

КУЛИНАРИЯ



Для тех, кто живет
на одну стипендию

от
МАСЯНИ



КАК ПРОЖИТЬ НА 3 РУБЛИКА В ДЕНЬ,
А ЛУЧШЕ НА 2 РУБЛИКА.

Кулинария от Масяни

(для живущих на одну стипендию)

*Масяне помогала автор книги
Полина Курпатова*

Санкт-Петербург
Издательский Дом «Нева»
2003

УДК 159.9
ББК 36.99
К 93

Все права автора защищены. Ни одна часть этого издания не может быть занесена в память компьютера, либо воспроизведена любым способом без предварительного письменного разрешения издателя.

Курпатова П.В.

К 93 Кулинария от Масяни (для живущих на одну стипендию). — СПб.: Издательский Дом «Нева»; 2003. — 96 с.

ISBN 5-7654-2444-9

Кулинария от Масяни — книга для тех, кто не желает простаивать у плиты целыми днями. Масяня, со свойственным ей юмором, расскажет о способах вкусного и разнообразного питания на триста рубликов в месяц. Вы узнаете, как варить супы из кубиков, которые будут неотличимы от настоящих, как превратить сосиски в аппетитный шашлык, а черствую булочку — в пирожные, а также как за десять минут сделать сытную закуску, если нагрянули друзья. Рекомендована студентам, бюджетникам и прочим лицам, не склонным тратить на еду имеющиеся у них деньги.

УДК 159.9
ББК 36.99

ISBN 5-7654-2444-9

© П. В. Курпатова, 2003
© Издательский Дом «Нева», 2003

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЗАКУСОК	6
1.1 Фишки к пиву	7
«Сытные сухарики»	7
Картофан жареный	8
1.2 Закусон к водочке	9
«Злоба»	9
Салат «Невтерпеж»	10
Салат картофельный	11
Салат из картофеля с парочкой соленых огурцов	12
Салат из картофеля и зеленого гороха	13
«Лук редьки не слаще»	14
Луковая икра	15
Маринованный лучок	16
Бутербродусы горячие	17
Жареная кукуруза с луком	18
2. СУПЫ ИЗ КУБИКОВ	20
Суп картофельный	21
Щи по-простецки	22
Суп, типа, куриный	23
Борщ по-масыньски	23
Капустняк с грибами	24
Рассольник «Питерский»	25
Солянка	26
Солянка мясная	27
Солянка рыбная	28
Солянка грибная	29
Похлебка от Хрюнделя	29
Суп «Аппетитный»	30
Картофанский сгеат-суп	31
Суп луковый с сыром	32
Суп из сыра	33
3. БЛЮДА ИЗ РАСТВОРИМОЙ ЛАПШИ	34
Лапша в томатном соусе	35
Лапша с соусом карри	36
Лапша с луком	37
Лапша с яйцом	38
Лапша со шкварками	38
Лапша с сосисками	39
Лапша с сардельным соусом	39
Лапша с тушеной морковкой и горошком	40
Лапша под чесночным соусом	41
Лапша с баклажанами под майонезом	41
Лапша с грибной икрой	42
Лапша со свеклой	43
Лапша с жареными кабачками	44
Лапша с сырным салатом	44
Лапша с сыром и майонезом	45

Лапша с тушеной капустой	46
Лапша, запеченная с капустой и сыром	46
Яичница с лапшой	47
Лапша с брынзой	48
Лапшевик с яйцом	48
Лапша в томате с колбасой	49
4. БЛЮДА ИЗ СОСИСОК	50
Сосиски с тушеной квашеной капустой	51
Сосиски с рисом и помидорами	52
Ежик из сосисок с жареной картошечкой	53
Сосисочные спиральки	54
Сосиски со спагетти	55
Сосиски с гречкой и свеклой	56
Сосиски в омлете	57
Сосиски с тушеными кабачками	58
Пита с сосиской	59
Горячий бутерброд с сосисками	60
Пицца с сосисками	61
Блинчики с сосисками	62
Сосиска в блине	63
Рифленые сардельки с пшеничкой и зеленым горошком	64
Сырные сосиски со сложным гарниром	65
Сосиска в тесте	66
Жареные пирожки с сосисками	67
Сосиски с баклажанами	68
Сосисочный шашлык	68
5. ДЕСЕРТЫ ИЗ ЧЕРСТВЫХ	
ХЛЕБОБУЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ	70
Пирожное «картошка»	71
Ленивые пирожки	72
Корж «Щелкунчик»	72
Оладьи из сухарей	73
Запеканка из сухарей с морковью	74
Гренки	74
Пирог яблочный из сухарей	75
Шарлотка	76
6. ПРАЗДНИК-ПРАЗДНИК	82
Холодные закуски	83
Салат из свеклы с чесноком	84
Салат «Офигеть»	85
Салат из сладкого перца	86
Магическая тыковка	87
Салат морской	87
Лососьный салат	88
Салат овощной с колбаской	89
Салат с мясом	90
Винегрет овощной	90
Салат «День рождения»	92
Салат «Фруктово-выгодный»	92
Салат «Молодые детеныши крупного рогатого скота в обмотке из вермишели»	93

Кулинария от Масяни (для живущих на одну стипендию)

Книга предназначена для экономных, не страдающих маниями голодания индивидуумов, которые ежедневно сталкиваются с проблемами, как накормить своих близких и себя, не доконав семейный бюджет окончательно.

Сие произведение кулинарно-эпистолярного жанра повествует как грамотно, вкусно и полезно питаться на 10 рубликов в день. Согласитесь, в наше-то время это ой как немаловажно. А посему без лишних разговоров приступим к кулинарным рецептам. Все они, кстати, лично мною опробованы и вполне соответствуют вкусам нынешнего поколения, к которому я себя не без гордости отношу. Дерзайте, и все у вас получится!!!



1. ЗАКУСОН

Закусон — штука актуальная в любое время суток, не зависящая от сезонных колебаний и политических неприятностей. Вряд ли без него может обойтись человек, знающий толк в культурном питии. Вот и я говорю: «Тяжело в деревне без нагана, а на пьянке без закусона». Нет, не думайте, что я призываю к алкоголизму... и прочему моральному разложению. Но ведь мы с вами современные люди, так сказать, человеки, и потому понимаем, что всевозможнейшие праздники и гулянки обычно сопровождаются небольшой, а иногда и достаточно обильной, алкоголи-



зацией. Как говорит один мой корефан: «Пей, да не упивайся». Вот для этого-то нам и потребуется закусончик. Прежде всего, конечно к пиву. Оно, кстати, само по себе офигительно питательный и калорийный продукт, только от «переедания» случаются цирроз и склероз. Чтобы избежать этих, блин, мелких неприятностей, сидящим на пивной диете, рекомендуются разгрузочные дни. Квас и кефир. Для особого мазохизма — ряженка.

«Не-е, я пиво не пью,
я им питаюсь».

Хрюндель

1.1. Фишки к пиву

"Сытные сухарики"

Понадобятся: черный и белый хлеб, соль, специи, майонез или соевый соус, репчатый лук.

Берем старинную буханку черного или белого хлеба, желательного съедобного вида, нарезаем ее кубиками и обжариваем с солью на масле до появления аппетитной хрустящей корочки. Лук

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Хлеб, 700 г	7
2.	Соль, 50 г	0,2
3.	Специи, 15 г	4,5
4.	Майонез 50 г (соевый соус, 20 мл)	1,7
5.	Репчатый лук, 100 г	1
		Итого: 14,4
		1 порция: 2,4

мелко нарезаем и равномерно обжариваем, пока он не приобретет приятный золотистый оттенок.

Для дополнительной остроты вкуса желательно добавить различнейших специй: сухой чеснок, красный и черный перец, карри и полить хлебные кусманчики небольшим количеством соевого соуса или майонеза.

Картофан жареный

Понадобятся: картофель, растительное масло, репчатый лук, зелень.

Картошечку очищаем от кожуры и нарезаем тонкими ломтиками. Теперь солим наш будущий закусон, добавляем специи и обжариваем вместе с луком в масле до румяной корочки. Готовое блюдо украшаем зеленью.

Прелесть и тайный смысл всех масляных закусонов состоит в том, что масло, подобно пленке, окутывает наши многострадальные желудочки, вследствие чего коварный алкоголь имеет меньше шансов поразить наши с вами мозги и другие жизненно важные органы. Поэтому, если уж собрались выпивать, то поглощайте побольше масла, в объемах, пропорциональных количеству того, что вы задумали выпить.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Картофель, 1 кг	6
2.	Растительное масло, 5 ст. л.	6
3.	Репчатый лук, 150 г	1,5
4.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 14,9
		1 порция: 2,48

1.2. Закусон к водочке

Водочка — напиток, типа, клевый, но чреватый печальными последствиями. Поэтому при потреблении (злоупотреблении) этого напитка неплохо бы иметь под рукой надлежащий закусон, помимо утреннего аспирина; иначе можно накушаться в стельку, или как я говорю, в мяско, а то, чего доброго, и в сардельку. Чтобы этого не случилось, советую заранее запастись вышеуказанными продуктами. Если же средства не позволяют приобрести какие-либо шикарные яства, а напитки уже греются на столе, ожидая своей участи в вашем жаждущем организме, я рекомендую проверенные на собственном опыте (то есть, желудке и прочих внутреннихностях) рецепты. Приготовив эти блюда, вы не только спасете свои небогатые, как я догадываюсь, капиталы, но и избежите продолжительной и неприятной встречи с белоснежным приятелем. Ну что, приступим?

"Злоба"

Этот кулинарный, типа, шедевр офигительно экономит ваши бабулясы, благодалябля скромному набору ингредиентов. Кроме того, сей продукт поглощается в небольших количествах — хватит на целую барагузу! Название само за себя и говорит.

Понадобятся: фарш говяжий, картофель, помидоры, лук, морковь, черный и красный перец.

Берете сковороду — самую наигигантскую, растительное масло; соответственно, запузыри-

вается на разгоряченное дно посуды; картофель очищается и нарезается тонкими кусмачиками. Измельченные лук и морковь жарятся на среднем огне 5–7 минут. Потом добавляется фарш и картошка. Фарш жарьте подольше, дабы всяческие аскариды, бычьи цепни и тому подобные твари не имели надежд, необоснованных на выживание. После этого кладете порезанные помидоры и **ОБИЛЬНО ПОСЫПАЕТЕ** молотым **ПЕРЦЕМ**. Полученную субстанцию перемешиваете. Накрыв крышкой, доводите до готовности на слабом огне.

Теперь блюдо полностью готово к употреблению, но только в качестве закуски, ибо не каждый перец выдержит столько перца.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Фарш говяжий, 120 г	7
2.	Помидоры, 500 г	5
3.	Картофель, 1,5 кг	9
4.	Лук, 300 г	3
5.	Морковь, 200 г	2,4
5.	Перец красный и черный, 2 ст. л.	5
		Итого: 31,4
		1 порция: 5,23

Салат "Невтерпеж"

Бывает, припрутся Хрюндель с Лохматом, бойфренды, блин, недобитые... Пузырь на кармане — ну и че делать, бл.-лин? Окосеют ведь — слабачье! Короче, без закуси никуда — стопуднево. Приходится быстренько чавой-то такое мутить. Например, часто прибегаю вот к такому салатцу.

Понадобятся: капуста квашеная, морковь, лук, масло растительное.

Морковь натираем на крупной терке. Репчатый лук мелко нарезаем. Все смешиваем и добавляем нашинкованную квашеную капусту. Теперь всю эту ботвень заливаем маслицем растительным.

Хавать подано. Наливай!!!

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Квашеная капуста, 600 г	9
2.	Морковь, 200 г	2,4
3.	Лук репчатый, 150 г	1,5
4.	Масло растительное, 5 ст. л.	3
		Итого: 15,9
		1 порция: 2,65

Еще в таких нежданно приятных случаях можно использовать картофельные блюда, тем паче картофан всяко должен быть под рукой.

К примеру,

Салат картофельный

Понадобятся: картофель, сливки или молоко, уксус, масло растительное, яйцо, редис, листья салата, зелень петрушки, соль.

Картофель варите в мундире, охлаждаете, очищаете, нарежете кубиками, поливаете горячим молоком или сливками, размешиваете и добавляете соль. Канитель всю эту заправляете растительным маслом с уксусом и измельченной зеленью.

Салат осторожноенько перемешиваете и выкладываете на середину блюда.

Если в такие минуты у вас появляется тяга к некоторому подобию прекрасного, тогда вокруг уложите вымытые и обсушенные листья салата, на них — кружки сваренных вкрутую яиц и редиса. Посолите и сбрызните, типа, уксусом и растительным маслом.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Картофель, 1 кг	6
2.	Молоко, 200 мл	2
3.	Уксус, 1 ст. л.	0,5
4.	Масло растительное, 5 ст. л.	3
5.	Яйца, 3 шт.	5
6.	Редис, 100 г	4
7.	Салат, 100 г	5
8.	Петрушка, укроп, 30 г	5
		Итого: 30,5
		1 порция: 5,08

Или еще вот такой салатик, специально для тех, кого почему-то вдруг потянуло на солененькое:

Салат из картофеля с парочкой соленых огурцов

Понадобятся: картофель, зеленый лук, чеснок, соленые огурцы, зелень, подсолнечное масло, майонез, соль, тест на беременность.

Для начала неплохо бы вымыть и отварить картошечку, предварительно ее очистив. Потом в дымящиеся корнеплоды положить рубленый лук,

столовую ложку зелени, масло и растертый с солью чеснок. Чуете аромат? Аж слюни текут! Теперь толчем все это до получения однородной массы.

Соленые огурчики режем на мелкие кубики и туды закидываем, хорошенечко перемешиваем всю эту фиговину и по вкусу солим. Из полученной зачупатой смеси ляпаем рулет, и выкладываем на овальное блюдо, со всех сторон слегонца поливаем майонезом и в завершение обсыпаем зеленым лучком.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Картофель, 800 г	4,8
2.	Зеленый лук, 50 г	6
3.	Чеснок, 1 шт.	3
4.	Соленые огурцы, 200 г	10
5.	Зелень, 1 ст. л.	1
6.	Подсолнечное масло, 5 ст. л.	3
7.	Майонез, 150 г	5
		Итого: 32,8
		1 порция: 5,47

"Прегнаси тестер" использовать согласно приложенной инструкции.

Также из недорогих и милых моему желудку блюд такой вот салатец:

Салат из картофеля и зеленого гороха

Понадобятся: картофель, консервированный зеленый горошек, зеленый лук, яйца, майонез, жидкость из-под консервированного зеленого горошка.

Очищаете сваренный в мундире картофель, нарезаете кубиками, затем зафигачиваете туда-ма гороху зеленого, мелко нарубленных яиц и все это перемешиваете. Майонез смешивается с жидкостью, в которой прохлаждался зеленый горошек до того, как вы вероломно вскрыли банку с ним, и смесь эта запузыривается в салат.

Блюдо расфуфыривается дольками яйца и мелко нарезанным зеленым луком.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Картофель, 600 г.	3,6
2.	Зеленый горошек, 200 г.	10
3.	Яйцо, 3 шт.	5
4.	Майонез, 150 г.	5
5.	Зеленый лук, 50 г.	6
		Итого: 29,6
		1 порция: 4,93

Ну, после приготовления всех этих блюд чего-чего, а картофана в вашей берлоге уж точно не осталось. Но если вдруг наскребете пару-тройку луковиц, то очередная порция моих эксклюзивных рецептов будет вам весьма кстати. И в качестве закусона — в самый раз!

"Лук редьки не слаще"

Понадобятся: лук репчатый, редька, сметана, зелень.

