

12+

ЛЮДМИЛА ДУБРОВСКАЯ

Блюда столовых СССР. Том 2

РЕЦЕПТЫ ПО ГОСТУ



Людмила Дубровская

**Блюда столовых СССР.
Том 2. Рецепты по ГОСТу**

«Издательские решения»

Дубровская Л. А.

Блюда столовых СССР. Том 2. Рецепты по ГОСТу /
Л. А. Дубровская — «Издательские решения»,

Продолжение популярной серии «Блюда столовых СССР». Во втором томе собраны рецепты, которые не вошли в первую книгу, но остались в памяти каждого. Нежные сырники, творожные запеканки, молочные супы и легендарный густой кисель — всё приготовлено строго по ГОСТу 1973 года. Это настоящий билет в детство, в атмосферу школьной столовой или летнего лагеря. Простые продукты, проверенные технологии и тот самый вкус, который невозможно забыть.

© Дубровская Л. А.
© Издательские решения

Содержание

От автора	6
Первые блюда	7
1. Борщ	7
2. Борщ летний	9
3. Щи из свежей капусты	10
4. Щи из квашеной капусты с картофелем	11
5. Суп картофельный	12
6. Суп картофельный с бобовыми	13
7. Суп картофельный с макаронными изделиями	14
8. Суп с макаронными изделиями	15
9. Суп фасолевый	16
10. Суп гороховый	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Блюда столовых СССР. Том 2 Рецепты по ГОСТу

Людмила Александровна Дубровская

© Людмила Александровна Дубровская, 2026

ISBN 978-5-0071-0594-1 (т. 2)

ISBN 978-5-0071-0595-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

От автора

Вторая книга продолжает серию «Блюда столовых СССР». В этот раз в книгу вошли блюда советского общественного питания, которых не было в первой части: молочные супы и супы-пюре, рыбные блюда, тушёное и отбивное мясо, пельмени, овощные котлеты и запеканки, творожный стол и столовые десерты — кисели, желе, мусс и печёные яблоки.

Основой служит советская нормативная система общественного питания. Главные источники — «Сборник рецептур блюд для предприятий общественного питания на производственных предприятиях и в учебных заведениях» (Министерство торговли СССР, 1973, приказ №1 от 04.01.1973, издательство «Экономика», 4-е издание), Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (Министерство торговли СССР, М.: Экономика, 1980-е), Книге о вкусной и здоровой пище (М.: Пищепромиздат, 1969), Советские технологические материалы (технологические карты) общественного питания.

При этом рецепты не являются дословной перепечаткой технологических карт: нормы переведены в удобный для домашней кухни формат — с точными граммовками и сохранением технологической последовательности по советской рецептурной основе.

Каждый рецепт дополнен «Советом для домашней кухни» — маленькой хитростью, которая помогает добиться именно столовского вкуса и характера блюда.

Первые блюда

1. Борщ

Ингредиенты

- говядина на кости — 500 г
- свёкла — 2 шт.
- капуста — 300 г
- картофель — 3 шт.
- морковь — 1 шт.
- лук репчатый — 1 шт.
- томатное пюре — 2 ст. л.
- уксус 3% — 1 ст. л.
- сахар — 1 ч. л.
- растительное масло — 2 ст. л.
- соль, лавровый лист, перец — по вкусу
- сметана и зелень — для подачи

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. Сварите мясной бульон, мясо выньте и нарежьте порционными кусочками.
2. Свёклу нарежьте соломкой, слегка обжарьте с маслом, добавьте томат, уксус и сахар; тушите до мягкости.
3. В кипящий бульон положите картофель, затем капусту. Через несколько минут добавьте пассерованные морковь и лук.
4. Положите свёклу, доведите до готовности и дайте борщу постоять 10—15 минут.
5. Подавайте со сметаной, мясом и зеленью.

Совет для домашней кухни: *Свёклу не переваривайте: так борщ сохранит цвет и вкус.*



2. Борщ летний

Ингредиенты

- свёкла — 2 шт.
- молодая капуста — 300 г
- картофель — 3 шт.
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- помидоры — 2 шт.
- растительное масло — 2 ст. л.
- соль, сахар — по вкусу
- сметана и зелень

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. Свёклу и морковь нарежьте тонкой соломкой, припустите с маслом и небольшим количеством воды.
2. В кипящую воду положите картофель и капусту.
3. Добавьте свёклу, морковь, лук и нарезанные помидоры. Варите до мягкости овощей.
4. Посолите, при необходимости добавьте немного сахара. Подавайте со сметаной.

