

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
Холмского муниципального района
«Межпоселенческая библиотечная система»

СТАРШИНЫЕ РЕЦЕПТЫ РУССКОЙ КУХНИ ХОЛМСКОГО КРАЯ



г.Холм ул. Советская д.10
Тел: 8(81654)51-783
Email: b.kholm@mail.ru
Сайт: biblion.ucoz.com
Вконтакте: vk.com/club55796000



2016

6+

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
Холмского муниципального района
«Межпоселенческая библиотечная система»

Старинные рецепты русской кухни Холмского края.



36.99

C77

Старинные рецепты русской кухни Холмского края -
Холм: - 2016.-69с.

В данном сборнике представлены рецепты старинной русской кухни Холмского края, записанные библиотекарями нашего района со слов своих родственников, соседей, друзей. Рецепты, которые многими годами готовились нашими предками и передавались из поколения в поколения. Многие рецепты приготовлены составителем Виноградовой Т.Н. , сфотографированы и опубликованы в сборнике.

© Составитель, набор текста Т.Н. Виноградова

© верстка текста И.В. Пьянков



Что ели да пили в давние времена наши предки? Отнюдь не праздное любопытство вызывает этот вопрос. Ведь еда – важнейшая часть общей культуры человечества. Поэтому очень важно знать эту сторону жизни наших предков. Старые кулинарные книги говорят о том, что в «оние времена» у нас на Руси понимали толк в этом деле.

Хлебом – солью – так исстари привечали в народе гостя. Чем же его потчевали еще? Чем питались жители русских деревень, сел, малых провинциальных городов?

В наш век изобилия все чаще и чаще хочется иметь стол простой, разнообразный, а самое главное здоровый и полезный. К тому же, оказывается старинная русская кухня, весьма рациональна и наиболее отвечает современным научным требованиям питания, жаль только, что иногда поздно мы приходим к тому, что нашими предками подразумевалось самим собой.

Разнообразие народной кухни русских селений напрямую зависело от бытовой обрядности, поры года, церковных праздников, местных традиций.



А ведь были времена, когда на Руси жили так скудно, то спасала только щедрая природа, которая своего человека в ней всегда накормит и не даст пропасть. Тем более, что многие рецепты русской кухни отнюдь не требуют деликатесов. Но из молочных продуктов, яиц, овощей, круп, муки местных грибов, рыбы, можно, оказывается, приготовить чудо.

Основа основ деревенской пищи – это хлеб. Отношение к нему было благоговейное. Поев, никто даже крошки не бросал на пол, а собрав аккуратно в горсть, отправлял в рот. А в остальном еда не отличалась ни особым разнообразием, ни обилием. Был бы в доме хлеб да соль, а еще непременно квас, а что еще в придачу подаст хозяйка, зависело от достатка семьи. Самой распространенной едой были «щи да каша – кормилица наша». А вот по воскресеньям обязательно пеклись пироги с гречневой кашей, картошкой. В праздники пироги были обязательно сладкие.

Но, пожалуй, лучше и не придумаешь, что можно сказать о русской кухне, как просто взять и повторить еще раз сказанное пол-



тора века назад в книге «русской опытной хозяйки»: «Для всех нас во всех отношениях здоровее полезнее все наше родное, русское, то к чему мы привыкли, с чем свыклись, что извлечено опытом, передано от отцов к детям и определяется местностью нашего бытия, климатом и образом жизни. Вкусное, сладкое, аппетитное укрепляет человека не только как хлеб насущный, но и как лекарство, как самое лучшее средство для укрепления здоровья. В каждом доме должна быть кулинария Отечества, кулинария родного края, кулинария своего рода и семьи».

Очень хочется, чтобы рецепты, опубликованные в данном сборнике, перешедшие когда-то от отцов и дедов нашим родителям, от них к нам, а от нас перейдут нашим детям и внукам. Приятного аппетита!

Т.Н. Виноградова

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Ботвинник

Состав продуктов: мясо телятина, картофель, молодая ботва (листья) свеклы, крапива, сырое яйцо, сметана, соль.

Способ приготовления: отварить мясо, мелко резаный картофель до готовности. Затем добавить измельченные ботву, крапиву. В конце варки разболтать сырое яйцо и влить в щи. Посолить по вкусу. Подавать со сметаной. (Морхово)

Ботвинья свекольная

Состав продуктов: свекла сырая 3шт., щавель пучок, огурец свежий 2 шт., 2 отварных яйца, квас 2 литра, соль, зелень, сметана

Способ приготовления: свеклу натереть на крупной терке, добавить порубленные щавель, яйца, огурцы, зелень, залить квасом, посолить. Заправить сметаной. (Холм)



Грибной суп



Состав продуктов: сушеные лесные грибы, картофель, морковь, лук, перловая крупа (толокно, мука), соль, растительное масло (сметана)

Способ приготовления: сушеные грибы замочить в воде (молоке) на ночь. Утром промыть, измельчить, слегка обжарить с мелко порезанными луком и морковью. Отварить картофель измельченный, грибы с овощами, перловую крупу. Готовый суп подавать с растительным маслом или сметаной. (Ель-но)



Молочный суп с домашней лапшой



Состав продуктов: молоко 1 стакан, 5-7 яиц, крахмал, соль.

Способ приготовления: приготовить тесто блинной консистенции, выпечь блины, охладить, нарезать на ленты шириной 1см. Полученную лапшу отварить в молоке, добавив соль и сахар по вкусу (Залесье).

Молочный суп с клецками

Состав продуктов: молоко, вода, мука, яйца, сахар, соль.

Способ приготовления: замесить пресное тесто из воды, муки, яиц, соли. Раскатать тесто в тонкий пласт, порезать на кубики, подсушить на воздухе. Вскипятить молоко, добавить соль, сахар, клецки. Отварить до готовности, заправить сливочным маслом. (Ельно)



Овсяная заливка для щей

Состав продуктов: овес

Способ приготовления: овес истолочь в ступе, отделить от плевен, замочить, процедить.

Процеженную массу использовать для заливки щей, грибного супа. (Авдунино)

Окрошка

Состав продуктов: щавель, отварное яйцо, огурец свежий, перья зеленого лука, зелень укропа, соль.

