

ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА

БОРЩИ И ЩИ



ММ
МИЛЛИОН МЕНЮ®

для праздников
и будней



Книги серии «Любимые блюда» — это великолепная коллекция самых популярных рецептов на все случаи жизни. В наших книгах вы найдете простые и доступные способы приготовления разнообразных закусок, супов, основных блюд, десертов и напитков. Каждый рецепт сопровождается цветной фотографией и информацией о времени приготовления.

Книги серии «Любимые блюда», благодаря оригинальному дизайну, можно собирать в специальную папку, формируя ее по вашему вкусу.

Пусть всегда на вашем столе будут только ваши любимые блюда!



ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА

БОРЩИ И ЩИ

Издательство «Аркаим»

Издательство «Казка»

БОРЩ

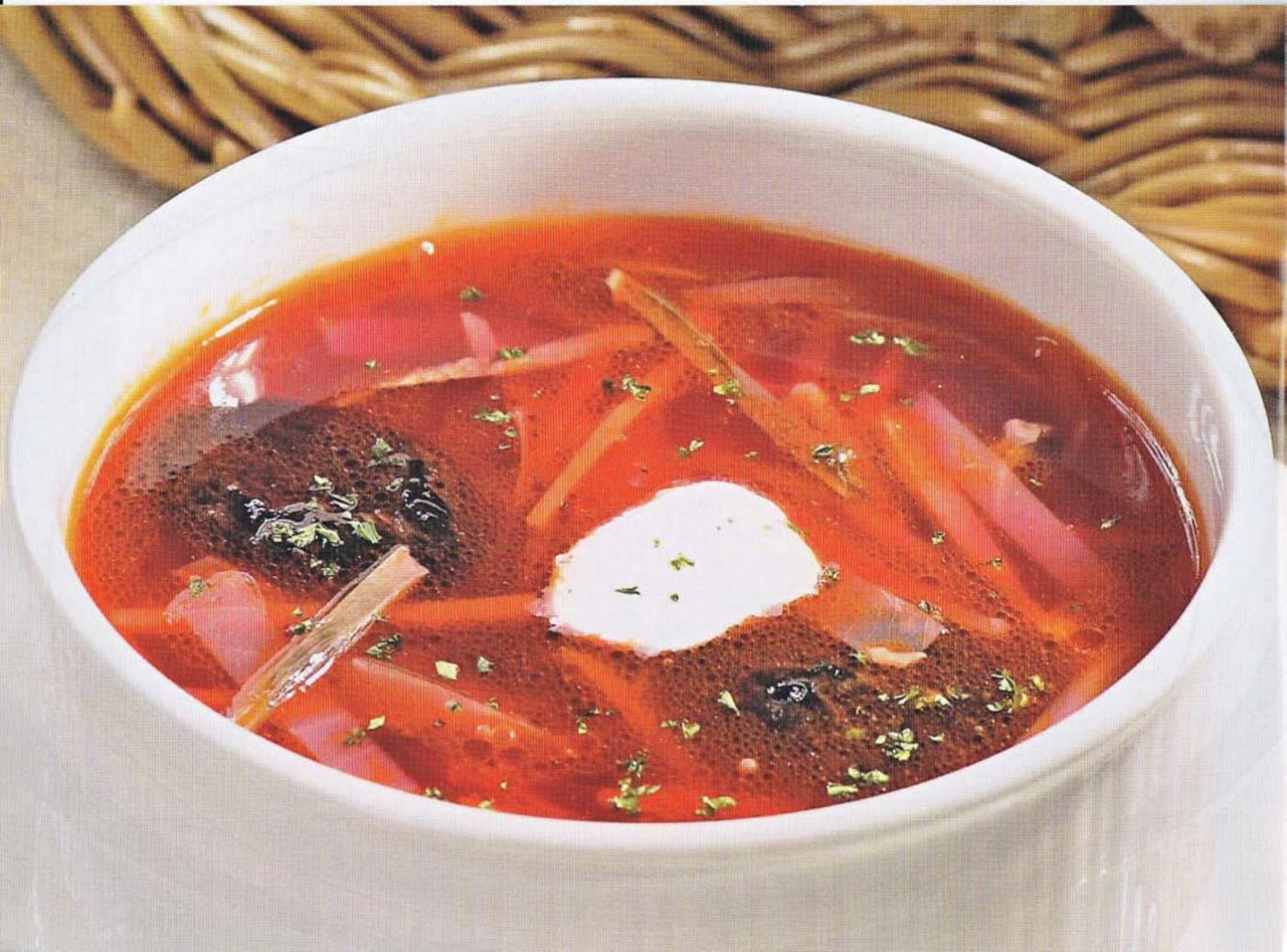


на 6 порций

- говядина **300 г**
- свекла **2 шт.**
- капуста белокочанная **400 г**
- картофель **3 шт.**
- морковь **1 шт.**
- корень петрушки **2 шт.**
- лук репчатый **2 головки**
- чеснок **3 зубчика**
- масло топленое **2 ст. ложки**
- шпик **50 г**
- перец сладкий **1 шт.**
- лавровый лист **1 шт.**
- сметана **½ стакана**
- перец душистый горошком **5 шт.**
- перец черный молотый
- Мясо сварите, бульон посолите.
- Свеклу, коренья, капусту, сладкий перец и лук нарежьте соломкой, картофель – дольками.
- Свеклу обжарьте на части масла, сбрызните уксусом и потушите в небольшом количестве бульона, добавив сахар (1 ст. ложка) и томатную пасту (2 ст. ложки). Коренья спассеруйте на оставшемся масле.
- Мясо нарежьте кубиками и положите в бульон вместе с картофелем и капустой, варите 15 минут. Добавьте свеклу, овощи, сладкий перец, пряности и варите 15 минут. Заправьте чесноком, растертым с нарезанным шпиком, доведите до кипения. Дайте борщу настояться.