Берем нож поострее и тончайшими колечками стругаем луковички. Редьку моем, очищаем и

шкрябаем на мелкой терке. Сдабриваем полученный продукт солью и заправляем сметаной. Выкладываем в посудину побольше и сверху посыпаем петрушкой или сельдереем. Вкусняво!!!

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лук репчатый 300 г	3
2.	Редька, 500 г	6
3.	Сметана, 200 г	5
4.	Зелень, 30 г	5
		Итого: 19
		1 порция: 3,17

Луковая икра

Это вкуснейшее лакомство по получаемому в процессе его поглощения удовольствию сравнимо с икрой черной, но, как вы, возможно, догадываетесь, значительно более доступно для нас с вами, не желающих тратить на пищу деньги, которые можно пустить на всякие другие полезные штучки-дрючки.

Понадобятся: репчатый лук, сладкий перец, морковь, белый хлеб, томат-паста, растительное масло, уксус, зелень.

Сначала репчатый лук и сладкий перец мелко мелко нарежем (чтобы ваши бедные глазья не истекли горючими слезами, советую периодически смачивать нож в холодной воде), а морковку натрем на терке. Лук и перец обжариваем и добавляем морковь, томат-пасту и тертый хлеб. Всю эту субстанцию тушим до готовности и, в конце концов, заправив солью и уксусом, получаем готовый про-

дукт. Изготовленную таким образом икру охлаждаем (можно, типа, подуть или выставить на улицу — главное, чтоб не сперли). Ну вот, теперь можно и на хлеб намазывать, и просто так хавать — универсальный, так сказать, закусончик.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Репчатый лук, 800 г	8
2.	Сладкий перец, 250 г	8
3.	Морковь, 200 г	2,4
4.	Белый хлеб, 150 г	2
5.	Томат-паста, 6 ст. л.	10
6.	Растительное масло, 2 ст. л.	1,2
7.	Уксус, 2 ст. л.	1
8.	Зелень, 30 г	5
Итого: 37,6		
1 порция: 6,27		

А уж если вышеперечисленные луковые шедевры кулинарного искусства оставили вас равнодушными, то для вас, мнительных, нерешительных, у меня имеется нечто особенное, от чего ни один уважающий себя потребитель водочки отказаться не сможет, несмотря на то, что для приготовления этой прелести следует запастись терпением. А вот останется ли у вас что закусывать — это уж не мой кариес. Ну что, догадались уже, небось? Конечно...

Маринованный лучок

Понадобятся: репчатый лук, растительное масло, уксус, сахар, лавровый лист, черный перец.

Лук очистить, промыть и нарезать тонкими колечками. Уксус и растительное масло налить в

посудину какую-нибудь, запендюрить туда сахар, соль, лавровый лист, перец и, слегонца помешивая, нагревать. Затем лук быренько охладить и перезапендюрить в другую посудину (только обязательно неокисляющуюся, ну там эмалированную или керамическую, к примеру) и оставить в прохладном и желательном укромном местечке дня эдак на 2–3.

Теперь остается ждать того сладостного момента, когда сочные, хрустящие луковые колечки найдут свой последний приют в ваших, надеюсь, пухленьких животиках.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Репчатый лук, 1,2 кг	12
2.	Растительное масло, 4 ст. л.	3,8
3.	Уксус, 6 ст. л.	3
4.	Сахар, 1 ст. л.	0,5
5.	Лавровый лист, 3 шт.	2
6.	Черный перец, 10 г	3
		Итого: 24,3
		1 порция: 4,05

Бутерброды горячие

Понадобятся: хлеб, сыр, колбаса варенная, помидоры, растительное масло, кетчуп, майонез, зелень.

Для приготовления этого несложного закусончика нарежем хлебушек кусманами, соразмерными со ртами закусывающих. Плюхнем их на сковородень с маслом, а сверху на каждый из них положим пласт сыра, колбасу и кусочки помидоров. Ждем, когда все это станет приятно горяченьким,

снимаем со сковороды, добавляем кетчуп и майонез, буржуазно украшаем помидорами и зеленью.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Хлеб, 700 г	7
2.	Сыр, 300 г	18
3.	Колбаса вареная, 300 г	15
4.	Помидоры, 200 г	2
5.	Растительное масло, 100 мл	4
6.	Кетчуп, 50 г	1
7.	Майонез, 50 г	1,5
8.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 51,9
		1 порция: 8,65

Жареная кукуруза с луком

Кукуруза, как известно, продукт питательный и приятный, тем более не требует каких-либо жутчайших усилий в приготовлении.

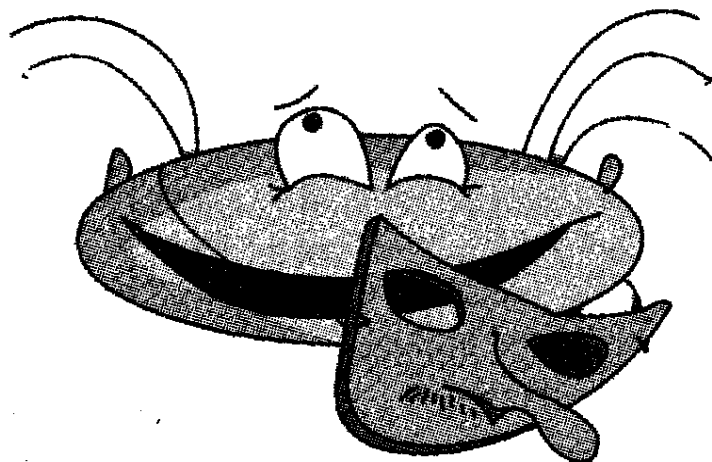
Понадобятся: консервированная кукуруза, лук репчатый, масло растительное, зеленый лук.

Значит так — легким движением руки вскрывается пара жестяных баночек кукурузы, содержимое которых вместе с нашинкованным репчатым луком забрасывается в сковородень с шипя-

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Кукуруза, 2 б. (500 г)	30
2.	Лук репчатый, 200 г	2
3.	Масло растительное, 2 ст. л.	2,4
4.	Зеленый лук, 20 г	3,5
		Итого: 37,9
		1 порция: 6,32

щим маслом и жарится 8–10 минут. После чего
тема вся эта офигительно симпатично выклады-
вается в салатницу горкой и обильно засыпается
зеленым лучком.

Ладно, блин, переходим от баловства к еде.
В лучших домах Европы и Америки процесс этот
начинают с приема жидкости. Только не с пива или
водки, а с супа.



2. СУПЫ ИЗ КУБИКОВ

Когда на курицу уходит меньше бабосов —
борщ сооружается на масле

Масяня

Любой обед должен начинаться с супчика. Отсутствие такового ведет, уважаемые, к тому, что желудки ваши многострадальные, и без того нездоровой пищею замученные, в диких коликах начинают сотрясаться. Нет, что ни говорите, а без супчика никак. А уж в приготовлении всевозможных супов мне равных нет. Вот и Хрюндель говорит: "Ты, Масяня, может, и прибабахнутая слегка, но щи готовишь просто обалденно!". Вот так-то! Но что делать, когда понимаешь всю важность супа для пищеварительного про-



цесса и время на готовку вроде как есть, а вот с бабулясами напряженка? Тут к вам на помощь приходят мои рецепты. Чтобы в строгом соответствии с ними приготовить наивкуснейший супец, вам придется скидываться не более, чем по пять-семь рублей с носа (вернее со рта). А что сейчас можно купить на эти деньги? Даже штук нормальных — и то вряд ли! Порадуйте своих изголодавшихся корефанов супчиками от Масыни!

Суп картофельный

Понадобятся: говяжьи бульонные кубики, картофель, лук, лавровый лист, черный перец, растительное масло.

В кипящую воду забулькиваем кубики, тем временем сытно обжариваем в масле лук. Картофан стругаем аккуратненькими такими квадратиками и вместе с луком бросаем в кипящий бульон. Затем добавляем соль, лавровый листик, перец и варим полчасика, по-любому.

Перед тем как схавать этот супчик, засыпаем его укропом или зеленью петрушки.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 3 шт.	4,5
2.	Картофель, 800 г	4,8
3.	Лук репчатый, 150 г	1,5
4.	Лавровый лист, 3 шт.	2
5.	Черный перец, 10 г	3
6.	Растительное масло, 2 ст. л.	2,4
		Итого: 18,2
		1 порция: 3,03

Между прочим, этот картофанский суп можно забабахать и с грибными кубиками. При таком раскладе туда неплохо бы забросить консервированные грибы (не поганки).

Ши по-простешки

Это, кстати, любимый хрюнделевский супчик, торкающий его офигенно своей простотой и душевностью. Приготовление его элементарно, не напряжно и недорого.

Понадобятся: бульонные кубики со вкусом бекона, морковь, лук, квашеная капуста, картофель, помидоры, зелень.

В готовый бульон из кубиков положим очищенную и наструганную морковку, петрушку, лук. Потом в нашу кастрюльку добавляем приобретенную у бабушек квашеную капусточку, крупно порезанный картофан и соль. Теперь всю эту лабуду варим 15–20 минут. За 5 минут до готовности закидываем нарезанные на дольки помидорки, после чего разливаем по тарелкам и посыпаем укропом или зеленью петрушки.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 3 шт.	4,5
2.	Морковь, 200 г	2,4
3.	Репчатый лук, 200 г	2
4.	Квашеная капуста, 500 г	7,5
5.	Картофель, 500 г	3
6.	Помидоры, 200 г	2
7.	Зелень, 30 г	5
	Итого:	26,4
		1 порция: 4,4

Суп, типа, куриный

Понадобятся: куриные кубики, лук, сельдерей, морковь, укроп, лапша, черный перец.

В кипящую воду кидаем куриные кубики, туда же запендюриваем обжаренные лук и морковку. Все это варится на медленном огне при постоянном помешивании 5 минут. Потом добавляем лапшу и ждем еще 5 минут, опять же помешивая. Теперь выключаем газ под кастрюлькой и бросаем в нее черный перец. Перед подачей на стол супец расфуфыриваем корешочком сельдерея и веточкой укропа.

Вряд ли голодные гости заметят отсутствие в супчике курицы, а неповторимый куриный аромат создаст полную иллюзию наличия в тарелке аппетитного крылышка. Так зачем тратить больше?

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 3 шт.	4, 5
2.	Репчатый лук, 150 г	1,5
3.	Лапша, 300 г	3,6
4.	Морковь, 150 г	1,8
5.	Укроп, 20 г	3,5
6.	Сельдерей, 20 г	3,5
7.	Черный перец, 10 г	3
		Итого: 21,4
		1 порция: 3,57

Борш по-масыньски

Понадобятся: кубики со вкусом бекона и говядины, капуста, свекла, морковь, петрушка, сельдерей, лук, томат-паста, сахар, лавровый лист, черный перец.

Свекла, накрошенная соломкой, тушится в закрытой кастрюле с добавлением сахара, масла, томат-пасты и дэшки воды. Отдельно пассируется лук, морковь, корни сельдерея или петрушки и за 10 минут до окончания тушения всю эту ботву кладем в свеклу.

В кипящий бульон положим покоцанную соломкой капусту и четвертованный кубиками картофель, а через 10 минут прибавим тушеную свеклу со спассированными кореньями и луком. За 10–15 минут до финала варки закинем приправы — лавровый лист, перец и соль.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 4 шт.	6
2.	Капуста, 400 г	3,2
3.	Свекла, 500 г	5
4.	Морковь, 200 г	2,4
5.	Петрушка, 30 г	5
6.	Сельдерей, 20 г	3,5
7.	Репчатый лук, 200 г	2
8.	Томат-паста, 200 г	10
9.	Сахар, 1 ст. л.	0,5
10.	Лавровый лист, 3 шт.	1
11.	Черный перец, 10 г	3
		Итого: 41,6
		1 порция: 6,93

Капустняк с грибами

Понадобятся: грибные бульонные кубики, грибы сушеные, картофель, капуста квашеная, лук, морковь, петрушка, шпик, сахар, лавровый лист, перец.

Сначала забацаем грибной отвар, и в него положим картофан. Доведем его до полуготовности

и добавим грибы, пассированный на шпике лук с морковью, а также тушенную в грибном отваре капусту. Все это заправляем солью, перчиком и лавровым листом.

Супешник готов. Поедая его, невольно вспоминается лето, походы по грибы, купания в болотах наиразличнейших, веселые попойки у костра, кваканье лягушек темными вечерами... Да и вообще супчик такой душевный, на романтику что-то тянет. М-да, бывает.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 2 шт.	3
2.	Грибы сушеные, 50 г	7,5
3.	Картофель, 400 г	2,4
4.	Капуста квашеная, 500 г	7,5
5.	Лук репчатый, 100 г	1
6.	Морковь, 50 г	0,6
7.	Петрушка, 30 г	5
8.	Шпик, 30 г	1,5
9.	Сахар, 1 ч. л.	0,25
10.	Лавровый лист, 3 шт.	1
11.	Черный перец, 5 г	1,5
		Итого: 27,75
		1 порция: 4,63

Рассольник "Питерский"

Понадобятся: бульонные кубики, крупа перловая, картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, томат-паста, маргарин, петрушка, укроп, зеленый лук, черный перец.

Перловку перебираем, промываем под струей холодной воды, заливаем кипятком, варим до готовности. Затем запердоливаем ее в кипя-

щий кубиковый бульон и варим 15–20 минут. Пассеруем на маргарине лук и морковку и вместе с нарезанным брусочками картофаном хрена-чим в общую бадью, где варим все это дело еще 15–20 минут.

После этого запендриваем припущенные огурцы, лавровый лист, перец и кипятим. Наконец, заправим огуречным рассолом, который, оказывается, может сгодиться и для таких целей. По-даем на стол в посыпанном зеленью виде.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 3 шт.	4,5
2.	Крупа перловая, 100 г	0,8
3.	Картофель, 400 г	2,4
4.	Морковь, 50 г	0,6
5.	Лук репчатый, 50 г	0,5
6.	Огурцы соленые, 100 г	5
7.	Томат-паста, 2 ст. л.	3,4
8.	Маргарин, 20 г	1,5
9.	Петрушка, 10 г	1,7
10.	Укроп, 10 г	1,7
11.	Зеленый лук, 20 г	3,5
12.	Черный перец, 5 г	1,5
		Итого: 27,1
		1 порция: 4,52

Солянка

Солянки являются одним из самых острейших блюд среди заправочных супов. Готовят их на крепких бульончиках и непременно сдабривают солеными огурцами, томат-пастой, оливками или маслинами. Все эти компоненты, наизвестатнейшие по своей сути, придают солянкам специфический острый вкус. Я предлагаю вам три вида солянок,

каждый из которых обладает своим очарованием и, безусловно, пленит вас с самой первой тарелки.

Солянка мясная

Понадобятся: бульонные кубики с беконом, сосиски, лук репчатый, огурцы соленые, маслины, томат-паста, масло сливочное, сметана, зелень, лимон, перец.

В кипящий бульон кидаем пассированный в сливочном масле лук с добавлением томат-пасты. Избавляем огурцы от кожицы, нарезаем их кубиками и отправляем в тот же самый бульончик в компании с маслинами и перчиком. Нарезанные тонкими ломтиками сосиски запустим по вышеуказанному маршруту.

Варим всю эту канитель 5–10 минут. При подаче на стол в тарелку плюхнем сметану, зелень, лимончик ну и все остальное по вашему вкусу, ибо к

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 3 шт.	4,5
2.	Сосиски, 200 г	8,8
3.	Лук репчатый, 100 г	1
4.	Огурцы соленые, 100 г	4
5.	Маслины, 50 г	2,5
6.	Томат-паста, 2 ст. л.	3,4
7.	Масло сливочное, 20 г	1,2
8.	Сметана, 3 ст. л.	2
9.	Зелень, 20 г	3,4
10.	Лимон, 15 г	1
11.	Перец, 5 г	1,5
		Итого: 33,3
		1 порция: 5,55

приготовлению солянки можно и даже нужно подходить творчески, не боясь экспериментировать.

