

*Екатерина Нугманова*

# *Семейные рецепты*



# Екатерина Нугманова

## Семейные рецепты

<https://litres.ru/73977374>

SelfPub; 2026

### Аннотация

Еда это то, что делает нас счастливыми, объединяет людей за одним столом порой это несколько поколений. Еда это семейные традиции, это рецепты, которые передаются от матери к дочери. Семейные трапезы это усиление семейного очага (семейного эгрегора) как некий ритуал для людей, живущих под одной крышей, объединёнными одной целью с одним менталитетом.

Готовка еды тоже сакральное мероприятие, мыслями, чувствами, действиями, а главное своей волей, можно как усилить человека с помощью еды, так и проклясть его. Еда имеет способность, как лечить, так и калечить. Не нужно недооценивать еду и способы её готовки.

Дорогие читатели!

Перед вами книга, которая объединила в себе самые любимые и проверенные рецепты моей семьи. Каждый рецепт, который вы найдёте в этой книге, станет настоящим сокровищем на вашем столе. Эта книга станет вашим верным помощником на вашей кухне.

Книга рецептов написана и опубликована в честь семьи и рода автора.

# Содержание

Глава 1

4

Конец ознакомительного фрагмента.

6

# Екатерина Нугманова

## Семейные рецепты

### Глава 1

#### **Вступление.**

Еда это то, что делает нас счастливыми, объединяет людей за одним столом порой это несколько поколений. Еда это семейные традиции, это рецепты, которые передаются от матери к дочери. Семейные трапезы это усиление семейного очага (семейного эгрегора) как некий ритуал для людей, живущих под одной крышей, объединёнными одной целью с одним менталитетом.

Готовка еды тоже сакральное мероприятие, мыслями, чувствами, действиями, а главное своей волей, можно как усилить человека с помощью еды, так и проклясть его. Еда имеет способность, как лечить, так и калечить. Не нужно недооценивать еду и способы её готовки.

Дорогие читатели!

Перед вами книга, которая объединила в себе самые любимые и проверенные рецепты моей семьи. Каждый рецепт, который вы найдёте в этой книге, станет настоящим сокровищем на вашем столе. Эта книга станет вашим верным помощником на вашей кухне. И не забывайте что главное в

приготовлении блюд ваши добрые намерения, ваша любовь и забота по отношению к вашим близким. Поэтому я питаю надежду, что моя книга домашних блюд поможет вам не только наслаждаться вкусом блюд, но и поделиться своими чувствами с близкими людьми.

# 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.