

З. Е. ПЛОТНИКОВА

# О яблке и из яблук



Alendi

ББК 36.997

П 39

УДК 641.852.021

Редактор *О. Л. Лисицына*

**Плотникова З. Е.**

П 39 О яблоке и из яблок. — М.: Колос, 1992. — 191 с.:  
ил.

ISBN 5—10—002741—X

Основная цель книги — рассказать о значении яблок в питании человека, показать разнообразие яблочной кухни. Приводится более 500 рецептов горячих, холодных, сладких блюд и кондитерских изделий с применением яблок. Большое внимание уделяется заготовкам из яблок. Рассказывается о применении яблок в медицине и косметике.

Для массового читателя.

П 3403040000—215 без объявления  
035(01)—92

ББК 36.997

ISBN 5—10—002741—X

© З. Е. Плотникова, 1992

С самых давних времен яблоневое дерево, в пору ли цветения или под тяжестью плодов, было для человека символом красоты, добра и богатства, а само яблоко обозначало изобилие, плодородие, успех и мудрость. В Библии древо познания добра и зла — не что иное, как яблоня, к плодам которой Бог запретил прикасаться под угрозой смерти. Обвинивший дерево змей и Ева с надкушенным яблоком, которое она протягивает Адаму, — сюжет, популярный в живописи и поэзии со времен Возрождения.

В преданиях и легендах, песнях и сказках подчеркивается не столько житейская польза плодов, сколько их внешнее очарование и таинственная суть, дарующая людям не только здоровье, но и любовь, красоту, вечную молодость.

Подобно людям и боги не обходились без яблок, выращивали их, дарили, а при необходимости даже воровали. Богиня Гера, покровительница брака, получила в дар от богини Земли Гейи дивную яблоню с золотыми плодами. Яблоня росла там, где день смыкался с ночью, а стерегли это бесценное дерево Геспериды — дочери титана Атласа. Похищение золотых яблок — один из самых трудных подвигов Геракла.

«Яблоко раздора» — выражение, знакомое каждому из древнегреческого мифа о яблоке, преподнесенном Парисом Афродите как приз за красоту и послужившем причиной раздора между нею и богинями Герой и Афиной.

Упоминается яблоня в мифах и других народов. Еще в средние века каждый кельтский клан

в Ирландии имел свою священную яблоню, под сенью которой в определенное время года устраивались языческие праздники. Распространено было поверье, что души умерших обитают в краю Аваллон, лежащем в самом сердце страны вечно цветущих яблонь.

В скандинавских сагах часто говорится о богине Идуун — обладательнице чудесных «молодильных» яблок, благодаря которым боги сохраняли вечную молодость. Древнееврейские легенды рассказывают о «содомских» яблоках с берегов Мертвого моря: стоило коснуться яблок рукой, как они обращались в прах подобно городам Содому и Гоморре...

Родиной яблок считается Малая Азия, откуда тысячи лет назад она была перевезена в Палестину, а затем в Египет, Древнюю Грецию и Рим. Египетские фараоны в XIV—XII веках до нашей эры имели большие фруктовые сады и ежедневно жертвовали храмам по корзине яблок. В Древнем Риме многие патриции славилась умением выращивать яблони. Известны сорта яблок, носящие их имена: Клавдиево яблоко, Манлиевое, Аппиево. Всего, по свидетельству Плиния Старшего, культивировалось 20 сортов. Позднее, во время походов римских легионеров на север, восток и юг и в период заселения завоеванных территорий, яблоня распространилась по всей Европе и Азии.

Яблоня была любимым деревом древних германцев. Они верили, что яблоне покровительствуют боги — ведь даже молнии ее не трогают! — и поэтому окружали свои жилища яблоневыми садами. Знали дикую яблоню и древние славяне. Путешественники называли их земли «яблонным царством». В XI столетии многие монастыри на Руси имели большие плодовые сады. В сохранившихся летописях особенно отмечается яблоневый сад при Киево-Печерском монастыре, заложенный в дни правления Ярослава Мудрого. В XII—XIII веках Москва и Киев, утопавшие в зелени садов, поражали иностранцев своей красотой. Выращиванием яблонь занимался и царь Алексей Михайлович в своем родовом поместье — селе Измайлове. При Петре I редчайшие сорта яблонь из Шве-

ции украсили Летний сад новой столицы — Санкт-Петербурга.

Яблоня — одна из самых распространенных плодовых культур, растущих почти по всей территории нашей страны. Любима она за долговечность, зимостойкость, за простоту ухода, за более высокую, чем у других культур, урожайность и, конечно же, за буйное цветение по весне.

Сегодня специалисты насчитывают несколько десятков дикорастущих видов яблонь и более 10 тысяч культурных сортов. Однако широкой известностью пользуются не более 200. Среди них Мирное, Осенняя радость, Услада, Красавица сада, Народное, Медунница, Оранжевое, Северный Синап, Коричное новое, Антоновка обыкновенная, Лобо, Мантет, Маяк, Слава Мичуринска, Уэлси, Спартан, Московское зимнее и другие. Плоды ранних сортов собирают с августа, поздних — в сентябре, октябре. Некоторые сорта хорошо сохраняются до весны и даже до нового урожая.

И все же чем привлекательно для нас яблоко? Своей почти полной съедобностью (97 % мякоти, 2,5 % кожуры и только полпроцента семян)? Или удачным сочетанием сахара, органических кислот и минеральных солей? А может быть тем, что хранит в себе почти весь алфавит витаминов, 15 видов аминокислот, танины, клетчатку, белок, 40 видов ароматических соединений, пектины, дубильные вещества, ферменты? Добавьте к этому избытке микроэлементов: кальций, железо, калий, натрий, кремний, фосфор, хлор, йод, алюминий, бор, марганец, медь... Не случайно народная мудрость гласит: яблоко на день — и доктор не нужен!

Яблоко — универсальный фрукт и в кулинарном отношении, сочетающийся практически со всеми продуктами. Это необходимое и ценное дополнение к овощным, фруктовым и мясным салатам, прекрасный гарнир к горячим блюдам, основа многих полезных и приятных напитков, начинка для кондитерских изделий и разнообразных десертов.

Однако, несмотря на свою популярность, яблоки используются в кулинарии не в полной мере: как правило, хозяйки обходятся примерно десят-

ком проверенных и достаточно известных рецептов. А ведь как хочется порой удивить своих близких или гостей каким-нибудь необычным новым или забытым старинным блюдом!

Надеемся, что этот сборник рецептов поможет разнообразить домашнее меню, сделать его вкуснее, полезнее и дешевле. И, главное, помните: готовый рецепт — это всего лишь основа для приготовления блюда. Фантазия и любовь помогут вам довести его до совершенства!



## САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

### Салат из яблок

- 6 кисло-сладких яблок, 3 стакана воды, 1 стакан сахара, лимонная кислота, 5 шт. гвоздик, 5 горошин перца, корица, соль

Яблоки очистить, разрезать каждое на 4 части, удалить семена и варить 1—3 минуты в подслащенной и подкисленной воде с пряностями. Яблоки вынуть, отвар вскипятить, охладить и залить им яблоки. Через сутки яблоки, приготовленные таким образом, подаются к горячей и холодной птице, телятине, кролику.

### Салат из яблок и свежих ягод

- 2 кисло-сладких яблока, 1 стакан вишни, 1 стакан слив, 2 груши, 1 стакан сахара, 1 рюмка ликера

Яблоки, груши, сливы очистить (сливы погрузить в кипяток, чтобы потрескалась кожица), удалить семена и косточки. Яблоки и груши слегка отварить в сладкой воде. Все фрукты выложить в стеклянную посуду слоями, пересыпая сахаром и поставить на 12 часов в холодное место. При подаче на стол полить ликером.

### Салат из фруктов по-польски

- 2 яблока, 1 груша, 3 сливы, сахар, лимонный сок,  $\frac{1}{2}$  стакана вина, 1 ст. ложка орехов

Фрукты очистить от кожуры и косточек, нарезать мелкими кусочками, заправить сахаром, лимонным соком, уложить в салатник и залить виноградным вином. Сверху обсыпать орехами.

## **Салат из фруктов смешанный**

- 3 яблока, 1 груша, 1 апельсин,  $\frac{1}{4}$  стакана майонеза,  $\frac{1}{4}$  лимона, 1 ч. ложка сахарной пудры, соль

Очистить апельсин, у яблок и груши удалить сердцевину. Фрукты нарезать дольками, посыпать сахарной пудрой, посолить, смешать с майонезом и лимонным соком. Сложить горкой в салатницу и посыпать цедрой апельсина. Украсить теми же фруктами. В зависимости от сезона фрукты могут быть различными, но обязательно в сочетании с яблоками. Подается салат к холодному мясу, дичи, птице, а также как самостоятельное блюдо.

## **Салат из моркови с яблоками**

- 3—4 моркови, 2—3 яблока, сок двух лимонов, 2 ст. ложки сахара, соль

Морковь и яблоки натереть на крупной терке, добавить сок лимонов и цедру, перемешать с сахаром и солью.

## **Салат овощной с яблоками**

- 2 свеклы, 2 картофелины, 2 яблока, 2 соленых огурца,  $\frac{1}{3}$  стакана растительного масла, тмин

Вареные свеклу и картофель, яблоки, соленые огурцы нарезать маленькими кубиками. Все смешать и залить растительным маслом, к которому добавлен растертый тмин. Дать салату настояться 2 часа, затем выложить в салатницу и украсить ломтиками (или веерочками) огурца.

## **Салат овощной с кислыми яблоками**

- 2—3 моркови, 2—3 картофелины, 2 свежих огурца, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, 2 кислых яблока, 1 стакан соуса, зелень

Вареные морковь и картофель, огурцы, помидоры и яблоки нарезать тонкими ломтиками. Лук мелко рубить или натереть. Все продукты перемешать с соусом (лучше всего творожным), посыпать зеленью. Салат подать на стол сразу после приготовления, иначе он станет водянистым.

*Соус:* 1 ст. ложку 3 %-ного уксуса смешать с солью, сахаром, молотым перцем, 1 стаканом сметаны.



## **Винегрет с яблоками**

- 1 свекла, 3 картофелины, 1 сельдь, 1 яблоко, 1 крутое яйцо, 1 соленый огурец, 1 ломтик колбасы, 3 ст. ложки сметанного соуса, хрен, зелень

Вареную свеклу и картофель, соленый огурец, яблоко и колбасу нарезать кубиками. Сельдь очистить от костей и нарезать маленькими кусочками. Все перемешать, залить сметанным соусом, к которому добавлен натертый хрен. Выложить в салатницу горкой и украсить ломтиками яйца и зеленью.

## **Салат из репчатого лука с яблоками**

- 2 головки репчатого лука, 3—4 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана сметанного соуса или майонеза, зелень

Лук нарезать тонкими кольцами, яблоки (с кожурой) натереть на крупной терке или нарезать соломкой. Все перемешать, заправить соусом, положить в салатницу, посыпать мелко нарезанной зеленью.

## **Салат из зеленого лука с кислыми яблоками**

- 150 г зеленого лука, 2—3 крупных кислых яблока, 2 ст. ложки абрикосового или яблочного сока,  $\frac{1}{2}$  стакана растительного масла, 1 ст. ложка толченых орехов

Зеленый лук мелко нарезать. Яблоки натереть на крупной терке или нарезать соломкой. Продукты перемешать и заправить. При желании посыпать толчеными орехами.

## **Салат из яблок с репчатым и зеленым луком**

- 2 яблока, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, 2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка сахарного песка, зелень

Сладкий репчатый лук нарезать тонкими кружками, яблоки нарезать соломкой. Перемешать все с мелко нарезанным зеленым луком и заправить густой сметаной, сахаром, солью.

## **Зеленый лук с яблоками**

- 200 г зеленого лука, 2 кислых яблока, 2—3 ст. ложки растительного масла, эстрагон

Зеленый лук нарезать кусочками длиной 1 см. Кислые яблоки нарезать соломкой. Все перемешать с растительным маслом, солью и сахаром. Выложить в салатницу, посыпать мелко нарезанной зеленью эстрагона.

### **Салат из белокочанной капусты с помидорами и яблоками**

- 200 г капусты, 3 помидора, 2 яблока, 1 лук-порей,  $\frac{1}{2}$  стакана растительного масла, зелень

Нарезать капусту соломкой, перемешать с солью и сахаром, потереть руками до появления сока. Сок слить. Капусту, нарезанные помидоры, яблоки и лук-порей заправить растительным маслом и хорошо перемешать. Выложить в салатницу и украсить зеленью и колечками лука-порея, которые перед этим можно обвалить в молотой паприке.

### **Салат из краснокочанной капусты с яблоками**

- 300 г краснокочанной капусты, 1 яблоко, 1 головка репчатого лука,  $\frac{1}{2}$  стакана сметанного соуса, соль

Очищенную капусту нарезать соломкой, добавить немного соли, потереть руками. Появившийся сок слить. Яблоки очистить от кожуры и нарезать соломкой или натереть на крупной терке. Лук мелко нарезать. Все залить сметанным соусом, хорошо перемешать и выложить в салатницу.

### **Салат из краснокочанной капусты с яблоками под острым соусом**

- 150 г краснокочанной капусты, 1 яблоко, 1 соленый огурец, 1 головка репчатого лука,  $\frac{1}{2}$  стакана растительного масла

Капусту нарезать соломкой, немного растереть, чтобы стала мягче. Огурцы и яблоки очистить от кожуры и нарезать брусочками. Лук мелко нарезать. Все смешать и залить растительным маслом.

### **Салат из краснокочанной капусты с яблоками под майонезом**

- 300 г краснокочанной капусты, 2 яблока, 1 головка репчатого лука,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки готовой горчицы,

2 ст. ложки консервированного зеленого горошка,  
4 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки мелко нарезан-  
ного укропа

Яблоки, краснокочанную капусту нарезать солом-  
кой, добавить мелко нарезанный лук, консервирован-  
ный зеленый горошек, соль, горчицу, посыпать укропом  
и полить майонезом.

### **Салат из квашеной капусты с яблоками I**

- 125 г квашеной капусты, 1 чашка нарезанных  
яблок, 1 головка репчатого лука, чеснок, майонез

Лук порезать с чесноком, перемешать с капустой и  
яблоками. Всю массу выложить в салатник, добавить  
майонез, украсить петрушкой.

### **Салат из квашеной капусты с яблоками II**

- 100 г квашеной капусты, 1 яблоко, 1 морковь,  
1 соленый огурец, майонез

Все компоненты мелко порезать, смешать с майоне-  
зом, украсить зеленью.

### **Салат из савойской капусты с яблоками**

- 300 г савойской капусты, 1—2 яблока, 1 мор-  
ковь, корень сельдерея, 2 ст. ложки сметаны,  $\frac{1}{3}$   
стакана сока красной смородины, зелень, соль, са-  
хар

Очищенную капусту нарезать соломкой, яблоки вы-  
мыть и натереть на крупной терке. Морковь и сельде-  
рей отварить до полумягкости и нарезать брусочками.  
Все залить сметаной, соком красной смородины, посы-  
пать сахаром, посолить и хорошо перемешать. Выло-  
жить в салатницу и украсить зеленью петрушки.

### **Салат из кочерыжек с яблоками**

- 2 кочерыжки, 1 яблоко, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст.  
ложка сахарного песка, зелень, специи

Кочерыжки и яблоки нарезать тонкой соломкой, за-  
править сметаной, сахаром и солью. К салату можно  
добавить нарезанные соломкой морковь, репу, а также  
лимонную кислоту. Вместо сметаны можно использо-  
вать смесь майонеза со сметаной.

## **Салат из яблок и помидоров с брынзой**

- 3—4 помидора, 3 яблока, 1 головка репчатого лука, 2 яйца, 200 г брынзы, 1 пучок укропа, 1 веточка зелени петрушки

Помидоры и очищенные яблоки нарезать крупной соломкой. Смешать с мелко нарезанным репчатым луком. Густо посыпать хорошо растертой брынзой, перемешать. Украсить мелко порубленным крутым яйцом, кружочками яблок и дольками крутого яйца.

## **Салат из помидоров, огурцов и яблок**

- 2—3 помидора, 2 свежих огурца, 1 яблоко,  $\frac{1}{2}$  стакана сметанного соуса, зелень, листовой салат

Помидоры, огурцы и яблоки нарезать ломтиками. Каждый компонент салата смешать с соусом отдельно и разложить в салатнице, выложенной листьями салата. Оставшийся соус вылить в салатницу в середину. Выглядит такой салат очень декоративно.

## **Сладкий салат из яблок и помидоров**

- 3 яблока, 3—4 помидора,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, 1 ст. ложка майонеза или фруктового пюре, 1 пучок укропа, 1 веточка петрушки, сахар

Помидоры и очищенные яблоки порезать, заправить сметаной, смешанной с сахаром и майонезом. Все перемешать и, уложив в салатницу, посыпать мелко нарезанным укропом. Украсить кружочками яблок. Вместо майонеза в сметану можно добавить фруктовое пюре (лучше клубничное или абрикосовое). Можно заправить салат только сметаной.

## **Салат из помидоров с яйцами и яблоками**

- 6 помидоров, 2 яблока, 2 головки репчатого лука, 2 яйца, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока

Помидоры и яблоки нарезать дольками, добавить рубленые вареные яйца, лимонный сок, мелко нарезанный репчатый лук. Полить растительным маслом, посыпать солью, перцем, зеленым луком.

## **Салат из яблок и помидоров**

- 2 яблока, 4 помидора, 4 листа салата, 4 ст. ложки салатной заправки, соль, зелень укропа

Яблоки и помидоры нарезать кружочками, рядами уложить в салатник, полить салатной заправкой, украсить листьями салата и мелко нарезанным укропом.

*Салатная заправка:* 2 части растительного масла, 1 часть сока лимона, соль по вкусу.

## **Салат «Витаминный»**

- 1 яблоко, 1 помидор, 1 огурец, 1 морковь, корень сельдерея,  $\frac{1}{4}$  лимона, сметана, зелень

Яблоко, огурец, корень сельдерея порезать соломкой, помидор — дольками, все соединить. Добавить сметану, сахар, соль, лимонный сок, уложить горкой в салатник и посыпать зеленью.

## **Салат из сладкого перца с яблоками**

- 300 г сладкого зеленого перца, 2 яблока, 1 головка репчатого лука, 1 долька чеснока, 1 ст. ложка томатного пюре, зелень, 2 ст. ложки соуса из растительного масла

У перца со стороны стебля сделать разрез и вынуть завязь, ошпарить перец кипятком, остудить, после чего нарезать брусочками. Яблоки очистить и натереть на крупной терке, смешать с перцем и залить соусом из растительного масла, к которому добавлены томатное пюре, мелко нарезанный лук и чеснок. Выложить в салатницу и посыпать зеленью.

## **Салат из красного перца и яблок**

- 300 г красного перца, 2 яблока, 1 головка репчатого лука, 1 долька чеснока, 2 ст. ложки соуса, зелень

Перец нарезать брусочками, яблоки натереть на крупной терке. Залить соусом из растительного масла, чеснока, лука, томатного пюре, посыпать зеленью.

## **Салат из яблок и моркови I**

- 5 яблок, 1 морковь,  $\frac{1}{2}$  стакана сметанного соуса, зеленый лук

Яблоки натереть на крупной терке, морковь — на мелкой. Зеленый лук мелко нарезать. Выложить в салатницу яблоки с морковью, залить сметанным соусом, посыпать зеленым луком.

### **Салат из яблок и моркови II**

- 2 яблока, 2 моркови, 1 ст. ложка лимонного сока, 4 ст. ложки майонеза

Яблоки нарезать ломтиками, добавить нарезанную соломкой морковь, лимонный сок, соль и полить майонезом.

### **Салат из яблок и моркови с медом**

- 2 яблока, 2 моркови, лимонная кислота и мед по вкусу

Очищенные яблоки и морковь промыть и натереть на крупной терке. Добавить по вкусу мед и разведенную лимонную кислоту, перемешать. По желанию можно добавить толченых орехов.

### **Салат из яблок и моркови с зеленым горошком**

- 4 моркови, 2 яблока, 4 ст. ложки сметаны, 50 г горошка

Морковь натереть, яблоки нарезать тонкими ломтиками, все смешать и заправить половиной нормы сметаны, выложить горкой в салатник, залить оставшейся сметаной, посыпать зеленым горошком, украсить листьями салата.

### **Салат из яблок и моркови под острым соусом**

- 4 моркови, 2—3 яблока, вареный желток, 2 ст. ложки растительного масла, сок одного лимона, 4 ст. ложки сметаны, зелень

Морковь и яблоки натереть на крупной терке, перемешать. Желток размять, смешать с растительным маслом, соком лимона, сметаной, все смешать, посолить, поперчить, выложить в салатник.

### **Салат из яблок и моркови с изюмом**

- 3 моркови, 2 яблока, 2 ч. ложки изюма, сахар, лимонная кислота

Изюм замочить. Морковь и яблоки нарезать соломкой, соединить со сметаной, изюмом, солью, сахаром, лимонной кислотой, перемешать.

### **Салат из яблок и моркови с хреном**

- 3 моркови, 2 яблока, 20 г хрена, соль, сахар, лимонная кислота

Яблоки и морковь натереть на крупной терке, хрен — на мелкой. Добавить соль, сахар, разведенную лимонную кислоту, перемешать, выложить в салатник.

### **Салат «Здоровье»**

- 1—2 моркови, 5—6 редисок, 100 г капусты, 2 яблока,  $\frac{1}{3}$  стакана растительного масла, зелень

Очищенные морковь, редис, яблоки натереть на крупной терке. Свежую капусту нарезать соломкой. Все смешать, заправить растительным маслом, выложить в салатницу и посыпать мелко нарезанной зеленью.

### **Салат из яблок и моркови с хреном и луком**

- 2 яблока, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 ч. ложка готового хрена, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа, 4 ст. ложки майонеза

Яблоки нарезать ломтиками, смешать с натертой на крупной терке морковью, мелко нарезанным луком, заправить хреном, солью, посыпать укропом и полить майонезом.

### **Салат из яблок и моркови с хреном и соленым огурцом**

- 4 моркови, 1 соленый огурец, 2 яблока, 1 ч. ложка готового хрена, 4 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа

Морковь, яблоки и огурец нарезать ломтиками, посолить, добавить хрен и перемешать. Полить майонезом, посыпать укропом.

### **Салат из моркови с зеленым горошком и яблоками**

- 4 моркови,  $\frac{3}{4}$  стакана консервированного зеленого горошка, 2 яблока, 2 ст. ложки майонеза

Вареную морковь и яблоки нарезать мелкими кубиками, добавить зеленый горошек, сахар, соль по вкусу, майонез и все перемешать. Украсить ломтиками моркови и яблок.

### **Салат из яблок и зеленого горошка**

- 300 г горошка, 2 яблока, 1 головка репчатого лука, 2 яйца, майонез или сметана

Зеленый горошек, мелко нарезанный лук, натертые на крупной терке яблоки, рубленые яйца смешать с майонезом, заправить солью и сахаром.

### **Салат из яблок и вареной свеклы**

- 3 яблока, 2 свеклы, 1 головка репчатого лука, кислый сок,  $\frac{1}{3}$  стакана майонеза

Вареную свеклу и свежие яблоки натереть на крупной терке, добавить мелко нарезанный лук, кислый сок (айвовый, красной смородины) и залить майонезом или сметанным соусом. Выложить в салатницу и подавать к мясным блюдам.

### **Салат из яблок и сырой свеклы**

- 2 яблока, 2 свеклы, 4 дольки чеснока, 4 ст. ложки майонеза

Смешать натертые на крупной терке яблоки и сырую свеклу, добавить соль, рубленый чеснок, полить майонезом и украсить веточкой петрушки.

### **Салат из яблок и консервированной свеклы**

- 100 г свеклы гарнирной (консервы), 2 яблока, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка сахарного песка, лимонная кислота

Консервированную свеклу (без маринада) соединить с нарезанными яблоками, сметаной, сахаром, разведенной лимонной кислотой. Посолить и перемешать.

### **Салат из вареной свеклы и яблок с хреном**

- 2 небольшие свеклы, 2 яблока, 2 яйца, 1 соленый огурец, 2 дольки чеснока, хрен, зеленый лук,  $\frac{1}{2}$  стакана густой сметаны.



Очищенную вареную свеклу, яблоки, соленый огурец натереть на крупной терке, добавить рубленое яйцо, натертые чеснок и хрен, нарезанный лук, соль, сахар и заправить сметаной. Выложить в салатницу и украсить рубленым яйцом и зеленым луком.

### **Салат из вареной свеклы с кислыми яблоками**

- 2—3 свеклы, 2 крупных кислых яблока, 1 маленькая головка репчатого лука, 1 ч. ложка хрена, гвоздика, корица, 1 стакан сметанного соуса, 1 соленый огурец, зелень петрушки

Свеклу помыть, отварить или потушить до мягкости, остудить, очистить и мелко нарезать или натереть на крупной терке. Добавить натертое вместе с кожурой яблоко, размельченные приправы, тертый хрен, перемешать с соусом. Выложенный в салатницу салат украсить зеленью петрушки и ломтиками огурца.

### **Салат из маринованной свеклы с яблоками**

- 600 г маринованной свеклы (с маринадной жидкостью), 2—3 яблока, 5 ст. ложек сметаны, 1 ст. ложка сахарного песка, соль, перец

Яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать кубиками, соломкой или тонкими ломтиками, соединить со свеклой, добавить сметану, соль, сахар, перемешать.

### **Салат из маринованной свеклы с яблоками и морковью**

- 50 г свеклы маринованной (с маринадной жидкостью), 25 г моркови гарнирной (консервы), 1 яблоко, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка сахарного песка, лимонная кислота, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени, специи

Морковь гарнирную (без отвара) смешать со свеклой маринованной (с маринадной жидкостью), добавить нарезанные кубиками или соломкой свежие яблоки, сметану, сахар, разведенную лимонную кислоту, соль и осторожно перемешать. При подаче положить горкой в салатницу и украсить яблоками и свежей зеленью.

## **Салат из свежих огурцов и яблок**

- 2 яблока, 3 огурца, 1 лук-порей,  $\frac{1}{2}$  стакана майонеза

Огурцы и яблоки нарезать брусочками или соломкой, добавить нарезанный лук-порей и залить майонезом. Выложить в салатницу, дать пропитаться соусом и затем подавать.

## **Сырой салат**

- 1 свекла, 2 моркови, 2 яблока, чеснок по вкусу, майонез

Все натереть на терке, чеснок размять, заправить майонезом.

## **Салат из яблок и свеклы I**

- 2 яблока, 2 свеклы, 7 грецких орехов, майонез

Отварить свеклу, яблоки очистить, все натереть на крупной терке, ядра орехов измельчить. Все перемешать и заправить майонезом.

## **Салат из яблок и свеклы II**

- 2—3 свеклы, 2 яблока, лимонный сок, 1 ч. ложка сахарного песка, соль, масло растительное.

Вареную свеклу и яблоки нашинковать, добавить соль, сахар, лимонный сок, растительное масло, перемешать.

## **Аппетитный салат**

- 1 яблоко, 1 небольшая свекла, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 2 яйца, зелень петрушки, майонез, 1 ст. ложка орехов

Свеклу и морковь отварить. Вместе с яблоками натереть на терке. Орехи порубить. Лук обжарить, все смешать, посолить, заправить майонезом. Уложить горкой, посыпать рубленым яйцом и зеленью петрушки.

## **Салат из яблок, редьки и свеклы**

- 1 яблоко, 1 редька, 1 свекла, сметана, зелень

Все продукты натереть на терке помельче. Смешать, заправить сметаной, посыпать зеленью.

### **Салат из яблок, свеклы и моркови**

- 2 яблока, 2 моркови, 1 свекла, 2 дольки чеснока, майонез

Яблоко, морковь и свеклу натереть на терке, нарезать чеснок, смешать с майонезом.

### **Салат из яблок и свеклы со специями**

- 1 яблоко, 1 свекла, 1 головка репчатого лука, корень хрена, корица, лимон

Вареную свеклу натереть на крупной терке, смешать с натертым яблоком, мелко нарезанным луком, тертым хреном, толченой корицей, лимонным соком, майонезом.

### **Салат из тертых кабачков с яблоками**

- 150 г кабачков, 1 большое яблоко, 1 маринованный огурец, 1 головка репчатого лука, 1 пучок укропа, 1 ст. ложка сахарного песка, майонез по вкусу

Кабачки очистить и натереть вместе с яблоком на крупной терке, добавить мелко нарезанный маринованный (или соленый) огурец, луковицу, зелень укропа, сахар, майонез.

### **Салат из кабачков с яблоками**

- 1 кабачок, 2 яблока, 1 соленый огурец, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка зелени эстрагона, 2 дольки чеснока, 4 ст. ложки майонеза, молотый перец по вкусу

Очищенные кабачки и репчатый лук нарезать соломкой, добавить нарезанные дольками яблоки и соленый огурец, молотый перец и все перемешать. При подаче посыпать рубленым чесноком, полить майонезом и украсить зеленью эстрагона.

### **Салат из яблок и кабачков с морковью**

- 2 яблока, 300 г кабачков, 1 морковь, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 4 ст. ложки майонеза

Кабачки, яблоки и морковь нарезать соломкой, добавить соль, лимонный сок, посыпать зеленым луком и полить майонезом.

## **Салат из яблок и тыквы**

- 200 г тыквы, 2—3 яблока, лимонная кислота, хрен, сахар по вкусу, морковь

Тыкву и яблоки очистить и натереть на крупной терке. Добавить лимонную кислоту, немного тертого хрена, сахар по вкусу. Выложить в салатницу и украсить тертой морковью.

## **Салат из яблок, тыквы и дыни**

- В равных количествах тыква, дыня и яблоки, мед, лимонный сок

Тыкву мелко порубить, смешать с медом. Яблоки и дыню нарезать кубиками, смешать с тыквой и полить лимонным соком.

## **Салат из тыквы и яблок с медом**

- 500 г тыквы, 3 яблока, 1 лимон, 3 ст. ложки меда, 1/2 стакана толченых орехов

Сырую тыкву нарезать тонкими полосками и смешать с нарезанными яблоками. Для остроты добавить лимонный (или апельсиновый) сок, а для сладости — мед. Посыпать все толчеными орехами.

## **Салат из яблок и дыни**

- 3 яблока, 60 г дыни, 1 ст. ложка лимонного сока, корица на кончике ножа

Нарезанные кубиками дыню и яблоки смешать с корицей и лимонным соком и украсить дольками яблок и дыни.

## **Салат из редиса с яблоками и маринованными огурцами**

- 300 г редиса, 2 крупных яблока, 1 головка репчатого лука, 2 маринованных огурца, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки или укропа, 2 ст. ложки сливок или майонеза

Редис хорошо вымыть, натереть на мелкой терке, смешать с натертым на крупной терке яблоком, мелко нарезанным репчатым луком и маринованным огурцом. Заправить сливками или майонезом.

## **Салат из яблок, редьки и моркови I**

- 1—2 редьки, 2 моркови, 2 яблока (антоновка), 6—7 долек чеснока, сок и цедра 1 лимона

Редьку и морковь очистить и натереть на мелкой терке. Очистить, натереть на терке и смешать с овощами яблоки. Массу равномерно перемешать. Добавить растертый с цедрой чеснок, влить лимонный сок. Вновь перемешать, чуть-чуть посолить.

## **Салат из яблок, редьки и моркови II**

- 1 редька, 1 яблоко, 2 моркови, чеснок, майонез

Все компоненты измельчить на терке, добавить мелко нарезанный чеснок. Заправить майонезом, посыпать зеленью.

## **Салат из яблок, сырой брюквы и репы**

- 50 г брюквы, 1 репа, 1 яблоко, 2 ч. ложки изюма, 2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка сахарного песка, зеленый салат, лимонная кислота на кончике ножа

Нарезанные тонкой соломкой или натертые на терке брюкву, репу и яблоки соединить с изюмом, сметаной, добавить сахар, разведенную лимонную кислоту, посолить и перемешать. При подаче украсить листиками салата и дольками яблок.

## **Салат из консервированной кукурузы с яблоками, морковью и изюмом**

- 2 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана изюма, 2 моркови, 1 банка консервированной кукурузы, 3—4 ст. ложки сметаны, 1—2 ст. ложки сахарного песка, 1—2 ч. ложки лимонного сока

Очищенные свежие яблоки нарезать кубиками. Изюм перебрать и промыть несколько раз в теплой воде, после чего дать обсохнуть. Морковь натереть на терке. Все смешать, добавить отцеженную консервированную кукурузу. Заправить сметаной, сахаром, лимонным соком и хорошо перемешать. Салат можно заправить майонезом (2—3 ст. ложки) или медом (1—2 ст. ложки).

## **Салат гороховый с яблоками**

- 1 стакан гороха, 4 моркови, 2 яблока, 1 стакан сметаны или майонеза

Отваренный горох соединить с очищенными, нарезанными кубиками яблоками и вареной морковью, все посолить и заправить сметаной или майонезом.

## **Салат из гороха с яблоками и сладким перцем**

- 200 г сухого нелущеного гороха, 2 яблока, 1 морковь, 2 сладких болгарских перца, 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка мелко нарезанного укропа

Горох замочить, затем отварить. Морковь и яблоки нарезать мелкими кубиками, сладкий болгарский перец — соломкой. Все продукты соединить, заправить лимонным соком, посолить, полить растительным маслом и посыпать укропом.

## **Салат из гороха с яблоками, сладким перцем и луком**

- 300 г гороха, 3 яблока, 2 сладких перца, 3 головки зеленого лука с перьями, 3—4 ст. ложки масла растительного,  $\frac{1}{2}$  стакана уксуса

Горох замочить на 5—6 часов, воду слить, залить горох холодной кипяченой водой (2 литра воды на 1 кг набухшего гороха) и варить до готовности при слабом кипении около двух часов. За 10—15 минут до готовности горох посолить. Вареный горох переложить в дуршлаг, дать отвару стечь и горох охладить. Подготовленный сладкий перец и очищенные яблоки нарезать соломкой. Все смешать с горохом и заправить уксусом, сахаром, солью и растительным маслом. Салат посыпать мелко нарезанной зеленью.

## **Салат из риса и овощей с яблоками**

- 1 стакан риса, 2 яблока, 2 помидора, 1 свежий огурец, 4 ст. ложки сметаны, зелень петрушки

Отварить в соленой воде рис, смешать со сметаной, мелко нарезанной зеленью петрушки, сахаром и солью. Выложить горкой в салатницу. Вымытые яблоки, помидоры и свежие огурцы нарезать тонкими ломтиками и уложить поверх риса.

## **Салат из яблок с перловой крупой**

- 2 яблока, 1 соленый огурец, 4 ст. ложки перловой крупы, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени чабера, 4 ст. ложки майонеза

Сварить рассыпчатую перловую кашу и охладить. Яблоки и соленые огурцы нарезать мелкими кубиками, добавить перловую кашу, молотый перец, посыпать зеленью чабера и полить майонезом.

## **Салат из сыра с яблоками**

- 200 г сыра, 2 яблока, 2 корня сельдерея, 4 ст. ложки соуса из растительного масла, зелень, 1 помидор

Очищенные от кожуры яблоки, сельдерей, сваренный в соленой воде, и сыр нарезать мелкими кубиками (можно обойтись без сельдерея). Все заправить соусом из растительного масла. Выложить горкой в салатницу и посыпать мелко нарезанной зеленью. Украсить ломтиками помидора.

## **Салат из сыра и яблок под острым соусом**

- 400 г сыра, 4 яблока, 2 ст. ложки горчицы, 4 ст. ложки майонеза, зеленый салат

Нарезать сыр и яблоки. Смешать майонез с горчицей, добавить по вкусу соль и сахар, залить этой смесью яблоки с сыром, украсить листиками зеленого салата.

## **Салат из сыра и яблок с миндалем**

- 300 г сыра, 6 яблок, 3 ст. ложки миндаля, 6 ст. ложек майонеза, 1 лимон

Сыр и очищенные яблоки нарезать тонкими ломтиками, добавить миндаль, майонез, выжатый лимонный сок. Перемешать. Можно посолить по вкусу. Подать к салату поджаренные ломтики хлеба.

## **Салат из сыра, помидоров и яблок**

- 200 г пошехонского сыра, 2 яблока, 2 свежих помидора, 1 головка репчатого лука, 4 ст. ложки майонеза, молотый перец

Яблоки и лук нашинковать, помидоры нарезать ломтиками. Все продукты смешать, заправить молотым перцем, выложить в салатницу, сверху уложить кусочки сыра и полить майонезом.

### **Салат из яблок, сыра и сладкого перца**

- 2 яблока, 100 г минского сыра, 2 сладких красных перца, 3 ст. ложки майонеза, молотый перец

Сыр и яблоки нарезать соломкой, смешать с мелко нарезанным сладким красным перцем, солью, молотым перцем, заправить майонезом и украсить веточками петрушки.

### **Салат из яблок и сыра**

- 2 яблока, 150 г сыра, 1 ч. ложка горчицы, 2—3 ст. ложки майонеза, 1 ст. ложка орехов, соль, сахар

Яблоки очистить и нарезать ломтиками, добавить нарезанный тонкими ломтиками сыр, ядра грецких орехов, перемешать. Залить майонезом, смешанным с горчицей, сахарным песком, солью. Украсить веточками петрушки.

### **Салат из яблок и сыра с яйцом**

- 2 яблока, 200 г сыра, 2 яйца, сметана, укроп, соль

Яйца нарезать кубиками, очищенное яблоко — соломкой. Укроп мелко нарезать. Все соединить с тертым сыром, заправить сметаной.

### **Салат из яблок с брынзой**

- 2 яблока, 100 г брынзы, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка лимонного сока, 4 ст. ложки майонеза, молотый перец

Нарезанные мелкими кубиками морковь, яблоки и брынзу смешать с мелко нарезанным луком, добавить молотый перец, лимонный сок, полить майонезом. Украсить салат кубиками брынзы.

### **Салат из яблок с копченой рыбой**

- 125 г макаронных изделий (рожки или ракушки), 200 г копченой рыбы, 1—2 яблока, 1 стакан на-



резанного кубиками корня сельдерея, 1 головка репчатого лука, 1 стакан майонеза, молотый красный перец

Макаронные изделия отварить в соленой воде, откинуть на сито. Яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать мелкими кубиками. Из рыбы удалить кости. Все компоненты перемешать. Майонез смешать с тертым луком и этой смесью заправить салат. Добавить соль и красный перец.

### **Сельдь с яблоками**

- 4—5 яблок, 2 сельди, 1 стакан воды, 4 ст. ложки сахарного песка, уксус, 3—4 ст. ложки растительного масла, 1 головка репчатого лука, зелень

Яблоки очистить от кожуры, нарезать ломтиками и сварить в сахарном сиропе так, чтобы они не разварились.

Филе сельди нарезать косыми кусочками и выложить в селедочницу с одной стороны. С другой поместить ломтики яблок. На сельдь положить кольца тонко нарезанного лука и залить смесью растительного масла с уксусом. Украсить зеленью.

### **Начинка с сельдью и яблоками**

- 200 г пшеничного хлеба, 3 кислых яблока, 2 сельди, 2—3 стакана воды, 1 головка репчатого лука, 1—2 яйца, 1 свекла,  $\frac{1}{2}$  банки майонеза, зелень петрушки или укропа

Хлеб намочить в воде, отжать, пропустить через мясорубку вместе с очищенной сельдью, репчатым луком, свежими яблоками без кожуры и сердцевины. К этому фаршу добавить рубленые яйца, нарезанную вареную свеклу и майонез. Все хорошо перемешать, добавив мелко нарезанную зелень. Начинкой можно фаршировать картофель, свеклу, брюкву, свежие огурцы и помидоры.

### **Сельдь под «шубой»**

- 3 яблока, 3 сельди, 4 картофелины, 1 свекла, 3 яйца, 200 г вареного мяса, 1 стакан сметанного соуса, зелень, помидоры

Филе сельди нарезать косыми кусочками. Отварные картофель, свеклу, мясо, а также свежие яблоки нарезать кубиками или брусочками. Подготовленные компоненты салата выложить на большую плоскую тарелку как слоеный пирог: первым слоем положить картофель, затем яблоки, свеклу, кусочки сельди, мясо и т. д. Желательно, чтобы последний слой был из картофеля. Все залить сметанным соусом. Украсить дольками или кружочками сваренных вкрутую яиц, кусочками сельди, колечками лука, зеленью и дольками помидора.

### **Салат овощной с сельдью и яблоками**

- 100 г сельди (филе), 2 вареные картофелины, 1 вареная свекла, 1 яблоко, 1 свежий огурец, 1 ст. ложка мелко нарезанного репчатого лука, 1 ст. ложка салата зеленого, 2 ст. ложки майонеза, зелень

Очищенные картофель, свеклу, яблоки, огурцы, крутые яйца нарезать ломтиками. Лук нашинковать, листья зеленого салата разрезать на 2—3 части. Подготовленные овощи соединить, добавить часть филе сельди, нарезанного ломтиками, заправить майонезом, солью, молотым перцем и перемешать. При подаче на стол оформить салат сельдью, овощами, яйцом, зеленым салатом и посыпать мелко нарезанной зеленью.

### **Салат из рыбы с помидорами и яблоками**

- 300 г вареной рыбы, 1—2 помидора, 1—2 яблока, 2 картофелины, 1 яйцо,  $\frac{3}{4}$  стакана майонеза, листья зеленого салата

Вареную рыбу очистить от костей, разделить на кусочки. Отварной картофель, помидоры и яблоки нарезать ломтиками. Все перемешать, заправив майонезом, и уложить в салатницу. Украсить листьями салата и дольками яйца.

### **Салат из яблок с яйцом**

- 2 яблока, 2 яйца, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 4 ст. ложки майонеза, молотый перец

Яблоки и сваренные вкрутую яйца мелко нарезать, добавить зеленый лук, соль, молотый перец по вкусу.

## **Салат из яблок с орехами и изюмом**

- 4 яблока, 2—3 ст. ложки лимонного или клюквенного сока, 1 корень сельдерея (небольшой),  $\frac{1}{2}$  стакана орехов,  $\frac{1}{2}$  стакана изюма,  $\frac{1}{2}$  стакана майонеза,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны

Яблоки помыть, нарезать тонкими ломтиками, сбрызнуть кислым соком, чтобы сохранить их цвет, добавить натертый сельдерей, толченые орехи, помытый изюм и сметану, смешанную с майонезом. Все слегка перемешать, чтобы яблоки не развалились. Посыпать толчеными орехами.

## **Салат из яблок с орехами**

- 4 яблока, 1 стакан очищенных орехов, соль, сметана

Яблоки очистить, натереть на крупной терке. Орехи обжарить и измельчить. К сметане добавить соль, замешивая туда яблоки и орехи. Украсить салат целыми орехами.

## **Салат из яблок и брусники**

- 3—4 яблока, 100 г брусники,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны

Очищенные от кожуры яблоки натереть на крупной терке и смешать с целыми или раздавленными ягодами брусники. Выложить в салатницу и заправить сметаной. Посыпать сахаром и солью.

## **Салат по-эстонски с тертыми яблоками**

- 6 килек, 100 г ветчины, 2 яйца, 3 отварные картофелины, 2 отварные моркови, 2 маринованных огурца, 2 ст. ложки зеленого горошка, 2 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана майонеза.

Картофель, морковь и маринованные огурцы нарезать кубиками. Добавить консервированный зеленый горошек, майонез и натертые яблоки, все перемешать и сложить в салатницу. Сверху положить свернутые рулетиками кильки и дольки сваренных вкрутую яиц.