Солянка рыбная

Понадобятся: овощные бульонные кубики, горбуша, лук репчатый, огурцы соленые, маслины, масло сливочное, томат-паста, лимон, зелень, перец.

Вскрываем банку с консервированной горбушей, слегонца рыбешку измельчаем и закладываем в кипящий бульон.

Лук нарезаем соломкой и пассируем на сливочном масле с добавлением томат-пасты. Огурцы очищаем от кожицы, нарезаем кубиками и припускаем с добавлением бульона из наших любимых кубиков. У маслин удаляем косточки (если таковые имеются). Все вышеперечисленные продукты плюс перец кидаем в бульон. Кипятим будущую солянку в течение 5–10 минут.

Подавая на съедение, добавляем зелень и кусочки лимона.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 2 шт.	3
2.	Горбуша, 250 г	18
3.	Лук репчатый, 100 г	1
4.	Огурцы соленые, 100 г	4
5.	Маслины, 50 г	2,5
6.	Масло сливочное, 20 г	1,2
7.	Томат-паста, 2 ст. л.	3,4
8.	Лимон, 15 г	1
9.	Зелень, 20 г	3,4
10.	Перец, 5 г	1,5
		Итого: 39
		1 порция: 6,5

Солянка грибная

Понадобятся: грибные бульонные кубики, сушеные грибы, сосиски, лук репчатый, огурцы соленые, маслины, томат-паста, сметана, зелень, перец.

Отвариваем сушеные грибочки, шинкуем их меленько. Технология приготовления совершенно идентична той, что была указана выше. Но, конечно, вкус благодаря наличию грибов меняется радикально.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 2 шт.	3
2.	Сушеные грибы, 100 г	15
3.	Сосиски, 200 г	8,8
4.	Лук репчатый, 100 г	1
5.	Огурцы соленые, 100 г	4
6.	Маслины, 50 г	2,5
7.	Томат-паста, 2 ст. л.	3,4
8.	Сметана, 3 ст. л.	2
9.	Зелень, 20 г	3,4
10.	Перец, 5 г	1,5
		Итого: 41,6
		1 порция: 6,93

Похлебка от Хрюнделя

Понадобятся: говяжьи бульонные кубики, картофель, морковь, лук репчатый, чеснок, сливочное масло, зелень, лавровый лист, перец.

В кипящий бульон заложим картофан, нарезанный брусочками. Когда он будет почти готов,

добавим морковку, предварительно пропассеированную на сливочном масле. Теперь варим эту лабудень до готовности. Бульон снимаем с огня и плюхаем туда измельченный лук, перец, лавровый лист, чеснок.

Супешник готов. Рецепт его поведал мне Хрюндель, заявившийся как-то вообще никакой и жрать бесцеремонно потребовавший. Хе-хе... Что я ему, шеф-повар? Тем более, что от нас давеча даже тараканы ушли к соседям, спасаясь от голодной смерти. Говорю: "Что найдешь, чувырла — все твое!". Слышу, посудой гремит... Хозяйственный попался, другой бы шаверму по дороге слопал — непоправимый удар для бюджета.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 3 шт.	4,5
2.	Картофель, 400 г	2,4
3.	Морковь, 50 г	0,6
4.	Лук репчатый, 50 г	0,5
5.	Чеснок, 2 дольки	0,7
6.	Сливочное масло, 10 г	0,6
7.	Зелень, 20 г	3,4
8.	Лавровый лист, 3 шт.	1
9.	Перец, 5 г	1,5
		Итого: 15,2
		1 порция: 2,53

Суп "Аппетитный"

Понадобятся: бульонные кубики со вкусом бекона, картофель, лук репчатый, сало, мука, зелень, перец.

Готовим бульончик из кубиков, в него закладываем картофан, нарезанный мелкими ломтика-

ми, измельченный лук, специи. Спассированную на сале муку разводим дэшкой бульона и вливаем в готовящийся супешник.

Кстати, получается действительно аппетитное блюдо. Попробуйте, останетесь довольны. По-любому!

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 4 шт.	6
2.	Картофель, 400 г	2,4
3.	Лук репчатый, 100 г	1
4.	Сало, 50 г	2,5
5.	Мука, 2 ст. л.	1
6.	Зелень, 20 г	3,4
7.	Перец, 5 г	1,5
		Итого: 17,8
		1 порция: 2,97

Картофанский cream-суп

Понадобятся: говяжьи бульонные кубики, картофельные хлопья, сметана, яйцо, зелень, черный молотый перец.

В горячий кубический бульон всыпем и хорошо размешаем картофанские хлопья, добавим пе-

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 2 шт.	3
2.	Картофельные хлопья, 2 стакана	10
3.	Сметана, 150 мл	5
4.	Яйцо, 1 шт.	1,7
5.	Зелень, 20 г	3,4
6.	Молотый черный перец, 5 г	1,5
		Итого: 24,6
		1 порция: 4,1

рец, сметану, измельченную зелень петрушки и укропа. Сырой желток разотрем в стакане, вливая понемножку горячий, но не кипящий бульон. Потом заправим наш суп-крем этим желтком. Подержим многострадальный желток чутка на огне, не доводя до кипения.

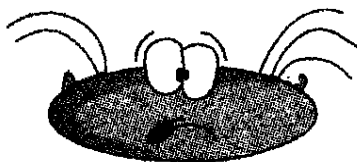
Суп луковый с сыром

Понадобятся: овощные бульонные кубики, лук репчатый, масло сливочное, мука, сыр, перец, зелень.

Лук мелко порежем и спассируем на маслице до темно-золотистого цвета, посыпем мукой, перемиксуем, подрумяним, добавим соль, перец, сложим все это в кастрюлину, зальем все это бульоном из кубиков. Варим 20 минут на медленном огне.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Бульонные кубики, 2 шт.	3
2.	Лук репчатый, 400 г	4
3.	Масло сливочное, 50 г	3
4.	Мука, 2 ст. л.	1
5.	Сыр, 50 г	3
6.	Черный молотый перец, 5 г	1,5
7.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 18,9
		1 порция: 3,15

За 5 минут до окончания варки посыпем супешник тертым сыром. При подаче на стол украсим зеленью и сдобрим перчиком.



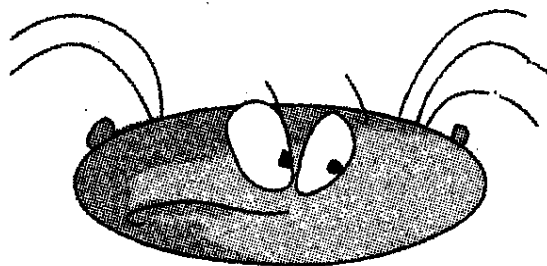
Суп из сыра

Понадобятся: бульонный кубик, сырок плавленый, мука, яйца, зелень, красный молотый перец, лук зеленый.

Плавленый сырок натираем на терке или, наоборот, мелко нарезаем. Заливаем кипятком, кипятим кубик и варим на слабом огне, пока не исчезнут комочки. За 5 минут до конца варения столовую ложку хлопотного супца введем клецки. Для клецок воспользуемся яйцами, мукой, водой, из которых замесим некрутое тесто.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Кубик бульонный, 1 шт.	1,5
2.	Сырок плавленый, 200 г	10
3.	Мука, 150 г	1,5
4.	Яйца, 2 шт.	3,4
5.	Зелень, 30 г	5,1
6.	Красный молотый перец, 5 г	1,5
7.	Зеленый лук, 20 г	3,4
		Итого: 26,4
		1 порция: 4,4

Ну вот, между первым и вторым, в перерыве перекур. Хотя, конечно, Минздрав предупреждал, предупреждает и предупреждать будет.



3. БЛЮДА ИЗ РАСТВОРИМОЙ ЛАПШИ

Лапша, это, блин, та же яичница,
только с мукой
и пропущена через мясорубку.

Масяня

Что может быть дешевле и проще в приготовлении, чем растворимая лапша? При всех этих неоспоримых достоинствах лапша также отличается великолепнейшим вкусом (короче, фильдеперсовая тема).

Тем более, отнимает эта самая тема ничтожное количество драгоценнейшего времени, ибо не требуется усердной варки-жарки и тому подобных уто-



мительных процессов. Элементарно до невозможности: заливаем бурлящим кипятком, и лапша наша быстрого приготовления является уже продуктом, готовым во всех отношениях. А для улучшения качества лапши просто используются всякие разные искусственные добавки. Если желудки ваши переполнены журчащими пищеварительными соками, вызванными обильным поглощением моих фирменных супчиков, то блюда из лапши — поляна более чем звездная! В запасе у меня имеется пара десяточков сытных рецептурных фишек, дабы внести разнообразие и нехреново поднапитаться.

Если услышите, что, мол, растворимая лапша вредява для здоровья — ботва это. Китайцы данную жратву придумали и этим сказано все. Во всем мире рождаемость падает, а в Китае прям беда, некуда девать новеньких китайцев.

Лапша в томатном соусе

Понадобятся: растворимая лапша, лук репчатый, томат-паста, мука, сахар, сливки, помидор.

Для начала надо приготовить соус, который будет значительно круче, чем те малоприглядные субстанции, которые в разных забегах, гордо именующих себя супер-пупер-маркетами стоят просто бешеных деньжищ. Мелко порезанный лук обжариваем, тем временем смешивая муку с водой (желательно, не из-под крана) до получения однородной массы без комков. Заливаем полученной смесью лучок, щедро солим все это дело. Теперь зафигачиваем туда томат-пасту, сахарок и сливки. Аккуратненько снимаем с помидорчика кожицу, а мякоть нарезаем малюсенькими такими кубиками, ко-

торые кладем в будущий соус. Перемешиваем и нагреваем минут эдак 5 или 6 (главное не передержать). Последний аккорд: накрываем крышкой и даем продукту чуток потомиться. Соус готов.

Заливаем лапшу кипяточком (смотрите, сами не ошпарьтесь насмерть, драгоценнейшие мои лопухи, у меня еще много рецептов). Пусть постоит минутки 3–4. Эстетично вываливаем на блюдо готовую лапшичку и сверху обильно сдабриваем нашим смачным и забористым соусом.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Репчатый лук, 200 г	2
3.	Томат-паста, 100 г	5
4.	Мука, 2 ст. л.	1
5.	Сахар, 1 ст. л.	0,5
6.	Сливки, 2 ст. л.	1
7.	Помидор, 1 шт.	1,5
		Итого: 17
		1 порция: 2,83

Лапша с соусом карри

Понадобятся: растворимая лапша, репчатый лук, яблоко, порошок карри, бульонный кубик, растительное масло, молоко, мука, сахар, молотый черный перец.

Лучок нарезаем элегантными колечками и обжариваем на массивной сковороде в шипящем масле. Яблочко мелко настругиваем изящными кусманами и соединяем с луком, готовится все это на среднем огне.

Муку разводим в молоке, добавляем бульонный кубик и насыпаем ложечку карри. Раствор сей

выливаем в нашу сковороду и греем на небольшом огне 6-7 минут. Потом по вкусу солим, перчим и перемешиваем.

Залитую кипятком лапшичку сдабриваем соусом и уплетаем за обе щеки.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Репчатый лук, 200 г	2
3.	Яблоко, 1 шт.	1,5
4.	Порошок карри, 1 ч. л.	3
5.	Бульонный кубик, 1 шт.	1,5
6.	Растительное масло, 2 ст. л.	2,4
7.	Молоко, 100 мл	1
8.	Мука, 2 ст. л.	1
9.	Сахар, 1 ч. л.	0,25
10.	Молотый черный перец, 10 г	3
		Итого: 21,65
		1 порция: 3,61

Лапша с луком

Понадобятся: растворимая лапша, лук репчатый, масло сливочное, перец черный.

Нарубаем лучок мелкими кубиками, пассируем на масле сливочном, до золотистого цвета. Перчим, солим и смешиваем с лапшой.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Лук репчатый, 150 г	1,5
3.	Масло сливочное, 50 г	3
4.	Молотый черный перец, 5 г	1,5
		Итого: 12
		1 порция: 2

Лапша с яйцом

Понадобятся: растворимая лапша, яйца, майонез, лук зеленый, петрушка, укроп.

Яйца отвариваем вкрутую, на то они, собственно, и яйца. Шинкуем крутые яйца кубиками. Полученный, так сказать, съедобный продукт не перемешиваем с лапшой, а элегантно им заправляем. Байдю эту, значит, майонезом сверху поливаем. Для усиления эстетического восприятия рекомендую сверху лучком зелененьким, петрушечкой и укропом разукрасить.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Яйца, 3 шт.	5
3.	Майонез, 150 г	5
4.	Зелень, 30 г	5
		Итого: 21
		1 порция: 3,5

Лапша со шкварками

Понадобятся: лапша растворимая, шпик, лук репчатый.

Нарезанный кусочками шпик обжариваем на

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Шпик 200 г	10
3.	Лук репчатый, 150 г	1,5
		Итого: 17,5
		1 порция: 2,92

сильно разогретой сковороде. Зарумянившиеся шкварки кладем в лапшу. На вытопившемся жире спассеруем лучок и туда же его плюхнем. Хорошо размешаем.

Лапша с сосисками

Понадобятся: лапша растворимая, сосиски, кетчуп.

Покупаем дешевейшие сосисочные изделия, нарезаем их кружочками или половинками кружочков. Обжариваем их на сковородке, смотрите только, чтобы не остались сплошные черные угольки (канцерогены вредны для наших желудочков!). Соединяем теперь готовые, с румяной корочкой, сосисочки с лапшой. Последний штрих — щедро зальем кетчупчиком поострее.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая. 500 г	6
2.	Сосиски, 300 г	13,5
3.	Кетчуп, 50 г	1
		Итого: 20,5
		1 порция: 3,42

Лапша с сардельным соусом

Понадобятся: лапша растворимая, сардельки, яйцо, плавленый сырок, сметана, молотый перец.

Сардельки нарезаем мелко-мелко и обжариваем на слабом огне. Параллельно фигачим соус: желток растираем с плавленным сырком, постепен-

но добавляем сметану, соль, перец. Данное месиво выливаем в горящиеся сардельки и варим до загустения, постепенно помешивая. Ну и, наконец, положим наш фееричнейший соус в лапшу.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Сардельку, 150 г	6
3.	Яйцо, 1 шт.	1,7
4.	Плавленный сырок, 1 шт.	8
5.	Сметана, 3 ст. л.	2
6.	Молотый перец, 5 г	1,5
		Итого: 25,2
		1 порция: 4,2

Лапша с тушеной морковкой и горошком

Понадобятся: лапша растворимая, морковь, мука, молоко, зеленый горошек, молотый перец, укроп, петрушка.

Морковь крошим кубиками и припускаем с молоком. Муку обжариваем, соединяем с молоком и провариваем. Морковку смиксуем с зеленым го-

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Морковь, 250 г	3
3.	Мука, 2 ст. л.	1
4.	Молоко, 100 мл	1
5.	Зеленый горошек, 150 г	7,5
6.	Молотый перец, 5 г	1,5
7.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 23,4
		1 Порция: 3,9

рошником и зальем соусом. Затем все непременно посолим, поперчим, добавим укропчик и прогудим канитель эту 3-5 минут.

Лапша под чесночным соусом

Понадобятся: лапша растворимая, мука, чеснок, молотый перец.

