

ОГІРКИ З ПАСТОЮ ІЗ ЧЕРВОНОЇ РИБИ

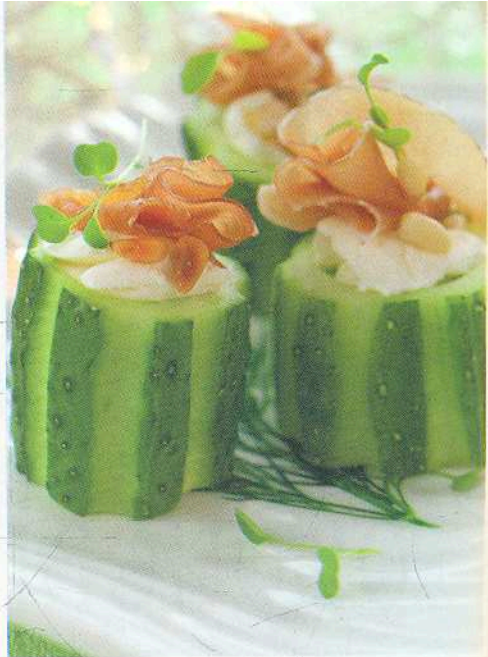
Огірок – 1 шт.;
червона риба
(слабосолона) – 180 г;
вершковий сир – 250 г;
маслини, кріп – для прикраси.



Видалити шкіру й нарізати рибу кубиками. Помістити шматочки риби і вершковий сир у чашу блендера. Перемолоти до однорідної повітряної маси.

Огірок і маслини нарізати кружальцями.

Помістити пасту з червоної риби в кондитерський мішок або шприц і за допомогою фігурної насадки видавити її на кружальця огірка, а потім прикрасити маслинами і зеленню.



ОГІРКИ З ВЕРШКОВИМ КРЕМОМ І ЛОСОСЕМ

Лосось копчений (нарізка) – 250 г;
огірок довгоплідний – 2 шт.;
сир вершковий – 200 г;
авакадо – 0,5 шт.;
лимонний сік – 2 ч. ложки;
кріп – 1 пучок;
сіль – за смаком.



В огірка відрізати кінці. Отриманий циліндр розрізати навпіл. На половинках гострим ножом обережно випилити борозенки. Смугасті заготовки розрізати на три частини, маленькою ложкою вийняти частину м'якуша із середини, щоб вийшли «стаканчики», посолити.

Сир, авакадо і 2 гілочки кропу змішати блендером. Додати лимонний сік і сіль за смаком.

Крем розкласти по «стаканчиках», скибочки риби згорнути в рулетики і викласти на сир. Прикрасити зеленню.

ФАРШИРОВАНІ ПОМІДОРИ З КЕДРОВИМИ ГОРІШКАМИ І РОДЗИНКАМИ

Помідори – 8 шт.;
рис – 120 г;
цибуля ріпчаста – 1 шт.;
горіхи кедрові – 50 г;
родзинки – 100 г;
кріп – 0,5 пучка;
майонез – 3 ст. ложки;
кориця, цукор – за смаком;
сіль, перець – за смаком.



З овочів готують супи, другі страви, гарніри, салати і закуски. Залежно від теплової обробки овочеві страви бувають відварні, припущені, смажені, тушковані й запечені. Ма, звичайно, найбільш корисні овочі в натуральному вигляді.



Помідори помити, обсушити, зигзагоподібно розрізати посередині гострим ножем. Обережно розділити на дві частини, зняти м'якуш.

Відварити рис у підсоленій воді, охудити. Ізюм промити, обсушити на паперовому рушнику. Подрібнити цибулю і кріп, змішати з рисом, кедровими горіхами, родзинками, майонезом, дрібною корицею й цукру, сіллю і перцем.

Наповнити помідори приготовленою начинкою, прикрасити зеленню. Можна подавати їх на листі салату.





ХЛІБНІ ЗІРОЧКИ З ЦИБУЛЕЮ

Чорний хліб – 0,5 буханки;
червона цибуля – 1 шт.;
червоне вино – 0,25 склянки;
зелень – для прикраси;
сіль, перець – за смаком.



Цибулю почистити, помити, обсушити, порізати тонкими кільцями. Викласти цибулю у сковороду, влити вино й тушувати на повільному вогні. В остиглу цибулю додати сіль і трохи чорного меленого перцю.

Хліб нарізати тонкими скибочками і вирізати з них зірочки за допомогою металевих форми для печива. Можна підсушити їх під грилем або на сухій сковороді.

Викласти на кожен зірочку трохи цибулі, при подачі прикрасити зеленню.

