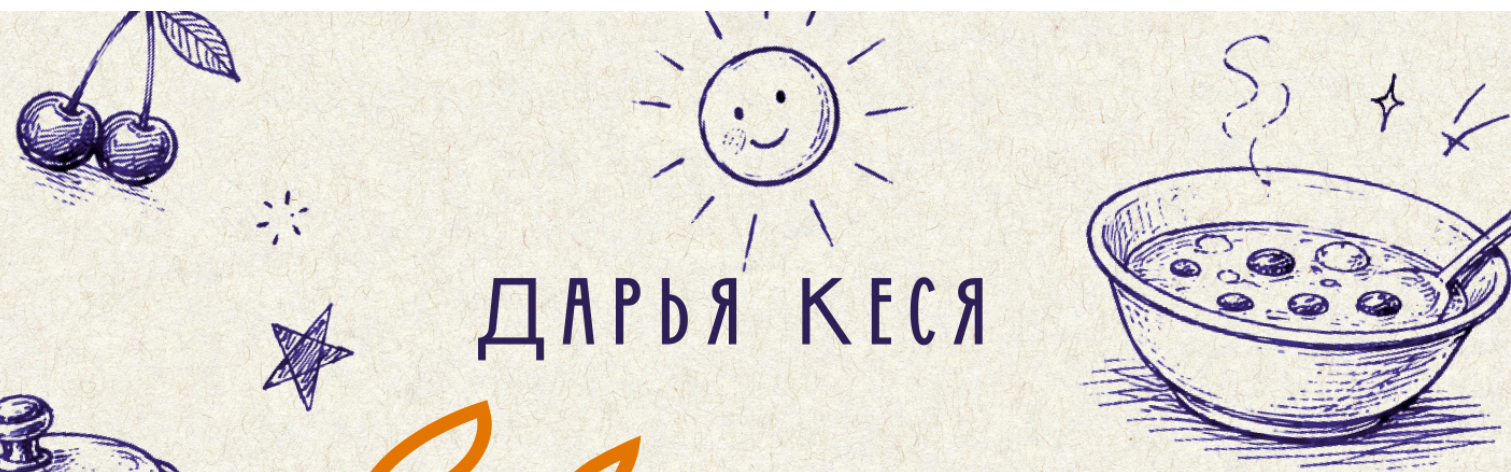
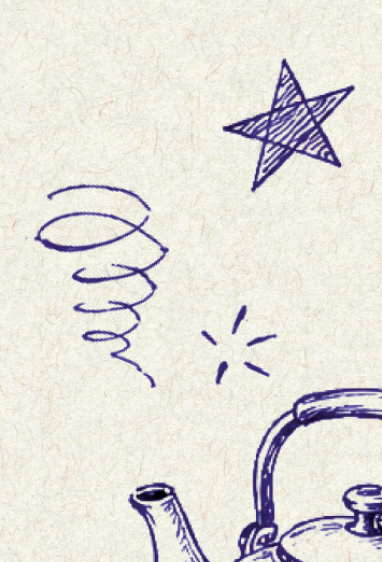




ДАРЬЯ КЕСЯ



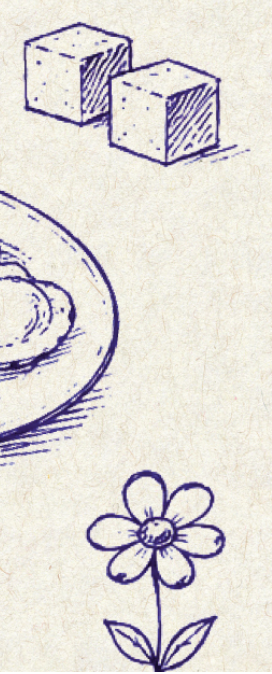
Советская КУХНЯ



любимые
рецепты
из детства



РЕТРО-РЕЦЕПТЫ



Ретро-рецепты

Дарья Кеся

**Советская кухня. Любимые
рецепты из детства**

«Издательство АСТ»

2026

УДК 641.5
ББК 36.997

Кеся Д. В.