Для соуса: муку обжариваем на масле до светло-желтого цвета, от души посыпаем перцем, солим, варим до загустения, в конце вводим толченый чеснок (борщить с данным продуктом необязательно, тем более, если планируются какие-либо мероприятия в социуме). Соус готов, осталось смешать его с лапшой.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Мука, 2 ст. л.	1
3.	Чеснок, 6 долек	2
4.	Молотый перец, 5 г	1,5
		Итого: 10,5
		1 порция: 1,75

Лапша с баклажанами под майонезом

Понадобятся: лапша растворимая, баклажаны, майонез, масло растительное.

Синие (то бишь, баклажаны) тщательно промываем, дабы очистить их от всяческих вредоносных бактерий и вирусов. Если кожица синего груба и может, к примеру, застрять в зубах, то ее необходимо устранить

с нежного тела овоща. Нарезаем эти плоды кружочками, солим и обжариваем на растительном масле. И когда все это божественное великолепие подается к столу, заливаем его майонезом и добавляем к лапше.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Баклажаны, 400 г	2,4
3.	Майонез, 250 г	8,5
4.	Масло растительное, 2 ст. л.	2,4
		Итого: 19,3
		1 порция: 3,22

Лапша с грибной икрой

Понадобятся: лапша растворимая, грибы сушеные, масло растительное, лук репчатый, уксус, молотый черный перец.

Используем заготовленные летом сушеные грибочки (боровики там всякие, подосиновики). Если в вашем хозяйстве такой роскоши не наблюдается, придется воспользоваться услугами бабушек с рынка. Как бы то ни было, грибы надо отварить и мелко-мелко нарезать. Рубленый репчатый

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Сушеные грибы, 100 г	15
3.	Масло растительное, 2 ст. л.	2,4
4.	Лук репчатый, 150 г	1,5
5.	Уксус, 1 ст. л.	0,5
6.	Перец черный молотый, 5 г	1,5
		Итого: 26,9
		1 порция: 4,48

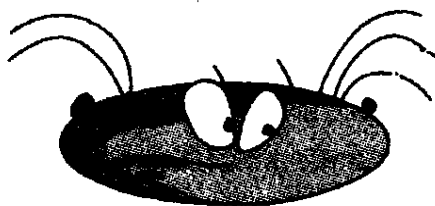
лук пассеруем на растительном масле, запузыриваем грибы и тушим все это дело 15–20 минут. Готовую икру заправляем уксусом, солью и перцем. Подаем к лапше и быстренько хаваем, пока на чудный запах не прибежали соседи.

Лапша со свеклой

Понадобятся: растворимая лапша, свекла, растительное масло, лимонная кислота, лук зеленый, яблоко, сахар.

Свеклу отвариваем до полуготовности, трем на крупной терке, добавляем соль, сахар, растительное масло, зеленый лук, лимонную кислоту. Тушим всю эту смесь 10–15 минут, постоянно помешивая, дабы не подгорело. Потом охлаждаем, разукрашиваем кусочками яблока и перемещаем готовый продукт в огромное блюдо с лапшой.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Свекла, 200 г	2
3.	Растительное масло, 1 ст. л.	1,2
4.	Лимонная кислота, 1 г	0,3
5.	Лук зеленый, 15 г	3,5
6.	Яблоко, 1 шт.	1,5
7.	Сахар, 1 ч. л.	0,25
		Итого: 14,75
		1 порция: 2,46



Лапша с жареными кабачками

Понадобятся: растворимая лапша, кабачки, масло растительное, майонез, чеснок.

Кабачки нарезаем кубиками, предварительно очистив от кожуры, чтобы не обезобразить вкус приготавливаемого блюда. Обжариваем их на растительном масле, поливаем майонезом и на 5 минут скрываем крышкой от посторонних глаз. В готовые кабачки добавляем измельченный чеснок и соль.

Кабачки придают лапше божественный нежный вкус и аромат, поэтому поглощение этого блюда вашими гостями всегда сопряжено с нескрываемой радостью и довольными ухмылками.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Кабачки, 400 г	2,4
3.	Масло растительное, 2 ст. л.	2,4
4.	Майонез, 50 г	1,7
5.	Чеснок, 3 дольки.	1
		Итого: 13,5
		1 порция: 2,25

Лапша с сырным салатом

Понадобятся: лапша растворимая, сыр, яйца, лук зеленый, майонез, чеснок.

Для салата нам непременно пригодятся яйца, так, что, уважаемые, пара-тройка, должна быть у вас в запасе. После того, как мы заварили вкрутую яйца, нарежем их мелкими кубиками и замешаем с сыром, натертым на крупной терке. Для придания офи-

тительно пикантного вкуса добавим толченого чеснока. Потом изготовленную аппетитнейшую продукцию заливаем майонезом и оставляем на холоде минуточек так на двадцать.

Когда лапша наша универсальнейшая совсем уж дождется своего соседа по посудине, на вторую половину той посуды симпатичненько выложим охлажденный салат, сохранив таким образом вкусовую индивидуальность приготовленных нами блюд.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Сыр, 200 г	12
3.	Яйца, 2 шт.	3,4
4.	Лук зеленый, 15 г	3,5
5.	Майонез, 150 г	5
6.	Чеснок, 2 дольки	0,65
		Итого: 30,55
		1 порция: 5,09

Лапша с сыром и майонезом

Понадобятся: лапша растворимая, сыр, майонез.

Сыр самым тщательным образом натираем на терке, заливаем майонезом, аккуратненько размешиваем всю эту вкуснятину и выкладываем на готовую ароматнейшую лапшу. Легко и приятно!

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Сыр, 300 г	18
3.	Майонез, 150 г	5
		Итого: 29
		1 порция: 4,83

Лапша с тушеной капустой

Понадобятся: растворимая лапша, капуста, сало, лук, мука, помидоры.

Шинкуем небольшой кочашок капусты, солим и даем постоять минут 15–20. Тем временем тушим нарезанные помидоры в собственном соку до тех пор, пока они не станут мягкими. Капусту отжимаем, складываем в кастрюлю, добавляем обжаренный лук с кусочками сала. Туда же плюхаем тушеные помидоры, тушим все это на слабом огне до готовности и перемешиваем с лапшой.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Капуста, 400 г	4
3.	Сало, 100 г	5
4.	Лук репчатый, 150 г	1,5
5.	Мука, 2 ст. л.	1
6.	Помидоры, 200 г	2
		Итого: 19,5
		1 порция: 3,25

Лапша, запеченная с капустой и сыром

Понадобятся: растворимая лапша, капуста, масло сливочное, сыр, яйца, молоко.

Капусту шинкуем и припускаем с солью и маслом. Лапшичку заливаем кипятком, и когда она будет готова, смешиваем с капустой и частью заранее припасенного тертого сыра. Полученную, пока что, малосъедобную массу выкладываем в форму,

вливаем взбитыми с молоком яйцами. Посыпаем второй половиной сыра и запекаем в духовке.

Изготовленное таким образом блюдо украсит любой, даже самый убогий стол и одним своим видом возбудит дичайший аппетит у всех присутствующих, а уж его вкус заставит всех в очередной раз восхититься вашим кулинарным талантом. По-любому!

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Растворимая лапша, 500 г	6
2.	Капуста, 200 г	2
3.	Масло сливочное, 50 г	3
4.	Сыр, 150 г	9
5.	Яйца, 2 шт.	3,4
6.	Молоко, 100 мл	1
		Итого: 24,4
		1 порция: 4,07

Яичница с лапшой

Понадобятся: растворимая лапша, яйца, сыр, масло растительное, помидоры.

Элементарное блюдо, подкупающее простотой приготовления и вкусом поедания.

По знакомой разработанной схеме готовим лапшу и бросаем ее на сковороду с шипящим маслом.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Яйца, 6 шт.	10,2
3.	Сыр, 100 г	6
4.	Помидоры, 200 г	2
5.	Масло растительное, 2 ст. л.	2,4
		Итого: 26,6
		1 порция: 4,43

Туда же разбиваем яйца. Сверху посыпаем тертым сыром и нарезанными помидорками. Закрываем крышкой и на слабом огне доводим до готовности.

Лапша с брынзой

Понадобятся: лапша растворимая, брынза, масло сливочное.

В горячую приготовленную лапшу положим ароматный кусман маслица, натрем брынзы щедрее и тщательнейшим образом все размешаем. Если брынза очень соленая, то лапшу солить не рекомендую, ибо блюдо может стать непригодным для поедания, и организм ваш превратится в сплошной конгломерат соли.

№ п/п	Ингредиенты (6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Брынза, 300 г	12
3.	Масло сливочное, 50 г	3
		Итого: 21
		1 порция: 3,5

Лапшевник с яйцом

Понадобятся: лапша растворимая, яйца, молоко, сухари, сливочное масло.

Замутим лапшу, в отдельную посудину вольем холодное молоко, раскокаем сырые яйца, сахар, соль. Затем взбаламутим все это дело и закинем в лапшу, уложенную на подмазанную маслом сковороду, посыпем сухарями, сбрызнем маслом и запе-

чем в духовке, пока не образуется румяная корочка. При подаче на стол в лапшевник положим кусочек маслица.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Яйца, 2 шт.	3,4
3.	Молоко, 100 мл	1
4.	Сухари, 50 г	0,5
5.	Сливочное масло, 50 г	3
		Итого: 12,9
		1 порция: 2,15

Лапша в томате с колбасой

Понадобятся: лапша растворимая, колбаса вареная, томат-паста, лук репчатый, растительное масло.

Забацаем лапшичку. Колбасень накромяем тонкими ломтиками, лук — кругляшками аккуратно и поджарим все это на масле. Затем в поджаренные колбасу и лук запустим томат-пасту, и прокипятим, дабы уничтожить болезнетворных микробов и улучшить вкусовые достоинства блюда. Теперь все можно размешать с лапшой и подавать к столу.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лапша растворимая, 500 г	6
2.	Колбаса вареная, 300 г	15
3.	Томат-паста, 2 ст. л.	3,4
4.	Лук репчатый, 150 г	1,5
5.	Растительное масло, 2 ст. л.	2,4
		Итого: 28,3
		1 порция: 4,72

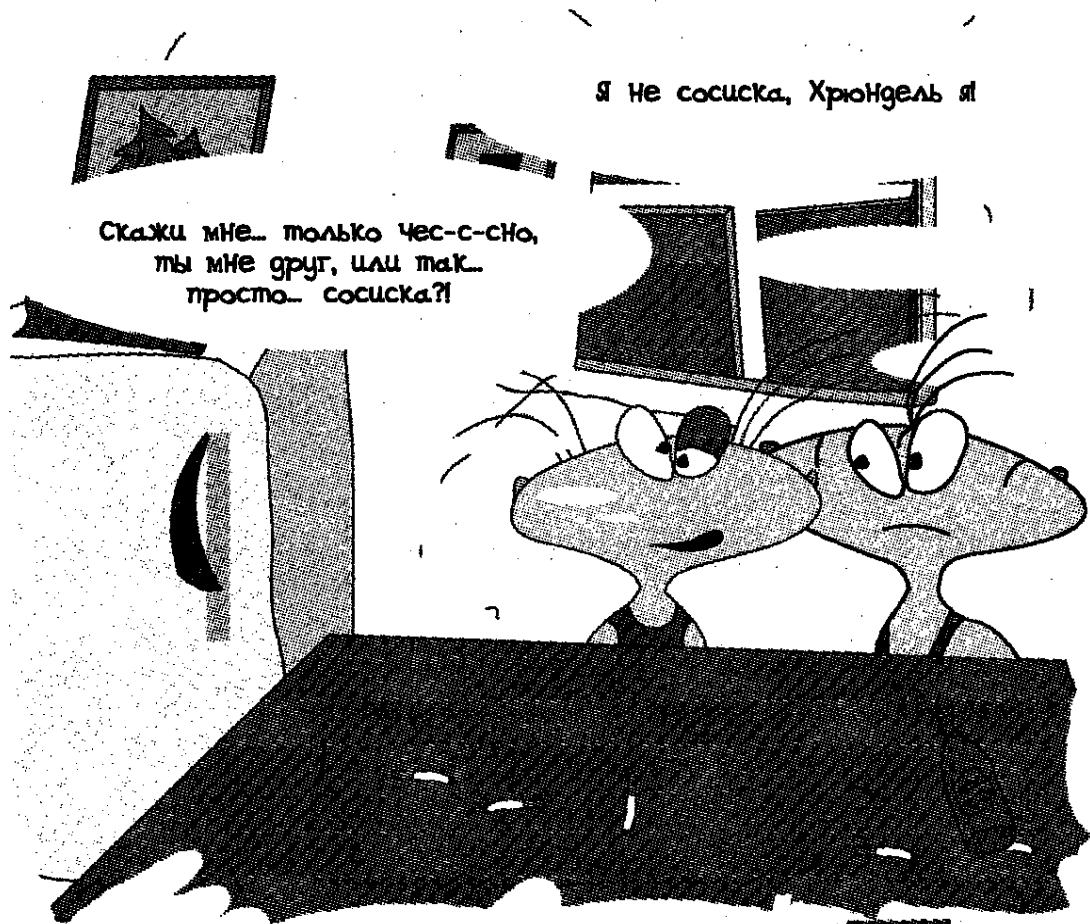
4. БЛЮДА ИЗ СОСИСОК

«Сосиской» хоть раз бывал каждый.
Стопудово.

Масяня

Блюда из данного продукта также подкупают своей простотой и дешевизной.

Во-первых, сосисочные изделия не требуют специального длительного и сложного приготовления. Во-вторых, сосиски можно употреблять с различными гарнирами, и вообще комбинировать с другими блюдами. В-третьих, они весьма полезны, ибо содержат сою, во всех отношениях благоприятно сказывающуюся на нашем рационе. Причем надо запомнить следующую истину — чем



Я не сосиска, Хрюндель я!

Скажи мне... только чес-с-сно,
ты мне друг, или так...
просто... сосиска?!

дешевле сосиски, тем этой сои в них больше, а значит оный продукт за 35 рублей, во всех смыслах гораздо лучше противного дорогого холестерина за 90. Тем более, что сосиски за 90 делают из мяса невинно убиенных телят.

А еще — сосиску с голодухи можно сожрать хоть сырой, а если сварить, пожарить или запечь, то просто изумительнейшее, так сказать, яство получается. Стоит также отметить, что покупая сосиски, к продавцу следует обращаться не «Эй, магазинщица, полкила сосисек отвесь-ка!», а «Свешай-ка мне, любезнейшая, сосисок кила эдак пол».

Сосиски с тушеной квашеной капустой

Понадобятся: сосиски, капуста, лук, сало, черный молотый перец, масло растительное.

Размельченный лук обжариваем на сальце. Затем капусточку квашеную закидываем в наш соляный лук и жарим все вместе. Основной продукт, то бишь сосиски, нарезаем не слишком тощими кружочками и туда же плюхаем. Добавляем перец. Теперь хрень эту тушим, изредка помешивая, пока

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 500 г	22
2.	Капуста квашеная, 500 г	7,5
3.	Лук репчатый, 50 г	0,5
4.	Сало, 75 г	3,75
5.	Черный перец, 5 г	1,5
6.	Масло растительное, 2 ст. л.	2,4
		Итого: 37,65
		1 порция: 6,28

наша капуста не приобретет подобающую консистенцию, вкус и аромат.

Если капуста слишком кислая, то ее можно не мыть, а только отжать сок, который впоследствии может служить опупительным опохмелятором, или часть ее заменить свежей белокочанной капустой.

Сосиски с рисом и тушеными помидорами

Понадобятся: сосиски, рис, помидоры, сыр, масло растительное.

