



ХЛЕБ-
БАТЮШКА



С. П. Ефремова, Е. В. Миненчева

ХЛЕБ- БАТЮШКА

РЕЦЕПТЫ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ХЛЕБА

ПЕРМСКОЕ
КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
1990

ББК 36.997
Е91

Во все времена хлеб был и остается мерилем благополучия народа, важнейшим продуктом способным прокормить человека в самую лихую годину. Эта книга — сборник полезных советов, рассказывающих о том, как следует экономно и бережно обращаться с хлебом, как его хранить, как приготовить много вкусных и полезных кушаний.

В подготовке книги принимала участие
С. Ф. Осипова

Е $\frac{3404000000-7}{M152(03)-90}$ 38-90

ISBN 5-7625-0239-2

© Пермское книжное издательство, 1990



Введение*

Есть в мире понятия, ценность которых ни в чем не измеряется. Это воздух, земля, солнце, вода. К ним можно отнести и «дар божий» — хлеб, древний и вечно молодой продукт человеческого труда. В сознании человеческом хлеб представляется не только караваем на столе, но и мерилем нравственности. Не случайно люди сложили о хлебе множество песен, стихов, пословиц и поговорок: «Где хлебно и тепло, там и жить добро», «Хлебом сыты, хлебом и пьяны», «Хлеб да соль — и обед пошел», «Хлеба ни кушка — и стол доска». Это свидетельствует о безграничном уважении и любви к хлебу, которыми

* Использованы некоторые сведения из кн. «Хлеб в нашем доме: Рецепты с использованием хлеба». — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Агропромиздат, 1986.

он пользовался на протяжении всей истории человечества.

Слово «хлеб» имеет древнегреческое происхождение. Дело в том, что греки выпекали свой хлеб в специальных горшках, которые назывались «клибанос». Отсюда произошло готское слово «хлайфс», которое затем переняли древние германцы, славяне и другие народы. В старонемецком языке сохранилось «хлайб», очень напоминающее наш «хлеб» или эстонское «лейб».

А совершилось открытие хлеба в глубокой древности, свыше 15 тыс. лет назад. Именно в те далекие времена человек впервые стал собирать и культивировать хлебные злаки. Самый первый хлеб появился на свет в виде жидкой зерновой каши.

Прошло еще несколько тысячелетий, и люди научились готовить хлеб из сброженного теста. Затем родилось пекарское мастерство, появились пекарни, предлагающие широкий выбор хлебных изделий.

На Руси с древнейших времен выпечка хлеба считалась делом ответственным и почетным. Уже в XVI—XVII вв. в Московском государстве существовал контроль за качеством продававшихся хлебных изделий. В конце XIX — начале XX вв. родилась наука о хлебе, обосновывающая процессы производства хлеба.

Хлебопекарные печи нашего времени — огромные автоматизированные конвейеры, выпекающие

в сутки по 80—90 тыс. буханок или батонов. Одна такая печь обеспечивает хлебом свыше 200 тыс. человек в день.

Обычный хлеб содержит в себе практически все питательные вещества, необходимые человеку. В нем есть белки, углеводы, витамины группы В, минеральные соединения (соли кальция, железа, фосфора). Важно и то, что хлеб никогда не приедается, не надоедает. Рекомендуемые нормы хлеба для взрослого человека, не занятого физическим трудом, сегодня составляют 300—350 г в день; для людей, занимающихся спортом, физическим трудом и другими нагрузками, норма эта выше.

Хлеб — не только один из самых главных продуктов питания, не только украшение стола в праздники и будни, но еще и добрый помощник врачей-диетологов в их борьбе за здоровье человека. Он рекомендуется при заболеваниях почек, сердечно-сосудистой системы, при гипертонии (ахлоридный и обдирный), гастрите и язвенной болезни (хлеб с пониженной кислотностью), сахарном диабете и ревматизме (белково-пшеничный, белково-отрубной, ржаной диабетический), почечной недостаточности (безбелковый бессолевой, безбелковый из пшеничного крахмала), ожирении (молочно-отрубной).