## **Яблочный салат по-американски**

- 2 кочана капусты (желательно краснокочанной и белокочанной), 2 стакана сливок, 4 сладких яблока, несколько вишен, ломтики яблока и тертая морковь для украшения

Аккуратно сделать углубления в кочанах капусты, не повредив листья с внешней стороны. Удаленную часть капусты мелко нарезать и погрузить в ледяную воду на 30 минут. Нарезать яблоки, не снимая кожуру, смешать с нарезанной капустой и заправить смесь сливками. Добавить соль, сахар. Хорошенько охладить. Кочаны наполнить салатом, украсить вишнями, ломтиками яблок и тертой морковью. Подавать холодным.

## **Австралийский салат с ветчиной и яблоками**

- 8 тонких ломтиков ветчины, 4 помидора, по 1 стакану нарезанных кубиками огурцов, яблок и сельдерея, 2 ст. ложки апельсинового сока, 3 листа салата, майонез

Каждый ломтик ветчины скатать в небольшой рулет. Огурцы, яблоки и сельдерей перемешать с соком апельсина, выложить в плоскую тарелку, обложить кругом салатными листьями, четвертушками помидоров и рулетами из ломтиков ветчины. Обильно полить майонезом.

## **Яблочная пена**

- 5—6 яблок, 1 ч. ложка горчицы, 1 ст. ложка хрена,  $\frac{1}{2}$  стакана сливок, сахар, соль

Вымытые яблоки запечь в духовке до мягкости, протереть через дуршлаг, добавить горчицу, хрен, сахар, соль (на кончике ножа) и взбить до образования пены. Выложить в салатницу. Вместо свежих яблок можно взять консервированное яблочное пюре.

## **Фаршированные яблоки с гарниром**

- 3 яблока, 50 г ветчины, 1 ст. ложка сметаны, соль, порошок базилика, зелень

Средних размеров яблоки разрезать пополам. Чайной ложкой вынуть сердцевину. Половинки яблок ва-

ритель в слабом сладком маринаде (уксус, сахар), следя за тем, чтобы яблоки не разварились, остались упругими. Заполнить их нарезанной мелкими кусочками ветчиной, смешанной с густой сметаной, солью, порошком базилика или перцем. Вместо свежих яблок можно взять моченые. Украсить зеленью. Разложить яблоки группами на плоской тарелке, на свободные места тарелки можно уложить салаты, мясные изделия, разноцветные, отваренные в соленой воде овощи, сыр, маринованные фрукты и т. д.

### **Помидоры, фаршированные яблоками**

4 помидора, одинаковых по величине, надрезать осторожно, вынуть из них содержимое, наполнить натертым яблоком, смешанным с тертым хреном, натертыми орехами и лимонным соком.

Выложить на листья салата.

### **Салат из помидоров и яблок по-турецки**

- 4 помидора, 2 яблока, 1 банан

Все порезать дольками. Добавить лимонный сок и кислое молоко. Подавать можно к рису.

### **Салат из репчатого лука и яблок**

- 2 яблока, 2 средние головки репчатого лука, 2 яйца, 4 ст. ложки сметаны или майонеза, соль

Мелко порубить луковицу, посыпать солью, порезать мелко кубиками яблоки, размять яйца, перемешать, полить сметаной, выложить горкой в салатник. Украсить желтком.

### **Салат из яблок и лука репчатого и зеленого**

- 2 головки репчатого лука, 4 яблока, 100 г зеленого лука, 6 ст. ложек сметаны, 1 ч. ложка сахара, соль

Репчатый лук тонко шинковать, яблоки нарезать соломкой. Посыпать зеленым луком, перемешать, заправить сметаной, добавив в нее сахар и соль.

### **Салат из зеленого лука с яблоками**

- 200 г зеленого лука, 2 яблока, 2—3 ст. ложки растительного масла, соль, сахар, эстрагон, лимонный сок

Лук нарезать кусочками в 1 см. Яблоки натереть крупно, смешать с луком, полить маслом, добавить соль, сахар. Выложить в салатник и посыпать зеленью эстрагона.

### **Салат с капустой острый**

- 500 г капусты, 2—3 яблока,  $\frac{1}{4}$  стакана уксуса

Капусту мелко нашинковать, перетереть с солью, добавить натертые яблоки, залить уксусом, добавить соль и сахар по вкусу. Дать постоять около получаса.

### **Салат из белокочанной капусты с яблоками под майонезом**

- 500 г капусты, 2 яблока, 1 ч. ложка сахара,  $\frac{1}{2}$  стакана майонеза, лимонный сок

Яблоки нарезают ломтиками, капусту растирают с солью, все смешивают, добавляют сахар, лимонный сок, заправляют сметаной или майонезом.

### **Салат зимний**

- 2 яблока, 2 моркови, 2 корня хрена, 4 ст. ложки сметаны, лимон, сахар, соль

Яблоки, морковь, хрен натереть на крупной терке, добавить сахар, соль, сок лимона. Полить сметаной, перемешать, выложить в салатницу. Посыпать зеленью.

### **Салат «Северный»**

- 2 яблока, 300 г капусты, 1 морковь, оливки, маслины, майонез

Капусту нарезать соломкой, морковь и яблоки натереть на крупной терке, маслины, оливки крупно порезать. Все соединить с майонезом. Уложить горкой и украсить.

### **Салат из яблок, цветной капусты и винограда**

- Вилочек капусты цветной вареной, 1 помидор, 1 огурец, 1 яблоко, небольшая кисть винограда, соус сметанный, салат зеленый, зелень

Капусту отварить и охладить. Помидор нарезать кружками, свежий огурец, яблоко, зеленый салат — со-

ломкой. Все продукты соединить, добавить виноград и заправить сметанным соусом. Перед подачей салат украсить листиками салата и посыпать зеленью.

### **Салат из яблок с овсяными хлопьями**

- 3 ст. ложки овсяных хлопьев, 1 яблоко, 1 ст. ложка изюма

Хлопья распарить, яблоко натереть. Все смешать и соединить с изюмом. Эту смесь залить двумя столовыми ложками кефира, посыпать очищенными семенами подсолнуха.

### **Салат из хрена с яблоками**

- 1 стакан измельченного хрена, 2 яблока, соль, сахар, уксус

Яблоки натереть на крупной терке, смешать с измельченным хреном, добавить столовую ложку уксуса, заправить солью и сахаром.

### **Салат по-сицилийски**

- 2 помидора, 2 яблока, 200 г сельди, 200 г отварной кольраби, маринад

Все продукты нарезать кружочками, залить маринадом, посолить.

### **Салат из яблок с сыром и сельдереем**

- 2 яблока, 2—3 корня сельдерея, 400 г сыра (твердого), майонез

Сыр натереть на крупной терке, яблоки и корень сельдерея порезать кубиками, смешать с майонезом.

### **Горячий салат из свеклы и яблок**

- 2—3 свеклы, 2 кислых яблока, 50 г маргарина, соль, сахар,  $\frac{3}{4}$  стакана сметаны

Отварную свеклу и яблоки очистить от кожуры и натереть на крупной терке, обжарить в маргарине, добавить по вкусу соль и сахар, подлить сметану, все перемешать. Подавать к столу с печеным картофелем, рыбными или мясными котлетами.

### **Салат из яблок по-голландски**

- 6 яблок, 2—3 головки репчатого лука, 200 г маринада

Яблоки нарезать кубиками, лук — кольцами. Все перемешать и залить маринадом.

### **Салат «Эспланадо»**

- 2 яблока, 200 г ананаса, 1—2 помидора, зелень сельдерея, майонез

Все продукты порезать дольками, сельдерей мелко порубить. Смешать с майонезом, посыпать зеленью.

### **Салат «Каролина»**

- 2 яблока, 200 г кочанного салата (сердцевины), 300 г бананов, маринад

Яблоки, бананы нарезать толстыми ломтиками, листья салата мелко порезать. Смешать с маринадом.

### **Салат «Вольдорф»**

- 2 яблока, 200 г вареного сельдерея, 1½—2 стакана ядер грецких орехов, майонез

Яблоки, сельдерей нарезать кусочками, орехи измельчить. Все перемешать с майонезом.

### **Салат «Машат»**

- 1 яблоко, 2 моркови, 1 яйцо, лимонная кислота, зелень

Яблоки и морковь натереть на крупной терке, добавить мелко нарезанное крутое яйцо, лимонную кислоту, перемешать. Подать в салатнице, оформив зеленью.

### **Салат «Осенний»**

- 3 яблока (антоновки), 500 г сладкого перца, 600 г помидоров, 150 г капусты белокочанной, 1—2 моркови, 1—2 головки репчатого лука, растительное масло, соль, сахар

Перец, помидоры, лук порезать, морковь, яблоки натереть на терке, капусту шинковать. Заправить растительным маслом, добавить соль и сахар, перемешать.



## **Салат «Север»**

- 1 яблоко, 1—2 моркови, 150 г свежей капусты, 60 г оливок или маслин, 1—2 ст. ложки грецких орехов, соль, майонез

Яблоки и морковь нарезать тонкой соломкой, капусту шинковать. Маслины, орехи мелко порезать. Все продукты соединить и перемешать в салатнице с майонезом. Выложить горкой и украсить.

## **Острый салат из яблок**

- 5 яблок,  $\frac{1}{2}$  лимона, 1 стакан квашеной капусты,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки сахара, растительное масло, 1 ч. ложка томатной пасты

Яблоки нарезать кубиками, полить лимонным соком, добавить квашенную капусту. Из приправ приготовить маринад. Все перемешать.

## **Французский салат**

- 5 крутых яиц, 5 яблок, 2—3 головки репчатого лука

Яблоки натереть на крупной терке, яйца, лук мелко порезать. Все смешать с майонезом. Не солить!

## **Салат «Девичьи слезы»**

- 3 яблока, 1 редька, 2 головки репчатого лука, майонез

Черную редьку очистить от кожуры, натереть на крупной терке, яблоки тоже натереть, лук репчатый тонко порезать кольцами. Заправить майонезом. Подавать сразу.

## **Салат «Бразильский»**

- 2 корня сельдерея, 2 яблока, 1 банан, 2 мандарина

Сельдерей и яблоки нарезать соломкой, бананы — кружочками. Мандарины очистить и разделить на дольки, добавить виноград и заправить майонезом. Готовый салат украсить дольками мандаринов и виноградом.

## **Салат по-чешски**

- 100 г ветчины, 2 вареные картофелины, 2 яблока, 1 соленый огурец, майонез, 1 вареное яйцо

Ветчину, картошку, яблоки шинкуют мелко, огурец очищают от кожуры и семян, режут соломкой, заправляют майонезом, украшают вареным яйцом, зеленью петрушки.

## **Салат из яблок и мяса**

- 3—4 яблока, 300 г вареного мяса, 100 г свежих огурцов, 50 г килек, 200 г майонеза

Яблоки очистить, порезать кусочками, мясо и огурцы нарезать кубиками, кильки измельчить, все перемешать с майонезом.

## **Салат «Латвия»**

- 2 яблока, 1 стакан риса, 4 ст. ложки сметаны, 2 помидора, 2 огурца, зелень, соль

Рис отварить, промыть, перемешать с мелко нарезанной зеленью. Помидоры и очищенные яблоки порезать ломтиками, а огурцы — соломкой. Рис горкой выложить в салатницу, по бокам разместить помидоры, яблоки, огурцы. Перед подачей на стол полить сметаной.

## **Салат из пастернака и яблок**

- 2 яблока, 2 корня пастернака, хрен, репчатый лук, зелень, майонез

Пастернак натереть на терке, смешать с нашинкованным яблоком, добавить натертый хрен, мелко нарезанный лук, зелень. Заправить салатным соусом или майонезом.

## **Салат из картофеля, сельдерея и яблок**

- В равных частях картофель, сельдерей (корень) и яблоки; растительное масло, лимонный сок по вкусу, петрушка

Сельдерей и яблоки натереть и смешать с нарезанным мелкими кубиками картофелем. Размешать, заправить лимонным соком и растительным маслом. Подавая на стол, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

## **Фруктовый салат из яблок, груш, абрикосов**

- В равных частях яблоки, груши, абрикосы, мед, лимонный сок

Хорошо вымыть фрукты и вместе с кожицей нарезать тонкими ломтиками. Красиво расположить на тарелке и подавать, полив медом и лимонным соком.

## **Фруктовый салат со сметаной**

- 1 яблоко, 1 груша, 1 абрикос, 1 слива и 1 персик, сметана, мед, лимонный сок

Нарезанные и красиво уложенные на тарелке фрукты полить медом и лимонным соком, украсить сметаной, взбитой в густую пену.

## **Фруктовый салат с простоквашей**

- 1 яблоко, 1 персик, 80 г винограда, 50 г простокваши, 1 ст. ложка меда, 1 г ванилина, лимонный сок

Яблоки натереть на крупной терке вместе с кожурой и сразу же побрызгать лимонным соком, чтобы не почернели. Добавить нарезанные ломтиками персики и виноград. Залить фрукты простоквашей, взбить в однородную массу, в которую добавлены мед и ванилин.

## **Осенний фруктовый салат**

- 1 яблоко, 1 груша, 1 слива, немного винограда, 1 ст. ложка грецких орехов, 1 ст. ложка меда

Вымытые и нарезанные фрукты смешать с целыми виноградинами и подавать на стол, полив медом и посыпав молотыми орехами.

## **Салат из апельсинов и яблок**

- 1 апельсин, 1 яблоко,  $\frac{1}{2}$  лимона, 1 ст. ложка меда, 1 ст. ложка сметаны

Апельсин и лимон очистить от кожицы и нарезать мелкими кусочками. Яблоко нарезать тонкими ломтиками вместе с кожурой и семенниками. Красиво расположить все на тарелке и полить медом. Подавать на стол, украсив сметаной, взбитой в густую пену.

## **Салат из яблок с зеленью**

- 1 яблоко, 1 маленькая головка репчатого лука, 1 ст. ложка хрена,  $\frac{1}{2}$  стакана простокваши, зелень укропа, петрушки, эстрагона

Нарезанные яблоки смешать с измельченным луком и мелко натертым хреном. Размешать салат и залить простоквашей, взбитой в однородную массу и заправленной измельченной зеленью.

## **Салат из яблок и огурцов**

- 1 яблоко, 1 огурец, 1 маленькая головка репчатого лука,  $\frac{1}{2}$  стакана простокваши, зелень укропа и петрушки

К нарезанным мелкими кубиками (вместе с кожей) огурцам добавить натертые яблоки. Размешать салат и заправить простоквашей, перед этим хорошо взбитой и заправленной мелко порезанной зеленью. Вместо огурца для салата можно взять помидор.

## **Салат из яблок и орехов**

- 1 яблоко, 2 ст. ложки ядер грецких орехов, горсть изюма, 1 ст. ложка толченых сухарей,  $\frac{1}{2}$  лимона

Яблоки вымыть и натереть на крупной терке вместе с кожей. Смешать с молотыми орехами, изюмом, натертой лимонной цедрой, посыпать крупно истолченными сухарями.

## **Салат из яблок, апельсинов и бананов**

- 1 яблоко, 1 апельсин, 1 банан,  $\frac{1}{2}$  лимона, 1 ст. ложка ядер грецких орехов

Яблоки вместе с кожурой нарезать тонкими ломтиками или натереть на крупной терке, сразу же побрызгать лимонным соком, чтобы не почернели. Добавить апельсин, нарезанный мелкими кусочками, а банан — тонкими кружками. Посыпать салат молотыми орехами.

## **Салат из яблок, дыни и помидоров**

- 1 яблоко, небольшой кусок дыни, 1 помидор,  $\frac{1}{2}$  лимона, 1 ст. ложка молотых грецких орехов, мед

Яблоко натереть на крупной терке или нарезать тонкими ломтиками, побрызгать лимонным соком, чтобы не почернели, и подсластить по вкусу медом. Добавить дыню, нарезанную небольшими кубиками. Посыпать салат орехами и украсить дольками помидора.

### **Салат из яблок, огурцов и дыни**

- 1 яблоко, 1 огурец, 50 г дыни,  $\frac{1}{2}$  лимона, 1 ст. ложка молотых грецких орехов, мед

Яблоко нарезать или натереть на крупной терке вместе с кожицей, сразу же побрызгать лимонным соком и подсластить по вкусу медом. Огурец нарезать (тоже вместе с кожурой) сначала по длине, а затем поперечно кусочками толщиной 5—6 мм. Дыню нарезать маленькими кубиками. Смешать все и посыпать орехами.

### **Салат из яблок и помидоров с медом**

- 1 яблоко, 1 помидор,  $\frac{1}{2}$  огурца,  $\frac{1}{2}$  лимона, 1 ст. ложка очищенных грецких орехов, мед

Яблоки вместе с кожицей нарезать тонкими ломтиками или натереть на крупной терке, побрызгать лимонным соком и подсластить по вкусу медом. Добавить помидоры, нарезанные небольшими кусками, посыпать орехами.

### **Салат из мяса с фруктами**

- 200 г постного мяса, 150 г маринованных фруктов, 50 г сыра,  $\frac{1}{2}$  стакана сметанного соуса, листья салата

Мясо и сыр нарезать брусочками. Маринованные фрукты — яблоки, сливы (без косточек) — также нарезать брусочками. Можно взять чернослив. Все осторожно перемешать и залить сметанным соусом. Выложить в салатницу и украсить розочками, сделанными из листьев салата, и сливами.

### **Салат из мяса птицы и яблок**

- 200 г отварного мяса птицы, 1 крупное яблоко, 1 маринованный огурец, 2 картофелины, 2 яйца, 4 ст. ложки сметанного соуса, зелень, соль

Мясо птицы нарезать тонкими ломтиками. Очищенный отварной картофель, яблоки, огурец нарезать ломтиками. Яйца нарезать дольками или разрезать пополам. Разложить в салатнице все компоненты салата в определенном порядке: в середину выложить картофель и посолить; сверху положить половинки яйца, разрезанные фигурным ножом; вокруг разложить горками огурцы, мясо, яблоки, зелень. Все залить сметанным соусом так, чтобы были видны компоненты салата.

### **Салат из рыбы с фруктами**

- 400 г вареной рыбы, 1 яблоко, 2 сливы, 1 яйцо, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки майонеза, хрен, соль, сахар, зелень

Вареную рыбу очистить от костей, разделить на кусочки и смешать с нарезанными кубиками яблоками, сливами и рубленым яйцом. Все выложить в салатницу и залить майонезом. Украсить яйцом и зеленью.

### **Салат из рыбы с яблоками и помидорами**

- 300 г вареной рыбы, 2 помидора, 1 яблоко, 2 картофелины, 1 яйцо,  $\frac{3}{4}$  стакана майонеза, листья салата

Вареную рыбу очистить от костей, разделить на кусочки. Отварной картофель, помидоры и яблоки нарезать ломтиками. Все заправить майонезом, перемешать и выложить в салатницу. Украсить листьями салата и дольками яйца, сваренного вкрутую.

### **Рольмопс с яблоками**

- 3 яблока, 3 сельди, 1 головка репчатого лука, 1 стакан сметаны, 2 ст. ложки томатного пюре, сахар

1 яблоко и луковицу натереть на терке, добавить томатное пюре, сахар, перемешать и смазать этой массой половинки селедки, разделанные заранее и вымоченные. Свернуть рольмопсы, положить в стеклянную банку, добавить небольшие дольки яблок и залить маринадом, добавив к нему 1 ст. ложку томатного пюре.

ре. К столу подать через 1—2 суток. Готовые рольмопсы вынуть из маринада и положить на блюдо, залить сметаной и обложить вынутыми из маринада дольками яблок.

*Маринад:* 200 г воды, 2 ст. ложки уксуса, соль, сахар, лавровый лист, перец горошком, гвоздику кипятить 15—20 минут, охладить.



## БУТЕРБРОДЫ

### Бутерброды с яблоками и джемом

Поджаренные круглые ломтики белого хлеба намазать сливочным маслом, сверху положить отваренные в сахарном сиропе и охлажденные кружочки яблок (без сердцевины), в середину их чайной ложкой положить какой-либо цветной джем.

### Бутерброды с яблоками и сыром

- 2 яблока, 100 г сыра, 4 ст. ложки сметаны, остальное по вкусу

Очищенные от кожуры яблоки и сыр натереть на терке, добавить сметану и специи. На намазанные сливочным маслом ломтики белого хлеба положить приготовленную массу и украсить тюльпанчиками из моркови и зеленью.

### Бутерброды с яблоками, сыром и джемом

- 2 яблока, 25 г сливочного масла, 100 г сыра, фруктовое желе

Яблоки очистить от кожуры, выемкой удалить сердцевину. Нарезать яблоки кружочками толщиной 1 см и слегка обжарить с обеих сторон в сливочном масле. Сыр и белый хлеб нарезать такими же кружочками, что и яблоки. Хлеб намазать сливочным маслом, положить сверху ломтик сыра, на него — кружочек яблока, в середину которого чайной ложкой положить желе или джем.

## **Бутерброды по-датски**

- 100 г сливочного масла, 100 г сыра, 2 помидора, 1 крутое яйцо, 1 яблоко

Ломтики белого хлеба намазать сливочным маслом, полностью накрыть их сыром. На сыр посередине положить полоску помидора, затем с одной стороны — дольку яйца, с другой — отваренный в сахарном сиропе и охлажденный ломтик яблока.

## **Бутерброды, запеченные с сыром и яблоками**

- 40 г сливочного масла, 2 яблока, 4 ломтика сыра, орехи

4 ломтика хлеба намазать маслом, сверху положить тонко нарезанные дольки яблок, на них — ломтики сыра. Поставить в духовку и запекать до тех пор, пока сыр не начнет плавиться. Сверху можно посыпать тертыми орехами.

## **Бутерброды с массой из яблок, сыра, масла**

- 40 г твердого сыра, 50 г плавленого сыра, 40 г сливочного масла, 1 яблоко, 1 ст. ложка сметаны

Очищенные яблоки и плавленый сыр натереть на терке, тщательно перемешать с маслом, натертым твердым сыром, сметаной. Этой массой намазать ломтики хлеба.

## **Бутерброды с сырным маслом и яблоками**

- 100 г сыра, 50 г сливочного масла, 1 яблоко, 1 ст. ложка нарезанного репчатого лука, веточки петрушки

Натертое яблоко смешать с тертым сыром, сливочным маслом и мелко нарезанным луком, массу нанести на ломтики хлеба, сверху украсить веточками петрушки.

## **Бутербродная паста на сливочном масле с репой и яблоками**

- 100 г сливочного масла, 1 репа, 1 яблоко,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки горчицы

Очищенную репу отварить в подсоленной воде и



протереть через сито. Очищенные яблоки натереть на крупной терке, смешать с протертой репой, сливочным маслом, горчицей и взбить пасту.

### **Бутербродная паста с творогом, укропом и яблоками**

- 50 г сливочного масла, 50 г плавленого сыра, 4 ст. ложки нежирного творога, 1 яблоко, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа

В смесь масла, сыра и творога добавить укроп, натертое на мелкой терке яблоко и взбить пасту.

### **Бутерброды с яблоками и щавелем**

- 100 г сливочного масла, 1 яблоко, 2 ст. ложки мелко нарезанного щавеля, веточки петрушки

Размягченное сливочное масло перемешать с листьями щавеля, добавить крупно натертое яблоко. Смесь взбить, положить на ломтики хлеба и украсить листьями петрушки.

### **Бутерброды с селедочным паштетом и яблоками**

- 100 г сельди, 1 головка репчатого лука, 1 яблоко, 1 яйцо, 1 ч. ложка растительного масла, 20 г зеленого лука

Филе сельди, вымоченное в молоке, и отжатый белый хлеб, репчатый лук, сваренное вкрутую яйцо пропустить через мясорубку. К полученной массе добавить натертое кислое яблоко, растительное масло и все хорошо перемешать. На ломтики ржаного хлеба, намазанные сливочным маслом, положить селедочный паштет. Посыпать мелко нарезанным зеленым луком. Украсить ломтиками кислых яблок.

### **Бутерброды с салатом из сельди и яблок**

- 100 г сельди, 1 яблоко, 1 соленый огурец, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки растительного масла, горчица, перец, сахар, уксус по вкусу, 1 крутое яйцо, 1 помидор

Все продукты мелко нарезать, добавить специи и перемешать. Салат должен быть густой консистенции.

Ломтики хлеба накрыть листьями салата, на них горкой положить салат. Украсить ломтиками яблока и помидора.

### **Бутерброды с луком-пореем и яблоками**

- 100 г лука-порея, 2 яблока, 2 ст. ложки растительного масла, соль и перец по вкусу, зелень

Лук-порей хорошо вымыть и нарезать колечками. Яблоки очистить от кожуры и натереть на крупной терке. Все смешать и добавить специи. На намазанные сливочным маслом ломтики белого хлеба положить приготовленную массу и украсить колечками лука-порея и зеленью.

### **Бутерброды с сельдереем и яблоками**

- 1 корень сельдерея, 1 яблоко, 1 ст. ложка сметаны, соль и сахар по вкусу, листья салата

Корень сельдерея слегка отварить в соленой воде, очистить от кожицы и натереть на средней терке. Яблоко (желательно кислое) очистить от кожуры и натереть на крупной терке. Все смешать, добавить густую сметану, соль, сахар и снова смешать. Ломтик кисло-сладкого хлеба намазать сливочным маслом, положить на него лист салата, а сверху горкой сельдерейную массу.

### **Бутерброды с яблоками и брынзой**

- 50 г сливочного масла, 50 г брынзы, 1—2 яблока, 1—2 помидора, зелень петрушки

Ломтики хлеба намазать взбитым маслом и сверху положить яблоки, нарезанные тонкими дольками (толщиной 2—3 мм). Посыпать мелко натертой брынзой и украсить кружками помидоров и листочками петрушки.

### **Бутерброды с яблоками и хреном**

- 1—2 яблока, 50—100 г хрена, лимонный сок, 1 сырой яичный желток, 2 ст. ложки растительного масла

Яблоки натереть вместе с кожицей и смешать с мелко натертым хреном. Заправить смесь лимонным

соком, смешать с майонезом, приготовленным из желтка и растительного масла, и намазать на ломтики хлеба.

### **Бутерброды с яблоками и творогом**

- 150 г творога, 1—2 яблока, 1 ст. ложка меда, 3—4 ст. ложки молока, лимонная цедра

Творог растереть вместе с медом в гладкую кашичу. Соединить с молоком, мелко натертой лимонной цедрой и натертыми яблоками. Полученной смесью намазать ломтики черного хлеба.

### **Бутерброды с говяжьим филе и яблоками**

Тушеное филе нарезать маленькими кубиками (0,5 см), добавить мелко нарезанные яблоки, натертый хрен, сметану или майонез, соль и все смешать. Смесью выложить на ломтики белого хлеба, намазанные сливочным маслом. Украсить ломтиками помидора.

### **Яблоки жареные**

- 6 яблок, 3 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сахара, 1 ч. ложка лимонного сока

Яблоки очистить, удалить сердцевину, разрезать на 4 части. Запанировать в муке и обжарить в масле. Обжаренные яблоки посыпать сахаром и сбрызнуть лимонным соком. Жареные яблоки можно запивать молоком.



## **СУПЫ**

### **Суп яблочный на отваре шиповника**

- 2 яблока, 1 ст. ложка шиповника сушеного, 1 ст. ложка сахарного песка, корица, 50 г хлеба белого, 1/2 л воды

Шиповник залить кипятком, закрыть крышкой и кипятить 5 минут, после чего настаивать 3—5 часов.

Процедить, добавить сахар и корицу, вскипятить, добавить мелко нарезанные или натертые яблоки и охладить. Нарезать хлеб мелкими кубиками, подсушить в духовом шкафу и подать к супу.

### **Суп-пюре из яблок с рисом**

- 2—3 яблока, 1½ л воды, 200 г булки, лимонная цедра или корица, ½ стакана сахарного песка, 2 ст. ложки риса

Яблоки, лучше всего антоновские, вымыть, нарезать дольками, удаляя семена, положить в кастрюлю, добавить нарезанный белый хлеб (без корок). Можно положить срезанную с лимона цедру или несколько кусочков корицы. Залить все горячей водой, накрыть крышкой и варить до разваривания яблок. Снять кастрюлю с огня, вынуть цедру или кусочки корицы, а все остальное протереть через сито. Полученное пюре положить в кастрюлю, добавить сахар, развести горячей кипяченой водой до нормальной густоты супа-пюре и прокипятить. При подаче положить в тарелки по столовой ложке отваренного отдельно риса. К супу можно подать сметану.

### **Суп-пюре из яблок с черносливом**

- 200 г пшеничного хлеба, 1½ л воды, 5—6 средних яблок, ½ лимона, 3—4 ст. ложки сахарного песка, 6 ст. ложек заправки (чернослив или изюм)

Яблоки, лучше антоновские, нарезать, положить в кастрюлю, добавить нарезанный пшеничный хлеб, цедру лимона. Залить горячей водой и варить до разваривания яблок. Снять кастрюлю с огня, вынуть цедру, а все остальное протереть через сито. Полученное яблочное пюре поместить в кастрюлю, добавить сахар, развести горячей водой до желаемой густоты и прокипятить. Перед подачей к столу положить в тарелки по столовой ложке отваренного отдельно чернослива, изюма, а также гренки-сухари.

### **Суп-пюре острый из яблок**

- 3—4 яблока, ½ л воды, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложка уксуса, 1 пучок укропа

Кислые яблоки нарезать дольками, удаляя семена, потушить в слегка подсоленной воде, затем протереть через сито. Сливочное масло и пшеничную муку растереть, хорошо перемешать все с кашицей из яблок, довести до кипения, добавить уксус, сахар и зелень укропа. Можно подать к этому супу кубики поджаренного черного хлеба.

### **Суп-пюре из помидоров и яблок**

- 3 яблока, 4 помидора, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 ст. ложки риса, 1 л воды или бульона

Морковь и лук нарезать ломтиками и слегка поджарить на масле, добавить пшеничную муку, смешанную с острым перцем, и жарить еще 2 минуты. Переложить в кастрюлю, залить горячим мясным бульоном (или водой), довести до кипения, добавить нарезанные ломтиками помидоры и свежие яблоки, очищенные от кожицы и семян, и варить 30 минут. Массу протереть через сито, вновь довести до кипения и посолить. Можно отдельно отварить рис и подать его к супу.

### **Суп из свежих огурцов с яблоками и сметаной**

- 5 свежих огурцов, 3 яблока, 1 морковь, тмин на кончике ножа, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа, 2 л воды,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны

В кипящую подсоленную воду добавить тмин и дать настояться 10 минут. Натертые на крупной терке яблоки, морковь, нарезанные соломкой огурцы, укроп, сметану залить охлажденным настоем тмина.

### **Суп яблочно-тыквенный**

- 2 яблока, 300 г тыквы, 3 ч. ложки меда, 1 л воды

В горячий процеженный отвар из кожицы и семенных коробочек яблок добавить кусочки яблок, натертую тыкву и мед.

## **Суп молочный с яблоками и тыквой**

- 3 яблока, 300 г тыквы, 2 ст. ложки меда, корица на кончике ножа, 1½ л молока

Тыкву нарезать кубиками, яблоки — ломтиками. Тыкву смешать с яблоками, залить холодным кипяченым молоком, добавить соль, мед, корицу.

## **Суп морковно-яблочный**

- 1 яблоко, 3 моркови, 1 ст. ложка меда, 1 л воды

В горячий процеженный отвар, приготовленный из кожицы и семенных коробочек яблок, добавить натертую сырую морковь и кусочки яблок.

## **Суп яблочно-морковный на кефире**

- 1 л кефира, ½ л воды, 6 яблок, 2 моркови, 2 ст. ложки меда, 4 ст. ложки сметаны, ванилин на кончике ножа

Яблоки и морковь нарезать соломкой, добавить мед, ванилин, соль, разведенный кипяченой водой кефир, сметану.

## **Суп из яблок с виноградным соком**

- 6 яблок, 1 л воды, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сливочного масла, ½ л виноградного сока, корица, лимонная цедра с ½ лимона, гренки

Яблоки очистить и варить до мягкости в воде с корицей и лимонной цедрой. Процедить. Заправить мукой и маслом. Развести виноградным соком. Добавить сахар, протертые яблоки, прокипятить. Отдельно подать гренки.

## **Суп из яблок с вареньем по-эстонски**

- 200 г ржаного хлеба, 1 л воды, 1 яблоко, 2—3 ст. ложки сахарного песка, 3 ст. ложки варенья, 2 ст. ложки изюма, 2 яичных желтка, 4 ст. ложки сметаны

Куски ржаного хлеба и нарезанные ломтиками яблоки отварить в небольшом количестве воды. Протереть через сито или размять, добавить сахарный песок,

какое-либо варенье, изюм, довести до желаемой густоты и прокипятить. Когда суп будет готов, положить в него взбитые яичные желтки. Подавать со сметаной.

### Суп из шиповника, облепихи, яблок и риса

- 3—4 ст. ложки сушеных плодов шиповника, 5—6 ст. ложек сахарного песка, 3—4 ст. ложки риса, 2—3 яблока, 3—4 ст. ложки облепихи

Плоды шиповника перебрать, промыть, размять, залить кипящей водой и варить 10 минут при слабом кипении, закрыв крышкой. Затем дать настояться 3 часа и процедить. Облепиху перебрать, промыть кипяченой водой, потолочь, отжать сок, соединить с настоем шиповника. Свежие яблоки очистить от кожицы и сердцевины, нарезать соломкой и пересыпать сахарным песком. Кожицу от яблок и отжимки ягод облепихи залить водой и сварить, затем все вместе с отваром протереть через частое сито, соединить с настоем шиповника, добавить сахар, размешать и охладить. В тарелки положить отварной рассыпчатый рис, нарезанные яблоки, залить приготовленным отваром, положить сметану или сливки.

### Суп из свежих яблок с рисом

- 4—5 яблок, 3—4 ст. ложки риса, 3—4 ст. ложки сахарного песка, 1—2 г лимонной кислоты,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки корицы, 2—3 ст. ложки сметаны или сливок

Свежие яблоки промыть, очистить от сердцевины и кожицы. Очистки еще раз промыть, залить водой так, чтобы жидкости было достаточно для приготовления супа, добавить лимонную кислоту и варить до мягкости. Затем всю смесь протереть через сито. В полученную массу положить по вкусу сахар, довести ее до кипения, добавить молотую корицу и охладить. Очищенные яблоки нарезать соломкой или кубиками и пересыпать сахарным песком. Рис отварить в слегка подсоленной воде, охладить. В тарелки положить рис, нарезанные яблоки, налить подготовленный отвар, положить сметану или сливки.

## **Суп из риса с яблоками и кефиром**

- 1 л кефира, 1 л воды, 5 яблок, 1 стакан риса, 1 ст. ложка меда,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, ванилин

Замоченный рис залить кипящей соленой водой, довести до кипения, проварить 2—3 минуты и охладить в отваре. Яблоки нарезать ломтиками, смешать с рисом, отваром, кефиром, добавить мед, соль, ванилин.

## **Суп из риса с яблоками и грецкими орехами**

- 5 яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана риса, 2 ст. ложки рубленых ядер грецких орехов,  $\frac{1}{5}$  л воды, изюм, корица на кончике ножа,  $\frac{1}{2}$  стакана сливок

Замоченный рис залить стаканом подсоленной кипящей воды и варить. Когда крупа впитает почти всю воду, всыпать промытый изюм, накрыть кастрюлю крышкой, довести рис до кипения, сварить, охладить. Яблоки нарезать кубиками, смешать с орехами, отварным рисом, изюмом, залить холодной кипяченой водой, добавить соль, корицу, сливки.

## **Суп из толокна с яблоками**

- 2 ст. ложки толокна, 1 кг яблок, 2 ст. ложки меда,  $1\frac{1}{2}$  л воды, корица на кончике ножа,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны

Очищенные яблоки нарезать кубиками. Отходы яблок залить водой, проварить 4—5 минут, отвар процедить. Толокно развести частью холодного яблочного отвара, тщательно перемешать, чтобы не было комочков, довести смесь до кипения и охладить. Оставшийся яблочный отвар смешать с подготовленным толокном, добавить соль, мед, корицу. В тарелку положить нарезанные кубиками яблоки, залить подготовленной смесью и добавить сметану.

## **Суп из яблок с кефиром и творогом**

- 1 л кефира, 5 яблок, 100 г творога,  $1\frac{1}{2}$  л воды, 2 ст. ложки изюма, 1 ст. ложка меда, корица на кончике ножа

Изюм промыть, залить горячей водой, довести до кипения и оставить в отваре на 2—3 минуты. Яблоки



очистить от кожуры, удалить сердцевину. Отходы яблок залить горячей водой и варить 10—15 минут. Отвар от яблок процедить, охладить, смешать с кефиром, добавить протертый творог, изюм, мед, нарезанные ломтики яблок, корицу, перемешать.

### **Суп из яблок, чернослива и творога**

- 1 л кефира,  $\frac{1}{2}$  л воды, 6 яблок, 5 ст. ложек творога, 15 шт. чернослива, 2 ст. ложки меда, ванилин на кончике ножа

Чернослив промыть, залить горячей водой, довести до кипения, охладить в отваре. Отвар процедить через марлю. Из чернослива удалить косточки. Яблоки нарезать кубиками, смешать с протертыми через сито творогом и черносливом, залить смесью кефира с отваром чернослива, добавить мед и ванилин.

### **Суп молочный с творогом, тыквой и яблоками**

- 200 г творога, 4 ст. ложки протертой тыквы, 2 яблока, 2 ст. ложки меда,  $3\frac{1}{2}$  стакана молока, 2 шт. гвоздики,  $\frac{1}{2}$  стакана воды

Гвоздику залить кипятком, настоять 20 минут, процедить. Протертый творог соединить с протертой тыквой и нарезанными яблоками, добавить мед, молоко, настой гвоздики и взбивать смесь в течение 2 минут.

### **Суп кефирный с яблочным соком и морковью**

- 1 стакан яблочного сока, 3 стакана кефира, 2 моркови

Сырую морковь натереть на крупной терке, добавить яблочный сок, кефир и взбивать смесь в течение 2 минут.

### **Окрошка с яблоками**

- 3 свежих огурца, 1 яблоко, 10 редисок, 3 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 1 ст. ложка мелко нарезанного укропа,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки готовой горчицы,  $1\frac{1}{2}$  л пахты

Огурцы, яблоки, редис нарезать соломкой, добавить соль, горчицу, лук и укроп, залить холодной пахтой и подать с кусочками пищевого льда и сметаной.

## Суп картофельный с яблоками и сметаной

- 4 картофелины, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 яблока, 1 ст. ложка лимонного сока, 1½—2 л воды, ½ стакана сметаны, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа, молотый перец по вкусу.

Картофель отварить, откинуть на дуршлаг (отвар сохранить), протереть через сито. Добавить в пюре сливочное масло, мелко нарезанный репчатый лук, молотый перец. Картофель соединить с отваром. Все тщательно перемешать. Довести смесь до кипения. Добавить натертые на крупной терке яблоки, лимонный сок, сметану и укроп.

## Бозбаш с яблоками

- 500 г баранины, 1 стакан лущеного гороха, 4 картофелины, 2 яблока, 2 головки репчатого лука, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки сливочного масла

Промытую баранину порезать или порубить на куски массой 30—40 г, положить в кастрюлю, залить водой так, чтобы она только покрывала баранину, посолить и, накрыв кастрюлю крышкой, варить на слабом огне, снимая пену. В отдельной кастрюле поставить варить перебранный и промытый горох, залив его 2—3 стаканами холодной воды. Варить горох на слабом огне. Примерно через 1—1,5 часа положить в горох сваренные кусочки баранины, отделив все мелкие косточки. Добавить процеженный бульон, поджаренный на масле мелко нарезанный лук, нарезанные картофель и яблоки, томат-пюре, соль, перец и, накрыв крышкой, тушить 20—25 минут. При подаче посыпать бозбаш мелко нарезанной зеленью петрушки.

## Борщ киевский с яблоками

- 400 г говядины, 100 г баранины (грудинка), 2 свеклы, 300 г капусты, 2—3 картофелины, 40 г фасоли, 1 морковь, 2 яблока, 2 ст. ложки томата-пюре, 40 г сала свиного (шпика), 1—2 головки репчатого лука, 2 стакана свекольного кваса, 1 ст. ложка сахарного песка, сметана, зелень сельдерея и петрушки

Говядину залить свекольным квасом, водой и варить на умеренном огне. За 30—40 минут до готовности положить морковь, петрушку и репчатый лук. Свеклу, нарезанную соломкой, тушить с мелко нарубленной бараниной и томатом-пюре. В кипящий бульон положить нашинкованную капусту, нарезанный кубиками картофель и варить до полуготовности. Добавить сваренную фасоль, спассерованные корни и репчатый лук, свеклу, тушеную с бараниной, квас, сахар, шпик, толченный с зеленью петрушки, нарезанные яблоки, перец душистый и варить до готовности. В конце варки добавить лавровый лист. При подаче заправить борщ сметаной и посыпать зеленью.

### **Борщ селянский с яблоками**

- 400 г баранины, 1 свекла, 400 г свежей капусты, 5 картофелин, 100 г фасоли, 2 яблока, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 40 г сала свиного топленого, 40 г шпика, 2 ст. ложки томата-пюре, специи по вкусу, 2 стакана кваса свекольного, сметана

Свеклу нарезать соломкой и тушить с томатом-пюре и свекольным квасом. В кипящий мясной бульон положить капусту, нарезанный кубиками картофель и варить до полуготовности, затем добавить тушеную свеклу, спассерованные корни и лук, готовую фасоль и варить 15—20 минут. Добавить нарезанные яблоки, перец душистый, лавровый лист и заправить толченым шпиком. При подаче заправить борщ сметаной.

### **Борщ черниговский с яблоками**

- 400 г говядины, 1—2 свеклы, 3—4 помидора, 3—4 яблока, 2—3 картофелины, 100 г кабачков, 1 морковь, 2 ст. ложки томата-пюре, 40 г сала свиного топленого, сметана, специи по вкусу

Свеклу нарезать соломкой и тушить с томатом-пюре. Фасоль сварить отдельно. В кипящий мясной бульон положить картофель, нарезанный дольками, шинкованную капусту и варить 15—20 минут. Затем добавить вареную фасоль, тушеную свеклу, спассерованные корни и лук, нарезанные дольками яблоки и свежие помидоры, специи и варить до готовности. Готовый борщ заправить сметаной и посыпать зеленью.

## **Суп из яблок по-болгарски**

- 10—12 яблок,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка, 5 ст. ложек изюма, 1 лимон, 1 бутылка белого вина

Яблоки очистить и нарезать ломтиками. Треть яблок потушить в смеси из стакана вина, сока лимона и сахара. Оставшиеся яблоки сварить в воде с сахаром, протереть, процедить. Половину отвара отлить, остальное поставить на холод. В отлитом отваре сварить изюм. Затем в глубокую посуду налить бутылку белого вина, положить ломтики яблок, изюм и залить остуженным отваром.

## **Суп из свежих яблок и груш**

- 2 яблока, 2 груши, 1 ч. ложка крахмала, сахар, сливки, кусочек корицы, лимонная кислота

Очищенные от кожицы яблоки и груши нарезать ломтиками или дольками, залить литром воды, добавить сахар, корицу и варить на слабом огне. Перед окончанием варки в суп добавить разведенный крахмал, немного лимонной кислоты. Перед подачей вынуть корицу и добавить сливки или сметану.

## **Суп из овсяных хлопьев с яблоками**

- $\frac{1}{2}$  л воды, 8 ст. ложек овсяных хлопьев,  $\frac{1}{2}$  л молока, 2 яблока, сахар, соль, корица

Воду с пряностями вскипятить, добавить овсяные хлопья и молоко. Суп снять с огня, разлить на порции, положив в каждую тарелку сахар и натертые на крупной терке яблоки.