Способ приготовления: щавель отварить, студить. В бульон со щавелем положить измельченные огурец, яйцо, лук, укроп, соль и сметану по вкусу. (Морхово)

Окрошка деревенская

Состав продуктов: простокваша, отварное яйцо, перья зеленого лука, зелень укропа, сметки, соль.

Способ приготовления: перья лука перетереть с солью, добавить измельченные яйцо, зелень, сметки, залить простоквашей, добавить сметану. (Морхово)



Окрошка зимняя

Состав продуктов: квашеная капуста или соленые огурцы, вода, соленый творог, репчатый лук

Способ приготовления: соленый творог развести водой, добавить измельченный лук, квашеную капусту или соленые огурцы. Подавать с горячей картошкой. (Тогодь)

Окрошка летняя деревенская



Состав продуктов: простокваша, отварное яйцо, перья зеленого лука, зелень укропа, свежие огурцы, соль.

Способ приготовления: перья лука перетереть с солью, добавить измельченные яйцо, зелень, огурцы, залить простоквашей, добавить сметану. Если нет свежих огурцов, можно добавить огуречные соцветия (пустоцветы) или огуречную траву (бораго). (Ельно)

Свекольник



Состав продуктов: 1 литр кваса, 2 свеклины, 1 яйцо, огурец свежий, перья зеленого лука, соль, сметана, укроп 1 пучок.

Способ приготовления: отварить свеклу (а лучше запечь), остудить, мелко порубить. Добавить отварное рубленое яйцо, огурец, лук, укроп, соль (по вкусу), залить квасом. Подавать со сметаной. (Холм)

Тюря

Состав продуктов: холодная кипяченая вода, репчатый лук, черствый ржаной хлеб, соль, растительное масло.

Способ приготовления: в воду положить измельченный лук, кусочки хлеба. Посолить, заправить нерафинированным растительным маслом. (Ельно)



Состав продуктов: холодная кипяченая вода, репчатый лук, квашеная капуста, соль, растительное масло.

Способ приготовления: квашеную капусту, резаный лук залить водой, заправить растительным маслом. Подавать с горячей отварной картошкой. (Наход)

Щи с квашеной капустой



Состав продуктов: кусочек свиного соленого мяса, свиное сало, жареный лук,



2 горсти овсяных хлопьев.

Способ приготовления: свинину, вымочив в воде положить в чугунок, добавить сало, квашеную капусту и залить холодной водой и поставить в печь. Через 2 часа добавить обжаренный лук и две горсти овсяных хлопьев и поставить в печь еще на 30 мин. (Дунаево, Морхово)

Щи с квашеной капустой и сушеными грибами



Состав продуктов: мясо свинины, квашеная капуста, картофель, сушеные грибы, картофель, морковь, лук репчатый, перловая крупа, соль, сметана

Способ приготовления: замочить на ночь сушеные грибы (лучше в молоке). Отварить мясо, картофель (можно целиком, а затем по мере готовности вынуть и исто-



лочь). Грибы промыть, отжать, порубить, обжарить с мелко порезанными луком и морковью. В кастрюлю положить квашеную капусту (промытую и отжатую), грибы с овощами, горсть перловки, соль. Подавать со сметаной. (Холм)

Щи с крапивой

Состав продуктов: мясо, по 2 ложки гречневой и рисовой крупы, крапива, луковица, отварное яйцо, сметана, чеснок, укроп, соль.

Способ приготовления: на мясном бульоне отварить гречку, рис, лук. Затем добавить измельченную крапиву варить 15 мин. При подаче заправить мелко рубленным чесноком, укропом, плюс отварное рубленое яйцо, сметана. (Морхово)

Щи с рубцом

Состав продуктов: рубец, картофель, морковь, капуста, лук, мука, соль, зелень, сметана.

Способ приготовления: рубец очень хорошо промыть, ошпарить кипятком, снять верхнюю пленку. Варить рубец до тех пор,



пока он не станет мягким, добавить в кастрюлю испарившуюся воду. По мере готовности рубец вынуть из кастрюли, тонко шинковать. Бульон процедить, положить в него измельченные картофель, морковь, капусту, шинкованный рубец. Когда овощи будут готовы заправить щи мукой, поджаренной с луковицей, посыпать рубленой зеленью. Подавать со сметаной. (Холм)

Щи овсяные с сушеными грибами

Состав продуктов: овсяные хлопья, сушеные грибы, морковь, лук, соль, зелень, сметана.

Способ приготовления: овсяные хлопья замочить на ночь, утром процедить. Также на ночь замочить сушеные грибы, утром промыть, откинуть на сито, мелко порубить. В процеженные хлопья положить грибы, измельченные лук и морковь, зелень петрушки и укропа. И поставить в печь. Во время готовки щей раза три доставать их из печи и хорошо размешивать, чтобы не было комочков. (Мамоново)

Щи со щавелем (крапивой)



Состав продуктов: щавель, крапива, картофель, яйцо, сметана, укроп.

Способ приготовления: щавель или молодую крапиву промыть, мелко порезать. В большом количестве воды отварить очищенный картофель целиком. Готовый картофель вынуть, размять и положить обратно в отвар. Довести до кипения и положить щавель (крапиву). Отдельно взбить яйцо до однородной массы, и помешивая вылить в щи. Подавать со сметаной, посыпав измельченным укропом. (Ельно)



ВТОРЫЕ БЛЮДА

Белые грибы, тушеные в сметане



Состав продуктов: белые грибы, репчатый лук, соль, сметана.

Способ приготовления: свежие белые грибы почистить, промыть, мелко порезать, положить в чугунок. Добавить лук, соль, сметану и тушить до готовности. (Ельно)

Гульбишники, бульбишники¹

Состав продуктов: отварной картофель, мука, соль, жареная капуста.

Способ приготовления: половина картофеля отварить в мундире с вечера, половина утром, очистить. Смешать холодный и горячий картофель и столочь толкушкой в ступе, добавив немного соли, перемешать.