время приготовления: 2 часа 30 минут





БОРЩ С ЧЕРНОСЛИВОМ

на 6 порций

- свекла
- капуста
белокочанная
- морковь
- лук репчатый
- томат-пюре
- масло
растительное
- сахар
- уксус 3%-й
- бульон мясной
- чернослив
без косточек
- грибы белые
- сметана

2 шт.

300 г

1 шт.

1 головка

2 ст. ложки

2 ст. ложки

1 ст. ложка

1 ст. ложка

7 стаканов

80 г

180 г

4 ст. ложки

- Грибы отварите, отвар процедите. Грибы нарежьте соломкой
- Свеклу нарежьте соломкой, пассеруйте на масле, добавьте сахар, пассерованный томат, бульон, уксус и тушите до готовности (1).
- Морковь и лук нарежьте соломкой, пассеруйте.
- Нашинкуйте капусту и положите в кипящий бульон (2).
- Добавьте тушеную свеклу, пассерованные овощи (3) и варите до готовности. За 10 минут до окончания варки добавьте соль, сахар, грибы вместе с отваром.
- Чернослив отварите. Отвар добавьте в борщ сразу, а чернослив положите при подаче.



1



2



3

время приготовления: 1 час

ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ



на 6 порций

- капуста квашеная **500 г**
 - масло растительное **1 ст. ложка**
 - морковь **1 шт.**
 - лук репчатый **1 головка**
 - чеснок **2 зубчика**
 - крупа (рис, пшено, овсяная) **3 ст. ложки**
 - томат-пюре **3 ст. ложки**
 - бульон мясной **7 стаканов**
 - сметана **4 ст. ложки**
- Капусту слегка прогрейте с частью масла, добавьте томат-пюре, бульон и тушите 30–40 минут.
 - В кипящий бульон всыпьте перебранную и промытую крупу (1). Доведите до кипения.
 - Добавьте тушеную капусту, пассерованные лук и морковь (2,3), варите до готовности.
 - Готовые щи можно заправить растертым с солью чесноком.
 - При подаче положите сметану, посыпьте рубленой зеленью.