## **Суп из яблок и клюквы**

- 3 яблока, 300 г клюквы, 1 стакан сахара, 1 ст. ложка крахмала

Клюкву перебрать, размять в кастрюле, залить 5 стаканами кипятка, перемешать и накрыть крышкой. Через 10 минут процедить через марлю. Кастрюлю с соком поставить на огонь, добавить сахар, очищенные и нарезанные соломкой яблоки. Когда все закипит, всыпать разведенный крахмал. Подать охлажденным.

### **Суп из сухих яблок со свеклой**

● 1 стакан сухих яблок, 2 свеклы, 2 ст. ложки меда, 2 л воды, лимонная кислота, соль

Яблоки промыть и замочить в холодной воде на 2 часа. Воду слить, а замоченные яблоки пропустить через мясорубку. Свеклу нарезать соломкой, добавить яблоки, залить горячей соленой водой, добавить лимонную кислоту, довести до кипения и охладить. В суп добавить мед.

### **Хлебный суп с яблоками**

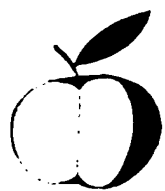
● 200 г ржаных сухарей, 1½ л воды, 1 стакан сахара, 5 кислых яблок, 2 ч. ложки сухой лимонной цедры, ½ стакана сливок

Сухари замочить на несколько часов, а затем проварить с мелко нарезанными яблоками. Всю массу протереть через дуршлаг, добавить сахар, пряности, довести до кипения. Подавать со взбитыми сливками.

### **Суп из яблок на молочной сыворотке**

● 5 яблок, 1 л молочной сыворотки, 1 л воды, ½ стакана риса

Промытый рис залить кипяченой соленой водой, довести до кипения и варить при закрытой крышке 15—20 минут. Затем добавить молочную сыворотку и яблоки, нарезанные кубиками. Довести суп до кипения и подать в горячем виде.



## **МЯСНЫЕ И РЫБНЫЕ БЛЮДА**

### **Вареное мясо, запеченное с яблоками в молочном соусе**

● 150 г говядины, 1 ст. ложка сливочного масла, ½ стакана молока, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 яблока

Нежирное мясо отварить и разрезать на 4—5 тонких ломтиков. Из молока и муки приготовить соус. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать тонкими кружочками. Однопорционную сковороду сма-

зять маслом, выложить кружочками яблок, на яблоки положить ломтики мяса, затем снова яблоки и так далее. Сверху залить соусом, сбрызнуть растопленным маслом. Запечь в духовке.

### **Говяжья грудинка под соусом из хрена и яблок**

- 500 г говяжьей грудинки, лавровый лист, 4 горошины черного перца, 1 головка репчатого лука, 1 шт. гвоздики, 1 яблоко, хрен, уксус, растительное масло, соль, сахар, 1—2 ч. ложки бульона или сливок

Грудинку положить в кипящую воду и поставить варить. Незадолго до готовности добавить перец, гвоздику и лук. Посолить. Яблоки очистить и натереть на терке, смешать с таким же количеством тертого хрена, добавить по вкусу уксус, растительное масло, соль, сахар, бульон или сливки. Все хорошо перемешать. Подать грудинку под соусом.

### **Ростбиф с яблоками и сельдереем**

- 500 г филейной части говядины, 2 моркови, 2 головки репчатого лука, 2 корня сельдерея, 2 яблока, 4 ст. ложки растительного масла

Мясо вымыть, обсушить салфеткой и втереть в него со всех сторон соль и перец. Положить мясо на противень жиром вверх. Запекать 10 минут в сильно нагретой духовке. Затем добавить к мясу нарезанную кубиками морковь и кружочки лука и запекать еще 25 минут. Поджаренный ростбиф подавать вместе с яблоками и сельдереем, натертыми на терке и приправленными лимонным соком и растительным маслом.

### **Свиная грудинка под соусом из яблок**

- 600 г свиной грудинки, 1 ст. ложка растительного масла, 3 антоновских яблока, 50 г мадеры, 1 ст. ложка сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана бульона,  $\frac{1}{2}$  стакана яблочного отвара

Яблоки нарезать, залить водой и варить до мягкости. Свиную грудинку разрезать на части, посолить, обжарить со всех сторон на растительном масле. Переложить в кастрюлю, влить бульон и яблочный отвар

(без яблок). Прибавить мадеру (или портвейн), пюре из яблок и сахарный песок, все перемешать. Выложить грудинку на тарелки, полить приготовленным соусом.

### **Отбивные с картофелем и яблоками**

- 4 шт. свиных отбивных, 1 кг картофеля, 1 кг кислых яблок, 2 головки репчатого лука,  $\frac{1}{2}$  л мясного бульона

Яблоки и картофель очистить и нарезать кубиками. Картофель отварить в мясном бульоне со специями, добавить яблоки и тушить 10—15 минут, пока не выкипит почти весь бульон. Котлеты отбить, обвалить в сухарях и обжарить с обеих сторон в жире. Картофель и яблоки выложить горкой, сильно поперечить, сверху обсыпать предварительно обжаренными колечками лука, вокруг положить котлеты.

### **Колбаса с яблочно-картофельным пюре**

- 1 кг картофеля, 1 кг кислых яблок, 500 г вареной колбасы, 2—3 головки репчатого лука, 2 ст. ложки шпика

Картофель и яблоки очистить и в отдельности потушить. Из картофеля приготовить картофельное пюре, а яблоки протереть через сито. Все соединить и хорошо взбить. Приправить по вкусу солью и сахаром. Кубики шпика растопить, обжарить в образовавшемся жире кольца лука и колбасу. Подать к этому приготовленную из картофеля и яблок массу.

### **Гусь или утка, жаренные с яблоками**

Подготовленного гуся нафаршировать яблоками, очищенными от сердцевины и нарезанными дольками. Отверстие в брюшке зашить нитками. В таком виде положить гуся на сковороду спинкой, добавить  $\frac{1}{2}$  стакана воды и поставить в духовой шкаф жариться. Во время жарения несколько раз поливать гуся вытопившимся жиром и соком. Жарить гуся 1—1 $\frac{1}{2}$  часа.

Из жареного гуся удалить нитки, вынуть ложкой яблоки, выложить их на блюдо, гуся разрубить на порционные куски и уложить на яблоки. Таким же спосо-

бом готовят утку с яблоками. Гусь и утка без яблок жарятся так же. На гарнир к ним можно подавать печеные яблоки с тушеной капустой, рассыпчатую гречневую кашу и картофель.

### **Гусь, фаршированный хлебом и яблоками**

- 2-килограммовый гусь, 4 стакана пшеничного хлеба (тертого), 4 кислых яблока

Пшеничный хлеб натереть, смешать с нарезанными яблоками. Полученным фаршем начинить подготовленного гуся и жарить в духовке до полной готовности, поливая водой и гусиным жиром, образующимся при жарении. На гарнир можно подать маринованные сливы, яблоки и огурцы.

### **Индейка с маринованными яблоками, запеченная в сметане**

- 500 г индейки (мякоть), 3—4 маринованных яблока, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны, 2 ст. ложки тертого сыра, зелень петрушки или укропа

Сварить индейку. Мякоть, кроме филейной части, нарезать соломкой, обжарить в сливочном масле, добавить часть сметаны и прогреть. Массу выложить на небольшую сковороду, сверху положить кусочки филе, украсить нарезанными маринованными яблоками, полить оставшейся сметаной, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в духовке. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

### **Курица с яблоками и сыром**

- 1 курица, 3—4 яблока, 300 г томата, 2 головки репчатого лука, 150—200 г сыра

Курицу разрезать на порции, обжарить, сложить в кастрюлю. Добавить томат, нарезанный кольцами лук, яблоки (очищенные и порезанные на дольки). Посыпать тертым сыром, полить маслом и поставить в духовку.



## **Рулетики из свинины, начиненные яблоками**

- 500 г постной свинины, 2 кислых яблока, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1 стакан сметаны, соль, перец, сахар, укроп

Мясо нарезать ломтиками толщиной 1 см, отбить, посолить, поперчить. На каждый ломтик положить 3—4 очищенные дольки яблока, немного обжаренные в масле. Мясо скатать рулетиками, обвалять в муке и обжарить в масле. Положить в кастрюлю, залить сметаной, добавить соль, укроп, тушить в закрытой посуде на слабом огне 20 минут. Подавать с жареным картофелем и сметанным соусом, в котором тушилось мясо.

## **Шницель из свинины с жареными ломтиками яблока**

- 500 г свинины, 1 яйцо, 2 кислых яблока, по 1 ст. ложке сливочного масла и рубленой зелени, 80 г жира, соль, перец

Ломтики свинины отбить, посолить, поперчить, обмакнуть во взбитое яйцо, обвалять в сухарях, обжарить в жире. Яблоки очистить, порезать толстыми ломтиками и обжарить в масле. Шницели разложить в блюде для жаркого, на каждый шницель положить ломтик жареного яблока. В середину насыпать рубленой зелени.

## **Утка, фаршированная яблоками и черносливом**

- 1 утка, 200 г чернослива, 8 кисло-сладких яблок, лимонный сок, соль, перец, вода, жир

У шести яблок вынуть сердцевину, полученное углубление заполнить черносливом. Утку промыть, обсушить, натереть лимонным соком, солью, перцем, начинить яблоками, разрезанными на 4 части. Утку завернуть в пергаментную бумагу и положить на час в холодное место, затем положить на противень спинкой вниз, вокруг разложить яблоки, начиненные черносливом. Сверху на утку и яблоки положить кусочки масла. Подлить воды и жарить в духовке до готовности, время от времени поливая утку водой. Яблоки вынуть из духовки, пока они не потеряли форму. Готовую утку разделить на порции, подавать с жареным картофелем и фаршированными яблоками.

## **Жаркое из свинины с яблоками**

- 1 кг свинины, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 кг кисло-сладких яблок, 1 кг картофеля, 3 стакана воды, крахмал, соль, перец

Противень выложить кореньями, нарезанными ломтиками. Мясо обмазать маслом, натереть солью и перцем, положить в духовку кожей вниз. Подлить немного воды. Яблоки, разрезанные пополам, и очищенный картофель жарить вместе с жарким. Готовое мясо нарезать ломтиками и выложить на блюдо вместе с жареным картофелем и яблоками.

## **«Горячая молния» (голландское блюдо)**

- 200 г свинины, 100 г сосисок, 2 кислых яблока, 2—3 картофелины, 2—3 головки репчатого лука, 1½ стакана мясного бульона, 20 г сливочного масла, соль, перец молотый, панировочные сухари

Яблоки и картофель очищают и нарезают кубиками. Картофель варят в мясном бульоне со специями, добавляют яблоки и тушат еще 10 минут. Свинину солят, обваливают в сухарях, зажаривают. В конце жарения на сковороду кладут сосиски. Картофель и яблоки перчат, посыпают колечками обжаренного лука, рядом кладут с одной стороны свиную отбивную, а с другой — сосиски.

## **Курица, фаршированная яблоками**

- 1 курица, 3 яблока, 2 ст. ложки изюма, 2 головки репчатого лука, зелень, масло, сметана

Приготовить фарш: лук с зеленью потушить в масле, смешать с мелко нарезанными яблоками и изюмом. Потрошеную курицу вымыть, обсушить и нафаршировать через разрез в брюшке. Отверстие зашить, курицу смазать сметаной и поставить в духовой шкаф.

## **Мясной рулет с яблоками**

- 1,5 кг корейки, 3—4 кислых яблока, соль, перец, горчица

Мякоть отбить, натереть горчицей и солью и покрыть тонкими ломтиками яблок. Свернуть рулетом, перевязать ниткой. Мясной рулет жарить в духовке 1—1½ часа, поливая его соком, выделяющимся при жарке.

### **Трубочки из фарша с яблоками**

- 500 г фарша, 3 кислых яблока, 1 головка репчатого лука, 2 отварные картофелины, ½ стакана сметаны, 100 г белого хлеба

Фарш смешать с рубленным луком, размятым картофелем, размягченным белым хлебом, сметаной, посолить и поперчить. Сделать из фарша 10 больших широких лепешек. На каждую положить продолговатые куски яблока, соединить края фарша, обвалить в сухарях и придать им форму трубочек. Поджарить в жире и поставить на некоторое время в духовку для запекания. Подать с овощным гарниром.

### **Почки, тушеные с яблоками**

- 400 г почек, 4 яблока, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки сметаны, соль, перец, зелень

Почки вымочить и проварить. Разрезать вдоль, обе половины разрезать еще раз на 2—3 части, подрумянить на сковороде, добавить измельченный лук, соль, перец, 1 стакан горячей воды и тушить под крышкой. Затем положить сверху дольки яблок, тушить до полной готовности. Перед подачей на стол смешать со сметаной.

### **Яблоки по-австралийски**

- 6 яблок, 250 г мясного фарша, 50 г масла, 4 ст. ложки сметаны, соль, перец

Яблоки разрезать пополам, сделать ножом углубление в середине каждой половинки. В мясной фарш положить соль, перец, масло и заполнить этой смесью яблоки. В сковороду налить немного воды, положить фаршированные яблоки. Запекать 20—25 минут. Перед подачей каждое яблоко полить сметаной.



## БЛИНЫ И ОЛАДЬИ

### Блинчики с яблоками

- 2 стакана муки,  $\frac{1}{2}$  л воды, 1 яйцо, 6 яблок, сода

Приготовить тесто для блинчиков. Яблоки натереть на крупной терке, ввести в тесто перед выпечкой. Выпекать, как обычные блины.

### Блинчики из яблок

- 1 яйцо, 2 ст. ложки сахарного песка, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 стакан молока, мука, 4—5 яблок, сода

Растереть яйцо с сахаром, сливочным маслом, добавить молоко и такое количество муки, чтобы получилось густое тесто. Яблоко очистить от кожицы, удалить сердцевину, нарезать кружочками толщиной 1 см. Кружочки яблок смочить в тесте и поджарить во фритюре. Подать теплыми с сахаром.

### Блинчики с яблочной начинкой

- 2 граненых стакана муки,  $2\frac{1}{2}$  стакана молока, 3 яйца,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки сахарного песка,  $\frac{1}{4}$  ч. ложки соли, 1 ст. ложка топленого масла для обжаривания, яблоки для начинки

Смешать сырые яйца с солью, сахаром, прибавить  $\frac{1}{2}$  стакана молока, размешать, вымесить тесто, после чего развести все оставшимся молоком.

Хорошо разогреть сковороду средней величины, смазать ее маслом или кусочком шпика, налить разливательной ложкой тесто на сковороду, быстро повертывая ее, чтобы тесто разлилось по всей сковороде ровным и тонким слоем. Блинчики, подрумянившиеся с одной стороны, снимать со сковороды, складывать стопкой на блюде или на доске. Затем блинчики разложить на доске подрумяненной стороной кверху и на каждый блинчик положить столовую ложку яблочной начинки (яблочного варенья, густого повидла). Блин-

чки завернуть в виде конверта и обжарить с обеих сторон на сковороде с маслом.

### **Яблочные оладьи**

- 3 стакана муки, 2 стакана молока, 2 яйца, 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложка сахара,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки соли, 20 г дрожжей, 4 яблока

Замесить тесто и поставить в теплое место для подъема. Яблоки очистить, нарезать тонкими ломтиками и перед выпечкой положить в готовое поднявшееся тесто. Жарить оладьи на сковороде с разогретым маслом, тесто класть ложкой, смоченной в воде.

### **Оладьи с яблоками**

- 6 яблок, дрожжевое тесто для оладьев

Яблоки очистить, удалить сердцевину. Нарезать тонкими кружочками. Выпекая оладьи, положить на каждую из них по ломтику яблока и поджарить с обеих сторон. Готовые оладьи посыпать сахаром. Подать с молоком или со сливками.

### **Оладьи из печеных яблок**

- 4 печеных яблока или 1 стакан яблочного пюре, 1 стакан муки,  $\frac{1}{2}$  стакана сахара, 50 г масла, 10 г дрожжей

В яблочное пюре добавить муку, соль, дрожжи, сливочное масло, сахар. Замесить тесто и выпекать оладьи на сковороде.

### **Оладьи манные с яблоками и изюмом**

- 1 маленькое яблоко, 1 ст. ложка изюма,  $\frac{1}{3}$  стакана молока,  $\frac{1}{2}$  яйца, 20 г сливочного масла,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки сахарного песка

На молоке с сахаром сварить кашу, слегка ее охладить и ввести яйцо. Яблоки очистить, нарезать мелкими кубиками и добавить в кашу вместе с промытым изюмом. Выпекать оладьи на сковороде с разогретым маслом.

## Оладьи рисовые с яблочным пюре

- 1 стакан риса, 1 стакан молока, 1½—2 стакана яблочного пюре, 2—3 ст. ложки сливочного масла, 2—3 ст. ложки сахарного песка, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка сахарной пудры, 2 яйца

Рис положить в кипящую подсоленную воду (1 стакан), довести до кипения и варить 20—25 минут. Влить горячее молоко и варить до готовности. Охладить до 60—70°C. Яичные желтки растереть с сахаром, соединить с кашей, добавить яблочное пюре и перед самым жарением взбитые в густую пену яичные белки. Обжарить оладьи в разогретом масле с обеих сторон. При подаче полить сметаной, смешанной с сахарной пудрой.

## Гороховые оладьи с яблоком и киселем

- 600 г гороховой муки, 1 стакан пшеничной муки, 50 г дрожжей, 3 ст. ложки сахарного песка, 3 стакана воды, 2 яблока, 50 г жира

В теплой воде растворить сахар, соль и дрожжи, добавить просеянную гороховую и пшеничную муку и перемешать до образования однородной массы. Замешенное тесто оставить на 1 час в теплом месте. Когда тесто подойдет, добавить яблоки, нарезанные мелкими кубиками. Все размешать и выпекать, как обыкновенные оладьи. Подавать оладьи с киселем.



## КОТЛЕТЫ, ОМЛЕТЫ, КАШИ

### Котлеты морковно-яблочные

- 4 моркови, 4 яблока, 1½ ст. ложки манной крупы, 2 ч. ложки сахарного песка, 4 ст. ложки сливочного масла

Морковь очистить, промыть, натереть на терке, положить в кастрюлю, влить воду (1 стакан) и тушить до полуготовности. Добавить очищенные нашинкованные яблоки и тушить их до мягкости. Затем всыпать манную крупу, добавить соль и сахар по вкусу и про-

варить в течение 5 минут, все время помешивая, чтобы не образовались комки. Полученную массу охладить, разделить на котлеты, обвалять в сухарях. Поджарить котлеты с обеих сторон в разогретом масле.

### **Котлеты морковно-яблочные запеченные**

- 3—5 шт. моркови, 3 яблока, 2 яичных белка, 2 ст. ложки сливочного масла, 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> ст. ложки манной крупы, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 ст. ложка сахарного песка

Морковь нарезать тонкой лапшой и тушить до готовности, добавив половину порции масла и <sup>1</sup>/<sub>4</sub> стакана воды. Добавить нашинкованные яблоки и сахар и тушить еще 5 минут, после чего всыпать манную крупу, вымесить, дать постоять 5—10 минут под крышкой, соединить со взбитыми белками и охладить. Охлажденную массу разделить на части, обвалять в сухарях (или муке), придать форму котлет, положить на сковороду, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. Подавать со сметаной.

### **Зразы морковные с яблоками**

- 4 моркови, 1 ст. ложка манной крупы, 2 ст. ложки сахарного песка, <sup>1</sup>/<sub>4</sub> стакана молока, 3 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки панировочных сухарей, 1 яйцо, 2 яблока

Нашинкованную соломкой морковь тушить в молоке с половиной взятого по рецептуре масла до готовности, добавить манную крупу, сахар, соль по вкусу, слегка остудить, ввести яйца и вымесить. Подготовленную массу разделить на лепешки. На середину каждой положить нашинкованные яблоки, посыпанные сахаром. Края лепешки соединить, придав им овальную форму, обвалять зразы в сухарях и обжарить в разогретом масле. Подавать со сметаной.

### **Котлеты капустные с яблоками**

- 800 г капусты, 1 стакан молока, 3 яблока, 2 ст. ложки манной крупы, 1 яйцо, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 3 ст. ложки сливочного масла

Очищенную свежую капусту промыть, мелко нашинковать и припустить в молоке с добавлением воды.

В готовую капусту положить очищенные, мелко нарезанные яблоки, чуть позже добавить манную крупу, перемешать. Поварить еще 10 минут, посолить, добавить яйцо. Сформировать котлеты, обвалить в сухарях и поджарить в разогретом масле.

### **Омлет с яблоками**

- 6 яиц, 1 яблоко, 50 г сливочного масла,  $\frac{1}{2}$  стакана молока

Во взбитую смесь из молока и яиц добавить соль по вкусу, нарезанные ломтиками яблоки. Все осторожно перемешать, вылить на сковороду, смазанную маслом, и запечь в духовом шкафу в течение 15—20 минут. Омлет переложить на подогретое блюдо и полить растопленным сливочным маслом.

### **Омлет с яблоками и морковью**

- 6 яиц, 1 стакан молока, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 яблоко, 1 морковь, корица (на кончике ножа)

Яблоки нарезать ломтиками и слегка прогреть (2—3 минуты) со сливочным маслом. Яйца взбить, постепенно добавляя молоко, в конце взбивания ввести соль и корицу, перемешать. В смазанную сливочным маслом форму положить ломтики яблок, на них — натертую сырую морковь и залить приготовленной яично-молочной смесью. Запечь в духовом шкафу в течение 15—20 минут. Подавать горячим.

### **Каша из пшеничных булочек и яблок**

- 100 г булочек, 1 стакан молока, 2 ч. ложки сахарного песка, 1 ч. ложка сливочного масла, 2 ст. ложки пюре из печеных яблок

Кусочки черствой булочки или высушенные сухарики сложить в посуду, залить горячим сладким молоком, дать набухнуть, протереть сквозь сито и прокипятить. Полученную массу (кашу) заправить сливочным маслом и пюре из печеных яблок.

### **Рисовая каша с яблоками**

- 5 яблок, 1 стакан риса,  $2\frac{1}{2}$  стакана воды, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки изюма, корица (на кончике ножа)



Замоченный рис залить горячей подсоленной водой. Когда крупа впитает воду, положить промытый изюм, сливочное масло, корицу и нарезанные дольками яблоки (без кожицы и семян). Кастрюлю накрыть крышкой и проварить содержимое на слабом огне в течение 10—12 минут. Подавать рисовую кашу горячей.

### **Гречневая каша с яблоками**

- 5 яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана гречневой крупы,  $1\frac{1}{2}$  стакана воды, 2 ст. ложки грецких орехов (рубленые ядра), 1 ст. ложка изюма, 4 ст. ложки сливочного масла, молотый мускатный орех (на кончике ножа)

Сварить рассыпчатую гречневую кашу. Яблоки нарезать мелкими кубиками, смешать с гречневой кашей, рублеными ядрами грецких орехов, изюмом, добавить мускатный орех. Подавать в горячем виде, полив сливочным маслом.

### **Пшенная каша с морковью и яблоками**

- $1\frac{1}{2}$  стакана пшена,  $\frac{1}{2}$  стакана воды, 2 стакана молока, 2 яблока, 4 ст. ложки сырой тертой моркови, 4 ст. ложки сливочного масла, 3 шт. гвоздики, 3 ст. ложки меда

Замоченную крупу залить горячей подсоленной водой. Когда крупа воду впитает, влить горячее молоко, закрыть крышкой и настаивать 20—25 минут. Яблоки нарезать ломтиками, морковь натереть на терке. Гвоздику растереть в порошок. В пшенную кашу добавить яблоки, морковь, гвоздику, мед. Кашу прогреть и подавать со сливочным маслом.

### **Яблочная каша с манной крупой**

- 2 стакана яблочного сока, 2 ст. ложки манной крупы, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка сахарного песка, изюм, цедра с 1 лимона, 1 яйцо

Яблочный сок нагреть до кипения, всыпать манную крупу, добавить масло, песок, изюм, цедру и варить до готовности. В готовую кашу вбить яйцо, перемешать. Кашу можно есть горячей или холодной с молоком.

## Яблочная каша по-болгарски

- 4 ст. ложки риса, 1 стакан яблочного пюре, 4 стакана молока, 3 ст. ложки сахарного песка, 30 г сливочного масла

Рис с молоком варить на медленном огне, пока не разварится. Добавить сахар, сливочное масло и яблочное пюре. По желанию в пюре можно добавить взбитый белок.



## ЯБЛОКИ ФАРШИРОВАННЫЕ

### Яблоки, фаршированные урюком, изюмом и орехами

- 1 яблоко, 20 г урюка, 2 ч. ложки изюма, 2 ч. ложки миндаля, 2 ч. ложки сахарного песка, корица (на кончике ножа)

Из яблок удалить сердцевину, заполнить смесью изюма, сахара, урюка и поджаренного миндаля. Затем запечь при высокой температуре. Подавая к столу, посыпать яблоки сахарной пудрой, смешанной с корицей.

### Яблоки, фаршированные по-болгарски

- 1 чашка ванильного крема, 6 яблок, 1 ст. ложка измельченных орехов, изюм, 60 г масла,  $\frac{1}{2}$  л красного вина, 6 шт. печенья, 1 стакан джема из черной смородины

Орехи, изюм и ванильный крем смешать и наполнить сердцевину яблок. Яблоки положить в смазанную маслом форму, залить вином, закрыть крышкой и поставить тушить до тех пор, пока яблоки не станут мягкими. Каждое яблоко положить на печенье, яблоко украсить джемом. Все залить горячим вином.

### Яблоки в вине, фаршированные саго

- 2 яблока, 20 г саго, 2 ст. ложки сахарного песка, 1 ст. ложка виноградного вина, 1 ст. ложка воды, 1 ст. ложка лимонного сока

Яблоки очистить, вынуть сердцевину, сварить до готовности. Саго сварить, откинуть на сито. Добавить са-

хар, влить вино с водой, лимонным соком и кипятить 5—6 минут. В вазочки положить яблоки, середину их заполнить саго вместе с сиропом.

### **Яблоки, фаршированные творогом и изюмом**

- 4 яблока, 150 г творога, 4 ст. ложки изюма, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 желтка, 1 ст. ложка манной крупы,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, 2 ст. ложки сахарного песка

Творог протереть, смешать с манной крупой, изюмом, сахаром, желтком, растопленным маслом. С яблок срезать верхушку, извлечь сердцевину. Не прорезая краев, заполнить яблоки творогом, запечь в духовке. Подать к столу со сметаной и сахарной пудрой.

### **Яблоки, фаршированные рисом и орехами**

- 10 яблок, 2—3 ст. ложки изюма,  $\frac{1}{2}$  стакана риса, 1 стакан молока, 2 ст. ложки миндаля,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 яйцо, 2 ст. ложки сливочного масла

Яблоки помыть в холодной воде, вынуть из них сердцевину и часть мякоти, не прорезая насквозь. Миндаль (или другие орехи) очистить от кожуры и мелко нарезать. Изюм перебрать и промыть. Рис перебрать, хорошо промыть и сварить на молоке с сахаром. В рисовую кашу положить изюм, орехи, сливочное масло, яйца и все хорошо перемешать. Яблоки наполнить фаршем, положить на сковороду и поставить в нагретую духовку. Чтобы яблоки не пригорели, на сковороду подлить 2—3 ложки воды. Как только яблоки сделаются мягкими, вынуть из духовки и положить на блюдо. Сверху яблоки можно полить ягодным (малиновым, черносмородиновым) вареньем.

### **Фаршированные яблоки в яично-сливочной смеси**

- 8 яблок, 4 ст. ложки абрикосового джема, 1 стакан сливок, 3 яйца, 3 ст. ложки сахарного песка, цукаты, цедра лимона

Яблоки помыть, удалить сердцевину. Сварить в сахарной воде до полуготовности, выложить на противень, начинить джемом, смешанным с измельченными

цукатами. Каждое яблоко залить яично-сливочной смесью и запечь.

Для смеси желтки взбить с сахаром, добавить столовую ложку муки, цедру лимона, взбитые сливки и взбитые белки.

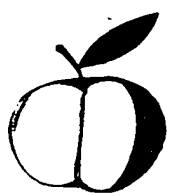
### **Яблоки, фаршированные морковью**

- 3—4 яблока, 3 моркови, 1 лимон, 2 ч. ложки растительного масла, 1 ст. ложка меда, 1 соленый огурец, немного перца, зелени

Яблоки вымыть, удалить сердцевину и часть мякоти. Затем яблоки пробланшировать, разрезать пополам и сбрызнуть лимонным соком. Морковь очистить, натереть на мелкой терке и перемешать с остальными продуктами. Наполняя яблоки подготовленной смесью, сформировать горку. Украсить надрезанными и перекрученными ломтиками огурца.

### **Яблоки, фаршированные кремом**

Отобрать одинаковые по величине яблоки, очистить от кожицы, вырезать сердцевину, положить в кастрюлю со слегка подслащенной водой и варить, пока яблоки не станут мягкими, после чего вынуть их из кастрюли, наполнить ванильным или другим кремом, положить на блюдо и покрыть яичным белком, тщательно взбитым со 100 г сахарной пудры.



## **ЗАПЕКАНКИ**

### **Запеканка из риса с яблоками**

- 6 кислых яблок, 1 стакан риса, 3 стакана молока,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 ст. ложка сливочного масла, соль, 3 ст. ложки изюма, 1 яйцо, корица

Рис варить на воде 10 минут, воду слить, влить молоко, добавить масло, соль и варить до тех пор, пока рис не разварится, затем положить изюм. Яблоки очистить, мелко нарезать, добавить сахар, корицу, переме-

шать. Все выложить в форму, смазанную яйцом, взбитым с молоком, полить маслом и запекать. При подаче к столу опрокинуть на мелкую тарелку. Отдельно подать сок.

### **Запеканка из булки с яблоками**

- 6 яблок, 500 г булки, 3 желтка, 1 стакан сливок, 1 стакан сахарного песка, 1 яйцо, апельсиновая цедра, корица

Срезать с булки корку, нарезать ломтиками и замочить во взбитых с желтками сливках. Форму для запеканки смазать маслом и выстлать края и дно ломтиками булки. Яблоки вымыть, очистить, мелко нарезать, перемешать с сахаром, цедрой, корицей и выложить в форму. Сверху положить ломтики булки, смазать их яйцом и запекать 30 минут. Запеканку обсыпать сахарной пудрой и подать с соками и вареньем.

### **Запеканка из яблок и белых сухарей**

- 1 кг антоновских яблок, 3 яйца, 2 стакана молока,  $\frac{1}{2}$  кг сухарей

Яйца развести в молоке, в них замочить сухари и затем выложить на блюдо. Яблоки нарезать пластинками, смешать с сахаром. Форму смазать маслом и посыпать сухарями. Дно и бока формы выложить намоченными сухарями, следом рядами уложить яблоки (ряд яблок, ряд сухарей). Сверху на сухари положить кусочки масла. Верх разровнять, облить маслом, посыпать сахаром и запечь.

### **Запеканка из яблок с макаронами**

- 3 яблока, 300 г макарон, 2 яйца, 200 г молока, 30 г сливочного масла, 2 стакана сметаны

Очищенные яблоки мелко нарезать. Макароны отварить, откинуть на дуршлаг и положить в форму со сливочным маслом, туда же положить сахар и яблоки. Все перемешать. Макароны соединить с яблочно-молочной смесью и поставить в духовку. Готовую запеканку выложить из формы, разрезать на порции.

## **Творожно-яблочная запеканка с изюмом**

- 400 г творога, 3 яблока, 1 ст. ложка изюма, 2 яйца, 1 ст. ложка растительного масла, корица на кончике ножа

Яблоки очистить и, удалив сердцевину, натереть на мелкой терке. Творог протереть через сито, смешать с яблочным пюре, промытым изюмом, добавить корицу, яйца и тщательно перемешать. Массу выложить в смазанную маслом форму и запекать в течение 15—20 минут. Подавать с молоком.

## **Творожно-манная запеканка с яблоками и изюмом**

- 250 г творога, 1 ст. ложка манной крупы, 2 яичных белка, 2 ст. ложки сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана молока, 100 г пшеничного хлеба, 2 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана изюма,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны.

Хлеб разрезать на 2 ломтика и замочить в молоке, добавив в него кофейную ложечку сахара. Протереть творог, смешать со взбитыми белками, сахаром и манной крупой, добавить изюм, нарезанные кубиками яблоки и хорошо вымешать. В формочку, смазанную маслом, положить ломтик смоченного хлеба, на него — творожную массу, сверху — второй ломтик хлеба, сбрызнуть маслом и запечь. Подать к столу со сметаной или сливками.

## **Запеканка из фруктов, овощей и творога**

- 2—3 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана изюма, 100 г творога, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки сахарного песка, 1 ст. ложка манной крупы, морковь, груша

Морковь нарезать мелкой лапшой и тушить со сливочным маслом и небольшим количеством воды до готовности. Добавить нарезанную грушу и тушить еще 5 минут, затем добавить нашинкованные яблоки, яйцо и перемешать. Протереть творог через сито, смешать с крупой, сахаром, яйцом и изюмом. Смазать формочку маслом, заполнить слоем творога, затем слоем фруктово-овощной смеси и так далее. Всего четыре слоя, поверхность разровнять, сбрызнуть маслом. Запечь в духовке. Подавать со сметаной.

## Запеканка с морковью и яблоками

- 200 г пшеничного хлеба, 4 моркови, 2—3 яблока, 1—2 ст. ложки сахарного песка, 1—2 стакана молока, 2 яйца, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка панировочных сухарей

Морковь сварить, очистить, натереть на крупной терке и смешать с натертыми яблоками и хлебом, намоченными в подслащенной воде или молоке. Добавить яйца, все хорошо перемешать и выложить на сковороду или противень, смазанные растительным маслом и посыпанные панировочными сухарями. Сверху запеканку смазать растительным маслом и выпечь в духовке. Подавать в горячем или холодном виде.

## Запеканка с тыквой и яблоками

- 1 стакан пшеничного хлеба (тертого), 400 г тыквы, 0,2 л воды, 2 яблока, 2—3 ст. ложки сахарного песка, 2 яйца, 1 ст. ложка маргарина, 1 ст. ложка сливочного масла

Мякоть тыквы нарезать кусками, залить водой, проварить до мягкости и размять. Добавить очищенные и мелко нарезанные яблоки, сахар, хорошо перемешать и варить до готовности яблок. Незадолго до окончания варки всыпать тертый пшеничный хлеб и, непрерывно помешивая, проварить 5—7 минут. Массу охладить, прибавить взбитые яичные белки и осторожно перемешать. Выложить массу, разровнять, смазать маслом и запечь в духовке. К запеканке отдельно подать сметану или сливки.

## Запеканка из яблок ломтиками

- 4 яблока, 4 ст. ложки сахарного сиропа, 2 ст. ложки сливочного масла

Сварить сироп из сахара и воды:  $1\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана воды. Очистить яблоки, нарезать ломтиками и положить их на сковороду, смазанную маслом. Полить сахарным сиропом. Сверху на этот слой выложить остальные яблоки, полить маслом и сахарным сиропом. Выпекать в духовом шкафу.

## Запеканка из яблок с печеньем

- 6 яблок,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка, 4 яйца,  $\frac{1}{2}$  стакана сливок, 200 г печенья, 2 ст. ложки сливочного масла, 4 стакана молока

Яблоки очистить и нарезать ломтиками, положить в форму, смазанную маслом и посыпанную сухарями и сахарной пудрой. Желтки, сахар и сливочное масло растереть, влить сливки, добавить тертое печенье, перемешать. Влить взбитые в пену белки, еще раз перемешать и покрыть этой пеной яблоки. Форму поставить в горячую духовку и дать подрумяниться. Отдельно подать молоко.



## ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ

### Яблоки, печенные с сахаром

Яблоки вымыть, вынуть сердцевину. В отверстия насыпать сахар, сбрызнуть водой и запечь. Положить печеные яблоки в креманки, полить сиропом и посыпать сахарной пудрой. К печеным яблокам можно подать взбитые сливки.

### Яблоки, печенные с вареньем

- На 10 яблок — 1 стакан варенья

Яблоки вымыть, вынуть сердцевину, наколоть кожуру, заполнить яблоки вареньем и положить на сковороду, подлить воду и поставить на 20 минут в духовку. Запеченные и охлажденные яблоки полить сиропом. Варенье лучше брать клубничное, вишневое, смородиновое. В варенье хорошо добавить толченых сухарей или нарубленных орехов.

### Яблоки, печенные с кремом

- 3 яблока, 6 яиц, 1 ст. ложка сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки крахмала, 5 ст. ложек варенья

Яблоки очистить, вынуть сердцевину, положить в воду и прокипятить, не давая развариться. Середину яблок заполнить вареньем, уложить их на сковороду.



Желтки растереть с песком, прибавить крахмал, ввести белки, перемешать. Этой массой облить яблоки и на 15 минут поставить в духовку.

### **Яблоки, печенные с рябиной**

- 2 яблока, 200 г рябины, 1 стакан сахарного песка

Из яблок вынуть сердцевину, начинить рябиной, смешанной с песком, после чего яблоки запечь в духовке. При подаче яблоки полить сахарным сиропом, сваренным на отваре яблок и толченой рябины.

### **Яблоки медовые**

- Яблоки, изюм, орехи, мед, корица, масло

Яблоки очистить, вырезать сердцевину, положить в форму, заполнить смесью изюма, орехов, меда, корицы. Полить каждое яблоко яблочным соком, положить на него кусочек масла, поставить все в духовку. Запеченные яблоки подать в сиропе.

### **Яблоки печеные под белковой пеной**

- 1 кг яблок, 30 г сливочного масла, 200 г варенья, 3 белка, 1 стакан сахарного песка, 3 ст. ложки орехов

Яблоки разрезать пополам, осторожно вынуть сердцевину и заполнить выемки джемом. Сложить яблоки в смазанную маслом тарелку из огнеупорного материала и поместить в духовку на 10—15 минут. Затем покрыть яблоки взбитыми с сахаром белками. Посыпать яблоки дроблеными орехами и держать в духовке, пока не подсохнет пена.

### **Яблоки в белке**

- 8 яблок,  $\frac{2}{3}$  стакана сахарной пудры, 4 белка, корица

Очистить яблоки и удалить сердцевину. Положить в кипящую воду, отварить. Вынуть из воды, положить в посуду для пудинга, взбить белки, прибавить сахарную пудру, смешанную с корицей, обложить этой массой яблоки и запекать 10—15 минут.

## Яблоки, печенные с творогом

- 4 яблока, 200 г творога, 1 яйцо,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, изюм, ванилин, корица, 1 ст. ложка манной крупы

Яблоки разрезать пополам, вынуть сердцевину. Творог смешать с сахаром, яйцом, изюмом, корицей, манной крупой. Этой массой заполнить половинки яблок, запечь, подать с молоком.

## Яблоки печеные с соусом

- 6 яблок,  $\frac{2}{3}$  стакана сахарной пудры, 4 белка, корица

*Для соуса:* 1 стакан молока, 4 желтка, 3 ст. ложки сахарного песка, ванилин

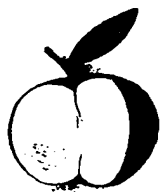
Очистить яблоки и удалить сердцевину. Отварить и положить в посуду для пудинга. Взбить белки, прибавить сахарную пудру с корицей. Обложить этой массой яблоки и запекать 15 минут.

*Соус:* молоко или сливки вскипятить с ванилью, заварить растертые с сахаром желтки и подогреть. Соус охладить и подать к печеным яблокам.

## Яблоки, печенные на гренках

- 6 яблок, 1 батон белого хлеба, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки сахарного песка, орехи, корица, сахарная пудра

Яблоки очистить, разрезать и вынуть сердцевину. Ломтики булки с обеих сторон намазать маслом. На каждый ломтик положить половину яблока выемкой вверх. В яблоки насыпать сахар с корицей и орехами. Печь 15—20 минут. Готовые яблоки посыпать сахарной пудрой.



## ПУДИНГИ

### Пудинг яблочный с орехами

- 2 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана молока, 1 яйцо, 2 ч. ложки сахарного песка, 1 ст. ложка грецких орехов, 1 ч. ложка манной крупы, 5 г сливочного масла

Орехи пропустить через мясорубку, положить в кастрюлю, залить молоком, варить несколько минут, помешивая. После этого в молоко всыпать манную крупу, вновь довести до кипения. В подготовленную смесь положить яичные желтки, растертые с сахаром, яблоки, нарезанные кубиками, ввести взбитые белки, перемешать. Массу разложить в формы, смазанные маслом, и варить на водяной бане. Подавать со сладким соусом.

### **Пудинг из яблок и манной крупы**

- 1 яблоко, 2 ч. ложки манной крупы, 2 ч. ложки сахарного песка, 1 яйцо, 3 ст. ложки молока, 5 г сливочного масла

Крупу всыпать в кипящее молоко, варить до загустения, помешивая. В кашу положить сахар, яблоки, нарезанные кубиками, яичные желтки. Хорошо перемешать. После этого ввести взбитые яичные белки, перемешать, разложить в формы, варить на пару.

### **Пудинг из пшеничного хлеба**

- 2 яблока, 80 г пшеничного хлеба, яйцо,  $\frac{3}{4}$  стакана молока, 2 ч. ложки сахарного песка, 5 г сливочного масла

Белый хлеб нарезать кубиками (3—4 мм), положить в кастрюлю и залить теплым молоком. Яблоки (антоновские) очистить, нарезать и смешать с хлебом. Яйцо взбить с молоком и сахаром, все перемешать с хлебом и яблоками. Подготовленную массу выпекать в формочках, смазанных маслом. Сверху залить оставшейся молочной смесью.

### **Пудинг из саго с яблоками**

- 2 ст. ложки саго, 5 г сливочного масла, 1 яблоко, 1 яйцо, 2 ч. ложки сахарного песка, 4 ст. ложки молока (на одну порцию)

Саго промыть, положить в кипящую подсоленную воду, помешивая, варить до полуготовности, затем саго откинуть на сито, положить в кастрюлю, залить молоком и варить до готовности. В саго положить желтки, растертые с сахаром, мелко нарезанные яблоки, сливочное масло, перемешать и запечь. При подаче пудинг полить вареньем.

## Английский пудинг

- 6 яблок, 2 яйца,  $\frac{1}{2}$  стакана молока,  $\frac{1}{2}$  стакана сахара, соль, мука

Яблоки очистить, нарезать ломтиками. Муку, соль, сахар смешать с яйцом и молоком, сливочным маслом. Форму смазать, дно покрыть сливовым джемом, затем положить слой яблок, а сверху — подготовленную смесь. Готовый пудинг полить горячим фруктовым соусом.

## Пудинг по-крестьянски

- $1\frac{1}{2}$  граненого стакана молока, 3 яйца, 1 стакан сахарного песка, 3—4 яблока, 2 ч. ложки муки, 150 г сдобной булки, 3 ст. ложки изюма, ванилин

Яйца смешать с ванилином, растереть, ввести теплое молоко. Нарезать кусочками черствую булку, изюм промыть, смешать с булкой, положить в форму, смазанную маслом и посыпанную мукой. Залить яично-молочной смесью, поставить на водяную баню и варить 1 час, пока масса не загустеет. Сваренный пудинг опрокинуть на блюдо. Яблоки нарезать дольками, удалить сердцевину, добавить сахар, припустить в небольшом количестве воды. Часть яблок пропустить сквозь сито вместе с отваром, а часть вынуть шумовкой, загарнировать ими готовый пудинг, полив его приготовленным из яблок и сиропа соусом. Пудинг подавать горячим. Можно подать и холодным, но тогда не следует вынимать из формы до остывания.