¹ старинное белорусское картофельное блюдо



Картофельную массу разложить на столе, посыпанном мукой, свернуть рулетом, разделить на несколько частей. Каждую часть раскатать скалкой на лепешки. Холодную жареную капусту уложить на лепешки, зацепить края. Уложить в кастрюлю с растопленным сливочным маслом, тушить. Выложив на блюдо, по желанию можно полить сметаной или сливочным маслом (п. Первомайский, Залесье)

Запеканка

Состав продуктов: Картофель 5-7шт., яйцо 2-3 шт., молоко 1 стакан, соль

Способ приготовления: картофель отварить, истолочь, перемешать со взбитыми яйцами с молоком. Запекать в духовке. (Красный бор)

Запеканка мясная

Состав продуктов: мясо соленое, сметана, яйца сырые

Способ приготовления: соленое мясо из бочки отмочить, порезать на тонкие по-



лоски, залить сметаной и тушить до готовности. Затем готовое мясо залить взбитыми яйцами и поставить в печь для запекания. (Тогодь) Блюдо подавалось на толоке, при посадке картофеля.

Зельц

Состав продуктов: Свиная голова, 2-3 луковицы, соль, специи

Способ приготовления: порубить свиную голову, сложить в чугунок, залить водой и поставить в русскую печь или томить на плите на медленном огне на 3-4 часа. Готовое мясо отделить от костей, мелко порубить, добавить в эту массу мелкорубленный лук, влить процеженный бульон, в котором варилась голова. Хорошо перемешать, положить соль, специи. Уложить в целлофановый пакет, завязать и положить под гнет. Подавать с хреном или горчицей. (Дунаево)





Капустные кочерыжки с огуречным рассолом

Состав продуктов: соленые капустные кочерыжки, огуречный рассол, картофель.

Способ приготовления: достать из кад-ки кочерыжки, промыть и пропарить их в русской печке. Готовые кочерыжки полить огуречным рассолом и подать с горячим картофелем. Блюдо готовили в пост. (Тогодь)

Картофель беленый



Состав продуктов: отварной картофель, сметана, лук зеленые перья, соль.

Способ приготовления: отварить карто-фель в мундире, остудить, очистить, поре-зать ломтиками. В картофель всыпать из-мельченные зеленые перья лука, посолить, заправить сметаной (Холм)

Картофель в мундире



Состав продуктов: отварной картофель, растительное масло нерафинированное, соль.

Способ приготовления: картофель отварить в «мундире». В блюде налить масло, добавить соль. Горячий картофель очистить, макать в масло с солью и употреблять в пищу. Очень вкусно! ((Мамоново)



Картофель со шкварками



Состав продуктов: 10 отварных картофелин, 150 гр. свиного шпика, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления: отварить картофель, приготовить пюре. Шпик порезать мелко кубиками, вытопить жир, отделить шкварки, в сале обжарить измельченный лук. Соединить с пюре, хорошо перемешав и посыпав шкварками. Подавать с квашеной капустой, солеными огурцами, моченой брусникой. (Холм)





Картофель тушеный с мясом

Состав продуктов: картофель, мясо, морковь, лук, соль, жир, вода, лавровый лист.

Способ приготовления: картофель очистить, порезать ломтиками, положить в чугунок, добавить кусок мяса (вкуснее свинина), шинкованные лук, морковь. Добавить немного жира, воды посолить по вкусу. Поставить в печь на 2-3 часа. (Тухомичи)

Картофельная драчена

Состав продуктов: картофель 1 кг, 3-4 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан молока, 1 яйцо, 2 стол. ложки молотых сухарей, соль.

Способ приготовления: отваренный картофель истолочь, добавить масло, молоко. Хорошо перемешать. Переложить в смазанный маслом сотейник, посыпать поверх сухарями, сбрызнуть слив. Маслом и запекать 20-30 мин. В духовке. Подавать со сметаной. (Холм, Наход)





Картофельные кубики

Состав продуктов: отварной картофель, растительное масло, соль.

Способ приготовления: картофель отварить в мундире, быстро очистить, поместить в ступу, посолить, хорошо размять до однородной массы. Из ступы картофель выложить на большую разделочную доску и раскатать картофель в пласт в 1 см., разрезать на кубики. Пересыпать их в миску, полить растительным маслом и хорошо встряхнуть, чтобы все кубики промаслились. (Тогодь)

Картофельный курник²



Состав продуктов: 1 кг картофеля – для теста; капуста, лук, яйца, рис, куриное мясо – для начинки.

²Курник — разновидность русского пирога, часто именуемая королём пирогов, царским или праздничным пирогом. Начиняется курицей, петухом, уткой, бараниной, говядиной, орехами, кашей, картофелем и т. д.)



Способ приготовления: Картофель отварить в мундире, очистить в горячем виде, оставить до полного остывания, затем стюкать сечкой до однородной массы. Картофельное тесто раскатать на большой сковороде, сделать бортики, положить начинку. Либо жареную с луком капусту и рубленые яйца, либо рубленые яйца с рисом или мелко порезанное куриное мясо. Сверху положить второй пласт теста, защепить, смазать яйцом, выпекать в духовке. Горячий курник полить растопленным сливочным маслом. (Тогодь)

Картофельный курник

Состав продуктов: картофель – для теста; капуста, морковь отварная – для начинки.

Способ приготовления: Картофель отварить и истолочь в ступе до вязкой массы. На столе раскатать тонкие картофельные лепешки, положить начинку, свернуть пополам, обжарить с обеих сторон, полить маслом. (Авдунино)

Котлеты рубленые



Состав продуктов: мясо (свинина, телятина, баранина), 1 луковица, чеснок, сухари пшеничные, картофель сырой, яйцо, соль.

Способ приготовления: мясо измельчить (потюкать сечкой), добавить измельченные чеснок и лук, натертый на терке картофель, яйцо, сухари, соль. Хорошо вымесить, сформировать котлеты, обжарить на сковороде, затем переложить в чугунок, добавить жир, или сметану и тушить в печке около часа. (Тухомичи)



Макалка³ (макаловка, маканка)



Состав продуктов: свиной шпик 300 гр., лук репчатый 2 шт., молоко 0.5 литра., мука 2-3 ст. ложки, картофель 8-9 шт.

Способ приготовления: на сковороде обжарить свиной шпик и лук до золотистого цвета. Развести муку в воде, добавить молоко и влить в сковороду. Прокипятить на медленном огне 2 минуты, все время помешивая. Подавать с горячим отварным картофелем. Будет вкуснее если отварной картофель положить в макалку и поставить в духовку до появления румяной корочки. (п. Первомайский, Красный бор, Ельно, Морхово, Тухомичи, Наход, Тогодь)

зсоус, подлива - от слова макать, окунать



Макалка на огуречном рассоле

Состав продуктов: огуречный рассол, лук репчатый, ржаная мука, отварной картофель.

