



МАРИНА АГЛОНЕНКО

«ПРОСТЫЕ САЛАТЫ ВЕЧЕРНЕГО УЖИНА»

«АССОРТИМЕНТ ВКУСНЫХ
ЗАКУСОК»

Марина Сергеевна Аглоненко
Простые салаты вечернего
ужина. Ассортимент
вкусных салатов

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72042433

ISBN 9785006723078

Аннотация

В наше время существует очень много вариантов приготовления салатов «Цезарь». В салат добавляют куриное филе, телятину, морепродукты, малосольную рыбу.

Содержание

ГЛАВА ПЕРВАЯ	5
САЛАТ ИЗ РЫБЫ И БЕЛОГО ХЛЕБА	6
«Любимый салат Цезарь»	6
«салат с майонезом и тунцом»	8
ГЛАВА ВТОРАЯ	10
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ,	11
СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ И ФРУКТОВ	
салат из тунца и соленых огурцов	11
салат из тунца и фруктов	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

**Простые салаты
вечернего ужина
Ассортимент
вкусных салатов**

**Марина Сергеевна
Аглоненко**

© Марина Сергеевна Аглоненко, 2025

ISBN 978-5-0067-2307-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ГЛАВА ПЕРВАЯ

САЛАТ ИЗ РЫБЫ И БЕЛОГО ХЛЕБА

«Любимый салат Цезарь»

Продукты: берем шесть кусочков белого хлеба без корки, одну головку любого зеленого салата, полстакана любого тертого сыра.

Готовим заправку для салата: берем одно сырое яйцо, один зубчик чеснока, и его нужно мелко порубить, и также берем три столовые ложки свежего лимонного сока, 1/2 чайной ложки горчицы, или 1/4 чайной ложки острого соуса, 1/2 стакана оливкового масла, пять – семь филе анчоусов (и анчоусы можно заменить килькой), но можно и не добавлять, и оригинальность вкуса совпадает.

Готовим салат: хлеб нужно нарезать на кубики и обжарить его нужно в небольшом количестве оливкового масла до румяной корочки. И также белый хлеб нужно сбрызнуть маслом и потом его нужно подрумянить в духовке.

Остудить. А салат нужно порвать и не нужно его нарезать, а порвать на крупные кусочки. Потом нужно смешать салат, половину обжаренного хлеба, половину сыра, и половину заправки. Все нужно перемешать и сверху нужно посы-

пать остальным хлебом и сыром. А потом салат нужно полить оставшейся заправкой.

А для приготовления заправки для салата нужно смешать в блендере одно яйцо до однородной массы, добавить нужно чеснок, лимонный сок, горчицу и анчоусы. И нужно добавить не переставая помешивать оливковое масло. И должна получиться светлая, однородная и густая заправка для салата.

«салат с майонезом и тунцом»

Продукты: берем четыреста – шестьсот граммов отварного или консервированного тунца, один – два крупных яйца, один – два маринованных или свежих огурца (редиса или помидора), измельченный укроп (зеленый лук), сто пятьдесят – двести граммов майонеза, зеленый салат.

Готовим салат: отварную рыбу нужно обязательно накрошить рукой или нарезать ее нужно острым ножом на порционные кусочки.

И на блюдо их можно и нужно выложить в форме пирамиды и залить нужно соусом майонез (по желанию смешанным с зеленью петрушки или укропа). И вокруг пирамидки нужно уложить остальные продукты салата.

Второй вариант приготовления салата: все составные продукты салата нужно смешать с соусом майонез и уложить их нужно в миску, украсить и подать на стол.

Третий способ приготовления салата: на дно блюда нужно уложить зеленый салат и на него нужно уложить половину измельченных продуктов (кроме рыбы) и нужно налить часть соуса майонез, и затем нужно положить всю нарезанную кусочками рыбу, и снова нужно полить соусом майонез, и под конец нужно уложить оставшиеся составные продукты салата.

И залить нужно соусом майонез. И украсить нужно салат

свежими овощами, перечисленными в рецепте салата.

ГЛАВА ВТОРАЯ

САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ И ФРУКТОВ

салат из тунца и соленых огурцов

Продукты: берем одну баночку консервированного натурального тунца (двести пятьдесят грамм), двести грамм свежих или соленых огурцов, шесть – восемь штук отварного картофеля, две столовые ложки измельченного зеленого лука или укропа, две столовые ложки разведенного уксуса, сахар, соль по вкусу.

И пожеланию в салат нужно добавить 0,5 – 1 стакан сметаны или майонеза.

Делаем украшения для салата: берем зеленый салат и свежие помидоры.

Готовим салат: огурцы (молодые вместе с кожурой, а крупные огурцы нужно очистить и картофель нужно обязательно нарезать маленькими кубиками. А, рыбу, вынутую из консервированной банки нужно нарезать острым ножом на кусочки.

И все ингредиенты салата нужно обязательно выложить в миску.

Салат нужно залить соусом. И для этого сок из консервов нужно заправить по вкусу уксусом (или лимонной кислотой), сахаром и солью.

А сверху салат нужно полить сметаной или майонезом.

салат из тунца и фруктов

Продукты: берем одну баночку консервированного натурального тунца (двести пятьдесят грамм, соус на растительном масле, два – три крутых яйца, два – три свежих помидора, маринованные сливы, свежие или консервированные стручки сладкого красного перца, и по желанию в салат можно добавить дольки апельсина.

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.