## Пудинг из тыквы и яблок

- 80 г тыквы, 1 яблоко, 3 ст. ложки молока, 2 ч. ложки манной крупы, 1 ч. ложка сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  яйца, 10 г молотых сухарей, 10 г сливочного маргарина, 3 ч. ложки сметаны или 10 г сливочного масла, корица на кончике ножа

Тыкву очистить, нарезать кубиками и припустить с молоком до полуготовности, затем добавить очищенные и мелко нарезанные яблоки, сахар, молотую корицу и припустить до готовности. Добавить манную крупу и прокипятить еще 3—4 минуты. В готовую массу можно добавить ошпаренные изюм, урюк и так далее. Массу

охладить до 60 °С, добавить сырые желтки, затем осторожно ввести взбитые белки. Массу уложить в форму или на противень, смазанные маслом и посыпанные сухарями. Запеченный пудинг разрезать на порции, полить маслом, сметаной или сметанным соусом.

### Манный пудинг с яблоками

- 4—5 яблок, 2 стакана молока, 6 ст. ложек манной крупы, 2 яйца, 40 г маргарина, 3 ст. ложки сахарного песка, корица, цедра лимона, соль, 1 ст. ложка рубленых орехов, 1 ст. ложка изюма, сок лимона

Молоко вскипятить, добавить соль, всыпать манную крупу и разварить ее, постоянно помешивая. В теплую кашу добавить желтки, маргарин, рубленые орехи, изюм и специи. Белки взбить в пену и ввести в кашу. Форму смазать жиром, посыпать сухарями, уложить слоями кашу, яблоки, очищенные, нарезанные мелкими кубиками и политые лимонным соком, поставить в духовку на 40—50 минут. Готовый пудинг выложить на плоское блюдо и полить соком.

### Пудинг яблочный с начинкой

- 6 яблок, 8 ст. ложек сахарного песка, 1 ч. ложка корицы, 4 ст. ложки изюма,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки тертой лимонной цедры

*Для коржа:*  $1\frac{1}{2}$  стакана муки, соль (щепотка), 3 ст. ложки сливочного масла,  $1\frac{1}{2}$  ст. ложки размягченного масла или маргарина, 2 ст. ложки сахарного песка

В кастрюлю налить 0,3 л воды, положить в нее сахар, лимонную цедру, порошок корицы и изюм. Довести содержимое до кипения и на слабом огне, непрерывно помешивая, варить до полного растворения сахара. Яблоки очистить от кожуры и, удалив сердцевину, разрезать на 4 части. Опустить яблоки в сахарный сироп и варить, не доводя до кипения, до мягкости. Вылить смесь в мелкую жаропрочную форму.

Из муки, соли, сливочного масла и холодной воды вымесить тесто мягкой консистенции. Раскатать тесто на хорошо посыпанной мукой доске в овальный пласт толщиной 1—1,5 см. Намазать пласт размягченным

маслом, посыпать сверху сахаром и скатать рулетом. Разрезать рулет на семь равных ломтиков и уложить их поверх яблочной начинки. Выпекать в хорошо нагретой духовке при 204°С в течение 25—30 минут (пирог должен подняться и зарумяниться). Подавать горячим.

### **Пудинг из белого хлеба с яблоками и творогом**

- 200 г пшеничного хлеба или 150 г молотых сухарей, 250 г творога, 3 ст. ложки сахарного песка, 3—5 яблок, 2 яйца, 1 ст. ложка маргарина, 1 ст. ложка панировочных сухарей

Протертый творог смешать с тертым пшеничным хлебом (или молотыми сухарями), яичными желтками, очищенными и нашинкованными яблоками, добавить взбитые яичные белки и осторожно перемешать. Массу выложить в смазанную маргарином и посыпанную панировочными сухарями форму, поставить ее на водяную баню и варить 40—45 минут. Можно запечь пудинг в духовке.

### **Пудинг из лапши с яблоками**

- 2½ стакана муки, 6—8 ст. ложек воды, 3 яйца, 3—4 яблока, 2 ст. ложки растительного масла, растительное масло для смазки формы, 1 стакан сахарного песка, 1 ст. ложка толченых сухарей

Муку просеять на доску, вбить в нее яйца, добавить соль, воду, замесить крутое тесто, разделить его на несколько частей, посыпать мукой, свернуть трубкой и порезать лапшу острым ножом, разбросав по доске, чтобы подсохла. Засыпать лапшу в кипящую воду. Когда лапша сварится, выложить ее на блюдо. Очищенные нарезанные яблоки слегка потушить в кастрюле, добавив растительное масло и сахарный песок по вкусу. В лапшу положить ½ стакана сахарного песка. Смазать форму растительным маслом, посыпать сухарями и заполнить ее поочередно лапшой и тушеными яблоками. Первым и последним слоем непременно должна быть лапша. Запекать пудинг в нежаркой духовке до тех пор, пока он не зарумянится. Готовому пудингу дать остыть, опрокинуть его на блюдо и подавать с любым сиропом.



## КРЕМ, КОНФЕТЫ, ЗЕФИР, МУСС

### Крем из яблок и сметаны

- 6 яблок,  $\frac{2}{3}$  стакана сахарного песка, 0,5 л воды,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, 1 ст. ложка сахарной пудры

Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину, нарезать ломтиками. Добавить сахар, воду и варить на слабом огне, пока не станут мягкими. Охладить, протереть, смешать с охлажденной сметаной, взбитой с сахарной пудрой. Подавать в вазочках.

### Яблочный крем с апельсиновым ликером

- 6 яблок, 6 яиц, 2 стакана сахара, 5 ст. ложек апельсинового ликера

Яблоки промыть, удалить сердцевину. Запечь в духовом шкафу, а затем протереть. Добавить яичные желтки, сахар и взбивать, пока масса не загустеет. Влить ликер, положить взбитые в густую пену белки, все смешать. Крем выложить на блюдо и поставить в холодильник.

### Яблочный крем с миндалем

- 6 яблок, 6 белков,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 5—6 шт. миндаля

Яблоки с удаленной сердцевиной сварить в небольшом количестве воды, добавив в нее немного лимонного сока или кислоты. Протереть горячими через сито. Добавить сахар и взбитые в густую пену белки. Все смешать, выложить на блюдо, придать массе любую форму, украсить кусочками миндаля.

### Крем «Новогодний»

- 4—5 яблок, 12 белков, 600 г (3 стакана) сахарной пудры, сок 1 лимона, 1 стакан коньяка, 3 ч. ложки желатина, 1 стакан белого сухого вина, 2 стакана сливок или сметаны, ванилин

Печеные яблоки протереть, растереть с 400 г сахарной пудры, постепенно добавляя взбитые белки, растворенный в вине желатин, коньяк и лимонный сок. Как только крем начнет густеть, вылить его в стеклянную миску и охладить. Перед подачей положить сверху сливки, взбитые с 200 г сахарной пудры и ванилином.

### **Яблочный крем по-венгерски**

- 6 яблок, 5 белков, 2 стакана сахарного песка

Яблоки очистить, запечь, протереть сквозь сито. Соединить с сахаром, добавить взбитые белки. Взбить смесь до загустения и охладить на льду. Выложить на блюдо в виде пирамиды. Отдельно подать взбитые сливки.

### **Яблочный крем холодный**

- 10 яблок, 1 стакан сахарного песка, 3 белка, 2 ч. ложки желатина

Яблоки испечь, очистить от кожуры, всыпать песок, растереть все до белой пены, выложить в кастрюлю и довести до кипения. В кипящую массу влить растворенный желатин. Кипятить 3 минуты и снять с огня. Охладить, добавить взбитые белки. Массу поставить в холодное место на 3 часа. Готовый крем посыпать сахарной пудрой, полить вишневым сиропом.

### **Яблочный крем с печеньем**

- 4 яйца, 6 ст. ложек сахарного песка, 2 стакана яблочного сока, 2 яблока,  $\frac{3}{4}$  стакана сметаны

Растереть в густую пену яйца с сахаром, добавить яблочный сок и варить на пару, пока смесь не загустеет. Смесь снять с плиты, охладить, перемешать с натертыми на терке яблоками и сметаной и разложить в вазочки или стаканы. Сверху украсить крем кружочками из кожицы красного яблока и воткнуть в центр круга по бисквитному печенью.

### **Яблочный крем со сметаной и орехами**

Яблоки очистить от кожицы, разрезать пополам, удалить сердцевину и отварить в подкисленной лимон-



ным соком (или лимонной кислотой) воде до мягкости. Растереть в густое пюре. Хорошенько взбить сметану, заправить сахарной пудрой по вкусу и перемешать с рублеными грецкими орехами. Когда яблочное пюре остынет, разложить его в вазочки или креманки, покрыть сметаной и посыпать молотыми орехами.

### Крем-желе с яблоками

- 1 кг кефира,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 2 стакана цельного молока, 5 ч. ложек желатина, 2 больших яблока,  $\frac{1}{4}$  стакана толченых грецких орехов, ванилин (цедра лимона)

На полчаса замочить желатин в  $\frac{1}{2}$  стакана холодной воды. Вскипятить молоко с сахаром, влить туда набухший желатин, вымешивая до тех пор, пока он полностью не растворится. Дать молочной смеси остыть. Очистить и нарезать кубиками яблоки. Кефир взбить, положить ванилин (цедру), соединить с желе. Добавить орехи и яблоки, выложить в фарфоровую миску, поставить на 4—5 часов в холодильник. Перед подачей погрузить на минуту посуду в горячую воду и перевернуть желе на блюдо. Полить фруктовым сиропом.

### Яблочный крем «Задунайский»

- 1—2 яблока, 2 ст. ложки сахарного песка, 1 яйцо (белок), 2 ч. ложки миндаля, 2 ст. ложки сливок

Очищенные и нарезанные яблоки проварить в небольшом количестве воды, протереть, соединить с сахаром, ввести взбитые белки. Взбивать смесь до загустения, затем охладить на льду. При подаче на стол выложить в виде пирамиды на стеклянное блюдо и украсить миндалем. Отдельно подать взбитые сливки.

### Яблочный крем «Золотое яблочко»

Взбить в густую пену 1 яичный белок и, не переставая взбивать, добавить небольшими порциями натертое на терке, политое лимонным соком и посыпанное сахаром яблоко. Кроме можно приготовить также из стакана яблочного пюре.

## **Яблочные конфеты «Студенческие»**

- 80 г сушеных яблок с кожурой, 1½ стакана овсяных хлопьев, 25 г масла, 1 стакан сахара

Масло растопить в сковороде, всыпать столовую ложку сахара, овсяные хлопья и, перемешивая, жарить до тех пор, пока хлопья не приобретут красивый золотистый оттенок. Яблоки разрезать на мелкие кусочки и перемешать с остывшими хлопьями. Остальной сахар расплавить на сухой сковороде, положить яблоки с хлопьями, перемешать и жарить еще 2—3 минуты. Затем массу вылить в смазанное маслом блюдо. Как только она остынет и затвердеет, разломать на кусочки. Сложить в целлофановый мешочек, хранить в сухом месте.

## **Конфеты «Яблочные звезды»**

- 2,5 кг яблок, 1 кг сахара

Яблоки мелко порезать и залить водой (1 л). Варить до тех пор, пока вся жидкость не выкипит. Протереть сквозь сито, добавить сахар, варить 20—30 минут до загустения. Массу выложить на лист, предварительно смазанный растительным маслом. Разровнять смесь слоем 0,5 см. Оставить на 2 дня сушиться. Формочкой нарезать яблочную массу и снова 2—3 дня сушить. Пересыпать кружочки сахарной пудрой и снова подсушить. Затвердевшие конфеты сложить в жестяные банки, перестилая каждый слой пергаментной бумагой.

## **Яблочный зефир со сливками**

- 5 яблок, ½ стакана сахара, 3 белка, ½ лимона, 1 стакан сливок, 2 ст. ложки сахарной пудры

Яблоки испечь, протереть сквозь сито, добавить взбитые с сахаром белки, лимонный сок, все взбить до пышной массы. Сливки взбить до густой пены, всыпать сахарную пудру, добавить взбитую яблочную массу, перемешать, выложить в форму.

## **Яблочный зефир «Воздушный»**

- 400 г яблочного пюре, 2 стакана сахарного песка, 3 белка

Смешать все продукты и взбить в пышную пену. Разложить взбитую пену в приготовленные заранее стаканчики из пергаментной бумаги и поставить в духовку на маленький огонь. Когда зефир окрепнет — вынуть его из духовки, снять бумагу и холодным подавать с молоком.

### **Яблочный мусс**

- 2—3 яблока,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка, 3 ч. ложки желатина

Яблоки нарезать тонкими ломтиками, удалив семечки. Залить 2 стаканами горячей воды, варить до мягкости. Слить сок в другую посуду, а яблоки протереть сквозь сито. В яблочный сок положить сахар и замоченный желатин. Помешивая, довести до кипения и охладить. Охлажденный сироп вылить в глубокую кастрюлю, положить туда же яблочное пюре, ванилин и взбивать маленьким металлическим венчиком до образования пенистой массы. Как только масса загустеет, быстро разложить в вазочки и охладить.

### **Мусс из яблок без желатина**

- 5—6 яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{3}$  стакана воды, 1 ч. ложка лимонного сока

Антоновские яблоки испечь и протереть сквозь сито. В пюре добавить сахар, взбивать до тех пор, пока мусс не увеличится в объеме в 2—2,5 раза. Добавить лимонный сок, разложить в вазочки и поставить на холод.

### **Яблочный мусс с орехами и цукатами**

- 1 кг кислых яблок, 6 белков, 2 стакана сахарного песка, 100 г орехов, 100 г цукатов, 2 ст. ложки клубничного варенья, 2 ст. ложки желатина

Испеченные яблоки протереть сквозь дуршлаг. Взбить белки в пену и, не прекращая взбивать, добавить сахар и протертые яблоки, а затем растворенный желатин. Мусс можно закрасить малиновым вареньем в розовый цвет. Выложить мусс на тарелку, посыпать дроблеными орехами и нарезанными соломкой цукатами. Украсить вареньем.

## Яблочный мусс с вареньем

- 5—6 яблок,  $\frac{2}{3}$  стакана сахарного песка, 3 белка,  $\frac{1}{2}$  лимона,  $1\frac{1}{2}$  стакана сливок или молока, лимонная корка

Печеные яблоки протереть, охладить, добавить сахар, лимонный сок, белки. Взбивать до образования пенистой массы, затем выложить на блюдо, украсить вареньем. Подавать с молоком или сливками. В сливки положить сахар по вкусу и лимонную корку.



## ЖЕЛЕ, СУФЛЕ, ПАРФЕ, САМБУК

### Желе яблочное

- 2 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 ч. ложка желатина,  $\frac{3}{4}$  стакана воды

Яблоки нарезать дольками, вынуть сердцевину, залить водой, вскипятить. Всыпать сахар, проварить яблоки до мягкости, а затем протереть их. В протертое пюре положить заранее замоченный желатин и, непрерывно помешивая, варить до растворения желатина. Разлить в формочки и охладить.

### Желе из яблок без желатина

- 1 л яблочного сока, 1,5 кг сахара

Разрезанные на куски плоды положить в кастрюлю, залить на  $\frac{3}{4}$  водой и варить 10—20 минут. Сок процедить в кастрюлю с широким дном. Всыпать сахар и варить массу до прозрачности. Если капля на тарелке не растекается — желе готово. Фасовать в горячем виде.

### Яблоки в желе I

- 3 яблока, 4 ст. ложки воды,  $\frac{1}{2}$  стакана яркоокрашенного сока, 4 ч. ложки желатина

Желатин замочить, положить в сироп (1 стакан сахара на 4 стакана воды), размешать до полного растворения, влить сок, из яблок удалить сердцевину. На-

резать ломтиками и положить в форму, залить желе на треть объема, сверху положить плоды, затем долить желе до верха.

## **Яблоки в желе II**

Очистить несколько яблок, вынуть сердцевину, сварить яблоки в воде с сахаром. Начинить сердцевину какими-нибудь ягодами. Положить яблоки в глубокую вазу, залить желе, приготовленным из любого фруктового сока, охладить.

## **Желе из яблок и лимонов**

- 2 кг кисловатых яблок, 3 лимона, 1 кг сахара, 1 ч. ложка лимонной кислоты

Обмытые яблоки и лимоны нарезать ломтиками, залить водой, сварить до мягкости, снять с плиты и, не давая остыть, протереть сквозь сито. В полученный сок добавить сахар и варить желе на сильном огне, часто помешивая и снимая образовавшуюся пену. За 3—4 минуты до конца варки положить лимонную кислоту. Расфасовать желе горячим в подогретые банки.

## **Самбук из яблок**

- 2 яблока, 4 ст. ложки сахарного песка, 2 белка, 1 стакан сливок, желатин, лимонная кислота

Яблоки испечь, охладить и протереть сквозь сито. В пюре положить песок, взбитые белки, поставить на лед и взбивать до пышной пены. Размоченный желатин соединить с небольшим количеством воды и при непрерывном помешивании довести, нагревая, до полного растворения. Влить во взбитую массу, непрерывно помешивая. В конце ввести взбитые сливки. Выложить самбук в вазочки.

## **Самбук яблочный порционный**

- 4 яблока, 6 ст. ложек сахарного песка, 3 белка, 5 ч. ложек желатина,  $\frac{3}{4}$  стакана воды

Из яблок удалить сердцевину, испечь, после чего протереть. Сердцевину и оставшуюся после протирания мякоть залить водой, довести до кипения, варить 10—

12 минут. В процеженный отвар ввести набухший желатин. В яблочное пюре добавить сахар и яичные белки. Смесь поставить на лед или холодную воду и, продолжая взбивать, тонкой струей влить яблочный отвар с растворенным в нем желатином. Полученную массу вылить в порционную посуду и охладить.

### **Парфе яблочное**

- 1 стакан яблочного пюре, 1 стакан сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана сливок

Пюре смешать с сахаром, поместить в холодильник на 1 час. Взбить на холоде сливки, добавить лимонный сок, затем соединить с яблочным пюре. Выложить в формочки и охладить.

### **Парфе из яблочного сока**

- 1 стакан яблочного сока, 2 стакана сливок, 1 стакан сахарного песка, 3 яичных желтка, 5—6 ст. ложек молока

Сок смешать с сахаром, добавить растертые яичные желтки. Развести смесь горячим молоком, проварить до загустения, охладить. Охлажденные сливки взбить и ввести в них подготовленную смесь. Полученную массу положить в формы и заморозить.

### **Суфле яблочное**

- 2 яблока, 2 белка, 2 ст. ложки сахарного песка, масло, молоко

Плоды разрезать на 4 части, удалить сердцевину, положить на противень и запечь. Протереть, добавив сахар, проварить, помешивая до загустения. В приготовленную смесь ввести взбитые белки, перемешать. Выпекать в смазанной форме. Подать с молоком, посыпав сахарной пудрой.

### **Суфле яблочно-морковное**

- 1 яблоко, 1 морковь, 2—3 ст. ложки молока, 1 яйцо, 1 ч. ложка сахарного песка, 1 ч. ложка манной крупы, сливочное масло

Морковь нарезать кусочками и тушить в молоке до готовности. Яблоки очистить, вместе с морковью пропустить через мясорубку, затем соединить с крупой, сахаром, сырым желтком. Добавить 2 ч. ложки растопленного масла и взбитый белок. Все это слегка вымешать, выложить в форму и на пару довести до готовности. Суфле подать с маслом (2 ч. ложки).

### Суфле «Дипломат»

- 3 яблока, 6 яиц, 1 стакан сахарного песка,  $1\frac{1}{4}$  стакана молока,  $\frac{1}{2}$  стакана орехов, 400 г бисквита, ванилин, ром

Огнеупорную посуду смазать маслом, посыпать сахарным песком. Дно и стенки выложить бисквитом. Яблоки очистить, нарезать кубиками. Орехи потолочь. Половину яблок и орехов положить в посуду, полить смесью из яиц, молока, сахара, снова уложить ряд бисквита. И так, чередуя, использовать все продукты. Суфле поставить в посуду с горячей водой и выпекать в духовке, не давая воде кипеть. К суфле подать ванильный соус.

### Суфле «Праздничное»

- 5 яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  лимона, 3 яйца, 3 ст. ложки крахмала, 1 ч. ложка дрожжей, 1 рюмка коньяка

Яблоки испечь, протереть, взбить, добавив сахар, цедру и сок лимона, желтки. Крахмал, дрожжи, коньяк, пюре соединить и взбить полученную массу до пенообразного состояния. Отдельно взбить белки, добавив щепотку соли. Осторожно все перемешать и выложить в форму, смазанную жиром. Запекать в духовке в течение 40—50 минут.

### Суфле из сушеных яблок

- 200 г сушеных яблок, 5 яичных белков,  $1\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка, 3 ст. ложки сахарной пудры, 1 г лимонной кислоты,  $\frac{3}{4}$  стакана воды

Сушеные яблоки сварить до готовности, добавив в воду сахар и лимонную кислоту, все протереть вместе с отваром. Белки взбить в пену и осторожно соединить

с протертыми яблоками. Массу уложить в форму, смазанную жиром, и запечь в духовке. Готовое суфле посыпать сахарной пудрой.

### **Суфле из яблок**

- 4—5 крупных яблок, 8 яичных белков, неполный стакан сахарной пудры, сливочное масло, ванилин

Яблоки очистить от кожицы, и, удалив сердцевину, натереть на мелкой терке. Полученное пюре перемешать с яблоками, взбитыми в густую пену с пудрой, и выложить на смазанный маслом противень. Запекать в умеренно горячем духовом шкафу до образования розоватого оттенка. Подать суфле горячим, посыпанным сахарной пудрой и ванилином.

### **Суфле из яблок и творога**

250 г очищенных от кожицы и семян и нарезанных ломтиками яблок сбрызнуть соком одного лимона и посыпать сахаром по вкусу. Тщательно растереть 250 г творога с 2 яичными желтками, 3 столовыми ложками сахара, лимонной цедрой, молотыми грецкими орехами или миндалем, 2 столовыми ложками манной крупы, перемешанной с  $\frac{1}{2}$  ч. ложки разрыхлителя. В полученную массу добавить яблоки, 2 взбитых в густую пену белка, слегка перемешать и выложить в хорошо смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями форму. Сверху положить несколько кусочков масла и выпекать в умеренно горячей духовке около часа. Подать суфле с фруктовым сиропом.

### **Суфле из яблок и манной крупы**

Вскипятить  $\frac{1}{2}$  л молока с 3 столовыми ложками сахара, 20 г сливочного масла, щепоткой соли и натертой лимонной цедрой. Добавить постепенно 120 г манной крупы и дать ей набухнуть. Когда каша остынет, всыпать немного тертого миндаля, 2 взбитых в густую пену яичных белков, перемешать и выложить половину полученной смеси в смазанную маслом форму. Натереть на крупной терке 3—4 яблока, перемешать с изюмом и сахаром по вкусу и выложить на смесь. Сверху покрыть оставшейся смесью, положить кусочки масла и



выпекать в умеренно горячей духовке около 40 минут. Подавать суфле с малиновым или клубничным сиропом.



## РАЗНЫЕ СЛАДКИЕ БЛЮДА

### Яблоки со сливками и орехами

- 2 яблока, 2 ст. ложки сливок, 1 ст. ложка сахарной пудры, орехи

Очищенные от кожицы яблоки разрезать пополам, сварить в подкисленной воде и охладить. Взбить сливки, заправить сахарной пудрой, добавить в нее мелко нарезанные орехи. Яблоки положить в вазочки, залить взбитыми сливками, посыпать орехами.

### Яблоки со взбитыми сливками

- 5—6 яблок, неполный стакан сливок, сахар, орехи, лимонный сок

Яблоки натереть на крупной терке, сбрызнуть лимонным соком, смешать со взбитыми сливками и толчеными орехами. Подавать сразу.

### Яблоки в ванильном соусе

- 8 яблок

*Для соуса:* 3 яйца, 1 ст. ложка крахмала,  $\frac{1}{2}$  л молока, 1 ст. ложка муки, цедра 1 лимона, 1 стакан сахара, ванилин

Яблоки очистить, разрезать пополам и отварить в сиропе ( $\frac{1}{2}$  стакана сахара и  $1\frac{1}{2}$  стакана воды), постепенно закладывая яблоки в сироп. Сваренные яблоки положить в салатник разрезом вниз, залить ванильным соусом. Приготовить соус: сахар растереть с яйцами в пену, добавить крахмал, пшеничную муку. Тонкой струйкой влить кипящее молоко. Непрерывно помешивая, проварить почти до кипения (не кипятить!). Остудить, всыпать натертую на мелкой терке цедру лимона.

## **Яблоки с мороженым и вареньем**

- 1 кг яблок, 2 стакана сахара, 400 г сливочного мороженого,  $\frac{1}{2}$  стакана варенья из красной смородины, 2 ст. ложки вина

Яблоки очистить, вынуть сердцевину, сварить целыми в сахарном сиропе, охладить. Перед подачей на стол выложить в розетки, наполнить сливочным мороженым, а сверху украсить вареньем, растертым с вином.

## **Яблочное безе**

- 6—7 яблок, 10 ст. ложек сахарной пудры, яичные белки 150 г

Яблоки испечь, протереть, смешать с сахарной пудрой и яичными белками, взбить на холоде в густую пышную массу. Противень застелить белой бумагой, уложить на нее ложкой массу. Запекать в слабо разогретом шкафу.

## **Яблоки в сиропе с вином**

- 2—3 яблока, 5 ст. ложек сахарного песка, 1 ст. ложка вина, 2 стакана воды, лимонная кислота по вкусу

Из яблок вынуть сердцевину, варить 15—20 минут в подкисленной воде, откинуть на сито. В отвар положить кожицу от яблок, прокипятить с сахаром. Сироп охладить, процедить и влить в него вино. Залить им фрукты.

## **Яблоки в вине**

- 6 яблок,  $\frac{1}{4}$  стакана клубничного варенья,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 3 ст. ложки изюма, 2 ст. ложки орехов,  $\frac{1}{2}$  стакана вина, корица, апельсиновая цедра

Яблоки очистить и удалить сердцевину. В воду положить сахар и пряности, немного проварить, добавить яблоки и слегка их отварить. Яблоки выложить на блюдо, начинить их вареньем с мелко порубленными орехами. Отвар, в котором варились яблоки, варить еще 30 минут. Снять с огня, положить в отвар изюм, цедру, влить вино и этим соусом залить яблоки.

## «Пьяные» яблоки

- 1 кг яблок, 100 г вишневого варенья, лимонный сок, 2 стакана сухого вина

Очищенные яблоки нарезать тонкими ломтиками. Положить в кастрюлю, сбрызнуть лимонным соком и залить вином. Закрывать крышкой и оставить на 2 часа. Отцеженные яблоки положить в огнеупорную кастрюлю, каждые два ряда яблок смазывать слоем варенья. Верхний слой яблок залить оставшимся от яблок соком и запекать в духовке в открытой посуде 45 минут. Подавать можно в горячем и холодном виде.

## Яблоки в вине с изюмом

- 1 кг яблок, стакан белого сухого вина,  $\frac{1}{2}$  стакана воды, сок одного лимона, 2 ст. ложки сахарной пудры, 3 ст. ложки изюма, 200 г сливок

Яблоки очистить, вынуть сердцевину, разрезать пополам. Яблоки отварить в воде с вином и сахарной пудрой, добавить промытый изюм, дать остыть. Остывший компот разлить в формочки, украсить сверху взбитыми сливками и ягодами черешни и вишни.

## Яблоки с рисом

- 2 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана риса, 3 ст. ложки молока, 2 ч. ложки сливочного масла, сахар, яйцо, лимонная кислота, цедра

Яблоки очистить, положить в горячую воду и варить до готовности. Для ароматизации добавить в воду лимонную кислоту и цедру. Рис отварить в молоке, куда добавлены ванилин и сливочное масло. В готовую рисовую кашу положить изюм, взбитое яйцо, размешать и поставить на 15 минут в духовку. Перед подачей рис разложить в круглые формы, сверху на рис положить горячие яблоки.

## Галушки яблочные

- 3 стакана муки,  $\frac{3}{4}$  стакана молока, 4 яйца, 8 яблок, 1 ст. ложка сахарного песка, сливочное масло, соль

Яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать тонкими дольками, смешать с молоком, взбитыми с саха-

ром яйцами, солью. Добавить постепенно муку и вымесить тесто. Чайной ложкой брать кусочки теста с яблочными дольками и опускать в кипящую, слегка подсоленную воду. Подавать с растопленным сливочным маслом или сметаной.

### Соложеники яблочные

- 1½ стакана муки, 1 стакан сливок, 200 г сливочного масла, 2 яйца, 1 стакан сахарного песка, 5 яблок, 2 ч. ложки лимонной цедры

Сливки, растертые с сахаром, сливочное масло, желтки, цедру перемешать, всыпать муку и замесить жидкое тесто для блинчиков. Перед самой выпечкой добавить в тесто взбитые белки (небольшое количество). Выпечь четыре блинчика. Яблоки очистить, мелко порезать, посыпать сахаром, добавить сливочное масло и потушить. Яблоками начинить блины, свернуть их в трубочки, положить на сковороду, залить взбитыми белками и запечь в духовке.

### Вертута с яблоками

- 2—3 яблока, 2 ст. ложки сухарей, 2 ст. ложки сахарного песка  
*Для теста:* 2 стакана муки, ½ стакана растительного масла, 2 яйца, соль

Приготовить вытяжное тесто. Тесто смазать маслом, положить на него яблоки, пересыпанные сахаром и тертыми сухарями, завернуть туго рулетом, рулет свернуть в виде спирали, смазать яйцом и выпечь в духовке. Готовую вертуту смазать маслом, посыпать сахарной пудрой.

### Гуща яблочная

- 1,5 кг яблок, 2½ стакана сахарного песка, 2 ч. ложки крахмала

Яблоки нарезать дольками толщиной 1 см, добавить стакан воды, варить до мягкости, затем протереть сквозь сито. В яблочный отвар положить сахар, вскипятить, влить разведенный крахмал, довести до кипения, соединить с яблоками.

## **Яблоки в тесте по-немецки**

- 2 белка, 4 ст. ложки сахарного песка, яблоки  
*Для теста:* 1 стакан воды,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки дрожжей, 2 стакана муки, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка сахарного песка, соль

Замесить тесто из теплой воды, дрожжей, муки, растительного масла, сахара и соли. Взбить белки с сахаром, соединить с тестом и перемешать. Очищенные, с вынутой сердцевинной яблоки нарезать кольцами толщиной 1 см, вилкой опускать их в тесто, вынимать и жарить во фритюре, пока они не станут слегка желтоватого цвета. Подавать горячими, посыпав сахаром.

## **Вареники с яблоками**

Яблоки очистить, нарезать и посыпать сахаром. Пресное тесто разделить на кусочки, раскатать. Сформировать вареники и сварить их. При подаче на стол полить вареники медом.

## **Вареники с брусникой и яблоками по-уральски**

- 3 стакана пшеничной муки, 2 стакана брусники, 3 яблока, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка сахарного песка, соль

Перебрать бруснику и сложить в дуршлаг. Опустить его в кипящую воду на 2—3 минуты. Затем приподнять, чтобы вода стекала. Яблоки натереть на терке, добавить сахар и смешать с брусникой. Из муки, яиц и воды замесить пресное тесто, разделить на кусочки, раскатать. На середину положить начинку, слепить вареники и сварить их в подсоленной воде. Подавать на стол со сметаной.

## **Плацында с яблоками**

- 3 стакана муки, 1 стакан молока,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 3 яйца, 6 яблок, 4 ст. ложки сахарной пудры, дрожжи

Приготовить сдобное дрожжевое тесто. Тесто раскатать на маленькие шарики. Из каждого шарика сделать лепешку. На середину каждой лепешки положить фарш из свежих тертых яблок, посыпанных са-

харом с корицей. Края теста с четырех сторон свести в центре, склеить, уложить на противень, дать постоять 30 минут. Затем каждую плацынду смазать яйцом, посыпать сахаром, печь 25—30 минут. Готовые плацынды посыпать сахарной пудрой.

### «Колбаса» из яблок

- 1 кг яблок, 2 стакана сахарного песка, 1 лимон, 1 стакан ядер грецких орехов

Очищенные от кожицы и натертые на терке яблоки смешать с сахаром, соком  $\frac{1}{2}$  лимона, цедрой одного лимона и варить на слабом огне, часто помешивая, до густоты повидла. Затем, не давая пюре остыть, выложить его на бумагу, посыпанную сахаром, и оформить в виде прямоугольника. Пласт обсыпать крупно рубленными грецкими орехами, свернуть в виде толстой колбасы, плотно завернуть в бумагу и положить в холодильник или в прохладное место. Перед подачей нарезать ломтиками.

### «Шары» из яблок

- 2 черствые булочки, 2 яблока средней величины, 2 ст. ложки молока, 1 яйцо, мука, сахарная пудра

Булочки и очищенные от кожуры и сердцевины яблоки нарезать не слишком тонкими кружочками. Взбить яйцо с молоком и обмакнуть кусочки булки в эту смесь. Затем запанировать в муке, сверху уложить яблоки и обжарить в горячем жиру. Выложить на блюдо и посыпать сахарной пудрой.

### Десерт из яблок

- 6 крупных яблок, малиновый джем, 2 ст. ложки муки, сок  $\frac{1}{2}$  лимона,  $\frac{1}{2}$  л холодного молока,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 4 яйца, 250 г бисквитного печенья, сливочное масло для смазывания противня, 4 ст. ложки сахарного песка для глазури

Яблоки очистить от кожицы, вынуть сердцевину и часть мякоти (не прорезая яблоко насквозь), сварить сироп из стакана сахара и  $\frac{1}{2}$  стакана воды, опустить в него яблоки и, периодически переворачивая, пова-

рить на слабом огне в течение 15 минут. Приготовить крем: смесь из разведенной молоком муки, оставшегося сахара и яичных желтков варить, помешивая, пока она слегка не сгустится. Снять крем с огня, охладить и перемешать с лимонным соком.

На противень, густо смазанный маслом, уложить слоем печенье, покрыть его приготовленным кремом, поместить на крем яблоки, предварительно наполненные джемом, покрыть каждое яблоко белой глазурью (взбить в густую пену яичные белки с сахаром) и запекать в умеренно горячем духовом шкафу, пока не зарумянятся.

## Яблочные лепешки

- 1½ стакана муки, 125 г маргарина, яйцо, 3 ст. ложки сахарного песка, соль, пакетик ванильного сахара, лимонная цедра, натертая на терке, сок половины лимона, яблоки, мармелад

Замесить тесто и на час поставить в холодное место. Затем раскатать пласт толщиной 0,5 см и вырезать стаканом кружочки. На один кружок положить ломтик яблока толщиной 0,5 см, в отверстие в центре его положить мармелад и накрыть вторым кружком, хорошо защипав края. Лепешку смазать взбитым яйцом и, положив на смазанный жиром противень, печь в духовом шкафу при умеренной температуре. Готовые лепешки обсыпать сахарной пудрой или облить сахарной глазурью. Лепешки подают на стол как горячими, так и холодными.

*Сахарная глазурь:* в сахарную пудру влить немного горячей воды, лимонный сок, помешать, чтобы получилась жидкая каша.

## Яблоки в грильяже

- 2—3 яблока, 6 ст. ложек сахарного песка, растительное масло

Смазать сковороду растительным маслом, всыпать сахар и держать на огне, пока сахар не растворится и не приобретет золотистый оттенок. Затем положить в него слой яблочных долек и, встряхивая сковороду, следить, чтобы сахар равномерно покрыл их. Чтобы

дольки не прилипали к рукам, нужно каждую по отдельности быстро опустить в холодную кипяченую воду. Подать сразу.

### **Яблоки по-баварски**

- 8 яблок, 2—3 ст. ложки сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  лимона, 150 г бисквитного печенья, 1 желток, 1 ст. ложка рома, 1 ст. ложка ядер грецких орехов, 2—3 ст. ложки изюма, корица

Очистить от кожицы яблоки, вырезать середину и часть мякоти. Сварить их в небольшом количестве воды, куда добавить сахар и сок лимона, следя за тем, чтобы они не разварились. Уложить 6 яблок на подходящую тарелку, а 2 еще горячими протереть. Растереть в густую пену яичный желток, добавить ром, грецкие орехи, изюм, корицу, сахар по вкусу и яблочное пюре. Перемешать и приготовленной начинкой наполнить яблоки. Украсить их вишенками из варенья.

### **Хог-тосн (калмыцкое блюдо)**

- 1—2 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, 1 ст. ложка сахарного песка

Яблоки нарезать дольками, залить сметаной и кипятить до тех пор, пока сметана не станет коричневого цвета и не загустеет. Затем добавить сахар и охладить.

### **Яблочный снег**

- 2—3 яблока, 2 яичных белка, 6 ст. ложек сахарного песка

Яблоки очистить, удалить сердцевину, мелко нарезать. Яичные белки взбить с сахаром до образования густой пены. Выложить крем на блюдо, украсить ягодами из любого варенья.

### **Цимес с яблоками (еврейское блюдо)**

- 5—6 кислых яблок, 1 кг моркови, 6 ст. ложек сахарного песка, 3 ст. ложки муки, 3 ст. ложки сливочного масла

Морковь почистить, нарезать соломкой, яблоки также нарезать соломкой. Морковь протереть с мукой, добавить яблоки, сахар, сливочное масло. Все смешать и тушить до готовности в глубокой посуде.



## Яблоки в карамели (китайское блюдо)

- 5—6 яблок, 300 г растительного масла, 1 стакан сахарного песка, 3 ст. ложки крахмала, 5 ч. ложек муки

Яблоки очистить от кожицы, нарезать дольками. Крахмал развести в воде, смочить в нем яблоки, обвалять в муке. Дольки яблок обжарить во фритюре. Сахар положить на сковороду, чтобы он растворился в жире и приобрел желтоватый цвет. Сахар должен тянуться тонкой ниткой. Яблоки, обжаренные дольками, полить сахарным сиропом и подать к столу. Поставить пиалу с холодной водой. Дольки яблок брать вилкой и обмакивать в холодную воду. Сахар при этом карамелизируется.

## Ватрушки с яблоками

Дрожжевое тесто разделить на небольшие шарики. В каждом шарике сделать углубление и заполнить фаршем из яблок.

*Фарш для ватрушек:* 1 кг яблок мелко нарезать, положить в кастрюлю, добавить  $\frac{1}{2}$  стакана воды, 1 стакан сахара. Варить до размягчения яблок.

## Яблоки «Бонапарт»

- 5—6 антоновских яблок

*Для слоеного теста:*  $2\frac{1}{2}$  стакана муки, 200 г холодной воды, 2 ст. ложки сахарного песка, 200 г сливочного масла, 1 ч. ложка соли

Яблоки очистить, удалить сердцевину, сбрызнуть лимонным соком, чтобы не потемнели. Тесто раскатать как можно тоньше, нарезать длинными полосками шириной 2,5 см, сверху полоски смазать желтком. Каждое яблоко завернуть в тесто: уложить тесто вокруг яблока в виде спирали — смазанной стороной внутрь и так, чтобы «витки» лежали внахлест. Тесто при этом не следует натягивать. Яблоки уложить на смоченный холодной водой противень, внутрь каждого насыпать сахарного песка и поставить в нагретую духовку на 15—20 минут. Когда яблоки подрумянятся, жар уменьшить.

## Райский пудинг

- 5 антоновских яблок, 1 стакан толченых сладких сухарей, 3 ст. ложки изюма, 3 яйца,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 апельсин, 100 г воды

Яблоки очистить, натереть, смешать с сухарями, изюмом. В отдельной посуде взбить яйца с сахаром, влить сок 1 апельсина, еще раз взбить и соединить с яблоками. Полученную массу выложить в смазанную форму и варить на пару 1 час. Затем поставить в духовку еще на 30 минут. Готовый пудинг выложить на блюдо и полить соусом.

*Для соуса:* 3 желтка растереть с 3 ст. ложками сахарного песка, влить 2 ст. ложки молока, добавить 1 ст. ложку крахмала, перемешать, влить еще 200 г молока и варить, непрерывно помешивая, до загустения.

## Суфле заварное по-русски

Яблочное пюре смешать с равным по объему количеством сахарного песка, вскипятить. Соединить со взбитыми белками, взятыми из расчета 1 белок на каждую чайную ложку пюре. Размешать, снять с огня, переложить суфле на огнеупорное блюдо в виде каравая и поставить в духовку на 20 минут.

## Яблочная пирамида

- 6 яблок, 100 г воды, 100 г рома, 4 ст. ложки сахарного песка, 4 белка, лимонная цедра, 1 ч. ложка корицы, 100 г ржаных сухарей

Яблоки нарезать ломтиками, потушить до полуготовности, добавить воду, ром, 2 ст. ложки сахарного песка. Желтки растереть добела с 2 ст. ложками сахарного песка, лимонной цедрой, корицей. Прибавить ржаные тертые сухари, растереть все в однородную массу. Половину этой массы выложить в смазанную сливочным маслом форму, затем уложить тушеные яблоки, а сверху — оставшуюся массу. Выпекать в духовке в течение 20 минут.

## Яблоки шателен

- 6 яблок,  $\frac{3}{4}$  стакана сахара, 1 лимон, 1 стакан воды, ванилин

Яблоки очистить, разрезать пополам, удалить сердцевину. Половинки яблок положить в эмалированную посуду разрезом вверх. Добавить сахар, воду, ванилин. Накрыть крышкой и поставить на маленький огонь. Через 8—10 минут осторожно перевернуть и нагревать еще 5—8 минут. Дать стечь жидкости и положить яблоки в компотницу. 10—12 минут уваривать сироп на сильном огне. Добавить лимонный сок. Полить яблоки сиропом и поставить в холодильник.

### **Яблоки-свечи**

- Плоский пирог, 4 крупных яблока, 6 орехов фундук

Вырезать из яблок маленькие цилиндры в форме свечей. Очистить орехи, на каждой «свече» установить кусочки ореха и вставить «свечи» в пирог. При подаче зажечь орехи. Они легко загораются. Для этого блюда можно использовать запеканку из риса или манной крупы.

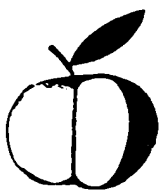
### **Конде из яблок**

Рис отварить в воде или молоке. Рисом наполнить форму с углублением посредине. Охладить. Яблоки очистить, удалить сердцевину, разрезать кружочками и положить в кипящий сироп на 10—15 минут. Рис выложить из формы. В середину положить желе из красной смородины, вокруг уложить яблоки.

### **Тимбаль из яблок**

- 5—6 яблок, 200 г черствого хлеба, 125 г сливочного масла, 4 ст. ложки сахарной пудры и 100 г воды

Форму для запеканок смазать сливочным маслом. Выложить дно очень тонко нарезанными ломтиками хлеба, затем уложить кружочки яблок, очищенных от кожуры и сердцевины. Посыпать сахаром, положить кусочки сливочного масла. И так слой за слоем, пока форма не заполнится. Полить водой и поставить в духовку. Запекать 1 час. Вынуть из формы, подавать с молоком.



## ТОРТЫ

### Яблочный торт «Осень»

● 6 яблок, 5 яиц, 2 стакана сахарного песка, 200 г сливочного масла и 200 г топленого масла,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки соды,  $3\frac{1}{2}$  стакана муки, соль, ванилин

Яблоки очистить, натереть на крупной терке, добавить  $\frac{1}{2}$  стакана сахара. Приготовить тесто, выложить его на подогретый противень или сковороду, смазанные и посыпанные сухарями, положить на него яблоки, сделать из теста «плетенку», смазать ее белком, поставить в духовку.

### Торт «Безе»

● 5 яблок,  $1\frac{1}{2}$  стакана муки, 1 банка майонеза, 2 стакана сахарного песка, 3 яйца, 4 ст. ложки сметаны, сода

Растереть желтки с сахаром, добавить майонез, сметану, соду, все хорошо перемешать, всыпать муку. Сковороду смазать маслом, посыпать мукой, выложить в нее тесто и выпекать до слегка золотистого цвета. Затем положить нарезанные мелко яблоки, сверху залить взбитыми с сахаром белками и запекать на слабом огне.

