 2-х сторон. И главное — красиво выложить на праздничную тарелку!

Всем
приятного
аппетита!



ТЫКВЕННЫЙ ПИРОГ

от Антона

Вы думаете легко пацану в 13 лет приготовить такой пирог, а? А вот и да! Антону с таким пирогом позавидовал бы любой новогодний шам! А мы не будем — мы возьмем и приготовим)))

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Тыква - 500 г
- Яйцо — 2 шт
- Подсолнечное масло - 2 ст.л.
- Сахар — 150 гр
- Мука — 300 гр
- Разрыхлитель — 1 ч.л.
- Ванильный сахар — ½ ч.л.

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Измельчаем тыкву и добавляем яйца.
2. Вливаем подсолнечное масло, добавляем сахар, перемешиваем.
3. В муку добавляем разрыхлитель и ванильный сахар (по желанию), перемешиваем и добавляем в тыкву.
4. Форму мультиварки смазываем сливочным маслом, разравниваем тесто и выпекаем в течение часа.
5. За 10 минут до окончания программы переворачиваем для румяной корочки. Также этот пирог можно приготовить и в духовке.

Вкусно
и
полезно!



РИС С ОВОЩАМИ

от Софьи

Прекрасный вариант здорового питания от прекрасной молодой девушки! Хотите быть такой же красивой, следуйте ее рецепту!))

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Рис фирмы Глобус - 300 гр.
- Лук - 1 средняя головка
- Морковь - 1 средняя
- Брокколи - 200 гр (6 соцветий)
- Кукуруза консервированная - 1 банка
- Колбаса вареная - 300 гр.
- Специи, соль по вкусу

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Рис перед варкой предварительно обжариваем в небольшом количестве масла. Затем отвариваем до готовности.
2. Нарезаем лук на мелкие кубики, морковь натираем на средней тёрке, обжариваем до золотистого цвета.
3. Соединяем рис с обжаренным луком и морковью, добавляем нарезанную на кубики колбасу, брокколи, кукурузу.
4. Перемешиваем, солим и добавляем специи по вкусу.
5. Накрываем крышкой и даём потомиться 15 минут на медленном огне.
6. Приятного аппетита!!!

Подаём БЛЮДО с
ЛЮБОВЬЮ и УЛЫБКОЙ!



САЛАТ С РУККОЛОЙ

вялеными помидорами и сыром от Андрея

Такие простые, но вкуснейшие блюда готовить одно удовольствие!
Не так ли?

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Свежий салат руккола
- Филе куриной грудки или куриных бедер (предпочтительнее, т.к. они сочнее)
- Сыр пармезан
- Вяленые помидоры
- Растительное масло — 5 ст.л.
- Сок ¼ лимона
- Мёд — 1 ч.л.
- Горчица — 1 ч.л.

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Куриное филе разрежьте вдоль на половинки. Посолите и поперчите с обеих сторон. Филе можно слегка отбить перед приготовлением. Подрумяньте в сковороде с маслом с обеих сторон.
2. Немного остудите птицу и нарежьте не слишком крупными кусочками. Сыр нарежьте кубиками или слайсами.
3. Далее необходимо приготовить соус — он неотъемлемая составляющая любого салата! Влейте в миску 5 ст. ложек масла растительного без запаха. Добавьте сок четвертинки лимона, половину чайной ложки мёда и столько же горчицы (не зернистой).
4. В миске смешайте курицу с рукколой, помидорами вместе с приготовленной заправкой и солью по вкусу. Посыпьте сыром.

Сразу же подавайте к столу!





ТВОРОЖНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

от Полины Алексеевны и ее мамы

Дома становится немного уютнее, когда в доме пахнет выпечкой. Вот и наша семья на выходных решила испечь творожное печенье. Творожное печенье – это невероятно вкусное и нежное лакомство для домашних праздников и чаепитий в кругу семьи. Утром мы съездили в гипермаркет Глобус, закупили все необходимые продукты и принялись печь необыкновенно вкусное и легкое в приготовлении печенье!