Эта книга — сборник полезных советов о том, как следует экономно и бережно обращаться с главным продуктом питания человека, как его

Химический состав (в %) и энергетическая
сортов хлеба и

Продукт	Вода	Белки	Жиры
Хлеб ржаной из обдирной муки	45,8	5,6	1,1
Хлеб орловский	43,0	6,1	1,1
Хлеб пшеничный из муки II сорта	41,2	8,1	1,2
Батоны из пшенич- ной муки I сорта	36,3	7,4	2,9
Булка черкизов- ская из пшеничной муки I сорта	32,0	7,8	5,5
Булочки молочные из пшеничной муки высшего сорта	37,2	8,3	1,9
Бублики из пше- ничной муки I сорта	24,0	7,8	5,6
Сухари сливочные из пшеничной муки высшего сорта	8,0	8,5	10,6

ценность некоторых распространенных
булочных изделий

	Угле- воды	Зола	Клет- чатка	Энергетическая ценность	
				ккал	кДж
	43,3	2,3	0,8	199	833
	46,3	2,0	0,6	211	883
	46,6	2,0	0,4	220	920
	51,4	1,5	0,2	250	1046
	52,6	1,6	0,2	279	1167
	50,7	1,5	0,1	242	1013
	60,5	1,6	0,2	310	1297
	71,3	1,2	0,1	397	1661

хранить, как приготовить много вкусных и полезных кушаний из черствого хлеба, как с помощью хлеба сделать пищу разнообразной, полезной и аппетитной.

Большинство представленных в книге рецептов рассчитано на 4 порции. Они утверждены кулинарными советами трестов и объединений управления общественного питания Пермского облисполкома.

Несколько слов о черством хлебе

Для людей с излишними жировыми накоплениями черствый хлеб более полезен, чем свежий. Он менее вкусен, и съесть его захочется меньше. Но дело не только в этом. Он медленнее усваивается, и поэтому человек дольше испытывает чувство насыщения. С черствым хлебом в организм поступает больше кислорода, что положи-

ПОЧЕМУ ТАК НАЗЫВАЕТСЯ?

Французское слово *baton* значит палка, жезл. Видимо, по внешнему виду и дали длинной булке, похожей на палку, французское название «*батон*».

Слово «*булка*» заимствовано из польского языка. По-польски *bulka* — это уменьшительная форма от слова *buła* — большой круглый хлеб. Первоисточником польского слова было латинское *bullā* — шар, круглая печать.

тельно влияет на работу органов пищеварения и на развитие полезной микрофлоры кишечника. Черствый хлеб, по сравнению со свежим, меньше раздражает слизистую оболочку желудка и кишечника. Потребление хлеба после суточной выдержки рекомендуется при гастрите, язвенной болезни, при заболеваниях печени, желчных путей.

В те времена, когда хлеб готовился в домашних условиях, хозяйка выпекала его примерно раз в неделю. Следовательно, население питалось в основном черствым хлебом. Существует несколько способов освежения хлеба:

1. Перед употреблением поместить изделия в горячую духовую печь на 5—10 мин. и прогреть примерно до 60—70° С.

2. Черствые хлебные изделия прогреть паром. Для этого окунуть батон в холодную воду и тотчас поместить на несколько минут в горячую

.....

Калач — слово славянского происхождения. Оно связано с круглой формой хлеба и возникло от корня «*коло*» (колесо) с помощью суффикса «*ачь*».

Слово «*сайка*» заимствовано из эстонского языка. С помощью суффикса «*ка*» эстонское слово «*sai*» (белый хлеб) превратилось в «*сайку*», которым обозначают булку из специального теста.

духовую печь или поставить в духовую печь под противень с хлебом миску с водой.

3. Черствый хлеб и булочные изделия становятся вкуснее, если их обжарить в тостере или на сковороде.

Из черствого хлеба можно готовить супы, пудинги, сладкие запеканки, торты. Великолепный русский квас, секреты производства которого дошли до нас из глубины веков, тоже готовят в основном из черствого хлеба.

Хозяйке на заметку

— Хранить хлеб лучше всего в специальных хлебницах, которые обеспечивают его свежесть не менее 1,5—2 суток, защищают от высыхания и от порчи различными вредителями;

— хлеб и хлебобулочные изделия будут черстветь медленнее, если в мисочек или хлебницу положить вымытые разрезанные яблоки, очищенный картофель или немного соли;

— хранить хлеб с мясом и рыбой не рекомендуется: их запах нежелателен для хлеба;

— супы с хлебом готовят только для одноразового употребления (при их приготовлении используется черствый ржаной и пшеничный хлеб);

— пудинги из хлеба запекают в духовом шкафу или варят в специальной форме на водяной бане или на пару. Можно варить пудинг в кипящей воде, заворачивая в специальные салфетки из марли или легкой натуральной ткани.



Бутерброды

В переводе с немецкого бутерброд — это хлеб с маслом, в общепринятой обиходной терминологии — ломтик хлеба с каким-нибудь закусочным продуктом (сыр, ветчина, колбаса, икра, мясные или рыбные консервы, копчености и др.). Самый распространенный вид бутербродов — ломтик хлеба с каким-либо продуктом.

Различают бутерброды открытые, закрытые (сандвичи) и маленькие бутерброды на поджаренном хлебе — канапе и тартинки.

