

18+

Кумар Нурбол



## ДАСТАРХАН

Салаты и закуски, соусы и заправки,  
напитки и коктейли

**Кумар Нурбол**  
**Дастархан. Салаты**  
**и закуски, соусы и заправки,**  
**напитки и коктейли**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=64331968](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=64331968)*

*ISBN 9785005335050*

**Аннотация**

В книге собраны мои любимые салаты и закуски, чтобы помочь вам накрыть красивый и вкусный праздничный стол на ваше мероприятие! Готовьте с любовью!

# Содержание

Салаты	6
Салаты на майонезе	6
Нежность	7
Кавказ	8
Гнездо глухаря	9
Цезарь с курицей	10
Малибу	12
Сырный рай	13
Поляна	14
Бавария	15
Робсон	16
Салат из крабовых	17
Березка	18
Салат по-немецкий	19
Салат с ананасами	20
Салат Пикант	21
Салат с авокадо	22
Столичный	23
Салаты на масле	24
Пекин	25
Свежий салат со цветной капустой	26
Эдельвейс	27
Салат из семги	28

Китайские страсти	29
Гурман	30
Токио	31
Летний	32
Греческий	33
Руккола с кониной	34
Конец ознакомительного фрагмента.	35

# Дастархан

## Салаты и закуски, соусы и заправки, напитки и коктейли

**Кумар Нурбол**

*Здравствуй, Дорогой друг!*

*В этой небольшой книге я собрал для вас рецепты которые я готовлю на протяжении 10-и лет. Собраны рецепты как общедоступные, которые мы все знаем и любим, также некоторые рецепты авторских салатов.*

*Все рецепты просты в приготовлений, и помогут вам накрыть красивый праздничный стол на любое мероприятие!*

*Готовлю с любовью! Ваш повар, Нурбол.*

© Кумар Нурбол, 2021

ISBN 978-5-0053-3505-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# **Салаты**

## **Салаты на майонезе**

Все ингредиенты рассчитаны на 2 позиций

# Нежность

## Ингредиенты:

Филе курицы – 300 гр. (в сыром виде)

Огурцы свежие – 400 гр.

Яйцо куриное – 2 шт.

Сыр мягкий – 80 гр.

Способ приготовления: Филе курицы отварить до готовности, огурцы и яйцо нарезать соломкой и добавить филе курицы тоже соломкой, добавить по вкусу соль, черный перец молотый и майонез, перемешать. Выложить в тарелку и сверху покрыть сыром через мелкую терку.

# Кавказ

## Ингредиенты:

Филе курицы – 300 гр. в сыром виде

Огурцы свежие – 220 гр.

Огурцы соленые – 220 гр.

Помидоры черри – 120 гр.

Горох консервированный – 80 гр.

Способ приготовления: Филе курицы отварить, нарезать крупным кубиком. Огурцы свежие и соленые нарезать крупным кубиком, помидоры черри поделить на два, все ингредиенты перемешать вместе с горохом, добавить майонез, соль по вкусу, паприку. Выложить в тарелку и оформить можно кудрявой петрушкой.

# Гнездо глухаря

## Ингредиенты:

Филе куриное – 300 гр. (в сыром виде)

Огурцы свежие – 100 гр.

Огурцы соленые – 100 гр.

Яйцо куриное – 2 шт.

Перепелиное яйцо – 2 шт.

Горох консервированный – 40 гр.

Картофель пай – 160 гр. (можно купить готовое)

Способ приготовления: Филе курицы отварить, нарезать соломкой. Огурцы и яйцо куриное нарезать соломкой смешать с горохом добавить майонез, соль и черный перец по вкусу, перемешать. Выложить в тарелку, сверху посыпать пай, немного придав форму гнезда. По середине вставить несколько веточек укропа и положить перепелиное яйцо.

# Цезарь с курицей

Ингредиенты:

Айсберг – 180 гр.

Куриное филе – 200 гр. (в сыром виде)

Перепелиное яйцо – 2 шт.

Помидоры черри – 60 гр.

Сухари – 30 гр.

Сыр Пармезан – 30 гр.

Способ приготовления: филе курицы замариновать: масло подсолнечное, аджика, соус терияки для курицы, соль, черный красный перец молотый по вкусу. Запечь в духовке при 200° до готовности, после остудить и нарезать пластинами. Айсберг смешать с соусом «цезарь». Выложить в тарелку, сверху и по краям выложить помидоры черри поделив на два, и перепелиное яйцо тоже поделив на две части. Сверху по кругу выложить филе курицы нарезанные пластинами. Посыпать сверху сухари и в самом конце через очень мелкую терку посыпать сыр пармезан.