Совет для домашней кухни: *Летний вариант удобно готовить на овощном отваре.*



3. Щи из свежей капусты

Ингредиенты

- говядина — 400 г
- капуста белокочанная — 400 г
- картофель — 3 шт.
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- томатное пюре — 1 ст. л.
- растительное масло — 1 ст. л.
- лавровый лист, соль, перец, зелень

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. Сварите мясной бульон и нарежьте готовое мясо.
2. В кипящий бульон положите картофель и нашинкованную капусту.
3. Морковь и лук спассеруйте с томатом и переложите в суп.
4. Варите до готовности капусты и картофеля, в конце добавьте лавровый лист.
5. Подавайте с мясом, зеленью и сметаной.

Совет для домашней кухни: Для столового вкуса щи не стоит делать слишком густыми.



4. Щи из квашеной капусты с картофелем

Ингредиенты

- говядина — 400 г
- квашеная капуста — 350 г
- картофель — 3 шт.
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- томатное пюре — 1 ст. л.
- масло или жир — 1—2 ст. л.
- соль, лавровый лист, перец

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. Сварите бульон. Если капуста слишком кислая, слегка промойте её.
2. Капусту тушите с небольшим количеством бульона до мягкости.
3. В кипящий бульон положите картофель, затем капусту и пассерованные морковь с луком.
4. Добавьте томат, доведите до готовности и дайте настояться.

Совет для домашней кухни: *Кислотность капусты регулируйте водой, а не большим количеством сахара.*



5. Суп картофельный

Ингредиенты

- картофель — 5 шт.
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- сливочное масло — 30 г
- мясной или овощной бульон — 1,5 л
- лавровый лист, соль, зелень

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. Картофель нарежьте кубиками.
2. В кипящий бульон положите картофель.
3. Морковь и лук слегка пассеруйте на масле и добавьте в суп.
4. Варите до мягкости картофеля, добавьте лавровый лист и зелень.

Совет для домашней кухни: *Можно добавить немного перловой или рисовой крупы, но тогда меняется характер блюда.*



6. Суп картофельный с бобовыми

Ингредиенты

- картофель — 4 шт.
- фасоль или горох — 150 г сухого продукта
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- корень петрушки — небольшой кусочек
- растительное масло — 1 ст. л.
- соль, зелень

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. Бобовые заранее замочите и отварите почти до готовности.
2. Добавьте картофель и коренья.
3. Лук и морковь пассеруйте и переложите в суп.
4. Варите до мягкости всех продуктов, посолите и добавьте зелень.

Совет для домашней кухни: Для быстрого варианта удобно использовать заранее сваренную фасоль.



7. Суп картофельный с макаронными изделиями

Ингредиенты

- картофель — 4 шт.
- вермишель или мелкая лапша — 60 г
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- масло — 1 ст. л.
- бульон или вода — 1,5 л
- соль, зелень

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. В кипящий бульон положите картофель.
2. Морковь и лук слегка пассеруйте и добавьте в кастрюлю.
3. Когда картофель почти готов, всыпьте вермишель.
4. Варите до готовности макарон, посолите и добавьте зелень.

Совет для домашней кухни: *Вермишель закладывайте в самом конце, чтобы она не разварилась.*



8. Суп с макаронными изделиями

Ингредиенты

- бульон — 1,5 л
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- макароны или лапша — 100 г
- сливочное масло — 20 г
- соль, зелень

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. Морковь и лук нарежьте мелко.
2. В кипящий бульон положите овощи и варите до полуготовности.
3. Добавьте макароны и варите до готовности.
4. Заправьте маслом и зеленью.

Совет для домашней кухни: *Для столовой подачи хорошо подходят мелкие макаронные изделия.*



9. Суп фасолевый

Ингредиенты

- фасоль сухая — 200 г
- картофель — 3 шт.
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- томатное пюре — 1 ст. л.
- масло — 1 ст. л.
- соль, лавровый лист, зелень

Выход: на 6 порций.

Приготовление

1. Замочите фасоль и отварите до мягкости.
2. Добавьте картофель.
3. Морковь и лук пассеруйте с томатом и переложите в суп.
4. Доварите, добавьте лавровый лист и зелень.

Совет для домашней кухни: *Не делайте зажарку слишком румяной: столовые рецепты строились на мягком вкусе.*



10. Суп гороховый

Ингредиенты

- горох сушёный колотый — 200 г
- картофель — 3 шт.
- морковь — 1 шт.
- лук — 1 шт.
- масло или жир — 1 ст. л.
- лавровый лист, соль, зелень

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.