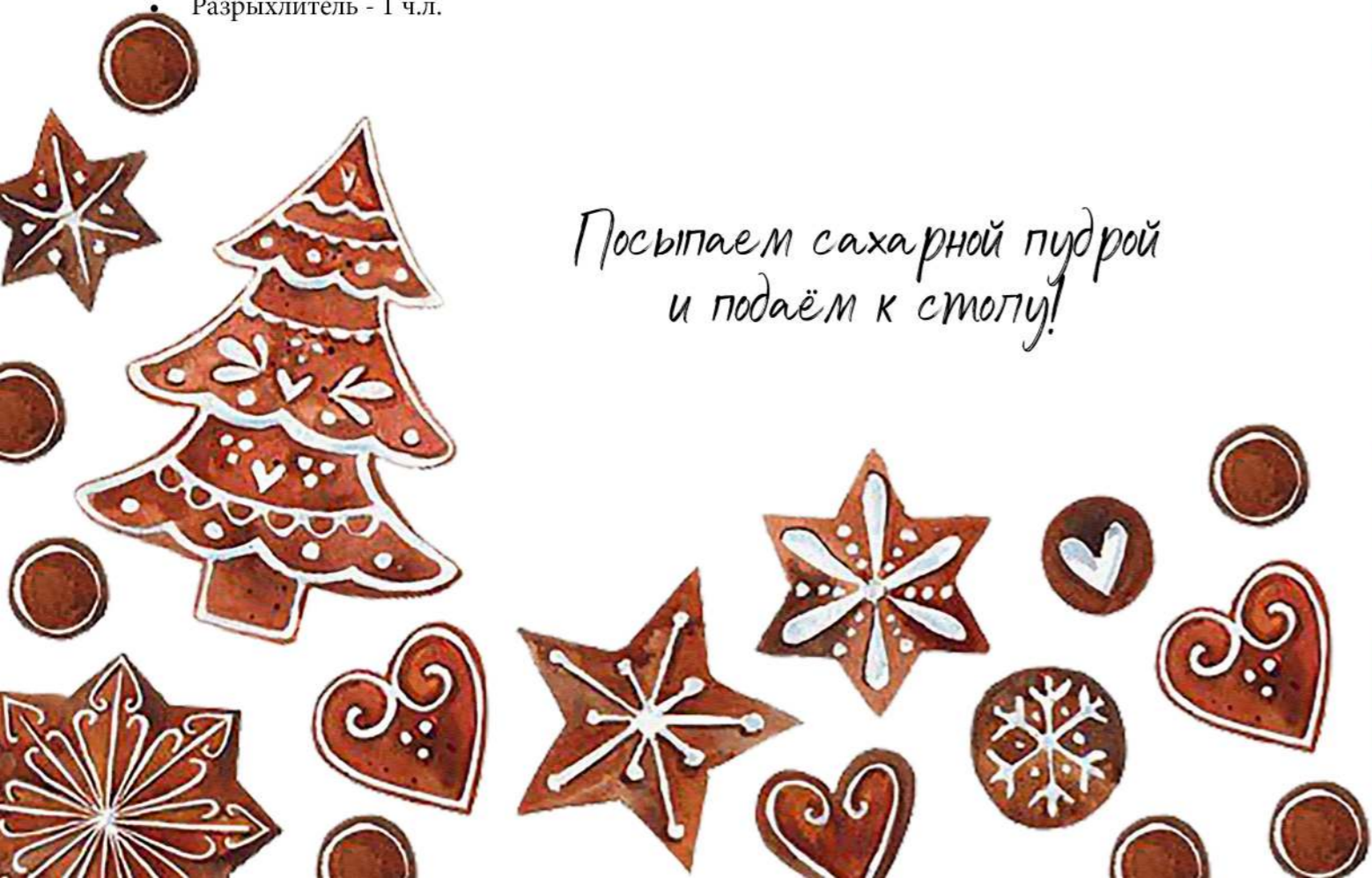
ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Творог - 250 гр.
- Мука - 200 гр.
- Масло сливочное - 40 гр.
- Сахар-песок - 2 ст.л.
- Ванильный сахар - 10 гр.
- Сахарная пудра - 1 ст.л.
- Разрыхлитель - 1 ч.л.

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Сначала соединяем творог со сливочным маслом и двумя видами сахара в глубокой миске.
2. Тщательно вымешиваем содержимое до однородности.
3. Просеиваем сюда муку с разрыхлителем. Замешиваем однородное тесто.
4. Раскатываем тесто в тонкий пласт.
5. Вырезаем из него небольшое по размеру печенье. Можно использовать фигурные формочки.
6. Выпекаем 25 минут при температуре 200 градусов.

Посыпаем сахарной пудрой и подаём к столу!



АРМЯНСКАЯ ВЫПЕЧКА

Гата от Эмили

Эмили, какой процесс увлекательнее: приготовление или поедание?