В этом салате курицу можно заменить семгой (копченой или в духовке).

**{Полезные советы: чтобы зелень (укроп, петрушка, кинза) хранился долго, надо стебелями вниз по-**

**ложить в сатакан с водой и поставить в холодильник. Так она сохранится на долго, перестанет желтеть и не будет вялым в долгое время}**

# Малибу

## Ингредиенты:

Филе куриное – 300 гр. (в сыром виде)

Огурцы свежие – 200 гр.

Сыр мягкий – 150 гр.

Помидоры свежие – 230 гр.

Сухари – 60 гр.

Способ приготовления: Филе курицы отварить. все ингредиенты нарезать средним кубиком, добавить майонез, соль по вкусу, перемешать. Выложить в тарелку и сверху посыпать сухари.

# Сырный рай

Ингредиенты:

Сыр мягких сортов – 250 гр.

Оргурцы свежие – 220 гр.

Яблоки сладких сортов – 250 гр.

Укроп – 0,5 пуч.

Способ приготовления: все ингредиенты нарезать крупным кубиком, добавить соль по вкусу, майонез, перемешать. Выложить в тарелку сверху посыпать укропом или оформить выложив по краям. Как вариант укроп можно сразу добавить в салат.

# Поляна

## Ингредиенты:

Копченая утка – 180 гр.

Виноград крупных сортов сладкий – 180 гр.

Лист салата микс – 250—300 гр.

Способ приготовления: Копченую утку нарезать крупной соломкой, виноград поделить на две части, лист салата нарезать крупно, все перемешать с майонезом и добавить лимон соус. Выложить в тарелку.

# Бавария

## Ингредиенты:

Говядина отварная – 200 гр.

Огурцы свежие – 200 гр.

Яйцо куриное – 4 шт

Горох консервированный – 80 гр.

Кукуруза консервированная – 80 гр.

Способ приготовления: Говядина, яйцо, огурцы нарезать соломкой, добавить горох и кукурузу, перемешать добавить майонез, перец черный и соль по вкусу. Выложить в тарелку.

**{Полезные советы: чтоб сыр сохранился на долго и не портился, лишние хранит в морозильнике, остальное нужно завернуть в пергаментную бумагу прежде чем положить в холодильник}**

# Робсон

## Ингредиенты:

Говядина мякоть – 160гр.

Филе курицы – 300 гр.

Яйцо куриное – 4 шт.

Картофель пай – 150 гр.

Способ приготовления: говядину нарезать соломкой добавить соевый соус, соль, кристаллик, красный черный перец и масло, с начала пожарить потом добавить немного воды и тушить до готовности. Филе курицы отварить остудить нарезать соломкой. Яйцо резать в дольку. В тарелку по кругу выложить с начала говядину, потом филе курицы, затем яйцо. Через каждый слой майонез. Сверху по кругу положить пай. Салат нужно собирать так чтобы по середине он оставался пустым. Каждая тарелка делается отдельно. В конце сверху пая пройтись майонезом очень тонко делая вертикальный узор. Середину оформить зеленью, маслинами без косточек или оливками.

# Салат из крабовых

## Ингредиенты:

Крабовые палочки – 350 гр.

Рис отварной – 120 гр.

Огурцы свежие – 300 гр.

Кукуруза консервированная – 40 гр.

Яйцо куриное – 2 шт.

Укроп – 0,5 пуч.

Способ приготовления: все ингредиенты нарезать кубиком, добавить рис, кукурузу, и мелко нашинкованный укроп. Перемешать с майонезом. Соль по вкусу. Также по вкусу можно добавить перец черный молотый.

# Березка

## Ингредиенты:

Филе курицы – 300 гр. (в сыром виде)

Огурцы свежие – 200 гр.

Грибы маринованные – 150 гр. (хорошо подойдут шампиньоны)

Чернослив без косточек – 180 гр.

Яйцо куриное – 2 шт.

Способ приготовления: Филе курицы отварить, остудить нарезать соломкой. Чернослив, грибы и огурцы соломкой. Салат слоеный, сразу собирается в тарелку. Первый слой чернослив (немного чернослива оставляете для оформления), грибы, курица, огурцы, через каждый слой майонез. Сверху яйцо через мелкую терку. Форму салата прямоугольником можете придать сразу, когда собираете. Сверху поверх яйцо нужно тонким слоем пройти майонезом. В конце оформляете остатком чернослива чтоб напоминал брус березы.

# Салат по-немецки

## Ингредиенты:

Картофель – 160 гр.

Свекла – 160 гр.

Яблоки – 160 гр.