1

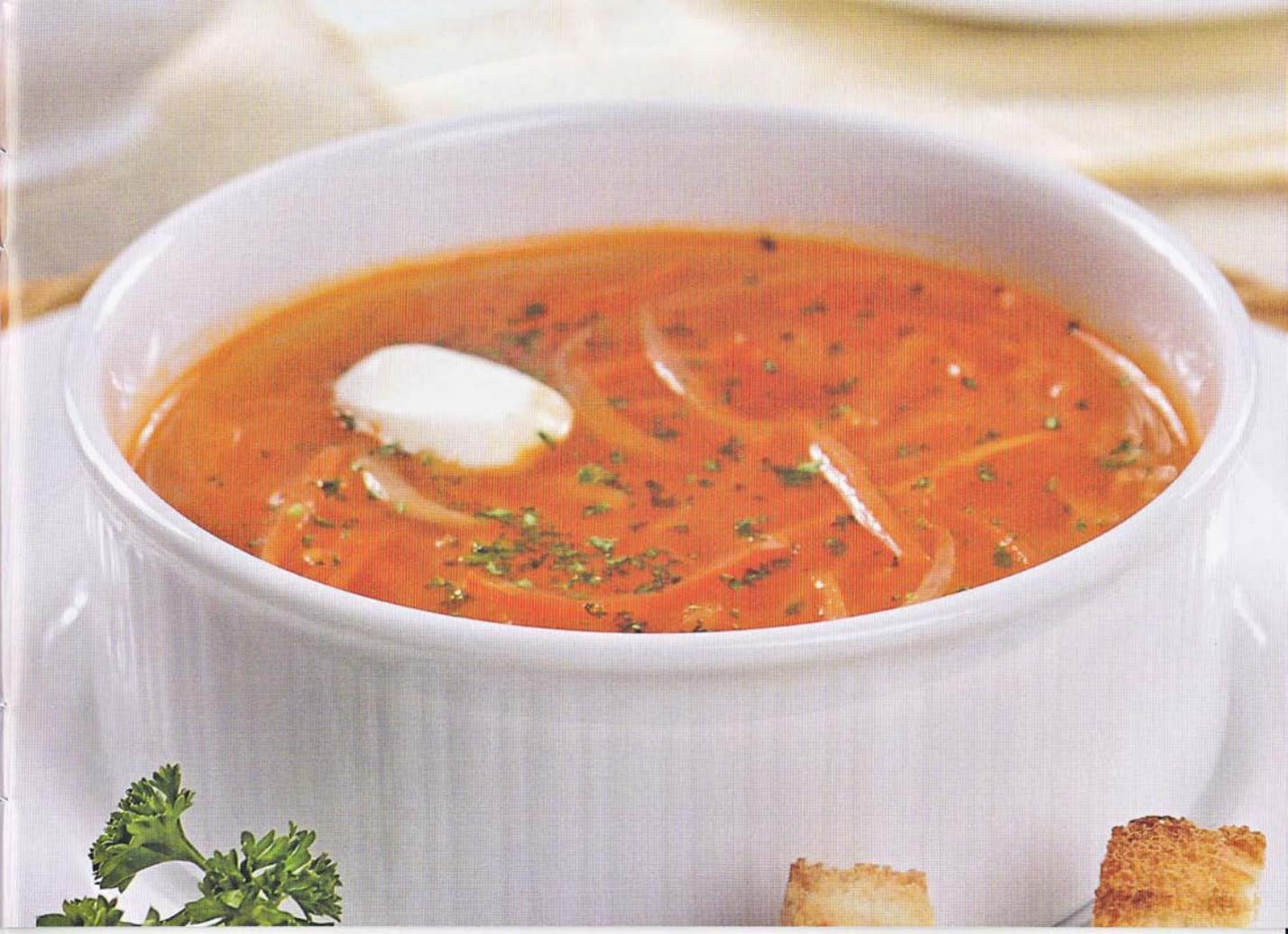


2



3

время приготовления: 1 час







ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ С КРАПИВОЙ

на 4 порции

- крапива молодая **400 г**
 - щавель **100 г**
 - картофель **2 шт.**
 - яйца **2 шт.**
 - бульон мясной **4 стакана**
 - сметана **2 ст. ложки**
 - перец черный молотый
 - соль
- Крапиву ошпарьте, порубите вместе со щавелем. Картофель нарежьте кубиками. Яйца взбейте.
 - В кипящий бульон положите картофель, сварите до готовности. Посолите, поперчите, добавьте крапиву и щавель, доведите щи до кипения. Затем, непрерывно помешивая, влейте яйца, дайте супу еще раз закипеть.
 - Подавайте щи со сметаной, посыпав рубленой зеленью.

