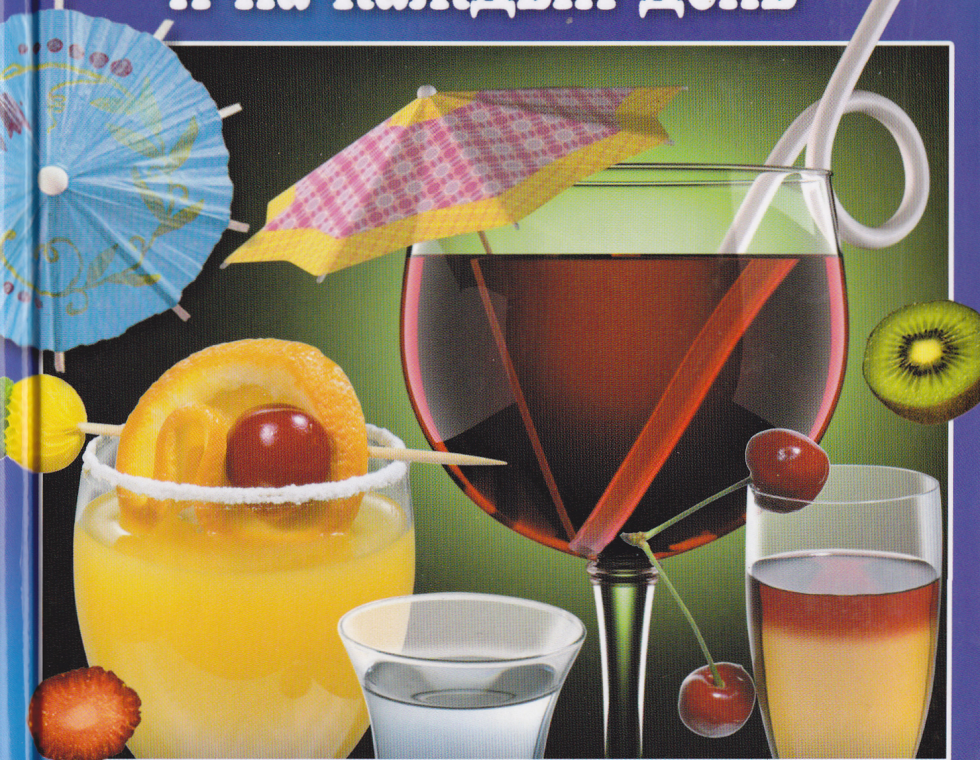


Д ОКТЕЙЛИ И НАПИТКИ



для фуршета, праздника
и на каждый день



Удиви гостей, друзей, родных

ББК 36.991
П58

Попова Е. А.

П58 Коктейли и напитки для фуршета, праздника и на каждый день / Составитель О. В. Завязкин. — Донецк: ООО «ПКФ «БАО», 2013. — 288 с.

ISBN 978-966-481-886-2

Еще в древние времена люди научились готовить различные напитки. Алкогольные и безалкогольные, холодные и горячие, тонизирующие и лечебные — их разнообразие безгранично. В этой книге представлены сотни разновидностей напитков, которые вы сможете приготовить самостоятельно. Их приготовление не отнимет у вас много времени, а результат обязательно порадует и вас, и ваших гостей.

Издание адресовано широкой читательской аудитории.

ББК 36.991

*Все права на книгу находятся под охраной издательства.
Ни одна часть данного издания, включая название
и художественное оформление, не может перерабатываться,
переиздаваться, ксерокопироваться, репродуцироваться
или множиться каким-либо иным способом.*

*Издательство не несет ответственности за содержание
и достоверность данного произведения. Мнение издательства
может не совпадать с мнением авторов, переводчиков, составителей.*

© Е. А. Попова
© О. В. Завязкин, составление
© А. Н. Недял, дизайн обложки
© ООО «ПКФ «БАО», подготовка к печати, 2013

ISBN 978-966-481-886-2

ВВЕДЕНИЕ

В мире насчитывается не менее миллиона различных напитков, которые люди пьют и в будни, и в праздники. Напитки делятся по температуре (холодные и горячие), по наличию алкоголя (алкогольные и безалкогольные), по способу приготовления (настойки, настои, отвары), по ингредиентам (молочные, фруктовые), по насыщению углекислым газом (сильногазированные, слабогазированные, негазированные); также существуют национальные напитки (квас, айран, кумыс). Поводов для употребления как безалкогольных, так и алкогольных напитков можно насчитать несколько десятков: от простого дружеского застолья до фуршета, банкета, чайного приема и т. д. В будний день тоже без напитков не обойтись: старый добрый домашний квас подарит в жару ощущение свежести, а бабушкина настойка не даст простудиться в зимние холода. Детям нравятся десертные газированные напитки, но для растущего организма все же полезнее натуральные соки и травяные настои.

В этой книге собраны рецепты всевозможных напитков, которые пригодятся вам в будни и праздники. Зная основные рецепты и правила приготовления, вы получите возможность бесконечно импровизировать, соперничая с самыми лучшими коктейль-барами: комбинации компонентов так разнообразны, что не поддаются учету. Советы по оформлению и подаче напитков помогут вам красиво накрыть на стол и приятно удивить своих гостей и близких. Технология приготовления некоторых напитков такова, что их можно смешивать прямо за столом — этот элегантный праздничный способ понравится вашим гостям и запомнится им надолго.



На страницах издания вы найдете немало полезных советов, интересных сведений из истории напитков.

Кроме того, в книге содержатся рецепты лечебных напитков — настоев, настоек, — которые помогут вам и членам вашей семьи оставаться здоровыми и бодрыми круглый год. Также вы узнаете все о посуде для напитков, о различных пряностях и приправах, которые необходимы при приготовлении по-настоящему оригинальных напитков, а приведенные в книге полезные рекомендации помогут вам создать настоящий праздник.



КОКТЕЙЛИ



АЛКОГОЛЬНЫЕ

Удивить гостей «фирменным» коктейлем — настоящая удача хозяина!

«Кок тейл» — «петушинный хвост» — так переводится с английского языка наименование этого напитка, подразумевающее, что в результате умелого смешивания различные жидкости как бы образуют в бокале некое яркое многоцветие, подобное красочному петушиному хвосту, представляющее собой вдохновенное соединение порой несоединимых видов алкоголя.

Вообще, смешивать разного рода напитки человечество умело с незапамятных времен, однако, похоже, что культура коктейлей в ее современном виде сформировалась в США. Во всяком случае, коктейль-пати — вечеринка, в течение которой гости не сидят за столом и не едят, а циркулируют по залу с высокими стаканами «лонг-дринка», так сказать, долгоиграющего напитка, то есть того же коктейля, есть классическая американская форма досуга и светской жизни.

Сегодня, когда можно свободно купить любые экзотические напитки, для культуры коктейля, что называется, наступил золотой век. Предлагаем вам рецепты нескольких знаменитых коктейлей, а заодно и некоторые основополагающие принципы их приготовления.

Итак, основой для коктейлей могут служить: шампанское, красные и белые сухие вина, водка, джин, виски — шотланд-



ское и американское, ром светлый и темный, вермуты сладкие и сухие, пиво светлое и темное, эль. Коньяк, несмотря на свою самодостаточную ценность, тоже может служить основополагающим элементом многих коктейлей.

В качестве разбавляющей жидкости годятся: минеральная вода, кола, всякого рода содовые напитки, тоники, свежий лимонный или грейпфрутовый сок, обыкновенная вода.

Как специи и добавки используются: горькие пряности, гранатовый сок, сахарная пудра, соль грубого помола, черный перец, соус «Табаско», различные сиропы, молоко.

Для украшения стакана подходят: оливки, лимонные и апельсиновые дольки, клубника, кусочки ананаса или банана, огурчики, листья свежей мяты.

Неплохо иметь под рукой кое-какое подходящее к случаю оборудование: хороший штопор, мензурку для точного соблюдения пропорций различных напитков, ступку для измельчения специй, особое блюдо для выжимания сока, ложку на длинной ручке, чтобы опускать в бокал кусочки льда, металлическое ситечко, емкость и щипцы для льда, соковыжималку и, конечно, металлический шейкер, или высокий стакан для взбивания коктейлей.

Эффект радуги в стакане или все того же «петушиного хвоста» достигается искусством наливания. Наливать надо так, чтобы жидкости не перемешивались, а как бы отслаивались друг от друга. Начинать следует с самого тяжелого напитка. Причем наливать аккуратно и медленно, по внешней закругленной стороне чайной ложки.

Шампанское и игристые вина для коктейлей необходимо заранее охладить, а в бокал вливать отдельно в последнюю очередь.

При приготовлении коктейлей очень важно точно соблюдать указанное количество ингредиентов. Например, если вы возьмете чуть больше или чуть меньше водки, у вас получится уже другой напиток!

Для коктейлей с шампанским лучше всего подходят высокие узкие бокалы на ножках или широкие бокалы-блюдца.

Лед для коктейлей можно приготовить заранее, заморозив подслащенные фруктово-ягодные соки, кофе или молоко —



напитки будут красивее и вкуснее. В ячейки лотков для льда можно положить лепесток розы (но только не обработанной химическими удобрениями) или красивую ягоду, залить водой и так заморозить. Мелко расколоть лед можно, завернув его в полотенце.

Не забывайте делать «иней» на бокалах — из сахара для сладких коктейлей, из соли — для несладких. Для этого края бокала снаружи на 1–1,2 см нужно натереть кусочком лимона, затем опрокинуть бокал вверх дном и обмакнуть его в насыпанные горкой соль или сахар (можно в сахарную пудру). Лишнее стряхнуть, затем аккуратно налить напиток в бокал. Кроме того, сахар, сахарную пудру, соль можно смешивать с пищевыми красителями — тогда «иней» получится разноцветным.

Бокалы можно украсить бумажными зонтиками, крупными ягодами, дольками лимона, апельсина, ананаса, киви, листиками мяты. Очень красиво смотрятся на краях бокалов цветы. Цветок можно «посадить» на соломинку или палочку для перемешивания. На шпажку можно нанизать оливку или вишенку и опустить в бокал.

Также для украшения некоторых бокалов можно использовать измельченную зелень. Мелко нарезанную зелень нужно предварительно отжать, завернув в кухонное полотенце. Край бокала опустить сначала в яичный белок или желе, а затем — в подсушенную зелень.

Предлагая вашему вниманию рецепты наиболее популярных в мире коктейлей, ориентируемся на те напитки, которые положены в их основу.

КОКТЕЙЛЬ «КРОВАВАЯ МЭРИ»

1 часть водки (примерно 45 мл), 2 части томатного сока, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонного сока, 2–3 капли соуса «Табаско» (острый мексиканский соус), соль и перец (по вкусу).

Взбивать со льдом и со льдом подавать. Нелишним будет кусочек лимона.



КОКТЕЙЛЬ «ОТВЕРТКА»

1 часть водки, 5 частей апельсинового сока.

Хорошо перемешать ингредиенты.

Подавать со льдом в высоком стакане, который в мире коктейлей называется «хайбол».

КОКТЕЙЛЬ «ПИКАНТНЫЙ»

150 г томатного сока, 150 г водки, 1 сырое яйцо.

В большой стакан влить томатный сок.

Отделить желток и аккуратно опустить его в стакан с томатным соком (постарайтесь, чтобы желток находился ближе к стенке стакана). Аккуратно, тоненькой струйкой, по стенке стакана влить водку.

КОКТЕЙЛЬ «СОВЕТСКИЙ»

Так этот коктейль называют американцы.

1 часть водки, по 0,5 части хереса и сухого вермута.

Все смешать. Подавать со льдом.

Можно добавить колечко лимонной кожуры.

КОКТЕЙЛЬ «КИТАЙСКО-СОВЕТСКИЙ»

Так американцы по старой памяти называют следующий коктейль.

2 части водки, 1 часть «Амаретто», немного молока или сливок.

Все смешать и подавать со льдом.

КОКТЕЙЛЬ «ПАВЛОВСКИЙ ВЫСШИЙ»

Этот коктейль именуется так, видимо, в честь великой балерины.



2 части охлажденной водки, 0,5 части черносмородинового ликера.

Все смешать. Подавать со льдом в бокалах для красного вина.

БИРБАСТЕР

Вопреки предостережению не мешать водку с пивом именно на этом принципе основывается данный коктейль.

1 стакан (хайбол) пива, 1 часть водки, 2 капли соуса «Табаско».

В хайбол с холодным пивом добавить водку и соус «Табаско». Перемешать.

КОКТЕЙЛЬ «ОСВЕЖАЮЩИЙ»

Несколько капель растительного масла, 1 сырой яичный желток, 10–20 капель водки, по 1 щепотке молотого красного и черного перца.

Мелкий широкий бокал смочить растительным маслом (чтобы оно покрыло стенки бокала).

Яичный желток смешать с водкой и добавить молотый перец.

Коктейль необходимо выпить залпом, как следует размешав.

КОКТЕЙЛЬ С ВОДКОЙ

I вариант

60 г водки, 1½ ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка сахарного сиропа, 3 листа мяты, пищевой лед.

Напитки встряхнуть вместе со льдом и перелить в стаканчики.

Листья мяты порубить и посыпать коктейль сверху.

Примечание. Этот коктейль можно по вкусу разбавить содовой или нейтральной минеральной водой с газом.



II вариант

20 г водки, 1 ст. ложка малиновой настойки, 1 стакан шампанского, пищевой лед.

Встряхнуть водку и малиновую настойку со льдом, затем перелить в бокалы и долить шампанским.

III вариант

100 г водки, 250–300 г шампанского, 1 кусочек лимонной цедры.

Этот коктейль можно приготовить без льда. Налить в бокалы сначала водку, затем долить шампанским и опустить кусочек лимонной цедры.

IV вариант

80 г водки, 20–40 г сухого вермута, 2 оливки, пищевой лед.

Встряхнуть напитки вместе со льдом. Перелить в стаканчики и подать с соломинкой и оливкой на шпажке.

V вариант

По 40 г водки, сухого вермута, лимонного сока, лимонная цедра (в виде полоски), пищевой лед.

Встряхнуть напитки вместе со льдом. Перелить в стаканчики и опустить в коктейль лимонную цедру.

КОКТЕЙЛЬ «МЯТНО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ»

500 г водки, 400 г мятного ликера, сок 2 апельсинов, цедра 1 лимона, пищевой лед.

Из апельсинов выдавить сок, смешать в миксере с водкой и ликером и разлить коктейль в бокалы.

В каждый бокал положить по несколько кубиков льда, сверху притрусить тертой лимонной цедрой.



КОКТЕЙЛЬ «ФРАНЦУЗСКИЙ»

2 части джина, 1 часть лимонного сока, холодное шампанское, 2 ч. ложки сахарной пудры.

Джин и лимонный сок залить холодным шампанским и сдобрить сахарной пудрой.

Пьется этот коктейль через соломинку.

КОКТЕЙЛЬ «МАРТИНИ»

I вариант

$\frac{2}{3}$ стакана джина, $\frac{1}{3}$ стакана вермута, сок из $\frac{1}{3}$ лимона, $\frac{1}{2}$ стакана измельченного льда.

Смешать все компоненты миксером. Подать в бокале с соломинкой.

II вариант

300 г джина или можжевелевой настойки, 150 г белого вермута, 100 г коньяка, 10 оливок, 10 кружков лимона, пищевой лед.

Смешать напитки в шейкере со льдом, разлить по бокалам, добавить оливки, а на край каждого бокала надеть надрезанный до половины кружок лимона.

ДЖИН-ФИЦ

2 части джина, 0,5 части лимонного сока, 1 ч. ложка сахарной пудры, содовая вода, пищевой лед.

Смешать ингредиенты, разбавив их содовой водой.

Подавать в хайболах со льдом.

КОКТЕЙЛЬ «ЕВРОПЕЙСКИЙ»

500 г джина, по 1 стакану игристого белого вина или полусухого шампанского и светлого виноградного сока,



пищевой лед, вишни или черешни (для украшения стаканов).

Смешать в шейкере вместе с кубиками льда все компоненты коктейля и вылить в высокие стаканы. Украсить каждый стакан вишнями или черешнями, нанизанными на шпажку.

КОКТЕЙЛЬ «БЕЛАЯ ЛЕДИ»

3 части джина, 1 часть ликера «Куантро», 1 часть грейпфрутового сока.

Смешать ингредиенты.

КОКТЕЙЛЬ «УСЛАДА»

50 г апельсинового сока, 100 г джина, 50 г абрикосового бренди, сок $1/2$ лимона, пищевой лед.

Смешать все ингредиенты с измельченным льдом и вылить в бокал. Украсить бокал долькой лимона или апельсина.

КОКТЕЙЛЬ «АНТИКА»

300 г джина, 200 г игристого белого вина, 200 г светлого вермута, пищевой лед.

Заполнить высокие стаканы на $1/5$ колотым льдом, разлить в них поочередно джин, вермут и вино и осторожно перемешать.

КОКТЕЙЛЬ С ВЕРМУТОМ

I вариант

1 часть коньяка, 1 часть сладкого вермута, 1 ч. ложка сахарного сиропа, 1 ч. ложка биттера, пищевой лед.

Смешать ингредиенты. Подавать коктейль со льдом.

II вариант

20 г вермута, $1/2$ стакана грейпфрутового сока, $1 1/2$ ст. ложки лимонного сока, пищевой лед.



Напитки встряхнуть со льдом и перелить в бокал.
Украсить кружком лимона.

III вариант

20 г вермута, $1\frac{1}{4}$ стакана яблочного сока, 3 ст. ложки лимонного сока, пищевой лед.

Напитки встряхнуть со льдом и перелить в бокал.
Украсить ломтиком лимона и спиралью из яблочной кожуры.

IV вариант

20 г вермута, 100 г апельсинового сока, по 4 ст. ложки лимонного и ананасного сока, пищевой лед.

Напитки встряхнуть со льдом и перелить в бокал.
Украсить половинкой кружка апельсина.

V вариант

20 г вермута, 3 ст. ложки лимонного сока, 200 мл кока-колы, пищевой лед.

Напитки встряхнуть со льдом и перелить в бокал.
Украсить ломтиком апельсина.

VI вариант

40 г вермута, $\frac{1}{2}$ стакана яблочного сока, 200 мл минеральной воды, пищевой лед.

Напитки встряхнуть со льдом и перелить в бокал.
Украсить спиралью яблочной кожуры.

VII вариант

20 г вермута, $5\frac{1}{2}$ ст. ложки апельсинового сока, 200 мл лимонада, пищевой лед.

Напитки встряхнуть со льдом и перелить в бокал.
Украсить кружком лимона.



VIII вариант

2 рюмки вишневой наливки, 1 рюмка красного вермута, кубики льда, винные вишни (для украшения).

Смешать в сосуде вишневую наливку, красный вермут и положить 2–3 кубика льда.

Хорошенько встряхнуть, перелить в бокалы для шампанского и украсить винными вишнями.

IX вариант

40 г вермута, 180 мл вишневого сока, 100 мл ананасного сока, 4 ст. ложки лимонного сока, пищевой лед.

Напитки встряхнуть со льдом и перелить в бокал.

Украсить засахаренной вишенкой.

ВЕРМУТ-КОФЕ

500 мл холодного молока, 1 стакан светлого вермута, 5 ст. ложек толченого льда, 5 ч. ложек растворимого кофе.

Все очень быстро взбить в миксере, разлить в стаканчики и сразу подавать на стол.

КОКТЕЙЛЬ «ПАРАДИЗ»

6 яиц, 2 ст. ложки сахарной пудры, 500 г сливочного мороженого, по 1 стакану молока, рома и коньяка, по 200 г кофейного и шоколадного ликера, 100 г молочного шоколада, 1 апельсин.

Отделить белки от желтков и тщательно взбить их миксером, постепенно добавляя сахарную пудру.

Соединить охлажденное молоко, ром, коньяк, шоколадный и кофейный ликеры, мороженое. Взбить желтки и тщательно перемешать до однородной консистенции. Затем вылить смесь в широкую вазу, а сверху в виде шапки выложить взбитые в пену белки и посыпать тертым молочным шоколадом. Нарезать дольками апельсин и выдавить немного сока.



Края бокалов обмакнуть сначала в апельсиновый сок, затем в сахарную пудру и украсить апельсиновыми дольками.

Подать коктейль к столу и аккуратно разлить по бокалам.

КОКТЕЙЛЬ «ОТРЕЗВЛЯЮЩИЙ»

2 ст. ложки острого томатного соуса, 1 сырой яичный желток, 2–3 капли лимонного сока, 10–15 капель коньяка, несколько капель растительного масла, молотый красный и черный перец, соль (по вкусу).

Стенки стакана покрыть растительным маслом. Смешать в стакане томатный соус, яичный желток, молотый перец, соль, лимонный сок и коньяк.

ФЛИП

1 сырой яичный желток, 1 ч. ложка сахара, 20 г любого ликера, сок $1/2$ апельсина, шампанское, пищевой лед.

Взбить яичный желток с сахаром, добавить ликер, сок и кусочек льда, смешать, налить в холодный стакан и долить шампанским.

МОККО-ФЛИП

1 часть коньяка, 2 части охлажденного и процеженного кофе, 1 взбитый сырой яичный желток, сахарный сироп (по вкусу), пищевой лед.

Энергично смешать ингредиенты вместе с кусочками льда.

ФЛИП-КОНЬЯК

I вариант

50 г коньяка, 100 г хереса, 10 яичных желтков, 2 ст. ложки сахарной пудры, 250 г пищевого льда, мускатный орех (по вкусу).



Охладить льдом стенки шейкера, опустить в него яичные желтки, добавить коньяк, херес, сахарную пудру, мускатный орех и все взболтать в течение 2–3 минут. Разлить по бокалам.

Примечание. Молотый мускатный орех можно не класть в шейкер, а посыпать им коктейль сверху после разлива его в бокалы.

II вариант

2 яичных желтка, сок 2 апельсинов, 3 ст. ложки сахарной пудры, сок $1/2$ лимона, 100 г коньяка, $1/2$ стакана сливок.

Все смешать в миксере, разлить в стаканчики и перед подачей хорошо охладить в морозильнике.

III вариант

100 г коньяка, 10 ст. ложек сгущенного молока, 5 яиц, 500 мл молока, мускатный орех (по вкусу).

Все хорошо смешать, процедить через мелкое сито. Подавать, посыпав натертым мускатным орехом.

ФЛИП С КРАСНЫМ ВИНОМ

$1\frac{1}{4}$ стакана красного вина, 80 г рома, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 2 пакетика ванильного сахара, 2–3 яйца, $3\frac{1}{2}$ ст. ложки толченых грецких орехов.

Сахар растереть с яйцами венчиком, добавить ванильный сахар, толченые орехи, вино и ром. Взбить в миксере, разлить в стаканчики. Подавать с соломинкой.

ФЛИП-КОФЕ

5 яиц, 5 ч. ложек сахарной пудры, 5 ст. ложек сгущенного молока, 1 стакан портвейна, 150 г ванильного ликера, 5 ч. ложек растворимого кофе, 3 ст. ложки толченого льда.



Сахарную пудру растереть с яйцами, добавить, аккуратно перемешивая, сгущенное молоко, портвейн и ванильный ликер. Затем добавить растворимый кофе и толченый лед.

Перемешать и тщательно взбить в миксере.

ФЛИП С ШАМПАНСКИМ

I вариант

80 г портвейна, 2 яичных желтка, 1 ч. ложка сахара, 200–220 г шампанского, пищевой лед.

Встряхнуть со льдом портвейн, желтки и сахар, затем перелить в бокалы и долить шампанским.

II вариант

5 яичных желтков, 5 ч. ложек сахара, 100 г любого ликера, сок 2–3 апельсинов, 500 г шампанского, пищевой лед.

Яичные желтки тщательно взбить с сахаром, добавить ликер и сок апельсина, хорошо смешать, влить в холодный стакан и дополнить его шампанским.

Подавать с кусочками льда.

ШАМПАНСКОЕ БЕДНЫХ

На 1 бокал коньяка — $1/2$ бокала лимонного сиропа.

Хорошо смешать ингредиенты.

ГОЛУБОЕ ШАМПАНСКОЕ

1 ч. ложка свежесжатого лимонного сока, 20 г голубого апельсинового ликера кюрасо, 1 ст. ложка водки, шампанское, вишни.

Шейкер наполнить кубиками льда, добавить сок лимона, ликер, водку и хорошо встряхнуть. Затем смесь процедить че-



рез ситечко в предварительно охлажденный бокал и долить шампанским.

Украсить вишней и сразу подавать.

ШАМПАНСКОЕ-КОБЛЕР

*1 бокал шампанского, $1/2$ ст. ложки сахарной пудры,
1 кусочек ананаса.*

Пустой бокал наполовину наполнить кусочками льда. Затем добавить в него сахарную пудру, кусочек ананаса и налить в бокал шампанское.

ШАМПАНСКОЕ С «АМАРЕТТО»

40 г ликера «Амаретто», 3 ст. ложки апельсинового сока, 200–220 г сухого шампанского, 1 кружок апельсина (для украшения), пищевой лед.

Напитки (кроме шампанского) встряхнуть со льдом, перелить в бокал и долить шампанским.

На края бокала нанизать по половине кружка (или по целому кружку) апельсина.

КОКТЕЙЛЬ «КРАСНАЯ РОЗА»

30 ягод клубники, 1 л нарзана, 500 г сухого шампанского, 150 г ликера из роз, 150 г красного десертного вина, пищевой лед.

В бокалы или высокие стаканы вылить нарзан, вино, шампанское и ликер. Все тщательно перемешать и положить ягоды клубники. Коктейль подавать с кубиками льда.

КОКТЕЙЛЬ «ГОЛУБАЯ МЕЧТА»

1 часть коньяка, 1 часть ананасного сока, шампанское.

Коньяк и ананасный сок взбить и залить ледяным шампанским.



КОКТЕЙЛЬ «ШОКОЛАД»

5 ст. ложек какао, 15 ст. ложек сахара, 15 ст. ложек воды, 10 ст. ложек сметаны, 500 мл газированной воды, 1 стакан коньяка.

Сварить шоколадный сироп из какао, сахара и воды. Как только закипит, снять с огня, остудить, смешать со сметаной, коньяком и хорошо взбить в миксере.

Разлить полученный коктейль в стаканы, которые перед подачей долить охлажденной газированной водой.

КОКТЕЙЛЬ «ВЕСЕННИЙ»

100 мл сока молодой крапивы, 500 мл березового сока, 100 г портвейна, 4 кубика пищевого льда.

Разлить в бокалы березовый сок, сок крапивы и портвейн, размешать. Подавать в высоких стаканах с кубиками льда.

КОКТЕЙЛЬ «АТЛАНТИДА»

1 стакан красного столового вина, 2 ст. ложки коньяка, 2–3 ст. ложки сахара, 500 мл молока.

Смешать все ингредиенты.

КОКТЕЙЛЬ «ОТКРЫТИЕ»

1 стакан пива, 50 г томатного сока, черный молотый перец и соль (по вкусу).

Соединить пиво с томатным соком, добавить молотый перец, соль и перемешать.

КОКТЕЙЛЬ «КОФЕЙНЫЙ»

1 л молока, 5 ч. ложек растворимого кофе, 5 яиц, 15 ч. ложек сахара, 1 стакан кофейного ликера, пищевой лед.

Растереть яйца с сахаром, добавить растворимый кофе, постепенно влить кипящее молоко. Остудить, взбивая. Доба-



вить ликер. Разлить по стаканчикам, положив в каждый по кусочку льда.

Пить через соломинку.

КОКТЕЙЛЬ «ПОЛЯРНАЯ НОЧЬ»

На 2 бокала: 100 г фруктового мороженого, 1 ст. ложка рома (или коньяка, наливки, ликера), 50 г шампанского, 2 кусочка пищевого льда.

В тонкие бокалы положить по кусочку льда, затем шарик (2 ст. ложки) мороженого, полить ромом, а потом осторожно, с ножа, влить шампанское, чтобы со всех сторон окружить мороженое. Сразу же подавать к столу с соломинкой.

БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ

Имея домашний бар, можно приготавливать не только алкогольные напитки. Есть много рецептов для коктейлей, которые не содержат ни капли дорогостоящих алкогольных напитков. Эти освежающие безалкогольные коктейли гораздо полезнее для здоровья.

НА ОСНОВЕ СОКОВ

I вариант

1 стакан томатного сока, 1 стакан смеси яблочного сока и сока черноплодной рябины.

Перемешать соки миксером или взбивалкой и поддержать 30 минут на холоде.

II вариант

1 стакан томатного сока, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 сырой яичный желток, 1 ч. ложка размельченной зе-



лени, острый томатный соус, черный молотый перец и соль (по вкусу).

Соки и яичный желток перемешать миксером или взбивалкой, заправить остальными продуктами.

III вариант

1/2 стакана яблочного сока, 1 ст. ложка рябинового сока, 2 ст. ложки фруктового мороженого.

Мороженое положить в бокал, а затем влить смешанные миксером рябиновый и яблочный соки. Не размешивая, подать к столу.

IV вариант

По 1 ст. ложке земляничного, малинового, черносмородинового соков и молока, 1 сырой яичный желток, 3 ч. ложки сахара.

Разбить свежее куриное яйцо, отделить желток и растереть его с сахаром добела.

Вскипятить молоко и залить им растертый желток, быстро перемешать и охладить. После охлаждения, быстро перемешивая, влить тонкой струйкой по очереди соки.

Подавать коктейль охлажденным.

V вариант

1 неполный стакан разбавленного апельсинового сока, 2 ст. ложки апельсинового сиропа, 1 сырой яичный желток.

Сок, сироп и яичный желток взбить миксером или взбивалкой и сразу подавать к столу.

VI вариант

1/2 стакана апельсинового сока, 1/3 стакана сливок, 1 сырой яичный желток, 2 ст. ложки сахара.



Яичный желток взбить с сахаром, добавить апельсиновый сок, перемешать, влить в бокал и долить сливками.

VII вариант

1/2 стакана разбавленного вишневого сока, 1/4 стакана абрикосового сока, 1 сырой яичный желток.

Соки и яичный желток взбить миксером или взбивалкой и сразу же подавать.

VIII вариант

1–2 ст. ложки ягодного или фруктового сиропа, 3/4 стакана чая или воды, 1–2 ст. ложки тертого сыра.

Воду или остывший чай, сироп и тертый сыр взбивать 1 минуту в миксере.

Подавать на стол в холодном виде.

Примечание. Если напиток долго стоит, сыр может выпасть в осадок.

IX вариант

1/3 стакана рябинового сока, 1/2 стакана яблочного сока, сахар (по вкусу).

В рябиновый сок влить яблочный, перемешать и добавить холодный сахарный сироп.

Подавать коктейль охлажденным.

X вариант

1 сырой яичный желток, 2 ч. ложки натурального меда, 1/4 стакана сока черноплодной рябины, 1/2 стакана молока, 2–3 кубика льда.

Яичный желток взбить, добавить мед, сок черноплодной рябины, охлажденное кипяченое молоко. Взбивать все 1,5–2 минуты.

Подавать с кубиками пищевого льда.



XI вариант

$\frac{1}{2}$ стакана разбавленного яблочного сока, $\frac{1}{4}$ стакана вишневого сока, 1 сырой яичный желток.

Соки и яичный желток взбить миксером и сразу подавать на стол.

XII вариант

По $\frac{1}{2}$ стакана морковного сока с мякотью и яблочного сока, 2 вишни или 1 ломтик лимона.

В стакане перемешать морковный сок с яблочным. Положить лимонный ломтик или пару вишен.

XIII вариант

$\frac{1}{2}$ стакана ревеневого или яблочного сока, $\frac{1}{2}$ стакана сока манго, 1 ст. ложка клубничного сиропа, 1 тонкий ломтик лимона.

Перемешать соки в стакане чайной ложкой или взбивалкой, заправить сиропом, положить лимонный ломтик.

XIV вариант

По $\frac{1}{2}$ стакана ревеневого сока и сливового сока с мякотью, 2 ст. ложки малинового сиропа.

Перемешать соки и сироп в миксере и подавать коктейль на стол.

XV вариант

$\frac{1}{4}$ стакана малинового сиропа, $\frac{1}{4}$ стакана лимонного сиропа, $2\frac{1}{2}$ стакана яблочного сока, пищевой лед.

Бокалы для шампанского на две трети наполнить кусочками льда величиной с лесной орех, налить туда соки, размешать и добавить фрукты.

Пить через соломинку.



XVI вариант

1/2 стакана сока черноплодной рябины, 2 ст. ложки лимонного сока, 3 ч. ложки сахара, 2 кубика пищевого льда.

Сок черноплодной рябины перемешать с лимонным соком, добавить сахар и тщательно перемешать.

Подавать коктейль с кусочками пищевого льда.

XVII вариант

1 стакан яблочного сока, 1 большой помидор или 2 ст. ложки томатного сока.

Если использовать только соки, то нужно перемешать их в миксере, и коктейль готов.

Если использовать помидор, то следует ошпарить его кипятком и снять кожицу. Порезать помидор на кусочки и перемешать миксером вместе с яблочным соком.

XVIII вариант

100 мл сока крапивы, 120 мл сока хрена, 60 мл сока репчатого лука.

Отжать соки крапивы, хрена и лука, перемешать и подать в холодном виде.

КОКТЕЙЛЬ «ДАРЫ ЗЕМЛИ»

200 мл морковного сока, сок 1/2 апельсина, сок 1/4 лимона, 1 ч. ложка меда, 1/2 стакана кефира, пищевой лед.

Влить ингредиенты в миксер, хорошо взбить, добавить несколько кубиков льда.

КОКТЕЙЛЬ «ЗАГАДКА»

100 мл холодного чая, 50 мл фруктового или ягодного сиропа, 2 ст. ложки брусничного или гранатового сока, 1 долька лимона, пищевой лед.



В стакан налить холодный чай, сироп и сок. Перемешать и засыпать измельченным льдом.

При подаче на край стакана надеть кружочек лимона.

КОБЛЕР

1/4 стакана апельсинового сока, 1 стакан сока крыжовника, 1/4 стакана лимонного сиропа, 1 стакан черничного сока, 1 стакан клубничного сиропа.

Смешать все ингредиенты.

КОКТЕЙЛЬ «ВИТАМИН»

1 стакан морковного сока, 1/2 стакана ананасного сока, 1/4 стакана бананового сока, пищевой лед.

Все ингредиенты перемешать. Можно подать с кубиками льда и соломинкой.

ЯБЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ

200 мл яблочного сока, сок 1 лимона, 1 ст. ложка меда, пищевой лед.

Все ингредиенты поместить в миксер и хорошо взбить, добавить несколько кубиков льда.

ТОНИЗИРУЮЩИЙ КОКТЕЙЛЬ

1 сырой яичный желток, 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложка лимонного сока, 6 ст. ложек любого фруктового сока, 2 ст. ложки морковного сока, 2 стакана кипяченой воды.

Перемешать все ингредиенты. Подавать коктейль охлажденным.

ФЛИП ЧЕРНОСМОРОДИНОВЫЙ

1 яйцо, 1 стакан сока черной смородины, 2 стакана яблочного сока, пищевой лед.



В сосуд с кусочками льда (размером с лесной орех) добавить соки, сильно взбитое яйцо.

Все ингредиенты смешать или взбивать около 1 минуты, затем процедить и разлить в охлажденные бокалы.

Подавать с соломинкой.

АПЕЛЬСИНОВЫЙ КОКТЕЙЛЬ

4 апельсина, 4 ч. ложки сахара или меда, 4 яичных желтка, 2 стакана яблочного сока, 4 ст. ложки молотых орехов.

Апельсины вымыть, очистить от кожуры, отжать из них сок, налить в посуду для взбивания, добавить сахар (или мед), яичные желтки, яблочный сок, молотые орехи и все взбить миксером.

ТОМАТНЫЙ КОКТЕЙЛЬ

I вариант

250 г охлажденного томатного сока, 250 г холодной простокваши, кубики льда.

Взбить в миксере томатный сок и простоквашу, разлить по бокалам и добавить в каждый кубики льда.

II вариант

150 г томатного сока, 3–4 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка сока сельдерея, пищевой лед.

Влить соки в миксер, хорошо смешать, добавить несколько кубиков льда и подавать на стол.

III вариант

1 стакан томатного сока, 2 сырых яичных желтка, 3–4 ч. ложки шашлычного соуса, 4 ч. ложки лимонно-



го сока, соль и молотый перец (по вкусу), кубики пищевого льда.

Компоненты предварительно охладить и смешать в шейкере.

Подавать в высоком стакане с соломинкой и кубиками льда.

КОКТЕЙЛЬ ИЗ КРАПИВЫ И ЯГОД

По 100 г сухой крапивы, ягод рябины и шиповника, 100 г меда, сок брусники или клюквы (по вкусу).

Отдельно приготовить отвары из сухой крапивы, ягод рябины и шиповника.

Кипятить 10 минут, процедить и охладить. Добавить сок брусники или клюквы и мед.

Перемешать, дать настояться 12 часов.

ОГУРЕЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ

По 100 мл огуречного и морковного сока, 50 мл сока сельдерея, пищевой лед.

Влить соки в миксер, хорошо смешать, добавить несколько кубиков льда и подавать на стол.

КОКТЕЙЛЬ ОГУРЕЧНО-ЛИМОННЫЙ

1 1/2 огурца, 1/2 лимона, 2 ч. ложки меда, кубики пищевого льда.

Огурцы вымыть, обсушить, нарезать, пропустить через соковыжималку или измельчить на терке и отжать через марлю сок. В миксер влить мед, огуречный и лимонный соки и хорошо взбить.

На стол подавать с кубиками пищевого льда.



НА ОСНОВЕ МОЛОКА И МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ

КОКТЕЙЛЬ ДЕСЕРТНЫЙ

I вариант

1 яйцо, 1 стакан клубничного сиропа, 2 стакана черничного сока, 2 стакана молока, $\frac{1}{2}$ стакана вишневого сока, $\frac{1}{2}$ стакана малинового сока, 125 мл молока.

Хорошо смешать все ингредиенты.

II вариант

1 стакан молока, 1 стакан черничного сока, 2 стакана клубничного сиропа.

Хорошо смешать все ингредиенты.

III вариант

1 стакан холодного молока, 5 ч. ложек земляничного варенья, 40 г сливочного мороженого, 1 ст. ложка взбитых сливок, 20 г шоколада.

В миксер положить мороженое, земляничное варенье, влить холодное молоко и взбить, чтобы смесь хорошо вспенилась.

Перед подачей на стол в бокал с коктейлем сверху положить взбитые сливки и посыпать натертым на терке шоколадом.

IV вариант

$\frac{1}{4}$ стакана сливок, 2 ст. ложки земляники, 6 ч. ложек сахарной пудры.

Землянику перебрать, удалить чашелистики и плодоножки, хорошо промыть, дать стечь воде, положить в миску или глубокую тарелку и размять деревянным пестиком, постепенно добавляя сливки и сахарную пудру.

Подавать коктейль охлажденным.



V вариант

2 л кефира, 500 г яблок, сахар (по вкусу).

В кефир добавить сахар и хорошо взбить. Затем залить полученной смесью очищенные от кожуры, нарезанные тонкими дольками или измельченные на крупной терке яблоки, перемешать.

VI вариант

$\frac{1}{2}$ стакана кефира, 1 ст. ложка фруктового мороженого, 1 ст. ложка варенья из черноплодной рябины.

Положить в миксер мороженое, варенье и добавить кефир. Все хорошо взбить.

Процедить в бокал и сразу подавать к столу.

VII вариант

$\frac{1}{2}$ стакана холодного кефира, 1 неполная ст. ложка клубничного сиропа, молотая корица (на кончике ножа), тертый шоколад (по вкусу).

Все продукты смешать в миксере, вылить в стакан и посыпать сверху тертым шоколадом.

VIII вариант

По $\frac{1}{4}$ стакана черничного сока (или сока ягод голубики) и кефира, 1 сырой яичный желток, 2 ч. ложки взбитых сливок, 2–3 кубика льда.

В яичный желток влить черничный сок (сок ягод голубики), холодный кефир, добавить пищевой лед, быстро и сильно смешать, чтобы смесь хорошо вспенилась. Затем процедить напиток в стакан или бокал, сверху выложить взбитые сливки.

IX вариант

2 стакана молока, 1 яйцо, $\frac{1}{2}$ стакана сахарного сиропа, 8 г мускатного ореха.



В миксер влить сироп, охлажденное пастеризованное молоко, добавить яйцо. Смешивать в течение 1 минуты. Подать сразу после приготовления, посыпав сверху измельченным на терке мускатным орехом.

КОКТЕЙЛЬ ЧЕРНИЧНЫЙ

1/2 стакана черники, 1 ст. ложка сахара, 2/3 стакана воды, лимонная кислота (на кончике ножа), несколько кубиков пищевого льда.

Чернику перебрать, вымыть, размять, засыпать сахаром и оставить на 2–3 часа. Затем отцедить образовавшийся сироп и слить в отдельную посуду, а ягоды залить водой, поставить на огонь и варить 25–30 минут. Полученный отвар процедить, добавить в него лимонную кислоту и сироп, размешать и охладить.

Подавать с кубиками пищевого льда.

КОКТЕЙЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ

2 стакана клюквы, 1 кг моркови, 1 лимон, сахар (по вкусу).

Перебрать ягоды клюквы, промыть, отжать сок и поставить в холодильник.

Натереть морковь на мелкой терке, залить холодной кипяченой водой и оставить на 1–2 часа. Из полученной морковной массы отжать сок и смешать его с клюквенным соком. Добавить лимонный сок, сахар и перемешать.

Коктейль подавать охлажденным.

КОКТЕЙЛЬ «АССОРТИ»

Ягоды красной смородины, малины, клубники, ежевики, костяники (можно другие ягоды), сахар (по вкусу).

Перебранные и чисто вымытые ягоды сложить в кастрюлю и залить доверху водой. Поставить кастрюлю на сильный огонь и кипятить до тех пор, пока ягоды не полопаются. Затем вы-



лить все в сито и дать стечь в подставленную посуду. Оставшуюся мякоть отжать сквозь марлю.

Полученный сок можно разбавить кипяченой водой и подсластить сахаром, а потом перелить в кувшин или банки и поставить для охлаждения на холод или в холодную воду.

Хранить напиток в прохладном месте не дольше 2–3 дней.

КОКТЕЙЛЬ С ЖЕЛТКОМ

100 мл молока, 1 сырой яичный желток, 3–4 ст. ложки сока грейпфрута, пищевой лед.

Яичный желток влить в шейкер, добавить 2–3 кубика льда, молоко, сок. Быстро и сильно взболтать.

КОКТЕЙЛЬ «ЛАДОГА»

1 стакан клюквы, 1 стакан клюквенного сока, 1 яйцо, 3 ст. ложки сахарной пудры, 2 стакана охлажденного молока, 4–8 кубиков льда.

Яйцо растереть с сахарной пудрой.

Клюкву перебрать, вымыть, протереть через частое сито. Полученное пюре смешать с растертым яйцом, добавить клюквенный сок, холодное молоко.

Тщательно перемешать и до подачи поставить в холодильник. Подавать с кубиками льда.

КОКТЕЙЛЬ «ДЕТСКИЙ»

50 г мороженого, 100 мл яблочного сока.

Смешать ингредиенты и хорошо взбить.

КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНО-МЕДОВЫЙ С ЯЙЦОМ

3 стакана молока, 4 яйца, 3 ст. ложки меда.

Взбить в миксере яйца, охлажденное пастеризованное молоко и натуральный мед, перелить в бокал и подать.



ЛИМОННО-СМЕТАННЫЙ КОКТЕЙЛЬ

1/2 – 1 лимон, 2 стакана сметаны, 500 мл крепкого горячего несладкого чая, 4 ст. ложки меда.

Мед распустить в чай и охладить. Добавить сметану, перемешать и влить лимонный сок. Подавать коктейль хорошо охлажденным.

КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНО-ПШЕНИЧНЫЙ

2 стакана молока, 2 ст. ложки проросшей пшеницы, 1–2 сырых яйца, 1–2 ст. ложки сахара.

Взбить охлажденные ингредиенты миксером.

КОКТЕЙЛЬ СЛИВОЧНО-КОФЕЙНЫЙ

1 1/2 стакана сливок, 100 г кофейного сиропа.

Для сиропа: 1 ч. ложка натурального молотого кофе, 2 1/2 ст. ложки сахара, 2 1/2 ст. ложки воды.

Взбить в миксере в течение 1 минуты охлажденные сливки и кофейный сироп, перелить в бокал и подать.

КОКТЕЙЛЬ КЕФИРНО-МЕДОВЫЙ

3 стакана кефира, 2 1/2 ст. ложки меда.

В миксер влить охлажденный кефир, добавить мед, взбивать в течение 1 минуты.

Подавать сразу после приготовления.

КОКТЕЙЛЬ «РАДУГА»

1 стакан клубничного сока, 2 стакана холодной простокваши или кефира, 2 ч. ложки сахарной пудры, 4 кубика льда.

Все компоненты влить в миксер, добавить сахарную пудру и хорошенько взбить. Лед положить перед подачей.



МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ С БАНАНОМ

2 маленькие баночки натурального йогурта, 1 ст. ложка густой сметаны, 2¹/₂ ст. ложки сливок, 1 горсть клюквы, 1 ст. ложка меда (или сахара), 1 банан.

Подготовленные ингредиенты взбить в блендере.

КОКТЕЙЛЬ «ЗДОРОВЬЕ»

1 л простокваши или кефира, 150 г черной смородины, 2 ст. ложки сахара.

Смородину вымыть, протереть через частое сито, размешать с простоквашей или кефиром, добавить сахар и тщательно перемешать.

Примечание. Вместо смородины можно использовать клубнику, малину, ежевику.

КОКТЕЙЛЬ «ОРЕХОВЫЙ»

100 г орехового сиропа, 1 стакан молока, 1 порция сливочного мороженого, 2¹/₂ стакана сливок.

Для сиропа: 2¹/₂ ст. ложки сахара, 2 ст. ложки воды, 1 грецкий орех, 1 фундук.

В миксер положить мороженое, влить приготовленный ореховый сироп, холодное пастеризованное молоко и хорошо взбить. Вылить в бокал, сверху положить взбитые сливки.

КОКТЕЙЛЬ «ШОКОЛАДНЫЙ»

1 вариант

40 г шоколада, ¹/₂ стакана 10%-ных сливок, ³/₄ стакана молока, 1 порция мороженого, 1¹/₂ ст. ложки сахарной пудры.

Шоколад натереть на терке, добавить сливки, пастеризованное молоко и мороженое. Все хорошо перемешать и взбить в мик-



сере в течение 1 минуты. Вылить в стакан или бокал, посыпать сахарной пудрой.

Подать сразу после приготовления.

II вариант

3 стакана молока, 5 яиц, $\frac{3}{4}$ стакана шоколадного сиропа, 25 г шоколада.

Для сиропа: 2 ч. ложки какао-порошка, 4 ст. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ стакана воды.

Взбить в миксере в течение 1 минуты охлажденное молоко, шоколадный сироп, яйца.

Подавать сразу после приготовления. Сверху коктейль можно посыпать измельченным на терке шоколадом.

КОКТЕЙЛЬ КЕФИРНО-КЛУБНИЧНЫЙ

120 г холодного кефира, 30 г клубничного сиропа, молотая корица (на кончике ножа), немного шоколада.

Смешать, взбить, посыпать тертым шоколадом.

КОКТЕЙЛЬ ВИШНЕВЫЙ С КАКАО

$\frac{1}{2}$ стакана вишневого сока, 5 ч. ложек какао-порошка, 2 ст. ложки сахарной пудры, 1 пакетик ванильного сахара, 3 стакана молока.

Какао-порошок перемешать с сахарной пудрой и ванильным сахаром, всыпать в миксер, добавить охлажденное молоко, вишневый сок и тщательно смешать.

Подавать сильно охлажденным.

ЯБЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ

$1\frac{1}{2}$ ст. ложки охлажденных сливок, 50 г тертого сыра, $3\frac{1}{2}$ ст. ложки яблочного сока, 1 ст. ложка лимонного сиропа.

Все ингредиенты смешать в миксере.



КОКТЕЙЛЬ «ПЕРСИКОВЫЙ»

1 стакан персикового сока, $\frac{1}{2}$ стакана сахарного сиропа, 4 яйца, 2 стакана молока.

Взбить миксером в течение 1 минуты яйца, персиковый сок, сахарный сироп и пастеризованное молоко. Перелить в бокалы и сразу подать.

КОКТЕЙЛЬ «АБРИКОСОВЫЙ»

250 г абрикосов, 3 стакана молока, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 4 ст. ложки кубиков льда.

На кубики льда положить нарезанные кусочками абрикосы, засыпать сахаром, добавить молоко и все смешать в миксере.

КОКТЕЙЛЬ «КЛУБНИЧНЫЙ»

$1\frac{1}{2}$ ст. ложки клубничного сиропа, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки молока, 50 г тертой брынзы, 20 г меда, 3 ст. ложки вишневого сока.

Все ингредиенты смешать в миксере.

КОКТЕЙЛЬ МАЛИНОВЫЙ (ВИШНЕВЫЙ, КЛУБНИЧНЫЙ)

2 ст. ложки малины (вишни без косточек, клубники), 2 ч. ложки сахарной пудры, 1 сырое яйцо, 1–2 ст. ложки малинового сока, 1 стакан молока.

Смешать в миксере все ингредиенты.

КОКТЕЙЛЬ КЛУБНИЧНО-ЯИЧНЫЙ

1 стакан клубничного сока, 2 стакана кефира или ряженки, 4 яичных желтка, 2 ст. ложки 30%-ных сливок.

Выпустить в шейкер или миксер яичные желтки, влить клубничный сок и холодный кефир или ряженку, добавить



пищевой лед, быстро взбить, чтобы смесь хорошо вспенилась. Налить в бокал, сверху положить взбитые сливки.

КОКТЕЙЛЬ «БАНАНОВЫЙ»

2 банана, 4 яблока, 3 ст. ложки сладкого миндаля, 2 лимона, 2 стакана молока, 4 ст. ложки сливок.

Очищенные бананы мелко нарезать. Миндаль очистить и измельчить. С яблок срезать кожуру и удалить сердцевину, нарезать. Сложить все в одну посуду, добавить лимонный сок, пастеризованное молоко и взбивать миксером в течение 2 минут. Разлить в бокалы, сверху положить взбитые сливки и сразу подать.