### Торт яблочный с орехами

● 5 яблок, 80 г масла,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 3 ст. ложки орехов, 1 ст. ложка муки, сок и цедра 1 лимона, 3 яйца

Яблоки очистить, нарезать тонкими ломтиками, потушить. Сахар растереть с маслом, прибавить желтки, молотые орехи, муку, лимонный сок, цедру, взбитые с сахаром белки. В форму положить сначала яблоки, на них подготовленную массу. Выпекать 40—45 минут.

### Торт «Воздушный»

● 3 яблока, 6 белков,  $1\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка, сахарная пудра, сливки

Яблоки (лучше антоновские) очистить, мелко порезать, испечь на сковороде, подлив в нее немного воды. Протереть сквозь сито. В полученное пюре всыпать сахар и варить, помешивая, пока не загустеет. Взбить яичные белки до густой пены, влить их в горячее яблочное пюре, хорошо смешать. Приготовленную массу выложить горкой на смазанную сковороду и поставить в духовку на 10—15 минут, чтобы пирог подрумянился и поднялся. Подают пирог горячим в той же посуде, в которой выпекался, сверху посыпают сахарной пудрой.

### Торт «Любимый»

- *Для теста:* 1½ стакана муки, 150 г сливочного масла, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки сахарного песка, 1 яичный желток, сок ½ лимона  
*Для начинки:* 1 кг яблок, 1 стакан сахарного песка, щепотка риса, 1 яйцо, 2 ст. ложки изюма, 2 ст. ложки молотых орехов, 2 ложки рома

Замесить тесто и разделить его на 3 части. Одну часть положить на дно смазанной маслом формы, второй частью обложить внутренние стенки формы. В форму положить начинку (очищенные яблоки вскипятить с сахаром, добавить изюм и рис). Покрыть ее третьей частью теста, раскатанного в пласт. Сверху густо смазать яйцом, посыпать молотыми орехами и сахаром. Выпекать 30 минут.

### Торт с белой пеной

- 1,5 кг яблок, 2 стакана муки, 200 г масла, 12 ст. ложек сахарной пудры, 4 яйца

В мягкое сливочное масло добавить 6 ст. ложек сахарной пудры и взбивать эту смесь 15 минут венчиком или вилкой. Затем добавить 2 желтка, муку, замесить тесто и поставить на холод. Через полчаса раскатать тесто в лепешку, выложить на смазанный маслом лист и поставить в духовку, чтобы подрумянился. Яблоки очистить и отварить в небольшом количестве воды, добавить по вкусу сахар, 2 ст. ложки десертного вина. Начинку положить на готовую лепешку. Взбить 4 яичных белка, добавить 6 ложек сахарной пудры.

Положить взбитые белки на яблочную начинку, снова поставить пирог в духовку и держать там, пока не подрумянится.

### Торт «Быстрый»

- 1 кг яблок, 6 яиц,  $1\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка,  $1\frac{1}{4}$  стакана муки, сода

Яблоки очистить, разрезать на кружки толщиной 2—3 мм. Форму для торта выстлать пергаментной бумагой, смазать жиром и посыпать сухарями. Яблоки положить в 3—4 ряда. Из яиц, сахара и муки приготовить бисквитное тесто. Приготовленное тесто вылить на яблоки и выпекать в умеренном жару. Торт должен остыть в форме, затем опрокинуть торт на подставку и обсыпать сахарной пудрой.

### Яблочный пай

- 200 г масла, 8 ст. ложек сметаны, 3 стакана муки, соль

*Смесь для бисквита:* 4 яйца, 1 стакан сахарного песка, 1 стакан муки

*Для начинки:* 1 стакан яблочного пюре,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарной пудры

Масло порубить ножом, добавить муку, влить сметану с солью и замесить тесто. Разложить его ровным слоем на противень. Поставить в духовку, чтобы слегка подрумянился. Затем вынуть, положить яблочную начинку, а сверху залить смесью для бисквита. Снова поставить в печь, убавив огонь. Когда бисквит подрумянится и пропечется, вынуть торт и посыпать сахарной пудрой.

### Торт яблочно-миндальный «Анна»

- 1,5 кг яблок, 3 ст. ложки миндаля, 400 г слоеного теста,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана рома, 200 г вишневого варенья

Слоеное тесто раскатать в круглый пласт диаметром 30 см, на него положить ломтики яблок. Выпекать в духовке не менее 45 минут. Готовый и охлажденный торт залить ромом и вишневым вареньем, сверху посыпать жареным миндалем.

## Торт «Чебурашка»

- 5 яблок, 3 стакана муки, 2 яйца, 1 стакан сахарного песка, 100 г сливочного масла, сода

Все продукты, кроме яблок, тщательно смешать и растереть. На ночь поставить на холод. Форму намазать маслом, ровно выложить на нее половину получившейся смеси, сверху положить натертые на крупной терке яблоки, смешанные с песком. На яблоки уложить остальную смесь, разровнять и поставить в духовку. 2 белка взбить в крепкую пену, добавить 3—5 ложек сахара. Когда торт будет почти готов, сверху положить на него взбитые белки решеточкой, звездами или шариками. Снова поставить в духовку, чтобы белки подсохли и чуть подрумянились.

## Сухарный торт с яблоками

- 5 яблок, 20 сухариков,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 4 ч. ложки желатина, 100 г сметаны или сгущенного молока, корица, соль, 2—3 гвоздики

В воду положить корицу, гвоздику, сахар и сварить сироп. Опустить в него яблоки, нарезанные кубиками, слегка проварить и вынуть. Предварительно замоченный желатин растворить в горячем сиропе. В этот сироп обмакнуть сухари и выложить их в глубокое блюдо. На сухари положить слой яблок, затем слой сухарей и так далее. Полить оставшимся сиропом и поставить на холод. Застывшее блюдо полить подслащенной сметаной или разбавленным сгущенным молоком и подать на стол.

## Французский яблочный торт

- *Для теста:* 1 стакан муки,  $\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка, 125 г сливочного масла, 3 ст. ложки холодной воды

*Для начинки:* 3 стакана начищенных и нарезанных дольками яблок, 6 ст. ложек сливочного масла,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарной пудры

Муку, соль, сахар смешать со сливочным маслом и изрубить ножом. Влить холодную воду и месить, пока тесто не станет скатываться в комок. Поставить в холодильник на 1 час. Форму с высокими краями

смазать маслом и посыпать сахарной пудрой. Положить яблоки в несколько слоев, смазать их сливочным маслом и посыпать сахарной пудрой. Раскатать тесто и покрыть им яблоки. Выпекать 30 минут. Дать остыть. Перевернуть форму с тортом на блюдо так, чтобы яблоки были сверху.

### Торт «Резекне»

- *Для теста:* 500 г пшеничной муки, 300 г маргарина, 2 яйца,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка  
*Для крема:* 1 банка сгущенного молока, 400 г сливочного масла, 2 ст. ложки коньяка, ванилин  
*Для начинки и украшения:* 1 кг яблок (антоновки), натертая цедра лимона, 1 стакан клюквенного желе, 1 стакан сливок,  $\frac{1}{2}$  стакана орехов, 2 ст. ложки сахарного песка

Муку смешать с сахаром, порубить ножом вместе с маргарином, добавить взбитые яйца, смешать все в однородную массу и поместить на час в холодильник. После этого тесто пропустить через мясорубку, положить на лист, печь в духовке, помешивая, пока не получится коричневая масса (крошка). Дать остыть и замешать в крем: банку сгущенного молока варить 2—3 часа, остывшее молоко взбить с маслом, затем добавить ванилин и коньяк.

Половину массы выложить в плоскую посуду, оформить в виде круглого торта, переложить тушеными дольками яблок, посыпать тертой лимонной коркой, положить сверху оставшуюся часть теста. По верху теста с помощью чайной ложки сделать круглые ямки, которые заполнить застывшим клюквенным желе, края торта посыпать размельченными орехами. Сливки сбить с двумя ложками сахара и ванилином, затем выдавить их через фигурный наконечник вокруг «озер» из желе.

### Яблочный торт «Московский»

- *Для песочного теста:* 200 г пшеничной муки, 3 ст. ложки сахарного песка, 15 г корицы, 1 яйцо, 100 г сливочного масла или маргарина, сода и соль на кончике чайной ложки  
*Для начинки:* 3 яблока, 3 ст. ложки яблочного повидла



*Для бисквитного теста:* 3 ст. ложки пшеничной муки, 4 ст. ложки сахарного песка, 4 яйца

Масло размять руками, положить в кастрюльку, насыпать туда сахарный песок, взбить яйцо, посолить и добавить немного соды. Тщательно перемешать и всыпать предварительно просеянную через сито муку. Готовое песочное тесто раскатать в пласт толщиной 1 см, предварительно подпылив доску мукой. Сделать из него круг диаметром 20 см, положить круг в неглубокую форму и запекать в духовке не больше 5—7 минут при температуре 220 °С. Форму вынуть из духовки, дать полусырой лепешке остыть, потом, не вынимая ее из формы, положить на нее повидло и размазать равномерно по всей поверхности, сверху уложить мелко нарезанные сырые яблоки, смешанные с сахарным песком и корицей.

Только что взбитый бисквит положить в форму поверх начинки. Торт можно ставить в духовку. При температуре 180—200 °С выпекать около 30 минут.

## **Яблочный торт «Сюрприз»**

### ● Готовый бисквитный корж

*Для крема:* 6 крупных яблок, 1 лимон, 1 стакан сахарного песка, 1 яйцо, 30—40 г сливочного масла, 1 ст. ложка муки. По желанию вишневый или малиновый сироп, коньяк или ром

Корж разрезать вдоль пополам. Яблоки очистить, натереть на терке, залить водой так, чтобы она лишь покрыла их, положить сахар и сварить до мягкости. Натереть на терке цедру лимона и выжать из него сок. Взбить яйцо с мукой. Соединить лимонный сок и взбитое яйцо с яблочным пюре и при непрерывном помешивании довести до кипения. Положить масло и снять с плиты. На нижний пласт коржа равномерно нанести слой приготовленного крема, положить на него второй пласт и смазать его оставшимся кремом (если крема окажется недостаточно, покрыть несмазанные места сметаной, взбитой в пышную массу). По желанию нижний пласт можно предварительно пропитать вишневым или малиновым сиропом, добавив несколько капель коньяка или рома. Торт украсить шоколадной стружкой или молотыми грецкими орехами.

## Торт с яблоками и ромом

- 1 стакан сахара, 3 яйца, 3 яблока, 2 порошка ванилина или 1 ст. ложка рома, сода

Растирать сахар с яичными желтками, добавить последовательно муку, просеянную вместе с содой, натертые на крупной терке яблоки и взбитые в густую пену белки. Одновременно с белками ввести ванилин и ром. Приготовленное тесто выложить в смазанную маслом и посыпанную мукой форму для торта и выпечь в умеренно горячем духовом шкафу. Готовый торт переложить на подходящую тарелку, охладить и покрыть взбитой с сахаром сметаной.

## Яблочный торт по-бельгийски

- *Для теста:* 8 белков, 1 стакан сахарной пудры,  $\frac{1}{2}$  стакана толченых грецких орехов,  $\frac{1}{2}$  стакана муки  
*Для желе:* 1 кг яблок, 2—3 ст. ложки сахарного песка, 1—2 ст. ложки крахмала

Взбить в густую пену белки с сахарной пудрой, добавить перемешанных с корицей грецких орехов (или миндаля), муку, слегка перемешать. Полученное тесто разделить на 4—5 частей. Раскатать каждую из них в лепешку и выпечь в смазанной маслом форме. Когда лепешки остынут, покрыть их яблочным желе и положить одну на другую. Сверху смазать торт тем же желе и украсить сметаной, взбитой с сахарной пудрой. Желе приготовить так: сварить яблоки вместе с сахаром и сгустить крахмалом.

## Торт «Новинка»

- 4 яйца, 4 ст. ложки сахарной пудры, 3 ст. ложки какао, 7 ст. ложек сметаны, 4 яблока, 2 ст. ложки крахмала

Перемешать пудру с крахмалом и какао. Отделить белки от желтков. Желтки тщательно растереть, белки взбить в густую пену. Затем добавить при непрерывном помешивании желтки к белкам и ложку за ложкой — сахарную смесь. Покрыть дно противня промасленной бумагой, выложить на нее приготовленное тесто и выпекать в умеренно горячем духовом шкафу

в течение 10—15 минут. Выпеченную лепешку разрезать вдоль на 3 части. Положить один пласт на блюдо, смазать подслащенной сметаной или жидким повидлом. Верх третьего пласта украсить яблоками, сваренными в сахарном сиропе.

### **Торт с лимонной глазурью**

● *Для теста:* 1½ стакана муки, 200 г сливочного масла, ¾ стакана сахарного песка, 1 яйцо, щепотка соли, лимонная цедра

*Для начинки:* 1 кг яблок, 3 ст. ложки сливочного масла, ½ стакана сахарного песка, орехи, изюм

*Для глазури:* 3 стакана сахарной пудры, ½ стакана воды, сок 1 лимона

Замесить умеренно крутое тесто. Раскатать ⅔ теста в круглую лепешку, положить ее в смазанную маслом форму, хорошо придавив края, и выпекать. Очистить от кожицы и сердцевины яблоки, нарезать их ломтиками и потушить вместе с маслом, сахаром и небольшим количеством воды. Добавить толченый миндаль, изюм, перемешать и выложить на выпеченную лепешку. Оставшуюся часть теста раскатать в тонкий круг, положить его поверх начинки, смазать взбитым яйцом и поставить в умеренно горячую духовку. Готовый торт смазать горячим абрикосовым или другим повидлом и облить лимонной глазурью, которую приготовить из сахарной пудры, воды и сока одного лимона. Поставить торт еще на одну минуту в духовку, чтобы глазурь приобрела блеск.

### **Яблочный торт «Волшебный»**

● 5—6 яблок, 6 белков, 6 ст. ложек сахарной пудры, 60—70 г сливочного масла, 2 ст. ложки сахарного песка

Яблоки очистить от кожицы и семян и нарезать их ломтиками; взбить в густую пену яичные белки с сахарной пудрой. В форму для торта или в другую подходящую посуду, смазанную сливочным маслом и посыпанную сахаром, плотно уложить половину яблок, по желанию посыпать толчеными грецкими орехами, залить половиной белковой смеси, положить оставшиеся яблоки, снова посыпать орехами, залить белковой сме-

сью и поставить в предварительно нагретый духовой шкаф. Выпекать, пока торт слегка не подрумянится.

### **Яблочный торт «Особый»**

- *Для теста:* 2 яйца, 2 ст. ложки сахарного песка, 4 ч. ложки муки, 2 ст. ложки сметаны,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки (без верха) питьевой соды

*Для начинки:* 2 желтка, 250 г маргарина, 1 стакан сахарного песка, 4 яблока, изюм, орехи

Прежде всего следует приготовить бисквит: растереть желтки с сахаром, прибавить сметану, смешать с мукой, пеной, взбитой из белков, и содой. Немного посолить. Переложить бисквитную массу в форму для печения тортов, предварительно смазанную маслом и посыпанную орехами. Выпекать в течение 25—30 минут. Готовый бисквит охладить и приготовить начинку. Растереть желтки с сахаром, прибавить натертые на терке яблоки, изюм, орехи, ароматизирующие вещества. Все перемешать. Переложить начинку на бисквит, находящийся в форме, и поставить в холодильник. Когда желе застынет, можно украсить торт взбитой сметаной.

### **Торт «Машенька»**

- 150 г сливочного масла, 1 стакан сахарного песка, 3 желтка, 2 стакана муки,  $\frac{1}{2}$  стакана кислого молока, порошок ванилина, 2 белка, сода

В форму для торта, смазанную маслом, выложить половину теста, сверху положить дольки яблок и посыпать 1 столовой ложкой сахара и 1 столовой ложкой панировочных сухарей. Затем выложить оставшееся тесто. Выпекать примерно 20 минут в умеренно горячем духовом шкафу.

### **Фруктовый торт «Коломна»**

- *Для теста:* 100 г сливочного масла, 1 стакан сахарной пудры, 2 яйца, 2 желтка, 1 стакан муки, 1 ч. ложка разрыхлителя

*Для крема:* 2 ст. ложки муки,  $1\frac{1}{2}$  стакана молока,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 2 яйца

Взбить в пышную массу свежее сливочное масло с сахарной пудрой, добавить яйца и желтки и взбивать еще 8—10 минут, после чего ввести разрыхлитель в муку. Хорошо вымесить. Полученное тесто выложить в смазанную маслом и посыпанную мукой форму для торта или на противень и выпекать до золотистого оттенка. Готовую лепешку переложить на подходящую тарелку, дать ей остыть и смазать кремом, который приготовить следующим образом: растереть и затем взбить муку с молоком, добавить сахар и взбитые яйца, поставить на слабый огонь и варить, непрерывно помешивая, до получения умеренно густого крема. Снять его с огня и продолжать помешивать, пока он не остынет полностью. На крем положить рядами ломтики яблок (можно из компота), покрыть их 2 белками, взбитыми в густую пену с 3 ст. ложками сахарной пудры и порошком ванилина.

### **Индийский яблочный торт**

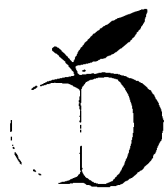
- 5 яблок, 3 ст. ложки орехов, 100 г масла,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 ст. ложка муки, 3 яйца

Очищенные яблоки, нарезанные тонкими ломтиками, поместить в сахарный сироп, варить до полуготовности и уложить в форму, на слой яблок выложить яичную массу и выпекать в духовке в течение 30 минут. Для приготовления яичной массы желтки растереть с сахаром, мукой, сливочным маслом и молотыми орехами, добавить цедру лимона и лимонный сок. Полученную массу смешать со взбитыми белками.

### **Торт «Ольга»**

- 6 яиц, 1 стакан сахарного песка, 1 стакан манной крупы, 3 яблока, 200 г яблочного желе или густого яблочного киселя

Желтки растереть с сахаром добела, добавить манную крупу. В полученную массу осторожно ввести взбитые белки, переложить в смазанную форму и поставить в духовку. Когда готовый пирог остынет, уложить на нем яблоки, нарезанные тонкими дольками, и залить холодным желе. Торт поставить в холодное место. Одно из его достоинств — низкая калорийность.



## ПИРОГИ И ПИРОЖКИ

### Яблочный пирог по-берлински

- Для теста: 100 г маргарина, 3—4 ст. ложки сахарного песка, 1—2 яйца, 1 ст. ложка рома, разрыхлитель

Для начинки: 1 кг яблок, 2 ст. ложки крахмала

Приготовить пюре из яблок (натереть их на терке), перемешать с крахмалом, корицей по вкусу и изюмом. Замесить тесто из разрыхлителя, маргарина, сахара, соли, яиц, рома и разделить его на две неравные части. Бóльшую часть раскатать в лепешку, выстлать ею противень так, чтобы тесто покрывало не только дно, но и края противня. Покрыть тесто ровным слоем яблок. Остальное тесто также раскатать в лепешку, вырезать из нее кружочки, уложить их поверх яблок и выпекать в умеренно горячей духовке. Готовый пирог залить растопленным маслом и посыпать сахарной пудрой.

### Яблочный пирог по-богемски

Замесить тесто так же, как указано в первом рецепте, раскатать его в пласт и выстлать им дно и края противня. Приготовить смесь из 4 ст. ложек абрикосового повидла и 2 ст. ложек рома, смазать ею тесто, положить поверх нее нарезанные тонкими ломтиками яблоки (1 кг), посыпать сахаром, изюмом и толченым миндалем по вкусу. Из  $1\frac{1}{4}$  стакана муки, 125 г сливочного масла или маргарина и  $\frac{1}{2}$  стакана сахара замесить тесто, раскатать его в лепешку, положить поверх яблок и выпекать в умеренно горячей духовке.

### Яблочный пирог по-болгарски

- 175 г муки, 1 ч. ложка разрыхлителя, 3 ст. ложки сахарного песка, 1 яйцо, ванилин

Просеять муку и разрыхлитель холмиком, сделать в нем углубление, положить в него сахар, яйцо, ванилин, замесить тесто. Оставить его на 15—20 минут,

затем раскатать в пласт и выстлать им смазанный маслом противень так, чтобы тесто покрывало не только дно, но и края противня. Сверху положить начинку из килограмма тушеных или сырых яблок, посыпать их по вкусу изюмом, толченым миндалем и выпекать в умеренно горячей духовке. Приготовить желе из стакана яблочного сока и желатина и залить им выпеченный пирог.

### Яблочный пирог по-датски

- 250 г маргарина,  $1\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка, 3 яйца, цедра 1 лимона, 2 ч. ложки рома,  $1\frac{1}{2}$  стакана муки, разрыхлитель

Растереть в густую пену маргарин с сахаром и щепоткой соли, добавить по одному яичные желтки, натертую на терке цедру лимона, ром, муку, просеянную с чайной ложкой разрыхляющего порошка, и замесить тесто. Оставшиеся белки взбить в густую пену, выложить на смазанный маслом противень или в форму для торта, положить поверх белков ровным слоем тесто, покрыть его тонкими ломтиками яблок (6—5 шт.), посыпать ванильным сахаром и толченым миндалем. Выпекать в умеренно горячей духовке. По желанию готовый пирог можно залить растопленным сливочным маслом.

### Яблочный пирог по-французски

- *Для теста:* 2 стакана муки, 3 ст. ложки сахарного песка, 65 г маргарина, цедра с 1 лимона,  $\frac{1}{2}$  стакана молока, 20 г дрожжей  
*Для крема:* 1 стакан сметаны, 5 ч. ложек крахмала, 2 яйца

Развести дрожжи в молоке. После этого замесить тесто из муки, сахара, маргарина, щепотки соли, натертой на терке лимонной цедры и молока с дрожжами, скатать его в шар, накрыть салфеткой и оставить в теплом месте для подъема. В это время нарезать тонкими ломтиками или натереть на терке 1 кг яблок, добавить по вкусу корицу, изюм и перемешать. Подошедшее тесто раскатать в пласт, переложить на противень, покрыть яблоками, залить охлажденным кремом и выпечь в умеренно горячей духовке (крем при-

готовить так: сгустить при непрерывном помешивании сметану и крахмал и, не прекращая помешивания, добавить яйца). Вынуть из духовки, сбрызнуть растопленным сливочным маслом.

### **Пирог с яблоками «Юбилейный»**

- *Для теста:* 125 г сливочного масла,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарной пудры, 3—4 яйца, 1 стакан молока,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки соды,  $3\frac{1}{2}$  стакана муки

Растереть добела сливочное масло с сахарной пудрой, добавить одно за другим яйца, продолжать взбивание еще 15—20 минут, влить молоко с растворенной в нем содой, всыпать муку и хорошо взбить.  $\frac{2}{3}$  теста раскатать в пласт, переложить на смазанный маслом и посыпанный мукой противень и посыпать его 2—3 ст. ложками толченых сухарей. Очистить 1 кг яблок, натереть их на крупной терке, перемешать с 2—3 ст. ложками сахара и 2 порошками ванилина или чайной ложкой корицы и выложить ровным слоем на тесто. Сверху посыпать яблоки 2—3 ложками сухарей, покрыть остальным тестом и выпечь в умеренно горячей духовке. Когда пирог остынет, разрезать его на куски и посыпать сахарной пудрой.

### **Пирог с яблоками и орехами**

- *Для теста:* 5 яиц, 1 стакан сахара,  $\frac{3}{4}$  стакана растительного масла, 1 стакан сметаны, 1 ч. ложка соды, 3 стакана муки

Растереть добела яйца с сахаром, затем постепенно, все время растирая массу, добавить растительное масло, сметану, питьевую соду и муку. Натереть на терке очищенные от кожицы яблоки, перемешать их с  $\frac{1}{2}$  стакана молотых орехов, корицей по вкусу и 2—3 ст. ложками сахара. Половину приготовленного теста выложить на смазанный маслом противень, высыпать на него яблоки и покрыть их остальным тестом. Выпекать пирог около 45 минут в умеренно горячей духовке.

### **Пирог с яблоками обычный**

- 3 яблока, 125 г сливочного масла, 1 яйцо, мука

Очистить яблоки от кожицы, разрезать на четыре части, потушить до мягкости в небольшом количестве



воды и уложить на смазанный маслом и посыпанный мукой противень. В растопленное чуть теплое масло добавить яйцо и такое количество муки, чтобы получилось тесто, как для блинчиков. Залить этим тестом яблоки. Выпекать пирог в умеренно горячей духовке 15—20 минут. При подаче на стол полить его малиновым сиропом.

### **Пирог яблочный с изюмом**

- 7 яблок, 2 стакана муки, 210 г сливочного масла, 1 яйцо, 2 ст. ложки воды

Из муки, натертого на терке твердого сливочного масла, яйца и воды замесить тесто. Скатать его в шар и положить на 1 час в холодильник. Затем раскатать из теста две лепешки, каждая толщиной 0,5 см. Одной лепешкой покрыть дно четырехугольного противня. Очистить от кожицы яблоки, нарезать кружочками, уложить ровным слоем на тесто, посыпать по вкусу сахаром, мелко нарезанными грецкими орехами, накрыть второй лепешкой и защипнуть края. Выпекать в предварительно хорошо нагретой духовке. Готовый пирог посыпать сахарной пудрой, перемешанной с ванилином.

### **Открытый пирог с яблоками**

- 100 г сливочного масла,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 2 яйца, 3 (с верхом) стакана муки, 1 стакан молока, разрыхлитель, 10—11 яблок

Растереть сливочное масло с сахаром, добавить один за другим яйца, щепотку соли, муку, перемешанную с пакетиком разрыхлителя, молоко и замесить тесто. Хорошо вымесить его, раскатать в пласт и положить на смазанный жиром противень, покрыть тесто ровным слоем очищенных и нарезанных тонкими ломтиками яблок, посыпать их сахаром по вкусу и выпекать в течение часа в умеренно горячей духовке. Готовый пирог посыпать сахарной пудрой.

Этот пирог можно приготовить и без сахара — для страдающих диабетом.

### **Пирог с яблоками «Без хлопот»**

- 10—11 яблок, 4 яйца,  $1\frac{1}{3}$  стакана сахарной пудры,  $1\frac{1}{2}$  стакана муки, разрыхлитель, цедра

Очистить кисловатые яблоки, нарезать их тонкими ломтиками и положить в форму для торта. Яйца растереть добела с сахарной пудрой, добавить натертую на терке лимонную цедру, муку, перемешанную с пакетиком разрыхлителя, и полученное тесто выложить поверх яблок. Выпекать пирог в умеренно горячей духовке около часа. Подать его можно как теплым, так и холодным.

### **Пирог с яблоками и глазурью :**

● *Для теста:* 2 стакана муки,  $1\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка,  $\frac{3}{4}$  стакана растопленного масла, 1 яйцо, разрыхлитель

*Для начинки:* 10—11 яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 2 ст. ложечки изюма, 4 ст. ложки воды

*Для глазури:*  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка, 1 лимон

В посуду высыпать холмиком муку, перемешанную с пакетиком разрыхлителя, сделать в холмике углубление, положить в него сахар, растопленное масло, яйцо и замесить крутое тесто. Половину теста раскатать в пласт толщиной 0,5 см, положить его на противень и выпекать в теплой духовке 8—10 минут. Очистить яблоки, нарезать небольшими кусочками, потушить с сахаром, изюмом и водой, следя за тем, чтобы они не разварились, дать им остыть и выложить равномерным слоем на выпеченную лепешку. Остальное тесто раскатать в толстый пласт и покрыть им яблоки. Выпекать пирог в умеренно горячей духовке до приобретения светло-коричневого оттенка (около 30 минут) и еще теплым смазать лимонной глазурью (сахар взбить с соком лимона). После того как пирог остынет, разрезать его на квадратные куски.

### **Яблочный пирог в желе**

● 1 стакан (с верхом) муки,  $\frac{1}{3}$  стакана сахарного песка, 1 яйцо, 75 г сливочного масла, ванилин, разрыхлитель, 10 яблок

Просеять холмиком муку вместе с чайной ложкой разрыхлителя, сделать углубление, положить в него сахар, яйцо, порошок ванилина, сливочное масло (или маргарин) и замесить умеренно крутое тесто. Оставить

его на 15—20 минут, затем раскатать в пласт и выложить на смазанный маслом противень так, чтобы тесто покрыло не только его дно, но и края. Сверху уложить начинку из тушеных или сырых яблок, нарезанных ломтиками, посыпать ее по желанию изюмом и толченым миндалем и выпечь пирог в умеренно горячей духовке. Приготовить желе из стакана яблочного сока, желатина и сахара по вкусу и залить им выпеченный пирог.

### **Закрытый пирог с яблочной начинкой**

- *Для теста:* 100 г сливочного масла,  $\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана манной крупы,  $\frac{1}{2}$  стакана муки, разрыхлитель, корица  
*Для начинки:* 4—5 яблок, 7—8 ст. ложек сахарного песка, 3 ст. ложки воды

Растопить сливочное масло, добавить в него сахар, манную крупу, перемешать и полученную массу снять с огня. Затем ввести в нее муку, смешанную с пакетиком разрыхлителя, немного корицы и замесить тесто. Разделить его на два куска и каждый раскатать в пласт толщиной 1 см. Один пласт положить на противень, предварительно смазанный маслом. Приготовить пюре из яблок, сахара и воды; выложить его ровным слоем на тесто, посыпать корицей, изюмом, накрыть другим пластом теста и выпекать в умеренно горячей духовке. Готовый пирог посыпать сахарной пудрой и нарезать на куски.

### **Пирог с яблоками «Фантазия»**

- *Для теста:* 250 г маргарина,  $3\frac{1}{2}$  стакана муки, 7 ст. ложек воды, 2 ст. ложки уксуса, 2 яйца

Хорошо охлажденный маргарин нарезать кусочками и изрубить с мукой. Полученную массу собрать в горку, сделать в середине ямку и постепенно вливать (продолжая рубить) воду, уксус и яйца. Готовое тесто скатать в шар, накрыть салфеткой и оставить на день в холодильнике или в другом холодном месте. На другой день разделить тесто на 2 куска, каждый раскатать в пласт. Один пласт положить на противень, предварительно смазанный маслом, посыпать 2 ст. ложками толченых сухарей, разложить ровным слоем начин-

ку, накрыть другим пластом, защипать края, смазать взбитым яйцом и посыпать крупно нарезанными грецкими орехами. Выпекать пирог в горячей духовке. Начинку приготовить так: очистить от кожицы и семян 2—3 яблока, нарезать их кружочками, перемешать с натертой на мелкой терке лимонной цедрой, корицей и сахаром по вкусу.

### **Пирог с кислыми яблоками**

- *Для теста:* 5 яиц, 5 ст. ложек сахарного песка, 5 ст. ложек муки, ванилин

Высыпать на противень сахарный песок слоем 1½ см, уложить на него очищенные от кожицы и сердцевины кислые яблоки и поставить в умеренно горячую духовку. Когда яблоки покроются пеной, залить их тестом (яйца, взбитые с сахаром, перемешать с мукой и порошком ванилина) и поставить в духовку еще на несколько минут. Когда пирог остынет, опрокинуть его на круглое блюдо для торта и украсить взбитым в густую пену белком.

### **Пирог с яблоками в пламени**

- *Для теста:* 125 г сливочного масла, 4/5 стакана муки, 2 ст. ложки молока, соль

Замесить мягкое тесто из накрошенного кусочками сливочного масла, муки, щепотки соли и молока. Оставить его на 30 минут, после чего раскатать в пласт, свернуть вчетверо и снова тщательно раскатать. Полученную лепешку переложить в хорошо смазанную маслом форму для торта, наколоть вилкой и выпекать в умеренно горячей духовке, пока не подрумянится. В это время очистить несколько кисловатых яблок, разрезать каждое на четыре части, удалить сердцевину с семенами, потушить в масле до приобретения румяного оттенка, следя за тем, чтобы яблоки не разварились, а остались целыми, и выложить ровным слоем на выпеченную лепешку. Залить небольшим количеством рома, поджечь и подать пирог в пламени.

### **Пирог с яблоками «Воздушный»**

- *Для теста:* 250 г маргарина, 1¼ стакана сахарного песка, 3 яйца, цедра, 2 ч. ложки рома, 1½ стакана муки, разрыхлитель

Растереть в густую пену маргарин с сахаром и щепоткой соли, добавить по одному яичные желтки, натертую на терке цедру одного лимона, ром, муку, просеянную с чайной ложкой разрыхляющего порошка, и замесить тесто. Оставшиеся белки взбить в густую пену, выложить на смазанный маслом противень или в форму для торта, положить поверх белков ровным слоем тесто, покрыть его тонкими ломтиками яблок (5—6 шт.), посыпать ванильным сахаром и толченым миндалем. Выпекать в умеренно горячей духовке. По желанию готовый пирог можно залить растопленным сливочным маслом.

### **Пирог с яблоками «Порционный»**

- *Для теста:* 1 стакан (без верха) муки, 100 г сливочного масла, 3 ст. ложки сахарного песка, 1 желток

Замесить умеренно крутое тесто из муки, сливочного масла, сахара и яичного желтка, скатать его в шар и оставить на 30 минут в прохладном месте. Затем раскатать тесто в лепешку, переложить на смазанный маслом противень и выпекать в горячей духовке. Очистить от кожицы 6—7 яблок, мелко нарезать и сварить в небольшом количестве воды до образования кашицы. Добавить в нее сахар и корицу по вкусу, перемешать и выложить ровным слоем поверх остывшей лепешки. Выпекать пирог в умеренно горячей духовке около 10 минут. Когда он остынет, нарезать его на куски любой формы и величины и посыпать сахарной пудрой.

### **Пирог с яблоками «Новогодний»**

- *Для теста:* 1 яйцо, 250 г маргарина, 1 стакан сахарного песка,  $2\frac{1}{4}$  стакана муки, разрыхлитель  
*Для начинки:* 10 яблок, 3 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сахарной пудры для посыпки

Замесить тесто из яйца, растопленного маргарина, сахара, муки и разрыхлителя. Положить половину теста на смазанный маслом противень средней величины, воткнуть в него плотными рядами ломтики очищенных яблок, посыпать сверху крупной крошкой, приготовленной из второй половины теста, перетертого с

3 ст. ложками муки, и выпекать в умеренно горячей духовке. После выпечки сразу же посыпать пирог сахарной пудрой.

### **Пирог с яблоками «Софи»**

- *Для теста:*  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка,  $\frac{3}{4}$  стакана муки, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. ложка растительного масла

Замесить тесто из размягченного сливочного масла, сахарного песка, яиц и муки. Влить в глубокую сковороду растительное масло, поставить на огонь и по всей сковороде насыпать белые сухари, предварительно нарезанные на небольшие кусочки. Сухари должны впитать в себя масло. 2 яблока очистить вынуть семечки и сердцевину, нарезать на небольшие кусочки и уложить на сухари. Несколько минут держать их на сковороде, а потом залить тестом и поставить в духовой шкаф с температурой 270—280 °С. Готовый пирог выложить на блюдо и подавать к чаю или кофе.

### **Быстрый яблочный пирог**

- 1 кг яблок, 4 сухаря, корица, 4 яйца, 1 стакан сахарного песка, цедра 1 лимона, 150 г сливочного масла,  $1\frac{1}{4}$  стакана муки

Приготовить смесь из яиц и сахара, влить растопленное масло, всыпать муку, цедру и корицу, перемешать. Форму смазать жиром, яблоки порезать дольками, толстым слоем положить на тесто, посыпать сахаром и корицей. Выпекать 40 минут.

### **Яблочный пирог «Идеал»**

- *Для теста:*  $1\frac{1}{2}$  стакана муки, 150 г маргарина, 3 ст. ложки сахарной пудры, 1 яйцо  
*Для начинки:* 3 яйца,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка, 3 ст. ложки молотых орехов, 5 кислых яблок, цедра 1 лимона, 1 г корицы, 1 ч. ложка лимонного сока, 4 яблока, 1 желток, 1 ст. ложка сливок

Смешать муку с маслом, добавить сахарную пудру, яйцо и замесить тесто. Тесто в полиэтиленовом пакете положить на холод. Белки отделить от желтков

и растереть с сахаром. Яблоки очистить и мелко натереть, добавить цедру, корицу, смешать с ореховой массой. Белки с лимонным соком взбить и соединить с яблочно-ореховой массой. Тесто раскатать и выложить в форму. Яблочно-ореховую массу равномерно нанести на тесто. 4 оставшихся яблока очистить, разрезать пополам, каждую из половинок разрезать вдоль, положить на прослойку и смазать взбитыми с желтком сливками. Выпекать около часа.

### **Яблочный пирог «Рождественский»**

● *Для теста:*  $1\frac{2}{3}$  стакана муки, 150 г масла, 4 ст. ложки сахарной пудры, 1 яйцо

*Для начинки:* 10 яблок, сок 1 лимона, 2 ст. ложки грецких орехов, 1 ложка корицы, цедра 1 лимона, 1 рюмка коньяка

Муку просеять, добавить сахарную пудру, сливочное масло, яйцо и вымесить тесто. Положить в холодильник на 2 часа. Яблоки очистить, разрезать каждое на 4 части, порезать на дольки. Орехи измельчить, корицу и цедру смешать с орехами. Тесто раскатать по величине противня, намотать на скалку и уложить на противень. Наколоть вилкой, посыпать ореховой смесью, уложить дольки яблок. Выпекать 35 минут. Коньяк налить в половник, разогреть, не доводя до кипения, и поджечь. Горящей жидкостью полить пирог.

### **Пирог с яблоками и брусникой**

● *Для начинки:* 1 стакан брусники, 3 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 ст. ложка крахмала,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки корицы

Из песочного теста, приготовленного по основной рецептуре, раскатать круглую лепешку, выпекать ее до золотистого цвета. Бруснику смешать с крахмалом и сахаром, положить на лепешку, сверху уложить тонкие ломтики яблок, посыпать их сахаром и корицей. Пирог снова поставить в духовку и печь до готовности.

### **Пирог плетеный с яблоками**

● *Для теста:*  $2\frac{1}{2}$  стакана муки, 400 г сливочного масла, 1 яйцо,  $\frac{1}{2}$  стакана сухого белого вина,

$\frac{1}{2}$  стакана сметаны, 1 ч. ложка соли

*Для начинки:* 10 яблок, 2 ст. ложки сухарей,  
 $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка

Слоеное тесто приготовить и раскатать в виде прямоугольника. Яблоки натереть на крупной терке, добавить сахар, молотые сухари, взбитые яичные белки. Все перемешать и уложить посредине раскатанного теста во всю его длину. По обеим сторонам ножом сделать наискось надрезы по тесту, чтобы образовались полоски шириной 4 см. Полоски класть на яблоки так чтобы получилась плетенка в виде елочки. Положить на противень, смазать яйцом, поставить в духовку на 30—35 минут. Готовый пирог посыпать сахарной пудрой.

### **Яблочный пирог к чаю**

- 1 яйцо, 2 ст. ложки сливок, 1 стакан муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сахарного песка, соль

Из яиц, сливок, соли, муки замесить густое тесто. Разделить его на 4 части, каждую раскатать в очень тоненький пласт (по величине сковороды). На смазанную маслом сковороду положить первый пласт теста и сверху смазать его растопленным сливочным маслом, уложить на него очень тонко нарезанные яблоки, посыпать сахаром. На слой яблок положить второй слой теста, обмазанный с обеих сторон сливочным маслом, и так далее. Пирог поставить в духовку на 30—40 минут. Как только появится яблочный сок, полить им пирог.

### **Яблочный пирог «Осенний»**

- *Для теста:* 5 стаканов муки, 1 стакан сахарного песка, 2 стакана молока, 250 г масла, 30 г дрожжей, 2 яйца,  $\frac{1}{4}$  ч. ложки соли  
*Для крема:* 1 стакан сметаны, 1 стакан сахарного песка, 2 яйца

Растворить дрожжи в теплом молоке, добавить муку, яйца, сахар, соль. Замесить тесто, в конце добавить подогретое масло. Поставить тесто в теплое место. Когда тесто подойдет, сделать из него лепешку,



положить в форму, приподняв края. Мелко нарезанные яблоки смешать с кремом (сметана, взбитая с сахаром и яйцами), положить все на лепешку. Выпекать 30 минут.

### **Яблочный пирог закрытый**

- 3 ст. ложки подсолнечного масла, 1 ст. ложка сахарной пудры, сода, тертая цедра, мука

Замесить мягкое тесто. Противень накрыть приготовленным тестом слоем 0,5 см. Очищенные и нарезанные тонкими ломтиками яблоки (3—4 шт.) положить на слой теста, обильно посыпать сахарной пудрой и накрыть оставшимся тестом, раскатав его тонким слоем.

### **«Ленивый» пирог с яблоками**

- 20 г дрожжей, 150 г сливочного масла, 2 яйца,  $\frac{3}{4}$  стакана сметаны, 1 стакан сахарного песка, соль, 3 стакана (с верхом) муки

Дрожжи развести в воде. Яйца растереть с сахаром, масло растопить, смешать с яйцами и дрожжами. Влить сметану, добавить соль и ванилин. Всыпать муку и замесить тесто. Разделить тесто на 2 части, раскатать скалкой. Выложить на сковороду или противень, положить начинку — свежие яблоки (4 шт.) с песком. Закрыть вторым слоем теста. Пирог поставить на 2 часа в теплое место. Когда он подойдет, выпекать, предварительно смазав пирог яйцом, посыпав корицей с сахаром.

### **Блинчатый пирог с яблоками**

- *Для теста:* 3 стакана (с верхом) муки, 3 яйца, 1 ст. ложка топленого масла, 2 стакана молока, 2 ст. ложки сахарного песка, 50 г масла  
*Для начинки:* 10 яблок,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, 2 яйца

Желтки растереть с сахаром и солью, добавить молоко, хорошо размешивая, влить растопленное масло. Все это влить в муку, постоянно помешивая, чтобы не было комков. В последнюю очередь добавить взбитые в пену белки. Испечь блины, переложить их в кастрю-

лю, смазывая каждый блин маслом, перекладывая мелко нарезанными яблоками, пересыпая песком. Смешать яйца с сахаром и сметаной, залить сверху блинчики и поставить в духовку.

### **Пирог воздушный с яблоками**

- *Для теста:* 5 яблок, 150 г сливочного масла, 2 ст. ложки сметаны, 3<sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана размолотых ванильных сухарей

*Для начинки:* 3 яйца, 1 стакан сахарного песка, <sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана муки, ванилин

Растереть масло, добавить сметану и размолотые сухари. Все перемешать. Выложить массу в глубокую сковороду, сверху положить антоновские яблоки, очищенные и нарезанные дольками, а на яблоки — крем. Для крема взбить яйца с сахарным песком, добавить муку, ванилин и хорошо перемешать. Поставить в духовку на 20—25 минут.

### **Венгерский пирог с орехами**

- 6 яблок, 3 ст. ложки грецких орехов, <sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана сахарного песка, 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана муки, 100 г сливочного масла, 2 ст. ложки сахарной пудры, 2 яйца, ванилин, сода

Масло растереть с мукой, одним яйцом, сахарной пудрой, ванилином и содой. Разделить полученное тесто на 2 части и положить в холодильник на 2 часа. Яблоки очистить и натереть на крупной терке. Грецкие орехи измельчить. Половину теста раскатать по величине противня, на него положить грецкие орехи, яблоки и сахарный песок. Из остального теста раскатать тонкие жгутики и положить на пирог, сделав «решетку». Взбитым яйцом смазать «решетку», посыпать орехами, запечь.