Огурцы соленые – 160 гр.

Сельдь – 160 гр.

Способ приготовления: Картофель и свеклу порознь отварить, остудить, очистить и нарезать кубиками. Яблоки и огурцы очистить, удалить семена, нарезать также кубиками. Сельдь очистить, удалить кости, нарезать кусочками. Все продукты смешать, поперчить, заправить майонезом, соль по вкусу.

# Салат с ананасами

## Ингредиенты:

- Ананасы консервированные – 160 гр.
- Филе курицы (в сыром виде) – 300 гр.
- Огурцы маринованные – 100 гр.
- Картофель отварной – 150 гр.
- Лук зеленый – 50 гр.
- Помидоры – 140 гр.
- Кукуруза консервированная – 40 гр.

Способ приготовления: Филе курицы отварить, остудит. Все ингредиенты нарезать средним кубиком, добавить майонез, соль по вкусу, перемешать.

# Салат Пикант

Ингредиенты:

Копченая лосось – 300 гр.

Яйцо куриное – 4 шт.

Огурцы свежие – 300 гр.

Способ приготовления: Все ингредиенты нарезать кубиком среднего размера, добавить майонез, соль по вкусу, перемешать. Выложить на тарелку. Можно украсить с зеленью или дольками лимона.

**{Полезные советы: чтобы смягчит мясо, говядину например, достаточно на минут 15—20 замариновать вместе с киви, или добавить немного крахмала и оставить на минут 25—30. Таким образом мясо приготовится гораздо быстрее не потеряв свою сочность и вкус}**

# Салат с авокадо

Ингредиенты:

Авокадо – 260 гр.

Ветчина – 260 гр.

Шампиньоны – 260 гр.

Способ приготовления: Все ингредиенты нарезать кубиком среднего размера, добавить майонез, соль и черный перец молотый по вкусу, паприка щепотка, перемешать. Выложить в тарелку, можно украсить зеленью петрушки или укропом.

# Столичный

## Ингредиенты:

Колбаса копченая – 200 гр.

Картофель отварной – 160 гр.

Огурцы свежие – 200 гр.

Огурцы соленые – 120 гр.

Морковь отварная – 120 гр.

Способ приготовления: Все ингредиенты нарезать мелким кубиком, добавить майонез, соль и черный перец молотый по вкусу, перемешать. Выложить на тарелку.

# **Салаты на масле**

Все ингредиенты рассчитаны на 2 позиций

# Пекин

## Ингредиенты:

Говядина – 160 гр.

Морковь – 160 гр.

Огурцы свежие – 300 гр.

Перец болгарский светафор – 160 гр.

Чемнок – 1 зубчик

кинза свежая – 1

Способ приготовления: Говядину нарезать соломкой добавить масло растительное, щепотку соли, соевый соус, красный и черный перец, кристаллики. Слегка обжарить на сковороде, добавить немного воды и тушить до готовности. Морковь через корейскую терку, огурцы нарезать полукругом, перец болгарский соломкой, кинзу нашинковать, добавить чеснок измельченный, соединить все ингредиенты вместе и перемешать заправкой.

Заправка: масло растительное – 3 ст. ложки, сухая кинза – 0,5 ч. л., соевый соус – 2 ст. л., уксус несколько капель, сахар – 0,5 ч.л., соль, красный и черный перец по вкусу.

# Свежий салат со цветной капустой

Ингредиенты:

Огурцы свежие – 250 гр.

Помидоры – 250 гр.

Цветная капуста – 250 гр.

Лист салата – 50 гр.

Способ приготовления: Капусту разделить, варить в течение 4—5 минут, остудит. Огурцы и помидоры нарезать крупным кубиком, лист салата порезать тоже крупно. Все ингредиенты смешать добавить сок пол лимона, оливковое масло и соль по вкусу, перемешать, выложить в тарелку.

# Эдельвейс

## Ингредиенты:

Копченая курица – 160 гр.

Огурцы свежие – 160 гр.

Помидоры черри – 160 гр.

Перец болгарский желтый – 160 гр.

Фиолетовая капуста – 160 гр.

Способ приготовления: Все ингредиенты нарезать кубиком и перемешать с заправкой. Выложить в тарелку, сверху можно посыпать кунжутом.

Заправка: масло растительное – 3 ст. л., сок пол лимона, соль по вкусу, сахар и несколько капель уксуса.

# Салат из семги

## Ингредиенты:

Семга копченая – 200 гр.

Лист салата (можно микс) – 300 гр.

Помидоры черри – 200 гр.

Способ приготовления: черри разделить на два, смешать с листом салата, добавить заправку. Выложить на тарелку и сверху положить семгу, порезанную тонкими пластами.