КОКТЕЙЛЬ «БРУСНИЧНЫЙ»

2 стакана простокваши, 500 мл молока, 150 г брусничного варенья, 1 щепотка ванилина.

Простоквашу хорошо перемешать с молоком, а затем, добавив брусничное варенье и ванилин, взбить миксером до однородной, слегка пенистой массы.

КОКТЕЙЛЬ «ЧЕРЕШНЕВЫЙ»

500 мл сливок, 250 г черешни, сахар (по вкусу).

Черешню вымыть, освободить от косточек, пропустить через мясорубку, собирая в миску весь сок. Сливки взбить с сахаром, пока не станут пышными, как снежный сугроб, добавить к ним черешневую массу и снова слегка взбить.

КОКТЕЙЛЬ МОРКОВНЫЙ

1 вариант

1 стакан свежеежатого морковного сока, 1 порция молочного мороженого.



В морковный сок положить мороженое и взбить миксером. Перелить в бокалы и до подачи к столу поставить в холодильник.

II вариант

2 стакана молока, 4 ст. ложки сливочного мороженого, 100 мл морковного сока.

Все ингредиенты смешать в миксере и разлить в бокалы.

КОКТЕЙЛЬ «ЗАКУСОЧНЫЙ»

I вариант

1 стакан молока или простокваши, по 2 ст. ложки сока квашеной капусты и морковного сока с мякотью, тмин и соль (по вкусу).

Сок кислой капусты, морковный сок и молоко хорошо взбить при помощи взбивалки или миксера, заправить солью и тмином.

II вариант

1 стакан молока или простокваши, 2 ст. ложки сырого свекольного сока, 2 ст. ложки яблочного или смородинового сока, укроп, сахар и соль (по вкусу).

Перемешать соки и молоко и взбить миксером или взбивалкой, немного заправить сахаром, солью и измельченным укропом.

III вариант

1 стакан кефира, 3 ч. ложки нарезанных листьев петрушки, 1 ч. ложка натертых корней петрушки, 1 ч. ложка тертой редьки, соль (по вкусу).

Размельчить листья петрушки, добавить все остальные продукты и взбить миксером или взбивалкой. Процедить напиток через ситечко.



IV вариант

1 стакан молока или простокваши, 1 маленький соленый огурец или 2 ст. ложки огуречного рассола, 2 ст. ложки морковного сока с мякотью, 1 ч. ложка измельченного укропа, соль (по вкусу).

Огурец очистить от кожуры и семечек, натереть или мелко нарезать. Огурец, морковный сок и молоко взбить миксером или взбивалкой, заправить измельченным укропом и солью.

V вариант

1 стакан кефира или ряженки, 1 небольшая горькая редька, 1 корень петрушки или сельдерея, соль (по вкусу).

Очищенную редьку и кусочек корешка петрушки или сельдерея натереть, перемешать с кефиром и держать примерно 1 час на холоде. Процедить.

VI вариант

1 стакан кефира или ряженки, 1 небольшой свежий огурец, укроп, соль (по вкусу).

Огурец очистить, натереть, взбить миксером или взбивалкой с кефиром, заправить размельченным укропом и солью.

VII вариант

1 стакан кефира или ряженки, перья 1 луковицы, 1 веточка сельдерея, соль (по вкусу).

Зеленый лук накрошить вместе с сельдереем, размять в миске, перемешать с кефиром. Подержать 1 час на холоде. Затем процедить и посолить.

VIII вариант

4–5 огурцов, 3–4 стакана простокваши или свежего молока, пищевой лед, кислый сок, зелень петрушки, укроп, молотый перец, соль (по вкусу).



Огурцы вымыть, натереть (огурцы с горькой кожурой предварительно очистить), огуречный сок процедить через марлю.

Молоко хорошо смешать с огуречным соком и каким-либо светлым соком. Все взбить. Подавать с кусочками льда.

IX вариант

1 стакан кефира или простокваши, 1 ст. ложка нарезанного укропа, мускатный орех, соль (по вкусу).

Укроп размельчить, перемешать с кефиром, заправить солью и натертым мускатным орехом, процедить.

X вариант

1 стакан простокваши, 1 небольшая луковица, 1 ч. ложка нарезанного укропа, немного мускатного ореха.

Натереть на терке очищенную луковицу, добавить простоквашу и взбить миксером или взбивалкой, заправить укропом. Процедить, сверху натереть мускатный орех.

XI вариант

1 стакан нежирного кефира, 1 большой помидор или 2 ст. ложки томатного сока, 1 небольшая луковица, укроп или зелень петрушки, черный молотый перец и соль (по вкусу).

Соки и кефир хорошо перемешать миксером или взбивалкой и, подержав примерно 1 час на холоде, заправить.

КОКТЕЙЛЬ ТОМАТНО-МОЛОЧНЫЙ

I вариант

1 1/2 стакана томатного сока, 1 стакан молока, зелень петрушки, соль, сахар (по вкусу).

Томатный сок смешать с молоком, добавить соль, сахар. Взбить в миксере до образования пены.



Перед подачей к столу добавить в каждый стакан мелко нарезанную зелень петрушки.

II вариант

2 яичных желтка, 200 г охлажденного томатного сока, 1/2 стакана сливок или молока, сахар и соль (по вкусу).

Взбить с сахаром в пену яичные желтки, добавить томатный сок, соль, сливки (или молоко).

Все взбить.

На стол подавать с соломинкой — так лучше ощущается вкус напитка.

III вариант

2 стакана молока, 1 1/2 среднего помидора, 1 маленькая луковица, сок 1/2 лимона, по 1 щепотке сахара и соли.

Помидоры вымыть и бланшировать в кипящей воде. Снять кожицу и очень мелко порезать.

Очистить и вымыть луковицу, натереть на терке.

Охлажденное молоко взбить миксером с помидорами и луком, лимонным соком, сахаром и солью.

КОКТЕЙЛЬ ОГУРЕЧНО-МОЛОЧНЫЙ

1/2 огурца, 1/2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка лимонного сока, 150 мл молока или кефира.

Огурец вымыть, очистить от кожуры, измельчить в миксере. Смешать со сметаной, лимонным соком, молоком или кефиром и взбить в миксере.

КОКТЕЙЛЬ «РАДУЖНЫЙ»

120 г томатного сока, 60 г кефира, 2 сырых яичных желтка, 50 г зелени.

Смешать сок, кефир, яичные желтки и мелко нарубленную зелень. Все хорошо взбить.



КОКТЕЙЛЬ ЛИМОННЫЙ С СЫРОМ

2 лимона, 400 г натертого сыра, 4 яичных желтка, 2 стакана холодного молока.

В миксер всыпать мелко натертый сыр, вбить яичные желтки, выжать лимоны, влить молоко и взбивать в течение 1 минуты.

КОКТЕЙЛЬ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ

I вариант

100 г молока, 50 мл сока сельдерея, 1 сырой яичный желток, сок 1 лимона, пищевой лед.

Влить ингредиенты в миксер, хорошо взбить, добавить несколько кубиков льда.

II вариант

100 г сельдерея, 60–70 г натертого сыра, $\frac{1}{2}$ стакана холодного пастеризованного молока.

Сельдерей вымыть, натереть на терке и из полученной массы отжать сок.

Всыпать в миксер 50 г натертого сыра, влить сок из сельдерея, холодное молоко и взбить в течение 1 минуты.

Перед подачей на стол коктейль в стакане или бокале посыпать сверху оставшимся натертым сыром.

КОКТЕЙЛЬ «ВИТАМИННЫЙ»

$1\frac{1}{2}$ стакана молочного йогурта (молока, кефира или простокваши), 1 ст. ложка сока облепихи, 1 ст. ложка проросших зерен пшеницы, 1 ст. ложка молотого льняного семени.

Все ингредиенты взбить в кремообразную массу.

Примечание. К йогурту можно добавить любые фруктовые соки.



КОКТЕЙЛЬ «ЛЮБИМЫЙ»

100 г простокваши или кефира, по 50 мл томатного и морковного соков, 1 средняя долька чеснока, соль, молотый перец (по вкусу).

Чеснок растереть с солью, посыпать молотым перцем и залить овощным соком и простоквашей, хорошо перемешать, подавать к столу в высоких бокалах с соломинкой.

КОКТЕЙЛЬ ИЗ СЫВОРОТКИ

100 мл сыворотки, 2 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки томатного сока, зелень петрушки и укропа, соль, лед (по вкусу).

Охлажденную сыворотку, томатный сок и сметану взбить. Добавить мелко нарезанную зелень, соль.

Подавать, положив в бокалы лед.



Как вы могли заметить, составление коктейлей — занятие, требующее не только специальных знаний, но еще и вдохновения. Причем вдохновения в первую очередь. Руководствуясь интуицией, дав волю фантазии, при наличии некоторого разнообразия ингредиентов можно смело позволить себе дерзкую импровизацию.

Однако помните, что все коктейли — взбивные, смешанные с помощью шейкера, в бутылке или бокале, а также слоистые — не подлежат даже незначительному хранению и их нельзя готовить заранее.



ЛИКЕРЫ, НАЛИВКИ, НАСТОЙКИ



НАПИТКИ С АЛКОГОЛЕМ

НАПИТОК «ЛЕС»

1/2 стакана шиповника, 3 стакана воды, 4 ст. ложки сахара, 1 гвоздичка, 2 1/2 ст. ложки натурального белого вина, 1/2 стакана ягодного сока, корица (по вкусу).

Шиповник залить водой, прокипятить 10 минут, оставить настаиваться сутки, процедить.

Сахар растворить в небольшом количестве воды, добавить гвоздику и корицу, вскипятить и процедить. Затем влить вино, ягодный сок и настой шиповника.

НАПИТОК «ЛЕТНИЙ»

3 стакана яблочного пюре, 1 стакан вина, 3 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка лимонного сока, корица молотая (по вкусу).

Пюре смешать с вином, сахаром, лимонным соком и нагреть на слабом огне в открытой посуде до кипения. Остудить и взбить.

Подавать, посыпав корицей.



НАПИТОК «АРОМАТНЫЙ»

2 стакана клюквы, 4 стакана воды, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, сок $\frac{1}{2}$ лимона, 2 ст. ложки меда, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки вина.

Клюкву обдать кипятком, размять и отжать сок.

Сварить сироп из сахара, лимонного сока и меда, влить туда вино и клюквенный сок. Подавать холодным.

НАПИТОК «АЛУШТА»

По 2 стаканá красного сухого вина и рома или коньяка, 2 стакана сахара, 1 кусочек лимонной корки, 8 палочек гвоздики, $\frac{1}{2}$ пакетика ванильного сахара, 1 щепотка корицы.

Соединить вино с сахаром, накрыть крышкой и довести до кипения. Добавить кусочек лимонной корки, гвоздику, ванильный сахар и щепотку корицы. Снова довести до кипения и остудить, не открывая крышки. Процедить, влить ром или коньяк.

НАПИТОК «ЗАКАРПАТЬЕ»

2 стакана белого столового вина, $\frac{1}{2}$ стакана малинового или вишневого сиропа, 2 ст. ложки сахара, корица, ванилин, лимон (по вкусу).

Белое столовое вино влить в кастрюлю, добавить малиновый или вишневый сироп, сахар, корицу, ванилин и довести до кипения на слабом огне.

На стол подавать горячим с кусочками лимона.

НАПИТОК «ДЛЯ МИЛЫХ ДАМ»

По 200 мл сока малины, крыжовника, земляники и красной смородины, 250 г коньяка, $\frac{3}{4}$ стакана воды, 100 г сахара.

Соединить соки, добавить коньяк и воду с растворенным сахаром. Разлить смесь в бутылки и оставить на 2 недели. Затем процедить и хранить в холодном месте.



НАПИТОК «ПИКАНТНЫЙ»

1,5 л водки, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 1–2 лавровых листа, 2 горошины душистого перца, 2–3 горошины горького перца, $\frac{1}{2}$ пакетика ванильного сахара, 1 ст. ложка растворимого кофе.

Водку вылить в банку, добавить лавровый лист, душистый и горький перец, ванильный сахар и кофе, влить охлажденное молоко.

Через 3 дня профильтровать и очистить.

НАПИТОК «ПРАЗДНИЧНЫЙ»

1 л спирта пищевого или водки, 1 ч. ложка соды, 1 ч. ложка лимонной кислоты.

В спирт или водку добавить соду и лимонную кислоту, хорошо размешать.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК

150 г меда, $\frac{1}{2}$ палочки ванилина, 1 щепотка корицы, цедра 1 лимона, 500 г водки, 300 мл воды.

Вскипятить воду с медом, ванилью, корицей, цедрой лимона, снять с огня, добавить водку, размешать.

Подавать напиток очень горячим.

ЛИМОННЫЙ НАПИТОК

1 лимон, 100–150 г сахара, 2 апельсина, по 1 бутылке сухого белого вина и шампанского (шампанское можно заменить газированной водой, сельтерской или любым другим шипучим напитком).

Лимон вымыть, нарезать тонкими ломтиками и поместить в стеклянную посуду. Всыпать туда сахар, дать пропитаться около 2 часов. Затем добавить сок апельсинов и сухое белое вино. Процедить.

Перед подачей добавить шампанское.



НАПИТОК «ВИНОГРАДАРЬ»

3 л виноградного сока, 100–150 г пивных дрожжей, 500 г водки, 200 г сахара, 200 г изюма.

Ингредиенты соединить, плотно закупорить емкость и выдерживать 28 дней при температуре 16 °С. Затем процедить и разлить по бутылкам.

ЯБЛОЧНЫЙ НАПИТОК

1 кг яблок, 1,5 л воды, 200 г вина, сахар, корица, гвоздика (по вкусу).

Вскипятить воду с сахаром и пряностями.

Вымыть и очистить яблоки, натереть на крупной терке. Залить яблоки остывшей водой, через 2–3 часа процедить, влить вино, охладить и подавать к столу.

НАПИТОК ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ

300 г красной смородины, 150 г сахара, 2¹/₂ ст. ложки ликера, 700 мл воды.

Ягоды вымыть, обсушить. Размять, добавить холодную кипяченую воду (1–1¹/₄ стакана), перемешать и отделить сок от мезги. Мезгу залить оставшейся горячей водой и прокипятить 4–6 минут.

Отвар процедить, добавить сахар, довести до кипения, влить отжатый сок, охладить и добавить ликер.

КЛУБНИЧНО-КОНЫЯЧНЫЙ НАПИТОК

2,5 кг клубники (земляники), 1,5 кг сахара, 100 г изюма, ¹/₂–1 ст. ложка лимонной кислоты, ¹/₂ бутылки коньяка, 5 л кипяченой охлажденной воды.

Бутылъ заполнить на ²/₃ объема смесью из вышеперечисленных ингредиентов. Через 5–6 дней напиток процедить, разлить в бутылки. Ягоды отжать, сок профильтровать и тоже добавить в бутылки. Держать в холодном месте.



Примечание. Вместо ягод можно использовать свежееот-прессованный сок — 2 л.

ШОКОЛАДНЫЙ НАПИТОК

*200 г сливочного масла, 150 г сахара, 200 г шоколада,
1 бутылка водки.*

Сливочное масло растопить с сахаром в кастрюльке на слабом огне. Непрерывно помешивая, добавить кусочки шоколада и дать им раствориться. Затем добавить водку и все тщательно перемешать до получения однородной массы, не давая ей закипеть. Напиток влить в чашечки и подавать горячим.

ГОГОЛЬ-МОГОЛЬ

*3 яйца, 3 яичных белка, 5 1/2 стакана обезжиренного
молока, 1/2 стакана сахара, 2 ч. ложки кукурузного крах-
мала, 2 ч. ложки ванилина, 1/2 ч. ложки тертого мус-
катного ореха, 1/4 ч. ложки соли, 1/3 стакана рома.*

В одной емкости венчиком хорошенько взбить яйца и белки. В другой — смешать молоко с сахаром, крахмалом и солью, поставить на слабый огонь, довести до кипения. Когда молоко остынет, смешать его с яйцами и взбить до консистенции крема. Затем добавить мускатный орех, ванилин и ром, поставить в холодильник на 1 час.

ГРУШЕВЫЙ КРЮШОН

*4 груши, 3 ст. ложки лимонного сока, 1 л грушевого сока,
1 бутылка белого вина, 1 бутылка шампанского или
1 л минеральной воды.*

В большую стеклянную посуду (можно банку) положить очищенные и нарезанные кубиками груши, добавить соки, залить все вином и настаивать в холодильнике в течение нескольких часов.

Перед подачей к столу разлить крюшон по бокалам и долить их шампанским или минеральной водой.



НАПИТОК ОТ ПРОСТУДЫ

1 чашка крепкого чая, $\frac{1}{3}$ чашки пчелиного меда, $\frac{1}{3}$ чашки водки.

Все компоненты соединить, размешать и довести до кипения. Пить маленькими чашечками.

Примечание. Используется и как согревающий напиток.

ПЕРСИКОВЫЙ КРЮШОН

4 средних персика, 50 г коньяка, сок 1 лимона, 2 ст. ложки сахара, 1 бутылка сухого белого вина, 1 бутылка сухого шампанского.

В большую стеклянную посуду положить очищенные персики, добавить лимонный сок и сахар, залить все вином и настаивать в холодильнике в течение нескольких часов.

Перед подачей к столу разлить крюшон по бокалам и долить их шампанским.

ЦИТРУСОВЫЙ КРЮШОН

По 1 стакану воды и белого столового вина, 2 ст. ложки сахара, по 1 апельсину и лимону, 1–2 консервированных персика, пищевой лед.

Сахар, лимонную и апельсиновую цедру залить водой и вскипятить.

Отвар остудить, процедить, соединить с вином. Добавить очищенные и нарезанные тонкими ломтиками апельсины, лимон и персики. Охладить на льду.

ЯБЛОЧНЫЙ КРЮШОН

1 вариант

4 средних яблока, 1 лимон, 3 ст. ложки сахара, 1 щепотка корицы, 3 бутылки белого вина, 1 бутылка шампанского.



В большую стеклянную посуду положить очищенные яблоки, добавить лимонный сок, корицу, сахар, залить все вином и настаивать в холодильнике в течение 5–6 часов.

Перед подачей к столу разлить крюшон по бокалам и долить их шампанским.

II вариант

3 яблока, 2¹/₂ стакана кипяченой воды, 1 лимон, 3 ст. ложки сахара, 1 стакан шампанского, пищевой лед.

Яблоки вымыть, очистить, мелко нарезать, залить водой, добавить лимонный сок, мелко нарезанную цедру, сахар и выдержать 12 часов под крышкой, несколько раз за это время перемешивая. Затем жидкость осторожно слить и сильно охладить. Перед подачей к столу в яблочный настой налить шампанское и положить кубики льда.

КЛУБНИЧНЫЙ КРЮШОН

I вариант

3 стакана спелой клубники или малины, ¹/₂ стакана сахарной пудры, по ¹/₂ бутылки шампанского (нарзан или газированной воды) и белого вина.

Ягоды вымыть, сложить в крюшонницу, пересыпать сахарной пудрой и поставить на 2–3 часа в холодильник. Затем влить вино и выдержать в холодильнике еще 1–2 часа.

Перед подачей к столу влить шампанское, нарзан или газированную воду.

II вариант

150 г клубники, 2–3 ст. ложки сахара, по 1 стакану воды и белого столового вина.

Клубнику промыть, очистить, засыпать сахаром, дать постоять 15–20 минут и залить вином, разбавленным холодной кипяченой водой. До подачи к столу держать на льду.



ЧАЙНЫЙ КРЮШОН

6 цветущих зонтиков бузины, 2 лимона, 150 г сахара, 1 бутылка (700 мл) хорошо охлажденного белого вина, 6 ч. ложек черного чая, 1 бутылка (700 мл) охлажденного на льду шампанского, кубики льда (для охлаждения чая).

Зонтики бузины вымыть, встряхнуть и положить в сосуд для крюшона.

1 лимон вымыть горячей водой, обсушить салфеткой, нарезать кружками и положить туда же.

Вскипятить 1 стакан воды с сахаром, залить этим сиропом соцветия бузины и кружки лимона. Влить $1/2$ бутылки белого вина и дать напитку настояться в солнечном месте около 4 часов. Чай залить 500 мл кипятка, дать ему настояться в течение 5 минут.

Небольшой заварочный чайник до середины наполнить кубиками льда, влить в него через ситечко горячий чай и размешать.

Соцветия бузины вынуть из сиропа. Влить в сосуд для крюшона охлажденный чай и сок, отжатый из второго лимона, а также остальное вино и шампанское.

КРЮШОН «МИКС»

2 бутылки белого вина, 1 бутылка шампанского, 1 л минеральной воды, цедра 1 лимона.

Натертую лимонную цедру поместить в большую емкость (лучше стеклянную), залить вином и настаивать в холодильнике в течение нескольких часов.

Перед подачей к столу разлить крюшон по бокалам и долить их шампанским или минеральной водой.

ГРЕЙПФРУТОВЫЙ ФИЗ

200 мл сока грейпфрута, 400 г коньяка, $1\frac{1}{4}$ ст. ложки сахарной пудры, вода газированная, пищевой лед (по вкусу).



Все компоненты, в том числе лед, опустить в шейкер и взболтать в течение 2–3 минут, затем разлить в конические лимонадные стаканы, предварительно обработанные «инеем», и добавить охлажденную газированную воду.

ГОРЯЧЕЕ ПИВО

1 л пива, 4 яичных желтка, 200 г сахара, 5 гвоздичек, корица (по вкусу).

Вскипятить пиво с гвоздикой и корицей, процедить, поддерживать на слабом огне.

Взбить яичные желтки с сахаром, постепенно добавить горячее пиво. Подогреть, пока масса не загустеет (надо следить, чтобы не закипела).

Подавать в больших стаканах.

ТЕПЛОЕ ПИВО

2 бутылки пива, 3–5 ст. ложек сахара, 1 лимон, 1 стакан молока, 1 1/2 ч. ложки муки, 1 яйцо, корица (по вкусу).

Сахар и пряности — натертую лимонную цедру, корицу — варить в стакане воды около 5 минут, затем влить пиво, вскипятить и добавить взбитые в молоке муку и яйцо.

Примечание. Этот напиток придется по вкусу в зимнее время года.

МОЖЖЕВЕЛОВОЕ ПИВО

200 г свежих ягод можжевельника, 2 л воды, 50 г меда, 25 г дрожжей.

Ягоды можжевельника варить в воде 30 минут, процедить и охладить до комнатной температуры, добавить мед и дрожжи, размешать и поставить для брожения. Когда дрожжи поднимутся, снова размешать и разлить в бутылки. Закупорить пробками и оставить на 5 дней в прохладном месте.

Крепость напитка — 3–5°.



ПРОСТАЯ НАЛИВКА

I вариант

*Из клубники или малины: на 7 кг ягод — 2,5 кг сахара.
Для повторной заливки — 5 л воды, 1,3 кг сахара.*

II вариант

Из слив, абрикосов (без косточек): на 6 кг плодов — 2,4 кг сахара, 3 стакана воды.

Для повторной заливки — вода и сахар в тех же пропорциях.

III вариант

Из сладких сортов винограда: на 6 кг — 2,1 кг сахара, 3 стакана воды.

IV вариант

Из вишен с косточками: на 7 кг ягод — 2,5 кг сахара.

V вариант

Из красной смородины (с веточками): на 6 кг ягод — 2,6 кг сахара; из черной смородины: на 7 кг ягод — 2,8 кг сахара.

Для повторной заливки мезги — на каждый литр воды — 325 г сахара.

Технология приготовления

Ягоды или фрукты вымыть, почистить, нарезать дольками, засыпать в 10-литровую бутыл, пересыпать сахаром. Накрыть бутыл марлей и выдерживать в теплом месте или на подоконнике, на солнце, 4–5 дней. Когда начнется брожение, заменить марлю белой медицинской перчаткой и так оставить еще на 30–35 дней. Когда перчатка опадет — наливка готова.



Наливку процедить, разлить по подготовленным бутылкам. Мезгу не выбрасывать, оставить на дне большой бутылки.

Отдельно вскипятить воду — столько литров, сколько получилось готовой наливки. Растворить сахар, снова довести до кипения, затем дать остыть до температуры парного молока и влить в большую бутылку с мезгой. И опять оставить на 30–35 дней. Из этой порции получится уже не наливка, а замечательное натуральное полусладкое вино!

Примечание. Как уже было сказано выше, все ягоды и фрукты для наливки тщательно вымыть, но при повторной заливке бросить в бутылку горсточку невымытых плодов (они выполняют роль дрожжей, активизируют процесс брожения).

ВИШНЕВАЯ НАЛИВКА

1 кг вишен, 400 г сахара, 500 г водки.

Вишни вымыть, засыпать в бутылку и пересыпать сахаром. Завязать бутылку марлей и поставить на солнце на 6 недель, чтобы вишни перебродили.

Затем слить вишневый сок, разлить в бутылки, закупорить и поставить в холодное место. Вишни, оставшиеся в бутылки, залить водкой, плотно закрыть и дать постоять при комнатной температуре 2 месяца.

Слить вторую наливку, профильтровать, разлить в бутылки, закупорить.

Через 5–6 месяцев наливку можно употреблять.

НАЛИВКА ИЗ ТЕРНА

5 кг спелого терна, 2,5 кг сахара, 4,5 л водки.

Терн хорошо промыть и обсушить, положить в бутылку и пересыпать сахаром. Завязать марлей и поставить на солнце на 6 недель.

Когда терн перебродит, влить в него 500 г водки и дать постоять 4 месяца, после чего процедить наливку, влить 4 л водки, все вылить в эмалированную кастрюлю, вскипятить, охладить, разлить по бутылкам, плотно закупорить, залить



парафином, поставить в ящик, засыпать сухим песком и держать в сухом прохладном месте.

Наливка будет готова к употреблению через 6 месяцев.

ЦИТРУСОВАЯ НАЛИВКА

3 лимона, 1,5 л водки, 2 стакана сахара, 3 стакана воды.

На водке настоять цедру свежих лимонов. Сварить сироп из воды и сахара. Через сутки в сироп влить водку, хорошо перемешать и дать отстояться. Разлить цитрусовку в бутылки и закупорить. Через два дня наливка будет готова.

НАЛИВКА ИЗ АКАЦИИ

3 стакана спирта, 100 г цветков акации, 300 г сахара.

Цветки акации, которые только-только распустились, пересыпать сахаром. Накрыть салфеткой, поставить в прохладное место на сутки. Затем выложить все на сито и промыть через него 2 стаканами чистой воды, добавить спирт, перемешать так, чтобы растворился весь сахар, разлить в бутылки.

НАЛИВКА ИЗ ДЫНИ

Зрелая, но не перезревшая дыня, водка, сахар.

Дыню вымыть, очистить, разрезать мякоть на мелкие кусочки и переложить в стеклянную бутыл, заполнив ее на $\frac{2}{3}$. Затем залить дыню водкой так, чтобы она полностью покрыла дыню. Перевязать бутыл любой плотной тканью и поставить в солнечное место. Настаивать 2 недели, при этом через каждые 3–4 суток хорошенько взбалтывать.

Готовую наливку профильтровать через хлопчатобумажную ткань или бумагу. Приготовить сахарный сироп из расчета 200 г сахара на каждый литр наливки. Для этого положить сахар в эмалированную кастрюлю, залить таким количеством воды, чтобы он мог только растаять, и поставить на огонь. Как только сироп вскипит, сразу же влить наливку, довести до кипения, но не кипятить, тут же снять с огня и перелить напиток в



любую фаянсовую посуду. Остудить. Остывшая наливка полностью готова к употреблению.

Примечание. Разлитую по бутылкам и закупоренную наливку можно хранить долго.

НАЛИВКА ИЗ БУТОНОВ РОЗ

3 стакана спирта, 100 г бутонов цветущих роз, 300 г сахара.

Бутоны роз пересыпать послойно сахаром. Накрыть салфеткой, поставить в прохладное место на сутки. Затем выложить все на сито и промыть через него 2 стаканами чистой воды, добавить спирт, перемешать так, чтобы растворился весь сахар, разлить в бутылки.

АРОМАТНОЕ ВИНО

300 г свежих фруктов (персиков, груш, яблок, апельсинов и т. п.), 200 г сахара, 200 г коньяка, 1 бутылка белого вина.

Фрукты вымыть, нарезать кубиками, положить в кастрюлю, засыпать сахаром и залить коньяком. Нагреть до 60–70 °С, остудить, кастрюлю плотно закрыть и поставить в прохладное место на 2–3 дня.

Затем профильтровать, перемешать с вином, перелить в бутылки.

Вино можно сразу же подавать к столу или поставить на хранение, но ненадолго.

Примечание. Это ароматное вино можно разбавить шампанским или минеральной водой.

НАЛИВКА «АССОРТИ»

По 1 кг клубники, абрикосов, малины, вишен, черной смородины, 2,5 кг сахара, 5 л водки.

Летом, по мере созревания фруктов и ягод, в 3-литровую бутылку поочередно насыпать сначала клубнику, пересыпав яго-



ду 500 г сахара. Когда появятся абрикосы, в эту же бутылку насыпать поверх клубники абрикосы, засыпать таким же количеством сахара, затем таким же образом насыпать постепенно малину, вишни, черную смородину, пересыпая каждый раз сахаром. С самого начала бутылку с ягодами поставить на солнце, закрыв горлышко марлей. После засыпки последнего вида ягод держать бутылку на солнце еще 2 недели. Затем залить водкой из расчета 1 л на 1 кг ягод, плотно закупорить пробкой и поставить на 1 месяц в холодное место. Затем процедить, разлить наливку в бутылки, закупорить пробкой.

Подавать наливку к столу можно спустя 3–4 месяца.

ВИНО ИЗ ЛЕПЕСТКОВ РОЗ

Лепестки 4 ароматных полностью распустившихся роз, 1 бутылка белого вина.

Розы (они не должны быть обработаны химическими удобрениями!) вымыть, отделить лепестки и положить в стеклянную банку. Залить вином, плотно закрыть крышкой и на 4–5 дней поставить в прохладное место.

ВИНО С ЧЕРЕМШОЙ

1 горсть мелко нарезанных свежих листьев черемши, 1 стакан белого вина, немного меда или густого сиропа (1 стакан сахара на 1 стакан воды).

Листья черемши вымыть, обсушить, мелко нарезать, довести до кипения в белом вине и подсластить медом или сахарным сиропом, сваренным из сахара и воды.

ВИНО ИЗ ШИПОВНИКА

1 кг спелого шиповника, 3 л воды, 1 кг сахара.

Шиповник промыть, обрезать концы, вынуть семечки, засыпать в 5-литровую бутылку, залить охлажденным сахарным сиропом, сваренным из воды и сахара. Бутылку неплотно закрыть и поставить в теплое место на 3 месяца. Время от време-



ни банку нужно встряхивать. Спустя 3 месяца сок процедить, разлить в бутылки, плотно закупорить и поставить на 3–6 месяцев в холодное место.

Чем дольше вино стоит, тем оно крепче и вкуснее.

ВИНО ИЗ КЛУБНИКИ

1,5 кг клубники, 1 кг сахара, 1 л воды.

Ягоды перебрать, промыть, обсушить и положить в бутыл. Добавить сахар и залить водой. Выдерживать таким образом при температуре 15 °С.

Вино получается крепостью 16–18°.

МЕДОВОЕ ВИНО

250–270 г меда, 6 л воды, 5 г хмеля, 10 г дрожжей, 1 ч. ложка жженого сахара, немного кардамона.

Мед прокипятить в 2 л воды, снять пену. Отдельно вскипятить хмель в 500 мл воды. Соединить вместе, влить 3,5 л крутого кипятка. Охладить до теплого состояния, добавить дрожжи, жженный сахар, кардамон и оставить для открытого брожения (закрыв лишь марлей) при температуре не выше 8–10 °С до появления пены на поверхности. После удаления пены процедить и либо употреблять, либо оставить для хранения в бутылках на 1–2 недели.

ШАМПАНСКОЕ ИЗ ЛИСТЬЕВ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

50 г молодых листьев черной смородины (если нет под рукой свежих, можно употреблять и сушеные), 7,5 л холодной кипяченой воды, 1 1/2 лимона, 500–600 г сахара, 1 1/2 ст. ложки дрожжей.

Вымытые листья черной смородины положить в бутыл и залить холодной кипяченой водой.

Срезать тонкий слой цедры с лимонов, мякоть очистить от белой кожицы и нарезать, удаляя косточки. Цедру и мякоть положить в бутыл, добавить сахар и поставить в теплое мес-



то, лучше всего — просто на солнце. Каждый день бутылку нужно несколько раз хорошо встряхивать.

Через несколько дней, когда сахар полностью разойдется, добавить дрожжи. Через 3 часа после начала брожения перенести бутылку в самое холодное место (но чтобы напиток не замерз) и держать там 5–7 суток. Затем, осторожно сливая, процедить напиток через полотно и разлить по бутылкам. Хорошо закупорить, засмолить и положить бутылки горизонтально.

Хранить в холодном месте.

ВИНО «ПОЛЕТ»

3 кг красной свеклы, 4 л воды, 30 г дрожжей, 2 кг сахара, 300 г чернослива, 200 г изюма.

Свеклу вымыть, очистить, натереть и варить на медленном огне 2 часа. Добавить дрожжи, сахар, изюм, чернослив. Закрыть марлей, выдержать 2 недели. Затем процедить, разлить по бутылкам.

ГРОГ

1 л воды, 300 г сахара, 2 стакана коньяка.

Вскипятить воду с сахаром. К горячей воде добавить коньяк и подавать горячим в чашечках или низких стеклянных бокалах.

ГЛИНТВЕЙН

1 вариант

1 л красного столового вина, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ лимона, 3 гвоздички, 1 щепотка корицы.

В большой посуде смешать вино, сахар, мелко нарезанный лимон, гвоздику, корицу, подогреть на водяной бане до температуры 45–50 °С, затем процедить и сразу подавать в чашечках с дольками лимона.



II вариант

3 стакана белого вина, 10 кусочков жженого сахара, 1 гвоздичка, кружки лимонов или апельсинов (для украшения).

В кастрюлю положить жженный сахар и гвоздику, залить вином и довести почти до кипения, затем процедить в бокалы или стаканы. На края бокалов или стаканов нанизать кружки апельсинов или лимонов с зубчиками.

III вариант

700 г белого вина, 100 г карамелизованного сахара, 3 гвоздички, цедра $1\frac{1}{2}$ апельсина.

Все ингредиенты поместить в кастрюлю, перемешать и на слабом огне довести почти до кипения, кастрюлю плотно закрыть крышкой и оставить настояться на 3–4 часа. Затем процедить через сито и перелить в бутылки.

Примечание. Глинтвейн можно сразу же подавать к столу. Его нельзя слишком долго хранить.

IV вариант

750 г красного столового вина, 200 г сахара, 2 яблока, $1\frac{1}{2}$ лимона, 15–20 зерен черного перца, 3 ч. ложки молотой гвоздики, $2\frac{1}{2}$ ч. ложки молотой корицы.

В посуду налить вино, добавить сахар, нарезанные кубиками яблоки (оставить несколько кубиков), черный перец, гвоздику, корицу, перемешать, довести до кипения, снять с огня и дать настояться не менее 15 минут. Затем процедить, разлить по бокалам, положив в каждый по кусочку лимона и по несколько кубиков яблок.

Подавать горячим.

V вариант

1,5 л красного полусладкого вина, 200 г сахара, 2 лимона, 200 г коньяка, корица, гвоздика (по вкусу).



Вино влить в эмалированную кастрюлю, растворить в нем сахар и нагреть, не доводя до кипения.

Подогретую смесь снять с огня, положить в нее специи, добавить нарезанные ломтиками лимоны, влить коньяк и дать настояться 10–15 минут.

Готовый глинтвейн разлить по чашкам.

VI вариант

1 л красного портвейна, 1 стакан апельсинового ликера, 2 лимона, мускатный орех (по вкусу).

В эмалированную кастрюлю влить портвейн и довести до кипения, но не кипятить. В горячее вино добавить ликер и нарезанные ломтиками лимоны.

Смесь настаивать 10–15 минут.

Готовый горячий глинтвейн разлить по чашкам, а сверху посыпать мускатным орехом, измельченным на мелкой терке.

СОГРЕВАЮЩИЙ ГЛИНТВЕЙН ПО-ШВЕДСКИ

3 стакана красного сухого вина, по 1 щепотке семян кардамона и порошка корицы, несколько штук гвоздики, по 100 г изюма и очищенного миндаля, 6 ч. ложек сахара, 1 стакан коньяка, 6 палочек корицы (для украшения).

В кастрюлю влить вино, добавить специи. Разогреть, всыпать изюм и миндаль и оставить на слабом огне на 15 минут. Довести вино до кипения и сразу же снять с огня! Накрыть кастрюлю крышкой, дать немного постоять. Затем процедить, пряности удалить.

В коньяке растворить сахар и смешать с процеженным вином. Миндаль, изюм и палочки корицы разложить по керамическим кружкам или стаканам и залить горячим напитком.

Примечание. Лучше всего размешивать напиток деревянной, но не расписной ложкой.

Помимо перечисленных специй можно добавить черный или ямайский перец, бадьян, ваниль, имбирь, Melissa, мед, фрукты.



ФРУКТОВЫЙ ПУНШ

I вариант

1 л яблочного сока, $\frac{1}{2}$ стакана коньяка, сахар (по вкусу).

Перемешать сок и коньяк, подсластить и поставить напиток в холодильник.

Примечание. Можно по вкусу долить минеральной водой или шампанским.

II вариант

1 л апельсинового сока, $\frac{1}{2}$ стакана коньяка, сок 1 лимона.

Перемешать соки и коньяк и поставить напиток в холодильник.

ШОКОЛАДНЫЙ ПУНШ

500 мл молока, 100 г шоколада, $\frac{1}{2}$ стакана рома, апельсиновая и лимонная цедра (по вкусу).

Молоко вскипятить с шоколадом, добавить натертую лимонную и апельсиновую цедру и ром.

Подавать в стаканчиках с ложечкой.

ПУНШ «ШОКО»

8 ст. ложек какао, 2 ч. ложки кофе, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 2 рюмки вина, 2 ст. ложки рома, взбитые сливки, сахар (по вкусу).

Какао, кофе и сахар смешать с молоком и вскипятить. Затем добавить предварительно согретое вино и ром.

Готовый пунш разлить в стаканы, положить взбитые сливки и подавать к столу.

Примечание. По желанию пунш можно слегка посыпать сверху какао и кофе.



ПУНШ «ЯИЧНЫЙ»

1 лимон, 200 г сахара, 750 г вина, 3 яйца, 1 стакан коньяка.

Лимон вымыть, нарезанную корку половины лимона варить 5 минут в стакане воды с сахаром, затем процедить. Добавить вино, взбитые яйца, снова подогреть и взбивать массу до тех пор, пока она не станет пенистой. Затем добавить коньяк и лимонный сок (из оставшейся половины лимона). Еще раз тщательно взбить и подавать к столу.

ТИРОЛЬСКИЙ ПУНШ

4 ч. ложки черного чая, 1 стакан красного вина, 2¹/₂ стакана воды, сок 1 апельсина, сок 1¹/₂ лимона, 2 пряные гвоздички, 1¹/₄ палочки корицы, 2 ст. ложки сахара, 40 г коричневого рома или плодового вина.

Для украшения: кружки лимона.

Всыпать чай в заварочный чайник, влить кипяток и дать ему настояться в течение 3–4 минут.

Тем временем влить в кастрюлю красное вино, апельсиновый и лимонный соки, положить пряности, сахар и перемешать. Влить, процеживая через ситечко, готовую заварку. Смесь довести на среднем огне до кипения, но не кипятить.

Добавить ром и разлить смесь через ситечко в предварительно прогретые стаканы или чашки. Кружочки лимона надрезать с края и прикрепить их к кромкам стаканов. Размешать пунш ложкой и тотчас подать к столу.

ЛИКЕР «АРОМАТНЫЙ»

1 вариант

1 кг спелой малины, 1 ст. ложка меда, 2 гвоздики, 1 стакан коньяка, 200 мл воды, 200 г сахара.

Малину тщательно перебрать, осторожно (чтобы не помять) вымыть, обсушить и положить в стеклянную банку. Добавить



мед и гвоздику, залить коньяком. Затем банку закрыть и на 4–6 недель поставить настаиваться при комнатной температуре, при этом время от времени встряхивать.

Процедить напиток через льняную салфетку и отжать, но не очень сильно. Оставшуюся на салфетке малину залить 200 мл воды, отварить и отжать на сахар.

Довести ягодно-сахарный сироп до кипения, снять пену и налить кипящий сироп в ликер.

Затем хорошо перемешать и еще раз профильтровать через марлю, перелить в бутылки, закупорить пробками и хранить в прохладном месте.

II вариант

6 апельсинов, 4 ст. ложки лимонного сока, 100 г сахара, 3 1/4 стакана коньяка.

Апельсины вымыть, очень тонким слоем снять цедру (на ней не должно остаться белых пленок). Мякоть нарезать кубиками, в маленькой кастрюле перемешать с цедрой, лимонным соком и сахаром.

Разогревать на слабом огне, постоянно помешивая, но не доводить до кипения до тех пор, пока полностью не растворится сахар. Процедить сахарно-фруктовый сироп и перемешать с коньяком.

Апельсиновый ликер можно сразу же подавать к столу.

III вариант

1 кг черной смородины, цедра 1 лимона, 1 кг сахара, 10 г молотого имбиря, 1 бутылка водки.

Ягоды перебрать, удалить плодоножки, вымыть, обсушить, затем растолочь и вместе с тонко очищенной лимонной цедрой положить в водку. Дать настояться не менее 3 дней.

Затем профильтровать, добавить сахар и имбирь, а жидкость перелить в другую бутылку.

Поставить на 3 дня на солнце, при этом как можно чаще встряхивать. После этого еще раз профильтровать и перелить в бутылки.



IV вариант

1 кг тщательно перебранной садовой клубники (или лесной земляники), 700 г сахара, 1 л коньяка, 1 стакан воды.

Клубнику или землянику вымыть, обсушить, растолочь вилкой, пересыпать в стеклянную банку, засыпать сахаром (400 г), залить коньяком, перемешать и на 4 недели поставить настаиваться при комнатной температуре, при этом ежедневно встряхивать. Затем настойку процедить через марлю.

Сварить сироп из оставшегося сахара и воды в течение 5 минут, затем перемешать сироп с процеженной настойкой, все еще раз профильтровать через марлю и сразу же перелить в чистые бутылки. Бутылки закупорить пробками и поставить на хранение.

V вариант

5 больших спелых ароматных груш, 600 г водки, 4 ст. ложки лимонного сока, 200 г сахара, 150 мл воды.

Груши вымыть, удалить сердцевину с семенами, мякоть нарезать маленькими кусочками.

Положить груши в стеклянную банку, полить лимонным соком, залить водкой и поставить настаиваться на солнце на 2–3 недели.

Процедить через марлю, отжать и перемешать с густым сахарным сиропом, уваренным в течение 20 минут. Профильтровать, разлить в бутылки и поставить на хранение.

VI вариант

1 кг черной смородины, 1 пакетик ванильного сахара, 1 щепотка молотого имбиря, 2 стакана сахара (особенный вкус у ликера получится при использовании карамелизованного сахара), 1 л водки.

Ягоды осторожно вымыть, обсушить. Затем насыпать в банку, добавить пряности, засыпать сахаром и залить водкой. Очень плотно закупорить банку и на 2 недели поставить в тем-



ное место. После этого профильтровать и наполнить ликером бутылки. Хранить их в прохладном и темном месте.

Примечание. Этот ликер полезен при упадке сил.

ВИНОГРАДНЫЙ ЛИКЕР

1 л водки, 1 л виноградного сока, 1 кг сахара, 1 ст. ложка чая, 5 лавровых листьев, 5 зерен черного перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки ванилина.

Смешать ингредиенты. Настаивать 5–6 дней, регулярно помешивая. Процедить.

Ликер готов к употреблению.

ЛИКЕР ИЗ АЙВЫ

1 л спирта, 1 л сока айвы, 1 лимон, 1 кг сахара, 1 ст. ложка молотой корицы, 25 гвоздичек, миндаль (по вкусу).

Айву вымыть и сварить в воде до размягчения. Процедить сок и смешать его с таким же количеством спирта. Добавить корицу, гвоздику, немного нарезанного миндаля, кожуру с половины лимона и сахар. Поставить бутылки с заготовкой ликера на 40–50 дней на солнце. Затем процедить и выдержать в бутылках в лежащем положении не менее 6 месяцев.

ЛИКЕР «ЯБЛОЧНЫЙ»

2,5 кг яблок, 1,5 л водки, 7,5 л воды, 2 кг сахара.

В большую бутылку положить очищенные и нарезанные яблоки, залить их водкой и охлажденной кипяченой водой. Обвязать горло бутылки марлей, поставить на 2 недели на солнце и ежедневно взбалтывать.

Когда яблоки всплывут наверх, жидкость процедить через марлю, добавить сахар, поставить на 2 дня на солнце, а потом вынести на 10 дней в холодное место, после чего процедить, разлить в бутылки, закупорить пробками, обвязать их веревками и держать в холодном месте.

Напиток можно подавать через 3 недели.



АБРИКОСОВЫЙ ЛИКЕР

500 г спирта, 500 мл абрикосового сока, 1 кг сахара, 2 пакетика ванили (или смесь гвоздики и корицы — по вкусу).

Из зрелых и даже перезревших абрикосов удалить косточки и отжать сок, который затем смешать с таким же количеством спирта. Добавить сахар и ваниль или смесь гвоздики и корицы. Разлить в бутылки и оставить ликер отстаиваться.

ЛИКЕР «ЦИТРУСОВЫЙ»

15 мандаринов, 2 лимона, 1 стакан чистого спирта, 3 1/2 стакана сахара, 5–6 гвоздичек, немного корицы.

Мандарины и лимоны вымыть, снять с них тонким слоем корку, нарезать, опустить в бутылки, залить спиртом, добавить корицу и гвоздику. Через 5–6 недель процедить полученную эссенцию и смешать с остывшим сиропом, приготовленным из сахара и воды.

ЛИКЕР «ФРУКТОВЫЙ»

1 л спирта, 5 яблок (желательно неперезрелых), 3 апельсина, 1 1/2 лимона, 500 г сахара, 1,5 л воды, 1/4 ч. ложки молотой корицы, 5–6 гвоздичек, анис (по вкусу).

Фрукты вымыть. С яблок снять кожуру, добавить тонко срезанную кожуру апельсинов. Лимоны раздавить вместе с кожурой. Все залить спиртом, настаивать неделю.

Полученную настойку процедить, добавить сахар, распущенный в горячей воде (сироп охладить), а также анис, гвоздику, корицу. Настаивать смесь до 4 недель. Затем процедить и разлить в бутылки.

ЛИКЕР ИЗ ДЫНИ

1 л спирта, 1 л сока дыни, сахар, лимонная кислота (по вкусу).



Дыню вымыть, снять с нее кожуру, нарезать на крупные куски и отпрессовать сок. Затем подкислить его лимонной кислотой и добавить сахар (количество сахара в каждом отдельном случае зависит от содержания сахара в соке дыни). Залить сок спиртом и добавить еще немного сахара. Отставить ликер в прохладное место на 5–6 дней для оседания мути и растворения сахара.

Процедить и разлить в бутылки.

ПРЯНЫЙ ЛИКЕР

3 стакана водки, немного гвоздики, корицы, майорана, листьев мяты перечной, цветков лаванды, листьев тимьяна, корня ревеня, шафрана, корня горечавки, корня девясила.

Все приправы, кроме цветков лаванды и шафрана, положить в водку. Через 1 час добавить цветки лаванды и шафран и все вместе настаивать еще примерно 15 минут.

Тем временем приготовить сироп из сахара и воды, остудить и налить в настойку. Все процедить через фильтр, перелить в хорошо закупоривающиеся бутылки и поставить настаиваться еще примерно на 2–3 месяца.

ВАНИЛЬНЫЙ ЛИКЕР

3 л спирта, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотой корицы, 3 гвоздички, 3 стакана кипяченой воды, ваниль (по вкусу).

Для сахарного сиропа: $2\frac{1}{4}$ стакана воды, 2 кг сахара.

Смешать спирт с ванилью, корицей и гвоздикой, добавить отстоянную кипяченую охлажденную воду и поставить на 2 недели на солнце. Затем процедить и смешать с приготовленным из сахара и воды сиропом.

ЧАЙНЫЙ ЛИКЕР

$\frac{1}{2}$ стакана сахара, 25 г черного чая (например, цейлонского), 1 стакан коньяка или бренди, 1 стручок ванили.



Сахар смешать со 125 мл воды в широкой тяжелой кастрюле и, помешивая, довести на слабом огне до кипения. Кипятить около 2 минут, не размешивая. Снять кастрюлю с плиты и дать содержимому остыть.

В заварочный чайник положить чай и влить 600 мл кипятка. Дать заварке настояться около 2 минут. Затем процедить ее через ситечко.

Смешать заварку с сахарным сиропом, а затем — с коньяком или бренди.

Графин сполоснуть горячей водой и наполнить его ликером. Стручок ванили разрезать вдоль и положить в графин. Затем плотно его закупорить. Выдерживать ликер в прохладном и темном месте не менее 1 недели.

МЯТНЫЙ ЛИКЕР

3 пучка сухих мятных листьев, 300 г водки, 2 стакана сахара, 2 стакана воды, 1 бутылка белого вина, лимонная цедра, гвоздика.

Сухие листья мяты растолочь, положить в стеклянную посуду, залить водкой и оставить настаиваться на 3–4 дня. Затем процедить и перемешать с сахаром и белым вином, перелить в бутылки и поставить на хранение.

Примечание. При настаивании этого ликера можно добавить лимонную цедру и гвоздику.

КОФЕЙНО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ ЛИКЕР

1 л водки, 2 стакана сахара, 2 апельсина, 24 зерна кофе.

Апельсины вымыть, сделать в кожуре ножом небольшие надрезы так, чтобы между кожурой и мякотью поместилось кофейное зерно. Таким образом под кожурой у каждого апельсина поместить по 12 зерен.