### **Пирог рассыпчатый**

- 2 стакана муки, 200 г масла, 3 желтка, <sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана сахарного песка, сахарная пудра, 5 яблок, соль

Из песочного теста раскатать пласт толщиной 1 см,

положить на него слой тонких ломтиков яблок, сверху засыпать сахаром. Когда пирог будет готов, обсыпать его сахарной пудрой.

### **Слоеный пирог с яблоками**

- 2 стакана муки,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка, корица, яйцо для смазки

Отрезать  $\frac{1}{3}$  готового теста. Остальное раскатать в виде пласта толщиной 1 см и положить на противень. Выпекать 15—20 минут. На выпеченный пласт положить рядами дольки очищенных яблок (3 шт.), посыпать их сахарным песком и корицей. Оставшееся тесто раскатать и накрыть им яблоки. Смазать поверхность пирога яйцом и выпекать в течение 25—35 минут. Вместо яблок можно использовать крыжовник или ревень, нарезанный кубиками.

### **Болгарский пирог**

- 10 яблок, 1 стакан сахарного песка, 1 стакан муки, 1 стакан манной крупы, 1 ч. ложка соды, 1 ч. ложка корицы, 200 г сливочного масла, сахарная пудра

Смешать сахар, муку и манную крупу, добавить соду и лимонную кислоту. Очистить и натереть на терке яблоки, смешать с 1—2 ст. ложками сахара и добавить корицу. На небольшой противень насыпать стакан сухой смеси, сверху уложить яблоки (3 слоя сухой смеси и 3 слоя яблок). Верхний слой должен быть из яблок. Наколоть ложкой, залить кипящим маслом. Печь около часа, горячий пирог посыпать сахарной пудрой. На следующий день разрезать ромбиками и подавать к чаю.

### **Пирог «Солнышко»**

- 5 яблок (или 0,5 кг яблочного мармелада),  $2\frac{1}{2}$  стакана муки, 20 г дрожжей, 1 стакан молока, 2 ст. ложки сахарного песка, 100 г масла, 2 яйца, лимонная цедра, соль

Приготовить дрожжевое тесто. Когда оно во второй раз поднимется, раскатать пласт толщиной в палец. Выстлать им противень так, чтобы тесто покры-

вало края противня. Дать тесту подняться, положить на него слой нарезанных яблок с песком или яблочное повидло. Сверху положить «решеточку» из полосок того же теста. Перед выпечкой решетку смазать яйцом. Выпекать 30—40 минут.

### Пирог «Лакомка»

- *Для теста:* 2 стакана муки,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 100 г масла, 1—2 ст. ложки сметаны, 2 яйца, сода  
*Для начинки:* 7 яблок, 2 ст. ложки сахарного песка, корица, 50 г масла

Замесить тесто, накрыть салфеткой и оставить в холодном помещении на 1 час. Очищенные от кожуры и сердцевинки яблоки положить в слегка подсоленную воду, чтобы не потемнели. Затем положить их в кастрюлю и тушить вместе с сахаром, маслом и пряностями.  $\frac{2}{3}$  теста раскатать в пласт толщиной 0,5 см, уложить на противень и выпекать 30 минут. Вынуть из духовки, положить на тесто подготовленные яблоки. Из оставшегося теста сделать полоски и положить их в виде решетки на яблоки. Решетку смазать яйцом, а в каждый промежуток между полосками положить по кусочку масла. Затем выпекать еще 15—20 минут.

### Пирог особый с яблоками

- 2—3 яблока, 4 яйца,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка,  $\frac{3}{4}$  стакана подсолнечного масла, 1 стакан молока, 1 стакан муки,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки соды

Желтки взбивать с песком в течение 10—15 минут. Прибавить подсолнечное масло, молоко, муку с содой, все размешать. Выложить в смазанную маслом форму и выпекать до светло-золотистого цвета. Вынуть из духовки, поверхность пирога плотно накрыть тонко нарезанными яблоками. Сверху положить взбитые в крепкую пену белки с четырьмя ложками сахара. Снова поставить в духовку до образования румяной корочки.

### Пирог с яблоками и апельсином

- *Для теста:*  $1\frac{1}{4}$  стакана муки, 3 ст. ложки сахарной пудры, 4 ст. ложки размягченного масла, 15 г масла для смазывания формы

*Для начинки:* 10 яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, цедра с 1 апельсина, сок одного апельсина, 40 г масла

Муку и сахар перемешать с мелко нарезанным маслом до получения однородной массы. Добавить немного воды, чтобы тесто не приставало к рукам. Придать тесту форму шара и поставить в холодильник на 2 часа.

Отложить 3 яблока, остальные очистить от кожуры, вынуть сердцевину и семечки, разрезать пополам. Положить яблоки в кастрюлю, добавить сахар, соль, цедру апельсина. Варить на маленьком огне 20 минут. Приготовленную таким образом фруктовую смесь подавить вилкой, затем добавить 40 г масла, перемешать и охладить.

Очистить оставшиеся яблоки, разрезать их на равные дольки. Тесто положить в форму диаметром примерно 24 см. Поверхность смазать маслом, затем проткнуть вилкой и поместить в духовой шкаф на 12—15 минут при температуре 250 °С, после чего вынуть форму из духовки, сверху положить фруктовую смесь, а поверхность равномерно покрыть дольками яблок. Выпекать 10 минут. Пирог особенно хорош в теплом виде.

### **Пирог «Татэн»**

- 5 сладких яблок, 1 стакан сахарной пудры,  $1\frac{1}{4}$  стакана муки, 1 яйцо, 140 г масла, щепотка соли

Высыпать муку, сделать на ней углубление в центре, разбить яйцо, добавить 60 г масла, две столовые ложки воды, щепотку соли, все перемешать, скатать шар, слегка посыпать его мукой и оставить на час.

Очистить яблоки от кожуры, вынуть семечки, разрезать яблоки на 4 части. Затем смазать маслом глубокую форму, посыпать дно сахарной пудрой, скатать из нее маленькие шарики и распределить их на поверхности яблок. Тесто раскатать, придать ему круглую форму и закрыть им яблоки. Пирог поставить в духовой шкаф на 25—30 минут при средней температуре. Готовый пирог опрокинуть на блюдо так, чтобы слегка засахаренные яблоки оказались наверху.

## **Пирог с яблоками на скорую руку**

- 1 стакан молока, 3—5 яблок, 3 ст. ложки сахарного песка, 1 ст. ложка маргарина

Черствый батон или булку разрезать по длине (вертикально) на 3 ломтя. Окунуть каждый ломоть в теплое молоко и уложить в один ряд мякишем вверх на смазанный маргарином противень. Сверху положить натертые на крупной терке яблоки, посыпать пирог сахарным песком. Запекать пирог в духовке 15—20 минут (до готовности яблок).

## **Пирог с яблоками из пшеничного хлеба I**

- 400 г пшеничного хлеба, 4—5 яблок, 1—1½ стакана молока, 2 яйца, 3 ст. ложки сливочного масла или маргарина, ½ стакана сахарного песка

Черствый пшеничный хлеб натереть на терке, добавить молоко и взбитые яйца. Очищенные яблоки нарезать тонкими ломтиками и смешать с сахарным песком. На сковороду, смазанную маргарином и посыпанную панировочными сухарями, положить слой хлеба, сверху — слой яблок. Посыпать сахарным песком, полить растопленным сливочным маслом или маргарином (или разложить их кусочками) или сметаной. Выпекать в духовке 25—30 минут. По желанию этот пирог можно посыпать корицей (½ ст. ложки) или сверху полить сметаной (3 ст. ложки).

## **Пирог с яблоками из пшеничного хлеба II**

- 400 г пшеничного хлеба, 4—6 яблок, 2—3 стакана молока, 2 яйца, ½ стакана сахарного песка, 1 ч. ложка корицы, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка сахарной пудры, 1 ст. ложка панировочных сухарей

Ломтики черствого пшеничного хлеба замочить в яично-молочной смеси и половину их выложить в ряд на противень, смазанный сливочным маслом или маргарином и посыпанный панировочными сухарями. Яблоки очистить от кожицы и натереть на крупной терке, пересыпать сахаром, уложить на слой хлеба, а на яблоки положить второй слой ломтиков хлеба. Поверх-

ность залить остатком яично-молочной смеси, полить растопленным маслом. Запечь пирог в духовке. Горячий пирог охладить, нарезать на порции и посыпать сахарной пудрой или песком.

В этот пирог можно положить корицу, часть масла заменить сметаной или сливками.

### **Пирог из черного хлеба с яблоками**

- 400 г ржаного хлеба, 2 стакана воды, 1 стакан сока, 5 яблок, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка маргарина, 3—4 ст. ложки сахарного песка, 1 ст. ложка панировочных сухарей, 1 ст. ложка сахарной пудры

Ржаной хлеб (желательно бородинский) нарезать кусочками, обмакнуть каждый в смесь воды с любым соком и половину кусочков плотно уложить на дно смазанных маргарином и посыпанных панировочными сухарями противня или сковороды. Сверху положить натертые на крупной терке яблоки, посыпать их сахарным песком, затем вновь положить слой смоченного хлеба. Сверху разложить небольшие кусочки сливочного масла, залить все оставшейся смесью воды и сока, посыпать сахарным песком. Испечь пирог до готовности яблок. Посыпать сахарной пудрой.

### **Яблочный пирог «Загадка»**

- 225 г готового песочного теста, 5 яблок (больших),  $\frac{1}{2}$  лимона, 1 ч. ложка корицы, 4 ст. ложки сахарного песка, молоко или взбитое яйцо (для глазирования)

Перемешать лимонный сок, полстакана воды. Очистить яблоки, удалить сердцевину, нарезать тонкими ломтиками и залить лимонным раствором. Добавить сахар и варить до тех пор, пока не образуется яблочная пульпа (вода выкипит). Добавить в пульпу порошок корицы и хорошо перемешать. Разрезать песочное тесто на 2 куска. На подпыленной мукой доске раскатать из одного куска пласт размером, соответствующим форме для выпечки. Уложить пласт на обезжиренный противень и проколоть в нескольких местах вилкой. Выпекать в горячей духовке при 230 °С в течение 6 минут. Вынуть пирог из духовки и покрыть при-

готовленной яблочной начинкой. Раскатать из второго куска пласт, соответствующий по размеру первому. Накрывать этим пластом начинку и края теста защипать. Поверхность пирога проколоть ножом для выхода пара, слегка смазать смесью молока и взбитых яиц. Выпекать в горячей духовке при 230 °С в течение 10—15 минут. Остывший пирог разрезать на пласты.

### **Пирог «Пикантный»**

- *Для теста:* 4 стакана муки, 4 яйца, 1 стакан сахарного песка, 1½ стакана молока, 100 г растительного масла, дрожжи (⅓ палочки), ½ ч. ложки соли, 1½ стакана яблочного пюре

*Для заварного крема:* 1 стакан молока, 2 желтка, 5 ст. ложек сахарного песка, 1 ч. ложка картофельной муки, 1 ч. ложка пшеничной муки, 1 пакетик ванильного сахара

Приготовить кислое тесто, раскатать из него круглую лепешку и уложить на большую сковороду, смазанную растительным маслом. Сверху ровным слоем положить все яблочное пюре. Из кондитерского мешка или из бумажного фунтика через отверстие, прорезанное в конце фунтика, выпустить на яблочное пюре спиралью остуженный заварной крем. Поставить пирог в теплое место, чтобы он поднялся, а затем поместить в духовку со средним жаром и выпекать до готовности.

Приготовление крема: растереть желтки с сахаром, добавить, размешивая, сначала картофельную, а затем пшеничную муку. В полученную массу постепенно влить горячее молоко, непрерывно помешивая, чтобы не заварились желтки. Все размешать в однородную массу и поставить на небольшой огонь, непрерывно помешивая и не давая кипеть. Проварить до густоты. Крем осудить, всыпать в него ванильный сахар, хорошо растереть.

### **Яблочный пирог «Ко дню рождения»**

- 1⅔ стакана муки, 160 г масла, 1 стакан сахарной пудры, 1 яйцо, 10 яблок, сок 1 лимона, 2 ст. ложки грецких орехов, 1 ч. ложка корицы, пакетик ванильного сахара, цедра 1 лимона, ⅓ стакана абрикосового мармелада



Муку просеять в миску. Добавить сахарную пудру, размягченное сливочное масло, яйцо и вымесить тесто. Поместить тесто в холодильник на 2 часа. Яблоки очистить, разрезать на части, удаляя сердцевину, нарезать яблоки дольками и положить в лимонный сок. Ядра грецких орехов измельчить. Корицу, ванильный сахар и мелко натертую цедру лимона смешать с орехами. Тесто раскатать в прямоугольник по величине противня, намотать на скалку, затем развернуть на смазанном жиром противне и во многих местах наколоть вилкой. Равномерно посыпать поверхность теста ореховой смесью. Сверху рядами уложить дольки яблок. Духовку предварительно прогреть до 200 °С. Противень с яблочным пирогом установить в духовке на средней высоте и выпекать 35 минут. Свежеиспеченный яблочный пирог, пока он теплый, аккуратно обмазать сверху тонким слоем абрикосового мармелада.

### Слоеные пирожки

- *Для теста:* 2 стакана муки, 4—5 яблок, 4 ст. ложки сахарного песка

Тесто раскатать в пласт толщиной 1 см. Разрезать на прямоугольники, положить на них кружочки очищенных яблок, посыпать обильно сахаром. Защипить пирожки со всех сторон так, чтобы яблоки в середине пирожка были открытыми. Положить пирожки на сбрызнутый водой противень и выпекать 25—30 минут. Обсыпать готовые пирожки сахарной пудрой.

### Творожные пирожки с яблоками

- 1½ стакана муки, 100 г маргарина, 1 пачка творога, 2 яйца, ¾ стакана сахарного песка, соль, сода

Все продукты смешать в однородную массу. Творог растереть и раскатать в виде колбаски. Разрезать поперек на равные части и сделать круглые лепешки. В середину каждой лепешки положить фарш из свежих яблок. Пирожки обжарить на сковороде с разогретым маслом. Готовые пирожки посыпать сахарной пудрой.

## Яблочный пирог с крошкой

- *Для теста:*  $3\frac{3}{4}$  стакана муки, 1 стакан молока, 2 ст. ложки сметаны, 100 г сливочного масла, 2 ст. ложки сахарного песка, 50 г дрожжей, соль, 7 яблок

*Для крошки:* 150 г сливочного масла,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $1\frac{1}{2}$  стакана муки, цедра

Приготовить тесто опарным способом. Дать ему подойти, положить на подготовленный лист, выровнять еще раз, вновь дать подойти, положить дольки яблок или тертые яблоки, посыпать крошкой и печь 20—30 минут. Остывший пирог нарезать маленькими квадратами. Свежие яблоки можно заменить сушеными.

## Сладкий пирог с яблоками и орехами

- *Для теста:*  $2\frac{1}{2}$  стакана муки,  $\frac{3}{4}$  стакана простокваши, 1 стакан сахарного песка, 100 г растительного масла, 3 яйца, сода

*Для начинки:* 5 яблок, 4 ст. ложки орехов, 50 г измельченного печенья, 2 ст. ложки сахарного песка, корица

Масло, простоквашу, муку и соду соединить со взбитыми с сахаром яйцами при непрерывном помешивании. Половину теста выложить на противень. Сверху положить начинку из тертых яблок, орехов, измельченного печенья, корицы и сахара. Покрыть начинку остальным тестом. Выпекать пирог до зарумянивания.

## Пончики с яблоками

- $2\frac{1}{2}$  стакана муки, 1 стакан молока, 2 ст. ложки топленого масла, 2 ст. ложки сахарной пудры, 2 яйца, 30 г дрожжей

В муку влить стакан молока, положить топленое масло, сахарную пудру, яичные желтки, дрожжи, предварительно разведенные небольшим количеством холодного молока, добавить взбитые в густую пену белки и замесить тесто. Скатать его в шар, накрыть салфеткой и оставить в теплом месте на 3 часа, чтобы хорошо поднялось. Затем раскатать в тонкий пласт и разрезать на квадраты размером  $10 \times 10$  см. На сере-

дину каждого квадрата положить по четвертушке очищенного от кожицы и семян яблока. Свернуть квадраты по диагонали, защипнуть края мокрыми пальцами и поджарить пончики в небольшом количестве разогретого жира. Подать их горячими, посыпав сахарной пудрой.



## ПИРОЖНЫЕ И ПЕЧЕНЬЕ

### Яблочное пирожное «Фигурное»

- 5 яблок, 10 яиц, 1 ст. ложка крахмала, 3—4 ст. ложки сахарного песка, сода

Желтки растереть с сахаром добела. Яблоки испечь в духовке, сделать из них пюре, смешать с желтками и картофельной мукой. Добавить взбитые белки, соду, выпечь в форме.

### Слойка с яблочной начинкой

- 2 $\frac{1}{2}$  стакана муки, 300 г масла, 1 яйцо,  $\frac{1}{2}$  стакана воды, яблоки припущенные или повидло, соль

Приготовить слоеное тесто, раскатать пласт толщиной 2—3 мм, разрезать тесто на 2 равные части и выпекать на отдельных листах. Дать остыть. Один пласт смазать яблочным повидлом и накрыть вторым пластом. Верхний пласт покрыть тонким слоем яблочного повидла, затем посыпать крошкой из этого же теста. Готовое изделие разрезать на пирожные шириной 5 см и длиной 10 см.

### Пирожное слоеное «Яблочные ватрушки»

- 2 стакана муки, 1 яйцо, 5 яблок

Раскатать слоеное тесто толщиной 1 см. Выемкой диаметром 8—9 мм сделать 10 круглых лепешек, положить их на противень, смазать поверхность яйцом. Удалив из яблок сердцевину, порезать их на круглые дольки. Положить в центре каждой лепешки круглое яблоко (дольку) и выпекать 20—25 минут. После выпечки положить на яблоко, в центр, по крупной ягоде из варенья, можно залить желе.

## Яблочные пирожные порционные

- Тесто пресное слоеное из 2 стаканов муки, 2 стакана яблочного фарша

Из половины теста раскатать прямоугольный пласт толщиной 3—4 мм, положить на противень и испечь. Из другой половины теста раскатать такой же пласт, положить на противень и смазать поверхность яйцом. Ножом начертить контуры пирожных, выпекать 20—30 минут. После выпечки уложить на нижний пласт яблочную начинку, накрыть верхним пластом, прижать его к нижнему и нарезать по разметке на отдельные пирожные.

## Пирожное «Яблочко»

- 3 стакана (с верхом) муки, 1 стакан сахарного песка, 200 г маргарина, 2 яйца, 150 г пасты яблочной, 2 ч. ложки воды,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки соды, соль

Яблочную пасту тщательно перемешать и взбить с сахаром ( $\frac{1}{4}$  нормы), затем добавить белки ( $\frac{1}{4}$  нормы) и продолжать взбивать еще 5 минут. Маргарин соединить с содой и сахаром, мешать до однородного состояния 8—12 минут, ввести подготовленную пасту и вновь перемешать. Добавить муку, соль, раскатать тесто в пласт толщиной 3—4 мм, вырезать круглые заготовки диаметром 50 мм, выпекать на сухих листах в течение 10—15 минут. Готовые лепешки склеить попарно яблочной начинкой, поверхность глазировать помадкой, а сверху нанести рисунок в виде яблока цветной помадкой.

## Яблоки «в кармашках»

- 8 яблок, сахар, корица молотая, изюм, слоеное или дрожжевое тесто

Яблоки очистить, вырезать сердцевину, изюм промыть, смешать с сахаром, корицей, орехами. Этой смесью наполнить яблоки. Раскатанное тесто нарезать квадратами, в них завернуть яблоко. Края квадратов смазать яйцом и защипнуть. Положить на противень, смазать взбитым яйцом. Запечь. Готовые изделия посыпать сахарной пудрой.

## Печенье из яблок

- 2 стакана (без верха) муки, 1—2 яблока, 2 яйца,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 5 ч. ложек крахмала, 5 г лимонной цедры, 2 ст. ложки сахарной пудры

Сахар растереть с желтками до полного растворения, добавить протертые печеные яблоки, крахмал, цедру, перемешать и всыпать муку, взбитые с сахарной пудрой белки. Хорошо вымесить. Тесто раскатать в пласт толщиной 4 мм. Вырезать печенье различной формы. Выпекать. Готовые изделия, покрытые повидлом, посыпать тертым шоколадом.

## Печенье «Абрикос»

- *Для теста:*  $1\frac{1}{2}$  стакана муки, 150 г сливочного масла,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 яйцо, соль, ванилин

*Для начинки:* 1 стакан яблочного джема, 1 ст. ложка какао, 3 ст. ложки орехов, 1 ч. ложка рома

К муке добавить сахар, соль, ванилин. Все порубить ножом вместе с маслом и яйцом, перемешать и поставить на 30 минут в холодильник. Из теста сформировать шарики величиной с грецкий орех и выпекать их до светло-коричневого цвета. У готового печенья вырезать середину, заполнить ее начинкой, слепить по два. Одну половинку обмакнуть в клюквенный сок, а затем в сахар.

## Печенье «Старого года»

- *Для теста:* 200 г сливочного масла, 3 стакана муки,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, цедра лимона

*Для начинки:* 1 стакан яблочного конфитюра, 3 ст. ложки измельченных цукатов, 1 ст. ложка рома

Муку смешать с сахаром и цедрой лимона. Масло вместе с мукой порубить ножом, добавить сметану, перемешать в однородное тесто и поставить на 1 час в холодильник. Затем раскатать два пласта толщиной 1 см и испечь. Еще горячий пласт покрыть яблочным конфитюром, положить сверху другой пласт и наре-

зять косыми кусочками. Печенье обмазать апельсиновым сиропом, посыпать крошками печенья. Украсить дольками яблочного мармелада.

### **Пирожное ореховое «Райское яблочко»**

● *Для теста:* 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 винные рюмки сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана молока, мука

*Для начинки:* несколько яблок, сахарный песок, грецкие орехи и корица по вкусу

Замесить мягкое тесто из яиц, сливочного масла, сахара, молока и муки, свернуть его в рулет и нарезать кусочками толщиной 3—4 см. Раскатать ломтики в лепешки, придав им форму блюдечка, и уложить на смазанный маслом противень. Положить на каждую лепешку по ложке начинки и выпечь в умеренно горячей духовке. Для начинки очистить яблоки от кожицы и сердцевины, сварить их с сахаром, растереть в пюре и перемешать с орехами и корицей.



## **КЕКСЫ, СТРУДЕЛЯ, БАБКИ, ШАРЛОТКИ, РУЛЕТЫ**

### **Яблочный кекс**

● 6 яблок, 2 яйца, 1 стакан толченых грецких орехов,  $\frac{1}{2}$  стакана растительного масла, 2 стакана муки, 1 стакан сахарного песка, 1 ч. ложка соды

Очищенные яблоки натереть на крупной терке, перемешать с остальными продуктами и выложить в смазанную маслом и присыпанную мукой форму. Выпекать в духовке при умеренной температуре. Готовый кекс посыпать сахарной пудрой.

### **Кекс двухцветный**

● 5 яиц, 1 стакан сахарного песка, 3 стакана муки, 150 г маргарина, 1 ст. ложка какао или молотого кофе, 3 яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана толченых грецких орехов, сода, лимонная цедра

Яйца с сахаром растереть, добавить масло, муку с содой, натертые на крупной терке яблоки, хорошо

вымесить. Отделить половину теста и положить в форму для кекса. Остальное тесто смешать с какао, положить сверху. Посыпать орехами и выпекать в течение 25—30 минут. Готовый кекс обсыпать сахарной пудрой.

### Струдель с яблоками

- Для теста: 2 стакана муки, 2 яйца, 50 г масла,  $\frac{1}{4}$  стакана воды, 2 ст. ложки сахарного песка, соль

Для начинки: 5 яблок, 2 ст. ложки сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана сухарей, корица

Растереть яйца, сахар, соль, добавить воду, перемешать. Муку соединить с маслом, добавить яичную смесь с водой и замесить крутое тесто. Дать тесту 30—40 минут постоять, затем раскатать тесто в очень тонкий пласт (1 мм), положить на чистую салфетку, смазать маслом. Тесто покрыть слоем яблок, очищенных и нашинкованных тонко, посыпать сахаром с корицей и сухарями, завернуть тесто с помощью салфетки в рулет, положить рулет на противень швом вниз. Поверхность рулета смазать яйцом. Выпекать 25—30 минут

### Струдель с яблоками по-болгарски

- 5 стаканов муки, 10 яблок,  $\frac{3}{4}$  стакана растительного масла,  $1\frac{1}{2}$  стакана толченых орехов, 1 стакан сахарного песка, 1 стакан сухарей, сахарная пудра, корица, соль

Яблоки очистить, натереть на терке и размешать с орехами, сухарями, сахаром и корицей. Из муки, соли, 1 ст. ложки масла и воды замесить среднекрутое тесто, из которого раскатать несколько пластов. Каждый пласт побрызгать жиром, положить немного начинки, навить рулетом и выложить рулетики улиткой на противень, смазанный маслом. Сверху обмазать маслом и выпекать в умеренном жару.

### Бабка из белого хлеба с яблоками

- 5 яблок, 1 стакан молока, 300 г пшеничного хлеба, 1 яйцо,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка, 3 ст.

ложки сливочного масла, цедра с лимона или апельсина

Срезать корки с батона белого хлеба, нарезать его тонкими ломтиками, часть хлеба нарезать кубиками и подсушить. Молоко, сырое яйцо и 2 ст. ложки сахара перемешать и слегка взбить венчиком.

Яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать кубиками и пересыпать сахаром. Форму или сковороду смазать густым слоем сливочного масла. Ломтики белого хлеба смочить во взбитой яичной массе и обложить ими дно и боковые стенки формы или сковороды. Подсушенные хлебные кубики полить сливочным маслом и перемешать с яблоками. Туда же добавить немного натертой лимонной цедры или ванильного сахара. Яблоки, перемешанные с хлебными кубиками, выложить в форму, наполнив ее до краев. Сверху форму также накрыть ломтиками хлеба, смоченными во взбитой яичной массе, и поставить форму на 40—50 минут в духовой шкаф со средним жаром. Готовую бабку вынуть и оставить в форме на 10 минут, потом выложить на блюдо. Сверху при желании украсить консервированными фруктами и облить фруктовым соусом.

На стол подавать в горячем виде.

### **Бабка яблочная с рисом и медом**

- 1 стакан риса, 5—6 яблок, 2 стакана воды, 2 ст. ложки сливочного масла, 4 яйца, 6 ст. ложек меда, 3 стакана сливок, сухари

Сварить рисовую кашу на воде, заправить сливочным маслом, растертым с сахаром и желтками, добавить очищенные яблоки, нарезанные кубиками, теплый мед, перемешать, влить часть взбитых в пену белков. Высокую форму смазать маслом, посыпать сухарями, заполнить подготовленной массой, верх разровнять и поставить в духовку на 15—20 минут. Затем форму вынуть, верх украсить из бумажного кулька взбитыми белками, снова поместить в шкаф на 3—5 минут. Готовую охлажденную бабку нарезать, посыпать сахарной пудрой, отдельно подать взбитые сливки.



## **Бабка яблочная**

- 6 яблок, 4 яйца, 1 стакан сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана сметаны, 3 ст. ложки муки, 20 г сливочного масла

Половину очищенных яблок натереть на терке, вторую половину нарезать мелкими кубиками, сахар растереть с яичными желтками и сметаной, добавить корицу, муку, яблоки. Все перемешать, ввести взбитые белки. Массу выложить в смазанную маслом форму и выпекать на небольшом огне.

## **Бабка с яблоками и творогом под ванильным соусом**

- 200 г пшеничного хлеба, 1 стакан молока, 2 яйца, 2 ст. ложки сахарного песка, 100 г творога, 4 яблока, 2 ст. ложки панировочных сухарей или муки, 1 ст. ложка маргарина  
*Для белого ванильного соуса:* 1 ст. ложка молока, 2 ч. ложки муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка ванильного сахара

Черствый пшеничный хлеб нарезать кусочками и намочить в подслащенной яично-молочной смеси. Размокший хлеб растереть, добавить творог и очень мелко порезанные яблоки, панировочные сухари или муку, все тщательно смешать. Приготовленную массу выложить в глубокую форму с волнистыми боками, смазанную маргарином и обсыпанную панировочными сухарями. Выпекать в умеренно нагретой духовке 30 минут. Готовую бабку выложить на блюдо и облить горячим белым ванильным соусом так, чтобы она им пропиталась.

Приготовление белого ванильного соуса: вскипятить  $\frac{3}{4}$  стакана молока, добавить при помешивании сахарный песок и пшеничную муку, размешанную в  $\frac{1}{4}$  стакана молока, вскипятить, снять с огня, ввести сливочное масло, ванильный сахар и размешать.

## **Шарлотка из белого хлеба с яблоками**

- 400 г пшеничного хлеба, 2 яйца, 2 стакана молока, 4—6 яблок, 3 ст. ложки сахарного песка, 1 ст. ложка маргарина, 1 ст. ложка панировочных сухарей, корица, ванилин и лимонная кислота (цедра)

Черствый пшеничный хлеб нарезать ломтиками, замочить в смеси яиц и молока. Яблоки (лучше антоновские) натереть на крупной терке и перемешать с сахарным песком (по желанию добавить молотую корицу, ванилин и натертую лимонную цедру). Глубокую форму (шарлотницу) смазать маргарином и обсыпать панировочными сухарями, дно и бока выложить замоченными в смеси яиц и молока ломтиками хлеба. В форму чередующимися слоями положить подготовленные яблоки и ломтики хлеба (по желанию на каждый ряд можно класть по кусочку сливочного масла или маргарина). Верх разровнять, смазать сливочным маслом или яйцом. Запечь в духовке. Посыпать сахарной пудрой или толчеными орехами.

### **Шарлотка из черного хлеба с яблоками**

- 400 г ржаного хлеба, 6 яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки маргарина, 1 ст. ложка панировочных сухарей

Натереть на терке мякиш ржаного (лучше бородинского) хлеба и обжарить его на сливочном масле. Очистить кислые яблоки, мелко натереть их, пересыпать сахарным песком. Густо смазать дно формы маргарином, посыпать панировочными сухарями, положить вниз слой тертого хлеба, а затем яблоки и вновь слой тертого хлеба. Настругать сверху сливочное масло, посыпать сахарным песком. Запечь.

### **Шарлотка с творогом и яблоками**

- 400 г пшеничного хлеба, 1 пачка творога, 2—3 яблока, 2—3 стакана молока, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки сахарного песка (из них 1 ст. ложка для творога, 1 ст. ложка для яблок), 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка маргарина, 1 ст. ложка панировочных сухарей

Ломтики пшеничного хлеба смочить в горячем молоке. Творог перемешать с небольшим количеством молока, растереть, добавить сахарный песок, яйца. Яблоки очистить, натереть на крупной терке и смешать с сахарным песком. Форму смазать маргарином, посыпать панировочными сухарями, на дно формы поло-

жить ломтики хлеба, на них — слой творога, затем опять ломтики хлеба и слой яблок. Так чередовать слои до заполнения формы, сверху положить ломтики хлеба, на них по желанию — кусочки сливочного масла или маргарина, посыпать сахарным песком и запечь в духовке при слабом нагреве до появления румяной корочки. При желании в творог можно добавить изюм.

### Рулет с яблоками

- 5—7 яблок, 1 стакан сахарного песка, 1 стакан муки, 100 г творога,  $\frac{3}{4}$  стакана растительного масла, 1 яйцо

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, разрезать каждое на 8 частей и каждую часть поперек тонкими пластинками. Растительное масло растереть с творогом и мукой в однородную массу, посолить, разделить пополам и поставить в холодильник на 3 часа, после чего раскатать в два коржа, каждый корж покрыть нарезанными яблоками, сверху густо засыпать сахарным песком. Свернуть рулетом, смазать яйцом и испечь в духовке со средним жаром.

### Яблочный рулет

- *Для теста:*  $1\frac{1}{2}$  стакана муки, 1 яйцо, 2—3 ст. ложки растительного масла, соль, 3—4 ст. ложки теплой воды, уксус, сливочное масло или маргарин (для смазки)

*Для начинки:* 1 кг яблок, изюм, миндаль, 100 г панировочных сухарей,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки корицы, сливочное масло или маргарин

Муку просеять на доску, вбить в нее яйцо, прибавить масло, соль, уксус и замесить крутое тесто. Тесто не раскатывать, а брать в руки и с силой бросать на доску до тех пор, пока не станет прилипать к рукам и доске и не начнет пузыриться. Затем посыпать мукой сухую доску, положить на нее тесто, сбрызнуть теплой водой, прикрыть подогретым горшком и оставить на полчаса. Кухонный стол покрыть чистой салфеткой и посыпать ее мукой. Тесто слегка раскатать в виде треугольника, затем растягивать руками до тех

пор, пока оно не станет совсем прозрачным. Если тесто где-то порвется, залатать его и заплату постараться сровнять. Очень тонко раскатанное тесто оставить на некоторое время, чтобы оно подсохло. Проще всего разделить тесто и приготовить 2 или 3 маленьких рулета. Тесто смазать растопленным маслом или маргарином и  $\frac{2}{3}$  поверхности рулета покрыть начинкой. (Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину, нарезать мелкими дольками или натереть на крупной терке. Панировочные сухари смешать с небольшим количеством сахара и слегка обжарить на сливочном масле). Осторожно приподнимая края салфетки, скатать рулет, края крепко защипать и выложить на смазанный жиром противень. Сбрызнуть сверху растопленным маслом и выпекать при умеренной температуре 45 минут. Часто смазывать рулет растопленным маслом. Когда рулет будет готов, посыпать его сахарной пудрой и разрезать на части толщиной 2—4 см. Подавать в теплом или холодном виде.



## **НАЧИНКИ ДЛЯ ПИРОГОВ, ПИРОЖКОВ, РУЛЕТОВ, ВАТРУШЕК, БЛИНЧИКОВ**

### **Мармелад яблочный**

- 5 яблок, 2 стакана сахарного песка

Яблоки (лучше антоновские) вымыть, нарезать на части, испечь в духовом шкафу, протереть через сито. В полученное пюре добавить сахар, перемешать, поставить на огонь и, помешивая, варить до загустения (около 10 минут). Сняв с огня и не давая остыть, покрыть пирожные или торт мармеладом.

### **Начинка с яблоками**

- 6 яблок, 200 г пшеничного хлеба, 3 ст. ложки изюма, 3 ст. сливочного масла или маргарина, 1 стакан воды

Нарезанный кубиками ржаной или пшеничный хлеб поджарить на масле или маргарине, смешать с изюмом и яблоками. Добавить немного кипяченой воды, сахар-

ный песок по вкусу, перемешать и немного потушить. Использовать для фарширования вареной свеклы, репы, а также булочек, пирожков и птицы.

### **Фарш из яблок**

- 2—3 яблока, 2 ст. ложки сахарного песка

*Первый способ.* Яблоки очистить от кожуры, порезать дольками, добавить сахар, помешивая, сварить почти до размягчения и немедленно охладить. В фарш можно добавить  $\frac{1}{2}$  ч. ложки молотой корицы или цедру 1 лимона.

*Второй способ.* Нарезанные дольками или кубиками яблоки пересыпать сахаром и sprыснуть коньяком (водкой), дать постоять 1—2 часа, пока они не станут мягче. Если яблоки сладкие, добавить лимонный сок или лимонную кислоту.

*Третий способ.* Яблоки нашинковать тонкими ломтиками. На сковороде растопить 50 г сливочного масла, положить яблоки и жарить, помешивая, пока они не станут мягкими. Затем охладить, добавить сахарный песок, перемешать.

### **Начинка из хлеба и яблок**

- 5 яблок, 200 г пшеничного хлеба, 2 стакана молока, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 3 ст. ложки сахарного песка, 2 ст. ложки изюма, 1 ч. ложка корицы.

Пшеничный хлеб намочить в молоке, дать ему набухнуть и размять. К этой смеси добавить очищенные и натертые на крупной терке яблоки, сахар, изюм, корицу и растопленное масло или маргарин. Все тщательно перемешать до однородной массы. Использовать как начинку к пирожкам, булочкам и для изготовления гренков.

### **Начинка яблочная с тыквой и рисом**

- 1 яблоко, 100 г тыквы, 1 ст. ложка меда, 2 шт. гвоздики, 1 ст. ложка риса,  $\frac{1}{2}$  стакана воды, 1 ст. ложка сливочного масла

Сварить из кожицы и сердцевины яблок отвар, добавить соль по вкусу, замоченный рис, довести до кипения, положить нарезанные тонкими ломтиками яблоки и

тыкву, масло и проварить все в течение 1—2 минут, после чего снять кастрюлю с огня, накрыть крышкой и дать постоять 10—12 минут. Затем охладить, добавить мед.

### **Начинка из яблок и риса**

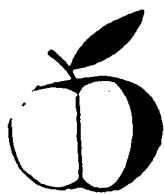
- 4 яблока, 2 ст. ложки риса,  $\frac{1}{2}$  стакана воды, 2 ст. ложки сахарного песка, ванилин на кончике ножа

Яблоки очистить, удалить сердцевину. Кожицу и сердцевину залить водой, проварить в течение 4—6 минут, отвар процедить, добавить в него замоченный рис, соль по вкусу, сахар и довести до кипения. Настаивать 10—15 минут. В рис добавить кусочки яблок, ванилин. Перемешать все и охладить.

### **Начинка из творога, яблок и изюма**

- 150 г творога, 2 яблока, 1 ст. ложка сахарного песка, 2 ст. ложки изюма, корица (на кончике ножа)

Творог протереть через сито. Яблоки очистить, удалить сердцевину. Кожицу и сердцевину залить  $\frac{1}{2}$  стакана горячей воды, проварить в течение 5—6 минут, добавить корицу и затем настаивать, закрыв посуду крышкой, 10—12 минут. Отвар процедить. Творог смешать с яблочным отваром, добавить промытый изюм, сахар, натертые на крупной терке яблоки и взбить массу.



## **НАПИТКИ, КОКТЕЙЛИ, КРЮШОНЫ, ПУНШИ**

### **Витаминный напиток «Яблочко»**

- $\frac{1}{4}$  стакана яблочного сока,  $\frac{1}{4}$  стакана апельсинового сока, 2 ч. ложки лимонного сока, 1 ч. ложка натурального меда,  $\frac{1}{4}$  стакана сливок или сметаны

Влить в миксер мед, яблочный, апельсиновый и лимонный соки, сливки или сметану и хорошо взбить. Подавать напиток слегка охлажденным.

## Напиток морковно-яблочный

- $\frac{1}{2}$  стакана морковного сока, 1 ст. ложка яблочного сока,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки сока из лука, 2 ст. ложки воды,  $\frac{1}{3}$  ч. ложки сахарного песка,  $\frac{1}{4}$  ч. ложки соли

Смешать морковный, яблочный соки и сок репчатого лука. Добавить охлажденную кипяченую воду, соль и сахар.

## Яблочно-молочный напиток

Смешать равное количество свежего молока и яблочного сока и добавить по вкусу мед.

## Напиток «Павлинка»

- 1,5 кг яблок, 1 стакан клюквы,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 стакан охлажденной кипяченой воды, ванилин на кончике чайной ложки, 4—5 кубиков пищевого льда

Яблоки вымыть, очистить от кожицы, натереть на терке и из полученной массы отжать сок. В сок добавить половину порции сахарного песка, поставить на огонь, прокипятить 1—2 минуты, процедить сквозь мелкое сито или марлю и дать отстояться. Затем сок аккуратно, не взбалтывая осадка, перелить в другую посуду.

Таким же образом приготовить клюквенный сок, смешать его с яблочным, добавить холодную кипяченую воду, остальной сахарный песок, немного ванилина (можно рюмку вина) и хорошо охладить в холодильнике. Напиток подавать с кубиками пищевого льда.

## Яблочный напиток «Витаминный»

- 4 стакана яблочного сока, 1 лимон, 1 апельсин, 1 стакан сахарного песка, 1 белок, газированная вода

Из сахара и 1 стакана воды сварить сироп. Охладить его, соединить с яблочным и лимонным соком. Края высоких бокалов смазать белком, обсыпать сахарным песком. Осторожно налить напиток на  $\frac{2}{3}$  высоты бокала. Края украсить кружочками апельсина или мандарина. Долить газированную воду, подать с соломинками.

## **Яблочный напиток «Медовый»**

- 150 г сушеных яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана натурального меда, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 л воды

Нарезанные сушеные яблоки положить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь и варить примерно 30 минут. Затем отвар процедить, добавить мед и лимонный сок и хорошо перемешать. Подавать напиток горячим.

## **Напиток «Уэлси»**

- 1 ст. ложка яблочного сока,  $1\frac{1}{2}$  ст. ложки сахарного сиропа, 1 яйцо,  $\frac{1}{2}$  стакана холодного пастеризованного молока

В миксер или шейкер разбить сырое яйцо, добавить сахарный сироп, яблочный сок, холодное молоко, смешивать в течение 1 минуты. Напиток подать сразу же.

## **Десертный напиток «Яблочный крем»**

- 1 яблоко кислого сорта, 1 лимон,  $\frac{3}{4}$  стакана холодного пастеризованного молока, 50 г творога, 2 ст. ложки сахарного песка

Яблоко вымыть, разрезать на дольки и положить в миксер. Туда же выжать сок из лимона, добавить творог, сахарный песок, молоко и взбивать в течение 1 минуты. Напиток подать сразу же. Сверху можно положить взбитые сливки.

## **Яблочный напиток с сыром**

- 2 ст. ложки яблочного сока, 50 г натертого сыра,  $\frac{1}{2}$  стакана холодного пастеризованного молока

Натертый сыр высыпать в миксер, добавить яблочный сок, холодное молоко и взбивать в течение 1 минуты. Подавать напиток хорошо охлажденным.

## **Коктейль «Росинка»**

- 3 стакана яблочного сока, 3 лимона, 3 ст. ложки натурального меда, 4—8 кубиков пищевого льда

Влить в миксер натуральный мед, выжать сок из лимонов, добавить яблочный сок и все хорошо взбить. Коктейль подавать с кубиками пищевого льда.



### **Яблочно-кофейный коктейль**

- 1/4 стакана яблочного сока, 2 ст. ложки клубничного сока, 2 ч. ложки кофейного сиропа, 50 г консервированных фруктов

В фужер положить консервированные фрукты ассорти и влить клубничный сок, кофейный сироп и яблочный сок.

### **Яблочный коктейль с кефиром**

- 1—2 яблока, 3 стакана кефира, сахар

Кефир с сахаром хорошо взбить, положить очищенные от кожуры, нарезанные тонкими дольками или измельченные на крупной терке яблоки и, перемешав, подать на стол.

### **Яблочно-молочный коктейль**

- 1 яблоко, 1/2 стакана молока

Яблоко очистить, удалить сердцевину, мелко порезать и измельчить в миксере. Полученную массу положить в бокал и добавить холодное молоко.

### **Яблочный коктейль с мороженым**

- 2 ст. ложки яблочного сока, 300 г мороженого, 4 ч. ложки натертого шоколада

Мороженое взбить с яблочным соком, наполнить креманки и сверху посыпать шоколадом.

### **Коктейль «Мичуринский»**

- 2/3 стакана яблочного сока, 1 лимон, 1 ст. ложка натурального меда, 2 кубика пищевого льда

В шейкер влить яблочный сок, выжать сок из лимона, добавить мед, пищевой лед и хорошо перемешать. Коктейль подать сразу же.

### **Яблочно-мятный коктейль**

- 1 л яблочного сока, 2 яблока, сахар, зелень мяты, мед

Дольки яблок отварить в кипящем яблочном сиропе, охладить. К сиропу добавить яблочный сок. В стаканы

опустить кусочки льда, положить дольки яблок, залить приготовленной жидкостью и посыпать зеленью мяты — края стакана смочить сиропом и опустить в зелень.