Рис тщательно промыем, всыпем в кипящую подсоленную воду (6 стаканов воды на 1 стакан риса) и проварим на децельном огне, пока рис не станет заманчиво рассыпчатым. Готовый рис откинем на сито или, к примеру, наоборот, на дуршлаг и дадим стечь воде. На разогретую сковороду с маслом бухнем помидорков и слегонца обжарим их, чтобы жир окрасился в томатный цвет. Сосисочки, нарезанные мелкими кусочками, поместим к помидорусам. Затем на сковородень нашу выложим рис и аккуратнейшим образом перемешаем, дабы рис равномерно разукрасился томатом с

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 500 г	22
2.	Рис, 400 г	4,8
3.	Помидоры, 150 г	1,5
4.	Сыр, 150 г	9
5.	Масло растительное 2 ст. л.	2,4
		Итого: 39,7
		1 порция: 6,62

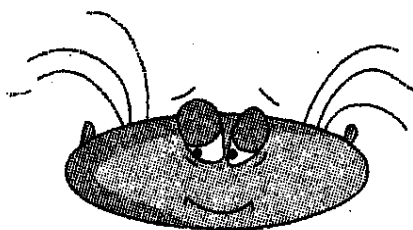
жиром. После посыпем тертым сыром и на несколько минут скроем под крышкой и будем ожидать, обильно выделяя желудочный сок, в преддверии поедания столь питательного блюда.

Ежики из сосисок с жареной картошечкой

Понадобятся: сосиски, картофель, растительное масло, молотый черный перец.

Для приготовления сего блюда не требуется особых усердий и ваши калории не потратятся излишне в данном мероприятии. Нужно сварить картофанчик, очищенный либо в мундире — это уж как вам легче. В то время, пока он шипит и дымится в вашей кастрюлине, можно заняться изготовлением ежиков из сосисок. Берем сосиску и на концах делаем надрезы почти до ее середины. Так продедаем с каждой и поместим в разгоряченную, масляную сковороду, туда же положим сваренную картошечку, и зажарим все, пока сосиски не приобретут планируемую забавную форму, а картоха не подрумянится до золотистой корочки.

№	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 500 г	22
2.	Картофель, 500 г	3
3.	Растительное масло, 2 ст. л.	2,4
4.	Молотый черный перец, 5 г	1,5
		Итого: 28,9
		1 порция: 4,82



Сосисочные спиральки

Это блюдо отличается своими причудливыми геометрическими формами и при этом покоряет своим неземным вкусом даже самых взыскательных гурманов, коими наверняка являетесь вы и ваши друзья-товарищи.

Понадобятся: сосиски, макароны, масло растительное, масло сливочное.

Для начала варим макароны (полагаю, это-то вы умеете делать и без моих подсказок). Тем временем занимаемся изготовлением сосисочных спиралек. Берем острый нож в правую руку и сосиску в левую. Вводим нож в тело сосиски на одном конце и не отрывая ведем по часовой стрелке до противоположного конца сосиски. Теперь остается обжарить сосисоны, чтобы сделанный надрез проявился в ярко выраженной форме, и продукт приобрел золотистый окрас и хрустящую корочку.

Сливаем сварившиеся макароны и в их гущу кидаем кусочек сливочного масла, дабы они не слиплись и не потеряли надлежащий вид.

Теперь наши веселенькие сосиски и макаронки следует совместить воедино и подать на стол.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 500 гр.	22
2.	Макароны, 300 гр.	4,5
3.	Масло растительное, 2 ст. л.	2,4
4.	Масло сливочное, 50 гр.	3
		Итого: 31,9
		1 порция: 5,32

Сосиски со спагетти

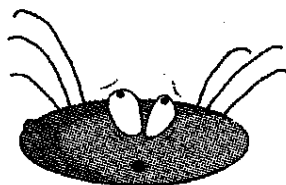
Понадобятся: сосиски, томат-паста, помидоры, лук, мука, бульонный кубик, спагетти, растительное масло.

Сначала сделаем соус. Нарезаем лук колечками и обжариваем в масле, затем добавляем туда томат-пасту, муку, бульонный кубик и водичку. Сосиски нарезаем кружками и кидаем в наш соус. Все это качественно мешаем и накрываем крышкой, дабы продукция пришла в готовность.

Теперь сварим макаронки типа спагетти. Готовые спагетти опрокидываем на дуршлаг и даем стечь воде. Закинув макаронные изделия обратно в кастрюльку, зазвездюлим в них соус с сосисками и перемусолим.

Блюдо готово!

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 400 г	17,6
2.	Томат-паста, 3 ст. л.	5
3.	Помидоры, 200 г	2
4.	Лук репчатый, 150 г	1,5
5.	Мука, 1 ст. л.	0,5
6.	Бульонный кубик, 1 шт.	1,5
7.	Спагетти, 300 г	7,2
8.	Растительное масло, 2 ст. л.	2,4
		Итого: 37,7
		1 порция: 6,28



Сосиски с гречей и свеклой

Понадобятся: сосиски, крупа гречневая, свекла, масло растительное, черный молотый перец.

Греча являет собой охрененно питательный и полезный продукт. Благодаря высокому содержанию железа она помогает вам стойко выносить всяческие жизненные трудности и препятствует развитию, типа, авитаминоза, что, согласитесь, немало важно в условиях нашего климата.

Чтобы наша каша получилась рассыпчатой, на два стакана гречневой крупы возьмем три стакана воды, две столовые ложки масла и одну чайную ложку соли. Вскипятим водичку в кастрюльке. Засыпем туда гречу и, помешивая, варим до загустения 15–20 минут.

Берем свеклу (этот овощ, кстати, тоже не беден в витаминном плане), варим ее до полуготовности, чистим и натираем на крупной терке. Тушим получившуюся массу на растительном масле, посолив и поперчив от души.

В то время как на плите в пузатой кастрюльке варится гречка, а на чугунной сковородке тушится свеколка, мы забаваем сосисочки — сварим или пожарим (а можно сначала сварить, а потом обжарить).

Когда все ингредиенты будут готовы к употреблению, выложим в отдельные посуды. А, оказавшись вместе на одной тарелке, они станут украшением стола и возбудят желание поскорее их схватить.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 400 г	17,6
2.	Греча, 400 г	4
3.	Свекла, 400	4
4.	Растительное масло, 2 ст. л.	2,4
5.	Черный перец, 5 г	1,5
		Итого: 29,5
		1 порция: 4,92

Сосиски в омлете

Данное блюдо незатруднительно в приготовлении и весьма приятно, благодаря неповторимейшему вкусу.

Понадобятся: сосиски, яйца, майонез, масло растительное, черный перец, зелень.

Берем наши незаменимые сосиски, и нарезаем их ровными аккуратненькими (можно кривыми и безобразными) кружочками. Теперь подготовим яйца. Раскокаем их скорлупень и выльем жидкое содержимое в глубокую посудину. Туда же плюхнем майонезу и интенсивно — энергичными движениями то бишь — размешаем с помощью венчика или пестика.

Кружочки сосисок слегка обжариваем в масле, чтобы они чуток подрумянились, и заливаем смесью взбитыми яйцами. Затем сделаем малюсенький огонек и накроем крышкой.

Вполне понятно ваше желание побыстрее проглотить получившееся блюдо, однако неплохо бы предварительно щедро посыпать его зеленью и поперчить, что придаст нашему сосисочному омлету просто обалденный аромат и несколько пикантный вкус.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 400 г	17,6
2.	Яйца, 6 шт.	10,2
3.	Майонез, 100 г	3,4
4.	Масло растительное, 2 ст. л.	2,4
5.	Черный перец, 5 г	1,5
6.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 38,5
		1 порция: 6,42

Сосиски с тушеными кабачками

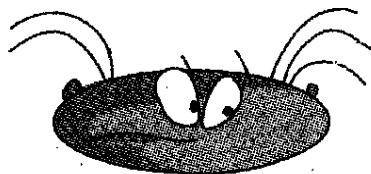
Понадобятся: сосиски, кабачки, репчатый лук, морковь, мука, бульонный кубик.

Кабачки очистим от кожицы и нарежем кубиками. Лучок, мелко искромсанный, с морковкой, нарезанной тонкими ломтиками, поместим в кипящее на дне кастрюлины масло. Обжариваем, постоянно помешивая.

Теперь замутим соус: ложечку муки разведем в холодной воде, выльем в пузырящиеся лук с морковкой. Бульонный кубик разведем с кипятком и тудема же вольем. Старательно размешав все это дело, забросим кабачки. Накроем тему эту крышечкой и потушим на небольшом огне.

Сосиски нарежем толстенькими кругляшками, и когда кабачок приобретет должную мягкость, закинем в него эти самые кружочки. После того как все компоненты оказались вместе, потомим их под крышкой, и потомимся сами в ожидании поглощения данного блюда.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 300 г	13,2
2.	Кабачки, 300 г	1,8
3.	Репчатый лук, 100 г	1
4.	Морковь, 100 г	1,2
5.	Мука, 1 ст. л.	0,5
6.	Бульонный кубик, 1 шт.	1,5
		Итого: 19,2
		1 порция: 3,2



Пита с сосиской

Поедание этого блюда, запросто приготавливаемого в домашних условиях, сопряжено со значительно меньшим риском в сравнении с потреблением аналогичной продукции, приобретенной в уличных торговых точках (попросту, в ларьках). А если хабитус торгующих ею лиц вызывает у вас подозрение, то тем более лучше прибегнуть к домашней пите. К тому же опупеннейшая вкуснявость этого продукта и простота процесса его готовки также являются его неоспоримыми достоинствами.

Понадобятся: сосиски, питы, сыр, соленые огурцы, кетчуп, майонез, зелень.

Заранее приобретенные питы обжариваем с одной стороны на огромнейшей сковороде (при отсутствии таковой следует воспользоваться двумя или тремя сковородками меньшего размера). Еще одна сковородень потребуется для жарки сосисок, которые нужно мелко накромять.

На необжариваемую сторону питы тонким слоем намазюриваем кетчуп и кладем кусочки со-

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 200 г	8,8
2.	Питы, 6 шт.	10
3.	Сыр, 100 г	6
4.	Соленые огурцы, 150 г	7,5
5.	Кетчуп, 50 г	1
6.	Майонез, 100 г	3,4
7.	Зелень, 20 г	3,4
Итого:		40,1
		1 порция: 6,68

сисок. Сверху поливаем майонезом и посыпаем **предварительно** натертым сыром. Накрываем крышкой, чтобы сыр наш расплавился, а майонез запекся.

При подаче на стол сдабриваем мелко нарезанными солеными огурчиками и зеленью.

Горячий бутерброд с сосисками

Понадобятся: сосиски, черный хлеб, сыр, помидоры, кетчуп, зелень.

Здесь нам пригодятся те же компоненты, что и в предыдущем рецепте, но только вместо питы используется обыкновеннейший хлеб, что, кстати, даже дешевле, а по содержанию питательных веществ более качественно.

Хлеб, нарезанный большими кусками, обжариваем с одной стороны. Сосиски, порезанные вдоль на две части, обжариваем с обеих сторон, но так, чтобы от них кой-чего осталось. Укладываем эти половинки на хлеб, поливаем кетчупом и сверху плюхаем щедрый пласт сыра и уже на сыр — кругляшки помидорок. Теперь пускай все это доделывается под крышкой.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 200 г	8,8
2.	Черный хлеб, 400 г	4
3.	Сыр, 150 г	9
4.	Помидоры, 150 г	1,5
5.	Кетчуп, 50 г	1
6.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 27,7
		1 порция: 4,62

На стол сей продукт желательно подавать горячим, чтобы сыр тянулся подобно жевательной резинке. Для придания зашибенческой эстетики и балдежно пикантного вкуса посыпаем наши бутербродусы зеленью.

Пицца с сосисками

Пицца — продукт универсальный. Она украсит любое принятие пищи и идеально подойдет для праздничного стола. По-любому!

Понадобятся: сосиски, дрожжи, мука, яйцо, маргарин, лук репчатый, сыр, кетчуп, помидоры, зелень, сахар.

Сначала забацаем тесто, ибо без него ни о какой пицце речи быть не может. Для этого в стаканчике теплой воды разводим дрожжи и сахар. Оставляем на полчасика, чтобы это мутное месиво забродило. Туда же разбиваем яйцо и добавляем маргарин. Затем медленно, но верно всыпаем муку, тщательно помешивая, и солим. Тесто готово. Теперь раскатаем его на противень.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 200 гр.	8,8
2.	Питы, 6 шт.	10
3.	Сыр, 100 гр.	6
4.	Соленые огурцы, 150 гр.	7,5
5.	Кетчуп, 50 гр.	1
6.	Майонез, 100 гр.	3,4
7.	Зелень, 20 гр.	3,4
		Итого: 40,1
		1 порция: 6,68

На раскатанное тесто наливаем кетчуп и выкладываем мелко порезанные сосиски, луковые колечки, дольки помидоров, посыпаем тертым сыром и зеленью.

Запеченюбиваем все это великолепие в духовку на 25–30 минут и ждем пока все ингредиенты примут надлежащую форму, цвет и консистенцию: сосиски и лук должны подрумяниться и запечься, помидоры — стать мягкими и печеными, а сыр — расплавиться.

Готовую пиццу осторожно снимаем с противня, заботливо укладываем на разделочную досочку, аккуратно разрезаем на порции и хаваем, хаваем, хаваем.

Блинчики с сосисками

Блинчики — традиционное русское блюдо, известное еще с тех древних времен, когда люди еще не знали прелестей микроволновых печей, электрических чайников, пультов дистанционного управления, а письма посылали с помощью не модемов, а (о, ужас!) гонцов-сорокоходов или почтовых голубей. Однако блинчики не потеряли своей актуальности и в наши дни. Они могут стать прекрасной заменой хлеба, а также служить полноценным блюдом, если готовить их с разнообразными начинками. Я предлагаю в качестве начинки использовать сосиски.

Понадобятся: сосиски, зеленый лук, яйца, мука, сахар, сода, лимонная кислота, растительное масло.

Яйца смешаем с тремя стаканами теплой воды, прибавим, соль, сахар и соду, затем всыпем муку и

хорошенечко взобьем венчиком так, чтобы тесто было без этих неприятных комков. Лимонную кислоту разведем в стакане воды, вольем в подготовленное тесто, размешаем и немедленно начнем выпекать блины.

Теперь нужно сотворить начинку для блинов. Для этого сваренные вкрутую яйца покромсаем мельчайше, смиксуем с измельченным зеленым луком и туда же захреначим наструганные сосиски.

Сейчас начинку нашу завернем в блины конвертитками и обжарим их с двух сторон до румяной хрустящей корочки.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 400 г	17,6
2.	Зеленый лук, 50 г	6
3.	Яйца, 4 шт.	6,8
4.	Мука, 500 г	9
5.	Сахар, 1 ст. л.	0,5
6.	Сода, 0,5 ч. л.	0,2
7.	Лимонная кислота, 0,5 ч. л.	0,6
8.	Растительное масло, 100 мл	4
		Итого: 44,7
		1 порция: 7,45

Сосиска в блине

Отличие этого рецепта от предыдущего заключается в том, что теперь мы не будем издеваться над нашими драгоценнейшими сосисками, кромсая их, а заключим этот ценный продукт в блин целиком, создав таким образом некое подобие знаменитой «горячей собаки», только значительно более дешевое. Ведь зачем тратить бешеные деньги, когда можно приготовить все своими руками? И вкусно, и моральное удовлетворение наивеличайшее!

Понадобятся: сосиски, сыр, яйца, мука, сода, сахар, лимонная кислота, растительное масло.