Затем эти апельсины положить в стеклянную банку, залить водкой, добавить сахар и немного ванили. Банку герметично закупорить.

Настаивать напиток 40 дней. Время от времени банку встряхивать, чтобы растворялся сахар.



По истечении срока банку открыть, апельсины отжать в настой, весь напиток процедить через марлю.

Сваренный и охлажденный сахарный сироп (добавить по вкусу) смешать с настоем, поставить отстаиваться на несколько дней.

КОФЕЙНЫЙ ЛИКЕР

1 л водки, 200 г сахара, 100 г крепкого черного кофе.

Сварить очень крепкий (гораздо крепче, чем для питья) черный кофе.

Вылить (без гущи) в кастрюльку, куда предварительно высыпать сахар. Растопить смесь на водяной бане. Затем залить водкой. Профильтровать.

МОЛОЧНЫЙ ЛИКЕР

I вариант

300 г водки, 2 стакана жирного молока или сливок, 1 стакан сахара, 6–7 сырых яичных желтков, ванилин (на кончике ножа).

Молоко или сливки вскипятить и затем остудить, помешивая. Сахар, яичные желтки, ванилин взбить в виде гоголя-моголя. Влить в молоко водку (если очень крепкая — разбавить водой до 45–50°) и, медленно помешивая, влить в приготовленный гоголь-моголь. Дать отстояться 30 минут, собрать пену.

II вариант

1 стакан водки, 1 стакан молока, 1 стакан сахара, 6 яичных желтков, ваниль (на кончике ножа).

Молоко вскипятить. Растворить в нем сахар, остудить.

Взбить яичные желтки и добавить в молоко. Затем медленно влить водку, хорошо все размешать и вылить жидкость в 3-литровую банку. Взбить и добавить ваниль. Настоять 10 дней.



ЛИКЕР «СЮРПРИЗ»

1 1/4 стакана пива, 500 г сахара, 1 ст. ложка растворимого кофе, 2 ст. ложки кипятка, 1 пакетик ванильного сахара, 2 стакана водки.

Пиво смешать с сахаром, поставить на огонь и довести до кипения.

Кофе растворить кипятком и влить в смесь, чтобы не было комков. Варить в течение 1 часа на очень слабом огне. В конце добавить ванильный сахар и влить водку.

ЛИКЕР «ТРОПИКАНКА»

600 г коньяка, 1 стакан сахара, 1 стакан воды, по 1 лимону и апельсину.

Сварить сироп консистенции варенья из сахара и воды. Выдавить в него сок из апельсина и лимона.

Положить в сироп половину корки с апельсина и всю корку с лимона, предварительно в течение 30 минут вымоченные в теплой воде. Поставить сироп на огонь, снова прокипятить. Затем снять с огня, остудить и влить коньяк.

Ликер готов к употреблению.

ЯИЧНЫЙ ЛИКЕР

I вариант

4 яичных желтка, 200 г сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 150 мл молока, 100 г крепкой водки.

Яичные желтки растереть в пену с сахаром. Перемешать с ванильным сахаром. Эту массу перемешать с молоком и водкой и поставить в прохладное место.

II вариант

2 яичных желтка, 2 ст. ложки сахара, 1 щепотка ванилина, 100 г коньяка.



Взбить миксером яичные желтки, сахар и щепотку ванилина (пена должна увеличиться в объеме почти вдвое). Затем постепенно добавить коньяк.

Примечание. Этот ликер можно хранить в течение нескольких недель.

III вариант

150 г спирта, 6 яиц, 1 стакан сахарной пудры, $\frac{1}{2}$ пакетика ванильного сахара, 2 банки сгущенного молока.

Яичные желтки смешать с сахарной пудрой, ванилью и сгущенным молоком. Все это растереть до однородной массы и залить спиртом. Затем перелить в бутылку, закупорить и выдерживать несколько недель при комнатной температуре.

ЛИКЕР ИЗ ЗЕЛЕННЫХ ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ

2 л водки, 50 шт. маленьких зеленых орехов с еще мягкой сердцевинкой, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки молотой корицы, 4 ч. ложки немолотой гвоздики, 2 л густого сахарного сиропа.

Зеленые орехи разбить и опустить в темную бутылку с водкой. Добавить для аромата корицу и гвоздику. Выставить бутылку на 3 недели на солнце, часто взбалтывать. Содержимое процедить и смешать с сахарным сиропом. Профильтровать, налить в бутылки и хранить в лежащем положении.

ЛИКЕР НА ФРУКТОВЫХ КОСТОЧКАХ

3 л водки, 1 кг сахара, 1 л воды, 200–250 г персиковых или абрикосовых косточек, 250 г вишневых косточек.

Персиковые или абрикосовые косточки растолочь в металлической ступке, смешать с целыми вишневыми косточками, залить водкой. Настаивать в течение 3 недель, взбалтывая каждую неделю. Затем слить настоянную водку, процедить через ткань, смешать с сиропом. Смесь вновь тщательно профильтровать, разлить в бутылки.



ЛИКЕР ИЗ РОЗОВЫХ ЛЕПЕСТКОВ

125 г розовых лепестков, 500 мл воды, 500 г коньяка, 1 стакан сахара, $\frac{1}{2}$ ч. ложки корицы.

Лепестки роз залить водой и оставить на 2 дня в закрытой посуде. Затем жидкость процедить через марлю и долить коньяк. Добавить корицу, сахар и оставить на 14 дней. Отфильтровать и разлить в маленькие бутылочки.

НАСТОЙКА НА ТЕРНЕ

250 г спелого терна, тронутого морозом, 1 л водки.

Терн перебрать и в течение нескольких дней подсушить на солнце, затем удалить косточки, мякоть нарезать кусочками и положить в стеклянную банку. Залить водкой и поставить в прохладное место на 1–2 недели.

Процедить через марлю и профильтровать. Перелить в бутылки и оставить настаиваться еще несколько дней.

Примечание. С течением времени вкус настойки только улучшится.

ЛИМОННАЯ НАСТОЙКА

1 вариант

2 лимона, 500 г водки, 1 л воды, 100 г сахара.

Лимоны вымыть, очень тонким слоем снять с них цедру (на ней ни в коем случае не должно остаться белой прослойки, иначе вкус настойки будет горьким). С мякоти лимонов тоже полностью удалить белую прослойку, затем отжать сок.

Лимонный сок и цедру залить водкой и водой в плотно закупоривающемся сосуде.

Развести сахар в $\frac{1}{2}$ стакана воды и несколько минут варить сироп.

Затем перемешать водку с лимоном и сироп.

Жидкость сильно встряхивать в течение нескольких минут, затем сосуд в горизонтальном положении поместить в хо-



лодильник и настаивать так в течение нескольких дней. Профильтровать и перелить в бутылки.

Примечание. Лучше всего пить в охлажденном виде.

II вариант

1 бутылка сухого вина, 2 лимона, 100 г сахара, 100 мл воды.

Лимоны вымыть и снять очень тонким слоем цедру (на ней не должно остаться белой прослойки).

Из сахара и воды в течение 5 минут приготовить сироп. Залить горячим сиропом лимонную цедру и дать настояться в течение недели. Процедить настойку через марлю и перемешать с белым вином.

III вариант

2 лимона, 5 гвоздичек, 500 г водки.

Лимоны вымыть, снять с них очень тонким слоем цедру, так чтобы не оставалось белой прослойки. Цедру вместе с гвоздикой положить в водку и настаивать минимум неделю.

Затем профильтровать и перелить в другую бутылку.

ЛИМОННО-КОФЕЙНАЯ НАСТОЙКА

3 л водки, 1 лимон, $\frac{1}{3}$ мускатного ореха, 2 ст. ложки сахара, 12 зерен кофе, 40 г измельченной дубовой коры, ванилин (на кончике ножа).

Лимон вымыть. Разрезать на 4 части, вынуть зерна, натереть мускатный орех, добавить сахар, зерна кофе, измельченную дубовую кору, ванилин. Залить все водкой и настаивать 10 дней, затем процедить.

ЛИМОННО-ОГУРЕЧНАЯ НАСТОЙКА

$\frac{1}{2}$ парникового огурца, $\frac{1}{2}$ лимона, 100 г сахара, 2 бутылки белого вина.



Огурец и лимон вымыть и нарезать тонкими кружками. Положить в стеклянную банку и засыпать сахаром. Залить вином, закрыть банку и поставить настаиваться в прохладное место на 3–4 дня. После этого настойку процедить.

Примечание. Эту настойку с чуть терпким вкусом можно наполовину разбавить шампанским.

АПЕЛЬСИНОВАЯ НАСТОЙКА

2 л водки, 1 л воды, корки 4–5 апельсинов, сахар-рафинад (для сиропа).

Сварить сироп из сахара-рафинада и воды. Смешать с водкой. Слить в бутылку и добавить апельсиновые корки. Поставить в тень на 3–4 дня.

Профильтровать. Разлить по бутылкам.

ВИШНЕВО-АПЕЛЬСИНОВАЯ НАСТОЙКА

1 л водки, 8–10 гвоздичек, цедра 2 апельсинов, 1 стакан вишневого сока.

Водку настаивать в тени на апельсиновой цедре и гвоздичках в течение 2 недель. После этого добавить вишневый сок. Если настойка будет очень крепкая, то можно добавить еще сока.

Хорошо перемешав, профильтровать и хранить в запечатанных бутылках не менее полугода.

СЛИВОВАЯ НАСТОЙКА

1 бутылка водки, цедра 1 лимона и 2 апельсинов, 250 г подсушенных маленьких слив без косточек, 1 горсть листьев перечной мяты, немного корицы.

Цедру, сливы и мяту мелко нарубить, вместе с корицей положить в водку и поставить ее в солнечное место на 6–8 месяцев, при этом время от времени водку нужно встряхивать. Затем настойку профильтровать и перелить в бутылки.

Через 2 недели профильтровать еще раз.



Профильтровав последний раз, настойку можно подать к столу, однако через полгода она будет вкуснее, а через год — еще вкуснее. В общем, чем дольше эта настойка стоит, тем она лучше!

ОРЕХОВАЯ НАСТОЙКА

I вариант

5 незрелых (зеленых) грецких орехов (у них должна быть достаточно толстая кожура зеленого цвета, но при этом их можно легко резать ножом), 10 гвоздичек, 1 стакан сахара, 1 л водки.

В стеклянную банку положить орехи и гвоздику, засыпать сахаром, затем залить водкой.

Банку закупорить и на 1 месяц поставить на солнце. После этого процедить настойку и перелить в бутылки.

Примечание. Настойку можно разбавить водой, так как у нее довольно терпкий вкус.

II вариант

10 незрелых (зеленых) грецких орехов с кожурой, 500 г водки.

Грецкие орехи нарезать на кусочки и залить водкой. Положить их в хорошо закрывающуюся стеклянную банку и на несколько недель поставить на солнце; жидкость должна стать совершенно темного цвета.

Настойку профильтровать и перелить в бутылки (переливать очень осторожно, не встряхивая, иначе напиток не будет прозрачным).

III вариант

1 л водки, 400 г зеленых грецких орехов, 400 г сахара, 10 косточек персика или 20 вишневых, 2–3 гвоздички, корица (на кончике ножа).



Нарезать на 4 части зеленые грецкие орехи, залить водкой, настаивать на солнце 1 месяц. Процедить, растворить в водке сахар, добавить косточки персика и вишни, гвоздику, немного корицы. Хорошо перемешать и еще настаивать 1 неделю, взбалтывая ежедневно, чтобы растворился сахар; процедить, разлить в бутылки.

МОЖЖЕВЕЛОВАЯ НАСТОЙКА

1 л водки, 1 пригоршня ягод можжевельника, корка 2 лимонов, 1 ст. ложка имбиря, 1 ст. ложка сахара.

Настоять водку 2 недели на ягодах можжевельника, следующих 5 дней — на лимонных корках.

Толченый имбирь перемешать с сахаром, развести в настоянной водке. Оставить стоять 2 недели на солнце. Процедить, разлить по бутылкам. Хранить в холодном месте.

Пить можно через полгода.

НАСТОЙКА НА ЛИСТЬЯХ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

20 больших свежих листьев черной смородины, 1 л водки.

Свежесорванные листья черной смородины положить в стеклянную банку, залить водкой и настаивать примерно 3–4 недели, лучше в теплом месте. Напиток профильтровать и перелить в бутылки.

Примечание. Настойка имеет красивый светло-зеленый цвет и очень приятный вкус. И цвет, и вкус только улучшаются с течением времени.

Прежде чем подать к столу, на несколько часов поставить ее в холодильник.

НАСТОЙКА НА ЯГОДНОЙ СМЕСИ

По 500 г белой, красной и черной смородины, черники и малины, 4 ст. ложки сахара, 500 г водки.

Ягоды осторожно (чтобы не размять) вымыть, обсушить, положить в стеклянную банку, посыпать сахаром и залить вод-



кой. Банку плотно закрыть и поставить настаиваться на 3–4 недели, затем все процедить и перелить в бутылки. Бутылки оставить постоять еще 3–4 недели.

Примечание. Настойка получается очень красивого цвета.

РЯБИНОВО-ЯБЛОЧНАЯ НАСТОЙКА

500 г рябины (собранной после заморозков), 1 кг ароматных спелых яблок (ранет), 300 г сахара, 1,5 л водки.

Рябину тщательно вымыть, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и отделить ягоды от стебельков.

Яблоки вымыть, обсушить, удалить сердцевину и нарезать кольцами. Заложить яблоки и рябину слоями в подходящий сосуд, каждый слой пересыпать сахаром. Залить водкой так, чтобы фрукты были покрыты полностью. Накрывать марлей и оставить стоять при комнатной температуре на 2–3 месяца до обесцвечивания ягод.

Профильтровать настойку, разлить по бутылкам и хранить в темном прохладном месте.

КЛЮКВЕННАЯ НАСТОЙКА

I вариант

1 кг спелой клюквы, 1 л водки, 2 кружка лимона, 3 гвоздики.

Клюкву перебрать, вымыть, обсушить, пересыпать в большую стеклянную банку, добавить кружки лимона и гвоздику, залить водкой. Поставить банку на 2–3 недели в теплое место, затем профильтровать напиток, перелить в бутылки и поставить на хранение.

Примечание. Настойку можно приготовить и без гвоздики.

II вариант

1 кг спелой клюквы, 1 л водки, 2 стакана воды, 2 стакана сахара.



Клюкву перебрать, вымыть, обсушить, пересыпать в большую стеклянную банку и залить водкой. Поставить банку на 2–3 недели в теплое место. После этого напиток профильтровать.

Из воды и сахара сварить сироп, остудить и соединить с настоек. Настаивать еще в течение 2 недель. После этого профильтровать, перелить в бутылки и поставить на хранение.

Примечание. Настойка получается очень красивого цвета. Точно так же можно приготовить брусничную настойку.

НАСТОЙКА ИЗ КРЫЖОВНИКА

1 л водки, 1 л кипяченой воды, 1 кг крыжовника, сахар (по вкусу).

Крыжовник вымыть, залить водкой и кипяченой водой. Держать, помешивая, на солнце 2 недели, пока крыжовник не всплывет. Тогда процедить, добавить сахар. Опять выставить на солнце, далее — в холодильник на 10 суток. Еще раз процедить, разлить в бутылки. Закупорить и хранить в холоде.

Пить можно через 3 недели.

ВИШНЕВАЯ НАСТОЙКА

1 кг вишен, 400 г водки, 1 стакан сахара, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотой корицы, мускатный орех (по вкусу).

Вишни вымыть, растолочь с косточками, положить в бутыл и поставить сбродивать на 3 дня. После этого добавить водку, корицу, мускатный орех и поставить в теплое место на 8 дней. Когда настойка станет прозрачной, слить ее, процедить, добавить густой сироп (приготовить из сахара и воды), хорошо размешать и разлить в бутылки.

МЕДОВАЯ НАСТОЙКА

350 г меда, 2 гвоздички, 1,5 л водки, немного корицы.

Мед положить или налить в большую кастрюлю и довести до жидкого состояния на слабом огне. Добавить корицу и гвоздику и разогреть примерно до 70–80 °С, постоянно помешивая



деревянной ложкой. Налить водку, все хорошо перемешать и остудить. Перелить в бутылки и поставить на хранение.

Примечание. Чем дольше эта настойка стоит, тем вкуснее она становится.

КОФЕЙНАЯ НАСТОЙКА

I вариант

500 г водки, 6 ст. ложек молотого кофе, 6 стаканов холодной воды, 2–3 стакана сахара, ваниль (на кончике ножа).

Молотый кофе настоять на воде в течение суток, процедить, всыпать щепотку ванили, сварить и снова процедить. В кофейный настой добавить сахар, варить на слабом огне и, сняв с огня, влить постепенно водку, затем снова варить, помешивая до тех пор, пока не начнет выделяться пар. Снять с огня, охладить, разлить в бутылки, плотно закупорить пробками, хранить в холодном месте.

II вариант

По 3 ч. ложки растворимого кофе и сахара, 3 лавровых листа, 5 гвоздичек, 8 горошин душистого перца, 3 л водки.

Все ингредиенты добавить в водку и настаивать 10 дней.

НАСТОЙКА ЧАЙНАЯ С ПРЯНОСТЯМИ

I вариант

По 1 ст. ложке чая и сахара, 3 лавровых листа, 5 горошин черного перца, 3–5 гвоздичек, ванилин (на кончике ножа), несколько лимонных или апельсиновых корок, 3 л водки.

Все указанные компоненты добавить в водку и настаивать 10 дней.



II вариант

2 ст. ложки чая, 3 ст. ложки сахара, 3 лавровых листа, 6 гвоздичек, 6 горошин душистого перца, 6 горошин горького перца, $\frac{1}{4}$ ст. ложки ванилина, 1 ст. ложка корицы, 3 л водки.

Все компоненты завязать в марлю, опустить в банку с водкой и настаивать 10 дней.

ПРЯНАЯ НАСТОЙКА

I вариант

2 л водки, 2 стакана сахара, 20 г аниса, 50 г апельсиновых корок.

Пряности положить в стеклянную банку и залить водкой. Банку закрыть и поставить настаиваться на несколько недель. Затем профильтровать и перемешать с сахарным сиропом, приготовленным из сахара и небольшого количества воды и уваренным до густоты.

Перелить настойку в бутылки и поставить на хранение.

II вариант

1 л крепкой водки (45–60°), 6 ст. ложек семян тмина, 2 ст. ложки семян укропа, 2 ст. ложки натертой лимонной цедры, 3 ст. ложки фиалкового корня, $\frac{1}{2}$ стакана сахара.

Залить крепкой водкой семена тмина, укропа, а также лимонную цедру, фиалковый корень.

Настаивать смесь 2–3 недели, а потом слить и подсластить сахаром, процедить через плотную ткань.

МЯТНАЯ НАСТОЙКА

1 л водки, 100 г сахара, 1 пригоршня листьев молодой свежей мяты.



Листья мяты залить водкой, поставить на солнце, выдерживать так неделю.

Сварить густой сироп из сахара, процедить настойку, влить в сироп, перемешать и еще раз процедить.

НАСТОЙКА НА ТЫСЯЧЕЛИСТНИКЕ

Молодые цветки белого или розового тысячелистника, водка (столько, чтобы покрыть зонтики тысячелистника).

Собрать цветки-зонтики тысячелистника вместе со стеблями, в течение нескольких дней подсушить в тени, затем обрывать зонтики и положить в бутылку. Залить водкой. Поставить в прохладное место и через несколько дней профильтровать через марлю.

Затем перелить в новую бутылку и поставить настаиваться, чтобы жидкость стала прозрачной, после чего еще раз профильтровать и перелить в другую бутылку.

Примечание. Настаивать нужно в июне. Эту настойку можно в любой пропорции разбавлять водой. С течением времени вкус настойки только улучшается.

НАСТОЙКА «ХВОЙНАЯ»

4 горсти молодых еловых побегов (лучше всего их собирать ранней весной, когда они наиболее ароматны), водка (столько, чтобы еловые побеги были полностью покрыты жидкостью).

Еловые побеги в течение нескольких дней подсушить и отделить иголки от черенков. Затем пересыпать их в хорошо закрывающуюся банку и залить таким количеством водки, чтобы они были полностью ею покрыты.

Банку закрыть и на 5–6 дней поставить в прохладное место, затем профильтровать настойку и перелить в бутылку. Когда настойка готова, она имеет горький вкус и сильный аромат.

Примечание. Настойку можно по вкусу разводить чистой водой.



Так же, как на еловой хвое, можно приготовить и настойку на молодых побегах сосны. Залив водой, ее настаивают в течение не 5–6 дней, а 1–2. Настойка на сосновой хвое имеет красивый светло-желтый цвет и богата витамином С.

НАСТОЙКА НА КОРНЕВИЩАХ АИРА

1 л спирта или водки, 250 г корневищ аира.

Кусочки корневищ аира заготавливают в конце осени, после первых заморозков. Их необходимо очистить от грязи, помыть в холодной воде, удалить ножом тонкие корешки и листья. Подсушить на решетке. Затем разрезать на кусочки в 5–10 см.

Корневища аира залить спиртом или водкой и настаивать в темном месте около месяца, затем процедить через ткань.

Примечание. При использовании спирта полученный настой затем разбавить водой до 40°.

НАСТОЙКА НА СОСНОВЫХ ШИШКАХ

1 л водки (40°), 1 стакан сосновых шишечек (незрелых, мягких, зеленого цвета), 80 г карамели или сахара.

Шишки хорошо вымыть, залить водкой и настаивать 2 недели. Затем слить настой, подсластить сахаром или карамелью (жженым сахаром).

НАСТОЙКА «КРЕПКАЯ»

$1\frac{1}{2}$ пол-литровой банки цветков зверобоя, спирт (столько, чтобы полностью покрыть цветки зверобоя), водка (для разбавления).

Зверобой собрать целиком вместе со стеблями и подсушить в тени в течение 2–3 дней. После этого оборвать цветки и положить в банку.

Цветки залить спиртом так, чтобы они были полностью им покрыты. Оставить настояться в течение 3–4 дней, затем процедить. Напиток должен быть рубиново-красного цвета. Он



готов к употреблению, но со временем цвет настойки станет еще более красивым и глубоким.

НАСТОЙКА «ДАМСКАЯ»

Этот напиток был очень популярен во времена Древнего Рима.

150 г лепестков ароматных роз, вода (столько, чтобы едва покрыть лепестки), 500 г водки, 1 стакан сахара, корица, несколько семян кориандра.

Собрать лепестки, вымыть, обсушить и положить в кастрюлю. Затем залить теплой водой и оставить на 1–2 дня. Процедить настой через марлю и добавить в него водку, сахар, корицу и семена кориандра. Перелить в бутылки и поставить настаиваться на 2 недели.

Профильтровать напиток, затем снова перелить в бутылки и поставить еще на несколько недель настаиваться.

Примечание. Розы не должны быть обработаны химическими удобрениями! Чем ароматнее будут розы, тем ароматнее получится напиток.

НАСТОЙКА «ДОМАШНЯЯ»

По 500 мл спирта и минеральной воды, 1 гранат, 2 ст. ложки малинового или земляничного сиропа, 1 ч. ложка растворимого кофе, 200 г сладкого вина любой марки.

Спирт смешать с минеральной водой, добавить сок граната, сироп, кофе и сладкое вино. Настаивать смесь в течение 3 дней.

ЧЕСНОЧНАЯ НАСТОЙКА

250 г чеснока, 1 л коньяка.

Чеснок очистить, вымыть, мелко порубить, положить в бутылку, залить коньяком и настаивать в течение 2 недель либо рядом с плитой на кухне, либо (еще лучше!) на солнце, так как



чеснок любит тепло. Затем процедить напиток и подавать к столу.

Примечание. Настойка очень полезна для здоровья.

ВОДКА НА МЕДУ

500 г меда, 500 г водки, тертая цедра 1 лимона, 5 г имбиря.

Разогреть мед и перемешать с водкой, мелко натертой лимонной цедрой и имбирем, все перелить в бутылки.

Водка готова к употреблению. Перед подачей к столу ее можно профильтровать.

ВОДКА ЧАЙНО-КАРАМЕЛЬНАЯ

1 л спирта или водки, 4 ст. ложки черного байхового чая, 50–70 г карамели.

Черный байховый чай настоять 3 часа в спирте или водке, процедить (если это спирт, его необходимо развести до крепости 40°). Затем поджарить сахар на сковороде до образования карамели, измельчить, добавить в водку.



ШЕРБЕТЫ



Шербет очень питателен. Особенно этот прохладительный напиток полезен детям. Готовый шербет не следует размешивать. Подавать с ложечкой.

I вариант

2 ст. ложки клубничного сиропа, 50 г клубничного мороженого, 100 г черничного морса.

В стакан или бокал положить клубничное мороженое, а затем влить смешанные в миксере клубничный сироп и черничный морс.

II вариант

По 100 г ананасного сока, фруктового мороженого и лимонного морса.

В стакан или бокал положить фруктовое мороженое, а затем влить смешанные в миксере ананасный сок и лимонный морс.

III вариант

2 ст. ложки ананасного сока, 50 г клубничного мороженого, 1 яичный желток, 2 ч. ложки лимонного сиропа, 100 мл холодного пастеризованного молока.



В стакан или бокал положить мороженое, затем влить взбитые в миксере ананасный сок, яичный желток, лимонный сироп и холодное молоко.

IV вариант

2 ст. ложки малинового сиропа, 100 г клубничного мороженого, 200 мл холодного пастеризованного молока.

В стакан или бокал положить клубничное мороженое, а затем влить смешанные в миксере малиновый сироп и холодное молоко.

V вариант

$\frac{1}{2}$ стакана яблочного сока, 50 г фруктового мороженого, $\frac{1}{4}$ стакана вишневого сока.

В стакан или бокал положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере яблочный и вишневый соки.

VI вариант

2 $\frac{1}{2}$ ст. ложки рябинового сока, 50 г фруктового мороженого, 100 мл яблочного сока.

В стакан или бокал положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере рябиновый и яблочный соки.

VII вариант

По $\frac{1}{2}$ стакана персикового и любого другого ягодного сока, 50 г клубничного мороженого.

В стакан или бокал положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере персиковый и ягодный соки.

VIII вариант

1 ст. ложка апельсинового сиропа, 50 г сливочного мороженого, 100 г яблочного морса.



В стакан или бокал положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере апельсиновый сироп и яблочный морс.

IX вариант

2 ст. ложки орехового сиропа, 50 г фруктового мороженого, $\frac{1}{2}$ стакана апельсинового сока.

В стакан или бокал положить фруктовое мороженое, влить ореховый сироп и апельсиновый сок.

X вариант

2 ст. ложки сиропа какао, 50 г сливочного мороженого, 50 г клубники, 1 ст. ложка взбитых сливок.

В стакан или бокал положить мороженое, а затем влить сироп какао.

Сверху положить клубнику и взбитые сливки.

XI вариант

2 ст. ложки малинового сиропа, 50 г сливочного мороженого, 50 г консервированных фруктов, 1 ст. ложка взбитых сливок.

В стакан или бокал положить сливочное мороженое, а затем влить малиновый сироп.

Сверху можно положить консервированные фрукты и взбитые сливки.

XII вариант

100 г кофейного мороженого, 1 взбитый яичный желток, 1 ст. ложка ванильного сиропа, $\frac{1}{2}$ стакана сваренного шоколада, для украшения — вишенка, сливки.

В стакан или бокал положить мороженое, а затем добавить взбитые в миксере яичный желток, ванильный сироп и сваренный шоколад.

Сверху положить сливки и украсить вишенкой.



КОФЕ И КОФЕЙНЫЕ НАПИТКИ



Кофе знают во всем мире. Очень ценится тонкий аромат, приятный вкус, а главное, освежающее, бодрящее действие кофе. Кофе, как и чай, — тонизирующий напиток, поэтому любителей кофе не меньше, чем любителей чая. Кофе содержит от 0,7 до 2,5 % кофеина, который расширяет сосуды головного мозга и способствует снятию головной боли, усиливает циркуляцию крови, улучшает снабжение тканей кислородом. Кофе хорошо влияет на процессы пищеварения, а самое ценное в кофе — его неповторимый аромат.

Кофейный напиток известен человеку с незапамятных времен. Об этом свидетельствует множество рассказов и легенд, дошедших до наших дней. Название горной местности на юго-западе Эфиопии — Каффа — дало имя деревьям, приносящим ароматные кофейные зерна (хотя существуют и другие версии относительно происхождения слова «кофе»).

Считается, что поначалу кофе был не напитком, а едой. В каменных ступках африканские племена толкли плоды кофейных деревьев, смешивали с животным жиром и лепили из этой смеси шарики, которыми и питались в военных походах. Вслед за этим появилось вино, приготовленное из перебродившего сока спелых ягод кофе, смешанного с холодной водой. Только после этого кофе превратился в горячий напиток. Он начал свой путь по арабскому миру как культовый напиток, затем стал лекарственным средством и, наконец, повседневным напитком. С Ближнего Востока началось странствие кофе по свету. Отношение к нему было противоречивым: кофе и проклинали, и



объявлялся вне закона. Европа познакомилась с этим бодрящим напитком в конце XVI в., а в следующем столетии он окончательно вошел в быт европейцев.

КОФЕ «ДОМАШНИЙ»

1,5–2 ч. ложки молотого кофе (на 1 чашку), сахар (по вкусу).

Засыпать в ошпаренную кипятком кофеварку молотый кофе, залить 1 стаканом кипятка, подогреть (но не кипятить), снять с огня и настаивать 5–7 минут, затем через ситечко налить в чашки. Добавить сахар.

КОФЕ ПРЯНЫЙ СО СЛИВКАМИ

10 ч. ложек кофе мелкого помола (на 4 чашки кипятка), 4 гвоздички, цедра 1 апельсина, сливки, сахар (по вкусу).

Кофе залить кипятком и через 5 минут разлить в чашки, в каждую положить сахар, по 1 гвоздичке, тертую апельсиновую цедру.

К кофе подать сливки.

КОФЕ С ТЕРТЫМ ШОКОЛАДОМ

4 ч. ложки кофе, 200 мл воды, 200 г сливок, 4 ст. ложки тертого шоколада.

Сливки взбить в пену. Чашки нагреть, чтобы они были теплыми.

Сварить крепкий кофе и до половины налить в чашки. Сверху положить взбитые сливки и посыпать тертым шоколадом.

КОФЕ «ОГОНЕК»

1 ч. ложка молотого кофе, 100 мл воды, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 2 ч. ложки рома.



Сварить черный кофе. Процедить, разлить его в маленькие нагретые чашечки (до $\frac{3}{4}$ их высоты).

Положить в каждую сахар, размешать, влить ром, зажечь и подать к столу.

КОФЕ ПО-ЕГИПЕТСКИ

4 ч. ложки мелко смолотого кофе, 150 г воды, 2 ч. ложки сахара.

В кипящую воду всыпать кофе и сахар, дать подняться и сразу снять с огня. Пенку сразу же переложить в чашки, а сверху налить кофе.

КОФЕ ПО-АРАБСКИ

400 мл воды, 6 ч. ложек кофе очень мелкого помола, 3 ч. ложки сахара.

В турку (кофеварку) налить половину порции воды, добавить сахар и поставить на огонь.

Когда вода закипит, снять турку, засыпать кофе, долить необходимое количество кипятка и снова поставить на плиту. Как только начнет подниматься пена, снять с огня и разлить по чашкам.

КОФЕ ПО-АНГЛИЙСКИ С МОРОЖЕНЫМ

12 ч. ложек молотого кофе, 4 шарика мороженого, 150 г сметаны.

Сварить кофе по-арабски, процедить, охладить и разлить в стаканы. Затем в каждый стакан положить по шарiku мороженого и взбитую сметану.

Подавать на стол с печеньем.

КОФЕ ПО-ИРЛАНДСКИ

2 ч. ложки молотого кофе, 1 стакан воды, 2 ст. ложки виски, рома или коньяка, сливки, сахар (по вкусу).



Сварить черный кофе, по желанию — с сахаром.

Налить в стеклянные бокалы по 1 ст. ложке выбранного алкогольного напитка, сверху налить горячий кофе и покрыть взбитыми сливками.

КОФЕ ПО-ВАРШАВСКИ

4 ч. ложки кофе, 100 г воды, 200 г сливок или топленого молока, 3 ч. ложки сахара, 1 ч. ложка пенек от топленого молока.

Сварить черный кофе, налить сливки, положить сахар и довести до кипения.

Взбить венчиком до образования пены. В каждую чашечку положить молочную пенку, затем налить пенный кофе.

КОФЕ ПО-БОЛГАРСКИ

1 кофейная чашка кефира, 1 кофейная чашка крепкого кофе, 1 ст. ложка сливок, сахар (по вкусу).

Хорошо перемешать кефир с кофе, добавить сахар и сливки. Разлить смесь в чашки.

Перед подачей на стол поставить напиток на некоторое время в морозильное отделение холодильника.

КОФЕ ПО-РУМЫНСКИ

2 ч. ложки мелко смолотого кофе, 2 ч. ложки сахарной пудры, 1 ч. ложка какао, 1 стакан воды, 2 щепотки ванильного сахара.

Кофе, сахарную пудру и какао перемешать в холодной воде, разогреть и непосредственно перед закипанием снять с плиты. Приправить ванильным сахаром.

КОФЕ ПО-СЕРБСКИ

1 ч. ложка молотого кофе, $\frac{1}{2}$ стакана воды, сахар (по вкусу).



Для приготовления этого кофе нужны две турки.

В турку налить холодную воду, положить сахар и довести до кипения.

Затем часть воды отлить в другую турку, засыпать в нее кофе и довести до кипения. Турку с кофе снять с огня, влить оставшуюся воду, накрыть крышечкой и дать отстояться в течение 30 секунд.

КОФЕ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

500 мл молока, 150 г сахара, 4 ст. ложки сливок, 1 стакан крепкого горячего кофе.

Молоко перемешать с сахаром, довести смесь до кипения. Закипевшее молоко снять с огня и добавить сливки. Энергично взбить, а затем долить крепким горячим кофе. Перемешать и разлить в маленькие чашечки.

МОККО

1 сырой яичный желток, 50 г сахарного сиропа, 300 мл горячего крепкого кофе.

Взбить яичный желток и сахарный сироп. Поставить эту смесь на слабый огонь и, не прекращая взбивать, влить горячий крепкий кофе. Как только появится пена, разлить в чашки и тотчас же подавать на стол.

МОККО ПО-АРАБСКИ

6 ч. ложек кофе очень мелкого помола (на 4 чашки), сахар (по вкусу).

В горячую воду всыпать кофе и поставить на огонь. Довести до кипения, затем снять и через несколько секунд поставить обратно.

Повторить все еще 2 раза.

Готовый напиток сбрызнуть 2–3 каплями холодной воды. После отстоя гущи размешать и разлить в чашки.

Вместе с кофе подать холодную воду в стаканах.



Примечание. Кофе и воду пьют попеременно маленькими глотками, и это, по мнению знатоков, подчеркивает вкус и аромат кофе.

МОККО ПО-ТУРЕЦКИ

1 ч. ложка кофе мелкого помола, сахар (по вкусу).

В кофейник с кипящей водой засыпать кофе и довести до кипения. Закипевший кофе снять с огня, потом опять поставить на огонь и снова довести до кипения (обычно это продлевается трижды).

МОККО СО ЛЬДОМ

1 чашка сладкого крепкого мокко, 1 ст. ложка коньяка, 1 ст. ложка кубиков льда.

В бокал положить кубики льда и налить коньяк. Сверху налить кофе и подать к столу с соломинкой.

КОФЕ С ВАНИЛЬНЫМ ЛИКЕРОМ

1 ч. ложка натурального кофе, 100 мл воды, 100 г топленого молока, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки ванильного ликера, 2 ст. ложки сливок.

Приготовить кофе по-варшавски (с. 91) и охладить. Добавить ванильный ликер, разлить напиток в бокалы или стаканы, сверху положить взбитые сливки.

Подавать с чайной ложечкой и соломинкой.

КОФЕ С КАКАО

1 вариант

По 1 ч. ложке растворимого кофе и какао, $\frac{1}{2}$ стакана холодной кипяченой воды, 2 ст. ложки сгущенного молока, 1 ст. ложка рома.



Все ингредиенты тщательно смешать. Напиток перелить в стакан.

II вариант

1 чашка очень крепкого кофе, 1 ст. ложка какао со сгущенным молоком, 1 ст. ложка сливок, сахар (по вкусу).

В крепкий горячий кофе положить сахар, добавить какао со сгущенным молоком, размешать, затем добавить сливки.

III вариант

1 чашка очень крепкого кофе, 1 чашка какао, немного сливок.

Это один из вариантов кофе с какао.

Смешать чашку очень крепкого кофе с такой же чашкой какао, приготовленного обычным способом.

В каждую чашку с кофе добавить сверху немного сливок.

IV вариант

$\frac{1}{2}$ ст. ложки какао, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахарной пудры, по $\frac{1}{2}$ чашки молока и крепкого кофе, сливки (по вкусу).

Приготовить очень крепкий кофе.

Отдельно вскипятить молоко. Засыпать в кастрюльку какао и сахар, влить туда часть молока и хорошо перемешать, а затем добавить оставшееся молоко и щепотку соли. Поставить на огонь и кипятить примерно 10 минут.

Затем снять с огня, энергично взбить до получения маслянистой пузырящейся массы, добавить кофе, продолжая взбивать. Горячий напиток разлить в чашки и украсить взбитыми сливками.

Можно посыпать сливки жареным миндалем.

V вариант

3 ст. ложки молотого кофе, 2 ч. ложки какао-порошка, 4 стакана воды, сахар (по вкусу).



Кофе, какао-порошок, воду и сахар хорошо смешать, поставить на огонь и варить несколько минут. Затем снять с огня, разлить в чашки и подать.

«КОФЕЕК»

1 стакан холодного кофе, 1 ч. ложка сахара, 2 дольки лимона, 200 г сливочного мороженого.

Сварить крепкий кофе, остудить и процедить через мелкое сито или двойной слой марли. Перелить в чашу блендера, добавить мороженое и сахар. Взбивать до пышной пены. Затем разлить напиток по бокалам. Дольку лимона прижать к лезвию ножа, помещенного над бокалом, так, чтобы сок стекал в бокал каплями.

КОФЕ С «ПЫЛАЮЩИМ» САХАРОМ

1 чашка кипящего черного кофе, 1 кусок сахара-рафинада, немного коньяка или рома.

Кусок сахара-рафинада положить на маленькую ложку и держать ее над чашкой кипящего черного кофе. Сахар залить небольшим количеством коньяка или рома и подождать, пока он согреется от пара, идущего от кофе. Затем пропитанный алкоголем рафинад зажечь в ложке, чтобы пылающий сахар капал в чашку.

Примечание. Этот кофе не оказывает опьяняющего действия. Его подают на торжественных ужинах. Он неизменно имеет исключительный успех.

КОФЕ СО СМЕТАНЫМ КРЕМОМ

1 стакан свежесваренного черного кофе, 2 ст. ложки сметаны (30%-ной), 2 ст. ложки сахарной пудры, 1 ч. ложка тертой лимонной цедры, 2 ст. ложки толченых орехов, 1 щепотка ванилина, сахар (по вкусу).

Сметану взбить с сахарной пудрой и ванилином в густую пену. В подогретые чашечки положить сахар и влить горячий



кофе. Сверху положить приготовленный сметанный крем и посыпать тертой лимонной цедрой и толчеными орехами.

КОФЕ «МАРТИНИКА»

Готовый кофе, по 1 ст. ложке рома на каждую чашку кофе.

Кофе разлить в чашки, ром нагреть над горячим кофе. Затем поджечь ром и осторожно вылить на поверхность кофе. Когда пламя погаснет, напиток готов.

ШОКОЛАДНЫЙ КОФЕ

4 дольки шоколада, 500 мл крепкого холодного кофе, 100 г сахара, 3 ст. ложки сливок, 1 щепотка корицы.

Тщательно перемешать компоненты и поставить на некоторое время в холодильник.

КОФЕ С СИРОПОМ И МОЛОКОМ

2 ст. ложки сиропа, 1 ст. ложка молока, $\frac{1}{2}$ стакана холодного кофе.

Смешать сироп с молоком и залить холодным крепким кофе. Подавать сильно охлажденным.

ЧЕРНЫЙ КОФЕ С МЕДОМ

500 мл черного кофе, 6 ст. ложек меда, пищевой лед.

Приготовленный в кофеварке или кофейнике крепкий черный кофе соединить с медом, охладить.

Подавать в чашечках, положив в каждую по кусочку льда.

ЧЕРНЫЙ КОФЕ С МОЛОКОМ И ВАРЕНЬЕМ

$\frac{1}{2}$ стакана несладкого крепкого черного кофе, 3 ч. ложки варенья из морошки, 1 ст. ложка молока.



В стакан положить варенье из морошки, влить молоко, перемешать и добавить крепкий черный кофе.

Подавать напиток хорошо охлажденным.

КОФЕ С СОКОМ И МОЛОКОМ

1/4 стакана любого фруктового или ягодного сока, 1 ст. ложка молока, 1/2 стакана холодного кофе.

Фруктовый или ягодный сок смешать с молоком и залить холодным крепким кофе. Подавать сильно охлажденным.

КОФЕ «КОРОЛЕВСКИЙ»

1 стакан свежесваренного черного кофе, 1 яичный желток, 1 дес. ложка меда, 1 ст. ложка сливок.

В нагретую кофейную чашечку положить желток, добавить мед и тщательно перемешать. Помешивая, влить горячий кофе, затем сливки и сразу подать.

КОФЕ С КРАСНЫМ ВИНОМ

1 чашка крепкого кофе, 1/2 чашки красного сухого вина, сахар (по вкусу).

Сухое красное вино перемешать с сахаром и вскипятить. Затем добавить крепкий кофе и продолжать кипятить еще 2 минуты. Готовый напиток разлить в маленькие чашечки.

«ПЛАМЕННЫЙ» КОФЕ

4 чашки очень крепкого кофе, корки от 1 апельсина и 1 лимона, 1 кофейная чашка коньяка, гвоздика, корица (по вкусу).

Приготовить 4 чашки очень крепкого кофе, который сохранить горячим (перелить в термос). Тонко нарезать корки апельсина и лимона. Добавить немного корицы и гвоздики (можно обойтись и без специй).



Небольшую кастрюльку слегка нагреть на слабом огне, положить в нее корки апельсина и лимона, корицу, гвоздику, налить коньяк и поджечь (действовать нужно осторожно: если кастрюлька нагрета слишком сильно, пламя может высоко подняться). В пылающую смесь налить горячий кофе, накрыть кастрюльку крышкой и дать настояться несколько минут. Затем процедить напиток и разлить в маленькие чашечки.

КОФЕ «ЯМАЙКА»

1 чашка свежесваренного крепкого кофе, 30 г любого кофейного ликера, 30 г темного рома, 1 ст. ложка 30%-ных сливок, 1/2 ч. ложки сахарной пудры, тертый мускатный орех (по вкусу).

Слегка охлажденные сливки взбить с сахарной пудрой. В бокалы налить ликер и ром. Свежесваренный кофе остудить, влить в бокалы. Сверху выложить сладкие взбитые сливки и посыпать мускатным орехом.

КОФЕ С МИНДАЛЕМ

1 чашка крепкого холодного кофе, 1 ч. ложка толченого миндаля, 1 ч. ложка рома, сахар (по вкусу), пищевой лед.

Все компоненты напитка смешать и взбить в шейкере или миксере. Разлить напиток в стаканы и добавить лед.

«РУССКИЙ» КОФЕ

Водка, сливки и крепкий кофе в соотношении 3:2:5, 1 ч. ложка нерафинированного сахара.

Сперва согреть бокал горячей водой, затем насухо вытереть и налить в него водку. Добавить сахар и горячий кофе, перемешать, пока сахар полностью не растворится. Сливки наливать медленно, по предварительно согретой перевернутой ложке с длинной ручкой (если все сделано правильно, сливки останутся на поверхности напитка, перемешивать его не нужно).



КОФЕ «ЦИТРУСОВЫЙ»

1 чашка свежесваренного кофе, 1 ст. ложка апельсинового ликера, 1 ломтик лимона, сахар (по вкусу).

В чашку горячего кофе влить апельсиновый ликер, перемешать, положить ломтик лимона. Добавить сахар.

КОФЕЙНЫЙ ГРОГ

$\frac{3}{4}$ стакана очень крепкого горячего кофе, 1 ст. ложка сахара, 1 ломтик лимона, $\frac{1}{4}$ стакана водки.

В стакан положить ломтик лимона и сахар. Растереть сахар с лимоном, а затем добавить водку и кофе. Разлить напиток в маленькие чашки и сразу подавать к столу.

КОФЕЙНЫЙ ПУНШ

2 стакана темного рома, 100 г коньяка, 1 стакан сахарного сиропа, 3 стакана горячего крепкого черного кофе, лимон, корица и гвоздика (по вкусу).

Ром, коньяк и сахарный сироп смешать с кофе. Добавить корицу и гвоздику и дать пуншу настояться 10–15 минут.

Если пунш получился недостаточно сладок, добавить сахар. Перелить пунш в красивую термостойкую посуду, разлить по чашкам, в каждую положить по ломтику лимона.

Подавать горячим.

ЭСПРЕССО С КОНЬЯКОМ И ЛИКЕРОМ

4 чашки эспresso, 2 ст. ложки коньяка или бренди, 2 ст. ложки орехового ликера «Франжелико», 4 палочки корицы, жирные сливки (30%-ные и выше), сахарная пудра (по вкусу).

Сливки взбить с сахарной пудрой. Сварить эспresso и налить в чашки большего размера, чем принято для эспresso. В каждую чашку добавить ликер и коньяк, украсить взбитыми сливками и палочкой корицы.



♦ Умеренное употребление кофе очень полезно. Кофе, как и чай, не рекомендуется пить позднее, чем за 1,5–2 часа до сна.

♦ Чтобы получился безукоризненно вкусный кофе, необходимо приготовить его из свежемолотых обжаренных зерен хорошего сорта и чистой воды без добавления хлора.

♦ Если вы купили зеленый (необжаренный) кофе в зернах, обжарьте его дома на сковороде с антипригарным покрытием. Постарайтесь добиться равномерного средне-коричневого цвета. Светло-коричневые зерна дадут кисловатый, чуть терпкий кофе, а темные — почти черный, с маслянистой поверхностью, с горящим вкусом.

♦ Кофе будет вкуснее, если при обжаривании зерен добавить на каждые 500 г сырого кофе 1 ст. ложку сливочного масла и кусок сахара, истолченного в пудру.

♦ Зерна кофе следует молоть по возможности перед самой его варкой, не очень мелко и не очень крупно. Чересчур мелко размолотый кофе проходит через фильтр кофеварки, и напиток становится мутным. Крупно размолотый кофе медленно настаивается и теряет аромат.

♦ Кофе нельзя долго хранить, особенно в молотом виде, его аромат быстро улетучивается. Хранить кофе нужно в герметично закупоренных емкостях.

♦ Если вы собираетесь долго хранить кофе в зернах, положите его в герметичной упаковке в морозильник.

♦ Чтобы вернуть аромат кофейным зернам, их нужно положить на 10 минут в холодную воду, а затем сразу же подсушить в духовке.

♦ Аромат кофе улучшается и усиливается, если перед варкой молотого кофе его согреть и прибавить к нему несколько кристалликов поваренной соли.

♦ Не подогревайте остывший кофе. Вторично из него нельзя получить хороший напиток.

♦ Не стоит кофе разливать заранее. Настаивание на гуще придает горечь напитку.

♦ Кофе будет вкуснее, если в момент закипания опустить в воду щепотку соли, а также если наливать его в подогретые чашки.



✧ Кофе легко вбирает чужие запахи, поэтому нельзя ставить его рядом с пряными или сильно пахнущими веществами.

✧ Холодный кофе очень вкусен и ароматен. Подают его как десерт в бокалах со взбитыми сливками или мороженым.

✧ К кофе можно подавать ликер, виски или коньяк и лимон. Кофе с небольшим количеством алкоголя благоприятно действует на сосуды.

✧ Традиционно на 500 мл воды берут 1–1½ ст. ложки молотого зернового кофе или по 1 ч. ложке на 1 чашку емкостью 100 мл.



КАКАО И ШОКОЛАД



Родина какао — Мексика. Какао-бобы — это семена шоколадного дерева. Они содержат до 50 % жиров, 6–7 % углеводов, 15 % азотистых веществ, 1,3–1,7 % теобромина, который возбуждающе действует на сердечно-сосудистую и нервную системы. Какао обладает и тонизирующим действием на организм, снимает усталость и повышает работоспособность.

Шоколад — это изделие из какао-бобов. После обжаривания и специального помола какао-бобов, добавления масла какао и сахарной пудры готовят плиточный шоколад с высоким содержанием жиров и углеводов. Из шоколадного порошка или натертого на терке плиточного шоколада можно приготовить высокопитательные и вкусные напитки.

КАКАО

По 6 ч. ложек сахара и какао-порошка, 6 стаканов молока.

Разболтать в 2 стаканах молока сахар и какао-порошок, влить их тонкой струйкой в 4 стакана согретого молока, взбивая венчиком, пока не образуется пена (не давать вскипеть).

КАКАО С МОРОЖЕНЫМ

1 стакан какао, 2 ч. ложки сливочного мороженого.

Положить в стакан с приготовленным какао сливочное мороженое и подавать к столу.



КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ

1/2 ч. ложки какао-порошка, 1 1/2 ст. ложки сгущенного молока с сахаром, 170 мл воды.

Сгущенное молоко развести небольшим количеством воды (1/5 нормы) и постепенно смешать с какао-порошком. Добавить остаток воды, довести до кипения и подавать.

КАКАО С ЖЕЛТКОМ

1 сырой яичный желток, 1/2 ст. ложки порошка какао, 1 ст. ложка сахара.

Свежий яичный желток растереть с сахаром, развести небольшим количеством какао, влить в кастрюлю с подготовленным какао, прогреть и слегка взбить.

Перелить в чашку и сразу же подавать к столу.

КАКАО НА РИСОВОМ ОТВАРЕ

1 1/4 стакана воды, по 1 ч. ложке риса, какао и сахара, 1 ст. ложка сливок.

Рис разварить в воде. Отвар процедить, соединить с какао и сахаром, прокипятить, вторично процедить. Добавить сливки и подавать к столу.

