

Стрелецкое сельское поселение

Блинчики с мёдом

Нам понадобятся:

- яйца – 2 шт.,
- молоко – 300 г,
- сахар – 50 г,
- мука – 190 г,
- соль – 0,5 ч. ложки,
- масло растительное – 2 ст. ложки,
- мёд – 70 г.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Тщательно взбейте яйца. Добавьте к ним муку, затем молоко, сахар, соль и замесите тесто. Блинные комочки обжарьте с двух сторон.
2. К блинной массе добавьте растительное масло.
3. На хорошо разогретую и смазанную маслом сковороду налейте тесто. Блинные комочки обжарьте с двух сторон.

При подаче на стол блинчики полейте мёдом.



Ребята, кулинарное путешествие по Красногвардейскому району вы также можете найти на сайте «Большой перемены» www.regumenka31.ru в разделе «Проекты/Кулинарное путешествие по Белгородской области».

Кулинарное путешествие: Красногвардейский район

Выпуск №6

согнуть

согнуть

согнуть



И снова здравствуйте, мои любимые читатели!

Готовы продолжить наше увлекательное кулинарное путешествие? Как и обещали, на этот раз мы познакомимся с традиционными блюдами, рецептами которых передаются из поколения в поколение западного соседа александровцев — Красногвардейского района — края с удивительно богатой историей. Райцентр района — город Бирюч — вошёл в историю как единственный в Черноземье узловой центр, районе сохранилось старинных костромки! Пожалуй, одна из самых уникальных — торговля Бирюченские рады, возведённые в преддверии 1782 году...

г. Бирюч

Визитная карточка города Бирюча – памятник архитектуры 18-го века – Бирюченские торговые ряды. Комплекс торговых рядов построили на бывшей нижней торговой площади на средства купечества Бирюча в далёком 1782 году. На протяжении двух веков в здании велась торговля (распологались лавки, магазины). Комплекс состоит из двух зданий – прямоугольной и Г-образной формы. Сегодня в одном из них размещён Красногвардейский краеведческий музей, в другом – управление культуры администрации района.

Полевая каша на костре

Нам понадобятся:

- вода – 5 литров,
- картофель – 20 шт.,
- тушёнка говяжья – 525 г,
- пшено – 0,5 кг,
- яйца – 4 шт.,
- сало – 150 г,
- лук – 5 шт.,
- сливочное масло – 100 г,
- зелёный лук,
- петрушка,
- перец – 1 ч. ложка,
- соль – по вкусу.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Доведите воду в котелке до кипения.
2. Нарежьте картофель кубиками и добавьте его в кипящую воду.
3. Как только картофель будет готов, добавьте к нему промытое пшено и варите до готовности.
4. Лук и сало нарежьте крупными кусочками.



Утянское сельское поселение

Овощное рагу

Нам понадобятся:

- картофель – 500 г,
- кабачок – 1 шт.,
- капуста белокачанная – 200 г,
- перец болгарский – 2 шт.,
- помидоры – 3-4 шт.,
- томатная паста – 1-2 ст. ложки,
- лук репчатый – 1 шт.,
- подсолнечное масло – 50 мл,
- чеснок – 2-3 зубчика,
- соль, перец – по вкусу,
- зелень – по вкусу.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Овощи – морковь, лук, кабачок, картофель, перец болгарский – почистите. Лук нарежьте полукольцами, перец болгарский – соломкой, кабачок – кубиками, морковь – полукружками. Нашинкуйте капусту.
2. В сковороде разогрейте подсолнечное масло. Немного обжарьте лук с морковью. Добавьте кабачки и болгарский перец. Обжаривайте овощи 5-7 минут.
3. Добавьте нарезанный ломтиками картофель, перемешайте.
4. Помидоры очистите от шкурки и нарежьте кубиками. Следом добавьте их к овощной смеси.



5. Разведите водой томатную пасту (на стакан воды – 1-2 столовые ложки пасты), влейте жидкость в сковороду, посолите и поперчите по вкусу. Тушите до готовности картофеля.
6. В конце приготовления добавьте в рагу мелко нарезанный чеснок. При подаче блюдо посыпьте зеленью.

Палатовское сельское поселение

Салодуха



Нам понадобятся:

- ржаная мука – 0,5 кг,
- дрожжи – 10 г,
- мёд – 100 г,
- вода,
- калина.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Ржаную муку тонкого помола заварите горячей водой, размешайте до получения очень жидкого теста, взбейте и поставьте в духовку (температура 35-40 градусов).
2. Дайте получившейся смеси остыть, добавьте к ней дрожжи, мёд, калину по вкусу, размешайте. Сверху слегка присыпьте мукой, накройте полотенцем и поставьте в тёплом месте.
3. Когда тесто начнёт бродить, разлейте его по горшкам, плотно закройте и поставьте в печь или духовку на 10-12 часов (к примечанию, с вечера до утра).