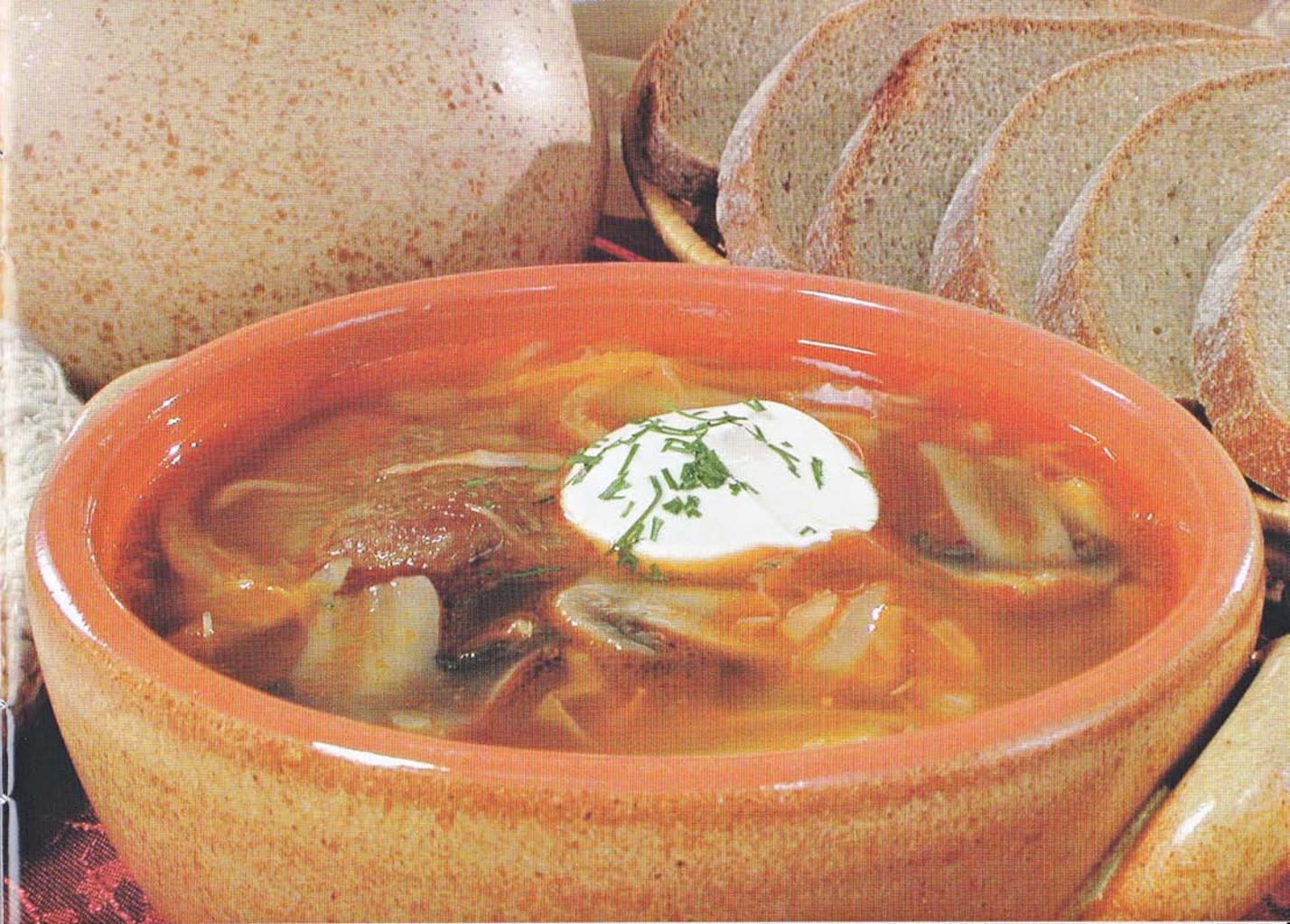
время приготовления: 25 минут

ЩИ НЕВСКИЕ

на 6 порций

- капуста квашеная **300 г**
 - картофель **2 шт.**
 - морковь **1 шт.**
 - корень петрушки **1 шт.**
 - лук репчатый **2 головки**
 - чеснок **4 зубчика**
 - томат-пюре **2 ст. ложки**
 - масло топленое **3 ст. ложки**
 - бульон грибной **7 стаканов**
 - грибы вареные **100 г**
 - мякоть говядины **400 г**
 - перец черный молотый
 - соль
 - сметана **2 ст. ложки**
- Лук и корни нашинкуйте, пассеруйте на части масла, добавьте томат-пюре и пассеруйте 5 минут.
 - Мясо нарежьте кусочками, обжарьте на части масла. Грибы нарежьте ломтиками.
 - Капусту отожмите, обжарьте на оставшемся масле, влейте $\frac{1}{2}$ стакана бульона, тушите до размягчения. Картофель нарежьте брусочками. Чеснок разотрите с солью.
 - В кипящий бульон положите картофель, доведите до кипения, варите 10 минут, добавьте овощи, соль, перец, доведите до кипения.
 - В горшочки разложите грибы, мясо, чеснок, залейте щами, поставьте в духовку на 20 минут.