Способ приготовления: ржаную муку пожарить до золотистого цвета. Добавить к муке обжаренный лук, развести огуречным рассолом и варить до загустения на медленном огне. Подавать с отварным картофелем.

Макалка с зеленым луком



Состав продуктов: молоко 1 стакан, яйцо 2 шт., соль, зеленые перья лука

Способ приготовления: молоко взбить с яйцами, добавить лук, соль, вылить на сковороду. Подавать с горячим картофелем.
(Холм)



Мясо вяленое

Состав продуктов: мясо соленое

Способ приготовления: достать соленое мясо из бочки, обсушить. Завернуть мясо в марлю и повесить на чердаке на месяц. Обычно такое мясо, провяленное, тонко нарезанное подавали в Пасху. (Тогодь)

Окорок рождественский, запеченный в тесте

Состав продуктов: кусок окорока, соль, ржаная мука.

Способ приготовления: кусок окорока вымочить в течении часа в соленой воде, затем обсушить. Приготовить тесто из ржаной муки и обмазать им окорок (руки периодически смачивать холодной водой, чтобы не прилипало тесто). Положить готовый окорок на противень и отправить в духовку на два часа. Окорок будет готов, когда зарумянится тесто, которое после остывания надо снять с мяса.

Готовый окорок подавать с картошкой, горчицей и хреном. (Дунаево)



Омлет⁴



Состав продуктов: яйца домашние, крупные – 5-10 шт., 1 литр молока.

Способ приготовления: взбить в широкой миске молоко с яйцами, довить чуть соли, поставить в горячую духовку или в русскую печь перед угольями на 30-40 мин. (Дунаево, Наход)



⁴омлет в переводе с французского – яичница. В старые времена в России блюдо, очень напоминавшее омлет, называли «драчена»)



Тепляки



Состав продуктов: отварной картофель, яйцо, мука, соль, жареная капуста, лук репчатый.

Способ приготовления: истолочь отварной картофель, добавить яйцо, муку, соль. Сформировать лепешки размером с ладонь, начинить жареной капустой с луком, обжарить в растительном масле. (Красный бор).

Тертухи⁵ (деребанники, драники)



Состав продуктов: сырой картофель 5-7 шт., яйцо, лук, чеснок, соль, свиное сало творог (на любителя).

⁵от слова драть, сдирать, тереть



Способ приготовления: очищенный картофель, чеснок, лук натереть на терке, добавить яйцо, пропущенное на мясорубку сало, соль. Творог добавляют, чтобы не темнела картофельная масса. Обжарить картофельные оладьи на топленом свином сале или растительном масле. Подавать со сметаной. Или сложив в глубокую чугунную форму и потушить со сметаной. (Красный бор)

Тертухи

Состав продуктов: сырой картофель 5-7 шт., яйцо, мука, соль.

Способ приготовления: картофель, натереть на мелкой терке,

Слить лишнюю жидкость, добавить яйцо, муку, соль. Выпекать картофельные оладьи на раскаленной сковороде. Подавать со сметаной. (Ельно)



Холодец (Студень)



Состав продуктов: Свиная голова, 2-3 луковицы, соль, специи

Способ приготовления: порубить свиную голову, сложить в чугунок, залить водой и поставить в русскую печь или томить на плите на медленном огне часов 5., в конце варки добавить перец горошком, лавровый лист. Готовое мясо отделить от костей, мелко порубить, добавить в эту массу мелкорубленый чеснок, залить бульоном, поставить в холод до полного застывания. Подавать с горчицей, хреном. (Ельно, Тухомичи, Холм)





Щука с квашеной капустой

Состав продуктов: щука на 1 кг, 2 яйца, масло слив. 50 гр., сыр 100 гр., капуста квашеная 500гр.

Способ приготовления: щуку отделить от костей, обвалить в муке, яйце и слегка обжарить. Квашеную капусту отварить до мягкости. Глубокую чугунную сковороду смазать маслом и уложить слоями: капусту, масло сливочное кубиками, рыбу, сыр, тертый на крупной терке, залить сметаной и отправить в печь на 2 часа. (Дунаево)



САЛАТЫ

Винигрет



Состав продуктов: 1 свекла отварная, 2-3 картофелины отварных, 2 моркови отварных, 1 лучина репчатая, 2 огурца соленых, 2 горсти квашеной капусты, масло растительное

Способ приготовления: порезать все ингредиенты мелкими кубиками, заправить нерафинированным растительным маслом. Подавать вместе с малосоленой сельдью. (Тухомичи, Тогодь)





Салат с квашеной капустой

Состав продуктов: 1 редька, капуста квашеная 300 гр., 1 луковица, соль, сахар, растительное масло

Способ приготовления: редьку натереть на терке, добавить капусту (промытую и отжатую по мере необходимости), добавить соль, сахар. Заправить растительным маслом. (Холм)

Салат из свекольных листьев

Состав продуктов: молодые свекольные листья, соль, растительное масло

Способ приготовления: свекольные листья порубить, слегка помять руками, дать постоять 15-20 мин, добавить соль. Заправить растительным маслом. (Холм)

Салат из редьки с морковью

Состав продуктов: редька 1 шт., морковь 1шт., растительное масло или сметана.

Способ приготовления: натереть на крупной терке редьку, морковь, посолить. Заправить по вкусу растительным маслом или сметаной. (Холм)



Салат летний

Состав продуктов: молодые листочки сныти, крапивы, мокрицы, перья лука, яйцо, сметана или масло растительное.