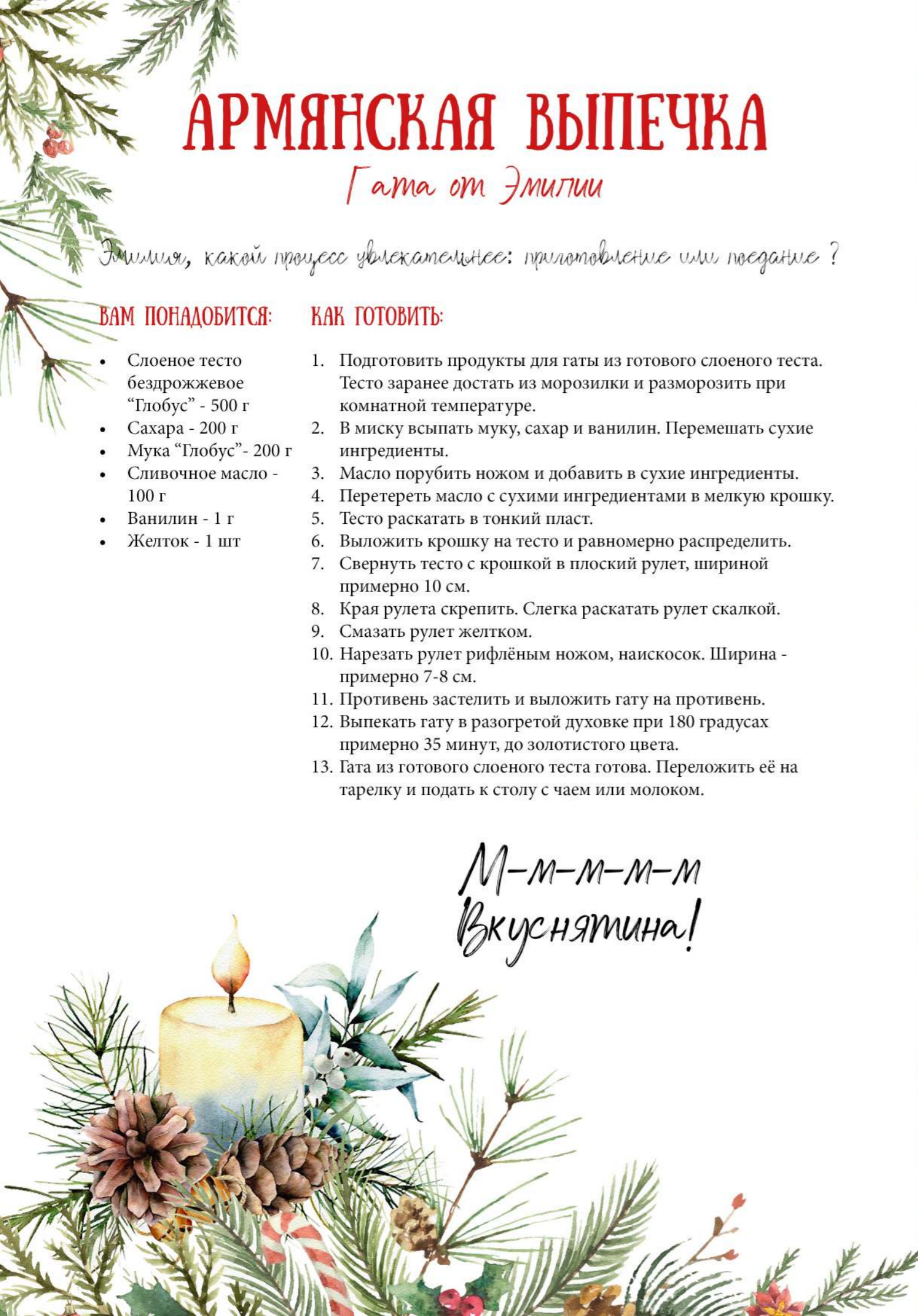
ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Слоеное тесто бездрожжевое "Глобус" - 500 г
- Сахара - 200 г
- Мука "Глобус" - 200 г
- Сливочное масло - 100 г
- Ванилин - 1 г
- Желток - 1 шт

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Подготовить продукты для гаты из готового слоеного теста. Тесто заранее достать из морозилки и разморозить при комнатной температуре.
2. В миску всыпать муку, сахар и ванилин. Перемешать сухие ингредиенты.
3. Масло порубить ножом и добавить в сухие ингредиенты.
4. Перетереть масло с сухими ингредиентами в мелкую крошку.
5. Тесто раскатать в тонкий пласт.
6. Выложить крошку на тесто и равномерно распределить.
7. Свернуть тесто с крошкой в плоский рулет, шириной примерно 10 см.
8. Края рулета скрепить. Слегка раскатать рулет скалкой.
9. Смазать рулет желтком.
10. Нарезать рулет рифлённым ножом, наискосок. Ширина - примерно 7-8 см.
11. Противень застелить и выложить гату на противень.
12. Выпекать гату в разогретой духовке при 180 градусах примерно 35 минут, до золотистого цвета.
13. Гата из готового слоеного теста готова. Переложить её на тарелку и подать к столу с чаем или молоком.

*М-М-М-М-М
Вкуснятина!*



ПЕЛЬМЕНИ

от Ярослава и Арсения

Решили мы с маммишками приготовить пельмени.
И вкусно покушать и весело провести время. Рецепт взяли
Бабушкин)

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- 1 яйцо
- 200 мл воды
- 1 ч. л. соли
- 600 г пшеничной муки
- Для начинки:
 - 250 г говяжьего фарша
 - 250 г свиного фарша
 - 1 большая луковица
 - 1 зубчик чеснока
 - соль, черный перец

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Для начала мы поехали в Глобус за необходимыми продуктами. Нам нужна была свежая говядина и свинина, яйца и мука.
2. Помимо необходимого взяли ещё много всего: сладости, фрукты, канцтовары, тетради и даже настенные часы. Сразу вспомнилась фраза. «Ничего не забыли купить, даже то, за чем пришли!»
3. Ну а дома началось волшебство
4. Мы с Арсюшкой быстро прокрутили мясо с луком. Он постоянно спрашивал: «А зачем лук в мясо?» Объясняла, что его добавляют для сочности. Посолили, поперчили и перемешали.
5. Потом Арсений просеял муку, сделал из нее «вулкан», как он придумал. Я разбила в этот вулкан яйцо и попросила Арсения по-тихонечку вливать в «кратер вулкана» водичку.
6. Тесто замесилось быстро. Мы накрыли его влажным полотенцем и дали отстояться 30 минут.
7. Через 30 минут я раскатала тесто, слава богу нашлась скалка в нашем доме. А мальчишки наделали «кругляшков». А дальше полет фантазии был неограничен и мы накрутили наших красавчиков очень быстро.
8. Каково было удивление Мирослава, что пельмени получились не то, что съедобными, а супер вкусными!
9. А Арсений предложил даже открыть бизнес по производству пельменей!





ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ

мясом и рисом от мамы Сержика

За Сержика будем спокойны — он явно освоил рецепт!

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Мясо - 1 кг (шейка свиная)
- Рис (отварить до полуготовности)
- Лук репчатый - 1 -2 шт
- Морковь - 2 шт
- Помидор - 2 шт
- Перец - 14 шт
- Лист лавровый
- Соль
- Перец

Для соуса:

- Сметана
- Вода
- Соль
- Перец

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Прокручиваем мясо с луком добавляем в него рис, солим, перчим, затем начиняем наши перчики.
2. Выкладываем в кастрюлю.
3. Режем помидор, перец и трем морковь, все добавляем в кастрюлю с перцами и заливаем водой с соусом. Готовность 45 -55 мин!

*Всем
приятного
аппетита!*



ПИРОГ

от Сержика

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Яйца - 4 шт.
- Сахар - 300 гр.
- Масло - 7 ст. л.
- Сметана - 4 ст. л.
- Мука - 300 гр.
- Начинка любая (мы любим яблоки с клюквой, яблоки с шоколадными каплями)
- Разрыхлитель - 2 ч.л.

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Яйцо с сахаром взбиваем до пены, добавляем сметану, масло и муку с разрыхлителем!
2. Ставим в духовку на мин 20!

Приятного аппетита!



ГНЁЗДА С КРЕВЕТКАМИ

от Регины

Здоровому питанию важно учиться с детства!



ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Креветки очищенные вареные -100 гр.
- Лапша "гнезда"
- Сливки -150 гр.
- Вода — 200 гр.
- Твёрдый сыр — 50 гр.
- Чеснок — 3 средних зубчика
- Соль и перец по вкусу
- Зелень для подачи

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Варим и очищаем креветки.
2. Трём сыр и перемешиваем с остывшими варёными креветками.
3. Наливаем сливки и воду в сковороду, нагреваем и помещаем макароны гнезда.
4. Помещаем креветки с сыром в "гнезда".
5. Добавляем в сливочный соус предварительно натертый чеснок.
6. Накрываем сковороду крышкой и готовим на медленном огне примерно 25-30 мин до готовности.
7. Украшаем зеленью по желанию.

СЧАСТЬЯ
в Новом Году!



БИСКВИТ "ГЛОБУС"

от Абуумара

Уверены, не только Абуумар любит домашнюю выпечку, но и все четвероклассники на свете!!!

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

Для теста

- 8 яиц
- 8 ст.л. муки
- 8 ст.л. сахара
- 1шт разрыхлителя

Для крема

- 200 гр. масло сливочного
- 200 гр. творожного сыра
- 200 гр. Сливки 33%
- 150 гр. стущёного молока
- 200 гр. сахарной пудры

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Отделяем желток от белка, белок взбиваем до пышности, потом добавляем сахар, взбиваем еще примерно 8 минут.
2. Потом добавляем желток аккуратно перемешаем. Муку и разрыхлитель перемешаем и добавляем в тесто, потом все вместе перемешаем и отправляем в духовку на 180 градус и выпекаем.
3. Ждём 20 минут и корж готов.
4. Крем: творожный сыр, сливки, сахарную пудру взбиваем, это крем для внутренней пропитки.
5. Сливочное масло, стущёное молоко взбиваем, это крем сверху.
6. Фрукты добавляем по вкусу.

Вот и всё,
ТОПТ
готов!



СЛОЙКИ С АНАНАСАМИ

от Андрея и его брата

Простое, нарядное и вкусное блюдо на скорую руку – ананасы в слоёном тесте. Всего два базовых ингредиента и немного времени. Результат вас точно порадует!!!

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Ананасы консервированные кольцами – 1 большая банка
- Тесто слоеное бездрожжевое – 500г

