

Филиал МБОУ «Стрелецкая СОШ» в с. Красная Криуша

Кулинарная книга села Красная Криуша

ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ

Подготовили:

Беркутова Ольга, Коньшина Валентина

Руководитель: Пчелинцева Татьяна Сергеевна



2015 год

* Тамбовский край знаменит не только усадьбами, церквями и памятниками. Так же он известен своей кухней. Ведь всегда считалось, что самая вкусная еда- это русская домашняя.



ПОХЛЕБКА

Похлебка Криушинская

Сварить куриный бульон. В кипящий бульон положить нарезанный кубиками картофель, варить до полуготовности. Затем влить горячее молоко и довести до готовности. За 5—7 мин до окончания варки добавить обжаренный до золотистого цвета лук, посолить и поперчить.

Подавать со сметаной и мелко нарезанной зеленью, лучше с укропом.



Продукты

курица	500	г
картофель	8	шт.
лук	1	шт.
вода	2.5	стакана
молоко	1.5	стакана
зелень	3	ст. ложки
соль		по вкусу
перец		по вкусу

КАША ПО-ДЕРЕВЕНСКИ



А знаете ли вы, что у каши есть свой праздник - 26 июня? В былые времена его праздновали довольно широко. И даже царский праздничный стол не обходился без каш. Подавали кашу и в будни. Ароматная каша из русской печи в горшке из глины была и остается вкуснейшим блюдом.

Продукты для пшенной каши с молоком :

2 стакана пшеничной крупы,

1 л молока,

50г сливочного масла,

соль.

- * Для приготовления пшеничной каши с молоком молоко налейте в кастрюлю, добавьте соль и доведите до кипения. Затем всыпьте пшеничную крупу и варите кашу до загустения, постоянно помешивая. Переложите кашу в горшочки и доведите до готовности в разогретой духовке.
- * Перед подачей к столу полейте кашу растопленным сливочным маслом.

СТУДЕНЬ

Студню в Тамбовской области уже давно присвоен ранг парадного блюда. Поэтому трудно представить русскую кухню без рецептов студня. На любом праздничном столе с давних пор до наших дней вы увидите вкусный и наваристый студень.



Продукты для студня: 3 килограммовая бульонка (говядина), 1 свиная ножка, 1 большая луковица, специи по вкусу.

- * Для приготовления студня по этому старинному рецепту нужно мясо промыть, залить холодной водой и оставить на 2-3 часа. Слить воду, промыть мясо еще раз, сложить в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. После того как вода закипит, посолить (бульон должен быть слегка солоноватым), снять пену и оставить мясо вариться под крышкой на медленном огне 6 часов. В результате мясо должно отходить от костей, а бульон будет иметь золотистый цвет и клейкообразную консистенцию.
- * Вытащить мясо, отделить его от костей и порезать на мелкие кусочки. На дно лотка или блюда положить мелко нарезанный чеснок и уложить на него мясо, чтобы оно не давало чесноку всплыть. Все это залить процеженным бульоном. Дать остыть, а затем поместить студень в холодильник.
- * Подавать студень к столу с хреном или горчицей.

БЛИНЧИКИ



Мука пшеничная 2 стакана

Молоко 2 стакана

Яйцо куриное 3 штуки

Масло сливочное 100 г

Сливки 1 стакан

Сахар 2 столовые ложки

Соль по вкусу

- **1.** В муку добавляем растертые с сахаром и солью желтки, сливки и хорошо перемешиваем, чтобы не было комочков. Осторожно вливаем молоко, растопленное масло, взбитые белки и тщательно перемешиваем.
- **2.** Выпекаем на хорошо разогретой, слегка смазанной маслом сковороде очень тонкими.

КВАС КРИУШИНСКИЙ ЛЮБИМЫЙ

Пожалуй у каждого народа есть свой любимый национальный напиток. У русских - это, конечно, квас. С древних времен до наших дней дошло множество старинных рецептов этого напитка.



- * Чтобы получить 38 пол-литровых бутылок кваса необходимо: 1кг ржаного дробленого солода, 300г ячменного дробленого солода, 600г ржаной муки, 130г ржаных сухарей, 80г черствого ржаного хлеба, 1кг белой патоки, 30г мяты. Замешать из солода и муки с 3л горячей воды тесто без комков и, накрыв посуду чистой тряпкой, дать ему настояться в течение 1 часа (для осахаривания).
- * Выдержанное тесто переложить в огнеупорную посуду (чугун), накрыть крышкой и поставить в горячую печь (духовку) для упаривания. Упаренное тесто тщательно перемешать, отскоблить от стенок посуды, долить кипятком и оставить настаиваться на сутки.
- * Выложить тесто в настойный чан, залить его 16л горячей воды, насыпать измельченные сухари и хлеб. Образовавшийся затвор хорошо перемешать и оставить на 6—10 часов для настаивания и осветления. Когда гуща осядет, а сусло начнет бродить, осторожно слить сусло в пропаренный и промытый чистый бочонок.
- * В оставшуюся гущу вторично залить 15л горячей воды и настаивать в течение 2—3 часа. После этого сусло слить в бочонок для сбраживания. Слитое квасное сусло смешать с настоем мяты, патокой и оставить для сбраживания на сутки. После этого бочонок перенести в ледник.
- * Когда брожение станет менее интенсивным, в квас добавить белую патоку (1 кг на 30л кваса), бочонок укупорить деревянной втулкой. Через 3—4 дня квас готов к употреблению. Хранится квас в леднике несколько месяцев, и свойства его от этого почти не ухудшаются. Разлитый в бутылки квас можно хранить в погребе или в холодильнике.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Список литературы

1. Анфимова Н.А. Кулинария: учеб. для нач. проф. Образования. М.: Издательский центр «Академия», 2003г.

2. Ковалев В.М., Н.П. Могильный Н.П. Русская кухня: традиции и обычаи. М., 2001г.

3. "Древнерусская литература. Антология. Историко-литературный сайт автор проекта и составитель - Александр Петров (Россия). Студия Художественного фонда Александра Петрова (Studio "Alex Petrov Art Fund"). Фонд ревнителей памяти преподобного Иосифа Волоцкого. Copyright (C) 2001-2008 by Alex Petroff (Russia). All right reserved. <http://old-rus.narod.ru/13.html>

Интернет – ресурсы.

1. Интернет-библиотека бесплатных электронных книг.

2. <http://www.e-bibl.narod.ru/referat.html>.

3. <http://buymeapie.com>