### Коктейль «Маринка»

В миксере смешать половину очищенного и измельченного яблока, половину банана, ст. ложку меда. Выложить все в высокие бокалы и долить кока-колой.

### Коктейль «Золушка»

- 1  $\frac{1}{2}$  стакана яблочного сока,  $\frac{1}{2}$  стакана молока, 3 желтка, 3 ст. ложки сахарного песка

Растереть желтки с сахаром. Залить кипящим молоком, быстро перемешать и охладить, затем тонкой струйкой влить яблочный сок. Хорошо взбить. Подавать охлажденным.

### Айс-крим «Пия»

- 2 ст. ложки яблочного сока, 50 г фруктового мороженого, 50 г консервированных фруктов ассорти,  $\frac{1}{3}$  стакана яблочного морса

В высокий бокал или стакан положить мороженое, добавить яблочный сок, консервированные фрукты ассорти и залить яблочным морсом. Айс-крим не размешивать!

### Яблочный щербет

- $\frac{1}{2}$  стакана яблочного сока, 50 г фруктового мороженого,  $\frac{1}{4}$  стакана вишневого сока

В стакан или бокал положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере яблочный и вишневый соки. Щербет не размешивать.

### Морс из яблок

- 4—5 кислых яблок, 1 л воды, корица, сахар

*Первый способ.* Отжать сок из яблок или взять готовый сок, добавить кипяченую воду, сахар, корицу по вкусу.

*Второй способ.* Яблоки порезать на дольки, залить

водой, прокипятить 10 минут, а затем процедить. В полученный отвар положить сахар, подержать на огне 1—2 минуты и охладить.

### **Яблочный гоголь-моголь**

- 3 яйца, 3 ст. ложки сахара,  $\frac{1}{2}$  стакана яблочного сока, 2 стакана молока

Взбить белки до образования густой пены, добавить соль, сахар, яблочный сок. Все размешать, добавить холодное молоко и холодную воду. Эту массу влить во взбитые белки, еще раз взбить, разлить в стаканы.

### **Яблочная вода**

6 яблок нарезать ломтиками, прибавить цедру с 1 лимона, нарезанную тонкими кусочками. Варить 2 часа, когда остынет, процедить и сохранять в закрытом сосуде. Можно эту воду готовить только из кожицы и сердцевины яблок.

### **Джулеп (мятно-яблочный)**

- 1 стакан яблочного сока, 5 г сухих листьев мяты, лед

Мяту заварить крутым кипятком (50 г). Дать настояться 30 минут. Процедить, растворить в нем сахар и варить сироп при слабом кипении 10 минут. Охладить, смешать с яблочным соком, положить мед.

### **«Кубок Нормандии»**

- 6 яблок, 100 г сливочного масла, 6 ст. ложек сахарной пудры, 4 ст. ложки очищенных орехов, 1 л взбитых сливок, 1 стакан бенедиктина,  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка

Очищенные и нарезанные толстыми ломтиками яблоки обжарить в сливочном масле и сахаре до получения золотистого цвета и охладить. Каждый «кубок» (десертный бокал) наполнить карамелизированными яблоками, добавить несколько кусочков грецких орехов. Налить столовую ложку бенедиктина и долить взбитыми сладкими сливками. Подавать холодным.

## Яблочный койлер

- $\frac{1}{2}$  стакана яблочного сока, 2 ч. ложки лимонного сока, 10 г вишневого сиропа, яблоко, вишня, слива

В стакан, наполненный на  $\frac{2}{3}$  измельченным льдом, вливают все компоненты, кладут фрукты, ягоды, тщательно перемешивают напиток. Украшают тонко нарезанным ломтиком яблока.

## Крюшон из яблок

- 5—6 больших яблок,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарной пудры или мелкого сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана рома, 1 л белого сухого вина, 1—2 бутылки минеральной воды

Яблоки вымыть, нарезать на дольки, положить в глубокую посуду, засыпать сахарной пудрой или мелким сахарным песком, залить  $\frac{1}{2}$  стакана белого сухого вина и поставить на 3—4 часа в холодильник или на ледник. Затем добавить ром и влить оставшееся белое сухое вино. Перед подачей на стол вынуть большую часть яблок и влить 1—2 бутылки минеральной воды.

## Яблочный крюшон с чаем

- 1,5 кг яблок, 2 лимона, 2 л холодного крепкого чая,  $2\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 бутылка шампанского

Яблоки очистить и нарезать на 4 части, потом на тонкие ломтики, сложить в эмалированную кастрюлю, добавить сок из лимонов, цедру с  $\frac{1}{2}$  лимона, залить холодным чаем, добавить сахар, укрыть крышкой и поставить на 5—6 часов на холод. Перед подачей перелить все в крюшонницу, добавить шампанское, если надо, сахар по вкусу.

## Яблочный крюшон

- 1 кг кислых яблок,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахара, 1 бутылка белого десертного вина, 1 бутылка шампанского, бутылка газированной воды, лед

Яблоки разрезать пополам, половинки разрезать поперек и засыпать сахаром на 3 часа. Затем влить вино, охладить. Подавать в стеклянном кувшине. К разлито-

му в стаканы крюшону долить шампанское и газированную воду. В каждый стакан положить по кусочку льда.

### **Яблочно-лимонный крюшон**

- 1,5 л яблочного сока, 2 лимона,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{2}$  стакана коньяка

Лимон нарезать кружочками и засыпать сахаром. Оставить на ночь. Утром влить коньяк, а через 3—4 часа — яблочный сок. Хорошо охладить. Налить в узкие бокалы. Края бокалов украсить кружочками лимонов.

### **Крюшон «Богатырь»**

- 1 кг ароматных яблок,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, сок и цедра 1 лимона, бутылка шампанского

Яблоки очистить от кожицы, удалить семена, нарезать мелкими кусочками, перемешать с лимонным соком и натертой цедрой лимона, посыпать сахаром и несколько часов до подачи держать в холодильнике. Непосредственно перед подачей залить шампанским.

### **Блендер-флипп**

- 1 яйцо,  $\frac{1}{2}$  стакана молока,  $\frac{1}{2}$  стакана яблочного сока, сахар

Растереть в пену яйцо, добавить молоко и яблочный сок, сахар по вкусу, хорошенько взбить, разлить в стаканы и поставить в холодильник. При подаче на стол положить в каждый стакан мелко толченный пищевой лед и украсить дольками неочищенного красного яблока.

### **Флипп яблочный**

- $\frac{1}{2}$  стакана яблочного сока,  $\frac{1}{2}$  желтка, 3 ч. ложки сахарного песка

Желток растирают с сахаром и добавляют яблочный сок, затем взбивают в миксере.

### **Ассорти**

- 2 ст. ложки мороженого,  $1\frac{1}{2}$  столовой ложки яблочного сока, 1 ст. ложка сиропа от компота, 3—4 шт. консервированных слив

Мороженое, яблочный сок, сироп из компота смешать и взбивать в миксере в течение 10—15 секунд. Фрукты из компота (лучше из сливового) залить этой смесью.

### Пунш «Былина»

- 1 стакан яблочного сока,  $\frac{1}{2}$  стакана воды, лимон, сахар или мед

Подогреть (не давая закипеть) яблочный сок, воду с 3 ломтиками лимона, сахаром или медом по вкусу и сразу же подать.

### Пунш «Люкс»

- 2 стакана яблочного сока,  $\frac{1}{2}$  стакана воды, яйцо, гвоздика, корица, сахар, мед

Подогреть яблочный сок с водой, гвоздикой (1 шт.), корицей (на кончике ножа), несколькими корочками апельсина и лимона и сахаром или медом по вкусу и добавить, все время помешивая, взбитое яйцо.

### Пунш «Восторг»

- 3 стакана яблочного сока, 1 стакан воды,  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, лимон, несколько гвоздик, корица

В воду положить пряности, сахар и довести до кипения. Отвар процедить, влить яблочный сок и еще раз прокипятить. На стол подать горячим с тонким ломтиком лимона.



## ЗАГОТОВКИ

### Компоты

Компоты из яблок можно приготовить как из целых плодов, так и из половинок и долек (с кожицей и без нее). Очищенные и нарезанные яблоки (чтобы не потемнели) погружают в подкисленную или чуть подсоленную воду (на 1 л воды, 3 г лимонной кислоты или  $\frac{1}{2}$  ст. ложки соли). Перед укладыванием в банки яблоки вынимают из раствора, промывают.

*Первый способ.* Летние яблоки с тонкой нежной мякотью, уложенные в банки, залить холодным сиропом (на 1 л воды 1 стакан сахара) и оставить на 6—8 часов, после чего банку долить и при температуре 85 °С пастеризовать: литровые банки 15 минут, двухлитровые — 20, трехлитровые — 30 минут или стерилизовать в кипящей воде соответственно 3, 8 и 10 минут, затем закатать и поставить вверх дном.

*Второй способ.* Яблоки залить соком из ягод черной, красной и белой смородины, малины, вишни (с сахаром или без него). При температуре 85 °С пастеризовать: литровые банки 15 минут, двух-трехлитровые — 25—30 минут.

*Третий способ.* Приготовленные яблоки осенних и зимних сортов, целые или нарезанные, уложить в банки и залить кипящим сиропом (на 1 л воды 1 1/2 стакана сахара), накрыть крышками и выдержать 3 минуты, затем сироп слить, нагреть его до кипения и залить им плоды, выдерживая еще 3 минуты. Слитый второй раз сироп снова нагреть до кипения и поочередно залить им банки так, чтобы сок пролился через край. Затем немедленно закатать банки стерильными крышками и поставить вверх дном.

При переработке большого количества яблок сироп можно кипятить в 2—3 кастрюлях одновременно.

*Четвертый способ.* Яблоки осенних и зимних сортов (с сердцевиной или без нее) уложить в банки, залить горячим сиропом (на 1 л воды 2 1/2 стакана сахара), выдержать в нем 6—8 часов, после чего долить банки и при температуре 85 °С пастеризовать: литровые — 15 минут, двухлитровые — 20, трехлитровые — 30 минут.

*Пятый способ.* Компоты ассорти из яблок, груш, крыжовника, смородины, вишни и других плодов или ягод готовят по нескольким рецептам:

1. Яблоки	4 части
Вишня	1 часть
2. Яблоки	4 части
Слива	2 части
Груши	2 части
3. Яблоки	3 части
Груши	1 часть
Персики	2 части
Слива	2 части

- |                                    |          |
|------------------------------------|----------|
| 4. Яблоки летних сортов (сладкие)  | 5 частей |
| Черешня                            | 2 части  |
| 5. Крыжовник                       | 1 часть  |
| Яблоки                             | 4 части  |
| Малина                             | 1 часть  |
| 6. Яблоки                          | 4 части  |
| Рябина (Гранатная или Новеженская) | 2 части  |
| 7. Яблоки                          | 5 частей |
| Рябина черноплодная                | 2 части  |
| 8. Яблоки летних сортов (сладкие)  | 5 частей |
| Земляника садовая                  | 2 части  |

Яблоки нарезать дольками и не бланшировать. Сироп в зависимости от компонентов готовить из расчета на 1 л воды 3—4 стакана сахара.

При температуре 85°C пастеризовать: литровые банки 15 минут, двухлитровые — 20, трехлитровые — 30 минут или стерилизовать в кипящей воде соответственно 3, 8 и 10 минут.

## Пюре

Пюре готовят из любых сортов яблок. Чистые плоды режут, кладут в кастрюлю, добавляют небольшое количество воды (1 1/2 стакана на 3 кг плодов), прогревают до размягчения (желательно в пароварке, соковарке или скороварке). Горячую массу быстро протирают через сито или дуршлаг (можно добавить сахар по вкусу), раскладывают по банкам и при температуре 80°C пастеризуют: полулитровые — 20 минут, литровые — 25 минут.

## Желе

*Первый способ.* Свежеотжатый или заранее приготовленный сок из незрелых яблок кипятить 10—15 минут, снять пену, добавить сахарный песок (на 1 л сока 4 стакана), размешать и варить на слабом огне до готовности (определяют ее температурой 105°C). Если яблоки используют сладких летних сортов, то в конце варки можно добавить 2—4 г лимонной кислоты на 1 л сока.

*Второй способ.* Яблочный сок смешать пополам с соком красной смородины, добавить сахар (на 1 л сока 5 стаканов) и уваривать до температуры 105°C. Раз-



лить в горячем виде по банкам и после охлаждения завязать пергаментной бумагой.

*Третий способ.* В смесь из четырех частей яблочного сока и двух земляничного добавить сахар (на 1 л смеси 5 стаканов), уваривать до температуры 105 °С и разлить по банкам.

*Четвертый способ.* В смесь из четырех частей яблочного сока и двух частей клюквенного добавить сахар (на 1 л смеси 6 стаканов) и уваривать на медленном огне до готовности.

*Пятый способ.* При чистке яблок для приготовления компотов и варенья остается много отходов: кожица, сердцевина, из которых можно приготовить хорошее желе. Их залить водой и на слабом огне кипятить 20 минут, снять, дать отстояться, затем аккуратно слить, добавить на 1 стакан сока 1 стакан сахарного песка и уваривать до готовности (105 °С). В сладкий сок под конец варки можно добавить 3—4 г лимонной кислоты.

## Варенье

*Первый способ.* Яблоки очистить от кожицы (можно и с кожицей), удалить семенную камеру, разрезать на дольки, залить подсоленной или подкисленной водой. Яблоки с плотной мякотью бланшируют.

На 1 кг подготовленных яблок 5 стаканов сахара и один стакан воды. Дольки опустить в кипящий сироп, содержимое таза встряхнуть и оставить на 5—6 часов. Варить в три приема до готовности. Иногда отдельные дольки не провариваются, их надо выбрать ложкой и доварить в сиропе.

Если варенье получается слишком сладким, в него в конце варки добавить 3 г лимонной кислоты на 1 кг яблок.

*Второй способ.* Дольки яблок сорта Антоновка засыпать послойно сахаром и выстаивать 6—8 часов, затем поставить на огонь, влить один стакан воды на 1 кг яблок, кипятить 5 минут и еще выстаивать 10—12 часов, после чего варенье варить до готовности.

*Третий способ.* У ранеток и китаек укоротить плодоножки, плоды наколоть, затем баланшировать 2—3 минуты в кипящей воде и быстро опустить в холодную воду до полного остывания. В приготовленный горячий си-

роп (на  $\frac{1}{2}$  л воды 6 стаканов сахара) положить яблоки (1 кг), довести до кипения и снять с огня. Варить в два-три приема с выстаиванием по 10—12 часов.

## Варенье-желе

- 1 кг яблок, 2 стакана сахарного песка,  $2\frac{1}{2}$  стакана воды

Брать только кислые яблоки, лучшие антоновские. Яблоки разрезать на дольки, сложить в кастрюлю. Залить водой. Закрыв крышкой, варить при слабом кипении 20—30 минут. Затем яблоки откинуть на сито и дать отвару стечь. В отвар положить сахар, варить на слабом огне, изредка снимая пену. Если при сливании с ложки капли сиропа будут удерживаться на ложке — желе готово. Оставшиеся вареные яблоки можно использовать для повидла или начинки. Желе разлить в прогретые стеклянные банки.

## Варенье из китайских яблок

- 1 кг яблок,  $7\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 1 стакан воды

Перед варкой яблочки накалывают, плодоножки укорачивают до 2 см, бланшируют в кипятке. После охлаждения опускают в горячий сироп, варят до закипания, дают отстояться. Варят за 4—5 приемов до готовности (по 5 минут). В готовом варенье яблоки должны быть прозрачными.

## Джем

Нарезанные яблоки варят в воде (на 1 кг яблок 1 стакан воды) до размягчения долек, добавляют на 1 кг яблок 5 стаканов сахарного песка и, непрерывно помешивая, варят в один прием до готовности. Джем готов, если капля на тарелке не расплывается, а быстро густеет.

## Повидло

Яблочное пюре помещают в обычный варочный таз или кастрюлю и при помешивании на среднем огне ва-

рят 5—10 минут с момента закипания массы, затем на 1 кг пюре добавляют 2 1/2 стакана сахарного песка. После растворения сахара (при непрерывном помешивании) огонь усиливают, доводят массу до кипения. Готовность повидла определяют по капле или термометром (106 °С). Готовое повидло раскладывают в горячие сухие банки, прикрывают марлей и оставляют до образования на его поверхности пленки, после чего завязывают пергаментной бумагой.

Повидло можно разлить в горячие банки до верха и немедленно закатать их крышками.

## Мармелад

На яблочный мармелад могут быть использованы любые сорта яблок (в том числе и падалица), которые по своему внешнему виду или по другим причинам непригодны для компота или хранения. Мармелад из спелых (мучнистых) летних, а также лежалых яблок плохо желируется, кроме того, его следует подкислять, добавляя сок кислых яблок, красной смородины или крыжовника.

*Первый способ.* Варить мармелад (на 1 кг пюре 3 стакана сахара) в алюминиевой посуде на медленном огне при постоянном помешивании до тех пор, пока масса не будет отставать от дна. Готовый мармелад в горячем виде выложить на блюдо, эмалированный противень, смоченный водой, или на пергаментную бумагу, смазанную сливочным маслом. Массу разровнять ножом и оставить для естественного подсушивания на воздухе.

*Второй способ.* Яблоки испечь в духовке, протереть через дуршлаг или сито, тщательно размешать (на 1 кг массы 3 стакана сахара), затем повторить процесс, указанный в первом способе.

Уваренный мармелад можно размазать тонким слоем и обсыпать мелко нарубленными орехами, цукатами из апельсиновых или лимонных корок и после того, как он подсохнет, закатать рулетом.

## Цукаты

*Первый способ.* Яблоки (с кожицей или без нее) разрезать на половинки или дольки, мелкие использовать целиком, перед бланшировкой накалывая в нескольких местах, опустить на 2—3 минуты в кипящую

воду и немедленно охладить. На воде, оставшейся от бланшировки, приготовить сироп (6 стаканов сахара, 2 стакана воды на 1 кг яблок), залить (горячим) яблоки и оставить на 5—6 часов выстаиваться, затем кипятить 5—7 минут и оставить еще на 10—12 часов. Так повторяют 2—3 раза, пока яблоки не станут прозрачными.

Готовые яблоки откинуть на дуршлаг для стекания сиропа, разложить на блюде или тарелках и подсушить на воздухе или в духовке с приоткрытой дверцей. Цукаты можно пересыпать песком или сахарной пудрой. Для длительного хранения их можно оставить в сиропе, вынимая из него по мере надобности.

*Второй способ.* Яблоки очистить от кожицы, разрезать каждое на 4 части, вырезав середину, положить в теплую воду. Затем нагреть до размягчения. После этого переложить дольки в холодную воду. Когда они остынут, дать им обсохнуть, положить в сахарный сироп и варить. Когда сироп закипит, снять его с огня, снять пенку и оставить до следующего дня. То же самое повторяют в течение трех дней, уваривая каждый раз сироп все гуще и гуще. Наконец вынуть плоды из сиропа, дать им подсохнуть, обсыпать растертым сахаром и поставить в духовку для подсушки.

## **Цукаты из китайских яблок**

Яблоки вымыть, переложить в густой сироп, сваренный из 5 стаканов сахара, 2 стаканов воды на 1 кг яблок. Яблоки варить до тех пор, пока сироп не станет засахариваться по краям таза. Каждое яблоко, вытащив его за черенок, густо обсыпать мелким сахаром, уложить на противень так, чтобы они не соприкасались друг с другом и поставить для засушивания на ночь в печь. Сушку повторить, если яблочки недостаточно высохли.

## **Яблочный сок**

### *Извлечение сока сахаром*

На стакан измельченных яблок берут  $\frac{3}{4}$  стакана сахара, перемешивают фрукты с сахаром и оставляют на 24 часа в прохладном месте. За это время фрукты впитывают сахар и выделяют сок. На другой день надо откинуть фрукты на сито и оставить еще на 24 часа для сте-

кания сока. При этом способе сока извлекается в два раза меньше, чем при других, но сок получается более прозрачным.

### *Извлечение сока прессованием*

Яблоки моют или измельчают на терке или мясорубке. Из вдвое сложенного куска марли или другого редкого материала сшивают кулек и помещают в него приготовленное пюре, вывешивают кулек на 24 часа в прохладное место, а под ним ставят посуду, в которую будет стекать сок. Сок из яблок можно получить через соковарку или соковыжималку.

## **Яблочный сыр**

- 1 кг яблочного пюре, 0,5 кг меда, 1 <sup>1</sup>/<sub>4</sub> стакана сахарного песка

К протертому яблочному пюре добавить мед и сахар, гвоздику, лимонный сок по вкусу. Массу необходимо уваривать до тех пор, пока она не начнет отставать от дна и стенок посуды. Чтобы масса не подгорела, кастрюлю ставят в большую по размеру посуду с водой и варят на водяной бане. Кусок плотного полотна смочить в воде, разостлать на решетке, выложить на них массу, поместить под гнет до вытекания сока, после чего поставить в теплый духовой шкаф до запекания корочки. Хранить продукт можно без упаковки.

## **Яблочный соус**

- 6 яблок, 2 стакана воды, 1 <sup>1</sup>/<sub>4</sub> стакана сахарного песка, корица

*Первый способ.* Яблоки нарезать и варить в закрытой посуде до размягчения. Сваренные яблоки охладить и протереть сквозь чистое сито. В полученное пюре положить сахар, корицу и варить в течение 10 минут, помешивая. Перед подачей взбить соус венчиком. Яблочный соус подается в горячем виде к жареному гусю, мясу.

*Второй способ.* Печеные или вареные яблоки протереть. В полученное пюре положить сахар, влить воду (<sup>2</sup>/<sub>3</sub> стакана) и кипятить. Через 5 минут добавить крахмал, разведенный водой, и вновь довести до кипения. Подавать соус горячим и холодным к кашам, запеканкам, пудингам, блинчикам.

## Соус из яблочного пюре с хреном

- 350 г яблочного пюре, 350 г хрена, 150 г сгущенного молока, 150 г майонеза

Корень хрена очистить, натереть на терке. Все компоненты перемешать до получения однородной массы. Соус используется для блюд из рыбы.

## Яблоки сушеные

Плоды для сушки берут слегка недозрелыми. Лучше всего сушить летние и осенние сорта яблок. Яблоки можно сушить с кожицей и семенным гнездом, но будет лучше, если перед сушкой яблоки очистить и вырезать сердцевину. Подготовленные яблоки разрезать на кружки толщиной 5—6 мм. Чтобы перед сушкой кружки на срезах не начали темнеть, их следует пробланшировать 1—2 минуты в кипящей воде или, не бланшируя, хранить их до самого начала сушки в подсоленной воде (5 ст. ложек соли на 10 л воды). Насыпать кружки на сито или нанизать на шпагат, натянув его на сушильные рамки. Можно сушить в духовке или на солнце.

## Яблочная приправа

В готовое яблочное пюре засыпать песок (1—1 1/2 стакана на 1 кг) и варить на слабом огне. Во время варки добавить по вкусу растертые сухие листья сельдерея и укропа. Уварить до 4/5 первоначального объема. Горячую приправу фасовать в подготовленные прогретые банки.

## Пастила яблочная

Для изготовления пастилы используют кислые сорта яблок. Их пекут в духовом шкафу или в русской печи на железных листах или противнях либо проваривают в закрытых горшках или кастрюлях над котлом с кипящей водой.

Размягченные одним из этих способов плоды немедленно протереть сквозь решето, отделив кожицу, семена и пленки: это легче всего сделать, пока масса еще горячая.

На каждые 2 стакана мякоти добавить 1 стакан гус-

того сахарного сиропа либо  $\frac{3}{4}$  стакана сахарного песка, либо стакан меда. После этого к смеси прибавить сбитые в пену белки (1 яичный белок на 1 кг массы). Приготовленную массу взбить вместе с белком до белого пенистого состояния, вылить в смазанные маслом бумажные формы слоем 3—4 см и поставить в духовой шкаф (или в слегка остывшую русскую печь) для сушки от 2 до 10 часов. После высушивания пастилы готова, и с нее следует осторожно снять бумагу.

Для получения слоистой пастилы нужно несколько засушенных пластов наложить один на другой, перемазывая их медом либо вареньем другого сорта, затем обмазать их сверху и по краям тонким слоем свежевзбитой массы. Подготовленную таким способом слоистую пастилу вторично подсушить.

Для получения рыхлой пастилы фруктовую мякоть следует взбить с белками (4—5 белков на 2 кг мякоти). Подсушить пастилу в формах слоем 2 см, разрезать ее на равные бруски и досушить.

Сушка пастилы производится при температуре 40—50 °С. К яблочной мякоти можно прибавить мякоть других каких-либо плодов или ягод, например груши, рябины, земляники, черной смородины и клюквы. Этими добавками можно придать пастиле любой желаемый привкус.

Для каждого сорта пастилы берется разное количество сахара и белков. Сахар лучше вводить перед окончанием взбивания. Перед взбиванием яблочное пюре кладут на сито — для отцеживания лишнего сока. Пастилы готова, когда прекращается газообразование и поверхность затвердеет.

### **Пастилы коломенская**

В  $\frac{1}{2}$  кг подготовленного яблочного пюре ввести 2 сырых белка, взбитых до пенистой массы, добавить 2 стакана сахара, еще  $\frac{1}{2}$  кг пюре и взбивать до полного растворения сахара. Выложить на мелкую металлическую сетку или на широкое блюдо, противень слоем 3—4 см. Сушить 4—6 часов в духовке при температуре 40—45 °С. Вынуть, охладить и снова сушить 4—5 часов. Готовую пастилу обсыпать сахарной пудрой.

## Мочение яблок

Для мочения наиболее пригодны яблоки осенних и зимних сортов с плотными кисло-сладкими плодами. Яблоки должны хорошо вызреть, поэтому после съема плоды осенних сортов надо выдержать в тепле несколько дней, а зимних сортов — 2—3 недели. Мочить яблоки лучше в бочках или кадках, но можно и в стеклянных баллонах на 10—20 литров. Перед мочением плоды нужно перебрать, отбраковывая червивые, мятые, с поврежденной кожицей и вырванной плодоножкой, вымыть в чистой проточной воде. Бочку или кадку необходимо замочить, тщательно вымыть, прошпарить, после чего выстлать дно и бока прошпаренной ржаной или пшеничной соломой. Последняя не только предохраняет яблоки от механических повреждений, но и улучшает их цвет и вкус. Яблоки следует плотно укладывать слоями, перестилая соломой, верхние плоды покрыть соломой слоем 2—3 см и прокипяченной холстиной. Затем надо вставить в бочку дно и через шпунтовое отверстие налить раствор (в кадку поверх, холстины положить гнет).

В яблоки с хорошим ароматом специи класть не нужно. Для плодов других сортов желательно добавить листья черной смородины, вишни, эстрагон, пастернак.

Существуют два способа приготовления заливки.

*Первый способ.* 10 л воды, 1 1/4 стакана ржаной муки или 150 г солода, 2 стакана сахарного песка, 3 ст. ложки соли. Муку или солод сначала надо размешать в небольшом количестве холодной воды, затем залить кипятком, довести до кипения, дать отстояться и процедить. К полученному раствору добавить сахар и соль.

Первые 5—6 дней раствор по мере надобности необходимо доливать, так как яблоки хорошо впитывают воду и верхние слои оголяются, что может привести к загниванию плодов. 12—14 дней яблоки держать в теплом помещении при температуре 15—18 °С. Затем, если брожение идет нормально, бочки или кадки с продукцией поместить в погреб, холодный подвал или ледник. При температуре 4—6 °С плоды медленно дображивают, насыщаются углекислотой. Примерно через месяц яблоки готовы к употреблению. В подвале продукцию можно хранить до мая — июня, а в леднике — до нового



урожая. Чем выше температура, тем быстрее яблоки перекисают, становятся дряблыми и невкусными.

*Второй способ.* 1 л воды, 1 1/2 стакана сахарного песка, 3 ст. ложки соли, 1/2 ч. ложки горчицы. Смесь продуктов кипятить 10—15 минут, охладить. Сахар можно заменить удвоенным количеством меда, который придает продукту своеобразный запах.

## **Маринованные яблоки**

*Первый способ.* 2 стакана воды, 2 стакана сахарного песка, 5 ст. ложек 9 %-ного уксуса, по 5—6 шт. гвоздики и душистого перца, немного корицы. Крупные яблоки разрезать пополам или на четвертинки, не очищая кожицы, удалить семенную камеру, уложить в банки. Затем залить холодным маринадом: воду, сахар, специи кипятить 5 минут, остудить, процедить и добавить уксус.

*Второй способ.* 2 стакана воды, 1 1/4 стакана сахарного песка, 8 ст. ложек 9 %-ного уксуса (половину его можно заменить соком кислых ягод). Яблоки летних сортов уложить в банки и залить маринадом, приготовленным, как указано в предыдущем способе.

Тепловую обработку в обоих случаях проводят следующим образом: банки (любой вместимости) с яблоками, залитыми маринадом, прикрыть крышками, поставить в кастрюлю с холодной водой, довести ее до кипения и выдержать 3 минуты.

## **Яблочный уксус**

Яблоки вымыть, удалить поврежденные части, натереть на крупной терке. Сырую яблочную кашу положить в стеклянный сосуд и развести теплой водой (0,8 кг яблочной кашицы на 1 л воды). На каждый литр воды прибавляют 100 г меда или сахара, а для ускорения брожения — 10 г дрожжей или 20 г сухого ржаного хлеба.

Первый 10 дней сосуд с этой смесью хранить открытым при температуре 20—30 °С, 2—3 раза в день перемешивая яблочную кашу деревянной ложечкой. Потом массу переложить в марлевый мешочек и отжать. Сок процедить и перелить в сосуд с широким горлом. При

желании добавить на каждый литр сока 50—100 г меда или сахара.

Банку закрыть марлей, завязать и поставить в теплое место, чтобы продолжить брожение, которое обычно заканчивается через 40—60 дней. Уксус профильтровать, разлить по бутылкам и плотно закрыть их пробками. Хранить в холодильнике при температуре 6—8°C. 2 ч. ложки яблочного уксуса разводят в стакане воды и принимают 1—2 раза в день.

## **Яблочный квас (сидр)**

Для приготовления кваса используют зрелые, преимущественно кисло-сладкие сорта летних, осенних и зимних яблок с незначительным содержанием сахара. Если содержание сахара в плодах велико, их сок следует немного разбавить водой. Для получения кваса из дикорастущих (лесных) кислых яблок перед сбраживанием сока необходимо добавить в него сахар и обязательно разбавить водой по вкусу.

Существует 5 способов приготовления яблочного кваса.

*Первый способ.* Спелые, хорошо вылежавшиеся свежие яблоки измельчить, заложить в чистую эмалированную посуду (с крышкой), деревянный бачок или стеклянные бутылки, слегка смочить водой и оставить в теплом помещении для сбраживания. Перед брожением в измельченные яблоки рекомендуется добавить разводку сухих яблочных дрожжей чистой культуры. Через 2—3 дня сброженную мезгу яблок отжать на ручном прессе и полученный сок слить в чистую пропаренную эмалированную посуду или бочонок, закупорить и поставить в ледник, погреб или холодильник.

*Второй способ.* Спелые (но кислые) измельченные яблоки, очищенные от плодоножек и остатков чашечки, заложить в чистые стеклянные бутылки, эмалированную посуду (с крышкой) или бочонок, залить кипяченой охлажденной водой, добавить свежую или сушеную цедру из citrusовых плодов (лучше лимонную), закупорить и поставить в ледник на 1—3 дня для настаивания и сбраживания. Перед сбраживанием в залитые водой яблоки добавить разводку сухих яблочных дрожжей чистой культуры. Когда квас настоится и сбродит, сцедить его или слить с мезги, мезгу вторично залить кипяченой

водой, количество которой равно объему слитого кваса. После дву-трехкратного использования мезгу выбросить. Перед употреблением в квас можно добавить сахар.

*Третий способ.* Кислые дикорастущие лесные или культурные яблоки разрезать (каждое) на 4 части. Измельченные 8—16 кг яблок уложить в чистый холщовый или полотняный мешок. Мешок завязать, положить в чистую эмалированную посуду с крышкой, стеклянные бутылки или деревянный бочонок с ложным дном, накрыть деревянным (лучше сетчатым) кругом и придавить грузом, чтобы яблоки не поднимались вверх. Налить в них 6—12 л кипяченой воды с растворенными в ней 1,6—3,2 кг пчелиного меда или сахара. Содержимое посуды накрыть холстом или полотном и оставить в покое для сбраживания в погребе или леднике. Через 4—5 недель, убедившись, что квас сброжен, осторожно слить его в чистую посуду, которую поставить в ледник. Мезгу залить кипяченой водой с разбавленным в ней медом или сахаром и через 4—5 недель снова слить сброженный квас в отдельную посуду, а мезгу залить в третий раз. Слив квас еще через 4—5 недель, мезгу отжать и выбросить. Квас всех трех сливов смешать и оставить в леднике до тех пор, пока он хорошо не перебродит (обычно на это требуется 6—9 месяцев). Хорошо перебродивший, отстоявшийся прозрачный яблочный квас разлить в бутылки, которые укупорить и вынести в ледник (погреб) или холодильник, где выдержать 3—4 недели.

*Четвертый способ.* Лесные яблоки, собранные в августе, тщательно перебрать, удалить поврежденные и испорченные и дать хорошо улежаться. Затем снова перебрать, удаляя негодные яблоки, а здоровые дважды промыть водой и, просушив, наполнить ими на  $\frac{3}{4}$  объема чистый и хорошо пропаренный бочонок с отверстием 10—14 см. На дно бочонка положить немного сушеных яблок, залить кипяченой охлажденной водой, отверстие забить и поставить бочонок в ледник (погреб) на 4—5 недель для брожения. После этого квас готов к употреблению. Яблочную мезгу залить кипяченой водой и так заливать в течение всей зимы, весны и даже лета до тех пор, пока яблоки не вымокнут.

Слитый яблочный квас хранят до употребления в леднике или погребе. Такой квас стоек, но бывает кислым, поэтому перед употреблением в него можно доба-

вить питьевой соды и сахару — получится очень вкусный, освежающий шипучий напиток. Вымокшие яблоки после приготовления кваса не выбрасывают.

*Пятый способ.* Квас обычно готовят из сушеных яблок или из смеси яблок и груш. Лучший яблочный квас получается из плодов, с которых удаляют кожицу, сердцевину, нарезают ломтиками и сушат на солнце (хуже — в печи или сушилке). Квас из неочищенных плодов или из плодов, высушенных в печи (сушилке), менее вкусен и ароматен и более темного цвета.

В хорошо пропаренный и промытый бочонок или стеклянную бутылку засыпать смесь сушеных яблок и груш, залить кипяченой охлажденной водой (10 л воды на 1 кг смеси). Незакупоренный, но закрытый холстом бочонок поставить на 3—4 дня в прохладное помещение, затем в погреб или ледник, где держать его до тех пор, пока квас не забродит. В начале брожения бочку с квасом забить и оставить в леднике. Через 3—4 недели квас готов к употреблению.

Качество такого кваса повышается, если в начале брожения его разлить в бутылки (лучше из-под шампанского), положив в каждую из них по изюминке. Плотно закупоренные бутылки уложить в подвале или погребе в горизонтальном положении, где и хранить до употребления.

## Яблочное вино

Делают вино из яблочного сока с добавлением небольшого количества рябинового сока для улучшения осветления вина. Обычно лучшее вино получается при соотношении соков 9:1. На 10 л вина расходуют 7 л смеси соков.

Для получения сусла брать 6,3 л яблочного сока (лучше из осенних или зимних сортов яблок) и 0,7 л рябинового сока с добавлением 2,5 кг сахара и 1,5 л воды.

При отсутствии рябинового сока берут один яблочный в количестве 8 л и добавляют 2,1 кг сахара и 0,8 л воды. После тщательного перемешивания соков с водой и растворения сахара сусло разлить в бутылки и поставить на брожение, внося в них приготовленную закваску. Брожение продолжается 7—10 дней. В результате брожения получается вино крепостью 5—11°. Для доведения крепости до 16° вино спиртуют: на 10 л вина

берут 0,5 л спирта или 1 л водки высшего качества. Спирт или водку равномерно разливают по бутылкам, а содержимое тщательно размешивают веселкой до получения однородной крепости. После спиртования вино выдерживают в бутылках 5 суток, чтобы спирт соединился с вином полностью. После этого вино фильтруют и разливают в бутылки.

Яблочное вино должно быть золотистого цвета, освежающего приятного кисло-сладкого вкуса с ароматом свежих яблок.

### **Паста яблочная**

- 1 кислое яблоко или 100 г пюре, 1 помидор, 1/2 головки репчатого лука, 1/2 ст. ложки изюма, 1 ст. сахара, перец, гвоздика, горчица, соль

Яблочное пюре тушат, добавляют мелко рубленый лук и изюм, очищенный помидор, специи, сахар и тушат 1 час. Охлажденную пасту подают к холодному мясу.

### **Яблочная горчица**

- 3 кислых яблока, 3 ст. ложки сухой горчицы, 2 ст. ложки сахарного песка, 3 ст. ложки уксуса, 1 ч. ложка соли

Яблоки очистить, натереть на мелкой терке. Все смешать, уксус прокипятить со специями по вкусу. Хранить в закрытой посуде.

### **Яблочный хрен**

- 4 кислых яблока, 3 ст. ложки тертого хрена, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ч. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка сахара, цедра лимона, 2 ст. ложки воды

Яблоки очистить, порезать, сварить вместе с цедрой лимона и сахаром до мягкости в небольшом количестве воды. Протереть, смешать с хреном и лимонным соком. Охладить. Подавать к мясным блюдам.

### **Пектиновая заготовка из яблок**

Для приготовления пектиновых заготовок используют кислые или недозрелые яблоки, а также кожицу, вы-

резанные семенные камеры — пектина в них больше, чем в мякоти.

Все сложить в посуду, залить водой (1 стакан воды на 1 кг сырья) и кипятить в течение 30—40 минут. Из полученной массы отжать сок, который слить в банки. Пастеризовать 10—15 минут при 80°С, после чего посуду герметически укупорить.

## **Яблоки замороженные**

Для замораживания берут кисло-сладкие яблоки. Яблоки вымыть, удалить сердцевину. Нарезать дольками и опустить в холодную воду, чтобы не потемнели, не более чем на 15 минут. Подготовленные яблоки разложить на поднос и поставить в морозилку. Готовые яблоки ссыпать в полиэтиленовые мешочки и завязать. Хранить на холоде.

На Севере и в местах с холодной и длинной зимой яблоки замораживают на полках в хранилищах. При хранении до —20°С мороза витаминность яблок почти не снижается. Из мороженых яблок получается много сока.

Размораживать яблоки лучше всего в холодильнике при температуре 0°С — так будет сохранено максимальное количество витамина С.

## **Яблоки натуральные**

Небольшие целые яблоки или нарезанные дольками опустить на 15 минут в горячую воду, затем охладить и уложить в банки по плечики. Яблоки залить горячей водой и стерилизовать в кипящей воде: литровые банки 20 минут, трехлитровые банки 30—35 минут.

## **Сироп из яблок**

● 1 л сока, 1 1/2—1 3/4 стакана сахарного песка

Готовый сок выдержать 6—8 часов в холодильнике в открытой посуде, процедить, добавить сахар и уварить до густоты сиропа. Готовность сиропа определяется пробой: готовый сироп стекает с ложки густой массой. Сироп можно очистить белком: 1—2 белка размешать с 1 ст. ложкой воды, влить в сироп и продолжать варить до исчезновения пены.

Горячим разлить в бутылки, укупорить.

## Яблочный майонез

- 3 яблока, 100 г майонеза, 1 стакан белого вина, 1 ст. ложка натертого хрена, перец, сахар, соль

Яблоки очистить и удалить сердцевину. Варить вместе с вином. Протереть, смешать с хреном. Когда смесь остынет, добавить майонез, горчицу, перец, сахар и соль. Использовать как приправу к мясным блюдам.

## Мармелад из яблок и свеклы

- 500 г яблочного и 500 г свекольного пюре, 2 1/2 стакана сахарного песка

Смешать яблочное пюре со свекольным, добавить сахар, варить в тазу с широким дном, часто помешивая, до готовности. Переложить горячим в прогретые банки и закатать.



## ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

### Яичница с яблоками

Яблоки очистить, разрезать каждое на 4 части, а затем тонкими ломтиками, обжарить в масле, обвалить в сахаре, пока не сделаются мягкими. На них в сковороду выпустить столько яиц, сколько надобно, сверху положить кусок сливочного масла.

### Яблочный пломбир

- 3 яблока, 1 1/2 стакана сливок, 2 желтка, 1/2 стакана сахарного песка

В небольшой кастрюле смешать 3/4 стакана сливок, сахар и желтки, все поставить на маленький огонь, помешивая, нагреть, но не до кипения, вылить в форму и поставить на холод, чтобы получилась полузамерзшая масса. Яблоки испечь, протереть, взбить остальные слив-

ки, смешать сначала с яблоками, а затем с полузамерзшей массой и снова поставить на холод до полного замораживания.

### **Яблочные лепешки**

Нарезать 10 шт. антоновских яблок, потомить их в кастрюле, пока они не сделаются мягкими, потом протереть их сквозь сито. Затем протертые яблоки положить опять в чистую кастрюлю, всыпать туда фунт сахара и положить тоненько нарезанной цедры. Все это смешать лопаткой, пока не будет отставать от кастрюли, выложить на железный лист в половину пальца, когда испечется, остудить и нарезать лепешки.

### **Яблочный холодный пудинг**

Взять 1,5 фунта сушеных яблок, сварить, слить воду, протереть яблоки сквозь сито, положить в яблочную массу 3 яичных белка и  $\frac{1}{2}$  фунта сахару и сбивать метелкой с час времени, поставить посудину в лед, потом выложить на блюдо и украсить вареньем.

### **Яблочные пирожки**

1 фунт муки,  $\frac{1}{2}$  фунта масла,  $\frac{1}{2}$  фунта сахара — все это стереть на доске руками, 1 яйцо,  $\frac{1}{2}$  чашки сливок размешать и влить в тесто, смешать все вместе и раскатать, яблоко надо очистить — вынуть сердцевину, разрезать на 4 части, положить яблоко на посыпанное сахаром тесто и выделывать пирожок, сверху помазать яйцом, печь в духовом шкафу.

### **Сухарный пирог**

Истолочь 20 шт. сухарей и смешать их с  $\frac{1}{2}$  стакана песку. Положить туда стакан сливок, 6 желтков, комок растопленного сливочного масла, нарезать 10 яблок, все это вместе смешать, сбитые белки осторожно накладывать и мешать эту массу. Наконец, раскалив сковороду, положить на нее комок сливочного масла, а потом и приготовленную массу, а затем поставить в духовую печь и оставить там, пока пирог хорошенько зарумянится.



## **Желе на одну форму**

Взять 10 ч. ложечек желатина и сварить с 4 чашками воды, 1 фунтом сахару и 4 чашками соку яблочного. Сварить все это вместе, потом все простудить и вылить в форму, поставить на лед, потом окунуть форму в теплую воду, чтобы вышло из формы желе.

## **Пастила яблочная**

$\frac{1}{2}$  меры яблок испечь на листе, протереть сквозь сито, поставить на лед. На следующий день положить 2 и  $\frac{1}{2}$  фунта сахару и 10 белков, не меньше 5 которых прежде поднять, бить веселкой в кадушке до тех пор, пока не побелеет и не поднимется вся масса. Выложить в бумажные коробки и на листах поставить в печь до тех пор, пока будет готова.

## **Водица яблочная**

20 фунтов яблок на 9 штофов воды сварить, охладить, один штоф водки, 12 дней стоять, процедить, положить 8 фунтов сахару, разлить в бутылки и засмолить.