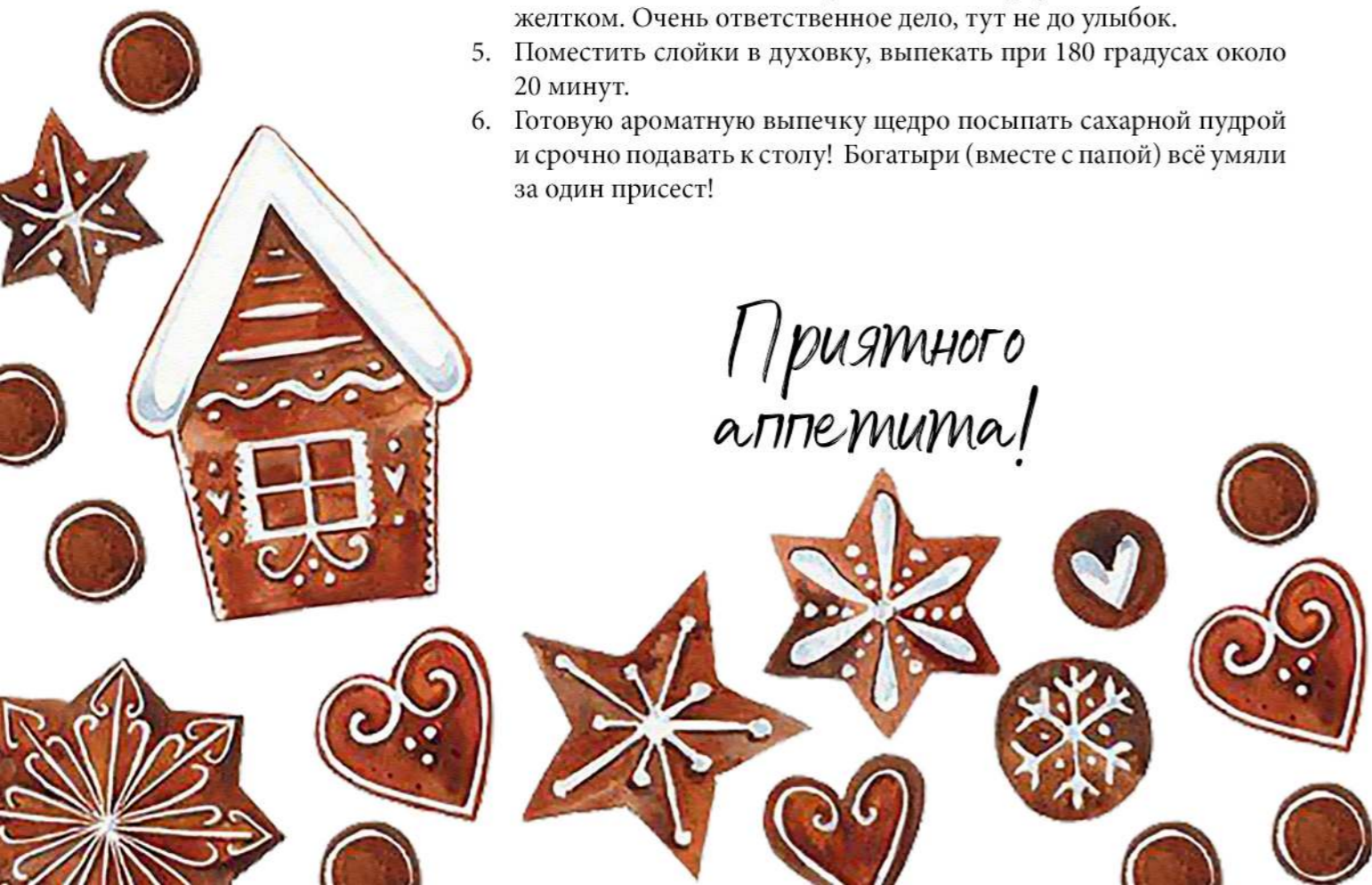
Для украшения:

- Яйцо – 1 шт.
- Сахарная пудра – 1 ст.л.

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Достать тесто из морозилки. Подождать пока станет мягким.
2. Выложить ананасы на салфетку и обсушить. Раскатать тесто. Важно: если готовите вместе с малышом – не доверяйте ему салфетки, он их порвёт и засунет в рот – проверено!
3. Порезать каждый пласт теста на квадраты, выложить сверху ананасовые кольца. Сделать надрезы в уголках теста, оставляя между ними и от края примерно по 1 см. Скрепить попарно противоположные уголки теста. Должен получиться цветочек. С этим легко справится даже дошкольник! А вот младенцу рекомендую давать тесто строго под присмотром – помним про рот!
4. Выложить слойки на противень. Сверху смазать взбитым желтком. Очень ответственное дело, тут не до улыбок.
5. Поместить слойки в духовку, выпекать при 180 градусах около 20 минут.
6. Готовую ароматную выпечку щедро посыпать сахарной пудрой и срочно подавать к столу! Богатыри (вместе с папой) всё умяли за один присест!

Приятного аппетита!



ТОНКИЕ БЛИНЧИКИ

от Артёма

Тонкие блинчики – это особый вид искусства, ведь кружочка каждого блина неповторимо!