ГОРЯЧИЙ ШОКОЛАД

1 вариант

200 г шоколада, 1 л молока, сахар (по вкусу).

Шоколад измельчить, положить в кастрюлю и залить сначала небольшим количеством горячего молока так, чтобы шоколад мог в нем раствориться. Снять с огня и выждать, чтобы шоколад размяк, затем хорошо размешать его ложкой, в результате чего получится густой крем. Далее понемногу прибавлять кипяченое молоко, размешивая венчиком, чтобы шоколад хорошо соединился с молоком. Постепенно влить все



оставшееся молоко. Полученную смесь больше не ставить на огонь, а только процедить через сито, чтобы не было пенки или комочков шоколада, и немедленно подавать в горячем виде. Добавить сахар.

II вариант

125 г шоколада, 1 л воды, сливки (по вкусу), сахар.

Готовить так же, как и шоколад с молоком.

В каждую чашку с готовым шоколадом положить взбитые сливки. Подавать горячим.

ГОРЯЧИЙ ШОКОЛАДНЫЙ НАПИТОК

I вариант

100 г тертого шоколада, 1 л молока, сахар (по вкусу).

Тертый шоколад положить в холодное молоко и на самом слабом огне довести в нем до кипения. Подсластить.

Примечание. При приготовлении напитка часть молока можно заменить водой или сливками. Если вы взяли молочный шоколад, то напиток можно сварить почти без сахара.

II вариант

50 г шоколада, 150 г молока.

В кастрюльке растопить шоколад, влить молоко и дать трижды закипеть (каждый раз снимая с огня). Затем взбить венчиком и подавать горячим.

III вариант

500 мл молока, 50 г шоколада, 2 сырых яйца, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки сахарной пудры, ванилин (по вкусу).

Шоколад разогреть на пару, развести молоком и вскипятить. Затем влить тонкой струйкой, помешивая, в растертые с сахаром желтки.



Поставить посуду со смесью на огонь, но не доводить до кипения.

Разлить напиток по чашкам, а сверху положить взбитые с сахарной пудрой и ванилином белки или мороженое.

ХОЛОДНЫЙ ШОКОЛАДНЫЙ НАПИТОК

2 сырых яичных желтка, $\frac{1}{2}$ ст. ложки какао, 1 ч. ложка сливочного масла, 500 мл молока.

Взбить желтки с какао и сливочным маслом и хорошо растереть. Постепенно влить, непрерывно помешивая, подогретое молоко. Довести до кипения на среднем огне и охладить.

ГОРЯЧАЯ ШОКОЛАДНАЯ ПЕНА

$1\frac{1}{4}$ ст. ложки какао-порошка, 3 сырых яйца, 500 мл молока, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 1 ст. ложка пшеничной муки.

Отделить белки от желтков. Взбить яичные желтки с сахаром.

В какао-порошок добавить пшеничную муку, залить молоком и довести до кипения. Влить полученную смесь во взбитые желтки, поставить на огонь и, помешивая, довести до кипения, но не кипятить. Затем снять с огня, добавить взбитые белки, разлить в чашки и подавать.

ШОКОЛАД С ЧАБРЕЦОМ И ДУШИЦЕЙ

40 г шоколада, 150 мл молока, 1 ч. ложка сахара, 3 ст. ложки воды, по 0,5 г чабреца и душицы.

Сушеную траву чабреца и душицы залить кипятком, дать настояться в течение 30 минут и процедить.

Шоколад натереть на терке, залить теплым молоком (50 мл) и хорошо растереть до получения однородной массы. Потом добавить сахар и, непрерывно помешивая, влить остаток горячего молока.

В готовый шоколад, также непрерывно помешивая, влить настой трав и довести смесь до кипения.



ЧАЙ И ЧАЙНЫЕ НАПИТКИ



Горячий ароматный чай дарит нам покой и наслаждение. Но этот самый популярный во всем мире напиток действует и бодряще — если заваривается не более 3 минут. Свой пряный вкус и аромат чай передает также множеству горячих и холодных напитков и оригинальным десертам.

Впервые чай упоминается в китайских рукописях более 5000 лет назад среди других лекарственных веществ. Его описывают как растение, которое «усиливает дух, смягчает сердце, удаляет усталость, пробуждает мысль и не позволяет поселиться лени, облегчает и освежает тело и проясняет восприимчивость».

Китайская же пословица гласит: «Зачем тебе эликсир бессмертия? Выпивай семь чашек чая каждый день!» И это так. В листьях чайного дерева содержится более 300 различных полезных веществ. Любимый многими напиток повышает гемоглобин, активизирует работу печени, селезенки, обогащает наш организм витамином С, выводит токсины. Чай хорош и без добавок, и с сахаром, и с молоком. Очень крепкий и сладкий горячий чай с молоком — противоядие при отравлениях алкоголем, лекарственными препаратами. Охлажденный настой смеси зеленого и черного чая с добавлением небольшого количества виноградного сухого вина (1 ч. ложка на 1 стакан) — проверенное средство от конъюнктивита. *

А само слово «чай» происходит от китайского «тчай ие» — «молодой листочек», ведь с куста собирают только верхушки с молодыми листьями (флеш). Латинское название «камелия» дано этому растению по имени английского ботаника Кэмела.



ЧАЙ СО ЛЬДОМ

2 ч. ложки или 2 пакетика черного чая, 200 мл воды, сахар и лимонный сок (по вкусу), пищевой лед.

Черный чай залить кипятком, дать настояться 4 минуты, затем процедить (если чай заваривается в небольшом ситечке, то удалить его). Добавить в горячий чай сахар и лимонный сок.

Узкий высокий стакан на $\frac{2}{3}$ заполнить льдом и влить в него горячий чай. (Не бойтесь — стакан не лопнет!)

Примечание. К холодному чаю лучше подать соломинку для напитков.

Простой рецепт чая со льдом служит основой для многочисленных вариантов. Так, например, можно добавить в чай со льдом щепотку порошка имбиря или кардамона, положить для аромата листочки перечной мяты или лимонной мелиссы, ягоды смородины или кусочки ананаса. Этот чай можно смешать с фруктовым соком — ананасным, вишневым или апельсиновым, а также с джином, ромом.

ЧАЙ С ПРЯНОСТЯМИ

1–2 зернышка (на 1 чашку) душистого и горького перца, перечная мята, тмин, бадьян и немного имбиря.

Примечание. Пряности изменяют естественные вкус и аромат чая еще сильнее, чем фрукты. Их собственный аромат усиливается, смешиваясь с горячим чаем. В итоге получается сильный стимулирующий напиток, но пить его следует осторожно.

Регулярное употребление или повышение дозы корицы, кардамона, гвоздики, мускатного ореха вызывает усиленную деятельность или раздражение некоторых органов внутренней секреции, отчего может начаться депрессия. Поэтому пряности нужно класть в чай (но не заваривать вместе с ним в чайнике) лишь в крайне малых дозах и изредка.

ЧАЙ С ЛИСТЬЯМИ БРУСНИКИ

10 г сухих листьев брусники, 20 г черного или зеленого байхового чая, 1 л воды.



Сухие листья брусники и чай смешать, растереть деревянным пестиком до однородного порошка.

Заварочный фарфоровый чайник обдать кипятком, засыпать смесь для заваривания, залить ее кипящей водой, дать настояться 8–10 минут, накрыв чайник салфеткой или полотенцем.

«ПЫЛАЮЩИЙ» ЧАЙ

2 стакана крепкого охлажденного чая, 1 лимон, 2 ст. ложки рома или коньяка.

В стаканчики разлить крепкий охлажденный чай, добавить лимонную цедру, отжать сок из лимона. Наполнить стаканчики до $\frac{2}{3}$ высоты, а затем влить в каждый ром или коньяк. Зажечь и подать пылающий напиток в керамической посуде.

Примечание. Можно также влить алкоголь в стаканчики и размешать. На стакан положить ложечку, а на нее кубик сахара, смоченный в алкоголе. Перед подачей на стол напиток зажечь и подавать пылающим.

КЛУБНИЧНЫЙ ЧАЙ

500 мл холодного крепкого чая, 4 ст. ложки протертой клубники, 1 ст. ложка лимонного сока, сахар (по вкусу).

Чай, клубнику и лимонный сок смешать, добавить сахар (по желанию) и подавать.

Примечание. Можно использовать свежий клубничный сок.

МАЛИНОВЫЙ ЧАЙ

2 ч. ложки черного чая, 3 стакана воды, $1\frac{1}{2}$ стакана малины.

Малину вымыть, размять, отжать сок и заморозить его в холодильнике. Заварить свежий чай (можно добавить в него сахар) и остудить. В стакан положить 3–4 кубика замороженного малинового сока и залить чаем.



ЧАЙ С КРАПИВОЙ

1 часть байхового чая, 1 часть сухой крапивы, 1 часть травы душицы, 2 части зверобоя.

Перемешать ингредиенты и использовать для заварки чая.

ЧАЙ ЦИТРУСОВЫЙ

I вариант

1 л воды, 10 г чая, 100 г сахара, 1 лимон, $\frac{1}{2}$ апельсина.

Заварить крепкий чай, процедить, всыпать сахар, размешать и охладить до 8–10 °С. Добавить ломтик апельсина, лимона. Подавать в бокалах, фужерах, стаканах.

II вариант

1 стакан чая, 1–2 ст. ложки апельсинового сиропа, 2 ст. ложки молока, пищевой лед.

Смешать продукты, положить в напиток кусочки льда.

III вариант

500 мл крепкого чая, сок $\frac{1}{2}$ лимона и 1 апельсина, сахар (по вкусу).

Горячий чай смешать с лимонным и апельсиновым соками, добавить сахар.

ФРУКТОВЫЙ ЧАЙ С ПРЯНОСТЯМИ

2 $\frac{1}{2}$ стакана любого фруктового сока, сок 2 лимонов, 2 стакана крепкого чая, 1 апельсин, 6 гвоздичек, 1 кусочек корицы, 1 щепотка соли, 1 $\frac{1}{2}$ стакана воды, сахар (по вкусу).

Залить водой корицу и гвоздику и варить 5 минут, затем процедить. В полученную жидкость влить фруктовый сок, чай,



поставить на огонь и вскипятить. Добавить лимонный сок и нарезанный ломтиками апельсин.

ЯБЛОЧНЫЙ ЧАЙ

I вариант

500 мл холодного крепкого чая, $\frac{1}{4}$ стакана яблочного сока, сок 1 лимона, сахар (по вкусу).

Чай и яблочный сок смешать, добавить сахар и лимонный сок.

II вариант

400 г яблок, сок и цедра $\frac{1}{2}$ лимона, 2 стакана холодного крепкого чая, $\frac{1}{2}$ стакана сахара.

Яблоки вымыть, очистить, разрезать на 4 части, удалить семена, мякоть нарезать тонкими ломтиками, сложить в эмалированную кастрюлю, полить лимонным соком и посыпать лимонной цедрой.

Залить свежесваренным холодным чаем. Положить сахар, накрыть крышкой и поставить на 6 часов в холодильник.

МЯТНЫЙ ЧАЙ

3–4 свежие веточки мяты (или 1 ст. ложка сушеной мяты), 4 ч. ложки зеленого чая или крепкого черного чая (например, цейлонского), 1 л воды, сахар (по вкусу), 4 веточки мяты (для украшения).

Примечание. Зеленый чай приятен легкой горчинкой. Чтобы придать напитку слегка терпкий вкус, нужно залить чайные листья сначала небольшим количеством кипятка. Затем быстро размешать и долить остальной кипятком.

В кастрюле вскипятить 750 мл воды.

Веточки мяты вымыть, влагу стряхнуть и отделить листочки от стебля. Положить листья мяты и сахар в один чайник, а листья чая — в другой.



В чайник с мятой и сахаром влить 250 мл кипятка. Остальным кипятком залить чайные листья и дать им настояться в течение примерно 3 минут.

Зеленый чай перелить через мелкое ситечко в чайник с мятой настоек и хорошо перемешать ложкой.

В каждый стакан положить по 1 веточке мяты, влить горячий чай и подавать к столу с чайной ложкой.

ЧАЙ С ЖЕЛТКОМ

I вариант

1 стакан чая, 1 яичный желток, 2 ст. ложки малинового сиропа.

Желток растереть с сиропом, добавить чай и размешать.

Примечание. Можно взбить напиток миксером или взбивалкой.

II вариант

2 г сухого чая, 1 стакан воды, 1 яичный желток, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 1 ст. ложка коньяка или рома.

Желток растереть с сахаром добела и залить приготовленным чаем. Добавить коньяк или ром, перемешать.

Разлить напиток в чашки и подать к столу.

МЕДОВЫЙ ЧАЙ

1 ст. ложка сухого чая, 2 чашки кипящей воды, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки гвоздики, 3 ст. ложки меда, $\frac{1}{4}$ чашки апельсинового сока, 2 ст. ложки лимонного сока.

В маленький горячий фаянсовый чайник засыпать чай, гвоздику и залить кипящей водой, закрыть крышкой и выдержать в тепле около 5 минут. Процедить в 2 большие чашки. В каждую из них, помешивая, добавить мед, апельсиновый и лимонный соки поровну.

Сразу подавать к столу.



ЧАЙ СО СЛИВКАМИ

6 ч. ложек мелколистовой чайной смеси, 1 л воды, 6–10 ч. ложек сливок, сахар (по вкусу).

В емкость влить воду и довести ее до кипения. Насыпать в заварочный чайник чай и залить его кипятком так, чтобы чайные листья были полностью покрыты водой. Заваривать около 3 минут. Затем влить остальной кипяток. Заварку перелить через ситечко в сервировочный чайник и подавать к столу.

В каждую чашку положить сахар, налить горячий чай, затем влить немного сливок, стараясь, чтобы они стекали по выпуклой стороне ложки. Чай не размешивать, а отпивать его через холодный слой сливок. Как только первая чашка чая будет выпита, снова налить в нее горячий чай, а сверху — новое «облако» из сливок.

МОЛОЧНЫЙ ЧАЙ

1 1/2 ч. ложки индийского чая, 1 стакан кипящего молока, сахар (по вкусу).

Чай залить кипящим молоком и выдержать 5 минут, процедить и добавить сахар.

МОЛОЧНЫЙ ЧАЙ С СОЛЬЮ

12 ч. ложек чая, 500 мл воды, 2 л молока, соль (по вкусу).

Засыпать чай в воду и вскипятить, после чего добавить молоко и соль. Варить смесь 10 минут, процедить и подавать.

МОЛОЧНЫЙ ЧАЙ С ПРЯНОСТЯМИ

3 ч. ложки чая, 500 мл кипящего молока, сахар, корица, гвоздика, сливки (по вкусу), пищевой лед.

Чай залить кипящим молоком и выдержать 5 минут, процедить и добавить сахар.

К остывшей смеси добавить специи, положить лед и подавать с соломинкой.



МОЛОЧНЫЙ ЧАЙ С ЖЕЛТКОМ

2 стакана молока, 2 ч. ложки черного чая, 1 ч. ложка меда или сахара, 1 сырой яичный желток.

Молоко довести до кипения и заварить им чай. Затем подсластить и ввести яичный желток.

ЧАЙНЫЙ НАПИТОК

I вариант

500 мл сока красной смородины, 2 ст. ложки черешневого сока, 1 ст. ложка клубничного сока, 1 стакан холодного крепкого чая, газированная вода (по вкусу).

Хорошо смешать ингредиенты. Подавать с газировкой.

II вариант

По 1¹/₂ чашки крепкого горячего чая и светлого яблочного сока, 2 ч. ложки меда, 2 кусочка апельсина, немного корицы и мускатного ореха.

В кастрюльке смешать яблочный сок, мед, апельсин, пряности. Нагреть смесь на очень слабом огне в течение 15 минут и смешать с крепким горячим чаем.

III вариант

20 г чая, 400 г 20%-ных сливок, 1¹/₂ ст. ложки муки высшего сорта, 150 г меда или грецких орехов, 2¹/₂ стакана воды.

Заварить чай в фарфоровом чайнике: чайник ополоснуть горячей водой, насыпать чай на определенное количество порций, залить кипятком примерно на $\frac{1}{3}$ объема, настаивать 5 минут, накрыв салфеткой, затем долить кипятком.

Пшеничную муку насыпать на противень слоем 4 см, спассеровать в духовке при 150–160 °С, время от времени помешивая, до светло-коричневого цвета.



Готовый настой налить в посуду, довести до кипения, добавить сливки, обжаренную муку, мед или измельченные орехи, кипятить 2–3 минуты.

Примечание. Мед и орехи можно подать отдельно.

IV вариант

6 цветущих зонтиков бузины, 500 мл грейпфрутового сока, 500 мл холодного чая, 500 мл минеральной воды.

Вымытые соцветия бузины залить 1 стаканом грейпфрутового сока и дать ему настояться в течение примерно 2 часов. Затем удалить соцветия, долить в сосуд холодный чай, оставшийся охлажденный грейпфрутовый сок и минеральную воду.

ЗЕЛЕНый ЧАЙ ПО-КИТАЙСКИ

1 ч. ложка зеленого чая, 1 стакан кипятка.

Засыпать чай в предварительно прогретый сосуд, залить кипятком и через 3 минуты перелить в другой, фарфоровый, предварительно прогретый.

Примечание. Этот чай пьют горячим, маленькими глотками, без сахара.

ЧАЙНЫЙ ТОНИЗИРУЮЩИЙ НАПИТОК

1 часть листьев черной смородины, 1 часть плодов шиповника, 3 части листьев крапивы, 3 части семян моркови, на каждую чайную ложку сбора — 1 ч. ложка чая (на 1 стакан кипятка).

Все залить кипятком, дать настояться. Подавать как обычный чай.

ЧАЙНЫЙ НАПИТОК С ШОКОЛАДНЫМ СИРОПОМ

100 г шоколадного сиропа, $\frac{1}{4}$ стакана клубничного сока, $1\frac{3}{4}$ стакана крепкого несладкого чая, $\frac{1}{3}$ стакана сливок, пищевой лед.



Для сиропа: 1 ч. ложка какао-порошка, 2 ст. ложки сахара, $\frac{1}{4}$ стакана воды, ванилин (по вкусу).

Наполнить бокал на две трети толченым пищевым льдом, влить приготовленный шоколадный сироп, клубничный сок, добавить чай, сверху положить взбитые сливки.

ЧАЙНЫЙ ЛИМОНАД

500 мл холодного крепкого чая, 1 лимон, газированная вода, сахар (по вкусу), пищевой лед.

Чай, лимонный сок, газированную воду смешать в миксере. Добавить сахар.

Подавать в стаканах со льдом.

НАПИТОК «ЧАЙНЫЙ БАЛЬЗАМ»

По $\frac{1}{2}$ ч. ложки сухой мяты, сухой ромашки аптечной, сухой душицы, 7 ст. ложек байхового грузинского или индийского чая.

Заварочный чайник обдать кипятком, положить в него 2 ч. ложки подготовленного бальзама и залить 2–3 стаканами крутого кипятка. Пить через 5–7 минут, разбавляя по желанию кипятком, без сахара.

ЧАЙНЫЙ ГРОГ

1 стакан сладкого крепкого чая, по 1 ч. ложке коньяка и рома.

В горячий чай добавить ром и коньяк.

Пить этот напиток горячим. Он хорош для согревания в холодные вечера или при легкой простуде.

ЧАЙНЫЙ ФЛИП

$\frac{1}{2}$ стакана холодного крепкого чая, 1 яичный желток, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка рома или коньяка, $\frac{1}{4}$ стакана молока, кубики льда.



Взбить яичный желток с лимонным соком и ромом, перелить в бокал с кубиками льда. Налить холодный чай и сверху — молоко.

ХОЛОДНЫЙ ЧАЙНЫЙ НАПИТОК

2 стакана крепкого чая, 4 ломтика лимона, 1 рюмка рома, 100 г сахара, 2 стакана газированной воды.

Каждый ломтик лимона разрезать на 4 кусочка, залить их остуженной подслащенной кипяченой водой и заморозить в холодильнике. В чай всыпать сахар, подлить ром, остывший чай разлить в 4 стакана, в каждый из которых положить 4 кусочка льда с замороженными кусочками лимона.

Подлить в стаканы газированную воду.

ЧАЙНЫЙ ГЛИНТВЕЙН

1 л крепкого чая (5 ч. ложек разных сортов чая), 300 мл виноградного или вишневого сока, 300 мл яблочного сока, 100 г сахара, корица, гвоздика (по вкусу).

Соки и приправы залить в эмалированную или стеклянную огнеупорную кастрюлю и в эту смесь налить чай. 30 минут держать на слабом огне, не доводя до кипения.

Подавать горячим.

ЧАЙ-ПУНШ

1 вариант

7 ч. ложек чая, 500 мл кипятка, 2 ст. ложки лимонного сока, по 1 стакану черничного и апельсинового сока, несколько ломтиков ананаса, молотая гвоздика (на кончике ножа), сахар (по желанию).

Чай с гвоздикой заварить кипятком. Через 4 минуты чай размешать и процедить. Добавить апельсиновый, лимонный и черничный соки, ломтики ананаса, сахар. Согреть, не доводя до кипения.



II вариант

По 1 стакану рома и коньяка, по 2 лимона и апельсина, 500 мл горячего крепкого чая, 150 г меда.

Смешать коньяк, лимонный и апельсиновый соки, добавить корку $1/2$ лимона и апельсина. Через несколько часов смесь процедить и влить в горячий крепкий чай. Затем добавить мед и ром.

Примечание. Этот пунш рекомендуется для больных в период восстановления при физическом и психическом истощении. Пить в небольших количествах.

ГОРЯЧИЙ ПУНШ

I вариант

По 1 ст. ложке ванильного и лимонного сиропа, 3 гвоздики, 1 кусочек лимонной корки, 1 стакан горячего крепкого чая.

В стакан налить сиропа, добавить гвоздику, лимонную корку и залить чаем.

II вариант

500 мл крепкого чая, $1/2$ пакетика ванильного сахара, $1/2$ лимона, 3 яичных желтка, 150 г сахара, 200 г рома.

Крепкий чай с ванильным сахаром и лимоном, порезанным на мелкие кусочки с цедрой (предварительно удалить зернышки), поставить на огонь в кастрюле, закрыв крышкой, и несколько раз вскипятить.

Яичные желтки взбить венчиком с сахаром и, непрерывно помешивая, разбавить приготовленным горячим процеженным чаем.

Поставить кастрюлю со смесью на пар и, мешая, уварить до густоты.

Затем снять с огня, немного остудить, продолжая мешать, влить ром, разлить в специальные бокалы для пунша и подавать горячим.



ПУНШ С ПРЯНОСТЯМИ

3 ч. ложки черного чая, 500 мл воды, 1 стакан яблочного сока, 2 ч. ложки кленового сиропа, 2¹/₂ ст. ложки сахара, сок 1 лимона.

Заварить крепкий чай в течение 3 минут и процедить его через ситечко в кастрюлю. Добавить яблочный сок, кленовый сироп, сахар и лимонный сок. Довести до кипения, затем разлить пунш в предварительно прогретые стаканы.



✧ Для сохранения вкуса чая очень важен способ его хранения — аромат и вкус напитка будут лучше, если хранить чай в хорошо закрывающихся банках из белой жести, дерева, стекла или фарфора при комнатной температуре. Открывая картонную или бумажную упаковку с чаем, нельзя оставлять его в ней. При хранении в холодильнике или в посуде из искусственного материала чай быстро приобретает чуждый ему запах и вкус. Кроме того, чай обладает высокой гигроскопичностью и поэтому при повышенной влажности воздуха портится, теряет аромат и быстро плесневеет.

✧ Чай станет гораздо ароматнее, если в банку или коробку, где он хранится, положить немного сухой лимонной или апельсиновой корки.

✧ По цвету чай делится на черный, зеленый и желтый. Чем светлее зеленый чай, тем лучше его качество. Зеленый чай очень калорийный, он калорийнее пшеничного хлеба, поэтому хорошо поддерживает ослабленный организм. 3–4 стакана зеленого чая обеспечивают организм почти дневной дозой витамина Р.

✧ Вода для заваривания чая должна быть хорошей. Поэтому необходимо отстаивать воду, пропускать через фильтр, а еще лучше покупать в бутылках или набирать из хороших родников.

✧ Возбуждающее и бодрящее действие чая, так же, как и кофе, объясняется присутствием в нем кофеина. Однако воздействие чая гораздо мягче и более длительно. Кофеин, содержащийся в чае, проникает в организм постепенно. Он стимулирует деятельность мозга и центральной нервной системы, а



не работу сердца и кровообращение, как кофе. Поэтому после чашки чая вы ощущаете повышенную остроту реакции и хорошо концентрируете внимание. Именно по этой причине, если вы хотите спокойно спать ночью, следует отказаться от чая или кофе после 16 часов.

✧ Для кипячения воды для чая не используйте чайник с накипью, как следует промывайте его после нескольких кипячений.

✧ Не стоит допускать, чтобы вода долго кипела, достаточно буквально 30 секунд.

✧ Готовить чай лучше всего с помощью двух чайников. В одном чайнике чай заваривают, в другом — подают к столу. Ситечко для чая, например, из ткани, фарфора или бамбука, очень практично в случае использования одного чайника. Не используйте для заваривания чая тесный сосуд — чаю нужно место для оседания.

✧ Заварочный чайник должен быть керамическим, фарфоровым или стеклянным, но не металлическим или пластмассовым. Вопреки старому правилу не обязательно разогревать его перед завариванием, ошпаривая горячей водой.

✧ Через 2–3 минуты после начала заваривания из чая выделяется возбуждающий кофеин. Если продлить время заваривания до 4–5 минут, большее количество дубильного вещества (танина) растворится в воде, оказывая затем успокаивающее действие на желудок и кишечник.

✧ Зеленый чай через 2 минуты после начала заваривания надо процедить через ситечко, так как он быстро начинает горчить.

✧ Заваренный чай нужно сразу размешать ложкой, затем перелить через мелкое ситечко в сервировочный чайник.

✧ Если вы что-то добавляете в чай — сахар, лимон, молоко, — то выбирайте особенно острый сорт чая. Ром может заглушить нежный вкус чая.

✧ Чай со льдом нужно готовить не из холодного чая! Для этого напитка понадобится 1 чашка горячего, по крайней мере, двойной крепости чая и 1 стакан, наполненный кубиками льда. Можно добавить немного сахара и сок лимона. В отличие от обычного охлажденного чая чай со льдом прекрасно освежает и



тонизирует. Его аромат и вкус ощущаются полнее, чай необыкновенно бодрит.

✧ Чай лучше пить из тонкой чашки, не из кружки. Стаканы и вовсе можно оставить для путешествия в поезде.

✧ Никогда не заваривайте спитую заварку вторично, только свежий чай! Не следует также ставить заваренный чай на горячую плиту, кипятить. Хотя настой при этом получается крепче, но вкус и аромат чая почти исчезают.

«ЧИТАЕМ» ЧАЙ ПРАВИЛЬНО

Эти буквы можно встретить на многих чайных упаковках. Немного разбираясь в них, вы не попадете впросак, заплатив за некачественный чай как за элитный.

Обратите внимание на то, что обычно низкосортный чай неизвестных фирм не имеет обозначений.

B. — от английского *broken*, «ломаный» — чай из ломаных скрученных листьев, отличается особой крепостью.

D. — *dust*, чайная пыль, применяющаяся для производства пакетированного чая низкого качества.

F. в начале — *flowery* (от английского *flower* — «цветочный») — чай из листьев, растущих рядом с почкой нового листа и дающих сильный аромат.

F. в конце — *fannings*, мелкая высежка высококачественного чая, очень хорошо заваривается, применяется в производстве пакетированного чая высшего качества.

G. — *golden*, смесь листьев лучших, «золотых» сортов.

Long Leaf — длиннолистовой чай.

O. — *orange*, от голландского слова *orainge* — «королевский».

P. — *pekoe*, от китайского *pak-ho* — «лист чая». Чай содержит толстые, жесткие, несильно скрученные листья.

S. в начале — *souchong*, по-китайски означает «грубый», содержит нижние листья, придающие чайному букету специфический оттенок.

S. в конце — *special*, специальная смесь листьев с особым характером.



Т. — *tips*, нераспустившиеся почки чайного листа, придающие заварке нежный вкус и аромат.

В. Р. — чай с большим содержанием листовых прожилок, стандарт ломаного листового чая, дающего слабый настой.

Г. Р. — несильно скрученные листья.

О. Р. — чай из верхних, наиболее сочных листьев. Богатый вкус, цвет и аромат.

Р. S. — чай, содержащий наиболее крупные части листьев.

В. О. Р. — чай с листовыми почками. Основной среди сортов ломаного листового чая, дающий отчетливый яркий вкус и крепкий настой.

В. О. Р. 1 — стандарт длиннолистого чая, дающего отчетливый яркий вкус.

С. Т. С. — гранулированный чай, приготовленный по ускоренной технологии, при которой теряется часть вкуса и аромата. Дает яркий настой.

Г. В. О. Р. — стандарт среднелистового чая, сочетающий в себе крепость и сильный аромат.

Г. В. О. Р. — стандарт высокосортного листового чая с крепким и запоминающимся вкусом.

Г. В. О. Р. Г. — стандарт крепкого и ароматного среднелистового чая.

Т. Г. В. О. Р. — стандарт листового чая с большим содержанием типсов, обладающего крепостью и сильным ароматом.

Г. Т. Г. Г. О. Р. — стандарт высокосортного крупнолистого чая с большим количеством типсов, отличается сильным ароматом.



НАПИТКИ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ



НАПИТОК «ШИПУЧКА»

*$\frac{1}{2}$ стакана холодной кипяченой или газированной воды,
 $\frac{1}{2}$ ч. ложки лимонного сока или 1 щепотка лимонной
кислоты, $\frac{1}{2}$ ч. ложки питьевой соды, 2 ч. ложки сахар-
ной пудры.*

В стакан всыпать сахарную пудру. Добавить лимонный сок или лимонную кислоту, питьевую соду и, помешивая, влить холодную кипяченую или газированную воду.

НАПИТОК «РОМАШКА»

*50 г цветков ромашки, 1,5 л воды, 100 г меда или
 $\frac{1}{2}$ стакана сахара.*

Цветки ромашки залить кипятком и настаивать 1 час. Процедить и довести до кипения. Добавить растопленный мед или сахар. На стол подавать горячим.

НАПИТОК ИЗ ЛИСТЬЕВ ОБЛЕПИХИ

*1 часть свежих зеленых листьев облепихи, 3 части
воды, немного лимонной кислоты, мед (на каждый ста-
кан напитка — 1–2 ч. ложки).*

Листья облепихи вымыть, обсушить и мелко нарезать, разложить в чистые банки и залить кипяченой водой комнатной



температуры. Добавить лимонную кислоту — по желанию. Оставить банки в темном прохладном месте на сутки. Затем настой нужно процедить, отжать через двойной слой марли, добавить мед.

Примечание. Такой напиток необычайно полезен, отлично утоляет жажду. $\frac{1}{2}$ стакана этого напитка в день достаточно, чтобы чувствовать себя бодрым, сохранять хорошее настроение. Употреблять в большем количестве не рекомендуется.

МЯТНЫЙ НАПИТОК

2 ст. ложки сушеной мяты перечной, 2 ст. ложки сахара, 1 л воды, $\frac{1}{2}$ ч. ложки лимонной кислоты, 1 ломтик лимона, пищевой лед.

Воду вскипятить вместе с лимонной кислотой и сахаром, засыпать мяту, охладить и процедить.

Края стакана хорошо натереть ломтиком лимона, погрузить их в сахар, дать ему засохнуть, а потом осторожно влить напиток, положив в него кусочки льда.

МЯТНО-БЕРЕЗОВЫЙ НАПИТОК

15 г травы мяты, 100 мл березового сока, сахар (по вкусу).

Высушенную мяту залить подогретым березовым соком, настаивать 5–6 часов, перемешать, процедить, добавить сахар.

Примечание. Этот кисло-сладкий напиток приятен на вкус, возбуждает и улучшает пищеварение.

ЯГОДНЫЙ НАПИТОК

500 г свежих зрелых ягод (клубника, малина, морошка, ежевика, черника, смородина или другие мягкие ягоды), 500 мл кислого ягодного или фруктового сока (или сиропа, или воды, или $\frac{1}{2}$ лимона), 500 мл газированной воды (лимонада), сахар (по вкусу).

Ягоды вымыть, обсушить, сложить в посуду, сбрызнуть лимонным соком, посыпать сахаром, дать постоять примерно



1 час в холодном месте, затем добавить сок или сироп, разведенный холодной водой, и газированный напиток.

НАПИТОК ЯГОДНО-МОЛОЧНЫЙ

1 стакан ягод (черника, брусника, голубика), 2 стакана молока.

Ягоды почистить, вымыть, обсушить, часть их размять вилкой, перемешать, залить молоком, поставить в холодное место на 1 час. Можно добавить сахар или мед, но такой напиток хорош и без них.

НАПИТОК ИЗ МАЛИНЫ, МОЛОКА И СЛИВОК

1 стакан холодного пастеризованного молока, 1 стакан сливок, 3 ст. ложки сахара, 2 стакана малины.

Смешать молоко со сливками, сахаром и перебранной, вымытой и размятой малиной. Все хорошо взбить.

ГРАНАТОВЫЙ НАПИТОК

4 ст. ложки гранатового сока, 5–6 ст. ложек яблочного или виноградного сока, 4 ст. ложки сахара, 3 стакана воды, лимонная кислота (по вкусу).

Гранатовый сок развести холодной кипяченой водой, добавить яблочный или виноградный сок, всыпать сахар и лимонную кислоту и размешать.

Подавать охлажденным.

НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ (КРАСНОЙ) СМОРОДИНЫ

150 г сахара, 2 стакана воды, 600 г ягод черной или красной смородины, пищевой лед.

Вначале отдельно приготовить сладкую воду: к сахару добавить воду, нагреть до полного растворения сахара, довести до кипения, снять с огня и охладить. Затем хорошо вымытые



ягоды черной или красной смородины протереть сквозь сито или пропустить через соковыжималку (можно отжать сок на прессе) и смешать со сладкой водой.

Перед подачей на стол в каждый стакан положить кубик льда.

НАПИТОК ИЗ БУЗИНЫ

150 г ягод бузины, 2 л воды, 100 г меда.

Сушеные ягоды бузины залить водой и довести до кипения. Добавить мед и хорошо прокипятить.

Процедить и охладить.

Напиток можно подавать и холодным, и горячим.

РЯБИНОВЫЙ НАПИТОК

2 ст. ложки растолченных ягод рябины, 2 ст. ложки сахара, 1 стакан воды.

Рябину очистить от веточек, вымыть, 1 минуту бланшировать в подсоленной воде, затем откинуть на сито, обсушить, растолочь и смешать с сахаром. Полученную смесь залить кипятком и кипятить 5 минут.

РЯБИНОВАЯ ШИПУЧКА

350 г рябины, 3 л воды, 1 ст. ложка изюма, сахар (по вкусу).

Ягоды рябины перебрать, хорошо вымыть, размять деревянной толкушкой, выложить в эмалированную кастрюлю, залить водой, поставить на огонь и варить до тех пор, пока ягоды не разварятся. Затем кастрюлю снять с огня, накрыть марлей и поставить в теплое место. Когда напиток начнет бродить, процедить его через двойной слой марли, добавить сахар и перемешать.

Разлить напиток в бутылки, положить в каждую по 3–4 изюминки и хорошо закупорить.

Хранить бутылки с напитком в прохладном месте в лежащем положении.



НАПИТОК ИЗ СОКА ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ

I вариант

$\frac{1}{2}$ стакана сока черноплодной рябины, 1–2 ч. ложки лимонного сока, сахар, пищевой лед.

Сок черноплодной рябины смешать с лимонным соком, добавить сахар и тщательно перемешать.

Подавать напиток охлажденным, с кубиками льда.

II вариант

$\frac{1}{4}$ стакана сока черноплодной рябины, 2 ч. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки сахарного сиропа, $\frac{1}{2}$ стакана газированной воды, пищевой лед.

В стакан или высокий бокал налить сок черноплодной рябины, лимонный сок и сахарный сироп, перемешать, добавить газированную воду и положить кубики льда.

ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ НАПИТОК

$\frac{2}{3}$ стакана земляники, $\frac{1}{3}$ стакана молока, 1 ст. ложка сахара, 1 щепотка соли.

Дополнить молоком стакан с земляникой, добавить сахар и соль. Смешать до образования однородной массы и охладить.

НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ

1 кг черноплодной рябины, 1 кг сахара.

Ягоды вымыть, уложить в 3-литровую банку и залить кипяченой водой с растворенным в ней сахаром. Сверху банку накрыть марлей.

Через 3 недели готов вкусный безалкогольный напиток. Хранить в прохладном месте (хранится долго).

Примечание. Ягоды черноплодной рябины возбуждают аппетит, эффективны при гипертонии, атеросклерозе и нарушении капиллярной проницаемости.



Однако следует помнить, что черноплодную рябину и, соответственно, напитки из нее нельзя употреблять больным с язвой желудка, при повышенном протромбиновом индексе крови, ограниченно — при тромбозах и тромбофлебитах.

НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ И КРЫЖОВНИКА

400 г клубники, 200 г крыжовника, 2 стакана воды, сахар (по вкусу), пищевой лёд.

Вскипятить воду, охладить.

Ягоды вымыть, удалить стебельки. Затем пропустить ягоды через соковыжималку или протереть через сито. Во время протираания постепенно добавлять охлажденную воду, чтобы облегчить этот процесс. Положить сахар.

Разлить напиток в стаканы, положив в каждый по кусочку льда.

НАПИТОК ИЗ КАЛИНЫ

500 г ягод калины, 1 стакан сахара, 3 ст. ложки натурального меда, газированная или минеральная вода (по вкусу).

Вымытые ягоды калины засыпать сахаром и поставить в прохладное место на 6–8 часов.

Отжать сок, смешать его с медом, добавить минеральную или газированную воду.

КАЛИНОВЫЙ НАПИТОК С ДУШИЦЕЙ И МЕДОМ

4 ст. ложки калины, 1 ст. ложка свежей рубленой душицы (или 1 ч. ложка сушеной), 3 ст. ложки меда или сахара.

Калину вымыть, уложить в эмалированную посуду, раздавить деревянной ложкой и залить кипятком. Настаивать при закрытой крышке 10 минут.

Душицу также залить кипятком и настаивать при закрытой крышке свежую — 5–7 минут, сушеную — немного боль-



ше. Затем оба настоя процедить, смешать и добавить мед или сахар.

НАПИТОК ИЗ ЕЖЕВИКИ И БЕЛОЙ СМОРОДИНЫ

По 300 г ежевики и белой смородины, 2 ст. ложки сахара, 1 стакан минеральной воды, пищевой лед.

Вымытую ежевику размять, посыпать сахаром.

Смородину вымыть, удалить стебельки, протереть через сито вместе с ежевикой. Можно также ежевику и смородину пропустить через соковыжималку и тщательно перемешать с сахаром.

Готовый сок смешать с минеральной водой. Перед подачей в каждый стакан положить по кусочку льда.

ЧЕРНИЧНЫЙ НАПИТОК

I вариант

$\frac{1}{2}$ стакана черники, 1 ст. ложка сахара, $\frac{2}{3}$ стакана воды, лимонная кислота (на кончике ножа), несколько кубиков пищевого льда.

Чернику перебрать, вымыть, размять, засыпать сахаром и оставить на 2–3 часа. Образовавшийся сироп процедить и слить в отдельную посуду, а ягоды залить водой, поставить на огонь и варить 25–30 минут. Полученный отвар процедить, добавить в него лимонную кислоту и сироп, размешать и охладить.

Подавать с кубиками пищевого льда.

II вариант

2 стакана черники, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 1 л кипяченой охлажденной воды, цедра $\frac{1}{2}$ лимона, 1 щепотка корицы.

Чернику перебрать, вымыть. Смешать в миксере чернику с сахаром, сметаной и водой. Добавить лимонную цедру и корицу.



НАПИТОК ИЗ МЯТЫ И ЧЕРНИКИ

3–5 листьев мяты, 5 ст. ложек сахара, 3–3 1/2 стакана черники, пищевой лед.

Листья мяты залить $\frac{1}{3}$ стакана кипятка, прикрыть сосуд блюдцем и настаивать до полного охлаждения.

К 2 стаканам воды добавить сахар, подогреть до полного растворения, довести до кипения, затем охладить.

Перебранные и вымытые ягоды черники протереть сквозь сито или дуршлаг. Пюре смешать со сладкой водой и настоем мяты, потом охладить в холодильнике.

Перед подачей на стол добавить в стаканы кубики льда.

НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА

1/2 стакана сушеного шиповника, 5 стаканов воды.

Очищенные от волосков плоды шиповника быстро промыть в холодной воде, уложить в эмалированную кастрюлю и залить кипятком. Кипятить не более 5–7 минут при слабом огне. Посуда при этом должна быть плотно закрыта крышкой. Не открывая крышки, настаивать отвар не менее 8–10 часов. Затем процедить отвар через сложенную в 2–3 слоя марлю.

Примечание. Очень удобно настаивать отвар шиповника в термосе. Обычно отвар заливают в термос и оставляют на ночь. Утром вместо чая или в дополнение к нему приятно выпить чашечку витаминного напитка.

НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА С МАЛИНОЙ

200 г свежих или 50 г сушеных плодов шиповника, 300 г малины, 3 стакана воды, сахар (по вкусу).

Вымытые и очищенные от семян плоды шиповника раздавить, залить кипятком и оставить в кастрюле, закрытой крышкой, на 1 час.

Малину вымыть, очистить от стебельков, протереть через сито. Размешать с настоем плодов шиповника, добавить сахар. Подавать напиток охлажденным.



НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА И ЧЕРНИКИ

1 ст. ложка сушеных ягод черники, 2 ст. ложки сушеных плодов шиповника, 3 ст. ложки меда, 5 стаканов воды.

Сушеные ягоды черники и плоды шиповника измельчить деревянной толкушкой, уложить в эмалированную или керамическую посуду, залить крутым кипятком и настаивать 15–20 минут. Отвар процедить, выжимки еще раз залить кипящей водой и настаивать 10 минут. Затем оба отвара соединить и добавить мед.

НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

3 ст. ложки сушеных плодов шиповника, 10 грецких орехов, 5 ст. ложек меда, 5 стаканов воды.

В приготовленный напиток из шиповника положить рубленые ядра грецких орехов и мед.

НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА С ИЗЮМОМ

3 ст. ложки сушеных плодов шиповника, 2 ст. ложки изюма, 5 стаканов воды.

Плоды шиповника тщательно измельчить, залить 3 стаканами кипящей воды, настаивать 15–20 минут. Отвар процедить через 2 слоя марли. Выжимки шиповника снова залить 2 стаканами кипящей воды, настаивать 15–20 минут, процедить. Соединить оба отвара, добавить изюм.

НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА И МЕДА

2–3 ст. ложки пюре из шиповника, 1 л воды, 4 ст. ложки меда, пищевой лед.

Вскипятить воду и охладить.

Пюре из шиповника размешать с медом и охлажденной водой. Охлажденный напиток подавать в стаканах, положив в каждый по кусочку льда.



НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА С ЛИСТЬЯМИ МАТЬ-И-МАЧЕХИ

3 ст. ложки сушеных плодов шиповника, 1 ст. ложка сушеных листьев мать-и-мачехи, 5 стаканов воды, 3 ст. ложки меда.

Измельченные сухие плоды шиповника смешать с измельченными листьями мать-и-мачехи, залить кипящей водой, настаивать 15–20 минут.

Соединить оба отвара, добавить мед.

НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ

1 1/2 стакана ягод брусники, 4 ст. ложки сахара, 1 л воды, 1 ч. ложка лимонного сока.

Бруснику перебрать и промыть. Размять ягоды деревянной толкушкой, засыпать сахаром и оставить на 2–3 часа. Затем слить сок, а выжимки опустить в воду, прокипятить 5–7 минут и процедить. Отвар смешать с сиропом, добавить лимонный сок, охладить.

Примечание. Брусника — дикая северная ягода, она слаще клюквы, в ней меньше кислоты. Растет в хвойных и лиственных лесах.

НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ И МОЛОКА

1 1/2 стакана брусники, 500 мл молока, 1 стакан творога, 2 ст. ложки сахара.

Бруснику перебрать, промыть, залить горячей водой, чтобы она покрыла ягоды полностью, и прокипятить. Затем воду слить. Охлажденную бруснику смешать с творогом и сахаром и залить холодным кипяченым молоком.

НАПИТОК ИЗ БАРБАРИСА

200 г сушеного барбариса, 100 г сахара, 1 л + 1/2 стакана воды, 1 г ванильного порошка.



Барбарис залить горячей водой, варить, пока ягоды не станут мягкими, и процедить. В отвар всыпать сахар, добавить разведенный в кипяченой воде ванильный порошок.

Напиток размешать и охладить.

ВИШНЕВЫЙ НАПИТОК

500 г свежих вишен, 500 мл вишневого сока, 4 стакана газированной воды, сахар (по вкусу).

Вымытые вишни посыпать сахаром, поставить на несколько часов в прохладное место. Затем добавить сок и газированную воду. Подавать на стол сразу.

НАПИТОК ИЗ ВИШНЕВОГО СОКА

1 стакан вишневого сока, 6 ст. ложек персикового сока, 4 ст. ложки апельсинового сиропа.

Вишневый сок поставить на огонь и довести до кипения, но не кипятить. Затем снять с огня, перелить в предварительно хорошо прогретые стаканы и добавить персиковый сок и апельсиновый сироп.

НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ С МЕДОМ

$\frac{1}{2}$ стакана клюквы, 3 ст. ложки меда, 5 стаканов воды.

Клюкву промыть, уложить в эмалированную посуду и размять деревянным пестиком. Затем отжать через марлю сок и поставить его в холодное место.

В выжимки клюквы налить кипятка и кипятить 5–7 минут. Процедить. В этот отвар добавить мед и отжатый сок. Полученный напиток охладить.

НАПИТОК ИЗ ЛИСТЬЕВ ВИШНИ

4 ст. ложки рубленых молодых листьев вишни, 3 стакана воды, 2 стакана молока, 2 ст. ложки овсяных хлопьев «Геркулес», 3 ст. ложки меда.



Приготовить отвар из листьев вишни.

В овсяные хлопья влить молоко, довести смесь до кипения, варить 3–5 минут, снять с огня, дать настояться примерно 15–20 минут, протереть сквозь сито.

В отвар из листьев вишни положить овсяное пюре, довести до кипения, охладить, перемешать с медом.

НАПИТОК С ИНЖИРОМ И РОМАШКОЙ

4 стакана сметаны, 1 ч. ложка сушеных цветков ромашки, 10 плодов сушеного инжира, 1 стакан воды.

Вымытые цветки ромашки залить кипящей водой, настаивать 10 минут, процедить. В полученный настой добавить промытый, мелко нарубленный инжир, сметану и хорошо взбить.

НАПИТОК ИЗ ЛИСТЬЕВ АБРИКОСА

15 листьев абрикоса, 5 ст. ложек сахара, 5 стаканов воды.

Листья промыть, мелко порубить, залить горячей водой, добавить сахар, довести до кипения, охладить, процедить.

Напиток можно подавать в горячем и холодном виде.

НАПИТОК ИЗ ФИНИКОВ

10–15 свежих, хорошо вызревших фиников, 1 л воды, 100 г сахара.

Финики вымыть, промокнуть салфеткой от влаги, вынуть косточки. Затем слегка растолочь финики в ступке, залить водой и прокипятить в течение 10 минут. Добавить сахар.

Примечание. Напиток способствует нормализации сна.

НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА

500 г изюма, 3 1/2 стакана воды, лимонная кислота (по вкусу).



Изюм промыть, залить горячей водой, отварить при слабом кипении 10–15 минут и дать настояться в течение 30–40 минут. Затем отвар процедить, изюм отжать.

Добавить в напиток лимонную кислоту и размешать.

НАПИТОК ИЗ ХУРМЫ

10 плодов хурмы, 20 г имбиря, 200 г меда, 300 г сахара, 1 1/2 ч. ложки молотой корицы, 2 л воды.

Хурму хорошо вымыть, удалить из нее семечки и аккуратно разрезать на части.

Кусочки имбиря опустить в воду, вскипятить, настаивать до образования ароматного настоя, затем имбирь вынуть, а в настой всыпать сахар. Снова вскипятить, процедить через ситечко или марлю.

Молотую корицу завернуть в чистую марлю и опустить на 1 час в отвар имбиря. Когда отвар остынет до 30 °С, добавить мед. Перелить отвар в другую емкость, положить хурму, накрыть крышкой, настаивать при обычной комнатной температуре около 10 часов. Затем поставить емкость в холодильник. Разлить в чашки и подавать.

Примечание. Этот напиток снимает усталость. Если после настаивания хурмы напиток не пьют сразу, то его и кусочки хурмы нужно хранить порознь, поскольку хурма слишком размягчается, а напиток мутнеет.

НАПИТОК ИЗ АЙВЫ

500 г айвы, 1/2 стакана сахара, 1 л кипяченой воды, 50 г взбитых сливок, лимонная кислота (по вкусу).

Айву вымыть, очистить от кожицы и сердцевин, нарезать кусочками, положить в кастрюлю и залить водой так, чтобы она ее едва покрывала. Затем поставить на огонь и варить на слабом огне до мягкости.

Сваренную айву протереть через сито. В горячее пюре добавить сахар, лимонную кислоту, влить оставшуюся воду и перемешать.



Подавать напиток в охлажденном виде, положив сверху взбитые сливки.

ПЕРСИКОВЫЙ НАПИТОК

30 г тертого твердого сыра, 2¹/₂ ст. ложки кефира, 1 стакан персикового сока с мякотью.

Смешать все ингредиенты.

СЛИВОВЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ

5 ч. ложек сливового сока, 3 ст. ложки сахара, 4 стакана молока, 1 стакан мороженого.

К соку добавить сахар, молоко, мороженое, быстро размешать и сразу же подавать.

РЯБИНОВО-ЯБЛОЧНЫЙ НАПИТОК

5 ст. ложек рябины, 2 средних яблока, 3 ст. ложки меда, 5 стаканов воды.