Для открытых бутербродов хлеб нарезают небольшими ломтиками толщиной примерно 1—1,5 см, намазывают сливочным маслом (за исключением приготовленных с жирными продуктами) и гарнируют различными закусками.

Закрытые бутерброды готовят из двух ломтиков белого хлеба шириной 5—6 см и толщиной 0,5 см. Оба ломтика намазывают маслом, иногда предварительно смешанным с различными приправами — с горчицей (для ветчины, колбасы), тертым сыром (для ливерной колбасы), хреном (для рыбы), соусом «Южный» (для мяса, языка). На один ломтик хлеба кладут продукт, а другим плотно прикрывают сверху. Для приготовления закрытых бутербродов рекомендуется примерно такое сочетание продуктов: ветчина вареная и масло с горчицей; телятина вареная и масло с горчицей; ростбиф (жареное мясо) и масло с соусом «Южный»; курица жареная и масло сливочное; сыр (можно тертый) и масло

сливочное; паста из рыбных консервов и сыр тертый; сельдь ломтиками и масло с яйцами и горчицей; рыба холодного копчения и масло сливочное; рыба отварная и масло с хреном; паста из рубленых орехов и чеснока с майонезом. Размер и форма сандвича должны соответствовать спичечной коробке; однако бутерброды, приготовляемые в дорогу, могут быть крупнее.

Для бутербродов на поджаренном хлебе обычно используют острые закусочные продукты в самом разнообразном сочетании: рыбу холодного копчения, икру, сельдь, острые сыры, маслины без косточек, паштеты и др. Это очень красивая, аппетитная закуска, которую хорошо подавать перед ужином к вечернему чаю.

Для канапе хлеб нарезают в виде разных фигурок — круглых, ромбовидных, квадратных и т. п. — толщиной 0,5—1 см. Нарезанный слегка черствый хлеб надо поджарить на сливочном масле так, чтобы образовалась хрустящая, румяная корочка и хлеб при этом не был засушен. Для канапе можно также выпекать тонко раскатанное слоеное тесто, вырезая из него выемкой или ножом различные фигурки размером 5—6 см.

Тартинки — это тоже маленькие бутерброды на поджаренном хлебе, но их особенностью является горячий гарнир: мясные, рыбные и другие продукты в горячем виде укладывают на поджаренный хлеб. Подают тартинки на пирожковых или десертных тарелках. Для их приготовления

можно рекомендовать, например, жареную ветчину, корейку или колбасу с яичницей-глазуньей или с жареным луком, горячую вареную говядину с соусом, горячие котлеты, сыр, запеченный с ломтиками помидоров, печеночный паштет домашнего приготовления, омлет с зеленым луком и т. д.

Любой праздничный стол прекрасно украсят канапе и тартинки на шпажках или спичках.

Бутерброд с консервированной сайрой. На ломтики хлеба положить по 2 кусочка консервированной сайры, сверху посыпать нашинкованным зеленым луком.

Бутерброд с консервами в томатном соусе. На ломтики хлеба положить кусочки рыбы в томатном соусе, сверху посыпать нашинкованным зеленым луком.

Бутерброд с соленой рыбой. Ломтики хлеба ровно намазать сливочным маслом, сверху положить ломтики соленой рыбы или кусочек сельди без кожи и костей, на рыбу — кружочек вареного яйца.

Бутерброд с рубленой сельдью. Ломтики хлеба намазать маслом, сверху горкой положить сельдь и посыпать тертым сыром.

Для рубленой сельди: хлеб замочить в воде на 3—5 мин. Филе сельди, сырой лук и отжатый хлеб пропустить через мясорубку или

все мелко порубить. Измельченные продукты тщательно смешать с размягченным сливочным маслом, сахаром, уксусом.

Бутерброд с паштетом из рыбы. Ломтики хлеба намазать паштетом из рыбы, сверху положить маслину без косточки.

Бутерброд с паштетом из крутых яиц. Вареные яйца очистить, желтки отделить от белков и измельчить. Булочку или хлеб намазать сливочным маслом, посыпать измельченным белком, сверху выложить желтковую массу. Бутерброд украсить зеленью.

Бутерброд закусочный с яичным маслом. Белый хлеб, нарезанный в виде треугольника, смазать яичным маслом, на него уложить филе сельди, украсить веточкой укропа.

Для яичного масла: вареные яйца, сливочное масло, горчицу растереть, добавить мелко нарезанный зеленый лук и укроп и все взбить.

Сливочное масло — 3 чайн. ложки, яйцо — $\frac{1}{4}$ шт., зеленый лук — $\frac{1}{2}$ чайн. ложки, укроп — $\frac{1}{2}$ чайн. ложки.