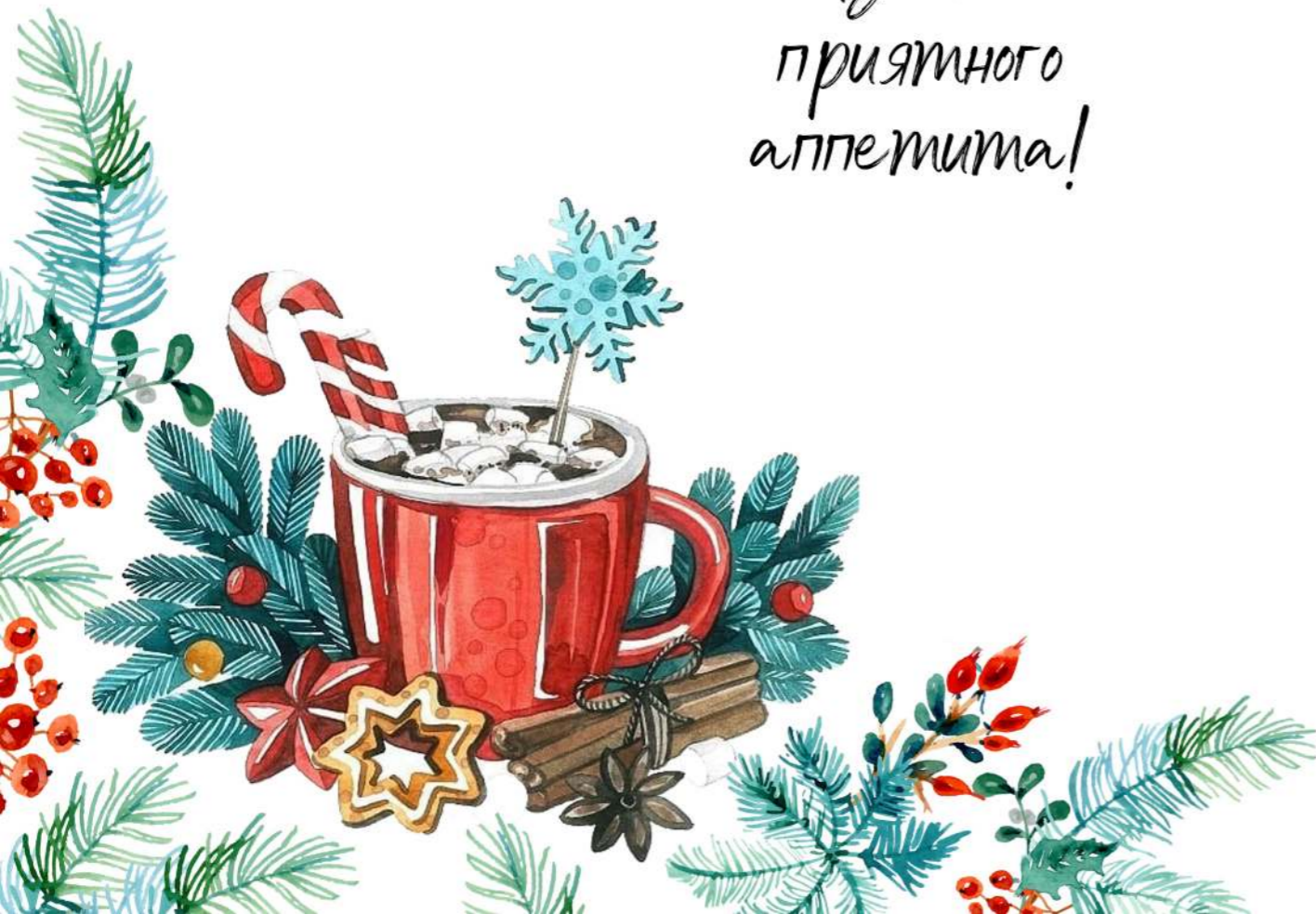
ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- 0,5 л. молока “Глобус”
- 2 яйца “Глобус”
- 50 гр. сахара
- 100 гр. растительного масла
- 1 стакан муки “Глобус”
- Соль по вкусу

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Все ингредиенты аккуратно взбить блендером, чтобы не было комочков.
2. Жарить желательно на сковороде с тефлоновым покрытием без добавления масла (можно и с маслом).

Всем
приятного
аппетита!





ГАЛЕТА С ГРУШЕЙ

и сыром от Степана

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Тесто слоеное, бездрожжевое (у нас готовое "Глобус").
- Сыр Бри пачка
- Груша - 2,5 штуки
- Мёд и Сахар по желанию.

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Раскатываем немного тесто, протыкая вилкой.
2. Выкладываем, чередуя, резанные дольками сыр и грушу.
3. Посыпаем немного сахаром и отправляем в духовку на 180° на 25 минут, чтобы появилась сырная корочка.
4. Достаём и по желанию поливаем мёдом.

Приятного
Вам
аппетита!



ТЫКВЕННЫЙ СУП

не просто суп, а крем-суп от Лизы

Главное готовить с улыбкой!