Яблоки вымыть, нарезать мелкими кубиками (вместе с семенами), уложить в эмалированную посуду, залить крутым кипятком и настаивать примерно 20 минут. Вымытую рябину размять и тоже залить крутым кипятком. Настаивать 10–15 минут. Затем оба отвара процедить и смешать, добавив мед.

Примечание. Можно использовать как красную, так и черноплодную рябину.

ЯБЛОЧНО-МОРКОВНЫЙ НАПИТОК

5 яблок, 2 моркови, 2 ст. ложки сахара, 4 стакана воды.

Яблоки вымыть, нарезать, опустить в кипящую воду, довести до кипения, дать настояться в течение 2 часов, процедить.

Морковь очистить, вымыть, пропустить через соковыжималку или натереть на мелкой терке и отжать сок. Смешать морковный сок с яблочным настоем, добавить сахар.



НАПИТОК «ЯБЛОЧНЫЙ»

500 г яблок, 150 г сахара, 1 л воды, лимонный сок (по вкусу).

Яблоки вымыть, нарезать их соломкой, быстро залить теплым сиропом, приготовленным из сахара и воды. Размешать, закрыть и оставить на 2–3 часа. Затем процедить и приправить лимонным соком.

ЯБЛОЧНО-ЛИМОННЫЙ НАПИТОК

2 яблока, 1 лимон, 2 ст. ложки сахара, 5 стаканов воды.

В горячий процеженный отвар, приготовленный из кожуры и сердцевин яблок, добавить кусочки яблок, тонко нарезанный вместе с цедрой лимон, а также сахар.

НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК

100 г сушеных яблок, 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 л воды.

Яблоки вымыть, залить водой и варить в течение 30 минут. Затем отвар процедить, добавить мед, лимонный сок и хорошо размешать. Этот напиток пить горячим.

НАПИТОК ИЗ ГРУШ-ДИЧЕК И КИЗИЛА

По 100 г кизила и сушеных груш, 1 л воды, 2 ст. ложки сахара.

Вымытые груши и кизил залить водой, вскипятить и настоять в течение 4–5 часов. Процедить, заправить сахаром.

ЯБЛОЧНО-МЕДОВЫЙ НАПИТОК

1 кг мелких кислых яблок, 2 стакана меда, 2–3 л воды.

Яблоки вымыть, нарезать, удалив сердцевину, поместить в большую кастрюлю, залить водой и медом. Закрывать крышкой,



поставить в прохладное место. Через 10 дней получится вкусный и полезный напиток.

НАПИТОК ИЗ АРБУЗА

I вариант

350 г мякоти арбуза, 150 г сахара, $\frac{1}{2}$ ч. ложки лимонной кислоты, $\frac{2}{2}$ стакана воды.

В горячей кипяченой воде растворить сахар, добавить лимонную кислоту, довести до кипения и охладить. Затем положить нарезанный маленькими кубиками арбуз и настаивать 30–40 минут.

II вариант

1 арбуз, 500 мл вишневого или апельсинового сока, 1 л газированной воды, сахар (по вкусу).

Арбуз вымыть, срезать верх на 5–6 см, мякоть измельчить ножом или перемешать ложкой, удалить семена.

В образовавшееся углубление насыпать сахар, налить сок и газированную воду. Держать 15–30 минут на холоде, затем разлить жидкость вместе с мякотью в стаканы.

НАПИТОК «ЕРАЛАШ»

По 2 ст. ложки морковного, яблочного и абрикосового соков, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ч. ложка сахара, 1 стакан газированной воды.

Соки смешать, добавить сахар, долить до полного стакана газированной воды и все перемешать.

НАПИТОК «КРАСНАЯ ШАПОЧКА»

1 кг моркови, 5 ст. ложек клюквенного сока, 1,5 л воды, 2 ст. ложки сахара, 1 лимон или 1 щепотка лимонной кислоты.



Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке, залить охлажденной кипяченой водой и оставить на 2 часа. Затем отжать сок, смешать с клюквенным соком, добавить сок лимона или лимонную кислоту.

Подавать напиток охлажденным.

НАПИТОК «ФИРЮЗА»

По 4 ст. ложки гранатового и виноградного соков, 200 г мякоти дыни, $\frac{1}{3}$ стакана газированной воды, кубики льда.

Мелко истолочь лед, наполовину наполнить им высокий бокал. Затем влить соки, положить нарезанную кубиками мякоть дыни; осторожно влить газированную воду.

Подавать на стол сразу.

КЛЮКВЕННЫЙ ЛИМОНАД

$\frac{3}{4}$ стакана клюквы, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 л газированной воды, кусочки лимонной цедры.

Клюкву вымыть, обсушить, размять деревянной ложкой, сок процедить через марлю или отжать соковыжималкой, добавить сахар и газированную воду. Для вкуса добавить кусочки лимонной цедры или немного сока лимона.

ЛИМОНАД ИЗ РЕВЕНЯ

200 г ревеня, 3–4 ст. ложки сахара, немного корицы, $\frac{1}{2}$ стакана кипятка, 1 л газированной воды, пищевой лед.

Ревень очистить, вымыть, нарезать поперек волокон на тонкие кусочки, смешать с 2–3 ст. ложками сахара и держать 1–1,5 часа в прохладном месте.

К оставшемуся сахару добавить немного воды, подрумянить на сухой сковородке, растворить в кипятке, смешать с ревенем, остудить и процедить. Добавить газированную воду и корицу. В стакан положить кусочки льда.



МОРКОВНЫЙ ЛИМОНАД

2 ст. ложки морковного сока, 2 лимона, 2 яичных белка, 200 мл газированной воды, пищевой лед.

Яичные белки, морковный сок, выжатый из лимона сок и пищевой лед (3–4 кубика) хорошо смешать. Затем процедить смесь в стаканы или бокалы, долить газированной водой и сразу же подавать на стол.

МИНДАЛЬНЫЙ ЛИМОНАД

300 г миндаля (в том числе горького), 5 стаканов воды, 200 г сахара, пищевой лед.

Миндаль очистить от кожуры, мелко истолочь в ступке, разбавить кипятком (3 стакана) и хорошо отжать через полотняную ткань. Еще раз потолочь, прибавляя постепенно 2 стакана холодной воды, снова отжать, всыпать сахар, хорошо смешать, разлить в стаканчики, положив в каждый по кубику льда. Пить через соломинку.

ГРЕЙПФРУТОВЫЙ ФИЗ

6 ст. ложек грейпфрутового сока, 20 г апельсинового сиропа, 50 мл минеральной или содовой воды, пищевой лед.

Смешать в миксере все компоненты, кроме воды, перелить смесь в высокий стакан, наполовину заполненный измельченным льдом, и разбавить минеральной или содовой водой.

Перемешать физ ложкой и подать с соломинкой.

КРЮШОН

500 г грейпфрута, 1¹/₂ ст. ложки сахара, сок 1 грейпфрута, минеральная вода (по вкусу).

Плоды почистить, разделить на дольки и мелко нарезать. Посыпать сахаром, залить соком и охладить.

Полученную смесь разлить в бокалы, добавляя минеральную воду.



ЛИМОННЫЙ НАПИТОК

I вариант

2 лимона, 5 стаканов воды, $\frac{1}{2}$ стакана сахара.

Лимоны вымыть, мелко нашинковать лимонную цедру, залить горячей водой, прокипятить, дать настояться в течение 2–3 часов, процедить.

Из лимона выжать сок, влить его в процеженный отвар, добавить сахар, размешать, охладить.

II вариант

1 лимон, 4 стакана горячего молока, 2 сырых яичных желтка, 4 ч. ложки сахарной пудры.

Лимон вымыть, натереть кожуру, смешать с соком этого лимона, залить молоком.

Взбить до белой пены яичные желтки с сахарной пудрой и залить напитком. Затем уже в миксере взбить напиток и охладить.

НАПИТОК ЛИМОННЫЙ С КОЛЬРАБИ

1 лимон, 400 г кольраби, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, $\frac{1}{4}$ стакана воды.

Воду вскипятить с сахаром, добавить лимонную цедру и настоять.

Кольраби вымыть, очистить и измельчить на терке, отжать сок через марлю и соединить с настоем цедры и соком лимона.

ЛИМОНАД

2 стакана фруктового сиропа, 1 стакан лимонного сока, 6 стаканов холодной кипяченой воды, лимонная цедра (по вкусу).

Смешать фруктовый сироп с лимонным соком, развести водой. Дать остыть на холоде.



МАНДАРИНАД

I вариант

9 мандаринов, 6 стаканов воды, цедра 1 мандарина, сахар (по вкусу).

Мандарины вымыть, очистить от кожицы, разрезать пополам, выжать из них сок, добавить тертую на терке мандариновую цедру, развести холодной кипяченой водой, прибавить сахар, размешать.

Вынести на холод.

II вариант

2 стакана фруктового сиропа, 1 стакан мандаринового сока, 6 стаканов холодной кипяченой воды, мандариновая цедра (по вкусу).

Смешать фруктовый сироп с мандариновым соком, развести водой. Дать остыть на холоде.

Разлить мандаринад по бутылкам и в каждую добавить мандариновую цедру.

ОРАНЖАД

1 л воды, 1 кг сахара, 8 апельсинов, $\frac{1}{2}$ стакана лимонного сока.

Вскипятить воду, всыпать в нее сахар, размешать и немного поварить. Полученный сироп остудить до теплого состояния. Добавить сок и мелко нарезанную цедру апельсинов.

Дать немного постоять и процедить.

ИМБИРНЫЙ ОРАНЖАД

1 стакан апельсинового сока, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого имбиря, 1 ст. ложка соуса «Табаско», лимонные корочки.

Все ингредиенты смешать и подогреть.

Подавать вместе с лимонными корочками.



НАПИТОК ЦИТРУСОВЫЙ

500 мл цитрусового сока, 120 г меда или сахара, 5 яичных желтков, 2 банана.

Желтки растереть с медом или сахаром. Соединить с цитрусовым соком, очищенным и натертым бананом.

Подавать в охлажденном виде.

АПЕЛЬСИНОВЫЙ НАПИТОК

1 стакан свежесжатого апельсинового сока, 30 г твердого сыра, 1 ст. ложка мятного сиропа.

Натереть сыр, смешать его с сиропом и апельсиновым соком и пить за 30 минут до еды.

ОСВЕЖАЮЩИЙ АПЕЛЬСИНОВЫЙ НАПИТОК

2 апельсина, 1 лимон, 6 стаканов воды, 1 1/2 стакана сахара.

Выжать сок из апельсинов и лимона, добавить холодную кипяченую воду, сахар и мелко нарезанную апельсиновую цедру. Дать настояться и процедить.

НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВЫХ КОРОК

Корки 4 апельсинов, 2 ч. ложки лимонной кислоты, сахар (по вкусу).

Апельсиновые корки залить холодной водой, добавить лимонную кислоту. Настаивать в течение суток. Вымоченные корки пропустить через мясорубку и положить обратно в ту же воду. Затем добавить еще 2 л воды. Прокипятить. Положить сахар. Как только напиток остынет — процедить.

НАПИТОК «АФРИКА»

1 апельсин, 1/3 стакана сока манго, 1/2 стакана несладкого крепкого черного кофе, сахар (по вкусу).



Приготовить обычным способом крепкий черный кофе и остудить его в чашке.

Апельсин вымыть, разрезать на половинки, выжать из них сок в чашку с кофе, добавить сок манго и сахар, все перемешать.

АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК СО СЛИВКАМИ

*1/2 стакана апельсинового сока, 1/3 стакана сливок,
1 яичный желток, 2 ст. ложки сахара.*

Взбить яичный желток с сахаром в густую массу, добавить апельсиновый сок, перемешать, влить в бокал, долить сливками и еще раз перемешать.

НАПИТОК «ОРЕХОВЫЙ»

3 1/2 стакана молока, 1 стакан арахиса, 3 ст. ложки сахара.

Арахис обжарить, очистить от шелухи и измельчить. Добавить сахар, влить молоко и перемешать. Поставить на огонь, довести до кипения, разлить в чашки (чтобы в каждой были орехи) и подать.

НАПИТОК С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

200 г ядер грецких орехов, 4 стакана молока, 2 ст. ложки сахара.

Ядра грецких орехов пропустить через мясорубку или мелко истолочь в ступке, положить в кастрюлю, залить молоком, добавить сахар, поставить на огонь и кипятить в течение 10–12 минут.

Подавать напиток можно и в холодном, и в горячем виде.

НАПИТОК ИЗ ФИСТАШЕК

*250 г фисташек, 150 г сахара, 1 л + 1/2 стакана воды,
1 г ванильного порошка.*



Фисташки обдать кипятком, очистить, мелко измельчить (лучше истолочь).

В холодной кипяченой воде растворить сахар, добавить ванильный порошок. Этим раствором залить фисташки, накрыть посуду крышкой и настоять в холодном месте 2–3 часа.

Готовый отвар процедить.

НАПИТОК «ЯЧМЕННЫЙ»

50 г ячменя, 2 л воды, 200 г сахара.

Ячмень поджарить на сильном огне до темно-желтого цвета. Завернуть в марлю и опустить в сильно кипящую воду, вываривать до образования темно-красного раствора. Затем вынуть ячмень и засыпать в отвар сахар.

Примечание. Напиток оказывает благотворное влияние на пищеварение. Его можно употреблять как горячим, так и холодным.

НАПИТОК ИЗ ПШЕНА

500 г пшена, 100 г дрожжей, 3 л воды, 1½ ст. ложки сахара.

Замочить пшено в теплой воде, выдержать сутки, промыть 3–5 раз и залить кипящей водой. Варить 6–7 часов до сметанообразной консистенции.

После этого массу охладить до 30 °С, добавить замоченные в воде дрожжи, перемешать и залить в плотно закрывающуюся емкость, которую установить в теплое проветриваемое помещение для брожения жидкости. Затем добавить холодную кипяченую воду, сахар и выдержать сутки.

Процедить напиток и хранить в прохладном месте. Подавать в пиалах.

НАПИТОК ИЗ ОТРУБЕЙ И ДРОЖЖЕЙ

1 стакан воды, 40 г отрубей, 1 ст. ложка сахара, 1 лимон, 100 г жидких пивных дрожжей.



Отруби, сахар и лимонную цедру залить горячей водой, прокипятить и настоять. Жидкость процедить, соединить с лимонным соком и заправить дрожжами. Сбродить в теплом месте.

НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВЫХ СОКОВ СО СЛИВКАМИ

По 1 стакану яблочного пюре, черносмородинового и виноградного соков, сливок, сахар (по вкусу), пищевой лед.

Соки смешать, влить постепенно сливки, не переставая быстро помешивать.

Подавать в стаканах, положив в каждый по кусочку льда.

КАШТАНОВЫЙ НАПИТОК

150 г каштанов, $\frac{1}{2} - \frac{3}{4}$ стакана холодного молока, $\frac{1}{4}$ стакана сахара, $\frac{2}{3}$ стакана воды, сливки.

Каштаны сварить или испечь до мягкости. Затем их очистить, мелко нарезать, положить в кастрюлю, засыпать сахаром, влить воду, поставить на огонь и варить до получения однородной массы. Затем снять с огня, охладить и залить холодным молоком.

Напиток можно украсить взбитыми сливками.

ОГУРЕЧНЫЙ НАПИТОК

1 вариант

2 средних огурца, 300 г черешкового сельдерея, 150 г щавеля, 150 г йогурта, 1 ст. ложка растительного масла, 10 кубиков льда, молотый перец и соль (по вкусу).

Огурцы, сельдерей и щавель вымыть и очистить, 4 маленькие верхушки черешков сельдерея с листиками отложить. Оставшийся сельдерей и огурцы порезать на кусочки и выжать сок в соковыжималке. Поперчить, посолить.

Просушить щавель и взбить с йогуртом в пюреобразную массу, затем приправить перцем и посолить.



Расколоть кубики льда на мелкие кусочки и разложить в стаканы, залить смесью щавеля и йогурта, аккуратно добавить сок огурца и сельдерея. Сбрызнуть небольшим количеством масла, украсить черешками сельдерея.

II вариант

2 соленых или свежих огурца, 2 сырых яичных желтка, 1 ст. ложка растительного масла, 1 л свекольного кваса, зеленый лук, соль, сахар (по вкусу).

Соленые или свежие огурцы очистить от кожицы, натереть на мелкой терке или мелко порубить.

Яичные желтки размешать с растительным маслом. К свекольному квасу добавить натертые огурцы и желтки, размешать венчиком. Приправить солью, сахаром.

Перед подачей добавить мелко нарезанный зеленый лук.

III вариант

2 огурца, 1 стакан огуречного рассола, 2 ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки нарубленного зеленого лука, 2 стакана охлажденной воды, соль и сахар (по вкусу).

Огурцы очистить, натереть на мелкой терке и положить в огуречный рассол.

Томатную пасту развести охлажденной водой и размешать с огурцами в рассоле. Приправить солью и сахаром. Добавить нарубленный зеленый лук.

НАПИТОК С ЦИКОРИЕМ

1 ст. ложка обжаренного молотого цикория, 2 ст. ложки апельсинового сиропа, 1 л воды, яблочный сок (по вкусу).

Воду с цикорием вскипятить, добавить апельсиновый сироп; когда остынет, процедить.

На 1 порцию наливать $\frac{1}{2} - \frac{3}{4}$ стакана цикориевого напитка и добавлять яблочный сок.



НАПИТОК ТЫКВЕННЫЙ

2 стакана тыквенного сока, 3 соленых огурца, 1 стакан рассола из квашеных огурцов, молотый перец, соль и сахар (по вкусу).

Соленые огурцы очистить, натереть на терке или мелко нарезать. Тыквенный сок размешать с огурцами и рассолом из квашеных огурцов. Все приправить солью, сахаром и молотым перцем.

Примечание. Если напиток предназначается детям, перец не кладут.

МОРКОВНЫЙ СОК СО СПЕЦИЯМИ

По $\frac{3}{4}$ стакана морковного сока и капустного рассола, 2 щепотки молотых карри или тмина.

Перемешать сок и рассол и сверху посыпать молотой пряностью. Можно приготовить напиток на кубиках льда.

НАПИТОК МОРКОВНО-КЛЮКВЕННЫЙ

1 кг клюквы, 2 кг моркови, 1 л кипяченой холодной воды, 5 ст. ложек сахара.

Клюкву вымыть, обсушить и отжать из нее сок.

Морковь вымыть, очистить, натереть на терке и отжать сок через марлю.

Смешать клюквенный сок с морковным, добавить сахар, перемешать, охладить.

НАПИТОК МОРКОВНО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ

По 1 апельсину и моркови, 1 стакан воды, 1 ст. ложка сахара.

Воду вскипятить с сахаром. Добавить апельсиновую цедру, настоять. Затем ввести в настой вымытую и очищенную морковь. Жидкость процедить, соединить с апельсиновым соком и охладить.



НАПИТОК МОРКОВНО-ИНЖИРНЫЙ

120 г инжира, 1 ст. ложка сахара, 3 моркови, 500 мл воды.

Инжир промыть, мелко нарезать, растолочь, залить кипятком и настоять. Затем жидкость процедить, заправить сахаром и остудить.

Морковь вымыть, очистить, измельчить на терке, сок отжать и соединить с настоем. Подавать напиток охлажденным.

НАПИТОК МОРКОВНО-МОЛОЧНЫЙ

1 стакан свежееотжатого морковного сока, 1 стакан холодного молока, 2 ст. ложки сахара.

В морковный сок влить молоко, добавить сахар и перемешать. Перелить в бокалы и перед подачей на стол поставить в холодильник.

МОРКОВНО-ТОМАТНЫЙ НАПИТОК

2–3 помидора или $\frac{1}{2}$ стакана томатного сока, 2–3 моркови или 1 стакан морковного сока, 4–5 стаканов свежего молока или простокваши, зелень укропа или петрушки, молотый перец и соль (по вкусу).

Вымытые помидоры изрубить, морковь натереть, добавить, взбивая, молоко, заправить зеленью и специями.

Подавать холодным.

ТОМАТНЫЙ НАПИТОК СО СЛИВКАМИ

200 мл томатного сока, 2 яичных желтка, 2 ст. ложки сливок, мелко измельченная зелень, соль (по вкусу).

Тщательно растереть яичные желтки со сливками, добавить мелко измельченную зелень.

Непрерывно помешивая, влить тонкой струйкой томатный сок.

Готовый напиток заправить солью.



НАПИТОК ТОМАТНО-ТЫКВЕННЫЙ

750 г тыквы, 2 стакана томатного сока, зеленый лук, соль, сахар, молотый перец (по вкусу).

Тыкву вымыть, очистить. Отжать сок.

Размешать тыквенный сок с томатным, добавить мелко нарезанный зеленый лук. Приправить солью, сахаром, молотым перцем.

НАПИТОК ИЗ РЕВЕНЯ И ПОМИДОРОВ

100 г ревеня, 100 г сливок, 2 помидора.

Вымытый очищенный ревень растолочь, сок отжать через марлю, соединить со сливками и томатным соком.

Подавать охлажденным.

СВЕКОЛЬНЫЙ НАПИТОК

500 г свеклы, $\frac{1}{2}$ стакана сахара или $\frac{2}{3}$ сахарного сиропа, $\frac{3}{4}$ стакана воды, лимонная кислота (по вкусу).

Свеклу вымыть, очистить, нашинковать, залить охлажденной кипяченой водой и оставить в закрытой посуде на 10–12 часов. Затем процедить, добавить сахар, лимонную кислоту и размешать.

НАПИТОК ИЗ КРАПИВЫ

1 стакан сока крапивы, 1 стакан сока свеклы, 2 ст. ложки меда, 1 л воды.

Сок крапивы смешать со свекольным соком, медом и долить холодной кипяченой водой.

НАПИТОК ИЗ ЩАВЕЛЯ

100 г щавеля, 1 л воды, 1–2 ст. ложки сахара, пищевой лед.



Щавель хорошо вымыть, обсушить, измельчить, положить в кипяток, посолить, варить 20 минут. Затем процедить, добавить сахар. Когда остынет, подавать с кусочками льда.

НАПИТОК «ЯДРЕНый»

1 ст. ложка натертого хрена, 100 мл яблочного сока, 2 ст. ложки сметаны, $1/4$ лимона, соль, сахар (по вкусу).

Яблочный сок добавить натертый хрен и сметану, перемешать, выжать туда сок из лимона и заправить солью и сахаром.

Примечание. Напиток можно приготовить в миксере. Время взбивания — 25–30 секунд.

НАПИТОК «АССОРТИ»

1 стакан рассола из квашеной капусты, по $1\frac{1}{2}$ стакана томатного сока и любого фруктового, соль, сахар (по вкусу).

Тщательно размешать все составные части. Приправить специями. Перед подачей охладить. Подавать в стаканчиках.

ВЗВАР ИЗ ШИПОВНИКА И ЯБЛОК

300 г свежих плодов шиповника, 3–4 яблока, 1 стакан сахара, $1/4$ ч. ложки лимонной кислоты, 3 л воды.

Плоды шиповника промыть, залить кипятком и хорошо прокипятить. Процедить отвар, добавить сахар, лимонную кислоту и перемешать.

Яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать кусочками и залить их приготовленным сиропом. Варить взвар на слабом огне 5–10 минут. Охладить.

ВЗВАР ИЗ СЛИВ

500 г слив, 1 стакан сахара, 2 л воды, апельсиновая или лимонная цедра, корица (по вкусу).



Сливы вымыть, удалить косточки, добавить сахар, залить горячей водой и варить на слабом огне 15 минут. Охладить. Добавить для цедру лимона или апельсина, корицу.

ВЗВАР ИЗ СУХОФРУКТОВ

I вариант

По $\frac{1}{2}$ стакана сухих груш и слив, по $\frac{1}{4}$ стакана вишен, яблок и изюма, 2 л воды, 1 стакан сахара, мед (по вкусу), пряности (по вкусу).

В горячей, но не кипящей воде распустить сахар, дать ему прокипеть и снять образовавшуюся пену. В полученный сироп положить вначале груши, затем через 5 минут — яблоки и еще через 5 минут — вишни, сливы и изюм (именно в такой последовательности, так как для разных сухофруктов необходимо разное время варки).

Когда все фрукты станут одинаково мягкими (примерно через 15–17 минут после начала закладки), добавить мед (можно пряности), прокипятить еще 5–7 минут, а потом поставить в холодное место настаиваться от 2 до 5 часов.

II вариант

300 г сухофруктов (яблок, груш, слив), 1,5 л воды, 1 стакан сахара, 250 г меда, по 3 г лаврового листа, корицы, гвоздики, имбиря, кардамона, мускатного ореха.

Сухофрукты перебрать, промыть, залить теплой кипяченой водой и настоять 6 часов. Затем добавить сахар и проварить до готовности. Процедить. Добавить мед, пряности, еще раз прокипятить в течение 10–15 минут, настоять 4 часа и процедить.

III вариант

800 г сухофруктов (яблоки, груши, вишни, сливы, курага, изюм), 1–1 $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 щепотка корицы, вода.



Промытые сухофрукты уложить в кастрюлю, залить водой так, чтобы вода на 2–3 см была выше их. Довести до кипения, закрыть крышкой и варить до мягкости на слабом огне. Перед тем как снять с огня, добавить корицу. Остудить, слить сок, положить в него сахар и варить сироп, которым потом залить фрукты. Взвар можно подавать как горячим, так и холодным.

СБИТЕНЬ НА ТРАВАХ

3 ст. ложки меда, 2 стакана воды, по $\frac{1}{2}$ ч. ложки мяты, сухих листьев малины или смородины.

Листья залить крутым кипятком и настаивать около 30 минут. Затем процедить отвар, добавить в него мед и перемешать.

Примечание. Можно добавить лимон, травы.

ГОРЯЧИЙ СБИТЕНЬ

I вариант

$\frac{1}{2}$ стакана натурального меда, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 лавровый лист, 1 л горячей воды, гвоздика, корица, имбирь, кардамон (по вкусу).

В горячей воде распустить мед, добавить сахар, гвоздику, корицу, имбирь, кардамон, лавровый лист, поставить на огонь и прокипятить 10–15 минут. Подавать сбитень горячим.

II вариант

180 г меда, 1 л воды, 1 ст. ложка сахара, по $\frac{1}{2}$ ч. ложки тмина и корицы, 5 лавровых листов.

Мед растворить в воде и кипятить 20–25 минут, добавить пряности и прокипятить еще 5 минут. Процедить сквозь марлевую салфетку и добавить жженку.

Приготовление жженки: в столовую ложку насыпать сахар и нагревать над небольшим огнем, пока не образуется темно-коричневый сироп.

Подавать сбитень горячим.



ГРАНАТОВЫЙ СБИТЕНЬ

100 г меда, $3\frac{1}{2}$ стакана воды, 100 мл осветленного гранатового сока, корица, гвоздика (по вкусу).

Мед растворить в кипятке, добавить гранатовый сок, положить в напиток марлевый мешочек со специями и прокипятить под крышкой при слабом нагревании 15–20 минут.

ХОЛОДНЫЙ СБИТЕНЬ

1 стакан натурального меда, 5–6 г хмеля, 1 щепотка корицы, 1 л горячей воды.

В горячей кипяченой воде распустить мед, добавить хмель и корицу, поставить на огонь и кипятить, все время помешивая, в течение 30 минут. Образующуюся при кипячении пену удалять. Затем снять с огня и процедить.

· Подавать сбитень холодным.

ГОРЯЧИЙ ПИКАНТНЫЙ СБИТЕНЬ

125 г меда, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 2 ст. ложки чая, 1 л воды, 30 г листьев сельдерея, $\frac{1}{2}$ лимона, $\frac{1}{4}$ ч. ложки молотой гвоздики, корица (на кончике ножа), мускатный орех (по вкусу).

В кипяток положить мед, сахар, перемешать. Добавить крепкий чай, пряности, измельченные цедру лимона и листья сельдерея, проварить при слабом кипении 10 минут. Настоять 10–15 минут. Процедить, снова довести до кипения и подавать.

НАПИТОК МЕДОВЫЙ С ЧЕРНОЙ СМОРОДИНОЙ

$\frac{1}{3}$ стакана меда (120 г), 200 г протертой с сахаром черной смородины, 800 мл воды, лимонная кислота (по вкусу).

В теплую воду положить мед, размешивая, довести до кипения, снять с поверхности пену. Охладить напиток, добавить лимонную кислоту.



Черную смородину растереть с сахаром, добавить в охлажденный напиток, перемешать и процедить.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК

I вариант

300 г меда, 2 л воды, $\frac{1}{2}$ лимона, 10 г дрожжей.

Мед вскипятить в воде, добавить нарезанный ломтиками лимон, остудить. Затем положить разведенные в воде дрожжи и оставить бродить напиток в течение 2–3 дней. После этого разлить по бутылкам, закупорить и поставить на неделю в холодное место.

II вариант

1 яйцо, 1 ст. ложка меда, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, 200 мл крепкого горячего чая, 1 лимон.

Яичный желток растереть с медом, развести чаем и, взбивая на огне, добавить сок из лимона. Остудить, разлить в высокие фужеры и держать в морозильнике. Перед подачей в каждый фужер сверху положить белок, взбитый с сахаром, соком и цедрой лимона. Белки для этого вылить в высокую кастрюльку, всыпать одновременно цедру, сахар и влить лимонный сок. Взбивать до тех пор, пока масса не станет пышной и плотной, а весь сахар не разойдется.

МЕДОВАЯ ШИПУЧКА

3 л воды, $1\frac{1}{2}$ стакана меда, сок 3 лимонов или 1 ч. ложка лимонной кислоты, 100 г листьев черной смородины, изюм.

Смешать воду, мед, лимонный сок или лимонную кислоту, хорошо промытые листья черной смородины. Как следует размешать, накрыть марлей и поставить на солнце. Как только напиток забродит, процедить его, разлить по бутылкам, в каж-



дую положить по 2 изюминки. Выдержать сутки в лежащем положении в холодильнике.

ИМБИРНАЯ ШИПУЧКА

2 лимона, 300 г сахара, 200 г листьев черной смородины (без веточек), 4,5 л воды, толченый имбирь, изюм (по вкусу).

Налить в подходящую емкость теплую кипяченую воду, добавить сок лимонов (удалив все зерна), листья черной смородины и толченый имбирь. Накрыть посуду марлей, поставить на солнце. Когда шипучка начнет бродить, добавить сахар. Размешать, процедить. Затем разлить в бутылки, положить в каждую по 2–3 изюминки, плотно закупорить.

Бутылки держать на холоде в лежащем положении.

НАПИТОК ИЗ КВАСА

I вариант

$\frac{1}{2}$ стакана кваса из отварной свеклы, 1 ст. ложка сметаны, 3 ч. ложки мелко нарезанного, слегка размятого с солью зеленого лука, 1 ч. ложка мелко нарезанной зелени укропа, сахар (по вкусу).

В квас из отварной свеклы добавить сметану, мелко нарезанные зеленый лук и укроп, хорошо перемешать и всыпать сахар. Подавать напиток слегка охлажденным.

II вариант

По $\frac{1}{2}$ стакана свекольного кваса и свежей простокваши, 2 ч. ложки мелко нарезанного зеленого лука, соль (по вкусу), пищевой лед.

Простоквашу тщательно размешать, влить в нее свекольный квас, хорошо размешать (можно в миксере), добавить мелко нарезанный зеленый лук и заправить солью.

Подавать напиток хорошо охлажденным, с кубиками льда.



НАПИТОК ИЗ РАССОЛА ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

I вариант

3 стакана рассола из квашеной капусты, 1 зубок чеснока, 1 стакан морковного сока, зелень петрушки, соль, сахар и молотый перец (по вкусу).

Очистить зубок чеснока, натереть с солью и положить в рассол из квашеной капусты.

Размешать и оставить на 30 минут.

Перед подачей на стол размешать с морковным соком, добавить мелко нарубленную зелень петрушки, приправить солью, сахаром и молотым перцем.

II вариант

2¹/₂ стакана рассола из квашеной капусты, 100 г репчатого лука, 1¹/₂ стакана охлажденной кипяченой воды, 1 ст. ложка томатной пасты, соль, сахар и молотый перец (по вкусу).

Репчатый лук очистить, вымыть, мелко порубить или натереть на терке.

К рассолу из квашеной капусты добавить измельченный лук, охлажденную кипяченую воду, томатную пасту, размешать.

Приправить солью, сахаром и молотым перцем.

БАНАНОВОЕ МОЛОКО

1¹/₂ банана, 1¹/₂ ч. ложки меда, 1 стакан молока, 1 шарик бананового мороженого, лимонный сок (по вкусу).

Мякоть очищенного банана размять, полить лимонным соком и подсластить медом. Охлажденное молоко влить в высокий бокал, положить в него образовавшийся банановый мусс и хорошо размешать смесь.

Положить в бокал шарик бананового мороженого и подать, не размешивая, с соломинкой и ложечкой.



ИНЖИРНОЕ МОЛОКО

По 100 мл молока и воды, 50 г сушеного инжира, 1 ч. ложка сахара.

Инжир мелко нарезать, истолочь вместе с сахаром и залить кипятком. Настой процедить и соединить с холодным кипяченым молоком.

ОРЕХОВОЕ МОЛОКО

200 г грецких или других орехов (или их смеси), 3–4 стакана воды, сахар (по вкусу).

Орехи истолочь в ступке, постепенно подливая остуженную кипяченую воду. Процедить. Положить сахар, охладить и подавать.

Примечание. Точно так же можно приготовить молоко из миндаля и мака.

МИНДАЛЬНОЕ МОЛОКО

300 г сладкого миндаля, 3 шт. горького миндаля, 6 стаканов молока или сливок, сахар (по вкусу).

Удалить кожицу со сладкого и горького миндаля, смолоть, залить 2 стаканами сырого молока (или сливок), выжать через салфетку. Вновь залить 2 стаканами сырого молока, выжать. Повторить процедуру третий раз. Затем соединить все миндальное молоко (или сливки). Если его окажется меньше 6 стаканов, добавить недостающее количество сырым молоком или сливками. Прибавить сахар, вынести на холод.

Подавая, перемешать.

ДОМАШНЯЯ РЯЖЕНКА

1 л молока, 2 ст. ложки сметаны.

Молоко вылить в алюминиевую посуду, довести до кипения, снять с огня и, не накрывая кастрюлю крышкой, поставить в духовку и томить молоко на слабом огне.



Появляющуюся пенку снимать и выкладывать в тарелку. Когда молоко приобретет коричневый оттенок, вынуть его из духовки, разлить в пол-литровые банки, добавить по 1 ст. ложке сметаны, положить сверху немного пенки, накрыть крышкой и укутать.

Через 30 минут поставить в холодильник.

ДОМАШНЯЯ ПРОСТОКВАША

9 стаканов молока, 1 ст. ложка сметаны, сахар (по вкусу).

Сметану разболтать с 1 стаканом молока, смешать с оставшимся молоком, накрыть емкость и поставить в теплое место. Когда содержимое скиснет и загустеет, вынести на холод.

Подавать с сахаром и сухарями из ржаного хлеба.

ДОМАШНИЙ КУМЫС

1 л обезжиренного молока, 1 стакан чистой воды, 3 ч. ложки сахара или меда, 2 ст. ложки кислого молока или кефира, 4–5 г дрожжей.

Смешать обезжиренное молоко с водой и сахаром (или медом). Полученную смесь охладить до комнатной температуры (18–20 °С).

В молочную смесь ввести кислое молоко или кефир, посуду закрыть крышкой, завернуть и поставить в еще более теплое место (25–30 °С).

Через несколько часов смесь превратится в кислое молоко, которое нужно взбить, процедить через марлю, добавить дрожжи, щепотку сахара, перемешать, разлить в бутылки (не заливая их до горлышка), герметически закупорить пробками и оставить на 20–30 минут. За это время образуется углекислый газ. Это можно заметить по «кипению» кумыса в бутылках. Как только начнется «кипение», положить бутылки в ледяную воду или в холодильник.

Когда кумыс «успокоится», его можно подать к столу.

Бутылки нужно открывать осторожно, не взбалтывая, иначе кумыс может забить фонтаном.



КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК С ПРЯНЫМИ ТРАВАМИ

2 стакана домашней простокваши или кефира, 100 г зелени — укропа, кориандра, петрушки и мяты, 1 л кипяченой воды, черный молотый перец и соль (по вкусу).

Домашнюю охлажденную простоквашу или кефир тщательно смешать с холодной водой, чтобы не было комочков. Затем всыпать мелко нарубленную зелень, соль и молотый перец и хорошо размешать.

Подавать напиток охлажденным.

НАПИТОК ИЗ ПАХТЫ

1 стакан пахты (обезжиренных сливок), 1 сырой яичный желток, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, корица (по вкусу).

Яичный желток растереть с сахаром и корицей, развести горячей пахтой, подогреть, процедить и остудить.

НАПИТОК «ВАНИЛЬНЫЙ»

3 стакана молока, 2 яичных желтка, 2 ст. ложки какао, $\frac{1}{3}$ стакана сахара, 4 г ванилина, пищевой лед.

Молоко вскипятить с ванилином, добавить какао, размешанное с сахаром и несколькими чайными ложками холодного молока, охладить и процедить, добавив яичные желтки, размешать.

В каждый бокал можно положить по кусочку пищевого льда.

НАПИТОК «КОЛОСОК»

$2\frac{1}{2}$ стакана хлебного кваса, 8 г набора трав (мята, чабрец, зверобой, брусничник), $2\frac{1}{2}$ стакана воды, 3 ст. ложки меда, лимонная кислота (по вкусу).

Соединить хлебный квас с охлажденным белорусским чаем, который заварить обычным способом на основе указанного на-



бора трав, добавить мед и лимонную кислоту, тщательно перемешать и подавать в охлажденном виде.

ДЖУЛЕП

I вариант

2 ст. ложки молока, 1 ст. ложка сливок, 2–3 ст. ложки земляничного или клубничного сока, по 1 ст. ложке вишневого и мятного сиропа.

Половину молока, вишневый сироп, земляничный (или клубничный) сок и мятный сироп охладить и хорошо смешать. Вторую половину молока соединить со сливками и взбить, затем соединить с первичной смесью.

II вариант

50 г творога, 100 мл молока, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка мятного сиропа, 1 яичный желток.

В смесь из охлажденного молока и творога добавить тщательно растертый с сахаром яичный желток и все хорошо взбить в миксере (шейкере), добавляя при этом мятный сироп.

Пить через соломинку.

III вариант

100 мл яблочного сока, 2 ст. ложки лимонного сока, 1½ ст. ложки мятного сиропа, 20 г меда.

Все компоненты тщательно перемешать и охладить.

IV вариант

2 ст. ложки молока, 40 г мороженого, 1 ст. ложка мятного сиропа, 1½ ст. ложки сливок, 3 ст. ложки клубничного сока.

Молоко, сливки и мороженое взбить в миксере, добавить клубничный сок и мятный сироп.



В вариант

3–4 ст. ложки виноградного сока, 3 ст. ложки белого виноградного вина, 1 1/2 ст. ложки мятного сиропа, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка малинового сиропа, 15–20 г пищевого льда.

Вино, соки и сиропы перемешать, охладить, добавить пищевой лед, еще раз тщательно перемешать и пить через соломинку.

НАПИТОК «ГОРЯЧИЙ ПОЦЕЛУЙ»

1/2 стакана горячего кипяченого молока, по 1/4 стакана сиропа плодов шиповника и лимонного сиропа.

Прогреть кувшин, налить в него лимонный сироп, сироп плодов шиповника и горячее кипяченое молоко.

Подавать в горячем виде.

МОЛОЧНЫЙ ГОГОЛЬ-МОГОЛЬ

1 л молока, 6 яичных желтков, 200 г сахара, ванилин, соль (по вкусу).

Яичные желтки, сахар, соль и ванилин смешать, влить молоко.

Затем еще раз хорошо перемешать и процедить.

ФРУКТОВЫЙ ГОГОЛЬ-МОГОЛЬ

1/2 стакана любого фруктового сока, 1/3 стакана сахара, 2 сырых яйца, 2 стакана молока, 1/2 стакана воды, 1/4 ч. ложки соли.

Отделить желтки от белков.

Желтки взбить до образования густой пены, добавить соль, сахар и сок. Все размешать, добавить холодное молоко и холодную воду.

Полученную массу влить в предварительно взбитые белки, еще раз взбить и разлить в бокалы.



НАПИТОК «УЛЫБКА»

$\frac{1}{2}$ стакана молока, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки сливок, 1 кусочек шоколада.

Молоко вскипятить вместе с шоколадом.

Затем охладить смесь, налить в стакан и украсить взбитыми сливками.

ГОРЯЧИЙ АНАНАСНЫЙ НАПИТОК

$\frac{1}{4}$ стакана ананасного сока, 1 ст. ложка апельсинового сиропа, 1 яичный желток, $\frac{1}{4}$ стакана горячего пастеризованного молока.

В предварительно хорошо прогретый бокал или пуншевый стакан вбить яичный желток, смешать его сначала с ананасным соком. Добавить апельсиновый сироп и снова перемешать, а затем при непрерывном помешивании постепенно влить горячее молоко.

НАПИТОК «СТУДЕНЧЕСКИЙ»

$\frac{1}{4}$ стакана абрикосового сока, 1 сырой яичный желток, $\frac{2}{3}$ стакана горячей кипяченой воды.

В хорошо прогретый стакан вбить яичный желток, влить абрикосовый сок и перемешать, а затем при непрерывном помешивании добавить горячую кипяченую воду.

НАПИТОК «ЭКЗОТ»

50 г китайского лимонника (могут использоваться высушенные цветки, плоды, а также стебли и листья), 20 г кедровых или любых других орехов, 300 г сахара, 2 л воды.

Вскипятить воду, остудить до 30 °С, положить в нее лимонник не менее чем на 11 часов (до получения красноватого настоя).

В настой положить сахар, вскипятить, посыпать орехами.



ГЛИНТВЕЙН

I вариант

2 бутылки (по 700 мл) вишневого или смородинового сока, 500 мл воды, $\frac{1}{2}$ лимона, немного гвоздики и корицы, сахар (по вкусу).

Вишневый или смородиновый сок разбавить водой, добавить лимонный сок и цедру, сахар, гвоздику и корицу. Всю эту смесь довести до кипения.

Для того чтобы пряности можно было потом легче удалить из горячей смеси, их лучше опускать в нее в чайном ситечке.

II вариант

1 л яблочного сока, 500 мл воды, 100 г сахара, немного гвоздики и корицы.

Смешать яблочный сок, воду и сахар, добавить гвоздику и корицу, закрыть крышкой, довести до кипения (но не кипятить!) и сразу снять с огня.

Примечание. Для приготовления этого напитка алкоголь не потребуется.

НАПИТОК «БОДРОСТЬ»

2 яйца, 2 ст. ложки сахара, 2 ч. ложки растворимого кофе, 4 ч. ложки какао-порошка, $\frac{1}{3}$ стакана сливок, 3 стакана молока.

Взбить до образования пены яйца, сахар, кофе, сливки, какао и, перемешивая, постепенно влить кипящее молоко.

Подавать в маленьких чашечках.

ХОЛОДНЫЙ ФРУКТОВЫЙ ПУНШ

По $2\frac{1}{2}$ стакана апельсинового и клюквенного сока, $1\frac{1}{4}$ стакана ананасного сока, 1 стакан газированной воды, кубики льда, кусочки свежих фруктов.



Смешать все соки в большой чаше и поставить в холодильник.

Перед подачей добавить газированную воду, разлить пунш по графинам, добавить кубики льда, кусочки фруктов.

ЯБЛОЧНЫЙ ПУНШ

3 стакана яблочного сока, 1 стакан воды, 150 г сахара, 1 лимон, несколько гвоздичек, корица (по вкусу).

Положить в воду пряности и сахар. Довести до кипения, процедить. Влить яблочный сок и еще раз прокипятить.

Подавать пунш горячим с тонким ломтиком лимона.

ГОРЯЧИЙ ФРУКТОВЫЙ ПУНШ

1 яичный желток, 4 ст. ложки ананасного сока, 1–2 ст. ложки апельсинового сиропа, 5 ст. ложек молока.

Положить в посуду яичный желток, влить ананасный сок, апельсиновый сироп и все тщательно перемешать. Затем, непрерывно помешивая, постепенно влить горячее молоко.

Процедить напиток через ситечко и подавать на стол.

НАПИТОК «ИМБИРНЫЙ»

50 г имбиря, 2 л воды, 300 г сахара.

Имбирь очистить от кожицы, тонко нарезать и сварить. Затем кусочки имбиря вынуть, в отвар засыпать сахар и, доведя до сильного кипения, положить в него кусочки имбиря и разлить по чашкам.

ГОРЯЧИЙ ЯБЛОЧНО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК

1¹/₄ стакана яблочного сока, 2 ст. ложки сахара, 2¹/₂ стакана молока, 3 ст. ложки молотых орехов.

Сок перемешать с сахаром и горячим молоком. Взбить с добавлением молотых поджаренных орехов.



ЯИЧНО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК

4 яичных желтка, 160 г меда, 2 стакана молока.

В посуду вылить желтки, добавить мед и, непрерывно помешивая, влить горячее молоко.

АБРИКОСОВО-ЯИЧНЫЙ НАПИТОК

$\frac{1}{2}$ стакана абрикосового сока, 2 яичных желтка, 1 стакан горячей воды.

В хорошо прогретый стакан вбить яичные желтки, влить абрикосовый сок и тщательно перемешать, а затем при непрерывном помешивании добавить горячую кипяченую воду, разлить в бокалы и сразу же подавать.

АБРИКОСОВЫЙ НАПИТОК

$\frac{1}{4}$ стакана абрикосового сока, $\frac{1}{2}$ стакана горячего молока, $\frac{1}{4}$ стакана йогурта или ряженки.

Молоко вскипятить и в горячем виде смешать с йогуртом или ряженкой, а затем при непрерывном помешивании добавить абрикосовый сок и хорошо размешать.



КВАСЫ



Квас прекрасно утоляет жажду, повышает аппетит, обладает тонизирующим действием, а также является основой многих блюд. Замечено еще одно его замечательное качество: кто пьет квас, того не тянет к спиртным напиткам. Неповторимый «букет» придают квасу душистые приправы и специи — мята, мед, хрен, корица, ягоды рябины, веточки черной смородины...

Историки утверждают, что первое упоминание о квасе русскими летописями датируется началом XI века. Русь славилась своими квасами, которые всегда можно было попробовать в торговых рядах, на балаганах, ярмарках. Было даже время, когда церковь пропагандировала этот напиток как средство борьбы с пьянством. Почти вплоть до XX века квас считался слабоалкогольным напитком, который готовили с использованием ржаного солода.

Позже его стали готовить в заводских условиях из остатков хлеба или сухарей. Были популярны также различные фруктовые и ягодные квасы, прекрасно утолявшие жажду. Особенно распространены квасы из свежих яблок, клюквы, груш, брусники, малины, сливы, изюма, моршкки и т. д.

ХЛЕБНЫЙ КВАС

1 вариант

250 г ржаного хлеба, 5 г дрожжей, 1 лимон, 4 л воды, 200–250 г сахара, изюм (по вкусу).



Хлеб разрезать на равные кусочки и слегка подсушить.

Примечание. Лучше всего использовать хлеб «Бородинский», который можно сушить в духовке на небольшом огне, все время его поворачивая, чтобы не подгорел.

Вскипятить воду (она должна быть хорошо прокипяченной, а еще лучше, если перед тем ее профильтровать) и залить ею остывший хлеб.

Накрыть кастрюлю и дать постоять несколько часов (лучше все это сделать с вечера, тогда ваш полуфабрикат постоит до утра).

Процедить получившуюся жидкость и добавить сахар.

Смешать дрожжи с сахаром и добавить в кастрюлю.

Из лимона выжать сок и также вылить в кастрюлю. Все хорошо перемешать.

Дать постоять одни сутки в теплом месте.

Процедить и разлить по бутылкам будущий квас, добавив в каждую по 3–4 изюмины.

Бутылки плотно закупорить и поставить в холодильник.

Через 2–3 дня квас готов и его можно употреблять.

Примечание. Имейте в виду, что настоявшийся квас сильно загазирован, поэтому открывать бутылки нужно с большой осторожностью.

II вариант

1 кг ржаного хлеба, 1 стакан сахара, 25 г дрожжей, 25 г мяты, $\frac{1}{4}$ стакана изюма, 6 л воды.

Ржаной хлеб нарезать небольшими кусочками, подсушить в духовке до румяного цвета.

Сухари положить в эмалированную посуду, залить кипятком, накрыть крышкой и настаивать в течение 6 часов.

Процедить, добавить разведенные в воде дрожжи, сахар, мяту и настаивать 5–6 часов.

Когда появится густая пена, жидкость осторожно процедить, разлить в бутылки, предварительно положив в них изюм. Квас закупорить и поставить в холодное место.

Через 2–3 дня квас готов.



III вариант

*250–300 г ржаных сухарей, 40–50 г пророщенного круп-
номолотого ячменя, 10–100 г меда, 8–10 л воды.*

Ржаной хлеб нарезать ломтиками, высушить, слегка под-
жарить на слабом огне.

В подготовленную емкость влить горячую воду, добавить
сухари, ячмень, мед, все перемешать и поставить на 2–3 дня
для закваски в темное прохладное место. Периодически сни-
мать появляющуюся пену.

Выдерживать квас на холоде 5–6 дней.

КВАС «КАЗАЦКИЙ»

*500 г ржаных сухарей, 10 л воды, 35 г дрожжей, 1 ст.
ложка муки, 3 1/2 стакана сахара, 1 лимон, 3 ст. ложки
изюма.*

Залить ржаные сухари кипятком, настоять в течение 10 ча-
сов. В стакане настоя развести дрожжи и муку, дать подойти.

Процедить ржаной настой через марлю, добавить сахар,
разведенные дрожжи и муку и поставить на 12 часов в теплое
место. Затем квас еще раз процедить, разлить в бутылки, поло-
жив в каждую кусочек лимона и несколько изюминок. Закупор-
ить и через 2 часа вынести в холодное место.

Как только квас остынет, его можно подавать к столу.