Способ приготовления: яйцо отварить, измельчить. Зелень измельчить, обдав крапиву кипятком, добавить яйцо, перемешать, заправить сметаной или растительным маслом. (Морхово)

Салат весенний

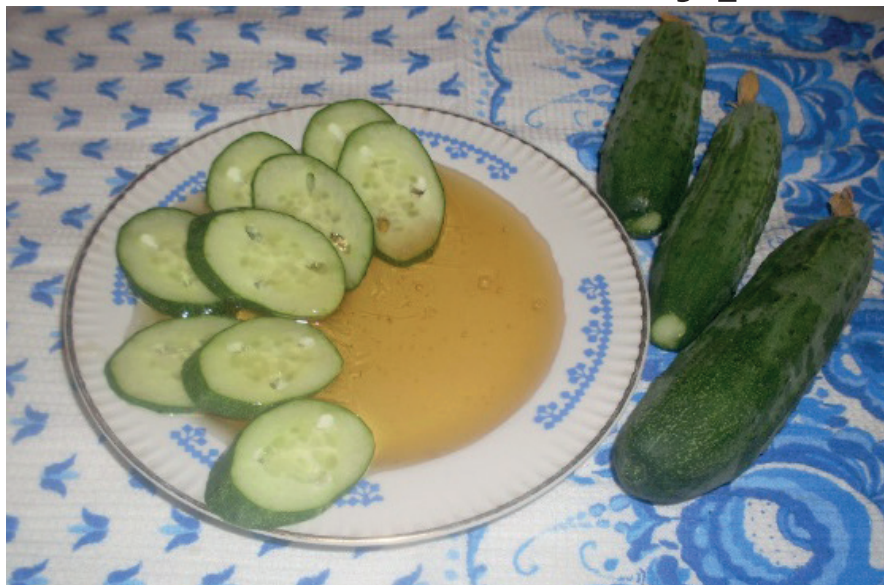
Состав продуктов: белокочанная капуста, грамм 200, 2-3 свежееотваренных картофелины, 1 свежий огурец, 1 яйцо отварное, соль, сметана, укроп.

Способ приготовления: капусту нашинковать, огурец, картофелину и яйцо нарезать кубиками. Перемешать, заправить сметаной, посыпать мелко нарезанным укропом. (Холм)





Огурцы с медом



Состав продуктов: свежие огурцы, мед

Способ приготовления: нарезать свежие огурцы на тарелку колечками, сверху полить жидким медом. (Морхово)



Каша домашняя «Саго»

Состав продуктов: 1кг картофельного крахмала, 10 яиц.

1 способ приготовления: Яйца вбивать поочередно в крахмал и перетирать до образования кринок, шариков. Массу высыпать на большой противень и вновь долго катать, пока не получатся крутые шарики, которые затем отправить на сушку в печь. Крупа готова. Варим кашу: 1 стакан крупы залить двумя стаканами молока, добавить соль и сахар по вкусу и варить до готовности. (Залесье, Ельно)

2 способ приготовления: Испечь блины из крахмала, яиц, соли. Блины порезать тоненько, лапшей, подсушить. Сварить лапшу на молоке (Ельно).





Каша житная

Состав продуктов: жито, вода, соль, льняное масло

Способ приготовления: жито вымочить в воде, истолочь в ступе до крупинок, высушить.

Воду посолить, вскипятить, всыпать. Крупу, сварить кашу. Заправить льняным маслом. (Авдунино)

Каша крахмальная

Состав продуктов: крахмал, яйцо, соль, масло сливочное.

Способ приготовления: крахмал перемешать с яйцом до однородной массы, добавить соль. Полученную массу натереть на крупной терке, оставить при комнатной температуре до полного высыхания. Вскипятить молоко, добавить крупу, сахар по вкусу и варить до загустения. Подавать со сливочным маслом. (Тогодь)





Каша пшенная

Состав продуктов: пшено, молоко, соль, растительное масло, сахар.

Способ приготовления: пшено хорошо промыть, положить в горшок, посолить, залить молоком. Поставить в печь, сварить густую кашу. При подаче полить растительным маслом и посыпать сахаром. (Ельно)

Каша пшенная с тыквой

Состав продуктов: пшено, тыква, молоко, соль, сливочное масло, соль, сахар.

Способ приготовления: сырую тыкву очистить, мякоть порезать кубиками. Пшено промыть. В кипящее молоко высыпать кубики тыквы, пшено, добавить по вкусу соль, сахар, масло сливочное. Поставить в русскую печь на 2 часа. (Тогодь)

Каша перловая

Состав продуктов: крупа перловая 1 стакан, вода 2 стакана, соль, масло сливочное топленое, сливки

Способ приготовления: вскипятить воду, засыпать крупу, варить в печке 2 часа. Подавать с маслом или сливками.



Каша рисовая на топленке

Состав продуктов: 3 литра свежего молока, 1 горсть риса, соль.

Способ приготовления: налить молоко в глиняный горшок, добавить рис, соль и томить в печи 2-3 часа до коричневого цвета. (Дунаево, Ельно)

Каша «Солодовка»

Состав продуктов: зерна ржи, вода, соль

Способ приготовления: рассыпать на мокрой ткани зерна ржи и оставить до появления ростков. Проросшее зерно высушить в печи, истолочь в муку, сварить кашу, посолив по вкусу. Каша получается сладкая, красноватого цвета.

Каша тыквенная

Состав продуктов: Тыква $\frac{1}{4}$, пшено 1 стакан, 100 гр. Сливочного масла, свежее молоко.

Способ приготовления: тыкву мелко порезать, очистив от кожуры и семечек, сложить в глиняный горшок, сверху положить промытое пшено, сливочное масло и влить молоко. Поставить в печь на 2 часа. (Дунаево)



ВЫШЕЧКА

Блины ржаные

Состав продуктов: Мука 400гр., молоко – 3 стакана, дрожжи, соль.

Способ приготовления: муку ржаную просеять, всыпать 200грамм в горшок, добавить дрожжи и развести 1,5 стаканами теплого молока. Оставить в теплом месте до утра. Утром добавить 1,5 стакана теплого молока, соль, муку и выпекать блины на чугунной сковороде в масле. Подавать с селедкой. (Дунаево)

Блины ржаные(преснухи)

Блины ржаные(преснухи) – примитивный способ приготовления блюда, которое чаще всего готовили в пост.

Состав продуктов: ржаная мука, вода, яйцо, соль

Способ приготовления: испечь блины, смазать сверху сладким сиропом. (Красный бор).



Блины с творогом



Состав продуктов: Мука 300гр., молоко, 2-3 яйца, соль.

Начинка: творог, яйцо, чуть сахара

Способ приготовления: муку размешать с молоком, добавить яйца, соль, размешать до полного растворения комков. Испечь блины. Завернуть квадратом начинку, обжарить с 2-х сторон на сливочном масле. Сложить блины в большую сковороду, накрыть крышкой и отправить в печь на 1 час. (Дунаево)





Блины гречневые



Состав продуктов: гречневая мука 0.5 стакана, пшеничная мука 0,5 стакана, молоко 0.5 литра, дрожжи 20 гр., яйцо 5 шт., соль, растительное масло 1 ст.ложка

Способ приготовления: из молока, дрожжей, соли, пшеничной муки поставить опару в теплое место на полтора часа. Затем добавит гречневую муку, 2 яйца, и поставить опять в теплое место на 1 час. Испечь блины, сложить в глубокую сковороду, промазывая каждый блин сырым яйцом и запечь в духовке. (Холм)





Ватрушки из ржаной муки с картофелем

Состав продуктов: вода, ржаная мука, яйца, соль, картофель, молоко.

