

РАЙНА БОЖИЛОВА

**БАБА, МАЙКА И АЗ
В КУХНЯТА**

Книга първа: Салати и разядки



РАЙНА БОЖИЛОВА

***БАБА, МАЙКА И АЗ
В КУХНЯТА***

Книга първа: Салати и разядки

**НаВа Консулт
София 2014**

**© Райна Божилова – автор
София, 2014 г.**

ISBN 978-619-90232-1-1

Това е откъс от книгата.

**Цялата книга може да намерите в
Библио.бг**

www.biblio.bg



СЪДЪРЖАНИЕ:

Предговор	стр. 6
Салати	
# 1 Броколи – туршия	стр. 8
# 2 Бърза туршия за ракия	стр. 8
# 3 Голяма салата	стр. 9
# 4 Градинарска салата	стр. 9
# 5 Гръцка салата	стр. 10
# 6 Домати пълнени с млечна салата	стр. 10
# 7 Зелева салата (първи вид)	стр. 11
# 8 Зелева салата (втори вид)	стр. 11
# 9 Зелена салата с пиле	стр. 12
# 10 Зелена салата сцитрусов плод	стр. 12
# 11 Картофена салата (първи вид)	стр. 13
# 12 Картофена салата (втори вид)	стр. 13
# 13 Картофена салата (трети вид)	стр. 14
# 14 Картофена салата (четвърти вид)	стр. 14
# 15 Картофена салата (пети вид)	стр. 15
# 16 Картофена салата с майонеза	стр. 15
# 17 Картофена салата с праз	стр. 16
# 18 Кошнички от пармезан	стр. 16
# 19 Критска салата	стр. 17
# 20 Къпоолу с майонеза (сирене)	стр. 17
# 21 Месна салата	стр. 18
# 22 Празнична картофена салата	стр. 18
# 23 Празнична салата (първи вид)	стр. 19
# 24 Празнична салата (втори вид)	стр. 19
# 25 Пролетна салата	стр. 20
# 26 Пълнени домати	стр. 20
# 27 Пълнени камби	стр. 21
# 28 Пълнени краставици	стр. 21
# 29 Руска салата	стр. 22
# 30 Салата домати с майонеза	стр. 22
# 31 Салата „Моцарела”	стр. 23
# 32 Салата „Пролет”	стр. 23

# 33 Салата с айсберг и козе сирене	стр. 24
# 34 Салата с артишок и гъби	стр. 24
# 35 Салата с боб	стр. 25
# 36 Салата с боровинки	стр. 25
# 37 Салата с броколи	стр. 26
# 38 Салата с брюкселско зеле	стр. 26
# 39 Салата с брюкселско зеле и майонеза	стр. 27
# 40 Салата с грах	стр. 27
# 41 Салата с гъби и спанак	стр. 28
# 42 Салата с гъби, шунка и цвекло	стр. 28
# 43 Салата с кисело зеле	стр. 29
# 44 Салата с кус – кус	стр. 29
# 45 Салата с леща (първи вид)	стр. 30
# 46 Салата с леща (втори вид)	стр. 30
# 47 Салата с макарони	стр. 31
# 48 Салата с моркови	стр. 31
# 49 Салата с моцарела и орехи	стр. 31
# 50 Салата с пармезан	стр. 32
# 51 Салата с патладжани (първи вид)	стр. 32
# 52 Салата с патладжани (втори вид)	стр. 33
# 53 Салата с печени зеленчуци	стр. 33
# 54 Салата с печени чушки (първи вид)	стр. 34
# 55 Салата с печени чушки (втори вид)	стр. 34
# 56 Салата с печени чушки (трети вид)	стр. 34
# 57 Салата с печени чушки и майонеза	стр. 35
# 58 Салата с пиле (първи вид)	стр. 35
# 59 Салата с пиле (втори вид)	стр. 35
# 60 Салата с праз	стр. 36
# 61 Салата с пушена риба	стр. 36
# 62 Салата с пълнени домати	стр. 37
# 63 Салата с радика, глухарче и листа от цвекло	стр. 37
# 64 Салата с резене	стр. 38
# 65 Салата с риба тон (първи вид)	стр. 38
# 66 Салата с риба тон (втори вид)	стр. 39
# 67 Салата с ряпа	стр. 39