КВАС ИЗ ПШЕНИЧНЫХ ОТРУБЕЙ

I вариант

*800 г пшеничных отрубей, 1–2 лимона, 1 л горячей воды,
25 г дрожжей, 2 1/2 ст. ложки сахара.*

Пшеничные отруби и лимонную цедру залить горячей во-
дой, довести до кипения и варить в течение 1 часа. Затем проце-
дить через марлю, охладить до температуры 18 °С, добавить
дрожжи и сахар. Поставить на 10 часов для брожения.

Перед подачей на стол добавить лимонный сок.



Примечание. Получается кисловато-сладкий напиток с изумительным ароматом.

II вариант

500 г пшеничных отрубей, 3 л кипятка, 1 стакан сахара, 30–50 г дрожжей, 2 лимона.

Пшеничные отруби заварить кипятком, довести до температуры 100 °С на слабом огне, затем охладить до 20 °С, добавить сахар и дрожжи, отвар лимонной цедры и поставить для брожения на сутки.

После этого процедить через марлю, разлить в бутылки, закрыть пробками.

КВАС «ПЕТРОВСКИЙ»

5 л готового русского кваса, 125 г меда, 125 г корней хрена.

В небольшое количество кваса добавить мед, размешать до полного растворения, соединить с оставшимся квасом, положить нарезанный тонкими ломтиками хрен, плотно закрыть крышкой посуду и на 2–4 часа поставить в прохладное место, после чего процедить.

Подавать квас лучше охлажденным.

КАПУСТНЫЙ КВАС

1 кочан капусты (из него должно получиться 500 г сушеной капусты), 5 л воды, 50 г дрожжей, 1 стакан сахара.

Кочан капусты очистить от верхних листьев, нарезать пластинки шириной 3–4 см. Затем капусту хорошо промыть в чистой холодной воде и высушить на противнях в духовке, не допуская подгорания.

В подходящую посуду положить сушеную капусту, залить водой и прокипятить 15 минут. Затем снять с огня, дать массе немного остыть, отвар отцедить через сито.



В теплой воде развести дрожжи и вылить в отвар. Затем взять сахар, растворить в теплой кипяченой воде и также вылить в отвар. Посуду с квасом плотно закрыть, а еще лучше приготовленный напиток разлить по бутылкам и крепко закупорить их. Через 2 суток квас будет готов.

ОВОЩНОЙ КВАС

2 кочана капусты, 1 головка чеснока, 3 луковицы, 5 небольших морковок, 1 свекла, 2–3 репы, 1–2 корня сельдерея, 2–3 редьки, 2–3 ст. ложки растительного масла, немного тмина.

Овощи очистить, вымыть. Смешать нашинкованную капусту и все остальные ингредиенты. Потушить 3–4 часа в духовке до полной мягкости.

Из всей массы отжать сок, разлить в бутылки из толстого стекла. Плотно закупорить и хранить в лежачем положении в прохладном месте.

Пить квас нужно хорошо охлажденным.

СВЕКОЛЬНЫЙ КВАС

1 вариант

Сырая красная свекла и кипяченая вода — соотношение любое.

Свеклу промыть, нарезать кусочками, залить кипяченой водой, закрыть крышкой с дырочками, дать постоять 3–5 дней, и квас готов. По мере употребления каждый раз добавлять воду, пока квас не потеряет свой вкус. Хранить при комнатной температуре.

Свекольный квас придаст особый вкус селедке, если ее залить им на несколько минут, а затем его слить.

Капуста приобретет своеобразный приятный вкус, если ее ошпарить, присолить, слегка отжать, залить квасом, сверху посыпать зеленью петрушки, добавить немного чеснока и полить растительным маслом.



Свекольный квас можно использовать для приготовления окрошки — это зимний вариант.

II вариант

1 кг свеклы, 2 л воды, 1 1/2 ч. ложки сахара, 1 кусок черного хлеба, 1 зубок чеснока, сахар, соль (по вкусу).

Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке, поместить в глиняную или стеклянную посуду и залить водой. Туда же положить кусок хлеба, сахар, соль, добавить зубок растолченного чеснока. Обвязать посуду марлей или салфеткой, поставить в теплое место на 3–5 дней.

Готовый квас процедить, разлить в бутылки.

III вариант

1 кг отварной свеклы, 2 л воды, 200 г ржаных сухарей.

Свеклу очистить, нарезать небольшими кусочками или натереть на крупной терке, залить кипятком и оставить в теплом месте на 1–2 часа. Охладить, опустить в отвар марлевый мешочек с кусочками ржаного хлеба и поставить на сутки для брожения. Готовый квас процедить и охладить.

МОРКОВНЫЙ КВАС

I вариант

2 кг моркови, 500 г сахара, 50 г дрожжей, 1 ломтик черного хлеба, 4 л теплой кипяченой воды, лимонная кислота, корица и гвоздика (по вкусу).

Морковь вымыть, очистить, натереть на терке и залить теплой кипяченой водой. Затем добавить сахар, лимонную кислоту, гвоздику, корицу, растертые с сахаром дрожжи, ломтик хлеба, размешать и поставить в теплое место на ночь.

Утром процедить квас через марлю, разлить в бутылки и оставить при комнатной температуре. Квас готов к употреблению на следующий день.



II вариант

2 моркови, 200 г поджаренных до коричневого цвета корочек ржаного хлеба, 2 л теплой кипяченой воды, 20 г дрожжей, 1 стакан сахара, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонной кислоты, немного муки.

Морковь очистить, вымыть, натереть на терке, положить в трехлитровую стеклянную банку, добавить ржаной хлеб, залить водой и настаивать не менее 10 часов, прикрыв банку марлей. После настаивания жидкость отцедить, добавить разведенные в теплой воде дрожжи, небольшое количество муки, сахар и поставить для брожения на 10 часов. После этого в квас добавить лимонную кислоту.

Получится отличный освежающий напиток, обогащенный микроэлементами и витаминами.

КВАС ИЗ РЕВЕНЯ

I вариант

500 г ревеня, 2,5 л воды, 15 г дрожжей, 200 г сахара.

Вымытые черешки ревеня мелко нарезать, положить в кастрюлю, залить водой и варить до мягкости, затем процедить. Когда отвар остынет, положить сахар, дрожжи, размешать и оставить на сутки в тепле. Затем разлить в бутылки и положить их (горизонтально) в холодное место. Через 2–3 дня квас готов.

Примечание. Для цвета в квас можно добавить фруктовый или свекольный сок.

II вариант

Ревень вымыть, нарезать тонкими ломтиками поперек волокон, залить водой, проварить вместе с приправами. Затем воду отцедить, добавить сахар и в теплую жидкость (20–30 °C) положить дрожжи. Держать несколько дней в теплом месте.

Перebroдивший сок перелить в бутылки, добавив в каждую 5–6 изюминок. Хранить в холодном месте.



КВАС С ХРЕНОМ

500 г ржаного или пшеничного хлеба, 4 л воды, 100 г корня хрена, 2¹/₂ стакана сахара, 200 г меда, 50 г дрожжей, 1 стакан изюма.

Хлеб нарезать, подсушить в духовке, залить кипятком и поставить для настаивания на 6 часов. Настой слить, процедить, добавить тертый хрен, сахар, дрожжи, разведенные в холодной кипяченой воде, и оставить для брожения.

Через 5–6 часов процедить, добавить мед, изюм, хорошо размешать, разлить в бутылки и поставить в холодное место на 2–3 дня. Подавать квас охлажденным.

ТМИННЫЙ КВАС

30–50 г тмина, 1 кг черного хлеба, 25 г дрожжей, 1¹/₂ стакана сахара, 10 л воды.

Черный хлеб нарезать небольшими кусочками и высушить.

Вскипятить воду, залить ею высушенный хлеб и оставить на 3–4 часа, затем процедить. Добавить дрожжи, сахар, тмин и, закрыв крышкой, поставить в теплое место. Через 2–3 дня процедить квас через 2–3 слоя марли.

Готовый квас хранить в прохладном месте.

ПРЯНЫЙ КВАС

По 500 г ржаных и пшеничных сухарей, 5 л горячей воды, 300 г сахара, 25 г дрожжей, 30 г смеси мяты и душицы, 1 лимон, изюм (по вкусу).

Сухари поджарить до подрумянивания, залить кипятком и дать настояться 2 часа.

В полученный настой (сусло) добавить сахар и разведенные дрожжи. Оставить на сутки для брожения. Затем снять пену, добавить настой пряных трав из смеси мяты и душицы и цедру лимона. Перемешать, разлить в бутылки, положить в каждую бутылку по 3–4 изюминки, бутылки закупорить пробками, оставить на сутки в комнате. Хранить готовый квас на холоде.



ИМБИРНЫЙ КВАС

800 г ржаного хлеба или 500 г сухарей, 5,5 л воды, 300 г яблочного сиропа, 300 г сахара, 35 г дрожжей, 6 г имбиря.

Ржаной хлеб или ржаные сухари залить кипятком (5 л) и оставить так на 5–8 часов. Полученное сусло слить.

Имбирь варить в воде 20 минут, процедить. Отвар соединить с хлебным суслом, довести до кипения, потом охладить. Влить яблочный сироп, положить сахар, дрожжи и оставить на сутки для брожения при комнатной температуре.

Затем квас разлить по бутылкам и охладить.

КВАС С КОРИЦЕЙ

1 кг бородинского хлеба, 6 л воды, 1 ст. ложка молотой корицы, 25 г дрожжей, 600 г сахара, 1 ст. ложка пшеничной муки, $\frac{1}{2}$ стакана свекольного сока.

Бородинский хлеб мелко нарезать, посыпать молотой корицей и залить кипятком.

Дрожжи растворить в небольшом количестве теплой кипяченой воды, добавить муку и хорошо размешать. Когда смесь хлеба с водой остынет до 25 °С, добавить подготовленные дрожжи, перемешать и оставить для брожения на 5 дней. Затем добавить растворенный в 1 л кипятка сахар и поставить квас в холодное место. Через 4 дня процедить, влить свекольный сок и кипятить на протяжении 15 минут. Охладить, разлить в бутылки, плотно закупорить и оставить на сутки в теплом месте. Потом охладить.

КВАС ИЗ ДЫНИ

2 кг спелой очищенной дыни, 7,5 л воды, 400 г сахара, 25 г дрожжей, изюм, имбирь (по вкусу).

Дыню вымыть, очистить от кожицы, мелко порезать. Залить кипятком, перемешать, дать остыть. Положить дрожжи. Размешать, накрыть, поставить на солнце.



Когда квас начнет бродить, процедить его, всыпать сахар, размешать. Затем разлить в бутылки, положить в каждую по 2–3 изюминки, добавить толченый имбирь, плотно закупорить. Держать на холоде в лежачем положении.

ЛИМОННЫЙ КВАС

I вариант

2–3 лимона (или разведенная по вкусу лимонная кислота), 4 л воды, 350 г сахара, 10 г дрожжей.

Налить в кастрюлю воду и добавить в нее сахар. По мере того как вода будет нагреваться, размешивать сахар до полного растворения. Когда вода вскипит, снять ее с огня и остудить, добавив дрожжи. Из лимонов выжать сок и вылить его в кастрюлю. Все хорошо перемешать и разлить по бутылкам. Плотно их закупорить и поставить в холодильник.

Через 2–3 дня квас готов к употреблению.

II вариант

1 лимон, 4 ст. ложки меда, 6 ч. ложек сахара, 1,5 л воды, изюм (по вкусу).

Вскипятить воду и охладив ее до 60–70 °С, влить сок, выжатый из лимона, добавить мед, сахар, нарезанную кожуру лимона, все размешать, накрыть марлей и дать сутки настояться. После этого процедить через марлю и разлить в бутылки. Добавить в каждую по 4–5 изюминок, закупорить пробкой, вынести для выдержки и созревания в холодное место на неделю. К столу подавать квас только охлажденным.

III вариант

3 лимона, 750 г сахара, 230 г изюма, 100 г дрожжей, 1½ ст. ложки муки, 1 ч. ложка риса, 10 л воды.

Лимоны вымыть, разрезать, удалить зерна и вместе с кожей положить в подходящую емкость. Туда же засыпать сахар,



200 г изюма, влить 7,5 л кипятка. Когда вода остынет, добавить в нее дрожжи, разведенные в 1 стакане теплой воды с мукой. На следующий день влить еще $7\frac{1}{2}$ стакана холодной воды. Как только лимоны и изюм всплывут и появится пена, квас необходимо тут же процедить и разлить в бутылки. В каждую бутылку положить по 2–3 изюминки и несколько зерен риса. Бутылки хорошо закупорить и поставить в холодное место.

Через 8 дней квас готов.

АПЕЛЬСИНОВЫЙ КВАС

500 г апельсинов, 700–800 г сахара, 20–30 г дрожжей, 8–10 л воды, 1 лимон или лимонная кислота (по вкусу).

Апельсины вымыть, половину очистить от корки. Все апельсины нарезать тонкими ломтиками, слегка раздавить с сахаром, залить теплой кипяченой водой, добавить отжатый из лимона сок или лимонную кислоту и растертые с сахаром дрожжи. Все размешать.

Через сутки процедить жидкость через марлю, разлить в бутылки, плотно закупорить. Оставить еще на сутки при комнатной температуре, а затем перенести в холодное место.

КВАС НА ЯБЛОКАХ

1 кг антоновских яблок, 100 г сахара, 200 г меда (лучше взять незасахарившийся мед золотистого цвета), 30 г дрожжей, 1 ч. ложка корицы, 4 л воды.

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нашинковать очень тонкими ломтиками. Затем положить нарезанные яблоки в большую эмалированную кастрюлю, залить холодной водой. Довести воду с яблоками до кипения. Снять кастрюлю с огня и поставить в теплое место. Настаивать яблочный отвар 2–3 часа. Затем процедить через мелкое сито, добавить сахар, мед, корицу, разведенные в теплой воде дрожжи, накрыть салфеткой и настаивать 10–12 часов. Яблочный настой процедить, разлить в бутылки, плотно закрыть пробками и охлаждать 12–14 часов. Подавать к столу охлажденным.



КВАС ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК (ИЛИ ГРУШ)

500 г сушеных яблок (или груш), 2,5 л воды, 250 г сахара, 10 г дрожжей.

Сушеные яблоки или груши залить кипятком, проварить, накрыть крышкой и остудить. Отвар слить, добавить сахар и охладить. Дрожжи растереть с сахаром, соединить с отваром и поставить в теплое место на 2–3 дня. Готовый квас разлить в бутылки, закупорить, хранить в холодном месте.

ГРУШЕВЫЙ КВАС

1,5 кг груш, 600–800 г сахара, 20–30 г дрожжей, 1½ ст. ложки изюма, 8–10 л воды, лимонная кислота (по вкусу).

Груши вымыть, нарезать тонкими ломтиками, посыпать сахаром и слегка раздавить. Затем залить теплой кипяченой водой, добавить лимонную кислоту и растертые с сахаром дрожжи. Поставить в теплое место.

Через 12–14 часов, когда на поверхности появится пена, процедить через марлю и разлить в бутылки, положив в каждую по 2–3 ягодки изюма. Бутылки плотно закупорить, поставить в холодное место.

Примечание. Если груши ароматные, запах во время брожения усилится и будет ярко выраженным в квасе.

КВАС ИЗ СУШЕНЫХ АБРИКОСОВ

600 г сушеных абрикосов без косточек, 9 л воды, 400 г сахара, 25 г дрожжей, изюм (по вкусу).

Сушеные абрикосы мелко порезать, залить водой (1,5 л), сварить до мягкости, перелить в другую посуду вместе с отваром. Влить кипяток (7,5 л), перемешать, дать остыть. Положить дрожжи. Размешать, накрыть, поставить на солнце. Когда квас начнет бродить, процедить его, всыпать сахар, размешать.

Разлить в бутылки, положить в каждую по 2–3 изюминки, плотно закупорить. Держать на холоде в лежащем положении.



Примечание. Так же можно приготовить и квас из чернослива.

КВАС ИЗ ГРУШ И БРУСНИКИ

1 кг груш, 1 стакан брусники, 10 л воды, 20–30 г дрожжей, 1 горсть пшеничной муки, сахар, лимонная кислота (по вкусу).

Груши вымыть, очистить и некрупно порезать, залить водой и прокипятить 15–20 минут, затем добавить бруснику, растертые с сахаром дрожжи, пшеничную муку и оставить для брожения на 3 суток. После этого процедить, разлить в бутылки, охладить.

КВАС ИЗ СЛИВ

2 кг слив без косточек, 9 л воды, 400 г сахара, 25 г дрожжей, изюм (по вкусу).

Высыпать в посуду вымытые сливы, залить кипятком, перемешать, дать остыть. Положить дрожжи, размешать, накрыть, поставить на солнце. Когда квас начнет бродить, процедить его, всыпать сахар, размешать. Затем разлить в бутылки, положить в каждую по 2–3 изюминки, плотно закупорить.

Держать бутылки на холоде в лежащем положении.

КВАС ИЗ ФРУКТОВЫХ ОЧИСТОК

Когда вы готовите фрукты к переработке, то остаются кожура и сердцевина плодов, семечки и другие очистки. Не выбрасывайте их — из них можно приготовить прекрасный квас.

6 кг фруктовых очисток, 6 л крутого кипятка, 400 г сахара, $\frac{1}{2}$ ст. ложки корицы, 1 стакан жидких дрожжей, изюм.

Фруктовые очистки залить крутым кипятком и выдержать при комнатной температуре 3 дня.



Сварить сироп из сахара с добавлением корицы, вылить его в замоченные очистки. Прибавить туда же жидкие дрожжи, тщательно вымешать и поставить на 3 дня в холодное место, а потом еще 2 дня продержать при комнатной температуре. Когда квас начнет пениться, осторожно процедить его и дважды прокипятить.

Затем снова процедить через полотно или несколько слоев марли, охладить и разлить по бутылкам, положив в них по 1–2 изюминки. Закупорить, выдержать 1–2 дня при комнатной температуре, а затем вынести на холод.

Через 7 дней квас готов.

КВАС ИЗ ШЕЛКОВИЦЫ

1,5 кг плодов шелковицы, 500 г сахара, 10 л кипяченой теплой воды, 1 ч. ложка молотой гвоздики, 20–30 г дрожжей, 1 ломтик ржаного хлеба, лимонная кислота (по вкусу).

Вымытые плоды шелковицы раздавить с сахаром, залить водой, добавить лимонную кислоту. Охладить, добавить молотую гвоздику, растертые с сахаром дрожжи и ломтик ржаного хлеба. Через 10 часов процедить жидкость сквозь марлю, разлить в бутылки, плотно закупорить и поставить на сутки в теплое место, а затем перенести в холодное.

Примечание. Плоды шелковицы очень сладкие, но без аромата. Цвет кваса — рубиновый.

Подобным образом можно приготовить квас из бузины.

ВИШНЕВЫЙ КВАС

4 кг спелых вишен, 300 г сахара, 8 л воды, 35–40 г изюма.

Промытые, очищенные от косточек вишни уложить в эмалированную кастрюлю, залить водой в соотношении 1:2 и кипятить до тех пор, пока вода не станет темно-красной.

Горячий сок профильтровать через несколько слоев марли, слить его в эмалированную (или лучше всего — деревянную) емкость, добавить сахар, изюм, накрыть и оставить для сбраживания. Когда сок начнет бродить, разлить его в бутылки.



КВАС ИЗ БОЯРЫШНИКА

1 кг плодов боярышника, 10 л воды, 2 стакана меда или сахара, 30 г дрожжей.

Плоды боярышника промыть и варить в небольшом количестве воды на слабом огне 1–2 часа. Затем протереть через сито, развести водой до нужной густоты (обычно 10 л), дать отстояться, процедить, добавить мед или сахар, дрожжи и оставить доходить на 10 часов.

Примечание. Сок боярышника полезен при болезнях сердца, щитовидной железы, при лечении атеросклероза.

РЯБИНОВЫЙ КВАС

500–700 г ягод красной рябины, 300 г сахара, 10 г дрожжей, 3 л воды.

Рябину вымыть, уложить в кастрюлю, залить кипятком и поставить на плиту. Кипятить на слабом огне при закрытой крышке 25–30 минут. Затем отвар процедить, ягоды протереть, опять залить отваром и снова процедить (лучше всего через сложенную втрое марлю).

В процеженный отвар добавить сахар, дрожжи. Оставить для брожения на 12–15 часов, а затем перелить в бутылки. Закупорить их пробками и выдержать в холодном месте 2–3 недели.

КВАС ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ

1 кг спелой черноплодной рябины, 5 л кипятка, 20 г дрожжей, 3–4 стакана сахара (по вкусу).

Ягоды черноплодной рябины хорошо перебрать, дважды промыть, положить в эмалированную кастрюлю, размять, залить кипятком и прокипятить. Теплую жидкость процедить через марлю. Разведенные отдельно в небольшом количестве воды дрожжи влить в квас, засыпать туда же сахар, хорошо все размешать, разлить по бутылкам и, плотно закупорив, вынести в холодное место.



Внимание! Следует помнить, что черноплодную рябину нельзя употреблять при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при повышенном протромбиновом индексе крови, ограничено — при тромбозах и тромбофлебитах. Соответственно и данный квас при этих заболеваниях тоже противопоказан.

КВАС ИЗ ОБЛЕПИХИ

1 кг мезги облепихи, 10 л воды, 2 стакана меда, 30 г дрожжей.

Облепиху хорошо вымыть, обсушить, отжать сок, выжимки (мезгу) залить водой, кипятить 10–15 минут, дать остыть, жидкость отцедить, добавить в нее мед и дрожжи. Оставить для брожения на 8–12 часов, после чего квас готов.

КВАС ИЗ ГОЛУБИКИ

2 кг голубики, 10 л холодной воды, 2 стакана меда, 30 г дрожжей.

Голубику выдержать 12 часов после сбора, затем промыть, растолочь деревянным пестиком, залить холодной водой, довести до кипения, охладить, процедить, добавить мед и дрожжи. Квас будет готов через 10 часов.

КЛЮКВЕННЫЙ КВАС

1 вариант

1 кг клюквы, 4 л воды, 350 г сахара, 10 г дрожжей.

Клюкву перебрать, сполоснуть в воде и выложить в кастрюлю. Размять ягоды толкушкой и залить водой. Поставить кастрюлю на огонь и, доведя до кипения, варить 10 минут. Процедить полученную жидкость через марлю, добавить в нее сахар и размешать, пока он не растворится.

Смешать дрожжи с сахаром и выложить в кастрюлю. Все хорошо размешать до полного растворения.



Разлить квас по бутылкам, плотно закупорить и поставить в холодильник. На третий день квас можно употреблять.

II вариант

500 г клюквы, 5 л воды, 500 г сахара, 25 г дрожжей, 25 г изюма, $\frac{1}{2}$ пакетика ванилина.

Клюкву промыть, засыпать в кастрюлю, залить водой и кипятить. Затем процедить, добавить сахар, охладить, добавить дрожжи.

На следующий день добавить изюм и ванилин. Хорошо закрыть и поставить в холодное место. Через 3 дня квас готов.

КВАС ИЗ ЕЖЕВИКИ

1 кг ежевики, 5 л кипяченой воды, 1 стакан сахара, 30 г дрожжей, изюм.

Для приготовления кваса собранные ягоды выдержать в корзинах перед использованием 10–12 часов, чтобы они стали более мягкими и хорошо выделяли сок без обработки кипятком. После этого поместить ягоды в эмалированную кастрюлю, размять их пестиком и залить горячей водой. Настаивать сутки.

Затем отцедить настой через сито или марлю, добавить сахар и дрожжи. Через сутки квас готов.

Примечание. Можно приготовить таким же способом квас из ежевики, но с добавлением душицы. Для этого в отцеженный настой положить 10 веточек душицы и настаивать сутки. Затем процедить еще раз и разлить в бутылки, положив в них по 2–3 изюминки.

Квас из ежевики очень вкусен, хорошо утоляет жажду в летнюю пору и восстанавливает силы.

КВАС ИЗ ШИПОВНИКА

1 кг ягод шиповника, 800 г — 1 кг сахара, 20–30 г дрожжей, 1 ломтик ржаного хлеба, 10 л воды.



Ягоды шиповника вымыть, удалить косточки, мелко нарубить, а затем растереть с сахаром и залить водой. В теплую жидкость добавить растертые с сахаром дрожжи и ломтик хлеба. Поставить в теплое место; когда начнет закисать, процедить через марлю, разлить в бутылки, плотно закупорить, поставить в теплое место и через 24 часа перенести в холодное место.

Примечание. В этом квасе содержится витамин С. При желании в него можно добавить по вкусу лимонную кислоту.

КВАС ИЗ МОРОШКИ

800 г морошки, 4 л горячей воды, 25 г дрожжей, 200 г сахара, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонной кислоты.

Ягоды морошки перебрать, вымыть, обсушить, затем размять пестиком, залить горячей водой, довести до кипения, настоять 2–3 часа, процедить, добавить разведенные дрожжи, сахар, лимонную кислоту и оставить для брожения.

БРУСНИЧНЫЙ КВАС

1,3 кг брусники, 3–5 г дрожжей, 10 л воды, 700 г сахара.

Ягоды перебрать, промыть, обсушить и размять деревянной толкушкой в эмалированной посуде. Залить кипятком, перемешать, накрыть марлей или салфеткой, оставить в теплом месте и, время от времени помешивая, выдержать настой 8–10 часов. Затем процедить, добавить разведенные в теплой воде дрожжи и сахар. Снова накрыть марлей и поставить в теплое место на 24 часа.

Когда появится пена, процедить, разлить по бутылкам, плотно закупорить и поместить в холод на 12–18 часов.

Готовый квас хранить в прохладном месте.

КВАС ИЗ ИРГИ

1 кг спелых ягод ирги, 10 л воды, 2 стакана меда, 25–30 г дрожжей.



Ягоды ирги вымыть, растолочь деревянным пестиком в деревянной или эмалированной посуде, залить водой и довести до кипения, охладить. Затем отвар отцедить, добавить в него мед и дрожжи. Дать перебродить в течение 10–12 часов. Затем разлить в бутылки и хранить на холоде.

Использовать как лечебный напиток при гипертонии.

МАЛИНОВЫЙ КВАС

1 кг ягод малины, 700–800 г сахара, 20–30 г дрожжей, 10 л воды, лимонная кислота (по вкусу).

Вымытые ягоды раздавить и залить кипятком, накрыть крышкой. Через 12 часов процедить, добавить сахар, лимонную кислоту и дрожжи. Размешать, накрыть посуду чистой тканью и оставить в теплом месте еще примерно на 12 часов.

Если вы хотите подольше сохранить квас, его нужно разлить в бутылки, не доливая их примерно на 5 см, и закупорить пробками (полиэтиленовыми или обычными).

Квас поставить в прохладное место. Через 3 дня он готов.

КЛУБНИЧНЫЙ КВАС

500 г ягод клубники, 1,5 л воды, 8 ч. ложек сахара, 2 ст. ложки меда, 2 г лимонной кислоты.

Клубнику вымыть, выложить в эмалированную посуду, залить водой, нагреть до кипения, затем снять с огня, выдерживать 10 минут. Затем отвар процедить, добавить мед, сахар, лимонную кислоту, размешать, вторично процедить и разлить по бутылкам. (Бутылки наполнить на 7–10 см ниже верха горлышка.) Затем их закупорить и поставить в холодное место на 7–10 дней.

КВАС ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ И ЛЕПЕСТКОВ РОЗЫ

1 кг ягод красной смородины, 500 г лепестков красной розы, 10 л кипяченой воды.



Ягоды красной смородины промыть, поместить в подходящую емкость, добавить вымытые лепестки красной розы, залить кипяченой водой и поставить в прохладное место на 3 дня. Затем профильтровать и процедить через марлю.

Примечание. Получается ароматный освежающий напиток.

КВАС ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

I вариант

1 л сока черной смородины (сырой), 5 л воды, 20 г дрожжей, сахар (по вкусу).

Прокипевшую подслащенную воду остудить, влить в нее сок черной смородины, положить дрожжи, растертые с 1 ч. ложкой сахара, и поставить на 1–2 дня в теплое место. Затем разлить квас по бутылкам, закупорить и хранить на холоде.

II вариант

1 кг черной смородины, 800 г сахара, 2–3 гвоздички, 20–30 г дрожжей, 1 ст. ложка изюма, молотая корица (на кончике ножа), 10 л воды.

Смородину вымыть, обсушить, размять, залить кипяченой водой, добавить сахар, молотые корицу и гвоздику, изюм, растертые с сахаром дрожжи и оставить на 8–10 часов для брожения. Затем процедить, разлить по бутылкам, плотно закупорить и поставить в холодное место.

КВАС С ЛИСТОМ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

1 кг подсушенного черствого ржаного хлеба, 100 г листьев черной смородины, 1 стакан сахара, 8 л кипятка. Для закваски: 40 г прессованных дрожжей, 2 ст. ложки муки, 1 стакан воды.

В эмалированную кастрюлю положить подсушенный черствый ржаной хлеб, листья смородины, сахар и залить все ки-



пятком. Перемешать, выдержать 4–5 часов при температуре около 20 °С.

Охлажденное сусло слить в другую посуду, добавить закваску, приготовленную из дрожжей, муки и воды.

Сусло поставить для брожения в прохладное место на 2–3 дня. После этого сусло прокипятить, снять пену и процедить. Разлить в бутылки и поставить для созревания в прохладное место на 7 суток.

КВАС ИЗ СМЕСИ ЯГОД

1 кг ягод (черная смородина, лесная малина, ежевика, брусника, черника), изюм (по вкусу).

Для сиропа: 4 л воды, 600 г сахара.

Каждый вид ягод очистить в отдельности от плодоножки, чашечек, листа, удалить поврежденные ягоды, вымыть, дать стечь воде, размять, уложить в эмалированную посуду, залить теплым сахарным сиропом.

Полученную смесь тщательно размешать, накрыть марлей, выдержать сутки при температуре 18–20 °С, после чего профильтровать через марлю, разлить в подготовленные бутылки и в каждую добавить по 4–5 изюминок.

Бутылки наполнить примерно на 5 см ниже горлышка. Наполненные бутылки закупорить пропаренными пробками, завязать шпагатом и вынести на холод для выдержки и созревания на неделю.

МЯТНЫЙ КВАС

2–3 веточки мяты, 40–45 г ржаных сухарей или сухого хлебного кваса, 1¹/₂ ст. ложки сахара, 1 л воды, 5–10 г дрожжей, 1 ч. ложка изюма.

Ржаные сухари хорошо подсушить и измельчить. Затем высыпать сухари или сухой хлебный квас в неокисляющуюся посуду, залить водой, размешать, накрыть крышкой или завязать плотной материей и поставить в теплое место на 1,5–2 часа для настаивания, периодически помешивая.



Полученную жидкость слить, добавить разведенные в теплой воде дрожжи, сахар и мяту и выдержать при комнатной температуре в течение 10–12 часов. Затем квас процедить через марлю и разлить в бутылки, добавив в каждую по 2–3 изюминки. Бутылки плотно закупорить, выдержать при комнатной температуре еще 2–3 часа, а затем поставить в холодильник.

КВАС С ЧАБРЕЦОМ

1 л хлебного кваса, 20 г чабреца, 1¹/₂ ст. ложки сахара.

Сухие листья чабреца отварить в небольшом количестве хлебного кваса (около 1 стакана), приготовленного обычным способом, затем влить остаток кваса, добавить сахар, перемешать и оставить на 10–12 часов. Процедить, разлить в бутылки, плотно закупорить и охладить.

КВАС ИЗ СОСНОВОЙ ХВОИ

1 кг сосновой хвои, 6 л кипятка, 300 г ржаного хлеба, 1 стакан мяты или душицы, сахар, лимонная кислота (по вкусу).

Подготовка сосновых веток: хвою отделить от веток ножницами, промыть теплой водой, после этого поместить в марлевый мешочек и опустить в кастрюлю с кипящей водой на 1–2 минуты. Затем уложить хвою в другую подходящую емкость, залить кипятком (5 л), добавить мелко накрошенный ржаной хлеб, сахар и лимонную кислоту, настоем мяты или душицы (его приготовить так: мяту или душицу залить 1 л крутого кипятка, настоять не менее 1 часа и процедить). После этого выдержать при температуре 18–20 °С в течение 12 часов.

МЯТНО-КЛЮКВЕННЫЙ КВАС

500 г клюквы, 3 л воды, 300 г сахара, 1 стакан мяты перечной, 10 г дрожжей.

Клюкву вымыть, размять, влить 2 л воды, варить 10 минут, затем процедить, добавить сахар, остудить.



Мяту перечную залить 1 л крутого кипятка, поддержать так 1 час, затем процедить и слить в отвар клюквы. Добавить дрожжи, слить в банку. Поставить на 3 дня в темное прохладное место.

КВАС НА ЧЕРЕМУХЕ

3 стакана ягод черемухи, 300 г сахара, 3 л воды, 5 г дрожжей.

Промытые ягоды засыпать сахаром и оставить на 10–12 часов. Затем тщательно перемешать, добавить воду, дрожжи и оставить для брожения еще на 10–12 часов.

После этого процедить через сито и дать постоять несколько дней.

КВАС ИЗ ПИЖМЫ

1 л хлебного кваса, 5 г сухих цветочных корзинок пижмы, 1 ч. ложка сахара.

Сухие цветочные корзинки пижмы поместить в марлевый мешочек и опустить в обычный хлебный квас на 12–24 часа. Затем пижму удалить, добавить сахар, перемешать и оставить еще на 2 часа. Потом квас охладить.

КВАС НА БЕРЕЗОВОМ СОКЕ

1 вариант

3 л березового сока, 2 стакана пережаренных сухарей, 2 ст. ложки сушеных плодов вишен, 1 ст. ложка сухой зелени укропа, 1 ч. ложка измельченной коры дуба.

В трехлитровую стеклянную банку с соком березы опустить марлевый мешочек с пережаренными сухарями, добавить сушеные плоды вишни и сухую зелень укропа.

Поставить настаиваться на 2 суток, затем профильтровать жидкость через марлю или сито, добавить измельченную кору дуба, банку закрыть и оставить на 2 недели.



II вариант

1 л березового сока, 10–15 г дрожжей.

Березовый сок нагреть до 35 °С, добавить дрожжи, закупорить и поставить в холодильник. Через 3–4 дня квас готов.

Примечание. Этот кисловатый напиток может храниться довольно долго.

III вариант

5 л березового сока, 2–3 лимона, 25 г дрожжей, мед, изюм (по вкусу).

К березовому соку добавить сок лимонов, разведенные в воде дрожжи, мед. В бутылки положить по 2–3 изюминки, затем влить туда квас. Закупорить бутылки и несколько дней хранить в прохладном месте.

КВАС ИЗ КОНЦЕНТРИРОВАННОГО СОКА

Примечание. Этот квас можно приготовить из любого концентрированного сока, лучше, конечно, кислого.

1 л фруктового или ягодного сока, 10 л воды, 500–700 г сахара (если сок сладкий, то меньше), 20–30 г дрожжей.

В горячую кипяченую воду налить сок и насыпать сахар. Все перемешать. Когда смесь остынет, добавить дрожжи и размешать. Поставить в теплое место, затем разлить в бутылки, закупорить и хранить на холоде.

МОЛОЧНЫЙ КВАС

2 л кваса, 2 л молока, 100 г сахара, 25 г дрожжей.

Вскипятить молоко с сахаром, охладить, добавить разведенные дрожжи и заквасить, затем охладить и налить в бутылки.

Примечание. Желательно использовать молоко с пониженным содержанием жира или снятое молоко — в этом случае квас получается более освежающим.



КВАС НА КИСЛОМ МОЛОКЕ

2 стакана ржаной муки грубого помола, 6 л воды, 1 л кислого молока, 10 г дрожжей, 400 г сахара или 300 г меда.

Из ржаной муки и кипятка приготовить редковатое тесто и взбивать его до тех пор, пока оно не станет однородным, светлым и пенистым. Затем развести его теплой кипяченой водой так, чтобы жидкость получилась немного слизистой, добавить взбитое кислое молоко, дрожжи, сахар или мед. Поставить на 10–12 часов в теплое место для брожения.

Готовый квас процедить, поставить в холодное место.

КВАС НА ПАТОКЕ

600 г черного, хорошо выпеченного и в маленьких кусочках хорошо высушенного ржаного хлеба, 6 л кипятка, 400 г темной патоки, 2 ст. ложки жидких дрожжей, 1 ст. ложка пшеничной муки, изюм (по вкусу).

Ржаной хлеб положить в подходящую емкость, залить кипятком, сразу покрыть плотной салфеткой, дать так постоять, пока не будет теплоты парного молока, тогда процедить сквозь чистую салфетку, но не выжимать.

Добавить темную патоку, хорошенько размешать (чтобы не осталось на дне) и влить в эту жидкость дрожжи, смешанные с пшеничной мукой, поставить на сутки в теплую комнату. Затем процедить и перелить в бутылки, положив в каждую по 2 изюминки, тщательно закупорить и поставить в холодное место.

Употреблять можно не ранее чем через 2 дня.

КАРАМЕЛЬНЫЙ КВАС

1,2 кг сахара, 20–30 г дрожжей, 10 л воды, апельсиновый или ананасный сок, лимонная кислота (по вкусу).

Приготовить карамель из 500 г сахара, развести ее кипятком и влить в кипяченую воду, добавив оставшийся сахар и лимонную кислоту. Охладить жидкость и смешать с дрожжа-



ми, растертыми с сахаром и соком. Все размешать и разлить в бутылки. Плотнo закупорить их. Через 2–3 дня квас готов.

КВАС НА ПИВЕ

500 мл пива, 5 л воды, 1 стакан сахара, $\frac{1}{2}$ стакана изюма, $\frac{1}{2}$ лимона, 10 г дрожжей.

Пиво смешать с кипятком, добавить в эту смесь сахар, изюм, лимонный сок и цедру $\frac{1}{4}$ лимона. Накрыть толстой тканью и отставить на 3–4 часа.

В охлажденную смесь положить дрожжи и поставить в теплое место. Когда квас забродит и сверху покроется пеной, процедить его через марлю или густое сито, разлить в бутылки, положив в каждую 2–3 изюминки. Закупорить квас пробками и завязать шпагатом. Когда в бутылках появится пена, вынести их в холодное место.

Через сутки квас готов к употреблению.



Если вы готовите квас (любой) для того, чтобы сразу же использовать, можно не разливать его в бутылки. Кастриюлю с квасом нужно накрыть крышкой и поставить в прохладное место. 3–5 дней квас полностью сохраняет свои вкусовые качества, а потом становится кислым и невкусным.



МОРСЫ



СВЕКОЛЬНЫЙ МОРС

1–2 крупные свеклы, 3 ст. ложки сахара, 1 лимон.

Свеклу очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Сок отжать, а отжимки залить горячей водой и кипятить 15 минут. Процедить, добавить сахар, лимонный сок и отжатый свекольный сок. Перемешать. Пить охлажденным.

Примечание. Если готовить такой морс впрок, то нужно довести его до кипения и охладить.

МОРС ИЗ РЕВЕНЯ

200 г ревеня, 2–3 ст. ложки сахара или меда, 1 л воды, 2–3 гвоздички, лимонная или апельсиновая цедра (по вкусу).

Ревень вымыть, нарезать поперек волокон, сварить вместе с приправами, процедить, остудить.

Добавить в отвар сахар или мед.

МОРС ИЗ ФРУКТОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО СИРОПА

$\frac{1}{2}$ – $\frac{3}{4}$ стакана фруктового или ягодного сиропа, 1 л воды, лимонная кислота (по вкусу), кусочки льда.

К фруктовому или ягодному сиропу добавить кипяченую воду, перемешать. Если напиток слишком сладкий, добавить лимонную кислоту или кислый сок.



МОРС ИЗ ЯГОДНОГО ИЛИ ФРУКТОВОГО СОКА

1 стакан любого сока, 1 л воды, сахар (по вкусу).

Сахар залить кипяченой водой и дать ему полностью раствориться. Затем подслащенную воду соединить с соком, хорошо перемешать и слегка охладить.

МОРС ИЗ ВИНОГРАДНО-ЯБЛОЧНОГО СОКА С ГВОЗДИКОЙ

1 стакан яблочного сока, $\frac{1}{2}$ стакана виноградного сока, 100 г сахара, 1 лимон, $2\frac{1}{2}$ стакана воды, 20 гвоздичек.

Гвоздику залить водой, довести до кипения, проварить 3–5 минут. Охладить, добавить лимонный сок и настаивать на протяжении 1 часа.

В настой добавить сахар, яблочный и виноградный соки, охладить и подавать на стол.

МОРС ИЗ ЯГОДНОГО ВАРЕНЬЯ

1 стакан любого ягодного варенья, $\frac{1}{4}$ стакана кислого сока или 1 лимон, 1 л воды.

Развести варенье в горячей кипяченой воде, остудить, заправить кислым соком.

Можно подавать и в горячем, и в холодном виде.

ВИНОГРАДНЫЙ МОРС

1,3 кг винограда темного цвета, $1\frac{1}{4}$ стакана воды.

Ягоды перебрать, промыть, размять деревянной ложкой, нагреть на небольшом огне. Отжать сок, добавить кипяченую воду, довести до кипения и охладить.

МАЛИНОВЫЙ МОРС

$1\frac{1}{2}$ стакана малины, $\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 л воды, немного смородинового сока.



Малину вымыть, обсушить, размять, отжать сок через марлю, выжимки от ягод залить водой и вскипятить, затем процедить, добавить сахар и сок.

Заправить по вкусу смородиновым соком.

МОРС ИЗ МАЛИНЫ И КРЫЖОВНИКА

По 100 г малины и крыжовника, $3\frac{1}{4}$ стакана воды, 100 г меда.

Ягоды промыть, протереть через сито. Пюре залить горячей водой, предварительно доведенной до кипения с добавлением меда. Размешать, процедить и охладить.

МОРС ИЗ СМОРОДИНЫ

$1\frac{1}{2}$ стакана черной или красной смородины, $\frac{3}{4}$ стакана сахара, 1 л воды.

Ягоды вымыть, обсушить, отжать из них сок, добавить немного кипяченой воды и процедить. Выжимки залить водой, довести до кипения, процедить, добавить сахар и разведенный водой сок. Пить охлажденным.

МОРС ИЗ ОБЛЕПИХИ

150 г ягод облепихи, 100 г сахара, 1 л воды.

Ягоды облепихи перебрать, промыть и отжать сок. Накрыть его крышкой и поставить в холодильник.

Выжимки залить горячей водой, довести до кипения, проварить 10–15 минут и процедить. Добавить сахар, охладить и смешать с подготовленным соком.

ВИШНЕВЫЙ МОРС

1 стакан вишен, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 л воды.

Вишни вымыть, очистить от косточек, размять деревянным пестиком или ложкой и из полученной массы отжать сок. За-



тем слить сок в стеклянную банку, закрыть крышкой и поставить в прохладное место.

Выжимки залить горячей водой, прокипятить 10–12 минут и процедить, затем смешать отвар с соком, добавить сахар и перемешать.

МОРС ИЗ ШИПОВНИКА

150 г сушеных ягод шиповника, 100 г меда, 1 л воды.

Вскипятить в воде вымытые ягоды шиповника, потомить под крышкой не менее 10 минут, дать отстояться и добавить мед. Морс получается красивого розово-оранжевого цвета, богатый витаминами.

КИЗИЛОВЫЙ МОРС

1 кг очень спелых ягод кизила, 2 1/2 ст. ложки сахара.

Кизил вымыть, залить горячей водой (1 1/2 стакана) и настоять 8–10 часов. Потом отжать сок, смешать его с горячей водой в соотношении 2:1, добавить сахар, довести до кипения и охладить.

КЛЮКВЕННЫЙ МОРС

1 стакан клюквы, 1/2 стакана сахара, 1 л воды.

Перебрать и вымыть клюкву. Обдать ягоды кипятком, откинуть на дуршлаг. Размять деревянной толкушкой, залить водой, прокипятить 5–10 минут, процедить, добавить сахар, снова довести до кипения, охладить и дать постоять 10–12 часов.

ЧЕРНИЧНЫЙ МОРС

1 стакан черники, 1/2 стакана сахара, 1 л воды.

Чернику перебрать, вымыть, обсушить, размять и отжать сок. Полученный сок перелить в стеклянную банку, накрыть крышкой и поставить в прохладное место.



Выжимки залить горячей водой, прокипятить 10–12 минут и процедить, а отвар смешать с ранее полученным соком и добавить сахарный сироп.

Подавать морс в охлажденном виде.

БРУСНИЧНЫЙ МОРС

130 г ягод брусники, 1 л воды, сахар (по вкусу).

Ягоды перебрать, промыть и обсушить, затем поместить их в эмалированную посуду, размять деревянной толкушкой и отжать сок.

В мякоть влить воду, поставить на огонь, довести до кипения, проварить 5–8 минут и процедить. В отцеженный отвар добавить сахар и влить отжатый сок.

Пить охлажденным.

МОРС ИЗ КАЛИНЫ

I вариант.

150 г калины, 1 л воды, 120 г сахара.

Калину перебрать, вымыть, отжать сок. Выжимки залить водой, прокипятить 5–10 минут, процедить. Отвар соединить с отжатым соком, добавить сахар, размешать, охладить.

II вариант

$\frac{1}{2}$ стакана калинового сока, 100 г меда, $3\frac{1}{2}$ стакана воды.

Мед растворить в теплой кипяченой воде, добавить калиновый сок, перемешать.

Подавать напиток охлажденным.

МОРС ИЗ ЧЕРНОЙ БУЗИНЫ

Ягоды черной бузины (столько, чтобы получилось 2 стакана сока), 100 г сахара, 2 стакана воды.



Отобранные и промытые ягоды черной бузины залить кипятком на 5 минут, затем откинуть на дуршлаг, размять толкушкой, отжать сок, всыпать в него сахар, влить воду, довести до кипения, охладить и выдержать 1–2 дня.

ЯБЛОЧНЫЙ МОРС

1,5 кг свежих яблок, 1 л воды, $1\frac{1}{2}$ стакана сахара (если яблоки очень кислые, то побольше).

Яблоки вымыть, натереть их на крупной терке, отжать сок. Залить полученную массу горячей водой, варить 10–15 минут, дать настояться в течение 30 минут, процедить, затем добавить сахар, сок и еще раз процедить.

ЯБЛОЧНЫЙ МОРС С МОРКОВНЫМ СОКОМ

4–5 кислых яблок, 500 г моркови, 4 стакана воды, сахар (по вкусу).

Яблоки вымыть, очистить от кожицы, натереть на терке, сок процедить через марлю. Морковь очистить, вымыть, натереть на терке, сок процедить через марлю.

Смешать морковный и яблочный соки, добавить сахар.

МОРС ИЗ ЯГОДНОЙ СМЕСИ

$1\frac{1}{2}$ стакана ягод (клюква, барбарис, черная смородина, морошка или любые другие виды), 6 стаканов охлажденной кипяченой воды, сахар (по вкусу).

Ягоды перебрать и вымыть холодной кипяченой водой. Затем растолочь и залить их охлажденной кипяченой водой. Оставить так на сутки, после чего процедить, добавить сахар и пить.

МОРС ИЗ ЯБЛОК И ПЛОДОВ ШИПОВНИКА

4–5 кислых яблок, 3–4 ст. ложки ягод шиповника, 1 л воды, 3–4 ст. ложки сахара или меда, немного лимонной или апельсиновой цедры.



Вымытые и очищенные яблоки и плоды шиповника нарезать маленькими кусочками, залить холодной водой, кипятить несколько минут, процедить. В отвар добавить сахар или мед, немного лимонной или апельсиновой цедры (при желании можно добавить лимонный сок или лимонную кислоту).

АПЕЛЬСИНОВЫЙ МОРС

2–3 апельсина, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, свежая лимонная корочка, $1\frac{1}{2}$ стакана воды, кусочки льда.

Апельсины вымыть, очистить от кожуры. Выжать сок из апельсинов, оставив половинку апельсина не отжатой.

Вскипятить воду с сахаром, охладить. Перемешать сок с водой, прибавить оставшуюся половинку апельсина, нарезанную кружочками, и мелко натертую лимонную корочку. Разлить морс в стаканы, в каждый стакан положить по кусочку льда.

МОРС ИЗ АПЕЛЬСИНОВЫХ КОРОК

4 апельсина, 2 ч. ложки лимонной кислоты, 4 л воды, сахар (по вкусу).

Апельсины вымыть, очистить от корок, залить их 2 л холодной воды, добавить лимонную кислоту. Настаивать сутки.

Вымоченные корки пропустить через мясорубку и положить обратно в ту же воду, добавив еще 2 л воды. Прокипятить. Положить сахар. Как только морс остынет — процедить.

ЛИМОННЫЙ МОРС

1–2 лимона, $\frac{1}{2}$ – $\frac{3}{4}$ стакана сахара, 1 л воды.

Лимоны вымыть, очистить от кожуры, отжать из них сок.

Воду вскипятить вместе с сахаром и тонко нарезанной лимонной цедрой.

К остывшей воде добавить лимонный сок (при желании также немного жженого сахара, это придаст напитку красивый цвет). Можно подавать с ломтиками лимона.



МОРС С ИЗЮМОМ

800 г изюма, $\frac{1}{2}$ лимона, 100 г сахара, 3 л воды.

Изюм перебрать, промыть, облить кипятком, затем залить горячей водой и проварить 20 минут, добавив лимонную цедру. Отвар процедить, влить лимонный сок, добавить сахар, перемешать и охладить.

МОРС ИЗ СУХОФРУКТОВ

*200 г сухофруктов (сушеные вишни, сливы, абрикосы),
1 л воды, 100 г сахара.*

Сухофрукты вымыть, залить кипятком, проварить 15 минут и настоять не менее 6 часов. Затем процедить, добавить сахар, перемешать и охладить.

МОРС ИЗ ФИАЛОК

*400 г свежих чистых цветков фиалок, 4 стакана воды,
сахар (взять по объему столько, сколько получится
сока из цветков).*

Цветки фиалок положить в посуду, залить кипятком, прикрыть салфеткой и поставить в холодное место на 5 дней. По истечении этого времени, процедить сквозь салфетку, взвесить и взять столько же сахара, сколько вышло сока; залить сахар этим соком и варить на слабом огне в эмалированной кастрюле до надлежащей густоты сиропа.

Когда остынет, разлить в бутылки.