время приготовления: 1 час





◀ ЩИ ИЗ КАПУСТЫ С ПАПОРОТНИКОМ

на 6 порций

- капуста
белокочанная **300 г**
 - папоротник
соленый **200 г**
 - масло
растительное **3 ст. ложки**
 - лук репчатый **2 головки**
 - чеснок **4 зубчика**
 - говядина вареная **200 г**
 - бульон
мясокостный **7 стаканов**
 - сметана **4 ч. ложки**
 - зелень укропа
рубленая **2 ст. ложки**
 - зелень петрушки
рубленая **1 ст. ложка**
 - перец черный
молотый
- Говядину нарежьте кусочками.
 - Лук нашинкуйте соломкой, спассируйте на части масла.
 - Папоротник нарежьте, обжарьте на оставшемся масле.
 - Капусту нарежьте шашками. Чеснок разотрите с солью.
 - В кипящий бульон положите капусту, доведите до кипения. Добавьте папоротник и пассерованный лук, через 10 минут положите мясо, поперчите, варите еще 5 минут, добавьте чеснок и доведите до кипения. Снимите с огня, дайте настояться.
 - При подаче положите сметану, посыпьте рубленой зеленью.

время приготовления: 1 час



БОРЩ С ГРИБАМИ

на 6 порций

- грибы вареные **100 г**
- картофель **2 шт.**
- капуста белокочанная **300 г**
- свекла **2 шт.**
- фасоль белая **½ стакана**
- маслины **12 шт.**
- лук репчатый **1 головка**
- морковь **1 шт.**
- масло растительное **2 ст. ложки**
- томат-пюре **2 ст. ложки**
- уксус 3%-й **1 ст. ложка**
- грибной бульон **7 стаканов**
- рассол от маслин **4 ст. ложки**
- сметана **4 ст. ложки**
- перец черный молотый
- Грибы нарежьте соломкой.
- Фасоль отварите.
- Свеклу нашинкуйте, обжарьте на масле, добавьте томат-пюре, уксус, немного бульона и тушите.
- Морковь и лук нашинкуйте, пассеруйте в оставшемся масле. Картофель нарежьте брусочками, капусту нашинкуйте соломкой.
- В кипящий бульон опустите капусту, положите картофель, варите 10 минут, затем добавьте фасоль и пассерованные овощи, еще через 5 минут – тушеную свеклу, маслины и грибы.
- Влейте рассол от маслин, посолите, поперчите, доведите до кипения. Дайте борщу настояться 15 минут.

время приготовления: 1 час

БОРЩ С ОСЬМИНОГАМИ



на 6 порций

- | | | |
|-------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| • осьминоги | 120 г | • Осьминогов отварите в подсоленной воде и нарежьте кусочками. |
| • мякоть утки | 300 г | • Мякоть утки нарежьте. Залейте водой и сварите. Утку выньте, бульон процедите. |
| • свекла | 2 шт. | • Свеклу нашинкуйте, обжарьте на части масла, добавьте томат-пюре, уксус, сахар, 2 столовые ложки бульона. Тушите 15 минут. |
| • капуста белокочанная | 300 г | • Морковь, корень петрушки, лук нашинкуйте, пассеруйте. |
| • морковь | 1 шт. | • В кипящий бульон опустите капусту, варите 10 минут. Положите остальные овощи, варите еще 10 минут. Добавьте специи, посолите, положите утку, осьминогов, доведите до кипения и снимите с огня. Дайте настояться 20 минут. |
| • корень петрушки | 1 шт. | |
| • лук репчатый | 1 головка | |
| • томат-пюре | 3 ст. ложки | |
| • масло растительное | 2 ст. ложки | |
| • сахар | 1 ч. ложка | |
| • уксус 3%-й | 1 ст. ложка | |
| • вода | 7 стаканов | |
| • лист лавровый | 1 шт. | |
| • перец черный горошком | 5–6 шт. | |

время приготовления: 1 час





БОРЩ ЛЕТНИЙ НА КВАСЕ

на 5 порций

- свекла
- морковь
- картофель
- огурцы
- горчица
- яйца вареные
- квас хлебный
- сметана
- зелень петрушки и укропа рубленая
- соль
- лед пищевой

3 шт.

4 шт.

5 шт.

3 шт.

1 ст. ложка

2 шт.