Бутерброд пикантный. Ломтики хлеба обжарить с обеих сторон на маргарине, натереть чесноком и намазать тертым сыром, заправленным сметаной или майонезом. Запечь в духовке в течение 1—2 мин.

Хлеб с жареным яйцом. Приготовить яичницу, посолить, посыпать перцем, каждое яйцо положить на поджаренный кусочек хлеба, посыпать рубленой зеленью.

Хлеб пшеничный — 4 кусочка, яйцо — 4 шт., масло сливочное — 1 ст. ложка, зелень рубленая — 1 чайн. ложка.

Горячий бутерброд с рыбой, яйцом и сыром. Жареную или вареную рыбу порубить, смешать с яйцом, заправить рубленым укропом, солью и перцем, уложить толстым слоем на подсушенный или покрытый жиром хлеб, посыпать тертым сыром и запечь в горячей духовке до тех пор, пока яйцо не свернется.

Пшеничный хлеб — 4 ломтика, яйцо — 2 шт., тертый сыр — 4 чайн. ложки, рыба — 4 кусочка, укроп, перец и соль по вкусу.



Гренки

Сухарики простые. Пшеничный или ржаной хлеб нарезать тонкими ломтиками толщиной 0,2—0,4 см или квадратиками размером 1,5×1,5 см, поместить на противень или сковороду и подсушить до золотистой окраски.

Гренки в масле. Пшеничный или ржаной хлеб нарезать ломтиками и поджарить с обеих сторон на сковороде в сливочном или растительном масле, маргарине, сале или в любом другом жире до золотистой окраски.

Готовые гренки можно посыпать растертым с солью чесноком, жареным луком (для супов и вторых блюд) или сахарным песком, смазать медом или вареньем (для чая, молока, кофе, соков).

Гренки из бубликов и баранок. Сухие бублики или баранки обварить кипятком и оставить до набухания, а затем обжарить на масле или маргарине.

На 200 г баранок или бубликов — 1½ стакана кипятка, 3 ст. ложки масла или маргарина.

Гренки с яйцом (по-венгерски). Пшеничный хлеб нарезать ломтиками, смочить в молоке и во взбитом яйце, поджарить до образования хрустящей румяной корочки, посыпать молотым красным перцем и сразу подать на стол. На гарнир хороши овощные блюда.

На 200 г хлеба — ½ стакана молока, 2 ст. ложки жира, 1 яйцо.

Крутоны с яйцами под майонезом. Нарезать ломтиками пшеничный или ржаной хлеб и обжарить в растительном масле. На каждый кружок положить горкой рубленые яйца с зеленью петрушки. Крутоны поместить на тарелку и залить майонезом. Вокруг положить кружочки яиц, вареной свеклы, моркови, украсить веточками петрушки.

Хлеб — 200 г, растительное масло — 2 ст. ложки, яйцо — 2 шт.

Гренки с сыром. Нарезать ломтиками пшеничный хлеб, поджарить их на масле или маргарине до золотистой окраски. При подаче посыпать гренки тертым сыром и залить горячим бульоном.

Хлеб — 200 г, масло или маргарин — 2 ст. ложки, сыр — 2 ст. ложки.

Гренки с плавленым сыром. Плавленый сыр растереть с маслом или маргарином до однородной массы. Ломтики пшеничного хлеба сбрызнуть водой, намазать сырной массой и запечь в духовке.

Гренки с творогом. Творог хорошо растереть и смешать с молоком или сметаной. Пшеничный или ржаной хлеб сбрызнуть водой и разогреть до мягкости в духовке или на сковороде. На горячие мягкие гренки намазать толстым слоем творог.

товые гренки залить заварным кремом и подать на стол.

Для крема: яичные желтки хорошо растереть с сахаром и мукой, развести смесь горячим молоком и, непрерывно помешивая, варить до загустения. Снять с огня, добавить сливочное масло и ванильный сахар и хорошо размешать.

На 200 г хлеба — $\frac{1}{2}$ стакана молока, 2 яйца, 2 ст. ложки маргарина, 2 стакана заварного крема.

Для крема: молоко — $1\frac{1}{2}$ стакана, яичный желток — 2 шт., сахар — $\frac{1}{2}$ стакана, мука — 1 чайн. ложка, сливочное масло — 1 ст. ложка.

Гренки с вареньем, джемом или повидлом. Пшеничный хлеб нарезать ломтиками, смочить в молоке, обмакнуть во взбитое яйцо и с обеих сторон обжарить на сливочном масле или маргарине. Гренки смазать вареньем, джемом или повидлом.

На 200 г хлеба — 1 яйцо, 1 стакан молока, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, $\frac{1}{2}$ стакана варенья, джема или повидла.