Способ приготовления: замесить пресное тесто из муки, яиц, соли, воды. Начинка: сварить картофель, истолочь, добавить молоко, сырые яйца, соль. Тесто раскатать в круглый пласт, положить в форму, сверху положить картофельную начинку, края загнуть. Выпеченную в печи ватрушку есть горячей с молоком. (Ельно)

Драчена

Состав продуктов: мука, простокваша, сода, 2 яйца, соль.

Способ приготовления: замесить тесто, сформировать толстые лепешки, выпечь в русской печке. Подавать со сметаной. (Наход)



от глагола дрочить, вздымать, подымать, нежить



Состав продуктов:

Тесто: Мука 500 гр., молоко 200 гр., яйцо 1 шт., соль – по вкусу

Начинка: 1. Творог 300 гр., яйцо 2 шт., сахар 2 ст.л., соль по вкусу.

Начинка: 2. Картофельное пюре, 1 желток, 2 ст.ложки сметаны, соль

Способ приготовления: замесить густое тесто, разделить на несколько частей и раскатать в тонкий блин, толщиной 1см. Положить начинку, защепить края лепешки, уложить на противень, смазанный жиром, выпекать в духовке или в русской печи 15-20 минут.

Картофельную начинку смазать взбитым

7калитки, Kalittoa - не только русская, но и исконно карельская еда. Слово калитка произошло от калита, т.е. - кожаный кошелек. Так звали и того-самого князя Ивана Калиту. В самом деле - калитку с начинкой можно сравнить и с кошельком. В переводе с карельского калитка – восьмерка. Ровно столько компонентов необходимо для приготовления этого блюда) (п. Первомайский)



желтком со сметаной и солью. Подавать теплыми, со сметаной. В холодном виде тоже очень вкусные.

Картофельный пирог с салом

Состав продуктов: ржаная мука, вода, соль, дрожжи – для теста. Картофель, сало свиное, лук – для начинки.

Способ приготовления: замесить тесто, дать расстояться. Для начинки. Сало, лук мелко порезать обжарить. Растопленное сало отделить от шкварок с луком. Сварить картофель, истолочь. Тесто раскатать в пласт, положить картофельное пюре, перемешенное со шкварками и луком. Защепить, испечь. Горячий пирог облить растопленным салом. Подавали в Рождество. (Тогодь)

Лепешки⁸

Состав продуктов: 1 л. молока, 200гр. сливочного масла, 1 ч.л. соли, 50 гр. сахара, 50 гр. дрожжей, 0.5 кг муки.

Способ приготовления: развести в молоке дрожжи, всыпать половина муки и поло-

от слова лепить



вина сахара. Поставить опару в теплое место, чтобы тесто поднялось. Когда опара подойдет, добавить в нее оставшиеся муку, сахар, масло и соль. Тщательно тесто вымесить и выпекать лепешки на сковороде с двух сторон. (Дунаево)

Лепешки

Состав продуктов: для теста: вода, мука ржаная напололам с пшеничной, яйцо, соль.
начинка: творог, яйцо, соль, сахар или картофельное пюре с жареным луком.

Способ приготовления: замесить тесто, раскатать небольшие лепешки, пожарить на сковороде. Готовую лепешку смазать творожной или картофельной начинкой, сложить пополам. Подавать горячими с молоком (Тухомичи)

Лепешки ржаные с творогом

Состав продуктов: картофель, вода, ржаная мука, семена тмина, соль, творог, яйца, сметана.

Способ приготовления: сварить карто-



фель в мундире. Охладить, очистить, прокрутить через мясорубку. В квашню с закваской добавить теплую воду, картофель, муку, соль, тмин. Замесить тесто и поставить в теплое место. Сформировать из теста лепешку, испечь ее в печи до полуготовности. Приготовить творожную начинку: творог растереть с солью, добавить сырые Яйца, сметану (если творог суховат). Вытащить лепешку из печи, смазать творожной массой, перегнуть пополам, запекать в печи до румяной корочки. (Ельно)

Оладьи овсяные



Состав продуктов: овсяные хлопья, молоко, яйцо, яблоко, сахар, соль, сода, сметана, мед.

Способ приготовления: овсяные хлопья замочить на 2 часа в молоке. Добавить



взбитое в пену яйцо, яблоко измельченное на терке, сахар, соль (по вкусу), соду погашенную уксусом. Жарить на растительном масле. Подавать в горячем виде со сметаной или медом. (Морхово)

Пирог⁹



Состав продуктов: вода или молоко 0.5 литра, дрожжи 25-30гр., сахар 2 ст. ложки, четверть чайной ложки соли, масло 150 гр., мука 1 кг.

Способ приготовления: замесить тесто, поставить на расстойку. Приготовить начинку. Поделить тесто на 2 части, раскатать. На одну половину теста положить начинку, закрыть второй частью теста, смазать яйцом, наколоть поверхность вилкой. Дать расстояться пирогу в тепле 30-40 мин. Выпекать

эпраздничная выпечка, от слова пир



30-35 мин в духовке при температуре 180-200 градусов. (Холм)

1. Начинка из моркови. 1 кг моркови очистить, мелко порезать, сложить в кастрюлю, залить 0.5 л. воды, добавить ложку масла и тушить до готовности. Готовую морковь еще раз измельчить, добавить соль, сахар, масло, перемешать, затем добавить рубленое яйцо.

2. Начинка из квашеной капусты . 500гр. квашеной капусты по мере необходимости промыть, отжать и тушить со 100гр. измельченного шпика, 1 ложкой любого жира, плюс одна измельченная луковица.

Хлеб домашний

Состав продуктов: мука – 800 грамм, дрожжи- 30 грамм, вода – 0,5 литра, сливочное масло – 100 грамм, яиц – 5 шт., сахар – 2 столовых ложки.