МОРС МИНДАЛЬНЫЙ

*1 кг сладкого миндаля, 80 г горького миндаля, 3 л воды,
300 г сахара.*

Сладкий и горький миндаль почистить, перемешать и растолочь, добавив немного холодной кипяченой воды. Потом массу залить кипятком, охладить, процедить и отжать. Добавить сахар, перемешать и охладить.



КОМПОТЫ И КИСЕЛИ



КОМПОТ ИЗ ВИНОГРАДА

500 г винограда, 1 стакан воды, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, цедра 1 лимона, 1 ст. ложка лимонного сока.

Виноград вымыть и обсушить. Вскипятить воду с сахаром и лимонной цедрой, положить туда виноград и недолго поварить. Добавить лимонный сок.

КОМПОТ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ

500 г земляники, 400 г воды, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара.

Землянику перебрать и помыть, всыпать ягоды в кипящую воду с сахаром, довести до кипения, снять с огня, накрыть крышкой и дать настояться.

КОМПОТ ИЗ СЛИВ

500 г слив, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 стакан воды, сливки (по вкусу).

Сливы вымыть, положить в кипящую воду и подождать, пока не растрескается кожица. Затем переложить сливы в холодную воду, снять кожицу и вынуть косточки. Погрузить сливы в кипящий сахарный сироп (предварительно сняв пенку) и нагреть до кипения.

Охладить и подавать со взбитыми сливками.



КОМПОТ ИЗ ВИШЕН

500 г вишен, 2 стакана воды, 3 ст. ложки сахара, 2 бутона гвоздики или цедра 1 лимона, корица (по вкусу).

Вишни вымыть, удалить косточки. Вскипятить воду, добавив сахар и пряности. Всыпать вишни в кипящую воду, накрыть крышкой и варить 5–10 минут на слабом огне.

КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С СУШЕНЫМИ АБРИКОСАМИ

6 небольших апельсинов, 3 ст. ложки сахара, 200 г сушеных абрикосов, 3 стакана воды, апельсиновая цедра.

Апельсины вымыть, очистить, разделить пополам, порезать поперечными ломтиками. Половину их положить в компотницу.

Вскипятить воду с сахаром, всыпать сушеные абрикосы, сварить, дать остыть, вылить в компотницу на апельсины. Покрыть остальными апельсинами, посыпать мелко нашинкованной цедрой апельсина.

КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК

500 г яблок, $\frac{3}{4}$ стакана сахара, 2 стакана воды, цедра 1 лимона или апельсина, корица (по вкусу).

Нагреть в кастрюле воду, добавить сахар. Со вскипевшего сиропа снять пенку.

Яблоки очистить, разрезать на 6–8 частей, удалить сердцевину. Положить нарезанные яблоки в горячий сироп и варить на слабом огне 10–15 минут, пока они не станут мягкими. Добавить натертую цедру и корицу.

Примечание. Если компот готовится из спелой антоновки, кипятить яблоки не нужно — достаточно довести до кипения.

КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ГОЛУБИКОЙ

150 г яблок, 150 г ягод голубики, 150 г сахара, 1 л воды, лимонная кислота (по вкусу).



Яблоки вымыть, очистить от кожицы и сердцевины, разрезать на дольки, варить 6 минут в приготовленном сахарном сиропе, добавить голубику и лимонную кислоту, довести до кипения и охладить.

КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С АИРОМ

2 ст. ложки сухих или 1 стакан свежих корневищ аира, 300 г свежих или 100 г сухих яблок, 6 ст. ложек сахара.

Яблоки вымыть, варить до готовности в 1 л воды, затем добавить корневища аира, довести до кипения, настоять 5–10 минут, после чего добавить сахар и вновь вскипятить.

КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК И БУЗИНЫ

150 г сушеных яблок, 50 г сушеных ягод бузины, 100 г сахара, 1 л воды, лимонная кислота (по вкусу).

Яблоки очистить, порезать на дольки, залить водой и варить 10–15 минут, добавить ягоды бузины, довести до кипения, всыпать сахар, добавить лимонную кислоту и варить до готовности. Подавать в холодном виде.

КОМПОТ ИЗ ГРУШ

I вариант

300 г груш, 1 стакан воды, 2 ст. ложки сахара.

Груши очистить, разрезать на половинки, удалить сердцевину. Кожицу и сердцевину залить водой, отварить и процедить. В отвар добавить сахар, вскипятить, заложить груши и отварить их до мягкости.

II вариант

5 груш, 5 ст. ложек сахара, $\frac{1}{2}$ ч. ложки лимонной цедры, 3 стакана воды, лимонная кислота, гвоздика, корица (по вкусу).



Груши вымыть, очистить от семян, нарезать тонкими дольками и опустить в подкисленную воду, чтобы не потемнели. Затем переложить в кипящий сироп, добавить лимонную цедру, гвоздику, корицу и отварить до мягкости. Сильно охладить и подавать.

КОМПОТ ИЗ ПЕРСИКОВ

500 г персиков, $\frac{3}{4}$ стакана сахара, 2 стакана воды, ванильный сахар (на кончике ножа).

Персики вымыть, опустить в кипящую воду. Через 2–3 минуты вынуть, снять кожицу, разрезать персики пополам и удалить косточки.

В кастрюлю всыпать сахар, залить его горячей водой, размешать, положить персики и довести до кипения. Затем снять с огня и добавить ванильный сахар.

КОМПОТ ИЗ ИНЖИРА И ЧЕРНОСЛИВА

250 г сушеного инжира, 250 г чернослива (без косточек), 2 ст. ложки сахара, сок 1 небольшого лимона, 1 кусочек лимонной цедры, корица (по вкусу).

Инжир и чернослив хорошо промыть и замочить на ночь в отдельной посуде. Инжир варить 5 минут в той же воде, в которой он был замочен, добавив 1 ст. ложку сахара, лимонный сок и цедру. В замоченный чернослив всыпать оставшийся сахар, положить немного корицы и вскипятить. Сваренные отдельно компоты соединить, вынуть цедру.

Компот не должен быть очень холодным.

КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ АБРИКОСОВ С МИНДАЛЕМ

300 г сушеных абрикосов с косточками, 100 г сахара, $\frac{4}{2}$ стакана воды, 100 г очищенного от кожицы миндаля.

Тонко нашинковать в длину очищенный от кожицы миндаль.



Вскипятить сироп из воды и сахара, сварить в нем сушеные на солнце абрикосы, перемешать с миндалем.

Готовый компот вынести на холод.

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ

2–3 ст. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ стакана чернослива, 4 стакана воды, $\frac{1}{4}$ стакана изюма, $\frac{1}{4}$ стакана кураги.

Сухофрукты перебрать, промыть, залить небольшим количеством горячей воды, припустить под закрытой крышкой до готовности, протереть через сито, положить сахар, долить оставшуюся воду, довести до кипения и охладить.

КОМПОТ ИЗ ТЫКВЫ

500 г тыквы, 1 стакан воды, $\frac{1}{2}$ стакана слабого раствора уксуса, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, пряности — корица, гвоздика, имбирь или цедра лимона (по вкусу).

Тыкву очистить, вымыть и нарезать кубиками.

Вскипятить воду с уксусом, сахаром и пряностями. Добавить кубики тыквы и варить до готовности.

КОМПОТ ИЗ АРБУЗА

750 г арбуза, 100 г воды, $\frac{1}{2}$ стакана сахара.

Удалив предварительно семечки, нарезать мякоть арбуза маленькими кусочками, опустить в кипящую воду с сахаром, вскипятить.

Дать настояться 10 минут.

КОМПОТ ИЗ АРБУЗА, ДЫНИ И СЛИВ

100 г слив, 200 г мякоти арбуза и дыни, 1 стакан сахара, $2\frac{1}{2}$ –3 стакана воды.

Свежие сливы перебрать, промыть, сделать продольный надрез, удалить косточки.



В кипящую воду всыпать сахар. Довести до кипения, положить сливы, вновь довести до кипения, снять с огня и охладить. Добавить нарезанную мякоть дыни и арбуза (без зерен), дать настояться в прохладном месте в течение 1–2 часов.

КОМПОТ ИЗ РЕВЕНЯ

200 г ревеня, 1¹/₂ стакана воды, 100 г сахара, цедра 1 лимона или апельсина.

Ревень вымыть, с черешков снять кожицу, нарезать поперек на кусочки длиной 2–3 см и опустить на 3–5 минут в кипящую воду. Откинуть на дуршлаг.

Сварить сироп из воды и сахара.

Когда сироп закипит, положить в него лимонную или апельсиновую цедру и подготовленные кусочки ревеня, затем снова довести до кипения. Снять компот с огня, поставить в холодное место.

КОМПОТ ИЗ РЕВЕНЯ С ИЗЮМОМ

200 г ревеня, 1 ст. ложка натертой на терке свеклы, 1¹/₂ стакана сахара, 3 ст. ложки изюма, 4 стакана воды.

Ревень промыть, снять кожицу и наружные волокна, нарезать на кусочки длиной 2–3 см.

Изюм перебрать и хорошо промыть. Приготовить сахарный сироп, положить в него ревень, изюм, натертую свеклу, проварить после начала кипения 2–3 минуты и охладить.

КОМПОТ ИЗ КАШТАНОВ

250–300 г каштанов, 1–1,5 л воды, 150–200 г сахара, 1 ст. ложка лимонного сока, 2–3 ч. ложки натертой лимонной цедры, 1¹/₄ пакетика ванильного сахара.

Каштаны промыть и очистить от скорлупы и кожицы. Для этого скорлупу надрезать крест-накрест, затем опустить каштаны в кипящую воду и варить до частичного раскрытия скорлупы (5–10 минут).



В горячую воду добавить сахар (примерно 1 ч. ложку на 100 мл воды), довести до кипения; полученным слабым раствором полностью залить каштаны и, не допуская бурного кипения, варить каштаны до мягкости (25–30 минут).

Затем слить сироп (если мало воды, добавить), положить остальное количество сахара, добавить лимонный сок, натертую лимонную цедру, довести до кипения, снять с огня, процедить, всыпать ванильный сахар, залить каштаны сиропом, охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ КРЫЖОВНИКА

200 г крыжовника, 2 стакана воды, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка картофельного крахмала.

В воду с сахаром засыпать вымытый крыжовник и кипятить до частичного разваривания ягод. Затем влить разведенный в небольшом количестве холодной воды крахмал, размешать, довести до кипения. Разлить по формочкам, посыпать сахаром, охладить.

ВИШНЕВЫЙ КИСЕЛЬ

1 стакан вишен, $1/2$ стакана сахара, $1 1/2$ ст. ложки картофельного крахмала, $3 1/2$ стакана воды, лимонная кислота (по вкусу).

Вишни вымыть, удалить косточки. Пересыпать ягоды сахаром и размять деревянной толкушкой. Слить сок. В выжимки добавить сахар и лимонную кислоту, поставить на огонь, довести до кипения. Процедить, влить разведенный в небольшом количестве холодной воды крахмал, затем влить вишневый сок, размешать и охладить.

ЯГОДНЫЙ КИСЕЛЬ С ЦВЕТКАМИ ОДУВАНЧИКА

1 стакан ягод (клюква, брусника, смородина, черника), 10 желтых цветков одуванчика, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 5 стаканов воды.



Ягоды вымыть, обсушить, размять деревянной толкушкой в керамической или эмалированной посуде, добавить равное по объему количество холодной воды, перемешать и отделить сок. Мезгу залить оставшейся водой, кипятить 5 минут, процедить, положить сахар, нагреть до кипения и влить крахмал, разведенный соком. Довести кисель до кипения при помешивании, затем быстро разлить в посуду, посыпать желтыми цветками одуванчика.

КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ

1 стакан клубники, $\frac{3}{4}$ стакана сахара, 2 ст. ложки картофельного крахмала, $2\frac{1}{2}$ стакана воды.

Ягоды клубники очистить и вымыть, протереть через сито. Довести до кипения воду, положить сахар и размешать, снять пенку. Влить разведенный в небольшом количестве холодной воды крахмал и дать еще раз вскипеть.

В сироп положить ягодное пюре и хорошо размешать.

Примечание. Так же можно приготовить кисель из малины и черники.

КИСЕЛЬ ИЗ КОСТЯНИКИ

1 стакан ягод костяники, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки картофельного крахмала, 4 стакана воды.

Костянику вымыть, обсушить, растереть деревянной толкушкой, залить водой, довести до кипения и кипятить 5 минут. Затем процедить, довести отвар до кипения, влить в него растворенный в воде крахмал, добавить сахар и снова довести до кипения.

КИСЕЛЬ ИЗ ВИНОГРАДА

200–250 г винограда, 4–5 ст. ложек сахара, 4 ч. ложки картофельного крахмала, 800–900 мл воды.

Виноград перебрать, промыть, освободить от косточек, толочь или пропустить через соковыжималку. Сок охладить.



Отжимки залить горячей водой и варить с момента закипания 10–15 минут. Отвар процедить, добавить в него сахар (часть отвара оставить для разведения крахмала), довести до кипения, влить разведенный крахмал и вновь довести до кипения.

Снять с огня, влить виноградный отжатый сок, хорошо размешать и охладить.

КЛЮКВЕННЫЙ КИСЕЛЬ

1 стакан клюквы, $\frac{2}{3}$ стакана сахара, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки картофельного крахмала, 3 стакана воды, лимонная кислота (по вкусу).

Клюкву вымыть, обдать кипятком, откинуть на дуршлаг и отжать сок. Выжимки залить водой и кипятить 5 минут. Отвар процедить и, немного охладив, добавить разведенный крахмал и довести до кипения. Высыпать сахар, снова довести до кипения и, помешивая, влить отжатый ранее сок.

Примечание. При желании кисель можно разбавить молоком.

КИСЕЛЬ ИЗ ШИПОВНИКА

50 г сухих плодов шиповника, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 5 стаканов воды.

Измельчить плоды шиповника, залить горячей водой, довести до кипения и настаивать 1 час. Отвар процедить, положить сахар, довести до кипения, влить разведенный водой крахмал, довести до кипения.

КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ И МЯТЫ

1 стакан клюквы, 1 ст. ложка рубленых листьев мяты, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 ст. ложка крахмала, 6 стаканов воды.

Клюкву промыть и растереть деревянным пестиком. Затем в растертые ягоды добавить 2 стакана холодной воды, хорошенько перемешать и процедить.



Мезгу и мяту залить оставшейся водой и варить 3–5 минут. Отвар процедить, добавить сахар, отжатый сок с водой и довести до кипения. В кипящий отвар влить тонкой струйкой разведенный в воде крахмал и, помешивая, довести отвар до кипения. Готовый кисель охладить. (Чтобы при охлаждении на поверхности киселя не образовывалась желеобразная пенка, посыпать кисель сахаром.)

КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ

I вариант

150 г черники, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 2 ст. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ лимона, 1 л воды.

Чернику перебрать, вымыть, залить водой, кипятить 10–15 минут, затем столько же времени дать настояться. Процедить, всыпать в отвар сахар, вскипятить, добавить картофельный крахмал, разведенный холодной кипяченой водой, размешать и, не давая закипеть, снять с огня. Добавить лимонный сок.

Подавать кисель теплым.

II вариант

5 ст. ложек сушеной черники, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 3 ч. ложки крахмала, сок $\frac{1}{4}$ лимона, 3 стакана воды.

Чернику перебрать, промыть в теплой воде, положить в посуду, залить холодной водой и варить до полного размягчения (примерно 20 минут). Готовый отвар процедить.

Оставшиеся разваренные ягоды хорошо размять. Вторично залить горячим отваром, вскипятить и процедить. В приготовленный отвар всыпать сахар, добавить лимонный сок, после чего довести смесь до кипения.

В кипящий отвар ввести разведенный холодной питьевой водой крахмал, быстро размешать и вторично довести до кипения. Готовый кисель горячим разлить в порционную посуду и охладить.



КИСЕЛЬ ИЗ РЯБИНЫ

150 г лесной рябины, 3 ст. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ лимона, 1 ст. ложка крахмала, 5 стаканов воды.

Ягоды промыть, просушить, затем потолочь деревянным пестиком в эмалированной посуде и отжать через марлю. Сок поставить в холодное место. Выжимки залить кипятком и кипятить на слабом огне 4–6 минут. Отвар процедить, добавить сахар и довести до кипения.

В охлажденном соке развести крахмал, выжать туда же лимонный сок и медленно влить эту смесь в кипящий сироп. Справу же после этого снять с огня.

КИСЕЛЬ ИЗ СЛИВ

130–150 г свежих слив, 800–900 мл воды, 4–5 ст. ложек сахара, 4 ч. ложки крахмала.

Сливы вымыть, надрезать мякоть, вынуть косточки (но так, чтобы на них все же осталось немного мякоти), залить их горячей водой и проварить при слабом кипении 15–20 минут (косточки без остатков мякоти варить не следует). Мякоть пересыпать сахаром и дать постоять до образования сока, затем сок слить и охладить.

Мякоть слив залить отваром от косточек, довести до кипения и варить до полного разваривания, затем сливы с отваром протереть, довести смесь до кипения, влить разведенный картофельный крахмал, снова быстро довести кисель до кипения, влить сок, снять с огня и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ АЙВЫ

2 айвы, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 4 стакана воды, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки крахмала, лимонная кислота (на кончике ножа).

Айву вымыть, нарезать дольками, залить горячей водой и варить на среднем огне в течение 20–25 минут. Когда айва разварится, протереть ее вместе с отваром. В отвар всыпать сахар, добавить лимонную кислоту, размешать и довести до кипения.



Затем ввести крахмал, разведенный холодной водой, и снова довести до кипения.

КИСЕЛЬ ИЗ АБРИКОСОВ

12 абрикосов, 4 стакана воды, 5 ст. ложек сахара, 4 ч. ложки картофельного крахмала.

Абрикосы вымыть, освободить от косточек, залить горячей водой и кипятить 5–6 минут. Затем вместе с отваром протереть сквозь сито, подсахарить, нагреть до кипения и ввести разведенный крахмал.

Готовый кисель разлить в стаканы, посыпать сахаром и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК

1 кг яблок, 1 1/2 стакана сахара, 2 ст. ложки крахмала, 1 л воды.

Яблоки вымыть, нарезать, половину залить водой и проварить до готовности, затем протереть через сито, добавить сахар, крахмал и вскипятить.

Вторую половину яблок натереть на терке, соединить с киселем и перемешать.

КИСЕЛЬ ЯБЛОЧНО-ОБЛЕПИХОВЫЙ

3 яблока, 1 л воды, по 1/2 стакана облепихи и сахара, крахмал (в зависимости от желаемой густоты), лимонная кислота (по вкусу).

Яблоки вымыть, порезать и проварить до размягчения в небольшом количестве воды, затем протереть через сито облепиху, процедить, соединить с протертыми яблоками, добавить сахар, лимонную кислоту, довести до кипения. Развести в холодной воде крахмал, влить в кипящий сироп, размешать, довести до кипения, остудить.

Чтобы на киселе не образовывалась пленка, посыпать его сверху сахаром.



КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ

150 г яблок, 50 г ягод черноплодной рябины, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка крахмала, 5 стаканов воды.

Ягоды черноплодной рябины промыть, потолочь, долить $\frac{1}{2}$ стакана воды, размешать, отделить через марлю сок.

Яблоки вымыть, очистить от сердцевины, нарезать ломтиками, протереть. Семенную коробку яблок и выжимки рябины залить кипятком, проварить 5–6 минут, процедить, добавить сахар, пюре из яблок, довести смесь до кипения.

Крахмал развести соком рябины, влить в кипящую смесь и снова довести до кипения (но не давать кипеть).

КИСЕЛЬ ИЗ ВИНОГРАДНОГО СОКА

1 стакан виноградного сока, 3–4 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки картофельного крахмала, 3 стакана воды.

В кипящую воду положить сахар, влить фруктовый сок, довести до кипения, ввести, постоянно помешивая, картофельный крахмал, разведенный в холодной воде, дать вскипеть, разлить в стаканы и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ ГРУШ С ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНОЙ

200 г свежих груш, 1–2 ст. ложки черноплодной рябины, 800–900 мл воды, 4–5 ст. ложек сахара, 4 ч. ложки картофельного крахмала, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонной кислоты.

Промытые груши и рябину без плодоножек пропустить через соковыжималку, отжимки залить горячей водой, довести до кипения и проварить 15–20 минут. Затем процедить отвар, отжимки протереть, часть отвара отлить для разведения крахмала. В остальной отвар всыпать сахар, добавить лимонную кислоту, довести до кипения, влить разведенный крахмал и, помешивая, довести до кипения, после чего снять с огня, разлить в стаканы и охладить.



КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И КОРНЯ СЕЛЬДЕРЕЯ

3–4 средних яблока, 50 г корня сельдерея, 1 л воды, 5–6 ст. ложек сахара, 4 ч. ложки картофельного крахмала.

Яблоки и корень сельдерея вымыть, очистить от кожицы, с помощью соковыжималки отжать сок. Смешать и охладить. Отжимки залить горячей водой, довести до кипения, проварить в течение 20–25 минут, протереть через сито. Частью отвара развести картофельный крахмал.

В остальной отвар всыпать сахар, довести до кипения, влить крахмал, затем снять с огня, добавить охлажденный сок, размешать и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ

100 г сушеных яблок или кураги, 3¹/₂ стакана горячей воды, 1 ст. ложка картофельной муки, 3³/₄ стакана сахара — для яблок и 1¹/₂ стакана — для кураги.

Сухофрукты перебрать, положить в кастрюлю, залить горячей водой и оставить на 2–3 часа.

Затем кастрюлю поставить на огонь и при слабом кипении варить около 30 минут. Слить отвар в другую кастрюлю, а яблоки, курагу протереть через терку или сито, положить в отвар, добавить сахар, перемешать, довести до кипения и заправить картофельной мукой.

КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА

400 г чернослива (без косточек), 1 стакан сахара, 4 ч. ложки кукурузной муки, сливки или молоко (к киселю).

Вымытый чернослив залить кипятком (4 стакана), всыпать сахар, все перемешать и варить. Затем процедить.

Измерить отвар, долить столько воды, чтобы всего вместе получилось 4 стакана. Остудить 1 стакан отвара, разболтать с кукурузной мукой, влить тонкой струйкой, постоянно помешивая, в остальные 3 стакана кипящего отвара. Когда загустеет и запузырится, снять с плиты, соединить с черносливом.



Подавать горячим или, вылив в компотницу, поставить на холод. Подать сливки (или молоко).

КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИЧНОГО ВАРЕНЬЯ

1 стакан клубничного варенья, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки картофельной муки, 4 стакана воды, лимонная кислота (по вкусу).

Варенье залить кипящей водой, варить при слабом кипении 5–10 минут, снять с плиты, процедить, добавить сахар, лимонную кислоту, довести до кипения. При постоянном помешивании ввести картофельную муку, предварительно разведенную в холодной воде, вскипятить, разлить по стаканам, охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ ФИНИКОВ

100–150 г фиников без косточек, 2–3 ст. ложки сахара, 4 ч. ложки картофельного крахмала, $\frac{1}{4}$ ч. ложки лимонной кислоты, 1 л воды.

Финики перебрать, промыть, провернуть через мясорубку, залить горячей водой и варить до получения однородной разваренной массы. Затем финики вместе с отваром протереть через сито, добавить сахар, лимонную кислоту. Довести смесь до кипения, влить разведенный картофельный крахмал. Снять с огня и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ РЕВЕНЯ

200 г ревеня, 1 л воды, 150 г сахара, 10 г лимонной цедры, крахмал (в зависимости от желаемой густоты).

Стебли ревеня промыть в теплой воде. С утолщенных концов снять кожицу, удалить волокна. Нарезать стебли на кусочки по 2 см, положить в посуду, залить водой и оставить в ней на 15 минут. Одновременно приготовить сахарный сироп.

Вынуть ревеня из воды, погрузить в сироп и варить 10–12 минут. Можно добавить лимонную цедру. Отвар процедить.



Массу протереть через сито, соединить с процеженным отваром, нагреть, заварить разведенным крахмалом, довести до кипения. Кисель из ревеня подавать охлажденным.

КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРЕМУХИ

1 стакан ягод черемухи, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 4 стакана воды.

Ягоды черемухи кипятить 20 минут. Процедить. Добавить в отвар сахар, разведенный в небольшом количестве крахмал, довести до кипения и снять с плиты.

ЛИМОННЫЙ КИСЕЛЬ

Сок и цедра $1\frac{1}{2}$ лимона, 1 л воды, 1 стакан сахара, $\frac{1}{4}$ стакана крахмала.

Вскипятить $3\frac{1}{4}$ стакана воды с сахаром, добавить цедру и сок лимона, еще раз вскипятить и процедить. Затем снова поставить на огонь и, непрерывно размешивая, влить тонкой струйкой смесь из крахмала и чуть теплой оставшейся воды. Как только кисель загустеет, снять с огня и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ ТЫКВЫ

200 г тыквы, 2 стакана молока, $2\frac{1}{2}$ ст. ложки сахара, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки крахмала, ванилин.

Тыкву вымыть, очистить и натереть на мелкой терке.

Крахмал развести холодным молоком и влить в горячее молоко. Не переставая помешивать, довести до кипения. Добавить ванилин, сахар, тертую тыкву, размешать и проварить. Затем охладить.

МОРКОВНЫЙ КИСЕЛЬ

3–4 моркови, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 ст. ложка крахмала, $3\frac{1}{2}$ стакана воды, лимонная кислота (по вкусу).



Морковь вымыть, очистить, протереть, отжать сок, добавить воду, перемешать и довести до кипения. Добавить сахар и лимонную кислоту. При помешивании ввести крахмал, предварительно разведенный кипяченой водой. Довести до кипения и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ АРБУЗА

1,5 кг арбуза, 4–5 ст. ложек сахара, 4–5 ч. ложек картофельного крахмала, лимонная кислота (по вкусу).

Арбуз вымыть, очистить от кожуры, освободить мякоть от косточек, отжать с помощью соковыжималки сок. От полученной жидкой массы отцедить часть арбузного сока и охладить. Остальную часть сока с мякотью довести до кипения, процедить, всыпать в отвар сахар, добавить лимонную кислоту, довести до кипения и, помешивая, влить разведенный в арбузном соке картофельный крахмал. Вновь довести до кипения, снять с огня, влить в кисель охлажденный сок, перемешать и охладить.

КИСЕЛЬ ИЗ ЩАВЕЛЯ

2,4 кг щавеля, 6 л воды, 2 стакана сахара, 150 г крахмала, соль (по вкусу).

Щавель хорошенько промыть, измельчить и тушить в небольшом количестве воды. Затем протереть через сито, добавить остальную воду, сахар и варить 3 минуты. После этого добавить крахмал, разведенный холодной водой, и снова довести до кипения.

МОЛОЧНЫЙ КИСЕЛЬ

4 стакана молока, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 2 ст. ложки крахмала, ванильный сахар, апельсиновая или лимонная цедра (по вкусу).

В кастрюлю влить 3 стакана молока, вскипятить, добавить сахар.



Отдельно развести крахмал в стакане холодного молока или воды и влить в кипящее молоко, размешивая, чтобы не получились комки. Кипятить еще минут 5 на слабом огне, помешивая.

Молочный кисель всем хорош, только аромата ему не хватает, поэтому, пока он еще горячий, добавить ванильный сахар или снятую теркой цедру лимона или апельсина, хорошо перемешать. Горячим разлить в чашки, охладить.

Примечание. Особенно полезен молочный кисель детям.

МОЛОЧНО-МИНДАЛЬНЫЙ КИСЕЛЬ

12 горьких миндалин (без кожицы), 7¹/₂ стакана молока, 10 ст. ложек сахара, 3³/₄ стакана картофельного крахмала, сливки (или молоко) и варенье — к киселю.

Истолочь в ступке миндаль, затем растереть их пестиком, подливая ¹/₂ стакана горячего молока. Влить в кастрюлю 6 стаканов молока и всыпать сахар, поставить на плиту. Когда закипит, влить тонкой струйкой, постоянно помешивая, 1 стакан холодного молока, разболтанного с картофельным крахмалом и растертым миндалем. Мешать до тех пор, пока не загустеет и не запузырится.

Подавать кисель горячим или холодным со сливками (или молоком) и вареньем.

КИСЕЛЬ НА КВАСЕ

500 мл хлебного кваса, 1¹/₂ стакана сахара, 1¹/₂ палочки корицы, цедра 1¹/₂ лимона, 1¹/₂ ст. ложки крахмала.

Крахмал развести холодным квасом (³/₄ стакана) и вылить тонкой струйкой в кипящий квас, в который уже добавлены сахар, корица, лимонная цедра. Непрерывно помешивая, вскипятить еще раз, снять с огня, перелить в порционные чашки, предварительно смоченные холодной кипяченой водой и посыпанные сахаром, остудить и подавать к столу.

Примечание. Этот кисель можно варить и несладким, а посыпать сахаром лишь перед подачей к столу.



КИСЕЛЬ НА МЕДУ

I вариант

200 г меда, 1 л воды, 10 веточек гвоздики, 2 ст. ложки крахмала, сок 1 лимона.

Мед растворить в воде, положить гвоздику и довести до кипения. Туда же прибавить крахмал, разбавленный холодной водой, лимонный сок и, постоянно помешивая, вскипятить.

Разлить в чашки и подавать к столу.

II вариант

75–80 г натурального или искусственного меда, 800–900 мл воды, 2–3 ст. ложки сахара, 4–5 ч. ложек картофельного крахмала, 2–3 ч. ложки лимонного сока, лимонная цедра (по вкусу).

В горячую воду положить лимонную цедру и дать настояться 20–25 минут. Затем удалить цедру, всыпать сахар, довести до кипения, влить, помешивая, разведенный картофельный крахмал. Снова довести смесь до кипения, снять с огня, влить в нее отжатый из лимона сок, добавить мед. Хорошо размешать и охладить.

ОВСЯНЫЙ КИСЕЛЬ

I вариант

Это рецепт нынче совсем забытого, а прежде очень распространенного киселя.

2 стакана истолченного сушеного овса, 4 стакана воды, грецкие орехи или миндаль (по вкусу), молоко или сливки.

В истолченный овес налить воду, поставить в теплое место на 24 или 36 часов. Затем хорошенько размешать, процедить сквозь сито, выжимая овсяную шелуху. То, что стечет, называется цежь, ее нужно перелить в кастрюлю, поставить на



огонь. Когда подогреется, всыпать измельченные грецкие орехи или миндаль, дать вскипеть несколько раз, не переставая мешать, пока не загустеет. Затем перелить в смоченную водой форму, остудить.

Кисель можно подавать с молоком или сливками.

II вариант

2 стакана молока, 100 г овсяных хлопьев, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка крахмала.

Овсяные хлопья развести холодным молоком и оставить на 2–3 часа или на ночь для набухания. Затем процедить через сито в кастрюлю, добавить сахар и крахмал, поставить на огонь и отварить в течение 5 минут.

КИСЕЛЬ ШОКОЛАДНЫЙ

150 г тертого шоколада, по $\frac{3}{4}$ стакана сахара и картофельного крахмала, 2 стакана сливок и $5\frac{1}{2}$ (или $7\frac{1}{2}$) стакана молока.

Вскипятить $4\frac{1}{2}$ стакана молока с сахаром. Влить тонкой струйкой, постоянно помешивая, 1 стакан молока, разболтанного с картофельным крахмалом. Когда закипит и загустеет, влить сливки (или молоко), разболтанные с тертым шоколадом. Прогреть, не доводя до кипения, вылить в компотницу, смоченную водой, поставить на холод.

КИСЕЛЬ ИЗ КАКАО

2 ст. ложки какао, 4 ст. ложки сахара, $3\frac{1}{4}$ стакана молока, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки крахмала.

Какао смешать с сахаром, добавить немного кипятка и растереть до получения однородной массы. Затем тонкой струйкой при непрерывном помешивании влить горячее молоко ($\frac{2}{3}$ нормы). Оставшимся холодным молоком развести крахмал, процедить, при помешивании влить в какао и довести до кипения. Когда закипит, снять с огня и охладить.



КИСЕЛЬ ИЗ ПАТОКИ

400 г темной патоки, $\frac{3}{4}$ стакана картофельного крахмала, 9 стаканов воды, молоко или сливки (к киселю).

Развести 8 стаканами воды патоку, дать вскипеть. Влить тонкой струйкой, постоянно помешивая, 1 стакан холодной воды, разболтанной с крахмалом.

Когда кисель загустеет и запузырится, подавать горячим (или холодным) со сливками или молоком.

ПОДЛИВКА СЛИВОЧНО-ВАНИЛЬНАЯ (к любому холодному киселю)

1 $\frac{1}{2}$ стакана сахара с ванилью, 2 стакана сливок, 4 сырых яичных желтка.

Сварить любой кисель, дать остыть.

Приготовление подливки. Растереть яичные желтки с сахаром с ванилью, разболтать со сливками. Затем подогреть на плите, постоянно взбивая, не давая закипеть. Остудить, перемешать.



♦ Единственная «хитрость» при приготовлении киселя — правильно развести и влить крахмал, чтобы не получилось комков. Но прежде нужно решить, какой густоты варить кисель. Если любите крепкий, возьмите 3 ст. ложки картофельной муки на 4 стакана жидкости. Средней крепости — на столько же воды хватит 2 ст. ложки. Совсем жидкий — 1 ст. ложка с верхом.

♦ Картофельную муку нужно прежде развести в кипяченой воде комнатной температуры (на 2 ст. ложки муки — 1 стакан воды), процедить через сито. Все это нужно делать уже тогда, когда сироп закипает; иначе мука осядет на дно стакана. И влить раствор в кипящий сироп сразу, а не частями, тонкой струйкой, энергично размешивая, чтобы равномерно распределился по всему киселю. Как только масса пойдет пузырьками — снять с огня, иначе кисель станет жидким, потеряет цвет.



ФИТОЧАИ И ЛЕЧЕБНЫЕ НАСТОИ



Черный байховый чай появился на Руси примерно 350 лет назад. До этого наши пращуры употребляли напитки, настоянные на различных травах, целебные свойства которых они высоко ценили.

Травяной чай — полноценный напиток. Так как в биологическом смысле он является лекарственным средством, то следует время от времени либо менять сорта травяного чая, либо перемежать его с приемом черного или зеленого чая.

Время заваривания травяного чая зависит от вида трав. Нужно лишь учесть, что нежные листья и цветки завариваются быстрее, чем стебли, корни и ягоды, которые в основном отдают воде свои ценные вещества лишь при кипении.

КЛАССИЧЕСКИЕ ТРАВЯНЫЕ ЧАИ

При приготовлении травяных чаев необходимо помнить, что:

- берутся только те травы, которые обладают приятным вкусом;

- травы заливают кипятком и хорошо настаивают;

- классической считается доза: 1 полная ч. ложка смеси на 1 стакан;

- чай пьют всегда свежими, хорошо настоянными.

1. По 3 части душицы, зверобоя, мяты перечной; по 1 части ягод черной бузины, лепестков и плодов шиповника (прият-



ный аромат и освежающее действие мяты делают напиток из нее хорошим заменителем натурального чая. В ягодах черной бузины содержатся витамин С, каротин, аминокислоты и другие вещества).

2. Измельченные сушеные зверобой и лист черной смородины — в равных пропорциях. (Зверобой собирают во время цветения в июне-июле; срезая верхнюю часть стебля на 15–20 см. Сушат под крышей в хорошо проветриваемом помещении. Хранят в закрытых стеклянных или металлических банках в сухом прохладном месте.)

3. 2 части головок клевера, 1 часть зверобоя, 1 часть листьев черной смородины (в головках клевера лугового содержатся витамины С, РР, Е, каротин и другие вещества. Их заготавливают во время цветения, высушивают при комнатной температуре в тени и используют в смеси с другими компонентами).

4. Первоцвет и зверобой — в равных частях.

5. 1 часть сушеной красной рябины, $\frac{1}{4}$ части сушеной малины и немного листьев смородины.

ЧАЙ С ЯГОДНЫМИ ЛИСТЬЯМИ

I вариант

Листья черники, земляники и черной смородины (сушеные или свежие) — в любых одинаковых пропорциях (классическая доза — 1 ч. ложка на 1 стакан); сахар (по вкусу).

Ягодные листья залить кипятком, накрыть чем-нибудь теплым, дать настояться (около 30 минут). Добавить сахар.

II вариант

3 части листьев костяники, по 1 части листьев черной смородины и листьев морошки, 1 часть травы душицы.

1–2 ч. ложки смеси залить 1 стаканом воды, довести до кипения, настоять.

Примечание. Напиток является поливитаминным средством.



ЧАЙ ИЗ СУШЕНЫХ ЛИСТЬЕВ ХУРМЫ

25 г сушеных листьев хурмы, 2 л воды, 200 г сахара.

Сушеные листья хурмы слегка ополоснуть, стряхнуть воду. Затем опустить в кипящую воду на 2–3 минуты, процедить через мелкое ситечко, добавить сахар и прокипятить на сильном огне.

Примечание. Этот чай при регулярном употреблении помогает снимать усталость.

ЧАЙ ИЗ ФИНИКОВЫХ ЛИСТЬЕВ

20 г листьев фиников, 1 л воды, 2 ст. ложки сахара.

В горячую воду положить листья финика, настаивать в течение 5–10 минут. Затем добавить сахар и хорошо перемешать.

Примечание. Чай способствует нормализации сна.

ФИАЛКОВЫЙ ЧАЙ

1 ст. ложка сухих цветков фиалки, 1 стакан воды.

Заварить сухие цветки 1 стаканом кипятка, «потомить» на водяной бане 15 минут, настоять, пока не остынет, процедить и пить по $\frac{1}{2}$ стакана.

Заготавливают цветки фиалки так: срывают в пору раннего цветения, утром, пока солнце еще не высушило землю.

Сушить нужно в тени, в открытом стеклянном сосуде или на блюде.

Хранить в стеклянной банке в темном месте. При кашле, глубокой простуде такой чай пить не только полезно, но и приятно.

Примечание. Цветки фиалки — отличное лекарственное средство при заболеваниях дыхательных путей.

ЛИПОВЫЙ ЧАЙ

1–1½ ст. ложки сушеных цветков липы, 1 стакан воды, сахар (по вкусу).



Цветки липы заварить крутым кипятком, поставить на огонь и варить 10 минут, затем процедить и добавить сахар.

РЯБИНОВЫЙ ЧАЙ

I вариант

1 горсть сушеных плодов и цветков рябины, 1 стакан кипятка, сахар (по вкусу).

Залить сушеные цветки и плоды рябины крутым кипятком, дать настояться 2–3 минуты, добавить сахар. Получится вкусный, ароматный и полезный напиток красивого цвета.

Примечание. Соотношение цветков и плодов рябины произвольное.

II вариант

1 часть сахара, 1 часть рябины.

Рябину, очищенную от веточек, бланшировать в подсоленной кипящей воде 1 минуту, затем высушить, измельчить, смешать с таким же количеством сахара. 2 ст. ложки порошка залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5 минут. Чай готов.

ЧАЙ ИЗ ЦВЕТКОВ АКАЦИИ И ЛИПЫ

1 часть цветков белой акации, 1 часть цветков липы, мед (по вкусу).

Заварить как чай, пить с медом.

ЯГОДНЫЙ ЧАЙ

По 2 ст. ложки сухих ягод боярышника, рябины, черемухи, смородины, 1 л воды.

В кипящую воду засыпать измельченные ягоды боярышника и черемухи, кипятить в течение 5 минут. Затем добавить ягоды рябины, смородины, остудить, процедить.



ЧАЙ ИЗ ЛИСТЬЕВ КРАПИВЫ И ПЛОДОВ КРАСНОЙ РЯБИНЫ

3 ст. ложки нарезанных листьев крапивы, 1 ст. ложка красной рябины, 2 стакана воды.

Крапиву и рябину залить кипятком, настоять и процедить.

ЧАЙ С ПЕРЕЧНОЙ МЯТОЙ И ЯГОДАМИ КРАСНОЙ РЯБИНЫ

1 часть сушеных ягод красной рябины, 1 ст. ложка мяты перечной, 1 стакан воды, сахар (по вкусу).

Ягоды и мяту залить кипятком, накрыть чем-нибудь теплым, дать настояться около 30 минут. Добавить сахар.

ЧАЙ ИЗ МЯТЫ КУРЧАВОЙ С МЕДОМ

3–4 ст. ложки сушеной мяты курчавой, 1 л воды, мед (по вкусу).

В кипяток всыпать мяту, варить 2–3 минуты, дать настояться 10 минут, процедить.

Подавать с медом.

Примечание. Мята курчавая ароматнее мяты перечной, ее можно добавлять к любому растительному чаю.

ЧАЙ ИЗ СВЕЖЕЙ МАЛИНЫ И ШИПОВНИКА

Ягоды малины и шиповника — в соотношении 1:1, 1 стакан кипятка.

1 ст. ложку смеси плодов залить кипятком, прокипятить в течение 10 минут на слабом огне, настоять 2–3 часа и процедить.

ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ЧЕРЕМУХИ И ШИПОВНИКА

Сушеные плоды черемухи и шиповника — в равных частях, 2 стакана воды.



1 ст. ложку смеси сушеных плодов залить кипятком и кипятить 5–10 минут, затем настоять в прохладном месте 3–4 часа.

Также можно залить плоды кипятком и поместить в термос. Через 1–1,5 часа процедить и пить вместо обычного чая.

Примечание. Такой чай полезен при простуде.

ЧАЙ ИЗ КИСЛИЦЫ

1 л воды, 100 г сушеной кислицы, сахар или мед (по вкусу).

Сушеную кислицу положить в холодную воду, вскипятить и оставить на 10–15 минут настаиваться, затем процедить и подавать с сахаром или медом.

Так же готовится чай из дикой груши.

Примечание. Этот чай очень ароматный и имеет красивый цвет.

ЧАЙ ИЗ СМОРОДИНЫ

2 части листьев черной смородины, 2 части листьев перечной мяты, мед (по вкусу).

1 ч. ложку сухих измельченных листьев черной смородины и 1 щепотку мяты залить 1 стаканом кипятка и настаивать в течение 5 минут.

Пить с медом.

ЧАЙ С ЧАБРЕЦОМ

1 вариант

По 1 части листьев чабреца и зверобоя, в 5 раз меньше брусничного листа, сахар (по вкусу).

Листья залить кипятком, накрыть чем-нибудь теплым, дать настояться около 30 минут.

Добавить сахар.



II вариант

2 части травы чабреца, 3 части листьев черной смородины, 3 части листьев земляники, 3 части листьев ежевики, 3 части листьев малины, 1 часть травы зверобоя.

Заваривать как чай.

Напиток обладает поливитаминным эффектом.

III вариант

3 ч. ложки сухого чабреца, 3 веточки подсушенной душицы, 2 ч. ложки сухой или свежей мяты, 1 л кипятка.

Травы заварить в большом чайнике и томить 5 минут, прежде чем разливать в чашки.

Примечание. Пьют такой чай со свежим медом в сотах.

ЧАЙ ИЗ СУШЕНОЙ ЧЕРНИКИ

100 г сушеной черники, 1 л воды, лимонный сок, сахар (по вкусу).

Сушеные ягоды залить холодной водой, варить 10 минут, затем оставить на 1 час настояться. Процедить, добавить лимонный сок. Подавать с сахаром.

ЧАЙ СБОРНЫЙ

I вариант

По 100 г сушеной мяты (перечной или полевой), душицы и зверобоя.

Высушенные на воздухе мяту, душицу, зверобой соединить, перемешать. Заваривать непосредственно перед подачей на стол, чтобы сохранить запах мяты и душицы.

Хранить в закрытой посуде в сухом месте.



II вариант

По 1 части сушеного зверобоя, сушеных цветков липы, сушеной мелиссы.

Все измельчить, перемешать и использовать для заварки. Хранить в сухом темном месте.

III вариант

По 1 части плодов шиповника и рябины красной, 0,5 части сушеной черной смородины, 1 горсть сухих земляничных листьев, сахар (по вкусу).

Плоды и листья залить кипятком, накрыть чем-либо теплым, дать настояться (около 30 минут). Добавить сахар.

IV вариант

По 1 части листьев мать-и-мачехи, цветков липы, плодов шиповника, зверобоя, травы душицы, мяты, кукурузных рылец, мед (по вкусу).

Заваривать как чай, пить с медом.

V вариант

По 1 части листьев яблони, листьев сливы, листьев облепихи, плодов и листьев шиповника.

Заваривать как чай.

VI вариант

5 частей плодов шиповника, 2 части листьев облепихи, 1 часть листьев черной смородины.

Заваривать как чай.

VII вариант

По 1 части ягод черной смородины и плодов шиповника, мед (по вкусу).



1 ст. ложку смеси залить 2 ст. ложками кипятка. Настоять в течение 1 часа, процедить, добавить мед.

VIII вариант

По 1 веточке мяты перечной, зверобоя и ромашки, 1 горсть липового цвета, 8–10 плодов шиповника, 1,5 л воды, лепестки чайной розы, сахар, лимонная кислота (по вкусу).

Все ингредиенты поместить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения и прокипятить 5–8 минут. Через 4–5 часов процедить настой, добавить сахар и лимонную кислоту.

Хранить не более 2 дней.

IX вариант

По 50 г шиповника и сушеных ягод земляники (черники), по 10 г сушеных листьев брусники (толокнянки) и сушеных листьев малины, 2 л воды.

Заварить в 1 л воды сушеные листья брусники и малины. Слить эту заварку в термос, всыпать очищенные плоды шиповника и сушеной земляники, добавить еще 1 л кипятка и настаивать 30 минут.

БЕРЕСКОВЫЙ ЧАЙ

По 1 части сухих цветков вереска и сухих лепестков шиповника, 2 части земляничного сухого листа.

Смешать сухие цветки вереска, лепестки шиповника и земляничный лист. Заваривать в небольшом чайнике.

Примечание. Чай из цветков вереска обладает успокаивающим и снотворным действием.

ЧАЙ НА ХВОЕ

300 г сосновой хвои, 20 г кедровых или любых других орехов, 300 г сахара, 2 л воды.



Хвою хорошо вымыть, дать стечь воде, положить в фаянсовый чайник, равномерно примять.

Вскипятить воду, остудить до 60 °С, залить в хвою, закрыть чайник крышкой и настаивать 10 минут. Затем вынуть хвою, отвар процедить через мелкое ситечко, добавить сахар и посыпать молотыми орехами.

Примечание. Хвоя содержит большое количество витамина С, поэтому этот чай не только снимает усталость, но и повышает сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

ЧАЙ ИЗ БОЯРЫШНИКА

20 частей плодов боярышника, 10 частей корневища валерианы, 20 частей травы тимьяна.

Взять 1 ч. ложку смеси и залить 1 стаканом воды. Довести до кипения и настоять 1 час в закрытой посуде.

БРУСНИЧНЫЙ ЧАЙ

3 ст. ложки сушеных листьев брусники, 3 ст. ложки сахара, 1 л воды.

Сушеные листья брусники залить кипятком, дать постоять 10–12 минут, добавить сахар и разлить в чашки.

ЧАЙ С ТМИНОМ

1 ч. ложка семян тмина, 1 стакан кипятка, мед (по вкусу).

Семена тмина растереть в ступке, затем залить кипятком, настаивать 5 минут.

Пить с медом.

ЧАЙ «ЛЕЧЕБНЫЙ»

Листья плодовых деревьев — сливы, вишни, облепихи, шиповника, яблони — в любых пропорциях.



Листья залить кипятком, дать настояться (около 30 минут).

Примечание. Этот чай считается очень полезным при атеросклерозе, остеохондрозе.

ЧАЙ ИЗ КЛЕВЕРА ЛУГОВОГО

По 1 части цветков клевера и листьев кипрея.

Цветки клевера и листья кипрея заварить как чай и пить в течение дня.

Примечание. Этот чай помогает при бессоннице.

ЧАЙ ИЗ ДОННИКА ЛЕКАРСТВЕННОГО

2 ч. ложки измельченной травы донника, мед (по вкусу).

Залить траву 1 стаканом кипятка и настаивать в течение 3–5 минут. Пить с медом.

ЧАЙ ИЗ ТРАВЫ ЗОЛОТОТЫСЯЧНИКА

1/4 ч. ложки травы золототысячника, мед (по вкусу).

Нарезанную траву золототысячника залить кипятком и настаивать в течение 3 минут. Пить с медом.

ЧАЙ ИЗ КОРНЕЙ ДЯГИЛЯ

Внимание! В корнях дягиля содержатся эфирные масла, органические кислоты, фитонциды и другие вещества. Корни промывают, измельчают и высушивают при комнатной температуре. Используются для заварки чая в смеси с травами в равных частях.

Особенно полезен чай из листьев иван-чая, ароматизированный дягилем. Свежий чай благотворно действует при бессоннице и головных болях, нормализует деятельность кишечника, повышает защитные свойства организма.

100 г корней дягиля, 1 кг листьев иван-чая.



Листья иван-чая и корни дягиля, нарезанные в виде палочек, перемешать, уложить в глиняный горшок, плотно закрыть и выдержать при слабом нагреве в духовке в течение 3 часов. После этого смесь высушить при комнатной температуре, измельчить и использовать для заварки.

ОБЩЕУКРЕПЛЯЮЩИЙ ЧАЙ

I вариант

2 части черных листьев бадана, 1 часть золотого корня, 1 часть красного корня, 1 часть листьев земляники, 1 часть листьев ежевики, 1 часть листьев смородины, 0,5 части травы чабреца, мед (по вкусу).

Заваривать как чай, пить с медом.

II вариант

3 части черных листьев бадана, 3 части маральего корня, 1 часть листьев малины, 1 часть листьев таволги вязолистной, 1 часть листьев черной смородины, 1 часть травы душицы, 1 часть травы володушки, мед (по вкусу).

Заваривать как чай, пить с медом.

ЛЕЧЕБНЫЕ НАСТОИ

НАСТОЙ ИЗ БЕРЕЗОВОГО СОКА

1 л березового сока, 6 небольших лимонов, 500 г меда.

Лимоны промыть, удалить косточки, пропустить через мясорубку, поместить в трехлитровую банку, залить березовым соком. Настаивать, плотно закрыв, в холодильнике 36 часов, затем добавить мед, тщательно перемешать и снова поставить в холодильник.



Принимать по 50 г настоя 3 раза в день за 30 минут до еды.