ЗАКУСОЧНІ КАНАПЕ

Французький багет – 200 г;
вершкове масло – 80 г;
вершковий сир – 80 г;
огірок – 2 шт.;
помідори – 2 шт.;
маслини, зелень – за смаком.



Багет нарізати скибочками, намазати вершковим маслом і покрити товстим шаром вершкового сиру.

Огірки нарізати кружечками, помідори – скибочками.

На кожен шматочок багета викласти по два кружальця огірка, накрити скибочкою помідора.

Прикрасити маслинами і зеленню.



ВЕСНЯНІ ТОСТИ

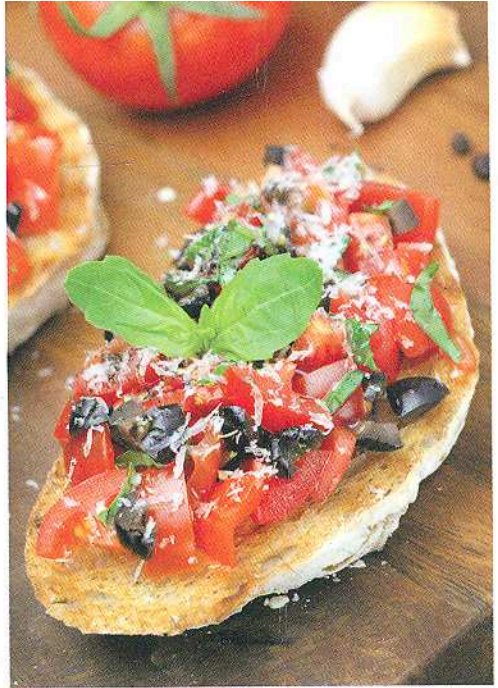
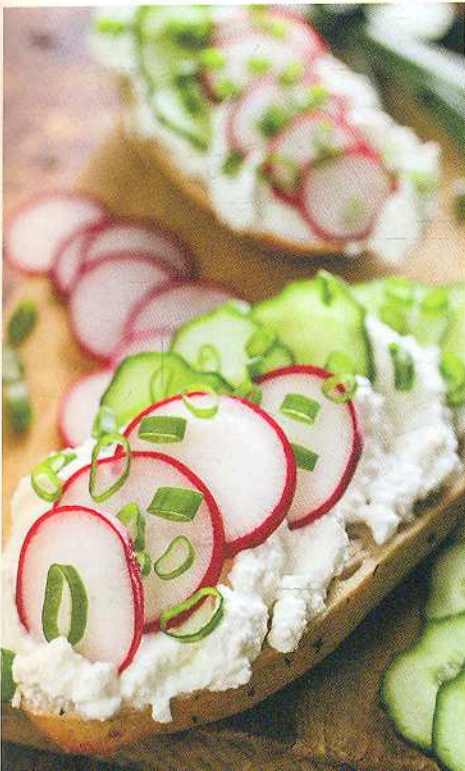
Хліб для тостів – 4 шматки;
сир – 6 ст. ложок;
сметана – 2 ст. ложки;
редис – 6 шт.;
огірок – 0,5 шт.;
зелена цибуля – 0,5 пучка;
кріп – 0,5 пучка;
сіль, перець – за смаком.



Овочі й зелень помити, обсушити. Редис та огірки нарізати кружечками.

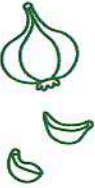
Змішати сир зі сметаною, дрібно нарізаною зеленою цибулею і кропом.

Хліб підсушити за допомогою того агрегату, який є на кухні (духовка, мікрохвильовка, аерогриль, тостер), покрити сирно-сметанним шаром і накрити кружальцями редису й огірка. Прикрасити тости зеленню.



БРУСКЕТА З ТОМАТАМИ ТА МОЦАРЕЛОЮ

Хліб – 2 скибочки;
помідор – 2 шт.; маслини – 6 шт.;
чесник – 2 зубки;
оливкова олія – 1 ст. ложка;
моцарела – 50 г; базилік – 0,5 пучка;
сіль, перець – за смаком.



Часник дрібно нарізати й посолити. Підсушити шматочки хліба в тостері. Скропити поверхню хліба невеликою кількістю оливкової олії, поперчити. Викласти часник на хліб, рівномірно розподіляючи по поверхні.

Дрібно нарізати помідори (при бажанні їх можна попередньо бланшувати в киплячій воді 1-2 хвилини, а потім зняти шкірку), посолити. Маслини нарізати.

Змішати рублений базилік і помідори. Викласти на хліб, додати маслини.

Натерти моцарелу і посипати зверху на помідори, прикрасити листям базилика.