Первые блюда

Тюря-минутка (для туристов). Ломтики ржаного хлеба или сухарей разломать на куски, смешать с мелко нарезанным репчатым луком, посолить, залить стаканом кипятка и добавить подсолнечное масло. Дать постоять 2—4 мин. для размягчения хлеба и есть в горячем виде.

Хлеб — 200 г, лук — 1 шт., масло — 1—2 ст. ложки, вода — 1 стакан.

Грибная похлебка. Сварить грибной отвар. Натереть на терке ржаной или пшеничный хлеб. Поджарить в масле нарезанный лук, добавить нарезанные грибы, смешать с измельченным хлебом и потушить. Соединить с грибным отваром, посолить по вкусу, заправить сметаной.

Хлеб — 200 г, свежие грибы — 300 г (сухие — 30 г), лук — 2 шт., сметана — 4 чайн. ложки.

Суп с колбасой. Ржаной хлеб нарезать ломтиками, обжарить в сале, залить горячей водой или мясным бульоном, сварить, протереть через сито или размять, посолить, добавить слегка поджаренные кусочки колбасы и еще поварить. Подать с обжаренными гренками или сухариками.

Хлеб — 200 г, вода или бульон — 1½ л, колбаса — 100 г.

Суп с хлебом, курицей и сыром. С пшеничного хлеба снять корки, положить в кастрюлю и залить куриным бульоном. Когда корки набухнут, протереть их через сито, затем добавить тертый

сыр, измельченное куриное мясо, толченый миндаль и все это развести куриным бульоном до желаемой густоты, прокипятить и перед подачей на стол заправить растертыми яичными желтками. Подать с гренками.

Пшеничный хлеб — 100 г, куриный бульон — 3 стакана, куриное мясо — 80 г, толченый миндаль или орехи — 2 чайн. ложки, желток — 2 шт., сыр — 1 ст. ложка.

Суп с хлебом и вареной колбасой. Тонкие ломтики пшеничного хлеба подсушить в духовке. Нарезать кружочками колбасу. Положить в кастрюлю рядами кружочки колбасы и ломтики подсушенного хлеба, залить мясным бульоном, поставить на слабый огонь и варить 10—15 мин. Перед подачей на стол вбить в каждую тарелку по одному сырому яйцу и залить кипящим супом.

Пшеничный хлеб — 100 г, мясной бульон — 3 стакана, вареная колбаса — 100 г, яйцо — 4 шт.

Суп с кабачками и грибами. Очистить кабачки, вынуть семечки, нарезать кружочками или кубиками, обвалить в муке и обжарить в растительном масле. Отварить подготовленные грибы и в этот бульон добавить протертый хлеб. Лук мелко нарезать, обжарить в масле, соединить с кабачками, посолить, положить в суп и варить до готовности (20—25 мин.).

Хлеб — 200 г, вода — 2 л, кабачки — 400 г,

Хлеб — 200 г, вода — 1½ л, яблоки — 5—6 шт., сахар — 3—4 ст. ложки, рис — 6 ст. ложек.

Суп из ревеня (по-немецки). Черенки ревеня вымыть, очистить от наружных волокон, мелко нарезать, обдать кипятком. Пшеничный хлеб или сухари сварить вместе с ревенем. По желанию можно добавить гвоздику, ванильный сахар и корицу. Всыпать сахарный песок, вскипятить и снять с огня. Желтки взбить с простоквашей или сметаной и, постоянно помешивая, влить в суп. Белки взбить, соединить с ванильным сахаром и небольшими порциями в виде клецек добавить в горячий суп. При подаче на стол в тарелки с супом можно положить клубнику, вишню или другие фрукты.

Хлеб — 300 г, вода — 7 стаканов, ремень — 500 г, сахар — ½ стакана, ванильный сахар — ¼ чайн. ложки, яйцо — 2 шт., простокваша или сметана — 1 стакан.

Суп медовый со взбитыми сливками или сметаной (по-литовски). Сухари из ржаного хлеба замочить в воде до разбухания, затем варить до полного разваривания. Прибавить мед, квас и в самом конце варки сливочное масло. Подать со взбитыми сливками или сметаной.

Сухари — 200 г, вода — 1 л, мед — ½ стакана, квас — 2 стакана, взбитые сливки или сметана — 1 стакан, сливочное масло — 1 ст. ложка.



Вторые блюда

Карась отварной на хлебе. Из ломтиков хлеба вырезать кружочки с углублениями, обжарить в жире. Рыбу отварить, отделить от костей, положить на хлеб, полить майонезом, посыпать тертым сыром. Запечь в духовом шкафу.

Рыба — 100 г, майонез — 100 г, хлеб — 4 кусочка, сливочное масло — 2 ст. ложки, соль, перец по вкусу.