Блины выпекаем согласно указаниям, данным в предыдущем рецепте. Сосиски обжариваем на сковороде. Затем выкладываем на блины тонкие кусманчики сыра и сосиски. Минутки 3–4 держим все это на небольшом огне в сковороде, накрытой крышкой. Когда сыр слегонца расплавится, в него заворачиваем сосиску, а ее, в свою очередь, заворачиваем в блин. Готово!

Полученное кушанье идеально подходит для утреннего завтрака с чашечкой кофе или послеобеденного отдыха с бутылочкой какого-нибудь прохладительного напитка.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 400 г	17,6
2.	Сыр, 150 г	9
3.	Яйца, 2 шт.	3,4
4.	Мука, 500 г	9
5.	Сода, 0,5 ч. л.	0,2
6.	Сахар, 1 ст. л.	0,5
7.	Лимонная кислота, 0,5 ч. л.	0,6
8.	Растительное масло, 100 мл	4
		Итого: 44,3
		1 порция: 7,38

Рифленые сардельки с пшеничкой и зеленым горошком

Понадобятся: сардельки, пшеничная крупа, масло сливочное, консервированный зеленый горошек.

Покупаем самые пузатые сарделины. Берем одну и делаем надрезы вдоль всего тела сардельки, про-

стите, от головки до кончика. Сотворяем сие действо с каждой сарделькой. Потом искалеченные таким образом сардельки плюхаем в водицу и варим.

Теперь забациаем пшеничную кашку. В кипящую подсоленную воду положим предварительно промытую (если крупа мелкоиздробленная, то промывать необязательно). Варим, помешивая, 15–20 минут. Когда каша загустеет, закроем крышечкой и оставим взопреть минут на 15.

Когда оба компонента будут готовы, останется только совместить их. При подаче на стол в тарелку с пшеничкой бухнем кусман маслица, выложим наши фирмовые сардели и зеленый горошек.

№ п/п	Ингредиенты, (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сардельки, 400 г	16
2.	Пшеничная крупа, 300 г	3
3.	Масло сливочное, 50 г	3
4.	Зеленый горошек, 200 г	10
		Итого: 32
		1 порция: 5,33

Сырные сосиски со сложнявым гарниром

Понадобятся: сосиски, сыр, консервированный зеленый горошек, помидоры, огурцы свежие, морковь, капуста, зелень.

Приготовим гарнир. Промоем овощи самым усердным образом. Моркву натрем на крупной терке, капусточку настругаем тонкими полосками, помидорки и огурчики — кружочками. С помощью консервного ножа, или, проще говоря, открывашки, вскроем баночку зеленого горошка.

Обжариваем сосиски, покрываем их сыром (из расчета один кусман сыра на одну сосиску — ни

больше, ни меньше!) и накрываем сковороду крышкой. Когда в такой горячительной атмосфере сыр станет тягучим, выкладываем сосиски на тарелки и украшаем уже приготовленным сложнявым гарниром. Сверху посыпаем измельченной зеленью.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 400 г	17,6
2.	Сыр, 200 г	12
3.	Зеленый горошек, 200 г	10
4.	Помидоры, 200 г	2
5.	Огурцы, 200 г	2,4
6.	Морковь, 150 г	1,8
7.	Капуста, 150 г	1,2
8.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 50,4
		1 порция: 8,4

Сосиска в тесте

Понадобятся: сосиски, яйцо, кефир, мука, сода.

Чтобы нашу сосиску упаковать в тесто, необходимо это самое тесто изготовить. Для этого в кефир бухнем яйцо и венчиком взбиваем получившуюся смесь. Тщательно размешивая всю эту канитель, вводим муку. Добавляем соду, дабы погасить — ибо нефиг! Солим. Из готового теста лепим шарики

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 500 г	22
2.	Яйцо, 1 шт.	1,7
3.	Кефир, 500 м.	7
4.	Мука, 250 г	4,5
5.	Сода, 0,5 ч. л.	0,2
		Итого: 35,4
		1 порция: 5,9

(очень, кстати, интеллектуальное занятие) и раскатываем их полосками.

Берем сосисень и этими самыми полосками обматываем ее кругалями. Запердоливаем получившийся полуфабрикат в духовку минут эдак на 30 и ждем.

Жареные пирожки с сосисками

Понадобятся: сосиски, яйцо, кефир, мука, сода, подсолнечное масло.

Тесто изготавливаем по вышеуказанной технологии. Опять же лепим из него шарики. Из шариков делаем лепешки (вот он верх мозговой активности!) и в них укрываем сосиски, защемиив концы (лепешек).

В котелок с узким дном наливаем побольше подсолнечного масла и доводим до кипения. В тихонько побулькивающее на среднем огне масло опускаем наши лепные пирожки и обвариваем минуты две с каждой стороны.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 500 г	22
2.	Яйцо, 1 шт.	1,7
3.	Кефир, 500 мл	7
4.	Мука, 250 г	4,5
5.	Сода, 0,5 ч. л.	0,2
6.	Подсолнечное масло, 250 мл	6
		Итого: 41,4
		1 порция: 6,9



Сосиски с баклажанами

Понадобятся: сосиски, баклажаны, сыр, майонез, черный молотый перец, растительное масло, зелень.

Предварительно очищенные от кожуры баклажанчики нарезаем кружками, и выкладываем на сковородень в потрескивающее растительное масло. После того как синие станут мягкими и поджаристыми, нальем на них майонез, поперчим, посыпем тертым сыром и зеленью и прикроем эту лабуду крышкой.

Осталось сварить сосисоны и присовокупить к баклажанам.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 300 г	13,2
2.	Баклажаны, 400 г	2,4
3.	Сыр, 100 г	6
4.	Майонез, 100 г	3,4
5.	Черный перец, 5 г	1,5
6.	Растительное масло, 1 ст. л.	1,2
7.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 31,1
		1 порция: 5,18

Сосисочный шашлык

Шашлык, вопреки распространенному мнению, совершенно не обязательно готовить из мяса. Более того, вполне можно обойтись без жаровни и шампуров. Я предлагаю сотворить шашлык из сосисок. По вкусовым качествам это кушанье отнюдь не уступает своему мясному собрату, а готовить его можно

где угодно — во дворе, на балконе, в подвале или на чердаке, в конце концов — над газовой плитой.

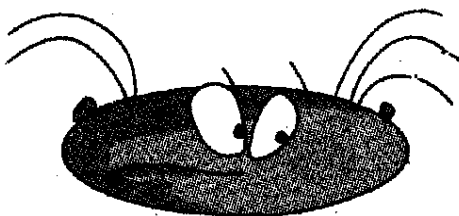
Понадобятся: сосиски, помидоры, репчатый лук, кетчуп.

Разводим небольшой такой костерок, ждем пока дровишки в нем прогорят, а на пышущих жаром углях мы будем готовить наш супершашлычок.

Пока дрова еще пылают ярким пламенем, мы ищем веточку, на которую мы будем впоследствии нанизывать сосиски, используя ее в качестве шампура. Затем возьмем сосиски и методом поперечного разреза разделим их на две половинки. Потом нарезаем кружляшками помидоры и лук (если имеется маринованный лучок, лучше воспользоваться им). Зафигачиваем на «шампура» сосиски, помидорки и лук.

Теперь держим их над углями до готовности. При достижении таковой сосиски следует полить кетчупом. Получается весьма достойное яство. Хавайте на здоровье!

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сосиски, 500 г	22
2.	Помидоры, 250	2,5
3.	Репчатый лук, 150 г	1,5
4.	Кетчуп, 50 г	1
		Итого: 27
		1 порция: 4,5



5. ДЕСЕРТЫ ИЗ ЧЕРСТВЫХ ХЛЕБОБУЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ

Совместим ли хлебушек
трехнедельной
давности с жизнью?

Масяня

Частенько бывает так, что жутко хочется схватить что-нибудь обалденно вкуснявое. Деньжат, как всегда, ни хрена нету да и с продуктами дома голяк. Тут ко мне на помощь приходит моя природная смекалка, и я достаю с дальней полки... Что бы вы думали? Нет, нет, почему сразу это? Я достаю старый чер-



ственный хлебушек и начинаю готовить жрачку. Почти всегда получается деликатеснейшее лакомство. Воспользуйтесь и вы моими рецептами.

Пирожное «картошка»

Понадобятся: хлебные сухари, какао, молоко, маргарин, сахар, сахарная пудра, орехи.

Сухари заливаем горячим молоком, всыпаем в получившуюся смесь стакан сахарного песка, какао и тщательно перемешиваем. Раскатываем из этого шарики. Затем обваливаем их в сахарной пудре и измельченных орехах.

Шарики запердоливаем в холодильник и ждем, пока пирожное станет пригодно к употреблению, когда же это, наконец, произойдет, вы в очередной раз сможете восхититься своими кулинарными способностями, а также порадовать себя и друзей.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Хлебные сухари, 300 г	1,5
2.	Какао, 2 ч. л.	1,5
3.	Молоко, 200 мл	2
4.	Маргарин, 60 г	4,5
5.	Сахар, 300 г	4,5
6.	Сахарная пудра, 20 г	2
7.	Орехи, 30 г	3
		Итого: 19
		1 порция: 3,17



Ленивые пирожки

Понадобятся: белые сухари, сливочное масло, яблоки, сахар, яйцо, молоко.

Белые сухари макаем в смесь молока и яйца и выкладываем на горячую сковородень, смазанную маслом. Отдельно смешиваем измельченные яблоки с сахаром и кладем их на хлебные сухари. Накрываем сковороду крышкой — и пускай они там, типа, готовятся себе спокойненько, а вы пока можете отдохнуть, покурить ну и все такое.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Белые сухари, 300 г	1,5
2.	Сливочное масло, 50 г	3
3.	Яблоки, 300 г	3,6
4.	Сахар, 50 г	0,75
5.	Яйцо, 1 шт.	1,7
6.	Молоко, 50 мл	0,5
		Итого: 11,05
		1 порция: 1,84

Корж «Шелкунчик»

Понадобятся: белые сухари, яйца, сливочное масло, ванильный сахар, орехи.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Белые сухари, 500 г	2,5
2.	Яйца, 3 шт.	5,1
3.	Сливочное масло, 50 г	3
4.	Ванильный сахар, 0,5 ч. л.	0,3
5.	Орехи, 70 г	7
		Итого: 17,9
		1 порция: 2,98

Яичные белки взбиваем с сахаром. Толчем сухари и смешиваем их с орехами. Все эти ингредиенты смешиваем и вываливаем на смазанную маслом сковороду. Выпекаем коржик в духовке 15–20 минут. Полученный продукт можно замазурить каким-нибудь кремом и использовать в качестве полуфабриката для изготовления всяческих вкуснявых тортусов.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Белые сухари, 500 г	2,5
2.	Яйца, 3 шт.	5,1
3.	Сливочное масло, 50 г	3
4.	Ванильный сахар, 0,5 ч. л.	0,3
5.	Орехи, 70 г	7
		Итого: 17,9
		1 порция: 2,98

Оладьи из сухарей

Понадобятся: белые сухари, дрожжи, яйцо, масло сливочное, сахар.

Сухари пропускаем через мясорубку, заливаем горячей водой, добавляем дрожжи и сахар и ставим в теплое место на 2 часа. Тесто должно подняться. Затем в него добавляем яйцо, размешиваем и на сливочном масле делаем оладьи.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Белые сухари, 500 г	2,5
2.	Дрожжи, 15 г	1,5
3.	Яйцо, 1 шт.	1,7
4.	Масло сливочное, 100 г	6
5.	Сахар, 50 г	0,75
		Итого: 12,45
		1 порция: 2,08

Запеканка из сухарей с морковью

Понадобятся: белые сухари, морковь, яйца, сахар, сливочное масло.

Сваренные морковины порубим, добавим сахар и масло. В сухари вольем горячую воду, кокнем яйца и закинем масло. Всю эту сухарную массу размешаем. Одну часть этой хренотени выкладываем на сковороду, а сверху положим слой морковной мешанины. Второй же частью вышеупомянутой хренотени покроем вышеупомянутую морковную мешанину.

А теперь — в духовку на 20 минут.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Белые сухари, 300 г	1,5
2.	Морковь, 200 г	2,4
3.	Яйца, 2 шт.	3,4
4.	Сахар, 50 г	0,75
5.	Сливочное масло, 20 г	1,2
		Итого: 9,25
		1 порция: 1,54

Гренки

Понадобятся: белые сухари, яйца, молоко, сахар, растительное масло.

Венчиком или, к примеру, вилочкой взбиваем яйца с сахаром, выливаем тудысь молоко и перемешиваем. В эту чачу обмакиваем сухари и жарим до приобретения ими приятного золотисто-оранжевого оттенка.

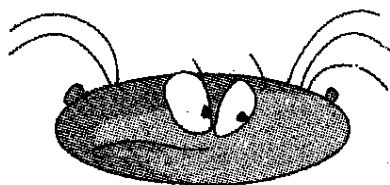
№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Белые сухари, 500 г	2,5
2.	Яйца, 2 шт.	3,4
3.	Молоко, 100 мл	1
4.	Сахар, 50 г	0,75
5.	Растительное масло, 3 ст. л.	3,6
		Итого: 11,25
		1 порция: 1,88

Пирог яблочный из сухарей

Понадобятся: белые сухари, яйца, молоко, сахар, сливочное масло, яблоки.

Белые сухари обмакиваем один за другим в смесь для гренков и выкладываем на противень, смазанный сливочным маслом. Уложив хлебцы плотно друг к другу, мы фактически сможем симитировать раскатанное тесто для пирогов. Сверху расфинтифлюшим яблочками, перемешанными с цукером.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Белые сухари, 400 г	2
2.	Яйца, 2 шт.	3,4
3.	Молоко, 100 мл	1
4.	Сахар, 100 г	1,5
5.	Сливочное масло, 30 г	1,8
6.	Яблоки, 200 г	2,4
		Итого: 12,1
		порция: 2,02

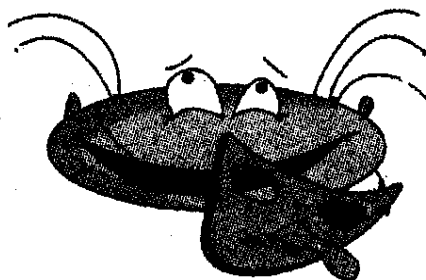


Шарлотка

Понадобятся: сухари белые, молоко, яйца, яблоки, сахар.

Сухари размочим в стакашке с горячим молоком. Отдельно расколошматим и взобьем яйца. Получившуюся гаврюшу смешаем с сахаром и поместим на сковороду, сверху яблочками порезанными сдобрим и отправим в духовку минут на 40–50.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Сухари белые, 300 г	1,5
2.	Молоко, 200 мл	2
3.	Яйца, 3 шт.	5,1
4.	Яблоки, 200 г	2,4
5.	Сахар, 100 г	1,5
		Итого: 12,5
		1 порция: 2,08



Итак, дорогие мои лопухи, вот вам примерный рацион на десять рублей, +/- 2, в день, наивкуснейший и офигительно питательный:

Меню № 1

День недели	Прием пищи	Блюдо	Цена вопроса
Понедельник	Завтрак	Пирог яблочный из сухарей	2,02
	Обед	Щи по-простецки	4,04
	Ужин	Сосиски со спагетти	6,28
ИТОГО:			12,34
Вторник	Завтрак	Шарлотка	2,08
	Обед	Суп, типа, куриный	3,57
	Ужин	Лапша в томатном соусе	2,83
ИТОГО:			8,48
Среда	Завтрак	Запеканка из сухарей с морковью	1,54
	Обед	Солянка мясная	5,55
	Ужин	Лапша с сосисками	3,42
ИТОГО:			10,51
Четверг	Завтрак	Гренки	1,88
	Обед	Борщ по-масыньски	6,93
	Ужин	Лапша с луком	2,00
ИТОГО:			10,81
Пятница	Завтрак	Ленивые пирожки	1,84
	Обед	Рассольник «Питерский»	4,52
	Ужин	Лапша, запеченная с капустой и сыром	4,07
ИТОГО:			10,43
Суббота	Завтрак	Корж «Щелкунчик»	2,98
	Обед	Суп картофельный	3,03
	Ужин	Блинчики с сосисками	7,45
ИТОГО:			13,46
Воскресенье	Завтрак	Пирожное «Картошка»	3,17
	Обед	Капустняк с грибами	4,63
	Ужин	Сосиски в омлете	6,42
ИТОГО:			12,43
ВСЕГО за неделю:			78,46

Итак, первую неделю, дорогие лопухи, можно питаться на 78 рублей 46 копеек. Все остальные средства, можно смело тратить на клубы, кино, CD, Интернет и прочие радости жизни. Едим то для того, чтобы жить, а не живем для того, чтобы есть, блин.