5 стаканов

4 ст. ложки

2 ст. ложки

12 кубиков

- Свеклу, морковь и картофель заверните в фольгу и запекайте до готовности. Охлажденные овощи очистите, нарежьте дольками.
- Огурцы нарежьте тонкими кружочками, яичные белки порубите.
- Квас заправьте горчицей, солью, растертыми яичными желтками.
- Подготовленные ингредиенты перемешайте, залейте квасом, настаивайте 5 минут.
- При подаче добавьте в борщ сметану и кубики пищевого льда.

время приготовления: 50 минут

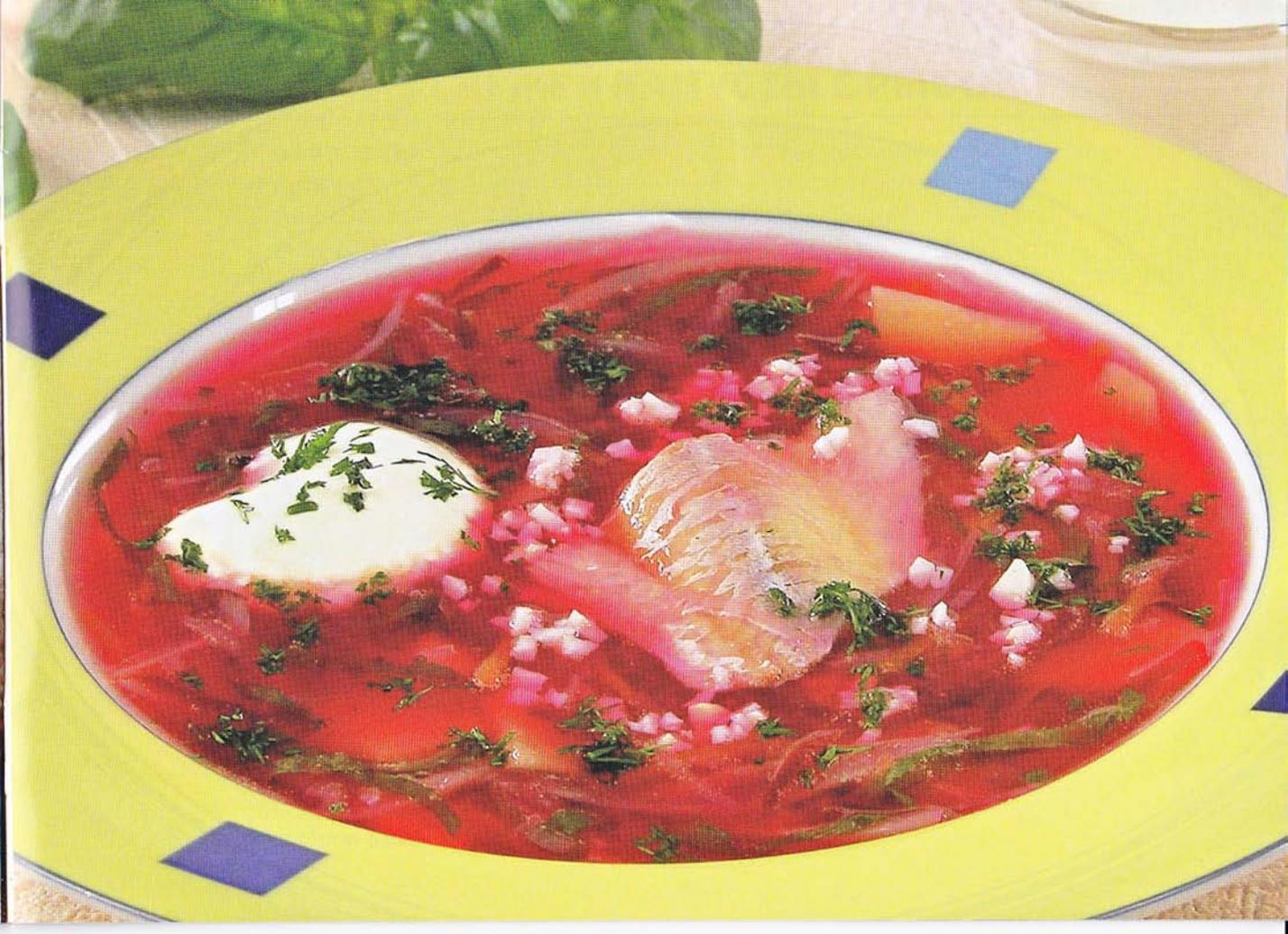
БОРЩ ЛЕТНИЙ С РЫБОЙ



на 4 порции

- филе рыбы **500 г**
 - картофель **4–5 шт.**
 - морковь **1 шт.**
 - свекла **1 шт.**
 - корень петрушки **½ шт.**
 - корень сельдерея **½ шт.**
 - лук репчатый **1 головка**
 - щавель **50 г**
 - шпинат **50 г**
 - масло сливочное **40 г**
 - бульон рыбный **4 стакана**
 - сметана **4 ст. ложки**
 - яйца вареные **2 шт.**
 - зелень укропа рубленая **2 ст. ложки**
 - сахар **½ ч. ложки**
 - соль
- Рыбное филе отварите. Свеклу, лук и коренья нарежьте соломкой, обжарьте на масле, добавьте рыбный бульон и тушите 15–20 минут.
 - Щавель и шпинат ошпарьте, затем нарежьте соломкой.
 - В кипящий бульон положите картофель, нарезанный дольками, и варите его 10 минут. Добавьте зеленые овощи, доведите суп до кипения. Положите тушеные овощи, соль, сахар, варите еще 5 минут.
 - При подаче в борщ положите кусочки отварной рыбы, мелко нарезанные яйца и сметану, посыпьте зеленью.

время приготовления: 1 час





◀ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С РЫБОЙ

на 8 порций

- капуста белокочанная **300 г**
 - филе рыбы **300 г**
 - морковь **1 шт.**
 - корень петрушки **1 шт.**
 - корень сельдерея **½ шт.**
 - лук репчатый **1 головка**
 - мука **2 ст. ложки**
 - вода **8 стаканов**
 - масло растительное **3 ст. ложки**
 - перец горошком **5 шт.**
 - лавровый лист **1 шт.**
 - перец черный молотый
 - соль
- Коренья и лук крупно нарежьте, залейте водой и варите 20 минут, затем отвар процедите.