Хлеб с рисом и соленой рыбой. Нарезать пшеничный хлеб тонкими ломтиками, подсушить в духовом шкафу. Рис отварить, промыть. Репчатый лук поджарить на масле. Соленую рыбу отделить от костей, мелко нарезать, смешать с рисом и луком, положить в кастрюлю, залить взбитым яйцом, прогреть, намазать на подготовленные куски хлеба, запечь в духовом шкафу. Подавать горячими.

Пшеничный хлеб — 4 кусочка, соленая рыба — 100 г, рис — 2 ст. ложки, яйцо — 1 шт., лук — 2 шт.

Рыба с гренками в сметанном соусе. Отварить рыбу (без костей и кожи). Приготовить сметанный соус. Ломтики пшеничного хлеба обжарить на масле, уложить на них отваренную рыбу, залить соусом, распущенным маслом, посыпать тертым сыром и панировочными сухарями, запечь в духовке до золотистой окраски.

Для соуса: натертый пшеничный хлеб залить уксусом, добавить сметану, хорошо взбить,

ввести тертый хрен, соль, сахарный песок. Все тщательно перемешать.

Пшеничный хлеб — 200 г, рыба — $\frac{1}{2}$ кг, сметанный соус — 1 стакан, масло — $\frac{1}{2}$ стакана, тертый сыр — 1 стакан, панировочные сухари — 2 ст. ложки.

Рыбная икра, запеченная с хлебом. Икру свежей рыбы промыть, очистить от пленок, добавить размоченный в молоке хлеб, рубленый лук, соль, перец. Массу хорошо перемешать и выложить на смазанный маслом противень или сковороду. Выпекать в духовке при умеренной температуре. После остывания рыбную запеканку нарезать на порции, полить соусом с горчицей и подать к столу.

Пшеничный хлеб — 50 г, икра — 100 г, лук — 1 шт., молоко — 3 ст. ложки, растительное масло — 1 чайн. ложка, соус — 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Для соуса: яйцо — 2 шт., растительное масло — 2 ст. ложки, горчица — $\frac{1}{2}$ ст. ложки, уксус — $\frac{3}{4}$ ст. ложки, сахар — $\frac{1}{2}$ чайн. ложки.

Рыбные колбаски простые. Рыбное филе пропустить через мясорубку, посолить и поперчить, добавить размоченный в воде и отжатый пшеничный хлеб, мелко нарезанный и поджаренный в масле лук, все тщательно смешать и пропустить через мясорубку. Из полученного фарша сформовать колбаску. Поместить ее в полотняную

суду с растопленным маслом. Подать горячими со сметаной. Клецки можно подавать в мясном, рыбном или грибном бульоне или молоке.

Шпинат — 150 г, картофель — 2 шт., репчатый лук — 1 шт., крошки белого хлеба — $\frac{1}{4}$ стакана, молоко — $\frac{1}{4}$ стакана, яйцо — 1 шт., сливочное масло — 1 ст. ложка, сметана — $\frac{1}{2}$ стакана, соль, перец по вкусу.

Тыква, кабачки или патиссоны, запеченные со сметаной и хлебом. Кабачки, тыкву или патиссоны очистить от кожи и семян, натереть на крупной терке и посолить. Противень смазать маргарином, положить кусочки пшеничного хлеба, слегка смоченного молоком, поверх него уложить слой тыквы, кабачков или патиссонов и снова слой хлеба, залить сметаной. Сверху можно посыпать тертым сыром или брынзой. Запекать в умеренно нагретой духовке до образования румяной корочки.

Эти же овощи можно запекать в нарезанном виде, предварительно обваляв их в панировочных сухарях и слегка обжарив.

Хлеб — 200—400 г, кабачки, тыква или патиссоны — $1\frac{1}{2}$ стакана, молоко — 1 стакан, сметана — 1 стакан, соль по вкусу.



Сладкие блюда

Ассортимент сладких блюд из хлеба очень велик. Это пудинги, шарлотки, торты, пирожные, пироги, печенье и т. д.

Основное отличие шарлотки от пудинга заключается в том, что хлеб в ней, как правило, выкладывается послойно в сочетании с другими массами и обязательно должен составлять верхний и нижний слои. В пудинге же все компоненты смешиваются, в том числе хлеб или сухари, и эта масса выкладывается в форму, посыпанную сухарями. Поэтому пудинг более нежен и пышен, чем шарлотка.

Шарлотка с черноплодной рябиной. Ломтики пшеничного хлеба замочить в яично-молочной смеси. Подготовленные ягоды черноплодной рябины засыпать сахарным песком, добавить тертый без кожуры лимон или тертые яблоки. В форму, смазанную маслом и обсыпанную панировочными сухарями, послойно выложить ломтики хлеба и фруктовую массу. Верхний слой из ломтиков хлеба залить яично-молочной смесью. Запечь в духовке.