Способ приготовления: в теплой воде растворить дрожжи, всыпать сахар, влить растопленное масло и взбитые яйца, все перемешать и замесить тесто. Завернуть в льняную салфетку и положить на ночь в хо-



лодное место. Утром сделать из теста каравай, смазать яичным желтком и выпечь. (Дунаево)

Хлеб ржаной с тмином

Состав продуктов: картофель, вода, ржаная мука, семена тмина, соль.

Способ приготовления: сварить картофель в мундире. Охладить, очистить, прокрутить через мясорубку. В квашню с закваской добавить теплую воду, картофель, муку, соль, тмин. Замесить тесто и поставить в теплое место. Когда тесто подойдет, разложить его в формы и дать еще раз подняться. Выпекать в русской печке. (Ельно)



Шульчины, сульчины ¹⁰



Состав продуктов:

Для блинов: молоко 300 гр., мука 0.5 кг, яйцо – 1 шт., соль по вкусу

Для каши: крупа (любая: пшено, рис, манка, кроме гречи)

Способ приготовления: замесить тесто, раскатать блин толщиной с кленовый лист. Выпекать на сковороде с 2-х сторон. С блина убрать остаток муки, с одной стороны смазать сливочным маслом. Сложить блины на блюдо стопкой, чтобы между собой они соприкасались масляной стороной. Сварить густую кашу и в горячем виде положить на сухую сторону блина, свернуть его рулетом, положить на красивое блюдо, подать в горячем виде. (п. Первомайский)

¹⁰старинное древнерусское новгородское блюдо

НАШИТКИ, БИСЕЛИ,
ДЕСЕРТЫ

Брусника моченая

Состав продуктов: брусника свежая 2.5 кг, яблоки антоновка 0.5 кг, вода 2-2.5 литра, сахар 100-150 гр., корица на кончики ножа, гвоздика 4-5 шт.

Способ приготовления: ягоды перебрать, промыть. Яблоки разрезать на четвертинки, середину удалить. Сварить сироп из воды с сахаром, добавить корицу, гвоздику и остудить. В емкость (кастрюлю, бутыл, банка) положить часть ягод, сверху часть яблок, затем опять бруснику и закончить высоким слоем ягод. Залить сиропом, сверху положить легкий гнет. Поставить на холод на 6-8 часов. Можно мочить бруснику без яблок и сахара. (Холм)



Брусника пареная



Состав продуктов: брусника свежая

Способ приготовления: ягоды насыпать в толстостенную емкость и поставить в печь или духовку томиться на несколько часов (Холм)

Взвар



Состав продуктов: 1 кг сухофруктов, 300 гр. сахара, вода.

Способ приготовления: промытые сухофрукты сложить в кастрюлю, добавить



сахар, залить водой на 2-3 см. выше сухофруктов, довести до кипения и варить под закрытой крышкой на медленном огне до готовности. (Дунаево)

Квас

Состав продуктов: вода – 3 литра, черные сушеные ржаные сухари – немного, дрожжи – 1 ст. ложка, сахар – 3 ст. ложки, лимонная кислота- по вкусу.

Способ приготовления: в горячую кипяченую воду положить немного черных сушеных ржаных сухарей. Дать воде остыть, положить дрожжи, сахар, лимонную кислоту. Выдержать 12 часов, процедить, разлить в бутылки, охладить. (Дунаево)



Кисель из черники



Состав продуктов: ягоды черники 1 стакан, сахар $\frac{1}{3}$ стакана, крахмал 2 столовые ложки

Способ приготовления: в кастрюлю влить 2 с половиной стакана горячей воды, растворить сахар, высыпать чернику, вскипятить. В половине стакана развести крахмал, влить тоненькой струйкой в кастрюлю, вновь вскипятить. (Холм)

Кисель молочный

Состав продуктов: молоко 1 литр, вода 0.5 стакана, крахмал 2-4 ст.л., соль, сахар по вкусу.

Способ приготовления: вскипятить молоко, влить тонкой струйкой крахмал, разведенный в воде, добавить соль, сахар, кипятить 2 минуты. Разлить по тарелкам,

❧

остудить. Подавать в холодном виде, с растительным маслом (по вкусу) (п. Первомайский, Ельно)

Кисель овсяный



Состав продуктов:

Ржаной хлеб, корки – 300 гр., овсяные хлопья 200 гр., вода 3 литра, соль по вкусу, растительное масло.

Способ приготовления: в воде замочить овсяные хлопья, ржаные корки (или влить сыворотку) и оставить на ночь для закисания. Утром (когда верхний слой массы поднимется шапкой) всю массу процедить. Закваску кипятить на медленном огне, добавив соль, постепенно помешивать до загустения. Разлить по тарелкам. Остывший кисель раз-

❧

резать кубиками и полить растительным маслом. (п. Первомайский, Дунаево, Ельно, Мамоново, Наход, Тогодь)

Кисель свекольный

Состав продуктов: свекла сушеная, сушеные ягоды малины, черники или сушеные яблоки, крахмал, сахар по вкусу

Способ приготовления: в кипящую воду положить свеклу, ягоды малины или черники или сушеные яблоки, кипятить мин. 20-30, добавить разведенный водой крахмал, довести до кипения, снять с огня.

Крошево (заготовка для щей)



Состав продуктов: зеленые (нижние листья) капусты, семена укропа, тмина, морковь, антоновские яблоки, сахар, соль.



Способ приготовления: листья капусты порубить сечкой в корытце, посолить, добавить укроп, тмин, тертую морковь, яблоки, сахар (по вкусу). Положить в тару, сверху гнет. На 10 кг. Листьев – 200 гр. соли Держать при комнатной температуре до закисания. При приготовлении щей из крошева, яблоки удалить. (Ельно, Морхово)

Кутья

Состав продуктов: 250 гр. риса, 1½ стакана воды, 100 гр. изюма, 100 гр. меда.

Способ приготовления: рис перебрать, промыть, залить кипятком и варить в кастрюле с плотно закрытой крышкой. 3 минуты на сильном огне, 6 минут на среднем огне и 3 минуты на слабом. Затем оставить рис под закрытой крышкой на 15 минут для дальнейшего разваривания. Добавить в рис распаренный изюм и мед.

