



ГТОВИМ САЛАТЫ

Сборник лучших рецептов



хлеб*соль®

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	6
----------------	---

СОУСЫ И ЗАПРАВКИ

• СОУС МАЙОНЕЗ С ЗЕЛЕНОЙ ПРИСАДКОЙ	8
• СОУС ВИНЕГРЕТ	9
• СЫРНЫЙ СОУС	10
• ГОРЧИЧНАЯ ЗАПРАВКА С ЧЕСНОКОМ	11
• СМЕТАННЫЙ СОУС С КЕТЧУПОМ	12
• СОУС ПЕСТО	13

САЛАТЫ ОВОЩНЫЕ

• НЕМЕЦКИЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ	14
• САЛАТ «КОУЛ СЛОУ»	16
• САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ ЧЕРРИ С ПЕРЕПЕЛИНЫМИ ЯЙЦАМИ И СЫРОМ	18
• ГРЕЧЕСКИЙ САЛАТ	20
• ТЕПЛЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С БРЫНЗОЙ	22
• САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ	24

САЛАТЫ С МЯСОМ И ПТИЦЕЙ

• МЯСНОЙ САЛАТ С КАРТОФЕЛЕМ И ОГУРЦАМИ	26
• САЛАТ С ВЕТЧИНОЙ И ОГУРЦАМИ	28
• САЛАТ «ЦЕЗАРЬ»	30
• САЛАТ С КУРИЦЕЙ И ПЕКИНСКОЙ КАПУСТОЙ	32

• САЛАТ «ГРАНАТОВЫЙ БРАСЛЕТ»	34
• САЛАТ С ПЕЧЕНКОЙ И ГРИБАМИ.....	36
• ОСТРЫЙ САЛАТ С МОРКОВЬЮ И КОЛБАСОЙ	38

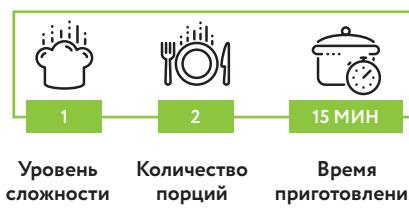
САЛАТЫ С РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ

• САЛАТ С ФОРЕЛЬЮ И ПЕКИНСКОЙ КАПУСТОЙ	40
• САЛАТ СО СКУМБРИЕЙ И ОВОЩАМИ.....	42
• САЛАТ С ЛОСОСЕМ И ОВОЩАМИ.....	44
• САЛАТ С КАЛЬМАРАМИ И ОВОЩАМИ	46
• ЗЕЛЕНЫЙ САЛАТ С КРЕВЕТКАМИ.....	48
• САЛАТ С КРЕВЕТКАМИ И ОМЛЕТОМ	50

ДРУГИЕ САЛАТЫ

• КОЧАННЫЙ САЛАТ С ЦИТРУСОВЫМИ	52
• САЛАТ С ЦИКОРИЕМ И ГРУШЕЙ.....	54
• ФРУКТОВЫЙ САЛАТ С МЮСЛИ И ЙОГУРТОМ.....	56
• САЛАТ С КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ И КОПЧЕНЫМ СЫРОМ.....	58
• САЛАТ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ С ОРЕХАМИ И ЧЕРНОСЛИВОМ.....	60
• САЛАТ С ФАСОЛЬЮ И СУХАРИКАМИ	62

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



ВВЕДЕНИЕ

Салат — поистине универсальное блюдо, его готовят и подают по будням и праздникам, на завтрак, обед и ужин, в качестве аперитива, гарнира и даже основного блюда или десерта.

Хотя большинство салатов чрезвычайно просты в приготовлении — сырье или вареные овощи нарезаются, поливаются заправкой и перемешиваются, — все же существует ряд тонкостей, благодаря знанию которых ваши салаты всегда будут удачными.

СОВЕТЫ:

- Салат — скоропортящееся блюдо. Чтобы салат хранился дольше, готовьте его из предварительно охлажденных продуктов.
- Особую категорию составляют теплые салаты. Их отличительной особенностью является то, что в состав таких блюд входит один или несколько ингредиентов, подвергшихся тепловой обработке и добавленных в горячем виде. Чтобы такой салат не успел остить до момента подачи, добавляйте горячий ингредиент, когда все остальные продукты уже нарезаны и смешаны. Теплый салат лучше подавать на подогретых тарелках.
- Салат из свежих овощей солите и заправляйте непосредственно перед подачей, иначе он быстро потеряет привлекательный внешний вид.
- Промытую зелень перед использованием следует тщательно обсушить.
- Нарезанные листья салата теряют слишком много сока, поэтому лучше рвать их руками.
- Чтобы придать салату легкий, не перебивающий вкус остальных продуктов чесночный аромат, предварительно натрите салатник зубчиком чеснока.
- Овощи для салата варите по отдельности в небольшом количестве воды или на пару либо запекайте в духовке. Чтобы овощи сохранили максимум полезных веществ, готовьте их неочищенными.