



**3** Здравствуйте, мои дорогие. Считается, что путь к сердцу мужчины лежит через его желудок. Хочу добавить, что и к счастливой семейной жизни тоже. Услышал я тут на днях, как одна женщина жаловалась другой, что не везет ее дочке с мужьями: капризные мужички попадают. «Борща ему, видите ли, хочется, — возмущалась она. — Котлеты домашние подавай. Можно подумать, что магазинные хуже. Или вода для борщевой заправки из другого крана берется!».

— Так может ей готовить самой начать, — поинтересовалась собеседница.

— Некогда, да и полуфабрикаты на что, мой вон ел и не жаловался, — прозвучало в ответ.

— Может, потому и сбежал?

Жалобищица передернула плечами и, не прощаясь, резко развернувшись, ушла. «А ведь в самую точку», — подумалось мне, не случайно в народе говорят: «Сытая семья — счастливая семья!». Вот и решил я в этот раз поделиться простыми, но вкусными рецептами домашнего обеда.

## ПЕРВОЕ, ВТОРОЕ...

Итак, начнем. **На первое** приготовим **сырный суп с грибами**. Нам понадобятся на **2,5-3 литра воды**: лук репчатый 1 шт., свежие шампиньоны 200 гр., плавленый сырок 200 гр. («Янтарь» или «Дружба»), соль по вкусу.

**Приготовление:** Шампиньоны порезать пластинками, положить в кипящую воду и варить около 15 минут. Добавить к шампиньонам порезанный кусочками сыр, варить, пока сыр полностью не растворится. Лук очистить, нарезать полукольцами, добавить в полученный сырно-грибной бульон, варить еще 5 минут. В конце варки супа посолить по вкусу. По желанию украсить зеленью.

**Переходим ко второму.** Это будет **СВИНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ЧЕРНОСЛИВОМ**. Ее преимущество в том, что она и в горячем и в холодном виде чудо как хороша. Берем свинина 1-1,5 кг. (лучше шейную часть), чеснок 2 зубчика, чернослив без косточек 10-15 шт., лимон 1/2 шт., кориандр молотый, мускатный орех, паприку, соль, перец черный молотый. Для начала свинину натрите специями, посолите, поперчите, полейте соком половины лимона и оставьте на некоторое время промариноваться (не менее двух часов, но может мариноваться в холодильнике и более суток).

В куске свинины сделайте глубокие надрезы ножом и вложите в надрезы вымытый чернослив и ломтики чеснока. Положите нафаршированную свинину в пакет для запекания или фольгу и запекайте в духовке при температуре сначала 240 градусов около 20 минут, а затем огонь убавьте до 180-200 градусов и пеките еще 50-60 минут.

**Если вы равнодушны к мясу**, то вот вам **РЫБНЫЙ РЕЦЕПТ**. Вам понадобится: филе хека 700-900 гр., лимон 1 шт., морковь 1 шт., лук репчатый 1 шт., помидоры 2 шт., сметана 100 гр., укроп зелень или сухой, соль, перец черный молотый, растительное масло. **Приготовление:** лук репчатый очистите и нарежьте кольцами, затем каждое кольцо разрежьте на четыре части. Морковь натрите на крупной терке.

Морковь и лук обжарьте до готовности на растительном масле. Филе хека нарежьте порционными кусочками, посолите, поперчите, присыпьте укропом и сбрызните лимонным соком.

Каждый кусочек филе уложите на лист фольги, сверху положите по чайной ложке сметаны, затем обжаренные овощи и тонкий ломтик помидора. Фольгу закройте и запекайте рыбу в разогретой духовке 25-30 минут.

# ДОМАШНЯЯ КУХНЯ



## ...И ТРЕТЬЕ

А на третье для начала — **КИСЕЛЬ**. Для приготовления киселя потребуется: на 500 мл воды - 1 яблоко, 1 ч. ложка сахара и 1 ч. ложка крахмала. Яблоко моют, разрезают, удаляют сердцевину, нарезают ломтиками, заливают горячей водой и варят до готовности, затем протирают.

Полученное пюре соединяют с отваром, добавляют сахар, доводят до кипения, вливают растворенный в холодной воде крахмал и еще раз доводят до кипения. Кисель готов.

А можно **АПЕЛЬСИНОВЫЙ НАПИТОК**. Для приготовления потребуется: 100 г апельсинов, 100 г моркови, 1 ст. ложка сахара, 150 мл воды. Цедру от апельсина залить водой, добавить сахар, вскипятить. Из мякоти выжать сок. Морковь тщательно вымыть, очистить, мелко натереть, отжать сок через марлю. Охлажденный отвар цедры процедить, добавить апельсиновый и морковный сок, нагреть до кипения, остудить.

Или **КЛЮКВЕННЫЙ КВАС**. Для приготовления клюквенного кваса потребуется: на 100 г клюквы - 500 г сахарного песка, 50 г дрожжей. Клюкву вымыть, размять, залить водой, вскипятить и процедить. В полученный отвар добавить сахар, снова вскипятить и остудить. Затем положить дрожжи, размешать и оставить на сутки. Разлить в бутылки или банки и поставить на холод. Через 3 дня клюквенный квас будет готов.