Хлеб — 200 г, черноплодная рябина — 2 стакана, лимон — 1 шт. (или 2 средних яблока), сахар — $\frac{1}{2}$ стакана, панировочные сухари — 2 ст. ложки, яйцо — 1 шт., молоко — 2 ст. ложки.

Шарлотка с вишней или сливами. Пшеничный хлеб нарезать ломтиками. Вишню или сливу промыть, удалить косточки, слегка отжать сок, пере-

сыпать сахарным песком. Молоко разболтать с яйцом, добавить сахарный песок. Форму смазать маслом, посыпать панировочными сухарями, положить ломтики хлеба, смоченные в молочно-яичной смеси, на них — слой вишен (и так 3—4 раза), прикрыть ломтиками хлеба, залить оставшейся яично-молочной смесью, поставить в горячую духовку и запекать в течение 30—40 мин. Когда шарлотка сверху подрумянится, выложить на круглое блюдо, посыпать сахаром, смешанным с ванильным сахаром.

Хлеб — 200 г, вишня или сливы — 1 стакан, сахар — $\frac{1}{2}$ стакана, молоко — $\frac{1}{2}$ стакана, яйцо — 1 шт., панировочные сухари — 1 ст. ложка.

Шарлотка со смородиной. Пшеничный хлеб нарезать тонкими ломтиками. Подготовить ягоды: перебрать, промыть и растереть с сахарным песком. На дно смазанной жиром формы выложить слой ягод, ломтики хлеба, посыпать их смесью сахарного песка, корицы и измельченных хлебных корок. Форму прикрыть крышкой, поставить в горячую духовку, через 15—20 мин. снять крышку, смазать поверхность шарлотки маслом или маргарином и запекать еще 15 мин.

Хлеб — 200 г, смородина — $1\frac{1}{2}$ стакана, сахар — $\frac{1}{2}$ стакана.

Шарлотка с повидлом. Пшеничный хлеб нарезать тонкими ломтиками, намазать их повидлом, соединить попарно, уложить в смазанную маслом

Охлажденную сметану взбить. Подготовленный хлеб насыпать в креманку, положить взбитую сметану и украсить вареньем.

Хлеб — 200 г, сахар — 1 ст. ложка, сметана — $\frac{1}{2}$ стакана, варенье — $\frac{1}{2}$ стакана.

Хлебные шарики «Сюрприз». Сахарный песок растворить в молоке и вскипятить. Добавить в молоко маргарин, какао, молотые сухари из пшеничного белого хлеба. Массу перемешать, сформовать шарики, обкатать в сухарях, смешанных с сахарной пудрой.

Сухари — 60 г, сахарный песок — 4 ст. ложки, молоко — $\frac{1}{2}$ стакана, маргарин — 2 ст. ложки, какао-порошок — 1 чайн. ложка, сахарная пудра — 1 чайн. ложка.

Яичный каравай. Черствый белый хлеб натереть на терке, положить в кастрюлю, залить кипящим молоком, дать постоять 50—60 мин., размешать до однородной массы, добавить сливочное масло, сахар, яйца. Массу выложить в предварительно смазанную маслом и посыпанную сухарями форму, выпекать 30—40 мин. Готовый каравай можно посыпать сахарной пудрой, отдельно подать взбитые сливки или фруктовый соус.

Хлеб — 400 г, молоко — $1\frac{1}{2}$ стакана, яйцо — 4 шт., взбитые сливки — 1 стакан, молотые сухари — 1 ст. ложка, сахар — 2 ст. ложки, масло — 2 ст. ложки.



Квасы

Хлебный квас. Ржаные сухари положить в кастрюлю, залить кипятком, дать постоять 3—4 час. Настой процедить, положить в него дрожжи, сахар и мяту кудрявую (можно без мяты). Накрывать салфеткой и оставить для брожения на 5—6 час. Когда квас начнет пениться, вторично процедить его и разлить в бутылки, в которые предварительно положить по нескольку изюминок, закупорить (пробки перед закупориванием размочить в кипятке, чтобы они стали эластичнее, а после закупорки закрепить шпагатом). Бутылки вынести в холодное место и оставить там в лежачем положении. Через 2—3 дня квас будет готов.

На 10—12 бутылок кваса — 1 кг ржаного хлеба, 25 г дрожжей, 200 г сахара, 20 г мяты, 50 г изюма.

Квас из пшеничного хлеба. Хлеб нарезать тонкими кусками, залить $\frac{1}{4}$ горячей воды, закрыть крышкой и оставить до достижения температуры 58—60° С, добавить зеленый солод и дать постоять при этой температуре час, после чего влить остальную часть прокипяченной и охлажденной до комнатной температуры воды и оставить для настаивания на 3—4 час.