Сочиво и кутья в старину были главными блюдами на столе в Рождество и Крещенский сочельник. (Дунаево)



Молоко топленое

Состав продуктов: молоко коровье

Способ приготовления: молоко вскипятить, перелить в глиняный горшок, поставить в русскую печь на угли томиться. Когда появится густая коричневая пленка, молоко достать из печи и пить с кусочком сахара. (Тогодь)

Пиво

Состав продуктов: свекла белая сахарная, свекла красная столовая, вода, дрожжи, хмель.

Способ приготовления: Свеклу очистив, нарезать ломтиками и высушить. Затем приготовить сусло: отварить сушеную свеклу в воде 2 раза, каждый раз сливая отвар в отдельную кастрюлю. В отвар положить хмель, немного дрожжей, накрыть и поставить в теплое место на сутки. (Тухомичи)

Пиво домашнее

Состав продуктов: свекла, вода, дрожжи, хмель.

Способ приготовления: красную свеклу порезать на кусочки, залить водой, про-



варить до готовности. Свекольную воду слить, добавить в нее дрожжи и ошпаренный кипятком хмель. Поставить в теплое место для брожения. Готовое пиво разлить в бутылки. (Ельно)

Ряженка по-деревенски

Состав продуктов: 3 литра молока, 0.5 литра сметаны

Способ приготовления: свежее коровье молоко влить в глиняный горшок, поставить в русскую печь на 3-4 часа. Образовавшуюся сверху пенку опускать деревянной ложкой. Когда топленька приобретет светло-коричневый цвет, достать из печки, чуть остудить и еще в теплую массу положить пол-литровую банку сметаны и оставить до утра на краю печки в теплом месте. (Дунаево)

Сочиво

Состав продуктов: 1,5 стакана зерен пшеницы, сахар по вкусу, 150 гр. Мака, 150 гр. Грецких орехов, 5 ст. ложек меда

Способ приготовления: очистить зерна



пшеницы от оболочки и сварить на воде из них жидкую кашу, подсластив по вкусу. Растереть в ступке мак, добавить мед, тщательно перемешать. Маково - медовую кашицу добавить в охлажденную кашу. (Дунаево)

Яблоки моченые



Состав продуктов: яблоки антоновка, сахар, соль, сухая горчица

Способ приготовления: яблоки, сорт Антоновка, промыть, уложить в бочку и залить рассолом.

Рассол: 10 литров сырой, колодезной воды, 400 гр., сахара, 2 ст.л. соли, 2 ст.л. сухой горчицы. (Дунаево)



Домашние дрожжи

Состав продуктов: картофель, пакля льняная, хмель, вода

Способ приготовления: отварить картофель в мундире. Картофельный отвар слить в отдельную посуду. Картофель истолочь, добавить отвар, паклю льняную. Перемешать, добавить хмель (летом свежий, зимой в сушеном виде.) Оставить смесь на сутки. Затем процедить через сито (марлю). Дрожжи применять при выпечки пирогов, домашнего хлеба, а также при домашнем пивоварении. (Морхово)

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ РЕЦЕПТОВ

Б	Картофельные кубики.....	24
Белые грибы, тушеные в сметане.....	Картофельный курник.....	24,25
Блины гречневые.....	Картофельный пирог с салом.....	48
Блины ржаные.....	Каша «Солодовка».....	42
Блины с творогом.....	Каша домашняя «Саго».....	39
Ботвинник.....	Каша житная.....	40
Ботвинья свекольная.....	Каша крахмальная.....	40
Брусника моченая.....	Каша перловая.....	41
Брусника пареная.....	Каша пшенная.....	41
Бульбишники.....	Каша пшенная стыквой.....	41
В	Каша рисовая на топленке.....	42
Ватрушки из ржаной муки с картофелем.....	Каша тыквенная.....	42
Взвар.....	Квас.....	58
Винигрет.....	Кисель из черники.....	58
Г	Кисель свекольный.....	60
Грибной суп.....	Кисель молочный.....	58
Гульбишники.....	Кисель овсяный.....	59
Д	Котлеты рубленые.....	26
Деребанники.....	Крошево (заготовка для щей).....	61
Домашние дрожжи.....	Кутья.....	61
Драники.....	Ж	
Драчена.....	Лепешки.....	48,49
З	Лепешки ржаные с творогом.....	49
Запеканка.....	М	
Запеканка мясная.....	Макалка.....	27
Зельц.....	Макалка на огуречном рассоле.....	28
К	Макалка с зеленым луком.....	28
Квас.....	Макаловка.....	28
Калитки.....	Маканка.....	28
Капустные кочерыги с огуречным рассолом.....	Молоко топленое.....	62
Картофель беленый.....	Молочный суп с домашней лапшой.....	8
Картофель в мундире.....	Молочный суп с клецками.....	8
Картофель со шкварками.....	Мясо вяленое.....	29
Картофель тушеный с мясом.....	О	
Картофельная драчена.....	Овсяная заливка для щей.....	9
	Огурцы с медом.....	38
	Окорок рождественский, запеченный в тесте.....	29





Окрошка.....	9	Щи с крапивой.....	14
Окрошка деревенская.....	9	Щи со щавелем (крапивой).....	116
Окрошка зимняя.....	10	Щука с квашеной капустой.....	34
Окрошка летняя деревенская....	10		
Оладьи овсяные.....	50		
Омлет.....	30		

И

Пиво.....	62
Пиво домашнее.....	62
Пироги.....	51
Преснухи.....	43

Р

Ряженка по-деревенски.....	63
----------------------------	----

С

Салат весенний.....	37
Салат из редьки с морковью.....	36
Салат из свекольных листьев.....	36
Салат летний.....	37
Салат с квашеной капустой.....	36
Свекольник.....	11
Сочиво.....	63
Студень.....	33
Сульчины.....	54

Т

Тепляки.....	31
Тертухи.....	31,32
Тюря.....	11,12

Х

Хлеб домашний.....	52
Хлеб ржаной с тмином.....	53
Холодец.....	33

Ш

Шульчины.....	54
---------------	----

Щ

Щи овсяные с сушеными гриба- ми.....	15
Щи с квашеной капустой и суше- ными грибами.....	13
Щи с рубцом.....	14
Щи с квашеной капустой.....	12





ОТГЛАВЛЕНИЕ

Первые блюда.....	6
Вторые блюда.....	17
Салаты.....	35
Каша.....	39
Выпечка.....	43
Напитки, кисели, десерты.....	55
Алфавитный указатель рецептов.....	66