Меню № 2

День недели	Прием пищи	Блюдо	Цена вопроса
Понедельник	Завтрак	Бутербродусы горячие	8,65
	Обед	Картофанский суп	3,03
	Ужин	Лапша с чесночным соусом	1,75
ИТОГО:			13,43
Вторник	Завтрак	Салат картофельный	5,08
	Обед	Солянка рыбная	6,50
	Ужин	Сосиски с гречей и свеклой	4,92
ИТОГО:			16,50
Среда	Завтрак	Оладьи из сухарей	2,08
	Обед	Солянка грибная	6,93
	Ужин	Лапша с брынзой	3,05
ИТОГО:			12,06
Четверг	Завтрак	Пирог яблочный из сухарей	2,02
	Обед	Похлебка от Хрюнделя	2,53
	Ужин	Ежики из сосисок с жареной картошечкой	4,82
ИТОГО:			9,37
Пятница	Завтрак	Корж "Щелкунчик"	2,98
	Обед	Борщ по-масыньски	6,93
	Ужин	Сосиски с рисом и тушеными помидорами	6,62
ИТОГО:			16,53
Суббота	Завтрак	Пирожное "Картошка"	3,17
	Обед	Суп луковый с сыром	3,15
	Ужин	Лапша со шкварками	2,92
ИТОГО:			9,24
Воскресенье	Завтрак	Шарлотка	2,08
	Обед	Суп "Аппетитный"	2,97
	Ужин	Пицца с сосисками	8,17
ИТОГО:			13,22
ИТОГО за неделю:			90,35

Вторую неделю, конечно, придется раскошиться аж на 90 рублей и 35 копеек! Сумма, конечно, немислимая... Целых 12 рублей 90 копеек в день! Каждый раз, когда думаю, что все это деньги выброшенные в известный фаянсовый предмет, подумываю раз в неделю устраивать разгрузочные дни. И для фигуры полезно, и для бюджета.

Меню № 3

День недели	Прием пищи	Блюдо	Цена вопроса
Понедельник	Завтрак	Пита с сосиской	6,68
	Обед	Картофанский cream-суп	4,10
	Ужин	Сосиски с тушеной квашеной капустой	6,28
ИТОГО:			17,06
Вторник	Завтрак	Оладьи из сухарей	2,08
	Обед	Суп из сыра	4,40
	Ужин	Лапша с жареными кабачками	2,25
ИТОГО:			8,73
Среда	Завтрак	Гренки	1,88
	Обед	Щи по-простецки	4,40
	Ужин	Рифленые сардельки с пшеничкой и зеленым горошком	5,33
ИТОГО:			11,61
Четверг (разгрузочный день)	Завтрак	Сырые хлопья "Геркулес", 100 г	1,50
	Обед	Кефир 0,5	5,50
	Ужин	Яблоко	1,20
ИТОГО:			8,20
Пятница	Завтрак	Горячий бутерброд с сосисками	4,62
	Обед	Рассольник "Питерский"	4,52
	Ужин	Лапша с тушеной морковкой и горошком	3,90
ИТОГО:			13,04
Суббота	Завтрак	Ленивые пирожки	1,84

День недели	Прием пищи	Блюдо	Цена вопроса
	Обед	Солянка мясная	5,55
	Ужин	Сырные сосиски со сложнявым гарниром	8,40
ИТОГО:			15,79
Воскресенье	Завтрак	Луковая икра	6,27
	Обед	Капустняк с грибами	4,63
	Ужин	Лапша с соусом карри	3,61
ИТОГО:			14,51
ИТОГО за неделю:			88,94

Да... Разгрузочный день помог бюджету не сильно, 88 рублей 94 копейки, это конечно уже не 90. На 1 рубль 6 копеек можно лишних пару секунд поболтать по мобильному, или на козлов в чате пять минут поглядеть.

Меню № 4

День недели	Прием пищи	Блюдо	Цена вопроса
Понедельник	Завтрак	Сосиска в тесте	5,90
	Обед	Суп луковый с сыром	3,15
	Ужин	Лапша с баклажанами под майонезом	3,22
ИТОГО:			12,27
Вторник	Завтрак	Корж "Щелкунчик"	2,98
	Обед	Похлебка от Хрюнделя	2,53
	Ужин	Сосиски с тушеной квашеной капустой	6,28
ИТОГО:			11,79
Среда	Завтрак	Гренки	1,88
	Обед	Солянка рыбная	6,50
	Ужин	Сосисочный шашлык	4,50
ИТОГО:			12,88
Четверг	Завтрак	Каша "Быстров"	6,00
	Обед	Суп, типа, куриный	3,57
	Ужин	Лапша со свеклой	2,46
ИТОГО:			12,03
Пятница	Завтрак	Пирожное "Картошка"	3,17
	Обед	Борщ по-масыньски	6,93
	Ужин	Сосисочные спиральки	5,32

День недели	Прием пищи	Блюдо	Цена вопроса
ИТОГО:			15,42
Суббота	Завтрак	Пирог яблочный из сухарей	2,02
	Обед	Суп "Аппетитный"	2,97
	Ужин	Лапша с сырным салатом	5,09
ИТОГО:			10,08
Вокресенье	Завтрак	Запеканка из сухарей с морковью	1,54
	Обед	Суп из сыра	4,40
	Ужин	Сосиски с тушеными кабачками	3,20
ИТОГО:			9,14
ИТОГО за неделю:			83,61

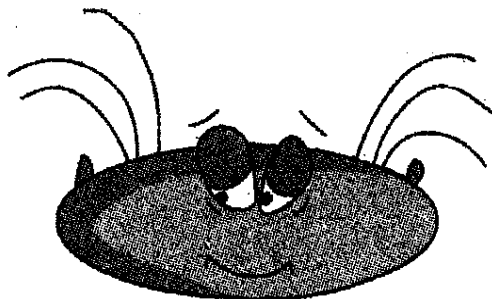
Итак, дорогие мои, пришло время подсчитать наш продуктовый бюджет на месяц:

$$78,46 + 90,35 + 88,94 + 83,61 = 341,36.$$

Что-то около десяти баксов.

Дороговасто, конечно... Впрочем, всегда можно начать следить за своей фигурой и отказаться от ужина. Затратное все-таки мероприятие, да и калорийное. Ну его на фиг!

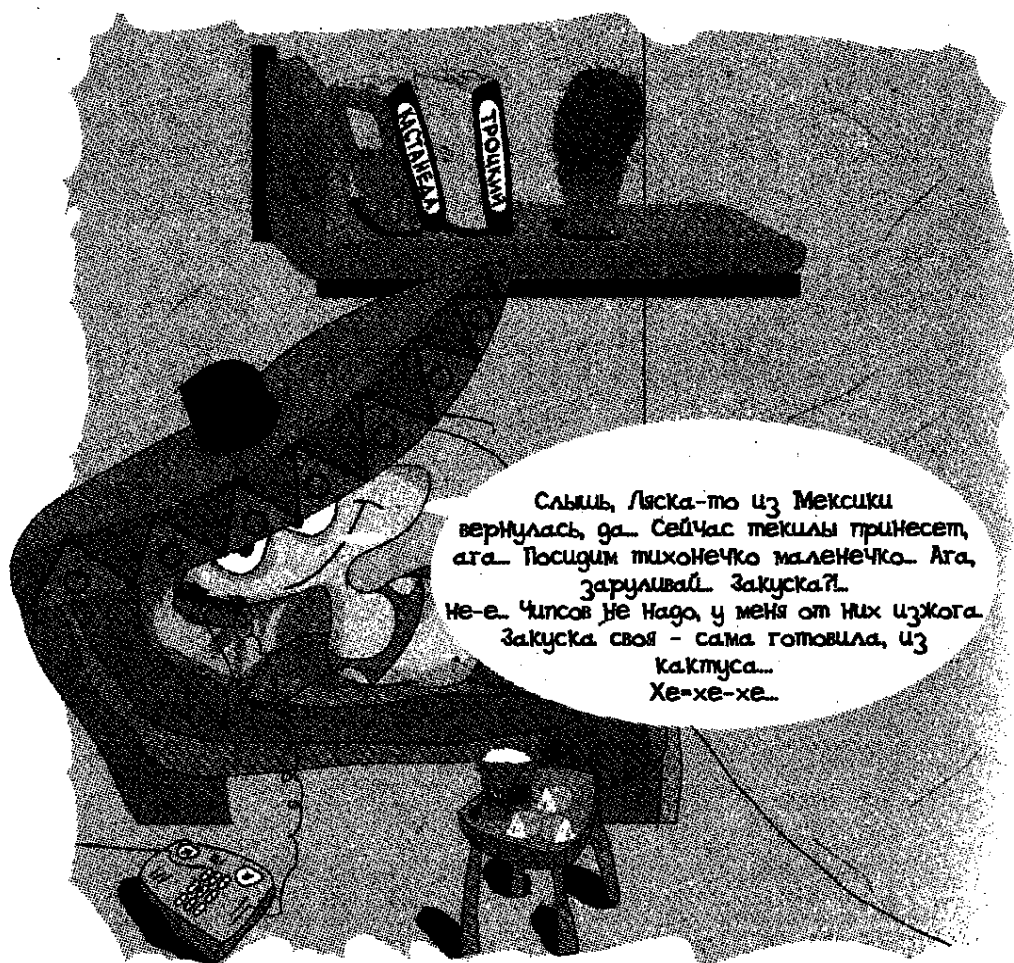
Переходим от суровых будней к безумным праздникам. Случаются в нашей жизни Новый Год и день рождения, после которых, обычно офигительнейшим образом болит голова.



6. ПРАЗДНИК-ПРАЗДНИК

Без комментариев

Бывают же в нашей жизни праздники, когда души бьются в энергичном шейке. Непременнейшее условие глобальных вечеринок — стол. Представьте, что зазвали вы шоблу, типа, на День рождения, а на столе у вас пара десятков яиц всмятку или, наоборот, вкрутую. Грибы не в счет — это не еда. А потому поведу вам, друзья мои, как в выгодном свете продемонстрировать себя и свой неповторимый кулинарный дар.



Слышь, Лиска-то из Мексики
вернулась, да... Сейчас текилы принесет,
ага... Посидим тихонечко маленечко... Ага,
заруливай... Закуска?..
Не-е... Чипсов же надо, у меня от них изжога.
Закуска своя — сама готовила, из
кактуса...
Хе-хе-хе...

Если, к примеру, стол не ломится и не трещит от изысканнейших яств, то, по крайней мере, он должен быть аппетитным и манящим на вид и непосредственно на вкус.

Здесь необходимо наличие элементарных кулинарных способностей и чутья прекрасного. Но даже если этой малостью природа вас обделила, не сомневайтесь — сможете легко забацать любое нижеперечисленное блюдо. Проверено на балбесе Хрюнде. Две недели готовил по моей тетрадке и не отравился.

Короче, так как праздники устраиваем мы сами, соответственно, для себя и для корефанов своих, то и праздников этих желательно организовывать поболее. Чтобы мы мощными барагузами заваливались друг к другу и веселились до упаду. А самое ценное — питались радостно, тем самым улучшая свой эмоциональный фон! Пива, кто не в курсе, не надо, напьются — свиарник будет.

Холодные закуски

Непременнейшим атрибутом праздничного стола должна быть закуска, то бишь, салаты. Закуска возбуждает аппетит, так сказать, вызывает интенсивное слюноотделение. А чтобы происходило оно еще интенсивнее, нужно эти самые салаты готовить привлекательными для созерцания. Холодные закуски выглядят, естественно, холодными и содержат в себе разнообразнейший набор продуктов. Сюдема могут входить копчености всякие, закусовые консервы, маринады и многое другое. Просто нужно все забойно скомпоновать, заправить и придать вид наипривлекательнейший всякими разными прибабасами. Короче, ближе к телу — салаты.

Салаты — это офигительный набор питательных продуктов. Они очень полезны, вкусны и не отличаются особо баснословной стоимостью. Салаты могут быть чисто овощными, либо мясными, а также грибными, рыбными, из морепродуктов, из птицы и, вообще, блин, из кого угодно, главное, что охренительно приятно все это.

При приготовлении салатов не следует смешивать теплые и холодные продукты, дабы вкус не обезображивался и не происходила окончательная порча сырья.

Заправляются салаты сметанкой, майонезиком и маслицами различными. А для раскрасу можно использовать зелень по-всякому и кусманы ингредиентов, для салата используемых. Коли организмам, ослабленным неимоверными передрыганиями, недостает витаминного допинга, то вам на помощь придут салаты из овощей, чье конкретное действие подарит бычье здоровье и геркулесовскую силу.

Итак, внимайте, щас я выдам. Рецепты, типа.

Салат из свеклы с чесноком

Предупреждаю повторно: чеснок не лишен специфического аромата, который необходим в случае борьбы с вампирами и прочей нечистью, но для близкого общения, между прочим, продукт сей не катит. Хотя беседа по телефону с чесночным оппонентом не принесет особо жуткого потрясения вашим ноздрям. Короче, умеренность, друзья мои, умеренность!

Понадобятся: свекла, чеснок, сыр, сметана или майонез.

Берем свеклины громаднейшие и отвариваем до полного их опупения. Натираем на терке и миксуем с тертым чесноком, сыром и солью. Теперь эту получившуюся аппетитнейшую дябу (вкусю, то бишь) заправляем сметаной или майонезом.

№п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Свекла, 800 г	8
2.	Чеснок, 1 шт.	3
3.	Сыр, 300 г	18
4.	Сметана, 300 г	7,5
		Итого: 36,5
		1 порция: 6,08

Салат «Офигеть!»

Понадобятся: огурцы свежие, морковь, капуста, редис, яблоки, лук зеленый, чеснок, сок лимона, сметана, майонез, сахар.

Огурцы, морковку, капусту и редиску расчле-

№п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Огурцы свежие, 400 г	4
2.	Морковь, 150 г	1,8
3.	Капуста, 200 г	2
4.	Редис, 100 г	4
5.	Яблоки, 100 г	1,5
6.	Зеленый лук, 20 г	2,4
7.	Чеснок, 1 шт.	3
8.	Сок лимона, 10 мл	1
9.	Сметана, 100 г	2,5
10.	Майонез, 50 г	1,7
11.	Сахар, 1 ст. л.	0,5
		Итого: 24,4
		1 порция: 4,07

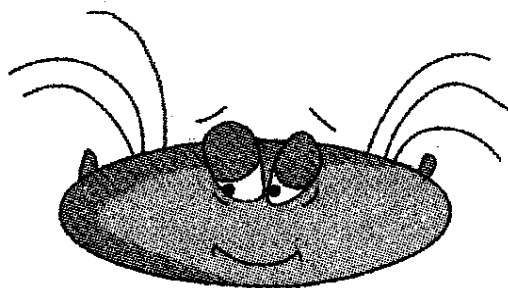
няем соломкой, смешиваем с измельченным чесночком и зеленым луком. Потом добавляем в сию смесь порезанные дольками яблоки, заправляем солью, сахаром и майонезом наполоам со сметаной и сбрызгиваем соком лимона.