На заметку!

Солодуха – старинное русское блюдо кисло-сладкого вкуса. Раньше её часто ели в качестве десерта во время Великого и Рождественского постов.

5. Выложите сало на сковороду, вытопите жир, затем добавьте лук. Его необходимо обжарить до золотистого цвета.

6. Добавьте в котелок зажарку из сала и лука, тушёнку и сливочное масло. Хорошо всё перемешайте.

7. Помойте зелень, обсушите её и измельчите.

8. Взбейте в миске яйца и медленно влейте их в котелок, постоянно помешивая. Затем добавьте 1 чайную ложку молотого чёрного перца.

9. Посолите по вкусу, постоянно помешивая, чтобы растворилась соль.

10. Посыпьте кашу измельчённой зеленью и снимите её с огня. Дайте ей настояться.

Верхнепокровское сельское поселение

Бабушкина ряженка

Нам понадобятся:

- молоко (3,2 %) – 3 литра,
- сметана (20 %) – 500 г.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Налейте в кастрюлю молоко, поставьте его на огонь и доведите до кипения.
2. Снимите молоко с огня и охладите его до комнатной температуры.
3. Положите в молоко сметану и хорошенько перемешайте, дайте настояться получившейся смеси в тепле 3 часа. Затем поместите в холодильник на ночь. Утром бабушкина ряженка будет готова. Приятного аппетита!



Валуичанское сельское поселение

Валуичанское сельское поселение – изумрудный уголок Красногвардейского района, щедро наделённый природным великолепием и мощью лесных дубрав. Почти половину территории поселения занимают леса. В любое время года лесные дубравы богаты разнообразием даров: травы, орехи, грибы. На территории сельского поселения нет ни одной семьи, которая бы не занималась заготовкой грибов.

Солёные грузди

Нам понадобятся:

- грибы – 5 кг,
- соль – 2 ст. ложки на 1 литр воды,
- чёрный перец горошком,
- чеснок – 5 зубчиков,
- листья дуба,
- зонтики укропа.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Грузди очистите от листьев и хвои, замочите в большом объёме воды, затем промойте под проточной водой. Крупные шляпки разрежьте на 2-4 части, мелкие оставьте целыми.

2. Налейте в кастрюлю воду, посолите и поставьте её на огонь. Когда она закипит, положите в неё грибы. Варите их на медленном огне, периодически помешивая и снимая образовавшуюся пену.

3. Добавьте лавровый лист, перец и другие специи. Варите 15-20 минут. Как только рас-

сол станет прозрачным и грибы начнут оседать на дно – они сварились: снимите их с огня и аккуратно переложите в дуршлаг.

4. Отварные грибы переложите (без добавления каких-либо специй) в заранее простерилизованные банки. Залейте их горячим профильтрованным рассолом. Банки тщательно встряхните, чтобы все пустоты в них заполнились. Долейте рассол до краёв и закатайте банки крышками.

Грибы храните в холодильнике. Через 40-45 дней они будут готовы.



Никитовское сельское поселение

Запечённый карп

Нам понадобятся:

- карп – 1 шт.,
- сметана – 100 г,
- майонез – 100 г,
- лук репчатый – 3 шт.,
- лимон – половинка,
- масло растительное – 1 ст. ложка,
- соль, перец чёрный – по вкусу.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Рыбу почистите, выпотрошите. Тщательно вымойте и обсушите. Сделайте не очень глубокие вертикальные надрезы с одной стороны карпа. Посолите и поперчите его по вкусу снаружи и внутри.

2. Сбрызните карпа лимонным соком и отправьте в холодильник на 30 минут, чтобы он пропитался приправами.

3. Сделайте заправку для карпа. Для этого смешайте майонез, сметану и растительное масло.

4. Лук почистите и порежьте кольцами, замаринуйте в приправленной для карпа заправке на 10-15 минут.

5. Рыбу обмажьте заправкой со всех сторон и внутри.



6. На лист выложите фольгу. Первый слой сделайте из лука, тогда рыба не пристанет к фольге и не подгорит.

7. На лук уложите карпа. Оставьте лук выложите вовнутрь и сверху рыбы.

8. Рыбу хорошо заверните фольгой и поставьте в духовку, разогрейте до 180 градусов.

9. Через 45 минут разверните фольгу и увеличьте температуру до 200 градусов, чтобы у рыбы появилась золотистая корочка. Выпекайте ещё 15 минут. Если вы готовите карпа на природе, можно использовать мангал, тогда время приготовления составит 15-18 минут.

