
ЩИ НА РЖАНОМ
Квас, солод, хлебные ноты
Романова Виктория

Романова Виктория

Щи на ржаном: квас, солод, хлебные ноты

«Автор»
2026

Виктория Р. А.

Щи на ржаном: квас, солод, хлебные ноты / Р. А. Виктория — «Автор», 2026

«Щи на ржаном: квас, солод, хлебные ноты (исторические варианты)» — это книга о щах, которые пахнут не только капустой, но и печью, сухарями, тёплой коркой и кисловатым квасом.Здесь собраны 50 рецептов щей с ржанным характером: на живом квасе и хлебном настое, на солоде и закваске, с заваркой из ржаного хлеба, с загущением мукой, толокном и киселём. Есть постные деревенские варианты и сытные праздничные — с говядиной, языком, рёбрышками, уткой и гусём; а также северные решения с рыбой, грибами, крупами, репой, клюквой, мочёными яблоками, сушёными грушами и пряными заправками.Каждый рецепт написан подробно и рассчитан на современную кухню, но держит в основе историческую логику: долгое томление, правильная работа с кислинкой и “хлебным” вкусом, который делает щи глубже и ароматнее. Эта книга подойдёт тем, кто любит русскую кухню не “по открыткам”, а по-настоящему — плотную, кислую, печную, с характером и терпением.

© Виктория Р. А., 2026
© Автор, 2026

Содержание

1) Щи «на квасу» с квашеной капустой и ржаным хлебом (постные, городские) 5
Ингредиенты 6
Приготовление 7
2) «Солодовые» щи из кислой капусты (на ржаном солоде, без мяса) 8
Ингредиенты 9
Приготовление 10
3) Щи «кислые суточные» на квасе (долгое томление, максимально исторический дух) 11
Ингредиенты 12
Приготовление 13
4) Щи на хлебном квасе с говядиной (богатый «праздничный» вариант) 14
Ингредиенты 15
Приготовление 16
5) Щи «на квасном сусле» (если есть квасное сусло/концентрат, вкус ярче и плотнее) 17
Ингредиенты 18
Приготовление 19
6) Щи «хлебные» с ржаной закваской (исторический приём – кислинка от закваски, не от кваса) 20
Ингредиенты 21
Приготовление 22
7) Щи на ржаных сухарях (заварные, «бедные», но очень ароматные) 23
Ингредиенты 24
Приготовление 25
8) Щи на квасе с грибами (постные «лесные») 26
Ингредиенты 27
Приготовление 28
9) «Серые щи» с крупой и ржаным солодом (вариант для холодного времени) 29
Ингредиенты 30
Приготовление 31
10) Щи на квасе с рыбой (северный исторический ход: рыба вместо мяса) 32
Ингредиенты 33
Приготовление 34
Конец ознакомительного фрагмента. 35

Романова Виктория
Щи на ржаном: квас, солод, хлебные ноты

1) Щи «на квасу» с квашеной капустой и ржаным хлебом (постные, городские)

Выход: 6 порций

Время: 1 ч 30 мин

Ингредиенты

- Капуста квашеная – 600 г
- Квас ржаной несладкий – 1,2 л
- Вода – 1 л
- Лук репчатый – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Корень петрушки или сельдерея – 80–100 г (по желанию)
- Картофель – 3–4 шт. (по желанию; в старых версиях часто без него)
- Масло растительное – 3–4 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 6–8 шт.
- Чеснок – 2–3 зубчика
- Укроп – 1 небольшой пучок
- Соль – по вкусу (осторожно: капуста солёная)
- Ржаной хлеб – 3–4 ломтя (для подачи)
- По желанию: грибной отвар 300–400 мл вместо части воды

Приготовление

Подготовьте капусту. Если квашеная капуста очень кислая – промойте 1 раз в холодной воде и слегка отожмите. Рассол не выливайте: он пригодится для регулировки кислинки.

Сделайте пассеровку. Лук мелко нарежьте. Морковь и корень натрите. В кастрюле с толстым дном разогрейте масло, обжарьте лук 5–6 минут до прозрачности, добавьте морковь и корень, ещё 6–8 минут на среднем огне.

