100 РЕЦЕПТОВ

КУХНЯ БЕЗ ГРАНИЦ

САЛАТЫ И ЗАКУСКИ



будни



праздники



пикники

100 рецептов. Кухня без границ

Коллектив авторов

100 рецептов. Салаты и закуски

«Эксмо»
2026

УДК 641.55
ББК 36.997

Коллектив авторов

100 рецептов. Салаты и закуски / Коллектив авторов — «Эксмо», 2026 — (100 рецептов. Кухня без границ)

ISBN 978-5-04-256226-6

Практичный сборник рецептов для повседневного и праздничного стола. В книге представлены разнообразные салаты, холодные и горячие закуски из доступных ингредиентов, которые помогут быстро дополнить семейное меню или подготовиться к приему гостей. Понятные инструкции позволят легко справиться с приготовлением даже начинающим кулинарам, а разнообразие рецептов поможет подобрать блюдо на любой вкус. Ищите вдохновение и готовьте салаты. В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-256226-6

© Коллектив авторов, 2026
© Эксмо, 2026

Содержание

Салаты с мясом и курицей 6
1. Греческий салат с мясом и тостерным хлебом 6
2. Кавказский салат из мяса и грецких орехов 7
3. Острый салат с говядиной и маринованными овощами 8
Конец ознакомительного фрагмента. 9

100 рецептов. Салаты и закуски

Серийное оформление Е. Пуговкиной.

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Салаты с мясом и курицей

1. Греческий салат с мясом и тостерным хлебом

Ингредиенты:
– 1 кочан салата
– 500 г рубленого говяжьего мяса
– 3 помидора
– ½ пучка зелени петрушки
– 250 г брынзы
– 3 ломтика тостерного хлеба
– 3 ст. л. оливкового масла
– 2 зубчика чеснока
– 40 г грецких орехов
– 1 яйцо
Для заправки:
– 150 г нежирной сметаны (20 %)
– 4 ст. л. лимонного сока
– Соль, молотая паприка по вкусу

Приготовление

1. Овощи и зелень тщательно промыть в проточной воде.

2. Кочан салата разобрать на листья и нарвать их на небольшие кусочки. Помидоры разрезать на крупные ломтики. Петрушку измельчить, брынзу нарезать кубиками. Чеснок очистить и порубить с орехами.

3. Два ломтика тостерного хлеба разрезать на квадраты и обжарить на оливковом масле. Оставшийся хлеб раскрошить.

4. Рубленое мясо смешать с орехами, яйцом, хлебными крошками, половиной чеснока, петрушкой. Добавить специи и сформировать фрикадельки, обжарить их на оливковом масле.

5. Сметану смешать с чесноком и петрушкой, добавить лимонный сок, соль и перец.

6. Все приготовленные продукты переложить на неглубокое широкое блюдо, посыпать кубиками брынзы.

2. Кавказский салат из мяса и грецких орехов

Ингредиенты:

– 500 г отварной говядины
– 1 стакан грецких орехов (очищенных)
– 1 пучок сельдерея салатного
– 2 зубчика чеснока

Для заправки:

– 150–200 г майонеза
– Соль, перец по вкусу

Приготовление

1. Говядину и сельдерей нарезать небольшими кусочками. Грецкие орехи измельчить, чеснок натереть или пропустить через пресс.
2. Все подготовленные ингредиенты перемешать, добавить соль, перец, майонез.
3. Перед подачей к столу поставить охлаждаться на несколько часов.

3. Острый салат с говядиной и маринованными овощами

Ингредиенты:

– 500 г отварной говядины
– 3 сладких болгарских перца
– 4–6 маринованных огурцов
– 10–15 мелких маринованных луковок
– 1 большая луковица

Для заправки:

– 5 ст. л. кетчупа
– 1 ст. л. острой горчицы
– 3–4 ст. л. растительного масла
– 5–10 капель вустерского соуса
– Огуречный рассол, соль, сахар и острый красный перец по вкусу

Приготовление

1. Кетчуп, острую горчицу, масло и соус смешать, оставить настаиваться на несколько часов.

2. Говядину и маринованный лук нарезать, болгарский перец, огурцы и свежий лук промыть и тоже нарезать.

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.