Новохуторное сельское поселение

Пирожки из дрожжевого теста с капустой

Нам понадобятся:

- мука – 500 г,
- молоко – 250 г,
- вода – 50 г,
- масло сливочное – 80 г,
- дрожжи сухие – 7-8 г,
- яйцо – 1 шт.,
- сахар – 1 ст. ложка,
- соль – 1 ч. ложка.



Для начинки:

- капуста белокачанная – 700 г,
- лук репчатый – 200 г,
- соль, перец – по вкусу,
- растительное масло (для жарки).



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Все продукты для теста должны быть комнатной температуры, молоко подогрейте до 30-35 градусов.
2. Смешайте дрожжи, чайную ложку сахара, две чайные ложки муки. Добавьте 50 мл тёплого молока, всё хорошо перемешайте. Оставьте на 15 минут до появления «пенной шапочки».
3. В углубление в муке влейте дрожжевую смесь, добавьте яйцо, молоко. Перемешайте и оставьте тесто на 20 минут.
4. Добавьте в тесто соль, растворённую в воде, и растопленное масло. Вымесите дрожжевое тесто. Накройте его полотенцем, уберите в тёплое место до увеличения в объёме в два раза (на 1,5 часа). Затем осадите тесто и дайте ему подойти ещё раз (в течение 50 минут).
5. Пока тесто подходит, приготовьте капустную начинку: нарежьте мелкими кубиками лук, нашинкуйте капусту, обжарьте на растительном масле. Добавьте соль, перец и зелень.
6. Сделайте из теста жгут и разделите его на желаемое количество частей. Каждый кусочек теста скатайте в шар и оставьте на 15 минут.
7. Разомните шарик теста в лепёшку, выложите в центр лепёшки начинку и защипните края, придавая форму пирожка.
8. Уложите пирожки с капустой на противень швом вниз. Дайте пирожкам подняться 30 минут. Затем смажьте яйцом и выпекайте при температуре 200 градусов примерно 25 минут.

Веселовское сельское поселение

Яблоки, запечённые с изюмом и орехами

Нам понадобятся:

- яблоки – 10 шт.,
- изюм – 100 г,
- орехи – 100 г,
- масло сливочное – 50 г,
- сахарная пудра – 20 г.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Помойте яблоки и аккуратно вырежьте из них серединки.
2. Застелите противень фольгой, выложите на него яблоки на небольшом расстоянии друг от друга.
3. Нарежьте сливочное масло маленькими кубиками. В каждый яблоко положите по одному кубику масла, затем засыпьте по 0,5 чайной ложки сахара.
4. Промойте и просушите изюм.
5. Уложите в яблоки сначала изюм (чтобы в процессе запекания он не подгорел), сверху посыпьте измельчёнными орехами.
6. Отправьте яблоки в горячую духовку (температура – 200 градусов) на 15-20 минут. Когда запечённые яблоки будут готовы, оставьте их немного постоять, чтобы они остыли. Перед подачей посыпьте яблоки сахарной пудрой.

Верхососенское сельское поселение

На протяжении многих десятилетий картофель – главная культура, которую традиционно выращивают жители Верхососенского сельского поселения. Именно верхососенская земля придаёт картофелю те уникальные вкусовые качества, которые ценятся не только в Белгородской области, но и за её пределами. Поэтому брендовым блюдом Верхососенского сельского поселения стал вареный картофель с зеленью.

Варёный картофель с зеленью

Нам понадобятся:

- картофель – 5-6 шт.,
- чеснок – 2 зубчика,
- укроп,
- петрушка,
- масло сливочное – 10 г,
- соль, специи – по вкусу.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Картофель почистите, нарежьте и положите в кипящую воду. Варите 15-20 минут.
2. Слейте воду, в картофель положите сливочное масло, выдавите 2 зубчика чеснока, посолите, поперчите.
3. Промытый укроп нарежьте и добавьте в картофель.



Марьевское сельское поселение

Блинные мешочки с ветчиной, сыром и грибами



Нам понадобятся:

- яйца – 3 шт.,
- сахар – 1 ст. ложка,
- соль – по вкусу,
- мука – 2 стакана,
- молоко – 2,5 стакана,
- растительное масло – 2 ст. ложки.



Для начинки:

- шампиньоны – 300 г,
 - ветчина – 200 г,
 - сыр – 200 г,
 - сыр-косичка
- (для связывания блинчиков),
- растительное масло
- (для обжаривания грибов).