Томите капусту. Добавьте капусту к овощам, перемешайте. Влейте 300–400 мл воды (или грибного отвара), уменьшите огонь и томите под крышкой 25–35 минут, чтобы капуста стала мягче и вкус «собрался».

Добавьте жидкость. Влейте оставшуюся воду и квас. Доведите почти до кипения, но не бурлите сильно: квас любит мягкое кипение.

Положите специи. Добавьте лавровый лист, перец горошком. Варите 15–20 минут.

Если используете картофель: нарежьте кубиком и добавьте на этом этапе, варите до мягкости 12–15 минут.

Доведите вкус. Попробуйте. Если нужно кислее – добавьте 2–4 ст. л. капустного рассола. Солите осторожно.

Ароматная заправка. Чеснок разотрите с щепоткой соли, добавьте в кастрюлю вместе с рубленым укропом. Снимите с огня, дайте настояться 15 минут.

Подача. Разлейте щи, подайте с ржаным хлебом. В постной версии часто добавляли ложку конопляного или льняного масла прямо в миску.

2) «Солодовые» щи из кислой капусты (на ржаном солоде, без мяса)

Выход: 6 порций

Время: 2 часа

Ингредиенты

- Капуста квашеная – 700 г
- Вода – 2,2 л
- Ржаной солод (сухой) – 2–3 ст. л.
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Масло растительное – 3 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 8–10 шт.
- Чеснок – 2 зубчика
- Соль – по вкусу
- Ржаные сухари – для подачи
- По желанию: сушёные грибы – 20–30 г (тогда часть воды замените грибным отваром)

Приготовление

Заварите солод. Солод залейте 250 мл кипятка, размешайте, накройте и дайте настояться 15 минут. Процедите через сито, жмых можно выбросить.

Обжарьте овощи. Лук нарежьте, морковь натрите. Обжарьте на масле 10–12 минут до мягкости.

Томите капусту. Добавьте к овощам капусту, влейте 400 мл воды и томите 35–40 минут.

Соберите суп. Влейте оставшуюся воду и настой солода. Доведите до слабого кипения.

Варите. Добавьте лавровый лист и перец, варите 25 минут на тихом огне.

Доведите вкус. Солите осторожно. Если «хлебных нот» мало – можно добавить ещё 1 ст. л. солода, заранее разведённого в половнике горячего бульона, и прогреть 5 минут (не кипятить бурно).

Финиш. Чеснок растолките, добавьте в конце, настоять 15 минут.

Подача. С ржаными сухарями. Исторически такие щи любили «на второй день» – вкус становится глубже.

3) Щи «кислые суточные» на квасе (долгое томление, максимально исторический дух)

Выход: 8 порций

Время: активное 40 мин + томление 4–6 ч (или ночь)

Ингредиенты

- Капуста квашеная – 1 кг
- Квас ржаной кислый – 1,5 л
- Вода – 1,5 л
- Лук – 3 шт.
- Морковь – 1–2 шт.
- Корень пастернака/петрушки – 100 г
- Масло растительное или конопляное – 4 ст. л.
- Лавровый лист – 2–3 шт.
- Перец горошком – 10–12 шт.
- Соль – по вкусу
- Ржаной хлеб – для подачи

Приготовление

Сделайте основу. В кастрюле разогрейте масло, пассеруйте лук 8 минут, добавьте морковь и корень, ещё 10 минут.

Капуста и первая вода. Положите капусту, влейте 500 мл воды, доведите до слабого кипения и томите 40 минут под крышкой.

Квас и общий объём. Влейте остальную воду и квас, добавьте специи. Доведите до едва заметного кипения.

Томление. Переложите в жаропрочную посуду или оставьте в кастрюле с толстым дном. Томите в духовке при 130–140°C 4–6 часов (или на минимальном огне под рассекателем).

Выдержка. Остудите и уберите на ночь в холодильник.