Советская кухня. Любимые рецепты из детства / Д. В. Кеся —
«Издательство АСТ», 2026 — (Ретро-рецепты)

ISBN 978-5-17-189046-9

«Просто и вкусно!» – вот что можно сказать про советскую кухню. С этой книгой вы сможете составить меню для всей семьи из закусок, салатов и супов, горячего и вкусной выпечки. Для вас собрано более 90 рецептов, среди которых: – Мимоза, винегрет и крабовый салат – Борщ, харчо и щавелевый суп – Солянка, пожарские котлеты и чебуреки – Пирожки и пироги, булочки и многое другое! Сделать готовку еще проще вам помогут кулинарные памятки, которые можно всегда держать под рукой.

УДК 641.5
ББК 36.997

ISBN 978-5-17-189046-9

© Кеся Д. В., 2026
© Издательство АСТ, 2026

Содержание

Вступление от автора	6
Закуски	7
Фаршированные яйца	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Дарья Кеся

Советская кухня. Любимые рецепты из детства

В оформлении использованы материалы с Shutterstock.

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

© Кеся Д. В., текст, 2026

© ООО «Издательство АСТ», 2026

* * *

Вступление от автора

Перед тем как мы начнем готовить шедевры, поделюсь парой секретов.

Главное правило – **используйте только свежие продукты**. Если что-то вызывает сомнения, лучше купить свежее.

Не торопитесь при работе с острыми ножами и кухонными гаджетами. Ваша безопасность важнее.

В бульон я добавляю зелень петрушки и укропа, луковицу, зубчик чеснока, целую морковь и перец горошком. Это делает первые блюда особенно вкусными.

Процеживайте бульон, а не только снимайте шумовкой накипь. Понадобится мелкое сито или дуршлаг. Так мы не допустим попадания осколков костей в блюдо.

Во многие (но не во все) супы в конце варки я пропускаю зубчик чеснока через пресс. Это делает первое блюдо вкуснее и ароматнее.

Я практически никогда не делаю зажарку для супов – в моей семье она не прижилась. Но **попробуйте разные варианты, чтобы найти лучший рецепт**. Зажарку всегда добавляют в конце, перед тем как посолить суп. Поставьте сковороду на малый огонь и налейте растительное масло (можно использовать смесь растительного и сливочного). Нарежьте лук мелкими кубиками и обжарьте до прозрачности. Натрите морковь и добавьте к луку. Обжаривайте 3–5 минут на малом огне. В зажарку я иногда добавляю помидоры и болгарский перец, если требует рецепт, например борщ или харчо.

Закуски

Фаршированные яйца

Ингредиенты:

- Полутвердый сыр (голландский или гауда) – 60 г
- Яйца – 6 шт.
- Петрушка, укроп – 2–3 веточки
- Чеснок – 1 зубчик
- Майонез – 2–3 ст. л.
- Соль – ½ ч. л.
- Перец – щепотка

Утварь: кастрюля, разделочная доска, нож, чеснокодавилка, терка, вилка

Приготовление:

1. Заливаем водой яйца в кастрюле, солим и ставим на огонь. Доводим до кипения и варим на среднем огне 7 минут.
2. После сливаем горячую воду и заливаем яйца холодной на 5–7 минут, чтобы они легче очищались от скорлупы.
3. Вымытую зелень мелко нарезаем (можно оставить несколько листиков для украшения).
4. Очищенный и вымытый чеснок пропускаем через пресс или натираем на мелкой терке (можно использовать сухой чеснок – ¼ ч. л.).
5. Сыр мелко натираем и смешиваем с чесноком, зеленью и перцем. Отварные яйца очищаем от скорлупы и разрезаем пополам вдоль. Вынимаем желтки, измельчаем вилкой и соединяем с начинкой.

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.