 - Филе рыбы нарежьте по 2–3 куска на порцию, посолите, поперчите, обваляйте в муке и обжарьте на масле.
 - Капусту нашинкуйте соломкой, положите в кипящий отвар, посолите, добавьте перец горошком, лавровый лист, рыбу и варите 10 минут.
 - При подаче посыпьте щи рубленой зеленью.

время приготовления: 40 минут

ЩИ КИСЛЫЕ

на 6 порций

- мякоть говядины **300 г**
 - мякоть свинины **300 г**
 - капуста квашеная **400 г**
 - лук репчатый **1 головка**
 - томат-пюре **4 ст. ложки**
 - масло топленое **100 г**
 - мука пшеничная **2 ст. ложки**
 - зелень рубленая **1 ст. ложка**
 - сметана **4 ст. ложки**
 - перец черный горошком **5 шт.**
 - соль
- Из говядины и свинины сварите бульон, процедите.
 - Лук мелко нарежьте и обжарьте на масле, добавьте капусту, немного бульона и тушите 30 минут. Добавьте томат-пюре и прогрейте.
 - В кипящий бульон положите капусту, варите ее 20 минут. Затем добавьте лавровый лист, перец, нарезанное ломтиками мясо, зелень, сметану и муку, предварительно подсушенную и разведенную бульоном. Варите щи еще 5 минут.
 - Отдельно можно подать гренки.

время приготовления: 1 час 50 минут







ЩИ ЛЕНИВЫЕ ГРИБОЕДОВСКИЕ

на 4 порции

- грибы сушеные **40 г**
- капуста
белокочанная **500 г**
- картофель **2–3 шт.**
- репа **1 шт.**
- морковь **1 шт.**
- лук репчатый **1 головка**
- масло
растительное **2 ст. ложки**
- сметана **4 ст. ложки**

для гречневика:

- продел
гречневый **½ стакана**
- вода **1½ стакана**
- масло
растительное **4 ст. ложки**
- соль

- Грибы залейте 1,5 л воды, отварите. Отвар процедите.

- Репу, морковь, лук, капусту и картофель нарежьте крупными кубиками и сварите в грибном отваре, соедините с грибами, посолите, заправьте маслом и доведите до кипения.

- Для гречневика крупу залейте кипятком и сварите. Охладите, добавьте яйцо, перемешайте, выложите в форму, смазанную маслом. Когда каша застынет, нарежьте ее кусочками и обжарьте на масле.

- Подавайте щи со сметаной и гречневиком.