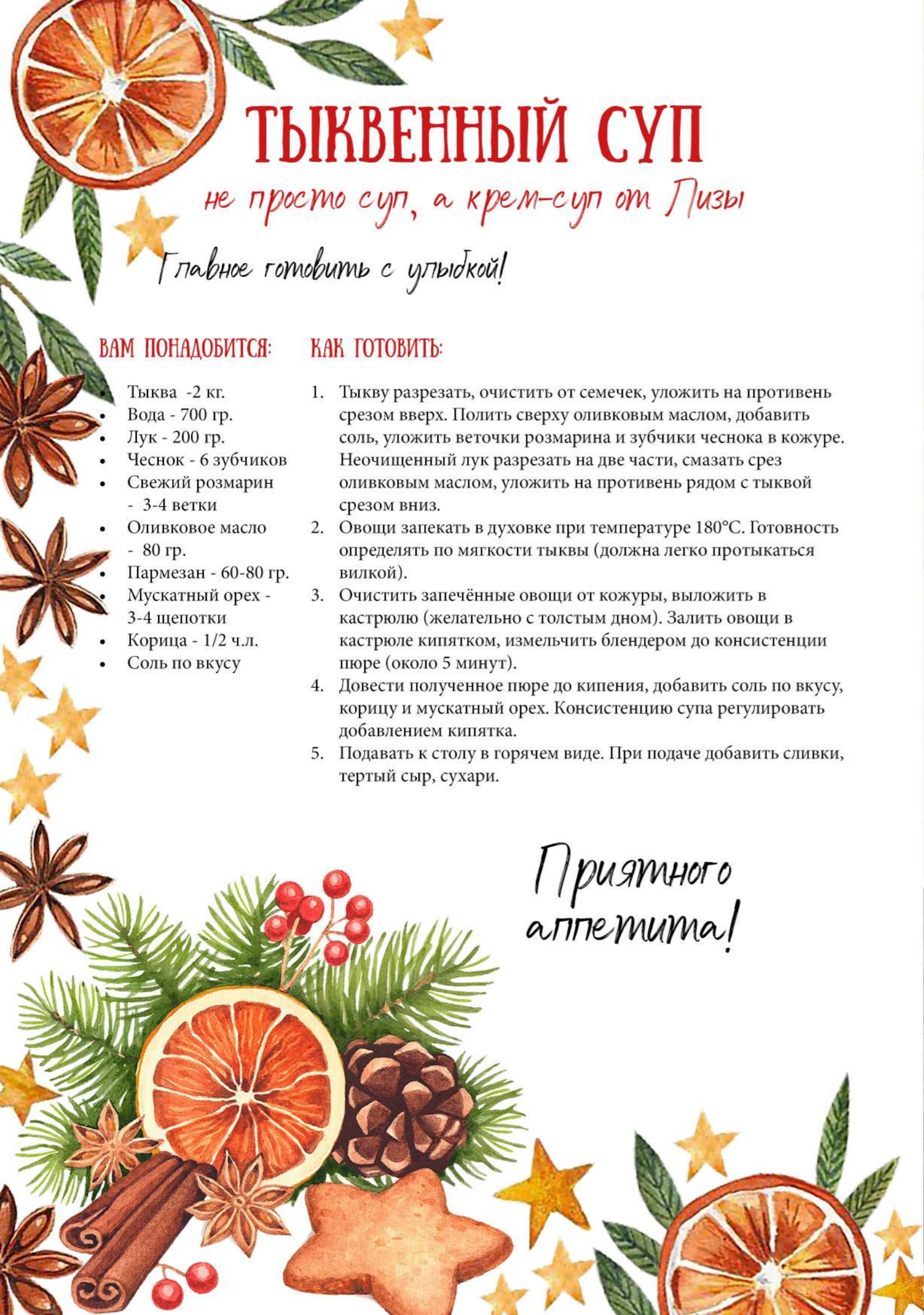
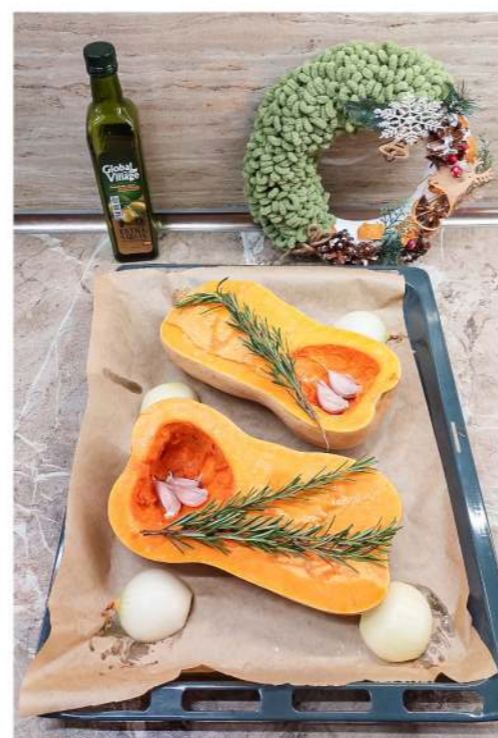
ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Тыква - 2 кг.
- Вода - 700 гр.
- Лук - 200 гр.
- Чеснок - 6 зубчиков
- Свежий розмарин - 3-4 ветки
- Оливковое масло - 80 гр.
- Пармезан - 60-80 гр.
- Мускатный орех - 3-4 щепотки
- Корица - 1/2 ч.л.
- Соль по вкусу

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Тыкву разрезать, очистить от семечек, уложить на противень срезом вверх. Полить сверху оливковым маслом, добавить соль, уложить веточки розмарина и зубчики чеснока в кожуре. Неочищенный лук разрезать на две части, смазать срез оливковым маслом, уложить на противень рядом с тыквой срезом вниз.
2. Овощи запекать в духовке при температуре 180°C. Готовность определять по мягкости тыквы (должна легко протыкаться вилкой).
3. Очистить запечённые овощи от кожуры, выложить в кастрюлю (желательно с толстым дном). Залить овощи в кастрюле кипятком, измельчить блендером до консистенции пюре (около 5 минут).
4. Довести полученное пюре до кипения, добавить соль по вкусу, корицу и мускатный орех. Консистенцию супа регулировать добавлением кипятка.
5. Подавать к столу в горячем виде. При подаче добавить сливки, тертый сыр, сухари.

Приятного аппетита!



ПИРОГ С ЖЕЛАНИЯМИ

от Юлии

У нашей семьи болгарские корни. И По доброй болгарской традиции в ночь перед Старым Новым годом мы печём пирог с желаниями!!!



ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Творог/брынза
- Сметана
- молоко
- лаваш или тесто фило
- масло
- яйцо

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Пишем записочки с желаниями в НГ и заворачиваем их в фольгу.
2. Начинка: творог/брынза + яйцо+ 2 ст. л. сметаны.
3. Лаваш или тесто фило смазываем маслом, выкладываем творожную начинку, сверху желания и закручиваем в рулет или улитку. Выкладываем на противень.
4. Готовые рулеты заливаем молочной смесью с яйцом и отправляем в духовку на 30 мин.
5. Каждому члену семьи в куске пирога или улитки обязательно попадёт записочка с желанием, которое непременно сбудется!
6. Всем приятного аппетита!