Хлеб — 600 г, вода — 8—10 л, сахар — 2 стакана, дрожжи — 10 г, сухой молотый солод — 1 ст. ложка (или зеленый солод — 2 ст. ложки).

Квас «Петровский». Ломти ржаного хлеба залить горячей водой, настоять 3—4 час., процедить, добавить сахарный песок и разведенные в теплой воде дрожжи, оставить для брожения на 10—12 час. В полученный квас при постепенном помешивании ввести мед и натертый хрен, разлить в бутылки и поставить в холодное место.

Хлеб — 800 г, вода — 7 л, сахар — $\frac{1}{2}$ стакана, дрожжи — 10 г, мед — 1 стакан, тертый хрен — $\frac{1}{2}$ стакана.

Квас медовый. Ржаные сухари размолоть, залить кипятком, перемешать, 3—4 час. выдержать при закрытой крышке, добавить мед, дрожжи, перемешать и поставить на 8—11 час. в теплое место для брожения. Затем квас процедить, разлить в стеклянную посуду, добавить изюм, закупорить и в течение 2—3 дней выдержать в холодном месте.

На 10 литров кваса: сухари из ржаного хлеба — 400 г, вода — 12 л, мед — $\frac{1}{2}$ стакана, изюм — $\frac{1}{2}$ стакана, дрожжи — $\frac{1}{6}$ пачки (20 г).

Квас с черносливом. Сухари или крошки ржаного хлеба залить кипятком, перемешать, добавить чернослив и, закрыв крышкой, в течение 3—5 час. дать отстояться. Затем положить сахарный песок, дрожжи, все перемешать. Кастрюлю закрыть крышкой, оставить на 8—12 час. Когда сусло начнет закисать и на его поверхности появится пена, процедить его и выдержать в тече-

вить на сутки для брожения и разлить в бутылки. Бутылки хранить в холодильнике при температуре не выше 7—8° С.

Ржаные сухари — 1 кг, вода — 3 л, дрожжи — 25 г, сахар — 100 г.

Квас свекольно-хлебный для борщей. Готовить из $\frac{1}{2}$ кг черствого хлеба, нарезанного кусочками, $\frac{1}{2}$ л теплой кипяченой воды и 6 свеколы среднего размера, нарезанных ломтиками. Смесь настоять 2 дня в теплом месте, процедить и использовать для приготовления борщей.

Квас хлебный старинный. Овсяную муку смешать с гречневой и пшеничной, добавить кусок размоченного ржаного хлеба и воду. Замесить тесто средней густоты, поставить его в духовку или русскую печь до приобретения коричневого цвета. Из теста выпечь небольшие хлебцы (как оладьи), размельчить и использовать для приготовления кваса.

Овсяная мука — 1 кг, гречневая и пшеничная мука — по 500 г.

Напиток из ржаного хлеба и томатного сока. Ржаной хлеб или сухари залить кипятком и после остывания слить хлебный экстракт, смешать его с томатным соком, тертым чесноком и нарезанным зеленым луком или петрушкой, посолить.

Хлеб — 200 г, вода — 1 л, томатный сок — $\frac{1}{2}$ л, чеснок — 3—4 зубчика, измельченный зеле-

ный лук или петрушка — 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Квас ароматный с душицей. Высушенный ржаной хлеб залить горячей водой и оставить на 3—4 час., после чего тщательно процедить, добавить дрожжи, сахар и оставить в теплом месте для брожения на 2—3 дня. Душицу необходимо поместить в марлевый мешочек и опустить в подготовленный для брожения квас на 10—12 час. Готовый квас процедить и хранить в прохладном месте.

На 10 литров кваса: сухари ржаные — 400 г, вода — 12 л, дрожжи — $\frac{1}{5}$ пачки, сахар — $1\frac{1}{2}$ стакана, душица — 10 г.

Хлебный коктейль с молоком и соками. Пшеничный хлеб залить горячим молоком, дать ему набухнуть и протереть через сито вместе с молоком. Желтки взбить, добавить протертый хлеб, фруктовый сок, сахарный песок. Все хорошо перемешать и охладить.

Хлеб — 200 г, молоко — $\frac{1}{2}$ л, фруктовый сок — $\frac{1}{2}$ л, яичные желтки — 2 шт., сахар по вкусу.



Содержание

Введение	5
Несколько слов о черстве хлеба	10
Хозяйке на заметку	12
БУТЕРБРОДЫ	14
ГРЕНКИ	44
ПЕРВЫЕ БЛЮДА	54
ВТОРЫЕ БЛЮДА	78
СЛАДКИЕ БЛЮДА	142
КВАСЫ	176
Литература	188