время приготовления: 30 минут

БОРЩ С КУКУРУЗОЙ



на 4 порции

- свекла **1–2 шт.**
 - капуста белокочанная **200 г**
 - морковь **1 шт.**
 - лук репчатый **1 головка**
 - кукуруза консервированная **200 г**
 - масло сливочное **30 г**
 - паста томатная **1 ст. ложка**
 - уксус 3%-й **1 ст. ложка**
 - сметана **4 ст. ложки**
 - сахар **½ ч. ложки**
 - перец черный молотый
 - соль
- Свеклу сварите. Морковь и лук нарежьте соломкой, обжарьте на масле, добавьте томатную пасту и обжаривайте еще 3–4 минуты.
 - Свеклу очистите, нарежьте соломкой, соедините с овощами, влейте стакан воды, заправьте сахаром, уксусом, накройте крышкой и тушите 10 минут.
 - Капусту нарежьте соломкой, опустите в кипящую воду (3 стакана), варите 10–12 минут, затем положите тушеные овощи, кукурузу, посолите, поперчите и варите до готовности.
 - Подавайте борщ со сметаной и зеленью.

время приготовления: 40 минут



СОДЕРЖАНИЕ

Борщ	2
Борщ с черносливом	4
Щи по-уральски	6
Щи зеленые с крапивой	8
Щи невские	10
Щи из капусты с папоротником	12
Щи из морской капусты	14
Борщ с грибами	16
Борщ с осьминогами	18
Борщ летний на квасе	20
Борщ летний с рыбой	22
Щи из свежей капусты с рыбой	24
Щи кислые	26
Щи ленивые грибоедовские	28
Борщ с кукурузой	30



УДК 641.827 (083)
ББК 36.991
Б82

3-е издание
Издание для досуга
БОРЩИ И ЩИ

Ответственный редактор А. А. Самойлов
Дизайн – В. А. Кугаевский
Главный художник Т. В. Сырникова

Блюда приготовлены в кулинарной студии
издательства «Аркаим»
Иллюстрации – фотостудия издательства «Аркаим»
Фотограф К. А. Шевчик
Стилист Е. Б. Брюхина

Рецепты и фотографии блюд –
на сайте www.millionmenu.ru

Подписано в печать 05.02.10. Формат 84×60/16
Усл. печ. л. 1,86. Заказ № У075

ООО «Издательский дом «Аркаим»
454091, г. Челябинск, ул. Карла Маркса, 38, оф. 413

Отпечатано на Украине
ООО «Казка», г. Киев

ISBN 978-5-8029-2597-3

© ООО «Издательский дом «Аркаим», 2006, 2010
© ООО «Издательство «Аркаим», 2005, 2006, 2010

По вопросам приобретения литературы обращайтесь:

Торговый дом «Аркаим»

Челябинск, 454091, ул. Карла Маркса, 38, оф. 413
тел. (351) 239-15-26

e-mail: belaya@arkaim.biz

Москва, 105066, ул. Нижняя Красносельская, 35, стр. 9
тел/факс (495) 589-23-30

e-mail: sales@arkaim.biz

Отдел маркетинга, рекламы
тел. (351) 239-15-26

e-mail: kalinina@arkaim.biz

Отдел корпоративных продаж, изготовление книг на заказ
тел. (351) 239-15-26

e-mail: sales@arkaim.biz exclusive@arkaim.biz

Полная информация на сайтах:

www.arkaim.biz www.millionmenu.ru

Интернет-магазин:

shop.millionmenu.ru

Фотобанк – foto.millionmenu.ru

e-mail: hodor@arkaim.biz

Наши официальные партнеры

Челябинск, «ИнтерСервис», тел. (351) 247-74-01, 247-74-02

Украина, Киев, «Казка+», тел. (1038044) 490-35-78

Москва, «Амадеос», тел. (495) 670-04-68

Москва, «Лабиринт», тел. (495) 231-46-79

Казахстан, Алма-Ата, «Седьмой лепесток», тел. (7272) 44-70-70

Генеральный поставщик бумаги «Русбумторг»

Москва, тел. (495) 933-12-60, 933-12-61, 933-12-62

ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА

Книги серии «Любимые блюда» — это великолепная коллекция рецептов на все случаи жизни. Каждый рецепт сопровождается цветной фотографией и информацией о времени приготовления блюда.



Мир Печени
Арканм. Люблю Борщи и щи н
Код: 00295657



9 785802 925973

48.00
руб.

От 10.03.11 №Т000000119

Возьмите книги серии «Любимые блюда»
по вашему вкусу в специальную папку.

www.millionmenu.ru
Интернет-магазин –
shop.millionmenu.ru

ММ
МИЛЛИОН МЕНЮ®