Разогрев и подача. Разогрейте до горячего, проверьте соль. Подавайте с ржаным хлебом. Это щи, которые раскрываются не сразу.

4) Щи на хлебном квасе с говядиной (богатый «праздничный» вариант)

Выход: 6–7 порций

Время: 2 ч 30 мин

Ингредиенты

- Говядина на кости – 800 г
- Вода – 2,5 л
- Капуста квашеная – 600 г
- Квас ржаной несладкий – 700 мл
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Корень сельдерея – 80 г (по желанию)
- Масло – 2 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 8 шт.
- Чеснок – 2 зубчика
- Соль – по вкусу
- Ржаной хлеб – для подачи

Приготовление

Сварите бульон. Говядину залейте водой, доведите до кипения, снимите пену. Варите при слабом кипении 1,5–2 часа до мягкости. Мясо выньте, бульон процедите.

Потомите капусту отдельно. В сковороде/кастрюле обжарьте лук и морковь на масле 10–12 минут. Добавьте капусту и 300 мл бульона, томите 30–40 минут.

Соберите щи. В основной бульон переложите капусту с овощами, добавьте лавровый лист и перец. Варите 15 минут.

Добавьте квас. Влейте квас, прогрейте 10–12 минут на тихом огне (не кипятить бурно).

Верните мясо. Нарежьте и верните в кастрюлю, прогрейте ещё 5 минут.

Финиш. Чеснок растолките, добавьте в конце. Настоять 15 минут. Подача – с ржаным хлебом.

5) Щи «на квасном сусле» (если есть квасное сусло/концентрат, вкус ярче и плотнее)

Выход: 6 порций

Время: 1 ч 40 мин

Ингредиенты

- Капуста квашеная – 650 г
- Вода – 2 л
- Квасное сусло (концентрат) – 2–3 ст. л.
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Масло – 3 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 8 шт.
- Чеснок – 2 зубчика
- Соль – по вкусу
- Ржаные сухари – для подачи

Приготовление

Овощная база. Лук и морковь пассеруйте 12 минут на масле.

Капуста. Добавьте капусту, влейте 400 мл воды, томите 30 минут.

Разведите сусло. Сусло разведите в половнике горячего бульона из кастрюли, тщательно размешайте, чтобы не было комков.

Соберите щи. Влейте оставшуюся воду, доведите до слабого кипения, добавьте специи.

Добавьте сусло. Влейте разведённое сусло, варите 15–20 минут на тихом огне.

Доведите вкус. Солите очень осторожно. Если нужно кислее – добавьте капустный рассол.

Финиш. Чеснок в конце, настоять 15 минут. Подавайте с сухарями.

6) Щи «хлебные» с ржаной закваской (исторический приём – кислинка от закваски, не от кваса)

Выход: 6 порций

Время: 1 ч 50 мин

Ингредиенты

- Капуста свежая – 500 г
- Капуста квашеная – 300 г (для баланса)
- Вода – 2,3 л
- Ржаная закваска (активная) – 120–150 г
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Масло – 3 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 8 шт.
- Соль – по вкусу
- Чеснок – 2 зубчика
- Укроп – по желанию

Приготовление

Пассеровка. Лук и морковь обжарьте на масле 10–12 минут.

Капуста. Добавьте свежую капусту, слегка припустите 5 минут, затем добавьте квашеную и 300 мл воды. Томите 20 минут.

Вода и специи. Влейте оставшуюся воду, добавьте лавровый лист и перец, варите 25 минут.

Введение закваски. Закваску разведите в миске 200 мл горячего бульона из кастрюли, тщательно размешайте. Влейте обратно тонкой струйкой, помешивая.

Прогрев. Держите на самом тихом огне 10 минут, не доводя до бурного кипения, чтобы кислота была мягкой и «хлебной», а не резкой.

Доводка. Соль, чеснок, по желанию укроп. Настоять 15 минут.