# 68 Салата с хамсия	стр. 40
# 69 Салата с цвекло (първи вид)	стр. 40
# 70 Салата с цвекло (втори вид)	стр. 41
# 71 Салата с целина	стр. 41
# 72 Салата с червени чушки	стр. 42
# 73 Салата с шунка	стр. 42
# 74 Салата със зрял боб	стр. 43
# 75 Салата със спанак (първи вид)	стр. 43
# 76 Салата със спанак (втори вид)	стр. 44
# 77 Салата със спанак (трети вид)	стр. 44
# 78 Салата със стар фасул	стр. 45
# 79 Салата „Три ракии“	стр. 45
# 80 Салата „Фантазия“	стр. 46
# 81 Салата „Цезар“	стр. 46
# 82 Селска салата	стр. 47
# 83 Смесена салата (първи вид)	стр. 47
# 84 Смесена салата (втори вид)	стр. 48
# 85 Сух таратор	стр. 48
# 86 Шопска салата	стр. 49

Разядки

# 1 Апетитна разядка	стр. 50
# 2 Мераклийска разядка	стр. 50
# 3 Пролетна разядка	стр. 51
# 4 Ракиена разядка	стр. 51

ПРЕДГОВОР

Днес казват, че готвенето е техника и изкуство. За мен то е споделена любов и уважение. Защото как иначе ще се съберат в една кухня три поколения. Тези рецепти са моето наследство от баба и майка. Моето наследство, което аз ще оставя на моите деца и на всички Вас. Защото всяко ястие, поднесено в празник или делник, носи своята история – весела или тъжна, а и своята любов, което е безценно. Дори и най-обикновената гозба е „най-хубавата на баба или майка“. И това е така, защото винаги се е приготвяла и се приготвя с любов и уважение за най-възрастния и най-малкия член на семейството и рода. И днес всеки делничен ден става празник, когато около масата се събират моите деца и внуци и казват, че това ястие на майка, а вече и баба, е най-вкусното, защото усещат, че в него има малко сол и много любов.

Кулинарното ни пътешествие започва именно с производението, което образно казано държите в ръцете си. Посветена е на салатите, защото те обикновено са първото нещо, с което традиционно започваме да се храним. Тук съм включила и няколко разядки.

Книгата „Баба, майка и аз в кухнята“ ще бъде разделена на няколко части, всяка от тях посветена на супи, предястия, основни ястия, десерти, торти и сладкиши. Ще бъде отделено специално място на рибите и морските дарове, а една от тях ще е специално за любителите на италианската кухня.

Събраните от мен стотици рецепти са издържали проверката на времето и са многократно изпитвани в практиката. Подходящи са за всякакви поводи – от семейни празници до ежедневен обяд. Не изискват специални умения, т.е. могат да бъдат приготвени и от начинаещи домакини.

В заключение искам да Ви пожелая да изживеете много приятни мигове при приготвянето на описаните тук ястия и ще бъде много радостна и щастлива ако предадете дългогодишния ми опит и на Вашите деца и внуци. Приятно пътешестване в света на кулинарията.

От авторката

САЛАТИ

1 Броколи - туршия

Необходими продукти: 500 гр. броколи, 2 скилидки чесън, ½ връзка магданоз, 1 ч.л. сол, 1 ч. ч. оцет, ½ ч.ч. олио.

Готова салата за зимните месеци за 3 дни. Почистените, измити и подсушени броколи поддреждаме плътно в стъклена кутия или буркан. За 500 гр. зеленчук поръсваме с 1 ч.л. сол, 2 скилидки чесън, нарязани на филийки, и ½ връзка магданоз. Заливаме с 1 ч.ч. оцет и ½ ч.ч. олио. Държим в хладилник, захлупено с капак, и веднъж дневно разклащаме.

2 Бърза туршия за ракия

Необходими продукти: 4 Зелки, 1–1,5 кг карфиол, 2 кг камби, 1 кг. моркови, 1 глава целина, 5-6 листа от целина, 10 скилидки чесън, 300 гр. захар, дафинов лист, 300 мл олио, ябълков оцет, 2 с.л. сол.

В бурканите, в които ще редим туршията (2 трилитрови), поставяме по 1 с.л. сол и наливаме ябълков оцет до долната резка. Поддреждаме най-отдолу четвъртинки от зелки (общо 3), 1 глава от 1-1,5 кг. карфиол на розички, 2 кг. камби, почистен от семето и нарязани на 4 или 8, 1 кг. моркови, 10 скилидки чесън, 1 глава целина на парчета и 5-6 листа на ситно. Отделяме 1 зелка за допълване, защото след 1-2 дни спада зеленчука. Правим саламура от ½ част захар (например 300 гр.), 2,5 части вода (1500 мл), 2 с.л. сол. Като заври сипваме 300 мл. олио, дафинов лист и оставяме на огъня за още 5 мин. Врящата саламура я наливаме в бурканите. Ако остане от маринатата я запазваме за доливане. След 24-часов престои на стайна температура, съхраняваме готовата туршия на студено. Ще издържи поне 3 месеца.

**Библио.бг - платформа за електронни
книги и списания**

Чети каквото обичаш!

www.biblio.bg