Пусть
ИСПОЛНЯЮТСЯ
все ЖЕЛАНИЯ!



ИРЛАНДСКАЯ ШАРЛОТКА

от Арины

Просто шикарный рецепт, который станет изюминкой в вашей копилке рецептов!

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- 240 г сливочного масла плюс для формы
- 400 г муки
- 2 ч. л. разрыхлителя
- 1/8 ч. л. соли
- 1/4 ч. л. молотой гвоздики
- 1/4 ч. л. молотого мускатного ореха
- 120 г сахара и еще 2 ч. л. для посыпки
- 4 больших зеленых яблока (например, сорта гренни смит)
- 2 яйца
- 150 мл молока

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Разогрейте духовку до 180 °С. Смажьте высокую форму для выпечки диаметром 22–24 см сливочным маслом и обсыпьте мукой, излишки стряхните.
2. Просейте муку, разрыхлитель, соль, гвоздику и мускатный орех в большую миску. Нарежьте масло небольшими кусочками и добавьте к муке. Перетирайте муку с маслом пальцами до тех пор, пока у вас не получится мелкая крошка. Всыпьте сахар и перемешайте.
3. Очистите яблоки и нарежьте их небольшими кусочками. Добавьте яблоки в крошки и хорошо перемешайте.
4. В отдельной миске взбейте яйца с молоком и влейте в яблочную смесь. Быстро перемешайте до образования густого теста.
5. Переложите тесто в подготовленную форму, разровняйте поверхность пирога и посыпьте 2 ст. л. сахара. Поставьте пирог в духовку и выпекайте до золотистого цвета, 45–50 мин.

Всем
приятного
аппетита!



МЕРЕНГОВЫЙ РУЛЕТ

с летними ягодами от Алёны

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- 200 г белка (5 яиц категории С1)
- 300 г сахара
- кукурузный крахмал — 2 столовые ложки
- маскарпоне 250 г
- фисташки 1 уп.
- сливки 33% 150 г
- 60 г сахарной пудры
- Черника летняя лесная (замороженная, но можно использовать свежую ягоду в сезон: малину, чернику, клубнику)
- яблочный уксус или сок лимона 1 чайная ложка

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Отделите желтки от белков, добавьте к белкам 150 г сахара и взбейте с помощью миксера. Когда белки загустеют и побелеют, добавьте к ним ещё 150 граммов сахара и продолжайте взбивать на максимальной скорости. Позднее добавьте к ним крахмал, а ещё через некоторое время — немного лимонного сока или яблочного уксуса. Взбивать нужно до крепких пиков и полного растворения сахара.
2. Пока взбиваются белки, очистите фисташки и порубите их ножом (в крошку мельчить не нужно) и подготовьте пергамент и противень. Распределите взбитые белки по пергаменту (толщина коржа должна быть равна примерно 2 сантиметрам) и посыпьте их фисташками. Отправьте в духовку на 140-160 градусов на 20 минут, а затем снизьте температуру до 100-120 градусов и ещё на 15 мин (зависит от вашей духовки). Важно не пересушить меренгу — снаружи она должна быть сухой, а внутри мягкой, чтобы рулет не поломался при сворачивании.
3. Пока выпекается меренга, сделайте крем из маскарпоне и сливок. Смешайте сыр и сливки с сахарной пудрой и взбейте миксером.
4. Достаньте меренгу из духовки и дайте ей немного остыть. Нарежьте свежую клубнику кубиками или возьмите размороженную летнюю ягоду. Смажьте меренгу сырнo-сливочным кремом, выложите на один край коржа ягоды и немного рубленых фисташек.
5. Заверните меренгу в рулет с помощью пергамента. Украсьте ягодами, орехами и оставшимся кремом.

Творим
ВОЛШЕБСТВО!





ДОМАШНИЙ ТИРАМИСУ

от Арианы

Наверное, один из самых популярных рецептов в мире! Нежный, ароматный, просто тающий во рту! Просто преступно не баловать им себя и своих близких, особенно с учетом того, что готовится он на «раз-два-три» :)

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- сахар 100 г
- яйца куриные 3 шт.
- маскарпоне 350 г
- печенье Савоярди 200 г
- какао-порошок 100 г
- коньяк 2 ч. л.
- кофе эспрессо 2 стакана

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Классический тирамису легко готовится в домашних условиях. Разделив яйца на желтки и белки, взбиваем белки в пену. Затем вводим половину сахарной пудры. Продолжаем взбивать до пиков.
2. Отдельно перетираем желтки и остатки сахарной пудры, пока масса не станет белой.
3. К желтковой массе вводим маскарпоне и вымешиваем. Постепенно добавляем белковую массу и доводим крем до гладкости.
4. Остывший кофе соединяем с алкогольным напитком. Пропитываем каждую печенюшку.
5. Укладываем в форму для сборки пропитанные савоярди.
6. Кладем половину сливочного крема. Равномерно распределяем.
7. Повторяем слой из печенья. Щедро промазываем кремом.

Приятного аппетита!



РОО МО "Помощь
больным муковисцидозом"