7) Щи на ржаных сухарях (заварные, «бедные», но очень ароматные)

Выход: 5–6 порций

Время: 1 ч 20 мин

Ингредиенты

- Капуста квашеная – 700 г
- Вода – 2 л
- Ржаные сухари – 120 г (или 200 г подсушенного ржаного хлеба)
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Масло – 3 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 8 шт.
- Соль – по вкусу
- Чеснок – 2 зубчика

Приготовление

Сухари заварите. Сухари залейте 500 мл кипятка, накройте на 15 минут. Затем пробейте блендером или разотрите ложкой до кашицы.

Овощи. Пассеруйте лук и морковь 12 минут на масле.

Капуста. Добавьте капусту, 300 мл воды, томите 30 минут.

Соберите. Влейте оставшуюся воду, добавьте специи, варите 15 минут.

Внесите хлебную заварку. Влейте хлебную массу, хорошо размешайте, варите 10 минут на тихом огне.

Доведите. Соль, чеснок в конце. Настоять 15 минут. Щи получаются слегка густыми, с выраженной «хлебной» полнотой.

8) Щи на квасе с грибами (постные «лесные»)

Выход: 6 порций

Время: 2 часа

Ингредиенты

- Сушёные грибы – 30 г (или свежие 300 г)
- Вода – 2,2 л
- Квас ржаной несладкий – 700 мл
- Капуста квашеная – 600 г
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Масло – 3–4 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 8 шт.
- Соль – по вкусу
- Чеснок – 2 зубчика
- Ржаной хлеб – для подачи

Приготовление

Грибной отвар. Сушёные грибы промойте, замочите на 30 минут. Варите в 2,2 л воды 40 минут. Грибы выньте, нарежьте, отвар процедите.

Овощи. Лук и морковь пассеруйте на масле 12 минут.

Капуста. Добавьте капусту и 300 мл грибного отвара, томите 30 минут.

Соберите. Влейте остальной грибной отвар, добавьте грибы, специи, варите 15 минут.

Квас. Влейте квас, прогрейте 10 минут на тихом огне.

Финиш. Соль, чеснок. Настоять 15 минут. Подавайте с ржаным хлебом.

9) «Серые щи» с крупой и ржаным солодом (вариант для холодного времени)

Выход: 6 порций

Время: 2 часа

Ингредиенты

- Капуста квашеная – 600 г
- Вода – 2,5 л
- Перловка – 80–100 г (или пшено 60–70 г)
- Ржаной солод – 2 ст. л.
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Масло – 3 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 8 шт.
- Соль – по вкусу

Приготовление

Подготовьте крупу. Перловку промойте и замочите на 1–2 часа (или хотя бы на 30 минут), затем слейте воду.

Заварите солод. Солод залейте 200 мл кипятка, настоять 15 минут, процедить.

Варите крупу. В кастрюле доведите до кипения 2,5 л воды, добавьте перловку, варите 35–45 минут почти до готовности.

Овощи и капуста. Отдельно пассеруйте лук и морковь 12 минут, добавьте капусту и половник воды из кастрюли, томите 30 минут.

Соберите щи. Переложите капусту с овощами к крупе, добавьте специи, варите 15 минут.

Внесите солод. Влейте настой солода, прогрейте 8–10 минут на тихом огне.

Доведите. Солите осторожно, дайте настояться 15–20 минут. Вкус – плотный, «серый», зимний.

10) Щи на квасе с рыбой (северный исторический ход: рыба вместо мяса)

Выход: 6 порций

Время: 1 ч 50 мин

Ингредиенты

- Рыба (судак/треска/щука) – 700–800 г (филе или куски с костью)
- Вода – 2 л
- Квас ржаной несладкий – 700 мл
- Капуста квашеная – 600 г
- Лук – 2 шт.
- Морковь – 1 шт.
- Масло – 3 ст. л.
- Лавровый лист – 2 шт.
- Перец горошком – 8 шт.
- Соль – по вкусу
- Укроп – 1 пучок
- Ржаной хлеб – для подачи

Приготовление

Рыбный отвар. Если рыба на кости: залейте водой, доведите до кипения, снимите пену, варите 20–25 минут. Процедите, рыбу разберите на куски, кости удалите. Если филе – отвар не варите заранее, добавите позже.

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.