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Отделите яичные желтки от белков. Желтки размешайте с половиной стакана молока, сахаром и солью. Не переставая мешать, добавьте муку. Затем добавьте масло и постепенно ещё 2 стакана молока. Хорошо размешайте смесь, чтобы не было комочков.
2. Белки взбейте отдельно до пышной пены. Добавьте их в основную массу, аккуратно перемешивая.
3. На раскалённой сковороде, смазанной растительным маслом, поджарьте тонкие блинчики.

4. Шампиньоны помойте, почистите и мелко порежьте. Обжарьте их на растительном масле. Ветчину порежьте небольшими кубиками, сыр натрите на мелкой тёрке.
5. Смешайте все ингредиенты начинки.
6. В центр блинов выложите начинку.
7. Сверните блины мешочком и свяжите сверху сыром-косичкой. Поставьте блины в разогретую до 180 градусов духовку на 7-8 минут, чтобы в них расплавился сыр.

Утка с яблоками и черносливом

Нам понадобятся:

- утка – 2 кг,
- яблоки – 5 шт. (кисло-сладких сортов),
- чернослив – 150 г,
- соль, перец,
- другие приправы – по вкусу,
- растительное масло,
- мёд.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Обмойте тушку утки, натрите её солью, перцем, другими приправами по вашему вкусу.
2. Оставьте тушку утки на 2-3 часа.
3. Очищенные от сердцевин яблоки нарежьте крупными дольками, смешайте их с черносливом без косточек.
4. Начините смесью из яблок с черносливом брюшко утки, после зашейте его.
5. Смажьте противень растительным маслом, положите на него утку. Поставьте его в разогретую до 200 градусов духовку и запекайте утку 2 часа при температуре 180 градусов. Периодически поливайте её вытопившимся жиром.
6. За 10 минут до готовности вытащите утку из духовки, намажьте её мёдом и запекайте до золотистой корочки.

Вареники с вишней

Нам понадобятся:

- Для теста:**
- мука – 250 г,
 - вода холодная – 100 мл,
 - яйцо – 1 шт.,
 - соль – 0,5 ч. ложки.
- Для начинки:**
- вишня без косточек – 600-700 г,
 - сахар – 70-100 г,
 - крахмал кукурузный – 1 ст. ложка.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешайте все ингредиенты. Вымешайте тесто, разделите его на кружочки.
 2. Каждый кусочек тонко раскатайте, положите вовнутрь начинку и сахар. Тщательно залепите края.
 3. Варите вареники с вишней на пару или в подсоленной кипящей воде.
 4. Выложите вареники на тарелку, положите сливочное масло.
- Подавайте вареники с вишней на стол со сметаной и сахаром.**

Сливочное масло



Нам понадобятся:

- молоко коровье – 6 литров.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Оставьте молоко в тёплом помещении, лучше в 3-литровых банках. Примерно через 1-2 дня произойдёт деление на кефир и сливки. Из первого можно сделать вкусный домашний творог. А сливки понадобятся для приготовления сливочного масла.
2. Соберите сливки в стеклянную банку. Из 6 литров молока получается 500 мл жирных сливок. Их необходимо охладить, поставив в холодильник на 12-18 часов.
3. Возьмите удобную глубокую посуду. Переложите в подготовленную сухую ёмкость густые сливки.
4. Миксером со специальными венчиками взбейте массу до появления спутков.
5. Когда масло будет плохо взбиваться миксером, перейдите на деревянную толкушку. Размешивайте массу по кругу против часовой стрелки 1-2 минуты.
6. Масло начнёт густеть и собираться в комки. Слейте выделившуюся жидкость в отдельную ёмкость.
7. Из получившейся сливочной массы сформируйте кусочки нужной вам формы и положите их в морозилку.

Молочная рисовая каша с тыквой

Нам понадобятся:

- молоко – 500 мл,
- масло сливочное – 15 г,
- рис круглозёрный – 1 стакан,
- тыква – 100 г,
- вода – 1 стакан,
- сахар – 1 ст. ложка,
- соль – 5 г.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Хорошо промойте рис, замочите его на 10-15 минут.
2. Залейте крупу стаканом кипятка и поставьте на огонь. Варите её 5 минут, помешивая, чтобы рис не прилип к стенкам и дну кастрюли. Вода должна впитаться.
3. Тыкву очистите и нарежьте мелкими кусочками или натрите на тёрке.
4. Добавьте в рис молоко и подготовленную тыкву. Доведите до кипения, затем уменьшите огонь до минимального. Варите 15 минут, чтобы крупа и тыква разварились.
5. После накройте кашу крышкой (можно укутать кастрюлю) и оставьте её так постоять на 15 минут.



Перед подачей добавьте в кашу кусочек сливочного масла.