## **Яблоки моченые в медовом сиропе**

Яблоки уложить рядами в кадочки. Прокипятить в течение 30 минут ведро воды со 100 граммами соли и 2-мя стаканами меда, остудить, залить яблоки. Хранить при температуре не ниже 0 градусов. Через 35—40 дней яблоки готовы.

## **Компот из сухих яблок**

Взять сухих яблок, налить на них виноградного вина пополам с водой, прибавить лимонные корки, нарезанные полосками, дать размокать час. После того с тем же вином и водой поставить на огонь, пока яблоки сделаются мягкими. Подавать компот, посыпав сахаром и корицей.

## **Вкусный крем из сушеных яблок**

Взять  $\frac{1}{4}$  фунта лучших сушеных сортов яблок, налить водой, разварить, протереть сквозь сито, взять этой

массы 1  $\frac{1}{2}$  стакана, всыпать с  $\frac{1}{2}$  стакана сахара, смотря по вкусу, потому что яблоки эти очень сладки, мешать, чтобы масса хотя немного побелела и погустела. Сбить на льду метелкою 1 стакан густых сливок, смешать с яблоками. Не переставая сбивать, влить  $\frac{1}{4}$  стакана теплого клея, выбить, хорошенько переложить в форму, поставить на лед. В яблоки можно положить или цедру лимонной, или  $\frac{1}{2}$  рюмки вина.

Выдать:  $\frac{1}{2}$  стакана молотого сахара, 1 стакан густых сливок,  $\frac{1}{4}$  фунта сушеных яблок, 6 листочков желатина.

### **Зефир яблочный со сливками**

3—4 больших яблока испечь, протереть сквозь сито, положить  $\frac{1}{2}$  стакана сахара, 1 белок, можно прибавить для вкуса  $\frac{1}{2}$  чайной ложечки корицы, мешать в холодном месте, пока не побелеет и не погустеет. 1  $\frac{1}{2}$  стакана густых сбитых сливок смешать с яблочной массой, сложить на блюдо, сгладить и подавать или сложить в форму и заморозить.

Выдать: 3—4 больших яблока,  $\frac{1}{2}$  стакана сахара, 1 белок, 1  $\frac{1}{2}$  стакана густых сливок.

### **Пломбир яблочный**

4 желтка,  $\frac{3}{4}$  стакана сахара, 1 стакан сливок подогреть, мешая, но не дать вскипеть, процедить в форму, заморозить до половины готовности. Испечь яблоки, протереть их сквозь сито, сбить 1  $\frac{1}{2}$  стакана густых сливок, смешать все вместе, сложить в форму, обложенную бисквитами, засыпать льдом и солью.

Выдать: 4 желтка,  $\frac{3}{4}$  стакана сахара, 1 стакан жидких сливок, 1  $\frac{1}{2}$  стакана густых сливок, 3—4 яблока,  $\frac{1}{2}$  фунта бисквитиков, соль.

### **Желе простое с яблоками и черносливом**

Взять 3 яблока, очистить от сердцевины, разрезать на 4 части, сварить в воде с 2—3 кусками сахара, откинуть на решето;  $\frac{1}{4}$  фунта французского чернослива обдать кипятком, накрыть; когда совсем сделается мягким, откинуть на решето. Когда вода стечет, переложить в форму, и то и другое залить желеем, приготовленным

из 5 листочков желатина,  $\frac{3}{8}$  фунта сахара, 1 рюмки вина и сока из 1 лимона так, чтобы этого желе было 2 стакана или  $2\frac{1}{2}$ . Подавая, выложить на блюдо или остудить его в салатнике, так и подать.

### Кисель из сушеных яблок

Взять  $\frac{1}{2}$  фунта сушеных яблок, залить из 6 стаканами воды, разварить яблоки, процедить и протереть сквозь решето, перелить в кастрюльку, всыпать  $\frac{1}{4}$  или  $\frac{1}{2}$  стакана сахара, вскипятить, влить стакан воды, размешанной с  $\frac{1}{4}$  или  $\frac{1}{2}$  стакана картофельной муки, прокипятить, живо мешая, перелить в форму, остудить, подавать.

### Безе яблочное

5 больших яблок испечь, горячие протереть сквозь сито, положить 1 стакан, т. е.  $\frac{1}{2}$  фунта, мелкого сахара, 1 белок, мешать по крайней мере часа два в кастрюле, обложив ее льдом или снегом, пока масса не побелеет и не погустеет так, чтобы ложка могла стоймя держаться в этой массе, тогда класть пирожное ложкой на бумагу или наполнить этой массой маленькие бумажные коробочки в 2 вершка длины, почти в  $\frac{5}{8}$  вершка ширины и высоты, вставить в печь, в легкий жар, чтобы совершенно высохли, тогда снять бумажки, уложить пирожное на блюдо и опять в теплую печь, где и должны стоять до самого отпуска. Выйдет штук 40.



## ЯБЛОКИ В МЕДИЦИНЕ

С древнейших времен до сегодняшних дней яблоки ценят и как лечебное средство. Еще Гиппократ отмечал целебные свойства яблок и прописывал их против кишечных заболеваний, хворей сердца и почек.

Яблоки полезны всем людям независимо от состояния их здоровья, так как содержат пектины, сахара, кислоты, минеральные и биологически активные вещества.

Для употребления яблок с лечебной целью нужно

учитывать многие условия: состояние здоровья, душевное равновесие, образ жизни, деятельность органов пищеварения и, наконец, характер индивидуума.

● Яблоки используют в свежем и печеном виде для улучшения пищеварения и обмена веществ. Сырые, вареные или печеные яблоки употребляют натощак при вялом пищеварении, желудочно-кишечных расстройствах, особенно у детей, и при длительных, «привычных», запорах. Положительное действие при различных желудочно-кишечных заболеваниях оказывает яблочное пюре.

● Во время расстройства кишечника нужно ввести «яблочные» дни — съедать 1,5—2 кг яблок в сыром или протертом виде. Вместо яблок можно употреблять яблочный порошок (из отжима яблок) 3 раза в день по 1 столовой ложке натощак перед едой в течение двух недель.

● Полезно устраивать «яблочные» дни при заболеваниях сердца, гипертонической болезни, а также при тучности и ожирении.

● Свежие яблоки обладают противомикробным и противовоспалительными свойствами. Сок яблок сорта Антоновка губительно действует на микробы, вызывающие дизентерию.

● Как легкое слабительное, особенно для пожилых людей, действуют яблоки, проваренные с молоком: 2 яблока проварить в 1 стакане молока и  $\frac{1}{2}$  стакана воды 5—7 минут, употреблять до завтрака.

● При заболеваниях почек в разгрузочные яблочные дни дается 1,5 кг сырых яблок и 150 г сахара. Яблоки едят в 5 приемов.

● Яблоки, сок и отвар из яблок рекомендуется для продолжительного лечения болезней печени. Яблочный отвар готовят из 2—3 неочищенных яблок, которые режут мелко и заливают 1 л воды, кипятят 10—15 минут, добавляют сахар и лимон. Пьют по 2—3 чашки в день в теплом виде.

● Сырые, печеные и вареные яблоки применяют как мочегонное средство при отеках как сердечно-сосудистого, так и почечного происхождения. Их рекомендуют употреблять при заболеваниях почек, мочевого пузыря и почечно-каменной болезни.

● Пектин, находящийся в яблоках, обладает способностью связывать в организме радиоактивные вещества — стронций и кобальт. В пищеварительном тракте

пектин почти не переваривается и удаляется из организма вместе с вредными веществами.

● Пектин яблок тонким слоем покрывает слизистую оболочку кишечника, поэтому при язвенной болезни двенадцатиперстной кишки и других отделов кишечника рекомендуется ежедневно натощак (за полчаса до еды) выпивать раствор из 1 ст. ложки пектина и 200 г кипяченой воды. Через 10—12 дней наступает заметное улучшение. Курс лечения продолжается 3—4 месяца.

● Яблоки применяются и для профилактики простудных заболеваний: включение 2—3 яблок в день в пищевой рацион снижает вероятность ОРЗ в три раза. Содержащийся в яблоках витамин С блокирует размножение вирусов гриппа.

● Соли калия, находящиеся в яблоках, положительно действуют на организм, способствуя выделению желчи и мочи.

● В семенах яблоки содержится 23—33 % жирного пищевого масла. Масло хранят в герметически закрытом сосуде. В семенах яблок содержится также много йода. Если съесть в день 5—6 яблочных зернышек, то суточная потребность в йоде будет полностью удовлетворена.

● Очень полезно съесть яблоко перед сном — при жевании яблок погибает 96,7 % бактерий, находящихся во рту. Яблоки содержат органические кислоты, которые предупреждают развитие кариеса.

● Для продолжительного лечения атеросклероза рекомендуется ежедневно употреблять по 300—400 г яблок или 200 г яблочного сока. Лечебный эффект яблок при атеросклерозе основан на снижении холестерина в сыворотке крови.

● Яблоки нормализуют количество холестерина в печени. Для этого достаточно съесть в день 2—3 яблока. Это объясняется тем, что пектины, содержащиеся в яблоках, благоприятным образом сочетаются с другими веществами, также способными снижать уровень холестерина (аскорбиновая кислота, фруктоза, магний).

● Листья яблоки входят в лечебные чаи. При цветении яблоки следует собирать падающие плодоножки, сушить, размалывать и заваривать в любой пропорции. Чай из листьев и цветков яблоки помогает при простудных заболеваниях, охриплости голоса (по  $\frac{1}{2}$  стакана через каждые 2 часа в теплом виде). Настой из сухих

листьев пьют при ларингитах, фарингитах (1 ст. ложка листьев на  $\frac{1}{2}$  л кипятка).

● Кашицу из свежих яблок прикладывают при ожогах, обморожениях и длительно незаживающих язвах.

● Яблоки незаменимы в профилактике авитаминозов.

● При малокровии полезно употреблять как можно больше яблок в сыром и печеном виде, так как яблоки содержат органическое железо и фолиевую кислоту.

● Чай из яблок пьют при мочекаменной болезни, подагре, ревматизме, желудочно-кишечных заболеваниях; 3 неочищенных яблока мелко режут и кипятят в 1 л воды 10 минут, прибавляют по вкусу мед или сахар.

● Особенно полезны яблоки тем, у кого имеются оксалатные камни в почках (образуются в связи с нарушением обмена кальция и щавелевой кислоты), так как они обладают свойством выводить оксалаты из организма.

● Яблоки облегчают усвоение солей кальция, хорошо действуют на кожу, придают блеск и гибкость волосам.

● При солнечных ожогах помогают компрессы из натертых или нарезанных яблок.

● В народной медицине используются также корни яблони. Приготовленный из них чай снижает уровень сахара в крови у больных диабетом.

● При изжоге вместо питьевой соды или других средств лучше съесть очищенное от кожуры яблоко. Кстати, кожура яблок значительно богаче витаминами, чем мякоть, а наружные слои мякоти богаче, чем внутренние.

● 2 яблока, съеденных на ночь, снижают и регулируют содержание сахара в крови, укрепляют сон и способствуют пищеварению.

● Свежие яблоки незаменимы при затрудненном дыхании и сердцебиении.

● Больным гастритом с повышенной кислотностью, язвенной болезнью желудка рекомендуются сладкие сорта яблок, а больным гастритом с пониженной кислотностью — кислые сорта, содержащие большое количество органических кислот.

● Листья яблони в разных пропорциях заваривают с листьями вишни, облепихи, шиповника — эта смесь очень полезна при атеросклерозе, остеохондрозе.



## ЯБЛОКИ В КОСМЕТИКЕ

Благодаря своим лечебным свойствам яблочные маски оказывают благотворное действие на кожу: очищают, улучшают ее цвет и делают более гладкой. Под влиянием яблочного сока кожа долго сохраняет свежесть.

Маски из яблок полезно применять как при жирной, так и при сухой коже лица. Они особенно полезны людям с вялой, дряблой, пористой и морщинистой кожей, при веснушках и пигментных пятнах. Рецепты маски не слишком сложны, и сделать их нетрудно в домашних условиях.

Яблочные маски накладывают не только на лицо, но и на шею, кожа которой начинает увядать раньше. Перед тем, как наложить маску, кожу лица нужно очистить, а для сухой кожи сделать горячий влажный компресс. Маску можно приготовить заранее. Для этого яблоки (конечно, свежие, неиспорченные) тщательно моют, очищают от кожицы, натирают на мелкой терке. Маску накладывают непосредственно на лицо или шею или на кусок марли с вырезанными в ней отверстиями для глаз и носа. Смываются маски холодной водой с помощью ватного тампона. После яблочной маски еще влажную кожу смазывают смягчающим кремом.

Маски из яблок можно применять 2—3 раза в неделю, а по желанию и чаще.

**Яблочно-морковная маска.** Для приготовления маски 1 яблоко и 1 морковь очистить, натереть на мелкой терке, смешать и наложить на лицо и шею на 20 минут. Вместо тертых яблок и моркови можно взять их сок в равных пропорциях. Яблочно-морковная маска хорошо увлажняет кожу. Применяется при вялой дряблой коже.

**Яблочно-белковая маска.** 1 печеное и размятое яблоко на 1 белок (предварительно взбитый) смешать и нанести на лицо на 10—15 минут, затем смыть холодной водой, кожу смазать жирным кремом. Применяется при жирной коже.

**Маска из яблочного сока и белка.** 1 белок смешать с 1 ст. ложкой яблочного сока. Держать 10—15 минут.

Эта маска содержит ценные вещества: лецитин, холестерин, витамины. Маска хорошо действует на жирную кожу.

**Маска яблочно-яичная.** 1 яйцо взбить и добавить 1 очищенное и натертое на мелкой терке яблоко. Смесь взбить еще раз до образования пены и наложить на лицо и шею на 10—15 минут.

**Маска из яблочного сока и молока.**  $\frac{1}{2}$  стакана яблочного сока перемешать с рисовой или миндальной мукой и 1 ст. ложкой молока. Эту кашицеобразную массу нанести на лицо и шею на 15 минут. Благоприятно влияет на любую кожу.

**Маска из яблочного сока и глицерина.**  $\frac{1}{2}$  стакана яблочного сока слегка разбавить водой и добавить  $\frac{1}{2}$  ч. ложки глицерина. Накладывать либо непосредственно на лицо, либо смочить раствором марлю. Эта маска смягчает воспаленную или обожженную на солнце кожу.

**Маска из яблочного сока.** Яблочным соком намочить марлю и наложить ее на лицо на 15 минут. Маску можно сделать и из ломтиков яблок.

**Яблочно-медовая маска.** 1 очищенное яблоко натереть на мелкой терке и соединить с 1 ч. ложкой меда. Наложить на лицо и шею на 15—20 минут. Эта маска для сухой и нормальной кожи, омолаживает и отбеливает ее.

**Яблочно-масляная маска.** Эта маска применяется для смягчения и лечения трещин на коже лица (особенно на губах) и рук.

1 тертое яблоко смешать с 1 ч. ложкой сливочного масла. Смесь держать 15—30 минут.

А вот еще несколько рецептов.

● 1 яблоко натереть на терке, смешать с 1 ч. ложкой меда и 1 ст. ложкой овсяных хлопьев. Эта маска для сухой, бледной и дряблой кожи.

● 1 печеное (размятое) яблоко, 1 ч. ложку меда и несколько капель растительного масла смешать, нанести на лицо на 20 минут. Доставляет коже необходимые питательные вещества, замедляет старение кожи.

● 1 кислое яблоко потушить в молоке, добавить взбитый белок и нанести массу на лицо на 15 минут. Смыть теплой водой. Эта маска хорошо действует на жирную кожу.



● 1 тертое яблоко, 1 желток, 1 ст. ложку молока растереть и нанести на лицо. Держать 15—20 минут.

● 100 г яблочного сока, 50 г свежего молока смешать, намочить этой смесью марлю и положить ее на лицо. Смыть теплой водой.

● Летом очень полезна маска: 1 желток, 1 ч. ложка растительного масла, 5 капель лимона. Держать на лице 15 минут. Отбеливает и смягчает воспаленную кожу.



## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

В кастрюлях, чайниках, потемневших изнутри, проварите кожуру яблок — посуда приобретет утраченный блеск, избавится от накипи.

● Чтобы печеные яблоки не трескались и не прилипали к сковороде, их надо наколоть в нескольких местах, а на сковороду налить немного воды.

● Яблоки кислых сортов не держите в духовке долго — они превратятся в пюре. Кислые яблоки легко развариваются, а сладкие при варке хорошо сохраняют свою форму.

● Чтобы легко снять кожуру с яблок, их надо опустить на 3—5 секунд в кипяток, а затем переложить в холодную воду.

● Яблоки сохраняют крепость и свежесть, если их потереть тряпочкой, смоченной глицерином.

● Яблоки хорошо сохраняются, если их засыпать чистыми древесными опилками, стружкой, сухим песком или завернуть в бумагу.

● Оптимальная температура хранения яблок 0—3 °С тепла. Тщательно отобранные яблоки уложить в полиэтиленовые мешочки вместимостью до 3 килограммов, мешочки завязать и подвесить.

● Сморщенные яблоки приобретают свой первоначальный вид, если их положить на несколько часов в холодную воду.

● Для того чтобы сушеные яблоки были более светлыми, необходимо перед сушкой дольки нарезанных яблок положить на 2—3 минуты в подсоленную воду.

● Яблоки, созревшие на солнечной стороне, содержат больше витаминов, чем яблоки, растущие в тени.

● Торт не будет долго сохнуть, если в коробку вместе с ним положить свежее яблоко.

● В компот из яблок добавьте 1—2 зубчика гвоздики — это придает компоту особый вкус и аромат.

● Чтобы очищенное яблоко не темнело, надо натереть его лимоном.

● Срок хранения летних сортов яблок можно продлить, если целые, неповрежденные яблоки сложить в 3-литровые стеклянные банки и закатать.

● Ванна с добавлением яблочного уксуса снимает боль при солнечных ожогах.

● Если от работы на кухне руки окрасились — хорошо потрите их яблочной кожурой.



## Содержание

Салаты и закуски . . . . .	7
Салат из яблок . . . . .	7
Салат из яблок и свежих ягод . . . . .	7
Салат из фруктов по-польски . . . . .	7
Салат из фруктов смешанный . . . . .	8
Салат из моркови с яблоками . . . . .	8
Салат овощной с яблоками . . . . .	8
Салат овощной с кислыми яблоками . . . . .	8
Винегрет с яблоками . . . . .	9
Салат из репчатого лука с яблоками . . . . .	9
Салат из зеленого лука с кислыми яблоками . . . . .	9
Салат из яблок с репчатым и зеленым луком . . . . .	9
Зеленый лук с яблоками . . . . .	9
Салат из белокочанной капусты с помидорами и яблоками . . . . .	10
Салат из краснокочанной капусты с яблоками . . . . .	10
Салат из краснокочанной капусты с яблоками под острым соусом . . . . .	10
Салат из краснокочанной капусты с яблоками под майонезом . . . . .	10
Салат из квашеной капусты с яблоками I . . . . .	11
Салат из квашеной капусты с яблоками II . . . . .	11
Салат из савойской капусты с яблоками . . . . .	11
Салат из кочерыжек с яблоками . . . . .	11
Салат из яблок и сельдерея . . . . .	12
Салат из корня сельдерея с яблоками . . . . .	12
Салат из сельдерея с яблоками и морковью . . . . .	12
Салат из яблок с сельдереем и орехами . . . . .	12
Салат из яблок, сельдерея и огурцов . . . . .	13
Салат сельдерейный . . . . .	13
Салат из сельдерея с яблоками и сгущенным молоком . . . . .	13
Яблоки с овощами . . . . .	13
Немецкий рецепт . . . . .	13
Салат из яблок и помидоров с брынзой . . . . .	14
Салат из помидоров, огурцов и яблок . . . . .	14
Сладкий салат из яблок и помидоров . . . . .	14
Салат из помидоров с яйцами и яблоками . . . . .	14
Салат из яблок и помидоров . . . . .	15
Салат «Витаминный» . . . . .	15
Салат из сладкого перца с яблоками . . . . .	15
Салат из красного перца и яблок . . . . .	15
Салат из яблок и моркови I . . . . .	15
Салат из яблок и моркови II . . . . .	16
Салат из яблок и моркови с медом . . . . .	16
Салат из яблок и моркови с зеленым горошком . . . . .	16
Салат из яблок и моркови под острым соусом . . . . .	16
Салат из яблок и моркови с изюмом . . . . .	16
Салат из яблок и моркови с хреном . . . . .	17
Салат «Здоровье» . . . . .	17
Салат из яблок и моркови с хреном и луком . . . . .	17

Салат из яблок и моркови с хреном и соленым огурцом . . . . .	17
Салат из моркови с зеленым горошком и яблоками . . . . .	18
Салат из яблок и зеленого горошка . . . . .	18
Салат из яблок и вареной свеклы . . . . .	18
Салат из яблок и сырой свеклы . . . . .	18
Салат из яблок и консервированной свеклы . . . . .	18
Салат из вареной свеклы и яблок с хреном . . . . .	18
Салат из вареной свеклы с кислыми яблоками . . . . .	19
Салат из маринованной свеклы с яблоками . . . . .	19
Салат из маринованной свеклы с яблоками и морковью . . . . .	19
Салат из свежих огурцов и яблок . . . . .	20
Сырой салат . . . . .	20
Салат из яблок и свеклы I . . . . .	20
Салат из яблок и свеклы II . . . . .	20
Аппетитный салат . . . . .	20
Салат из яблок, редьки и свеклы . . . . .	20
Салат из яблок, свеклы и моркови . . . . .	21
Салат из яблок и свеклы со специями . . . . .	21
Салат из тертых кабачков с яблоками . . . . .	21
Салат из кабачков с яблоками . . . . .	21
Салат из яблок и кабачков с морковью . . . . .	21
Салат из яблок и тыквы . . . . .	22
Салат из яблок, тыквы и дыни . . . . .	22
Салат из тыквы и яблок с медом . . . . .	22
Салат из яблок и дыни . . . . .	22
Салат из редиса с яблоками и маринованными огурцами . . . . .	22
Салат из яблок, редьки и моркови I . . . . .	23
Салат из яблок, редьки и моркови II . . . . .	23
Салат из яблок, сырой брюквы и репы . . . . .	23
Салат из консервированной кукурузы с яблоками, морковью и изюмом . . . . .	23
Салат гороховый с яблоками . . . . .	24
Салат из гороха с яблоками и сладким перцем . . . . .	24
Салат из гороха с яблоками, сладким перцем и луком . . . . .	24
Салат из риса и овощей с яблоками . . . . .	24
Салат из яблок с перловой крупой . . . . .	25
Салат из сыра с яблоками . . . . .	25
Салат из сыра и яблок под острым соусом . . . . .	25
Салат из сыра и яблок с миндалем . . . . .	25
Салат из сыра, помидоров и яблок . . . . .	25
Салат из яблок, сыра и сладкого перца . . . . .	26
Салат из яблок и сыра . . . . .	26
Салат из яблок и сыра с яйцом . . . . .	26
Салат из яблок с брынзой . . . . .	26
Салат из яблок с копченой рыбой . . . . .	26
Сельдь с яблоками . . . . .	27
Начинка с сельдью и яблоками . . . . .	27
Сельдь под «шубой» . . . . .	27
Салат овощной с сельдью и яблоками . . . . .	28
Салат из рыбы с помидорами и яблоками . . . . .	28
Салат из яблок с яйцом . . . . .	28
Салат из яблок с орехами и изюмом . . . . .	29
Салат из яблок с орехами . . . . .	29
Салат из яблок и брусники . . . . .	29
Салат по-эстонски с тертыми яблоками . . . . .	29

Яблочный салат по-американски	30
Австралийский салат с ветчиной и яблоками	30
Яблочная пена	30
Фаршированные яблоки с гарниром	30
Помидоры, фаршированные яблоками	31
Салат из помидоров и яблок по-турецки	31
Салат из репчатого лука и яблок	31
Салат из яблок и лука репчатого и зеленого	31
Салат из зеленого лука с яблоками	31
Салат с капустой острый	32
Салат из белокочанной капусты с яблоками под майонезом	32
Салат зимний	32
Салат «Северный»	32
Салат из яблок, цветной капусты и винограда	32
Салат из яблок с овсяными хлопьями	33
Салат из хрена с яблоками	33
Салат по-сицилийски	33
Салат из яблок с сыром и сельдереем	33
Горячий салат из свеклы и яблок	33
Салат из яблок по-голландски	34
Салат «Эспланадо»	34
Салат «Каролина»	34
Салат «Вальдорф»	34
Салат «Машат»	34
Салат «Осенний»	34
Салат «Север»	35
Острый салат из яблок	35
Французский салат	35
Салат «Девичьи слезы»	35
Салат «Бразильский»	35
Салат по-чешски	36
Салат из яблок и мяса	36
Салат «Латвия»	36
Салат из пастернака и яблок	36
Салат из картофеля, сельдерея и яблок	36
Фруктовый салат из яблок, груш, абрикосов	37
Фруктовый салат со сметаной	37
Фруктовый салат с простоквашей	37
Осенний фруктовый салат	37
Салат из апельсинов и яблок	37
Салат из яблок с зеленью	38
Салат из яблок и огурцов	38
Салат из яблок и орехов	38
Салат из яблок, апельсинов и бананов	38
Салат из яблок, дыни и помидоров	38
Салат из яблок, огурцов и дыни	39
Салат из яблок и помидоров с медом	39
Салат из мяса с фруктами	39
Салат из мяса птицы и яблок	39
Салат из рыбы с фруктами	40
Салат из рыбы с яблоками и помидорами	40
Рольмопс с яблоками	40
<b>Бутерброды</b>	<b>41</b>
Бутерброды с яблоками и джемом	41

Бутерброды с яблоками и сыром . . . . .	41
Бутерброды с яблоками, сыром и джемом . . . . .	41
Бутерброды по-датски . . . . .	42
Бутерброды, запеченные с сыром и яблоками . . . . .	42
Бутерброды с массой из яблок, сыра, масла . . . . .	42
Бутерброды с сырным маслом и яблоками . . . . .	42
Бутербродная паста на сливочном масле с репой и яблоками . . . . .	42
Бутербродная паста с творогом, укропом и яблоками . . . . .	43
Бутерброды с яблоками и щавелем . . . . .	43
Бутерброды с селедочным паштетом и яблоками . . . . .	43
Бутерброды с салатом из сельди и яблок . . . . .	43
Бутерброды с луком-пореем и яблоками . . . . .	44
Бутерброды с сельдереем и яблоками . . . . .	44
Бутерброды с яблоками и брынзой . . . . .	44
Бутерброды с яблоками и хреном . . . . .	44
Бутерброды с яблоками и творогом . . . . .	45
Бутерброды с говяжьим филе и яблоками . . . . .	45
Яблоки жареные . . . . .	45
<b>Супы . . . . .</b>	<b>45</b>
Суп яблочный на отваре шиповника . . . . .	45
Суп-пюре из яблок с рисом . . . . .	46
Суп-пюре из яблок с черносливом . . . . .	46
Суп-пюре острый из яблок . . . . .	46
Суп-пюре из помидоров и яблок . . . . .	47
Суп из свежих огурцов с яблоками и сметаной . . . . .	47
Суп яблочно-тыквенный . . . . .	47
Суп молочный с яблоками и тыквой . . . . .	48
Суп морковно-яблочный . . . . .	48
Суп яблочно-морковный на кефире . . . . .	48
Суп из яблок с виноградным соком . . . . .	48
Суп из яблок с вареньем по-эстонски . . . . .	48
Суп из шиповника, облепихи, яблок и риса . . . . .	49
Суп из свежих яблок с рисом . . . . .	49
Суп из риса с яблоками и кефиром . . . . .	50
Суп из риса с яблоками и грецкими орехами . . . . .	50
Суп из толокна с яблоками . . . . .	50
Суп из яблок с кефиром и творогом . . . . .	50
Суп из яблок, чернослива и творога . . . . .	51
Суп молочный с творогом, тыквой и яблоками . . . . .	51
Суп кефирный с яблочным соком и морковью . . . . .	51
Окрошка с яблоками . . . . .	51
Суп картофельный с яблоками и сметаной . . . . .	52
Бозбаш с яблоками . . . . .	52
Борщ киевский с яблоками . . . . .	52
Борщ селянский с яблоками . . . . .	53
Борщ черниговский с яблоками . . . . .	53
Суп из яблок по-болгарски . . . . .	54
Суп из свежих яблок и груш . . . . .	54
Суп из овсяных хлопьев с яблоками . . . . .	54
Суп из яблок и клюквы . . . . .	54
Суп из сухих яблок со свеклой . . . . .	55
Хлебный суп с яблоками . . . . .	55
Суп из яблок на молочной сыворотке . . . . .	55
<b>Мясные и рыбные блюда . . . . .</b>	<b>55</b>

Вареное мясо, запеченное с яблоками в молочном соусе . . . . .	55
Говяжья грудинка под соусом из хрена и яблок . . . . .	56
Ростбиф с яблоками и сельдереем . . . . .	56
Свиная грудинка под соусом - из яблок . . . . .	56
Отбивные с картофелем и яблоками . . . . .	57
Колбаса с яблочно-картофельным пюре . . . . .	57
Гусь или утка, жаренные с яблоками . . . . .	57
Гусь, фаршированный хлебом и яблоками . . . . .	58
Индейка с маринованными яблоками, запеченная в сметане . . . . .	58
Курица с яблоками и сыром . . . . .	58
Рулетки из свинины, начиненные яблоками . . . . .	59
Шницель из свинины с жареными ломтиками яблока . . . . .	59
Утка, фаршированная яблоками и черносливом . . . . .	59
Жаркое из свинины с яблоками . . . . .	60
«Горячая молния» (голландское блюдо) . . . . .	60
Курица, фаршированная яблоками . . . . .	60
Мясной рулет с яблоками . . . . .	60
Трубочки из фарша с яблоками . . . . .	61
Почки, тушеные с яблоками . . . . .	61
Яблоки по-австралийски . . . . .	61
<b>Блины и оладьи . . . . .</b>	<b>62</b>
Блинчики с яблоками . . . . .	62
Блинчики из яблок . . . . .	62
Блинчики с яблочной начинкой . . . . .	62
Яблочные оладьи . . . . .	63
Оладьи с яблоками . . . . .	63
Оладьи из печеных яблок . . . . .	63
Оладьи манные с яблоками и изюмом . . . . .	63
Оладьи рисовые с яблочным пюре . . . . .	64
Гороховые оладьи с яблоками и киселем . . . . .	64
<b>Котлеты, омлеты, каши . . . . .</b>	<b>64</b>
Котлеты морковно-яблочные . . . . .	64
Котлеты морковно-яблочные запеченные . . . . .	65
Зразы морковные с яблоками . . . . .	65
Котлеты капустные с яблоками . . . . .	65
Омлет с яблоками . . . . .	66
Омлет с яблоками и морковью . . . . .	66
Каша из пшеничных булочек и яблок . . . . .	66
Рисовая каша с яблоками . . . . .	66
Гречневая каша с яблоками . . . . .	67
Пшенная каша с морковью и яблоками . . . . .	67
Яблочная каша с манной крупой . . . . .	67
Яблочная каша по-болгарски . . . . .	68
<b>Яблоки фаршированные . . . . .</b>	<b>68</b>
Яблоки, фаршированные урюком, изюмом и орехами . . . . .	68
Яблоки, фаршированные по-болгарски . . . . .	68
Яблоки в вине, фаршированные саго . . . . .	68
Яблоки, фаршированные творогом и изюмом . . . . .	69
Яблоки, фаршированные рисом и орехами . . . . .	69
Фаршированные яблоки в яично-сливочной смеси . . . . .	69
Яблоки, фаршированные морковью . . . . .	70
Яблоки, фаршированные кремом . . . . .	70

<b>Запеканки</b>	70
Запеканка из риса с яблоками	70
Запеканка из булки с яблоками	71
Запеканка из яблок и белых сухарей	71
Запеканка из яблок с макаронами	71
Творожно-яблочная запеканка с изюмом	72
Творожно-манная запеканка с яблоками и изюмом	72
Запеканка из фруктов, овощей и творога	72
Запеканка с морковью и яблоками	73
Запеканка с тыквой и яблоками	73
Запеканка из яблок ломтиками	73
Запеканка из яблок с печеньем	74
<b>Яблоки печеные</b>	74
Яблоки, печенные с сахаром	74
Яблоки, печенные с вареньем	74
Яблоки, печенные с кремом	74
Яблоки, печенные с рябиной	75
Яблоки медовые	75
Яблоки, печенные под белковой пеной	75
Яблоки в белке	75
Яблоки, печенные с творогом	76
Яблоки печеные с соусом	76
Яблоки, печенные на гренках	76
<b>Пудинги</b>	76
Пудинг яблочный с орехами	76
Пудинг из яблок и манной крупы	77
Пудинг из пшеничного хлеба	77
Пудинг из саго с яблоками	77
Английский пудинг	78
Пудинг по-крестьянски	78
Пудинг из тыквы и яблок	78
Маннй пудинг с яблоками	79
Пудинг яблочный с начинкой	79
Пудинг из белого хлеба с яблоками и творогом	80
Пудинг из лапши с яблоками	80
<b>Крем, конфеты, зефир, мусс</b>	81
Крем из яблок и сметаны	81
Яблочный крем с апельсиновым ликером	81
Яблочный крем с миндалем	81
Крем «Новогодний»	81
Яблочный крем по-венгерски	82
Яблочный крем холодный	82
Яблочный крем с печеньем	82
Яблочный крем со сметаной и орехами	82
Крем-желе с яблоками	83
Яблочный крем «Задунайский»	83
Яблочный крем «Золотое яблочко»	83
Яблочные конфеты «Студенческие»	84
Конфеты «Яблочные звезды»	84
Яблочный зефир со сливками	84
Яблочный зефир «Воздушный»	84



Яблочный мусс	85
Мусс из яблок без желатина	85
Яблочный мусс с орехами и цукатами	85
Яблочный мусс с вареньем	86
<b>Желе, суфле, парфе, самбук</b>	<b>86</b>
Желе яблочное	86
Желе из яблок без желатина	86
Яблоки в желе I	86
Яблоки в желе II	87
Желе из яблок и лимонов	87
Самбук из яблок	87
Самбук яблочный порционный	87
Парфе яблочное	88
Парфе из яблочного сока	88
Суфле яблочное	88
Суфле яблочно-морковное	88
Суфле «Дипломат»	89
Суфле «Праздничное»	89
Суфле из сушеных яблок	89
Суфле из яблок	90
Суфле из яблок и творога	90
Суфле из яблок и манной крупы	90
<b>Разные сладкие блюда</b>	<b>91</b>
Яблоки со сливками и орехами	91
Яблоки со взбитыми сливками	91
Яблоки в ванильном соусе	91
Яблоки с мороженым и вареньем	92
Яблочное безе	92
Яблоки в сиропе с вином	92
Яблоки в вине	92
«Пьяные» яблоки	93
Яблоки в вине с изюмом	93
Яблоки с рисом	93
Галушки яблочные	93
Соложеники яблочные	94
Вертута с яблоками	94
Гуща яблочная	94
Яблоки в тесте по-немецки	95
Вареники с яблоками	95
Вареники с брусникой и яблоками по-уральски	95
Плацында с яблоками	95
«Колбаса» из яблок	96
«Шары» из яблок	96
Десерт из яблок	96
Яблочные лепешки	97
Яблоки в грильяже	97
Яблоки по-баварски	98
Хог-тосн (калмыцкое блюдо)	98
Яблочный снег	98
Цимес с яблоками (еврейское блюдо)	98
Яблоки в карамели (китайское блюдо)	99
Ватрушки с яблоками	99
Яблоки «Бонапарт»	99

Райский пудинг	100
Суфле заварное по-русски	100
Яблочная пирамида	100
Яблоки шателен	100
Яблоки-свечи	101
Конде из яблок	101
Тимбаль из яблок	101
<b>Торты</b>	<b>102</b>
Яблочный торт «Осень»	102
Торт «Безе»	102
Торт яблочный с орехами	102
Торт «Воздушный»	102
Торт «Любимый»	103
Торт с белой пеной	103
Торт «Быстрый»	104
Яблочный пай	104
Торт яблочно-миндальный «Анна»	104
Торт «Чебурашка»	105
Сухарный торт с яблоками	105
Французский яблочный торт	105
Торт «Резекне»	106
Яблочный торт «Московский»	106
Яблочный торт «Сюрприз»	107
Торт с яблоками и ромом	108
Яблочный торт по-бельгийски	108
Торт «Новинка»	108
Торт с лимонной глазурью	109
Яблочный торт «Волшебный»	109
Яблочный торт «Особый»	110
Торт «Машенька»	110
Фруктовый торт «Коломна»	110
Индийский яблочный торт	111
Торт «Ольга»	111
<b>Пироги и пирожки</b>	<b>112</b>
Яблочный пирог по-берлински	112
Яблочный пирог по-богемски	112
Яблочный пирог по-болгарски	112
Яблочный пирог по-датски	113
Яблочный пирог по-французски	113
Пирог с яблоками «Юбилейный»	114
Пирог с яблоками и орехами	114
Пирог с яблоками обычный	114
Пирог яблочный с изюмом	115
Открытый пирог с яблоками	115
Пирог с яблоками «Без хлопот»	115
Пирог с яблоками и глазурью	116
Яблочный пирог в желе	116
Закрытый пирог с яблочной начинкой	117
Пирог с яблоками «Фантазия»	117
Пирог с кислыми яблоками	118
Пирог с яблоками в пламени	118
Пирог с яблоками «Воздушный»	118
Пирог с яблоками «Порционный»	119

Пирог с яблоками «Новогодний» . . . . .	119
Пирог с яблоками «Софи» . . . . .	120
Быстрый яблочный пирог . . . . .	120
Яблочный пирог «Идеал» . . . . .	120
Яблочный пирог «Рождественский» . . . . .	121
Пирог с яблоками и брусникой . . . . .	121
Пирог плетеный с яблоками . . . . .	121
Яблочный пирог к чаю . . . . .	122
Яблочный пирог «Осенний» . . . . .	122
Яблочный пирог закрытый . . . . .	123
«Ленивый» пирог с яблоками . . . . .	123
Элинчатый пирог с яблоками . . . . .	123
Пирог воздушный с яблоками . . . . .	124
Зенгерский пирог с орехами . . . . .	124
Пирог рассыпчатый . . . . .	124
Слоеный пирог с яблоками . . . . .	125
Болгарский пирог . . . . .	125
Пирог «Солнышко» . . . . .	125
Пирог «Лакомка» . . . . .	126
Пирог особый с яблоками . . . . .	126
Пирог с яблоками и апельсином . . . . .	126
Пирог «Татэн» . . . . .	127
Пирог с яблоками на скорую руку . . . . .	128
Пирог с яблоками из пшеничного хлеба I . . . . .	128
Пирог с яблоками из пшеничного хлеба II . . . . .	128
Пирог из черного хлеба с яблоками . . . . .	129
Яблочный пирог «Загадка» . . . . .	129
Пирог «Пикантный» . . . . .	130
Яблочный пирог «Ко дню рождения» . . . . .	130
Слоеные пирожки . . . . .	131
Творожные пирожки с яблоками . . . . .	131
Яблочный пирог с крошкой . . . . .	132
Сладкий пирог с яблоками и орехами . . . . .	132
Пончики с яблоками . . . . .	132
<b>Пирожные и печенье . . . . .</b>	<b>133</b>
Яблочное пирожное «Фигурное» . . . . .	133
Слойка с яблочной начинкой . . . . .	133
Пирожное слоеное «Яблочные ватрушки» . . . . .	133
Яблочные пирожные порционные . . . . .	134
Пирожное «Яблочко» . . . . .	134
Яблоки «в кармашках» . . . . .	134
Печенье из яблок . . . . .	135
Печенье «Абрикос» . . . . .	135
Печенье «Старого года» . . . . .	135
Пирожное ореховое «Райское яблочко» . . . . .	136
<b>Кексы, струделя, бабки, шарлотки, рулеты . . . . .</b>	<b>136</b>
Яблочный кекс . . . . .	136
Кекс двухцветный . . . . .	136
Струдель с яблоками . . . . .	137
Струдель с яблоками по-болгарски . . . . .	137
Бабка из белого хлеба с яблоками . . . . .	137
Бабка яблочная с рисом и медом . . . . .	138
Бабка яблочная . . . . .	139

Бабка с яблоками и творогом под ванильным соусом	139
Шарлотка из белого хлеба с яблоками	139
Шарлотка из черного хлеба с яблоками	140
Шарлотка с творогом и яблоками	140
Рулет с яблоками	141
Яблочный рулет	141
<b>Начинки для пирогов, пирожков, рулетов, ватрушек, блинчиков</b>	<b>142</b>
Мармелад яблочный	142
Начинка с яблоками	142
Фарш из яблок	143
Начинка из хлеба и яблок	143
Начинка яблочная с тыквой и рисом	143
Начинка из яблок и риса	144
Начинка из творога, яблок и изюма	144
<b>Напитки, коктейли, крушоны, пунши</b>	<b>144</b>
Витаминный напиток «Яблочко»	144
Напиток морковно-яблочный	145
Яблочно-молочный напиток	145
Напиток «Павлинка»	145
Яблочный напиток «Витаминный»	145
Яблочный напиток «Медовый»	146
Напиток «Уэлси»	146
Десертный напиток «Яблочный крем»	146
Яблочный напиток с сыром	146
Коктейль «Росинка»	146
Яблочно-кофейный коктейль	147
Яблочный коктейль с кефиром	147
Яблочно-молочный коктейль	147
Яблочный коктейль с мороженым	147
Коктейль «Мичуринский»	147
Яблочно-мятный коктейль	147
Коктейль «Маринка»	148
Коктейль «Золушка»	148
Айс-крим «Пия»	148
Яблочный щербет	148
Морс из яблок	148
Яблочный гоголь-моголь	149
Яблочная вода	149
Джулеп (мятно-яблочный)	149
«Кубок Нормандии»	149
Яблочный койлер	150
Крушон из яблок	150
Яблочный крушон с чаем	150
Яблочный крушон	150
Яблочно-лимонный крушон	151
Крушон «Богатырь»	151
Блендер-флипп	151
Флипп яблочный	151
Ассорти	151
Пунш «Былина»	152
Пунш «Люкс»	152
Пунш «Восторг»	152
<b>Заготовки</b>	<b>152</b>

Компоты	152
Пюре	154
Желе	154
Варенье	155
Варенье-желе	155
Варенье из китайских яблок	156
Джем	156
Повидло	156
Мармелад	157
Цукаты	157
Цукаты из китайских яблок	158
Яблочный сок	158
Яблочный сыр	159
Яблочный соус	159
Соус из яблочного пюре с хреном	160
Яблоки сушеные	160
Яблочная приправа	160
Пастила яблочная	160
Пастила коломенская	161
Мочение яблок	162
Маринованные яблоки	163
Яблочный уксус	163
Яблочный квас (сидр)	164
Яблочное вино	166
Паста яблочная	167
Яблочная горчица	167
Яблочный хрен	167
Пектиновая заготовка из яблок	167
Яблоки замороженные	168
Яблоки натуральные	168
Сироп из яблок	168
Яблочный майонез	169
Мармелад из яблок и свеклы	169
<b>Из старинных рецептов</b>	169
Яичница с яблоками	169
Яблочный пломбир	169
Яблочные лепешки	170
Яблочный холодный пудинг	170
Яблочные пирожки	170
Сухарный пирог	170
Желе на одну форму	171
Пастила яблочная	171
Водича яблочная	171
Яблоки моченые в медовом сиропе	171
Компот из сухих яблок	171
Вкусный крем из сушеных яблок	171
Зефир яблочный со сливками	172
Пломбир яблочный	172
Желе простое с яблоками и черносливом	172
Кисель из сушеных яблок	172
Безе яблочное	173
Яблоки в медицине	173
Яблоки в косметике	177
Полезные советы	179