Салат из сладкого перца

Понадобятся: перец сладкий, помидоры, огурцы, зелень, сметана или майонез.

Берем красивейшие перчики и стругаем их соломкой. Помидорки свеженькие и огурчики такие же моем, естественно, и нарезаем: помидорки кружками и еще на четыре части и огурцы кружочками. Ну, теперь осталось все это воссоединить и залить смачно майонезом или сметаной. А сверху разукрашиваем зеленью, мелко нарезанной.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Перец сладкий, 500 гр.	16
2.	Помидоры, 300 гр.	3
3.	Огурцы, 200 гр.	2
4.	Зелень, 20 гр.	3,4
5.	Сметана, 100 гр.	2,5
		Итого: 26,9
		1 порция: 4,48



Магическая тыковка

Понадобятся: тыква, яблоки, мед, сок лимона, орехи грецкие.

Значит так, тыковку симпотнявную добываем. После того как мы стали ее обладателями, сотворяем с ней следующую процедуру: избавляем от кожицы и нарезаем соломкой. Теперь яблочки, лучше, разумеется, не гниленькие, натираем на терке и замешиваем с тыквенной соломкой. И в эту смесь добавляем медку и соку лимонного. Ну а для полного балдежу осталось посыпать сверху толчеными грецкими орешками.

№п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Тыква, 1 кг	15
2.	Яблоки, 200 г	3
3.	Мед, 50 г	2,5
4.	Сок лимона, 10 мл	1
5.	Орехи грецкие, 20 г	2
		Итого: 23,5
		1 порция: 3,92

Салат морской

Понадобятся: рыба копченая (скупбрия), лук, морковь, масло растительное, майонез, зелень.

Рыбину копченую очищаем от кожицы и костей. Делаем это тщательнейше, дабы при поедании кости рыбные не вставали поперек в наших глотках. Далее лук и морковины нарезаем кубиками и пассируем на растительном масле. Потом овощи и рыбу соединяем вместе, заливаем майонези-

щем и сверху размажориваем зеленькой настроу-
ганной. Теперь в ожидании прихода гостей обте-
каем слюной.

№п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Скумбрия копченая, 500 г	25
2.	Лук, 70 г	0,7
3.	Морковь, 100 г	1,2
4.	Масло растительное, 3 ст. л.	3,6
5.	Майонез, 150 г	5
6.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 38,9
		1 порция: 6,48

Лососьный салатец

Понадобятся: лосось консервированный, яйца, сыр, зеленый горошек, майонез, зелень.

Вскрываем баночку с консервированной рыбе-
хой. Удаляем из нее никчемные косточки и измель-
чаем старательно. Яйца, вкрутую сваренные и из-
бавленные от скорлупы, рубим, измельчаем, типа.
Сыр натираем на терочке. Движения следует совер-
шать не лихо размашистые, а то мебель на кухне
может покрыться сырным покровом. Все измель-

№п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Лосось консервированный, 500 г	36
2.	Яйца, 3 шт.	5,1
3.	Сыр, 150 г	9
4.	Зеленый горошек, 200 г	10
5.	Майонез, 150 г	5
6.	Зелень, 20 г	3,4
		Итого: 68,5
		1 порция: 11,42

ченные продукты наши смешиваем, кидаем тудема горох зеленый консервированный и заливаем майонезом. Для красоты особой зеленью оформляем.

Салат овощной с колбасой

Понадобятся: колбаса, сыр, картофель, морковь, соленые огурцы, зеленый горошек, яйцо, маслины, майонез, масло сливочное, зелень.

Отвариваем морковку, картофан и, очистив их от кожуры, полосуем соломкой. Колбасень также превращаем в соломку. Яйца сваренные и огуречики соленые кромсаем на кубики. Сыр трем на терке. Лабудень данную смешиваем, солим, перчим и заправляем майонезом. В салатник выкладываем горкой, расфуфыриваем яйцом, зеленым горошком, маслинками, и кусочками сливочного масла. Для завершения ансамбля, слегка посыпаем зеленью.

№п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Колбаса, 200 гр.	10
2.	Сыр, 100 гр.	6
3.	Картофель, 300 гр.	1,8
4.	Морковь, 150 гр.	1,8
5.	Соленые огурцы, 150 гр.	7,5
6.	Зеленый горошек, 100 гр.	5
7.	Яйцо, 1 шт.	1,7
8.	Маслины, 50 гр.	2,5
9.	Майонез, 200 гр.	6,7
10.	Масло сливочное, 50 гр.	3
11.	Зелень, 20 гр.	3,4
		Итого: 47,4
		1 порция: 7,9

Салат с мясом

Понадобятся: говядина, яблоки, картофель, огурцы соленые, яйца, майонез, перец, листья салата.

Кусман нашего мяска по желанию варим, тушим или жарим. Картоху отвариваем в мундире и охлаждаем. С яйцами, соответственно, то же самое выделяем. Теперь все это плюс соленые огурцы и яблоки крошим на кубики. Миксуем кутерьму эту и заправляем майонезом, солью, перцем. Укладываем в салатничек «горкой» и для пущей опупительности оформляем ломтиками мяса, яйцом, листьями салата и фигурно нарезанными огурцами.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Говядина, 500 г	30
2.	Картофель, 500 г	3
3.	Яблоки, 100 г	1,5
4.	Огурцы соленые, 100 г	1,5
5.	Яйца, 3 шт.	5,1
6.	Майонез, 200 г	6,7
7.	Черный молотый перец, 5 г	1,5
8.	Листья салата, 50 г	2,5
		Итого: 51,8
		1 порция: 8,63

Винегрет овощнявый

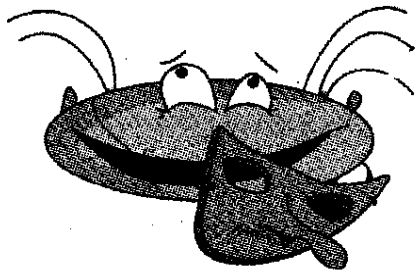
Винегрет — украшение любого стола, а тем паче стола праздничного, расфуфыренного, так сказать, поэтому приготовлению винегрета всегда уделяется внимание наипособнейшее и компоненты наикачественнейшие. Мой рецепт будет для вас подспорьем крутейшим, и все ваши

многочисленные гости будут долго вас вспоминать добрыми словами, вытирая со рта красные пятна сего смачного блюда.

Понадобятся: картофель, свекла, морковь, соленые огурцы, квашеная капуста, лук репчатый, масло растительное.

Для начала варим картофан, свеколку и морковку. Режем вышеуказанные овощи, а заодно и соленые огурчики небольшими и аккуратными кусочками кубической формы. Квашеную капусточку слегонца отжимаем, а если уж она чересчур кислая, то промываем водицею, желательнo не из-под крана. Лучок шинкуем мелко-меленько, ибо нефиг. Теперь все это объединяем в консорциум, типа, праздничный и заливаем маслицем и, по желанию, запыриваем уксус и зелень.

№п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Картофель, 500 г	3
2.	Свекла, 250 г	2,5
3.	Морковь, 200 г	2,4
4.	Соленые огурцы, 200 г	10
5.	Квашеная капуста, 200 г	3
6.	Лук репчатый, 100 г	1
7.	Масло растительное, 5 ст. л.	6
		Итого: 27,9
		1 порция: 4,65



Салат «День рождения»

Понадобятся: огурцы, яблоки, филе курицы, майонез, яйцо, помидоры, зелень.

Огурцы и яблоки очищаем-ошкуриваем, дабы кожура непотребная в зубья кариозные не забивалась, лишние дупла непотребные не вызывая. Овощи-фрукты плюс курочку некрупненько нарезаем и заправляем майонезом для пущего вкусу.

Ну а теперь выкладываем всю эту хрень горочкой в самый нарядный салатник или, наоборот, в миску алюминиевую — это уж кому как угодно будет — оформляем мажорно зеленью и помидорами, накромсанными кругами аппетитными.

№п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Огурцы, 300 г	3
2.	Яблоки, 100 г	1,5
3.	Филе курицы, 300 г	15
4.	Майонез, 150 г	5
5.	Яйцо, 3 шт.	5,1
6.	Помидоры, 100 г	1
7.	Зелень, 30 г	5,1
Итого: 35,7		
1 порция: 5,95		

Салат «Плодово-выгодный»

Понадобятся: цветная капуста, огурцы, помидоры, зеленый лук, майонез, сметана, сахар.

Моем капусту нашу разноцветную и делим на соцветия (это такие мелкие кочашки), опускаем в кипящую подсоленную воду и варим, пока они

(наши мелкие кочашки) не станут мягкими — главное не переварить. Со свежих огурчиков сдираем кожу, а у помидоров выпиливаем плодоножки (зеленая хрень в верхней части плода). Затем огурцы и томаты, помидоры, то бишь, кромсаем ломтиками и шинкуем зеленый лук. Лабуду всю эту миксуем и добавляем сахар, соль и смесь майонеза со сметаной.

Вываливаем получившееся месиво в симпативную емкость и украшаем чудным образом нарезанными огурцами и помидорами.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Цветная капуста, 500 г	10
2.	Огурцы, 200 г	2
3.	Помидоры, 200 г	2
4.	Зеленый лук, 20 г	2,4
5.	Майонез, 100 г	3,4
6.	Сметана, 50 г	1,3
7.	Сахар, 1 ст. л.	0,5
		Итого: 21,6
		1 порция: 3,6

Салат «Молодые детеныши крупного рогатого скота в обмотке из вермишели»

Понадобятся: телятина, макароны, яйца, сметана, хрен, уксус, сахар, зелень, помидоры.

Салат этот в приготовлении достаточно сложный, зато по итогу вы получите вкуснейшую, так сказать, едьбу.

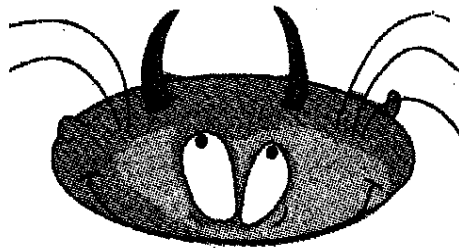
Заранее приготовленное жаркое из телятины охлаждаем и нарезаем поперек мышечных волокон тончайшими ломтиками, а их, в свою очередь, — на

продолговатые кусочки. Макароны отвариваем в подсоленной воде, откидываем на ситечко немалых размеров и охлаждаем.

Сметану разбодяживаем с хреном, солью, сахаром, уксусом и размешиваем с макаронами, нарезанным мясом и сваренными вкрутую яйцами.

Все это запузыриваем в салатник, посыпаем искромсанной зеленью и украшаем кусочками помидоров.

№ п/п	Ингредиенты (на 6 порций)	Цена, руб.
1.	Телятина, 600 г	42
2.	Макароны, 300 г	4,5
3.	Яйца, 3 шт.	5,1
4.	Сметана, 250 г	6,2
5.	Хрен, 50 г	2
6.	Уксус, 2 ст. л.	0,5
7.	Сахар, 1 ст. л.	0,5
8.	Зелень, 30 г	5,1
9.	Помидоры, 100 г	1
		Итого: 66,9
		1 порция: 11,15



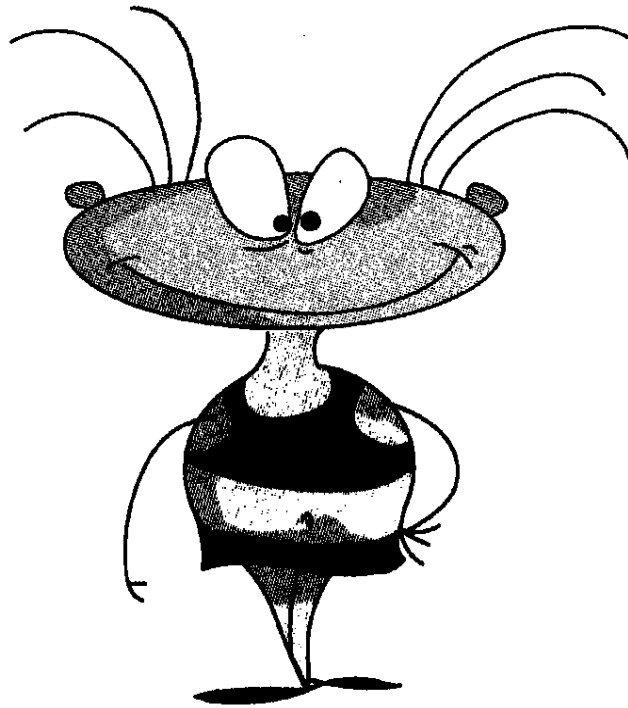
В общем, вроде все. Типа, конец.

ПыСы.:

Напоследок, щас скажу, кхм!

Девчонки и мальчишки! Не стоит тратить на приготовление и поглощение еды больше одного часа в день! Это просто не стоит целого часа! Лучше шестьдесят минут потусоваться с друзьями-балбесами, погулять со своими партнерами и герлфрендами. Питаться требуется, чтобы энергично переставлять конечности и только. Ненасытные обжоры, говорят, мол, типа, «мы это то, что мы едим»! Чушь свинячья. Мы – это то, что мы говорим, думаем и делаем. Причем тут еда?

Ваша Масыня



Что говорят-то в таких случаях?
А! типа, все, конец! Хе-хе...
Кушайте, не облятайтесь!

Курпатова П. В.

Кулинария от Масяни
(для живущих на одну стипендию)

Ответственные за выпуск
Л. А. Ким, Я. Ю. Матвеева

Корректор *Н. К. Дмитриева*
Оформление *Е. В. Никитина*
Иллюстрации *Т. Ю. Маркин*
Верстка *Н. В. Мироновой*

Подписано в печать 17.10.02
Формат 84×108¹/₃₂. Гарнитура «Petersburg».
Печать офсетная. Бумага газетная.
Усл. печ. л. 5,04. Уч. изд. л. 3,4. Тираж 15 000 экз.
Изд. № 03-0137-БВ. Заказ № 3479.

Издательский Дом «Нева»
199155, Санкт-Петербург, ул. Одоевского, 29

Отпечатано с готовых диапозитивов
в полиграфической фирме «Красный пролетарий»
127473, Москва, Краснопролетарская, 16

Масяня
крыса с голодухи
повесилась

Кажись...
Хрюндель, а как
ты думаешь, может
ли один Чизбургер
сытеть за первое,
второе и закуску



Эта книга для тех, кто
не желает спускать в извест-
ный фаянсовый сосуд больше
трехсот рублей в месяц!

Я – Масяня, гарантирую пер-
вое, второе, десерт и закуску.
Зачем вам всякая буржуазная
снесь? Она стоит бешеных
денег, а пищеварительный ре-
зультат один и тот же!

«Кулинария от Масяни» также
поможет вам сэкономить массу
времени на готовку.
Приобретайте антиповаренную
книгу от Масяни о быстрой и
питательной еде.

Пойдем-ка
в Макдоналдс.
Чизбургер сообразим
на троих

Джентельмены
успокойтесь!
Давайте сюда вашу
двадцатку. Шас я вам
запашу комплексный
обед на 6 персон...
Хе-хе!



ISBN 5-7654-2444-9



9785765424445

© ООО "Масяня"



КАДАСТРОВЫЙ ДИП
НЕВА