Заправка: Оливковое масло – 2 ст. л., лимон сок – 1 ст. л., сок апельсина – 2 ст. л., соль по вкусу, кисло-сладкий (есть готовое можно купить) соус – 2 ст. л.

# Китайские страсти

## Ингредиенты:

Говядина мякоть – 400 гр.

Перец болгарский светофор – 500 гр.

Лук репчатый – 100 гр.

Кинза – 1 пуч.

Способ приготовления: Мясо нарезать тонкими пластами, добавить масло растительное, щепотку соли, соевый соус, красный и черный перец, кристаллики. Слегка обжарить на сковороде, добавить немного воды и тушить до готовности. Лук репчатый тонкой соломкой, кинзу крупно нарезать, перец тоже крупно можно треугольниками. Смешать вместе все ингредиенты и перемешать заправкой. Выложить в тарелку, сверху можно посыпать кунжутом.

Заправка: масло растительное – 3 ст. ложки, соевый соус – 2 ст. л., уксус несколько капель, сахар – 0,5 ч.л., соль, красный и черный перец по вкусу.

**{Полезные советы: на все салаты которые вы добавляете уксус, обязательно немного добавьте сахара. Сладость сахара уберет привкус уксуса и немного смягчит вкус салата}**

# Гурман

## Ингредиенты:

Мясо говядины (мякоть) – 200 гр.

Огурцы свежие – 300 гр.

Шампиньоны – 200 гр.

Укроп – 50 гр.

Лук зеленый – 50 гр.

Способ приготовления: Говядину нарезать соломкой, добавить масло растительное, щепотку соли, соевый соус, красный и черный перец, кристаллики. Слегка обжарить на сковороде, добавить немного воды и тушить до готовности. Огурцы тонкой соломкой (можно через корейскую терку), грибы тоже соломкой, укроп и лук зеленый крупно порезать, смешать все ингредиенты с заправкой. Выложить на тарелку.

Заправка: оливковое масло – 2 ст. л., соевый соус – 2 ст. л., горчица – 1 ч.л., сок лимона – 1 ч.л., соль и черный перец по вкусу.

# Токио

## Ингредиенты:

Говядина отварная – 160 гр.

Полугорький перец красный – 150 гр.

Огурцы свежие – 300 гр.

Огурцы соленые – 150 гр.

Способ приготовления: Все ингредиенты нарезать мелкой соломкой смешать с заправкой.

Заправка: Масло растительное – 1 ст. л., оливковое масло – 1 ст. л., соевый соус – 2 ст. л., кристаллики, соль, красный и черный перец по вкусу.

# Летний

## Ингредиенты:

Корнишоны – 150 гр.

Кукуруза пачатка – 150 гр.

Цветная капуста – 150 гр.

Брокколи – 150 гр.

Помидоры черри – 150 гр.

Лук зеленый – 50 гр.

Способ приготовления: Цветную капусту и брокколи разделить и отварить в кипящей воде по 5 минут, остудит. Кукурузу и черри разделить на две части, лук зеленый нарезать крупно, смешать все ингредиенты добавить соль по вкусу, оливковое масло 2—3 ст. л., и сок лимона – 1 ст. л., перемешать. Выложить в тарелку.

# Греческий

## Ингредиенты:

Брынза – 240 гр.

Огурцы свежие – 230 гр.

Помидоры черри – 230 гр.

Оливки черные без косточек – 60 гр.

Лимон – 50 гр.

Способ приготовления: брынзу, огурцы и черри нарезать крупным кубиком, лимон нарезать полукругом тонко, смешать все ингредиенты, добавить соль и кристаллики по вкусу, оливковое масло – 2 ст. л., сок апельсина – 1 ст. л., перемешать и выложить на тарелку.

# Руккола с кониной

## Ингредиенты:

Кони́на мякоть – 160 гр.

Руккола – 400 гр.

Помидоры черри – 150 гр.

Кедровые орехи – 60 гр.

Способ приготовления: Кони́ну нарезать тонкой соломкой, добавить масло, соевый соус, соль и перец черный молотый по вкусу и обжарить на сковороде, затем добавить немного воды и тушить до готовности, после переложить в миску и обильно полить соком апельсина, примерно 2 – 3 ст. л., остудить. Руккола помыть, убрать концы смешать с помидорами черри нарезанные по полам, и перемешать с заправкой. Выложить в тарелку рукколу с помидорами черри, сверху положить кони́ну, и посыпать кедровыми орехами, и в самом конце пройтись сверху салата бальзамическим кремом. Крем классический, темный.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.