Примечание. Комплекс полезных биологических соединений, солей и минералов, содержащийся в березовом соке, образует универсальное лекарство. Березовица способствует лечению более 45 заболеваний, среди которых язва желудка, головная боль, авитаминоз, анемия, насморк, бронхит, ревматизм, подагра, артрит и пр.

НАСТОЙ ИЗ БЕРЕЗОВЫХ ПОЧЕК

2 ч. ложки березовых почек, 1 стакан кипятка.

Березовые почки вымыть, залить кипятком. Дать настояться. Принимать по 2–3 ст. ложки 3–4 раза в день.

СПИРТОВОЙ НАСТОЙ НА БЕРЕЗОВЫХ ПОЧКАХ

50 г почек, 2 стакана водки.

Березовые почки вымыть, залить водкой и дать настояться в течение 10 дней.

Такой настой можно принимать по $1\frac{1}{2}$ ч. ложки с водой 3 раза в день за 15–20 минут до еды.

Внимание! Благодаря наличию смол, дубильных веществ, сапонинов березовые почки лечат больные суставы, они являются хорошим мочегонным, желчегонным и потогонным средством. А в эфирном масле, содержащемся в них, обнаружены вещества, которые прекрасно зарекомендовали себя при лечении болезней верхних дыхательных путей. Кроме того, спиртовая настойка на березовых почках является отличным противовоспалительным средством, она благотворно влияет на деятельность почек, выводит из организма шлаки и вредные вещества. Чай из березовых почек незаменим для тех, кто страдает от лишнего веса, поскольку нормализует процесс обмена веществ.

Самое время собирать это уникальное природное лекарство, которое поможет справиться с различными болезнями, — начало весны. Лучше срезать ветки с молодых низкорослых деревьев. Затем выдержать их в хорошо проветриваемом помеще-



нии 4–5 недель, после чего собрать подсохшие почки и сушить их еще 2 недели.

МОРКОВНО-БЕРЕЗОВЫЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ НАПИТОК

Бесцветный березовый сок по вкусу напоминает родниковую воду. Для усиления оздоровительного эффекта в него добавляют другие целебные компоненты. Например, сильный сухой кашель успокаивает предлагаемое ниже снадобье.

Березовый сок, сок моркови и сахарный сироп (1:1:1).

Смешать ингредиенты.

Пить маленькими глотками по $\frac{1}{3}$ стакана 5–6 раз в день (детям — по 1–2 ст. ложки).

Березово-клюквенный сок, богатый витамином С, освежает и бодрит. Березовый сок смешивают также с любыми фруктовыми, ягодными и овощными соками, настоями чабреца, зверобоя, Melissa, иван-чая, тмина, иссопа, базилика, цветков липы, хвои, плодов шиповника.

Примечание. Если настоять сок березы на рябине, получится хорошее слабительное и мочегонное средство, полезное также при ревматических болях.

НАСТОЙ ИЗ ПРИМУЛЫ

Корни, стебли, листья примулы тщательно промыть, измельчить и смешать. 1 ч. ложку полученной смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут в эмалированной посуде, охладить, процедить.

Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день.

Примечание. Листья примулы в момент цветения богаты витаминами С и А. Если листья в начале цветения растения сорвать и быстро высушить (они полностью сохраняют витамины), то зимой можно будет приготовить витаминный напиток.

Настой корней, стеблей и листьев примулы обладает отхаркивающим действием, облегчает дыхание при нарушениях работы бронхов, регулирует деятельность слюнных желез. Он



успокаивающе действует на нервную систему, используется как легкое снотворное, помогает при головных болях, излишнем возбуждении.

ФИАЛКОВЫЙ НАСТОЙ-СИРОП

Сироп из фиалок можно приготовить для детей. Он помогает от кашля не хуже известных микстур.

1 горсть свежих лепестков фиалки, 500 мл воды, 500 г сахара.

Заварить свежие лепестки фиалки, кипятить 15 минут и оставить постоять на ночь. Утром отцедить, отжать лепестки, добавить сахар.

Давать детям в течение дня от 2 до 8 ч. ложек.

НАСТОЙ ИЗ ЛИСТЬЕВ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

I вариант

1 стакан воды, 50 г свежих листьев черной смородины, 1/2 ст. ложки варенья черной смородины.

Свежие листья смородины промыть, залить крутым кипятком, настоять в течение 2 часов. Затем настоем процедить и заправить вареньем.

II вариант

50 г свежих молодых листьев черной смородины, 2 1/4 стакана воды, лимонная кислота или ягодный сок, сахар (по вкусу).

Листья черной смородины вымыть, обсушить и мелко нарезать ножом из нержавеющей стали, затем выложить в стеклянную банку. Добавить туда же подкисленную лимонной кислотой или ягодным соком холодную кипяченую воду. Поставить банку в теплое место настаиваться, а через сутки массу отжать через марлю.



Пить настой свежим по $\frac{3}{4} - \frac{1}{2}$ стакана в день, добавляя немного сахара.

Примечание. Можно засушить листья впрок, собрав их во время цветения смородины.

НАСТОЙ ИЗ КРАПИВЫ

Внимание! В крапиве содержатся аскорбиновая кислота, витамин К, хлорофилл, гистамин. Листья крапивы заготавливают в июне-июле, сушат на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.

В народной медицине крапиву применяют как кровоостанавливающее, противолихорадочное и противокашлевое средство и для предупреждения камнеобразования в желчном пузыре и почках. Она стимулирует обмен веществ, и ее можно рекомендовать как средство для похудения. Крапива улучшает пищеварение, способствует увеличению гемоглобина и эритроцитов в крови.

2 ст. ложки измельченных листьев крапивы двудомной, 1 стакан горячей воды.

Измельченные листья крапивы поместить в эмалированную посуду, залить горячей водой и нагревать 20 минут на водяной бане. Затем охладить при комнатной температуре, процедить и принимать по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день до еды.

НАСТОЙ ИЗ ТЫСЯЧЕЛИСТНИКА ОБЫКНОВЕННОГО

2 ст. ложки травы, 1 стакан горячей воды.

Залить траву тысячелистника горячей водой, нагревать на водяной бане 15 минут, охладить при комнатной температуре 45 минут, процедить.

Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Примечание. Для лекарственных целей используют траву растения (стебли, листья, цветочные корзинки). Тысячелистник — одно из древнейших лекарственных растений. Во все века ценился он как одно из лучших ранозаживляющих и кро-



востанавливающих средств. Растение нормализует обмен веществ, возбуждает аппетит, улучшает пищеварение. Хорошее действие оказывает тысячелистник при головных и желудочных болях, при болях в пояснице. Но не следует забывать, что тысячелистник — ядовитое растение, поэтому использовать его следует осторожно.

НАСТОЙ ИЗ ЛОПУХА

Внимание! Лопух обладает мочегонным, потогонным и противовоспалительным действием, а также благотворно влияет на рост волос. Настой корней оказывает хороший эффект при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, он очень полезен при хронических гастритах, ревматизме, подагре и сахарном диабете.

1 ст. ложка измельченных корней лопуха, 1 стакан горячей кипяченой воды.

Измельченные корни лопуха поместить в эмалированную посуду, залить горячей кипяченой водой, закрыть крышкой и нагревать в кипящей воде (на водяной бане) при частом помешивании 20 минут. Затем охладить при комнатной температуре в течение 45 минут, процедить, отжать остаток.

Принимать по $1/2$ стакана в теплом виде 2–3 раза в день.

НАСТОЙ ИЗ ГРЕЧИХИ

Внимание! Мелкие бело-розовые пахучие цветки и сердцевидные овальные листья гречихи обладают лечебным свойством. Предлагаемый настой применяют при атеросклерозе сосудов головного мозга, сопровождающемся высоким артериальным давлением.

1 л воды, по 1 части цветков гречихи и травы сушеницы.

Цветки гречихи и траву сушеницы поместить в эмалированную посуду, нагревать на водяной бане 15 минут и охлаждать 45 минут.



Принимать по $1/2$ стакана 2 раза в день через 1 час после еды в течение месяца.

НАСТОЙ ИЗ ДУШИЦЫ ОБЫКНОВЕННОЙ

Внимание! Для лечебных целей применяют стебли, листья, цветки. Душица успокаивает, улучшает сон, возбуждает аппетит, стимулирует деятельность кишечника, снимает спазмы желудка. Настой душицы принимают при простудных заболеваниях, кашле, удущье, головной боли, тошноте и рвоте.

2 ст. ложки травы душицы обыкновенной, 1 стакан горячей кипяченой воды.

Траву залить горячей кипяченой водой, нагревать на водяной бане 15 минут, затем охлаждать в течение 45 минут, процедить.

Принимать по $1/2$ стакана 2 раза в день за 15 минут до еды.

УСПОКОИТЕЛЬНЫЙ НАСТОЙ

I вариант

По 1 части листьев мяты и корней валерианы, по 2 части стеблей душицы, стеблей донника лекарственного и цветков боярышника, 500 мл воды.

2 ст. ложки смеси трав залить кипятком, дать настояться. Процедить, принимать ежедневно перед едой по $1/2$ чашки.

Примечание. Этот настой хорошо влияет на психическое состояние, успокаивает нервы.

II вариант

По 1 части корней и корневищ валерианы, 2 части листьев мяты, 1 часть хмеля, 2 стакана воды.

Состав смешать, измельчить, затем взять из него 1 ст. ложку, залить кипятком. Настаивать в закрытой посуде 30 минут, процедить и принимать по $1/2$ стакана 2 раза в день.



ЛЕЧЕБНЫЙ НАСТОЙ ИЗ ИНЖИРА

20 г плодов инжира, 200 мл горячего молока.

Инжир залить горячим молоком. Кипятить 10 минут на слабом огне, дать настояться 2 часа, процедить.

Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день при бронхите, трахеите, болезнях почек и мочевыводящих путей.

Примечание. Вместо молока можно использовать воду. А еще таким настоем можно протирать лицо — он сделает кожу бархатистой.

ОВСЯНАЯ ВОДА

500 мл воды, 2–3 ст. ложки смеси очищенного овса и овса с шелухой.

В воду всыпать смесь очищенного овса и овса с шелухой. Проварить смесь на слабом огне 2–3 минуты, процедить.

Можно воспользоваться и другим способом: 2–3 ст. ложки овса измельчить в кофемолке, залить водой, кипятить 15–20 минут, процедить через марлю.

Овсяную воду можно пить и горячей с сахаром, как чай, и холодной.

Примечание. Овсяная вода обновляет кровь, нормализует обмен веществ, работу почек, помогает при ревматических заболеваниях суставов, нервных расстройствах, поддерживает организм в тонусе.

НАСТОЙ ИЗ ОВСА

1 стакан зерен овса, 1 л теплой воды.

Промытые зерна овса залить теплой водой, настаивать 10 часов, затем варить на слабом огне 30 минут. Укутать, настаивать еще 12 часов, процедить, довести объем отвара до 1 л, залив кипяченой водой.

Пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды. Настой можно хранить в холодильнике 2 дня, добавляя перед употреблением немного горячей воды, чтобы он стал теплым.



Примечание. Настой улучшает обмен веществ, эффективен при сахарном диабете и высоком содержании холестерина в крови. Это отличное желчегонное и мочегонное средство. К тому же он поможет восстановить силы при слабости, переутомлении, сонливости и раздражительности.

Вообще, овес — настоящий чемпион среди злаков по содержанию фосфолипидов, нормализующих обмен веществ, и ферментов, которые помогают выводить шлаки из организма.

Всего 100 г овсяных хлопьев покрывают 3-суточную норму витамина B_1 , 50 % суточной нормы витамина B_2 .



ДОМАШНИЕ ВИНА



ЯБЛОЧНОЕ ДЕСЕРТНОЕ ВИНО

Десертные вина содержат 14–16 % об. спирта, 10–16 % сахара, 0,6–0,7 % органических кислот.

10 л сока, 200 г дрожжевой закваски, 2,32 кг сахара.

При изготовлении суслу к соку добавить дрожжевую закваску и 1,32 кг сахара. Через 3–4 дня добавить еще 1 кг сахара. Сусло сбродить и приготовить виноматериал. Чтобы придать вину законченность, терпкость и полноту вкуса, его надо подсластить — добавить сахар. Для получения ликерного вина на 1 л добавить 200 г сахара, десертного — 100–160 г. Сахар растворить в небольшом количестве подогретого вина. Готовое вино разлить в баллоны или бутылки до половины горлышка, плотно укупорить пробками и наклеить этикетки. Через 2–3 недели такое вино готово к употреблению.

ЯБЛОЧНОЕ СЛАБОАЛКОГОЛЬНОЕ ВИНО

Легкие и дешевые натуральные вина можно получить из осенних и ранних зимних сортов яблок без добавления сахара и воды.

Свежеотжатый сок из спелых яблок заправить культурными дрожжами. Сразу же после окончания брожения вино слить с осадка, перелить под пробку в только что простерилизованные бутылки и укупорить. Такое вино имеет крепость 5–6 %,



поэтому оно нестойко в хранении и подлежит быстрому употреблению.

Хранить его нужно в холодильнике.

ЯБЛОЧНОЕ ВИНО № 1

Смесь кислых и сладких яблок измельчить, выдержать 2 суток, отжать сок. К 10 л сока яблок добавить $1\frac{1}{2}$ –2 стакана грушевого сока и 2 кг сахара. Готовое сусло поставить на брожение.

ЯБЛОЧНОЕ ВИНО № 2

7 л яблочного сока, 700 мл рябинового (или тернового) сока, 2,6 кг сахара, 1,5 л воды, дрожжевая закваска.

Взять яблочный сок, добавить рябиновый (или терновый) сок и сахар, долить воду, внести дрожжевую закваску и поставить на брожение.

Снятое с осадка вино спиртовать (на 10 л вина добавить 1 л водки или 500 г спирта), перемешать, выдержать неделю, отфильтровать, разлить в бутылки и закупорить.

АПЕЛЬСИНОВОЕ ВИНО

1 л апельсинового сока, 400 г сахара.

Отобрать спелые плоды, очистить от кожуры, разрезать широкими дольками и выжать под прессом.

Вотжатый сок добавить сахарный песок. Оставить на время для брожения. Вино, полученное из этой массы, будет иметь желтый цвет и прекрасный апельсиновый вкус.

ВИНО ИЗ ГОЛУБИКИ

4 кг голубики, 1,5 кг сахара, 300 г меда, растворенного в 1,5 л воды, 2 л воды.

Спелую голубику слегка размять. Полученную мезгу и сок поместить в 10-литровый баллон, влить воду, накрыть марлей



и обвязать. Затем вынести в темное помещение с температурой $+20-25^{\circ}\text{C}$ и выдержать в течение 4–5 дней. После выдержки настой профильтровать. Полученную в фильтре мезгу выжать и выбросить.

Профильтрованную и отжатую жидкость слить в чистый баллон и добавить сахар и мед, растворенные в теплой воде. Затем установить водяной затвор, вынести в темное помещение для брожения на вино и выдержать под водяным затвором до тех пор, пока брожение не прекратится.

Для осветления полученного вина надо слить его с осадка в чистый баллон при помощи сифона. Снова установить водяной затвор, вынести в холодное помещение и выдержать в течение 2 месяцев. После этого срока, когда вино полностью станет прозрачным, разлить его в бутылки, закупорить, засмолить и хранить в сухом прохладном и темном помещении в горизонтальном положении.

ИЗЮМНОЕ ВИНО

750 г вина, 2–3 шт. крупного изюма на 1 бутылку.

Обычное простое вино поместить в толстые крепкие бутылки из-под шампанского. Бросить туда крупный изюм. Крепко закрыть пробками и несколько месяцев хранить бутылки в горизонтальном положении.

После этого получится шипучее вино.

ВИНО ИЗ ВИШНЕВОЙ МЕЗГИ

5 кг вишневой мезги, 4 л сахарного сиропа, 3 л воды.

Вишневую мезгу выложить в 10-литровый баллон и залить теплым 35%-ным сахарным сиропом. Горлышко баллона обвязать марлей и поставить в теплое место с температурой $25-30^{\circ}\text{C}$.

На 4–6-й день, когда мезга в баллоне всплывет, а сок выделится вниз, марлю с горлышка снять, установить водяной затвор и герметизировать. Баллон установить на брожение, которое, в зависимости от температуры помещения, может длиться 30–50 дней.



После этого срока сок осторожно слить в чистый баллон, а мезгу выжать. Полученный из нее сок профильтровать, слить в баллон, вновь установить водяной затвор, герметизировать и выдержать еще 20–30 дней под затвором.

По истечении этого срока вино осторожно слить с осадка и разлить в чистые сухие бутылки, закупорить и вынести в холодное темное помещение для хранения.

ВИНО ИЗ ИЗЮМА

1,2 кг изюма, 300 г сахара, 2,5 л воды.

Очистить изюм, залить сахарным сиропом (из воды и сахара). Оставить на 10–15 дней, чтобы изюм набух, при этом каждый день размешивать.

Жидкость перелить в другую посуду, массу размять, затем слить в бочку до края. Когда жидкость уменьшится в бочке из-за испарения, сверху долить жидкость из того же состава и оставить до полного брожения. В итоге получится великолепное вино.

ВИНО ИЗ ИЗЮМА И ПИВА

2,5 кг изюма, 250 г сахара, 200 г пива, 5 л воды.

Хорошо размешать воду с изюмом, горлышко посуды закрыть полотном, оставить на 10–15 дней. Когда начнет бродить, в день дважды размешивать палочкой. Когда масса перестанет бродить, жидкость перелить в другую посуду, массу размять и выжать, добавить сахар и пиво.

ВИНО ИЗ КЛУБНИЧНОЙ МЕЗГИ

4–5 кг клубничной мезги, 4 л сахарного сиропа (1,6 кг сахара на 3 л воды).

Клубничную мезгу выложить в 10-литровый баллон, залить теплым 35% -ным сахарным сиропом.

Горлышко баллона обвязать марлей и поставить в теплое место.



На 4–6-й день, когда мезга в баллоне всплывет, а сок выделится вниз, на горлышко баллона установить водяной затвор и выдержать в течение 20 дней. Затем при помощи сифонной трубки сок осторожно слить в чистый баллон, мезгу выжать и профильтровать. Полученный из нее сок также слить в баллон, вновь установить водяной затвор и выдержать еще 20–30 дней. Затем слить вино с осадка, разлить в подготовленные бутылки, закупорить и вынести в холодный темный погреб на хранение. Сезон приготовления — май-июнь.

ВИНО ИЗ МАЛИНОВОЙ МЕЗГИ

4–5 кг малиновой мезги, 4 л сахарного сиропа.

Малиновую мезгу выложить в 10-литровый баллон, залить теплым 35% -ным сахарным сиропом.

Горлышко баллона обвязать марлей и поставить в теплое место.

На 4–6-й день, когда мезга в баллоне всплывет, а сок выделится вниз, на горлышко баллона установить водяной затвор и выдержать в течение 20 дней. Затем при помощи сифонной трубки сок осторожно слить в чистый баллон, мезгу выжать и профильтровать.

Полученный сок также слить в баллон, вновь установить водяной затвор и выдержать еще 20–30 дней. После этого слить вино с осадка, разлить в подготовленные бутылки, закупорить и вынести в холодный темный погреб на хранение. Сезон приготовления — май-июнь.

ЕЖЕВИЧНОЕ ВИНО

2,5 кг ежевики, 1,5 кг сахара, 250 г липового меда, 5 л воды.

В деревянной кадке размять ежевику, залить ее 6 л воды и поставить на 4 суток в прохладное место. На 5-й день массу процедить через мелкое волосяное сито. Жидкость отставить, а ежевику размять руками, залить 4 л воды и дать ей постоять 6 часов. Затем массу снова процедить через сито, хорошо выжать ягоды и выбросить.



Обе жидкости смешать, добавить сахар и липовый мед, влить в маленький бочонок, закрыть его и поставить в прохладное место. Через полгода получится чудесное ароматное ежевичное вино.

ВИНО ИЗ ХУРМЫ

2 кг хурмы (или фиников), 2,5 кг сахара, 50 г лимонной кислоты, 2 мускатных ореха, 500 мл винной коפותи, 9 л воды.

Очищенные от косточек хурму или финики замочить в кипяченой теплой воде, на 5-й день мезгу выжать, в жидкость добавить сахар и оставить для брожения. Сюда же добавить лимонную кислоту, мускатные орехи и винную копоть. Когда закончится брожение, процедить 2–3 раза и придать жженым сахаром желаемый цвет. Получится очень вкусное, крепкое и аппетитное вино. Чем дольше выдержать вино, тем лучше оно станет по вкусу и запаху.

ВИНО ИЗ ШИПОВНИКА

1 кг шиповника, 1 кг сахара, 3 л воды.

Спелый, не подмороженный шиповник тщательно очистить, промыть в воде. Удалить косточки и засыпать в банку емкостью 5 л, залить охлажденным сахарным сиропом. Банку накрыть неплотной тканью и поставить в теплое место на 3 месяца. Время от времени банку встряхивать. По истечении 3 месяцев сок процедить, вылить в бутылки, плотно закупорить и поставить в подвал или ящик с песком. Чем дольше вино выстоит, тем оно вкуснее и крепче.

ВИНО ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (быстрого приготовления)

8 кг чернослива, 1 кг сахара, 1 л воды.

Взять хороший спелый чернослив, очистить от косточек, положить в 10-литровую стеклянную посуду, сверху добавить



кипяченую теплую воду, смешать и поставить на брожение. Через 5 дней выжать мезгу, в жидкость добавить сахар и 2–3 раза в день мешать деревянной палочкой. Когда окончательно прекратится брожение, процедить. Через 2–3 недели получится кисло-сладкое вино темного цвета.

ВИНО ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ

500 мл смородинового сока, 500 г сахара, 1 л воды.

Красную смородину тщательно промыть, очистить, растереть в глубокой посуде и хорошо выжать сок. Смородиновый сок вылить в банку, добавить сахар и воду и поставить бродить на 3–4 недели. За это время нужно содержимое банки несколько раз перемешать чистой деревянной ложкой. Когда сок очистится, тщательно процедить, налить в бутылки и плотно закупорить. Вино готово к употреблению.

ВИНО ИЗ КРАСНОЙ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

1 л смородинового сока с кипяченой водой, сахар, 500 г вина.

Из сока черной и красной смородины можно приготовить отборное шипучее вино. Спелые ягоды смородины размять через полотно и выжать сок. Перелить его в чистую посуду и варить на огне до тех пор, пока не загустеет, как мед.

После охлаждения разлить в бутылки и крепко закрыть пробками.

Когда будет желание приготовить отборное шипучее вино, надо налить $\frac{1}{2}$ бутылки хорошего вина и добавить 1 ст. ложку сваренного сока смородины. Бутылку взболтать.

По этому методу можно приготовить красное шампанское высшего сорта.

АБРИКОСОВОЕ И ПЕРСИКОВОЕ ВИНО

На 5 кг абрикосов (персиков): 5 л воды, 3 кг сахара, дрожжевая закваска, 20–30 г мускатного ореха, 1 л белого вина (столового яблочного или виноградного).



Взять спелые здоровые абрикосы (персики), отделить косточки, разрезать на части, залить горячей водой, для аромата добавить мускатный орех и белое вино. Ввести сахарный сироп и дрожжевую закваску и поставить на брожение.

Далее готовить вино по обычной технологии с обязательным осветлением.

ВИНО ИЗ ТУОВОЙ ЯГОДЫ (ШЕЛКОВИЦЫ)

Ягоды собирать в сухую погоду, когда цвет их приобретает черный оттенок. Оставить на 24 часа и отжать сок. К отжатому соку добавить равное количество воды и по 5 г корицы и 150 г сахара на каждый литр разбавленного сока.

Поставить на 5–6 дней для брожения, отфильтровать, добавить на каждые 10 л полученного вина 1 л белого крепкого вина и отстаивать 2 недели. После этого снять с осадка, добавить по вкусу сахар, разлить в бутылки и закупорить.

СТАРИННЫЙ РЕЦЕПТ БЕРЕЗОВОГО ВИНА

2,5 л березового сока, 1 лимон, 1 бутылка белого вина, 750 г сахара.

Смешать березовый сок с белым столовым вином, сахаром и с размельченным лимоном (с кожурой, но без косточек). Поместив в бочонок, поставить в холодное место на 2 месяца. По истечении этого срока разлить по бутылкам, закупорить и засмолить. Бутылки положить боком в погреб на песок.

Через 3 недели после розлива в бутылки вино можно употреблять.

БЕРЕЗОВОЕ ВИНО

500 мл березового сока, 350 г белого столового вина, 500 г водки, 750 г венгерского вина, 500 г изюма, 1,25 кг сахара.

Прорезать весной кору молодой большой березы, сделать отверстие поперек, воткнуть в это отверстие лубок, поставить



к лубку кадочку, чтобы в нее стекал сок. Вылить его в бочонок, всыпать сахар, взболтать, чтобы он растворился. Туда же добавить белое столовое вино, водку, венгерское вино, хороший изюм. Бочонок закупорить втулкой как можно плотнее, кругом засмолить и поставить в холодное место на 2,5 месяца. Потом разлить вино по бутылкам, закупорить, засмолить и положить их боком, держать в песке в погребе.

ЛИМОННОЕ ВИНО

750 г белого вина, 1 щепотка сахара, 1,5 г лимонной кислоты, 3–10 г винного спирта, 1,25 г пищевой соды.

В обычные бутылки из-под шампанского налить до горлышка годовой выдержки белое вино, добавить туда мелко растолченный сахар, лимонную кислоту, винный спирт и крепко закупорить пробкой. Бутылки поставить в погреб в перевернутом виде. Через 2 дня их осторожно открыть, всыпать туда соду и быстро закрыть пробками.

Последнее действие следует сделать очень быстро, так как после соды вино в бутылках начнет пениться и выливаться. Время от времени бутылки надо взбалтывать. Вино, приготовленное этим способом, через 6 дней можно употреблять.

ВИНО ИЗ СУСЛА

3 л сусла, 180 г сахара, 2 ст. ложки водки, вино по вкусу.

Чтобы из обычного вина сделать вино шипучее, нужно к еще не начавшему «кипеть» свежему суслу добавить сахар и водку. Эту смесь надо поставить в относительно теплое место для брожения. Когда вино начнет бродить, разлить его в бутылки из-под шампанского, крепко закупорить пробками и хранить.

Когда будет желание приготовить отборное шипучее вино, 200 г получившегося вина налить в пустую бутылку и сверху долить новое вино, закрыть пробкой и хорошо взболтать. Таким образом шипучее вино будет готово к употреблению.

СЛОВАРЬ НАПИТКОВ

Взвар — напиток, отличающийся от обычного компота более высокой концентрацией.

Глинтвейн — напиток немецкого происхождения, переводится как «пылающее», «горячее» вино с сахаром и пряностями. Глинтвейн, как правило, готовят из красного столового вина с пряностями (корицей, гвоздикой, мускатным орехом, лимонной корочкой) с добавлением сахара, лимона и коньяка.

Гоголь-моголь — высокопитательный напиток, который готовят из сырого яичного желтка, взбитого или растертого с сахаром.

Грог — английский напиток из рома или коньяка и кипятка с сахаром. Пьется горячим. Традиционно считается напитком моряков.

Джулеп — освежающий мятный напиток, обычно украшенный веточкой мяты.

Квас — старинный русский кисловатый напиток, приготовленный из хлеба или солода, а также из ягод, фруктов или овощей.

Кисель — густой напиток на основе фруктовых отваров, соков, с добавлением крахмала. Употребляется как в горячем, так и в холодном виде.

Коблер — прохладительный сладкий напиток, готовится без помощи миксера или шейкера, в его состав входят измельченный лед, фрукты и ягоды. Подают его в высоких бокалах (300–400 мл). Бывает как алкогольным, так и безалкогольным.



Коктейль — охлажденная смесь ликера, рома, коньяка и других напитков с добавлением соков, фруктов и т. д.; либо — безалкогольный напиток, смесь соков с добавлением молока, мороженого и т. д.

Крюшон — охлажденный напиток из смеси фруктово-ягодных морсов и соков.

Лимонад — освежающий прохладительный напиток, который готовится из фруктовых сиропов или соков, сахара, газированной воды и фруктов.

Морс — напиток из ягодного или фруктового сока (или смеси соков), разбавленного водой и приправленного сахаром.

Пунш — приятный согревающий спиртной напиток из рома, вскипяченного с сахаром, водой и различными фруктовыми приправами.

Сбитень — напиток из растворенного в кипящей воде меда или патоки с различными пряностями (лавровый лист, корица, гвоздика, имбирь, кардамон, мускатный орех и т. д.). Сбитень пьют и холодным, и горячим. Этот напиток когда-то пользовался большой популярностью. Он получил распространение в России в XVII–XVIII веках. Им торговали на улицах, в трактирах, чайных и т. п. Зимой продавцы сбитня носили его за спиной в огромных медных чайниках в виде самовара, покрытых теплой тканью, или продавали его из больших самоваров в специальных лавочках. Позже этот вкусный напиток был забыт, а рецепты в основном утрачены. Но некоторые из них удалось восстановить.

Физ — игристый пенистый напиток, в состав которого входит содовая, минеральная или просто газированная вода.

Флип содержит яичный желток, а также сиропы, молоко и морсы, но его нельзя долго взбалтывать — может исчезнуть вкус.

Фраппе — напиток, компоненты которого, включая мороженое, взбивают в шейкере или миксере.

Шербет — напиток, который содержит мороженое и охлажденный густой сироп из фруктов и ягод, а также сок, морс или молоко. Для шербета мороженое не смешивают с другими компонентами, как для фраппе.

Эг-ног готовят с помощью миксера с добавлением яйца или только яичного желтка.



ПОСУДА ДЛЯ НАПИТКОВ

Лимонады и безалкогольные напитки подают в высоких стаканах с соломинкой.

Физы подают обычно в высоких цилиндрических или конических бокалах, а также в цветных бокалах.

Коктейли подают в прозрачных стеклянных бокалах или стаканах, чтобы хорошо было видно их содержимое. Коктейли с шампанским подают в бокалах в форме флейты или в широких бокалах типа «блюдец».

Фраппе подают в высоких стаканах с соломинкой.

Кофе с алкоголем можно подать в стеклянных бокалах.

Пунш и крюшон подают в стеклянных кружках, но ничего страшного не будет, если вы подадите крюшон в высоких стеклянных стаканах или бокалах.

Алкогольные настойки разливают в маленькие рюмочки или подают на кубиках льда.

О ПРЯНОСТЯХ, ПРЯНЫХ ТРАВАХ И ПРИПРАВАХ

Пряности — это вкусовые вещества, которые добавляют в пищу (в данном случае, в напитки) для лучшего восприятия и усвоения. Некоторые пряности — зелень петрушки и сельдерея, укроп, различные перцы — не только улучшают вкус, но и витаминизируют блюда.

Острые ощущения и запахи свидетельствуют о том, что специи обладают бактерицидными свойствами. Эфирные масла, которыми столь богаты пряности, ведут активную борьбу с враждебными бактериями и вирусами, защищая от них растения.

Если вы будете вводить специи в свой рацион, они защитят вас от агрессивных микроорганизмов, вызывающих грипп, простуду, ангину, желудочно-кишечные расстройства. Безусловный лидер — душистый перец. Он уничтожает 75–95 % микроскопических агрессоров. Далее следуют корица, эстрагон — 70 %, лавр, гвоздика — 65 %, розмарин, майоран — 60 %,



мята, Melissa, шалфей — 55 %, базилик, петрушка — 50 %, имбирь, анис — 40 %.

Чем мельче пряности раздроблены, нарезаны, помолоты, тем эффективнее они действуют, тем насыщеннее будет вкус, аромат и цвет приготовленного напитка. Употреблять специи рекомендуется по чайной ложке, по щепотке, на кончике ножа. Иначе вкус напитка можно испортить.

Хранятся пряности обычным способом: в плотно закрытых непрозрачных баночках, подальше от плиты, так как свет, тепло, влага ухудшают вкус и аромат специй, разрушают витамины, другие полезные вещества. В Китае пряности насыпают в мешочки из ткани и, перевязав ниткой, опускают в готовящееся блюдо. Затем мешочек промывают, подсушивают и хранят до следующего раза.

К наиболее часто употребляемым пряностям и пряным травам относятся бадьян, ваниль, имбирь, кардамон, гвоздика, корица, лавровый лист, мускатный орех, перец (черный, душистый, стручковый), цедра (апельсиновая, лимонная, мандариновая), шафран, сельдерей, петрушка, укроп, базилик, иссоп, тмин, кориандр, майоран, огуречная трава, мята, тимьян, анис, пастернак, чабер, шалфей, эстрагон.

Бадьян — это плоды тропического дерева. Продается в основном в виде желто-коричневого крупнозернистого порошка. Сладковато-горький на вкус. Можно использовать при приготовлении хлебного кваса, компотов, киселей. Избыток бадьяна может придать блюду горечь.

Ваниль — пряность получают из плодов особого вида орхидеи или чаще — химическим путем. Имеет вид стручков (палочек) длиной от 10 до 20 см, темно-коричневого цвета со стойким пряным ароматом. Продается ваниль в стручках или молотая и перемешанная с сахаром, так называемый ванильный сахар. Поскольку ваниль имеет сильный аромат и горький вкус, ее избыток может придать изделиям горечь, поэтому обычно пряность смешивают с сахаром. Достаточно стручки расщепить вдоль пополам и положить в емкость с сахаром — у вас получится ванильный сахар. Стручки ванили можно отварить в небольшом количестве воды и использовать как пряный отвар.



Гвоздика — это высушенные бутоны цветков вечнозеленого гвоздичного дерева. Аромат жгучий, острый, пряный. Обычно употребляется в целом виде, так как при помолѣ быстро теряет аромат. Оригинальный вкус пряности ярче всего проявляется «в компании» с корицей или молотым черным перцем. Содержащееся в гвоздике эфирное масло возбуждает аппетит, способствует пищеварению. Пряность обладает также антисептическими свойствами, улучшает кровообращение.

Душица — также известна под названием орегано. Помогает справиться с кашлем, обладает обезболивающим эффектом. Снижает уровень стресса.

Жасмин — используют только нераскрывшиеся бутоны. Снимает головную боль и невралгии. Приносит успокоение и умиротворение, благотворно влияет на нервную систему.

Имбирь — сухие корневища тропического растения. Используется в свежем, сухом, молотом виде. Издавна используется для приготовления наливок, квасов, настоек. Его вводят в изделия после тепловой обработки. Имбирь стимулирует пищеварение, способствуя усилению выделения желудочного сока. Благотворно влияет при отсутствии аппетита. Хорошо помогает от тошноты и укачивания во время круизов, перелетов и поездок.

Кардамон — высушенные незрелые плоды тропического растения. Имеет тонкий пряный аромат, в котором различимы камфарные тона. Вкус — остропряный, чуть сладковатый. Кардамон входит в состав многих пряных смесей и считается острой пряностью, поэтому пользоваться им следует очень осторожно. Некоторые гурманы добавляют тонкомолотый кардамон в черный кофе, арабы называют такой кофе бедуинским.

В продаже бывает кардамон в виде цельных коробочек и молотый. Молотый меньше ценится, так как он быстро теряет свои ароматические свойства, не может долго храниться. В средние века кардамон считался панацеей от всех болезней. Ему приписывалась огромная лечебная сила, продавали его в аптеках, и стоил он очень дорого. Кардамон и в самом деле оказывает благоприятное влияние на организм. Он вызывает и регулирует выделение желудочного сока, повышает аппетит, укрепляет желудок.



Корица — высушенная кора молодых побегов вечнозеленого коричневого дерева. Цейлонская корица имеет тонкий аромат, у китайской он выражен более ярко. Выпускается в виде порошка или палочек. Хорошо сочетается с яблоками. Кору корицы можно варить. Молотая корица представляет собой порошок от мелкозернистого до пудры (в зависимости от степени помола), приятного коричневато-шоколадного цвета. Добавляют пряность обычно в конце приготовления напитка, если это возможно, так как при длительной тепловой обработке аромат корицы улетучивается, а продукту передается некоторая жгучесть.

Благодаря наличию в корице эфирных масел, смол, клетчатки она благотворно действует на пищеварительный тракт, улучшает аппетит и укрепляет желудок.

Лавровый лист — высушенный лист благородного лавра. Имеет слабоароматный пряный запах и чуть горьковатый вкус благодаря содержанию в нем от 1,7 до 3,4 % эфирного масла. Используется в небольших количествах. При готовке спустя некоторое время лавровый лист следует удалить, иначе изделие приобретет терпкий вкус и слишком острый аромат. Несомненным достоинством лаврового листа есть то, что даже при неправильном хранении он долго не теряет своих свойств. Пряность улучшает аппетит и способствует пищеварению.

Мускатный орех — высушенные семена плодов мускатного дерева. Яйцевидной формы, серо-коричневый. Выпускается в целом или молотом виде. В средние века мускатный орех считался не только пряностью, которую добавляли в блюда и напитки, но и целебным снадобьем при болезнях желудка. Современные ученые утверждают: эта пряность — мощный биостимулятор.

Перец (черный, душистый и красный) — используется в виде целых зерен и порошка как универсальная специя. Перец горошком можно варить, молотый (черный, белый, или зеленый) варить нельзя! Не рекомендуется покупать много молотого перца, так как он быстро теряет свою остроту и аромат. Если вы открыли пакетик с молотым перцем, закупоривайте его плотнее до следующего употребления. Полезно иметь дома маленькую ручную мельницу для специй. Тогда вы сможете использо-



вать ароматный перец непосредственно перед употреблением блюд.

Специя препятствует образованию тромбов, снимает головную боль, способствует концентрации внимания, вызывает выделение в кровь эндорфинов — «гормонов счастья».

Перец красный сладкий молотый (паприка) — можно использовать вместо острого перца, является более нежной приправой. Имеются разные сорта молотой паприки, самыми деликатесными считаются сорта с нежно-сладковатым вкусом, более острые — более дешевые, это, к примеру, наполовину сладкая или розовая паприка.

Цедра (апельсиновая, лимонная, мандариновая) — внешний слой кожуры цитрусовых. Содержит эфирное и апельсиновое масло, ароматические, красящие и пектиновые вещества, витамины C , B_1 , B_2 , каротин и органические кислоты. Многие из этих веществ губительно действуют на различные микроорганизмы. Для получения цедры цитрусовые тщательно моют, ошпаривают кипятком, снимают тонким слоем кожицу и сушат ее в духовке при температуре $70-80^\circ\text{C}$ до тех пор, пока она не приобретет хрупкость.

Цедра, если она срезана достаточно тонко, без белого подкоркового слоя, легко и быстро высыхает также и в комнатных условиях, сворачиваясь в трубочки. Такая цедра при измельчении сохраняет свой оранжевый или желтый цвет. Молоть цедру впрок не нужно, лучше это сделать непосредственно перед употреблением, тогда и аромат будет сильнее. При использовании цедры следует помнить, что она передает продукту не только свой аромат, но и горьковатый вкус, поэтому ее нельзя добавлять в продукты в избытке.

Шафран — высушенные тычинки цветка, растущего в Крыму, Средней Азии, Азербайджане. Сильный приятный запах шафрана обусловлен богатым многокомпонентным составом эфирного масла. Вкус у шафранапряно-жгучий. Поэтому в качестве пряности его применяют в очень малых дозах и почти всегда без добавок других специй, так как шафран плохо сочетается с ними, за исключением редких, удачно подобранных композиций, которые особо оговаривают при описании рецептов. Шафран окрашивает блюда в желтоватый цвет и придает



им тонкий аромат. Используется также в виде спиртового раствора, который разбавляют водой.

Пряные травы

Издавна на Руси с уважением относились к травам и даже мудрую поговорку придумали: «На всякую болезнь зелье вырастает». Древние греки также высоко ценили полезные свойства пряных трав, что подтверждается в трактатах Гиппократа. И все потому, что пряные травы не только придавали неповторимый вкус приготовленным блюдам, но и помогали бороться с простудой и кашлем, болезнями сердца, нервной системы и многими другими заболеваниями.

Согласно статистике, больше половины действующих лекарственных веществ получают именно из целебных растений. Но лучше всего использовать свежие зеленые лекарства, так как они содержат максимальное количество полезных веществ и витаминов. Также фитотерапевты рекомендуют замороженные в холодильнике травы. Их достают из морозилки и измельчают непосредственно перед завариванием, оттаивать их не надо, иначе они потеряют большое количество полезных веществ.

У большинства пряных трав в пищу используются цветки, стебли и листья.

Свежие пряные травы нужно вымыть, влажными положить в пластиковый пакетик и хранить в течение 2–3 дней в холодильнике.

Можно сохранить свежий вид и «живые» витамины пряных трав и так: измельчить зелень, добавить немного воды, полученную пасту заморозить в формочках для льда. Зеленые кубики сложить в пакет и хранить в морозильнике в течение месяца (мяту, перед тем как положить в морозилку, нужно завернуть в фольгу, а петрушку, шалфей и тимьян положить в очень плотно закрывающуюся пластмассовую коробочку; листья розмарина и базилика присыпать солью — перед употреблением соль стряхнуть).

Для заготовки пряных трав впрок их связывают в пучки, сушат в хорошо проветриваемом малоосвещенном помещении, затем растирают в порошок.



Сухие измельченные травы хранят в герметичных баночках (лучше их надписать, так как сухие травы легко перепутать).

Анис — однолетнее травянистое растение семейства зонтичных (сельдерейных), «друг лекаря и хвала повара». Как культурное растение известен с древних времен, когда его использовали и как пряность, и как лекарственное сырье. Применяются свежие листья и семена. Анис благотворно влияет на желудочно-кишечный тракт, облегчая пищеварение. Содержит особые вещества, аналогичные гормонам счастья — эндорфинам.

Базилик — имеет пряный аромат и резкий вкус. Хорош как в свежем, так и в сушеном виде. В сухом растертом виде в смеси с розмарином напоминает перец. Название восходит к греческому *basileus* — «царь».

Обладает сильным противомикробным действием. Снимает головную боль, помогает при бессоннице, стимулирует пищеварение. Содержит эфирные масла, витамин *P*, провитамин *A*. По мнению китайских целителей, базилик придает уверенности в себе.

Кориандр — однолетнее травянистое растение. Используют в свежем и сушеном виде (его зелень чаще называют кинзой, а семена — кориандром; зелень имеет неприятный клоповный запах, за что растение и называют клоповником). Считается одним из древнейших пряных растений. Родиной его являются страны Средиземноморья. Его употребляли древние греки и римляне, семена кориандра найдены и в древних египетских гробницах.

Издавна применяется кориандр и как лекарственное растение. При сушке он не только не теряет аромат, но приобретает довольно приятный запах. Все растение кориандра, начиная с молодых листьев и заканчивая недозрелыми плодами, имеет неприятный резковатый запах. После сушки это приятная пикантная пряность.

Лаванда — многолетнее полукустарниковое растение. Ее родиной являются страны Средиземноморья, где она и распространена в природе и поныне. Издавна известна лаванда как ароматическое, лекарственное и пряное растение. Как пряность



используют цветки и листья. Из-за сильного пряного запаха применение ее очень ограничено, но как пряность лаванда имеет своих почитателей-гурманов. Популярна во французской кухне.

В «букете» с ромашкой возвращает звонкость голосу, если вы осипли. Избавляет от головной боли. Чай из цветков лаванды рекомендуется как успокаивающее, тонизирующее и болеутоляющее средство при многих заболеваниях. Применяется при желудочно-кишечных заболеваниях, способствуя увеличению кислотности желудочного сока, повышает аппетит, снижает кровяное давление.

Майоран — используют сухие листья и цветочные почки. В качестве пряности его употребляли еще древние египтяне, греки и римляне. Они выращивали его и очень ценили за аромат и красоту. Майоран обладает специфическим сильным ароматом, пряным слабозгучим вкусом. Зелень майорана содержит эфирные масла, витамины С, Р, каротин, минеральные соли и др.

Издавна применяется в лечебных целях. Он прекрасно успокаивает, снимает головную боль, применяется при заболеваниях дыхательных путей, его рекомендуют при проблемах с пищеварением, при расстройствах желудка и спазмах, нервных болезнях, анемии. Содержит дубильные и бактерицидные вещества. Укрепляет иммунную систему, замедляет процессы старения. Майоран незаменим в диетическом питании.

Мелисса — многолетнее травянистое растение. Используют листья и молодые побеги. Известна давно. Применяли ее в качестве пряности и лекарства древние арабы, греки и римляне. Выращивали, в основном, на монастырских огородах. Потом она повсеместно распространилась по всей Европе.

Вся надземная часть растения обладает нежнейшим ароматом с лимонными тонами. Мелиссой ароматизируют чайные смеси, она преобразует вкус компотов, особенно яблочных, сливовых, черешневых, то есть не имеющих четко выраженного собственного аромата.

Мелиссу можно заваривать как чай, а также использовать для приготовления различных напитков. Применяется она как свежей, так и сухой, но следует учитывать, что при сушке она



несколько теряет аромат, то есть норму сухой травы надо немного увеличивать. Сушат мелиссу небольшими снопиками в тени, хранят в плотно закрытой посуде.

Мелиссу издавна используют как лекарственное растение, причем признана она не только в народной, но и в научной медицине. При простудных заболеваниях, гриппе, невралгиях, астме, малокровии, бессоннице приготовленный из нее чай снимает усталость, успокаивает нервы, стимулирует работу мозга, улучшает аппетит, пищеварение и снимает спазмы. Ее отвары способны понижать давление и снимать боли в области сердца. Она является также прекрасным противовоспалительным средством. Содержит витамин С, каротин, дубильные вещества, минеральные соли.

Можжевельник — вечнозеленый хвойный кустарник. Это очень древнее растение. Оно упоминается еще в античной литературе. В можжевельнике используется все: и хвоя, и шишкоягоды, и корни. В качестве пряности применяют тщательно высушенные шишкоягоды и хвою. Вкус ягод пряный, слегка горьковатый, с бальзамическим ароматом. Можжевеловые ягоды хорошо сочетаются с чесноком, майораном, мятой, полынью. Шишкоягоды содержат сахара, дубильные и красящие вещества, органические кислоты, микроэлементы. Хвоя содержит каротин, витамин С.

Мята — обширный род многолетних травянистых растений, известных еще в древности. Родиной ее считают Китай, Японию. В Европу она попала в средние века благодаря монахам, быстро получила широчайшее распространение и была наиболее употребляемой пряностью в связи с огромным разнообразием видов. В настоящее время как пряность применяют лишь несколько видов мяты. Она является успокаивающим средством при нервных расстройствах, укрепляющим — при упадке сил, а также прекрасным антисептическим средством. Содержит ментол, флавоноиды, дубильные вещества. Используется в свежем и сушеном виде. Ее запах держится очень недолго. Добавление мяты в молоко замедляет его скисание.

Чтобы точно определить, сколько нужно брать сухой мяты для приготовления того или иного напитка, рекомендуем следующие пропорции:



- для фруктовых компотов: $1-1\frac{1}{4}$ ч. ложки на 1 л;
- для чая и фруктовых напитков: $\frac{1}{2}$ ч. ложки на 1 л.

Огуречная трава — однолетнее травянистое растение. Родина его — страны Средиземноморья. Имеет запах свежего огурца и употребляется в основном в свежем виде. Для такого использования огуречную траву нужно очень мелко резать, чтобы не ощущались ворсинки. В листьях и молодых побегах огуречника содержатся витамины С и А, эфирное масло, органические кислоты, дубильные вещества, кальций и др.

Огуречную траву издавна широко используют в народной медицине и применяют при неврозах сердца, неврастении, при воспалении слизистых оболочек верхних дыхательных путей и желудочно-кишечного тракта.

Пастернак — двулетнее травянистое культурное растение. Используют толстые мясистые корни, имеющие сладковато-пряный вкус, и листья. Корни пастернака богаты высокопитательными веществами. Они содержат витамины С, В₁, В₂, В₆, РР, каротин, минеральные вещества — калий, кальций, фосфор, железо и другие.

Пастернак издавна ценился за способность регулировать пищеварение и возбуждать аппетит. Кроме того, отвары травы применяют при кашле для его смягчения, а также как тонизирующее средство при общей слабости.

Петрушка — двулетнее травянистое растение. Выращивают две разновидности петрушки (корневая и листовая). Независимо от вида и сорта у петрушки используются все ее части — листья, корни, плоды. Петрушка была известна еще до нашей эры. Родина ее — Средиземноморье. Благодаря нежному пряному ненавязчивому аромату она является универсальной приправой.

Петрушка — высоковитаминное растение. Молодые листья ее содержат витамин С, каротин. В зелени и корнях содержится большое количество калия, кальция, фосфора и других полезных веществ. 30–50 г свежей зелени петрушки могут обеспечить суточную потребность человека в витаминах С и А. Она повышает иммунитет, является прекрасным средством при авитаминозах и способствует восстановлению сил после тяжелых болезней.



Полынь — многолетнее травянистое растение, в настоящее время оно известно как лекарственное и пряное.

Розмарин — вечнозеленый многолетний ветвистый кустарник родом из стран Средиземноморья. Специя была известна еще древним грекам и египтянам. В Европу растение было завезено монахами и в средние века стало невероятно популярным. В пищу используют листья, имеющие сильный, но приятный, несколько сладковатый, напоминающий камфору аромат и пряный острый вкус. Розмарин используют как свежим, так и сушеным (в данном случае — вместо лаврового листа).

С давних пор использовали розмарин и как лекарственное растение, считая, что он может сохранить молодость, поднять настроение. И сейчас его применяют при нервных расстройствах, общем истощении, упадке сил, головокружении, ослаблении памяти, как тонизирующее средство при низком кровяном давлении, неврозе сердца, астме, воспалении верхних дыхательных путей, при нарушениях функций кишечника, отсутствии аппетита, болезнях печени, почек, сердечно-сосудистой системы.

Сельдерей — двулетнее травянистое растение. Родина его — страны Средиземноморья. Растение почиталось еще в древности. Выращивают три разновидности сельдерея (корневой, салатный и листовой). Используют все части растения. Тертый сельдерей хорошо сочетается с морковью, помидорами, яблоками, лимоном. Растение является настоящим минеральным комплексом. Особенно оно богато натрием и калием.

Предотвращает отеки и прибавку веса. Защищает почки, препятствует образованию камней. Корни, листья и черешки сельдерея возбуждают аппетит, стимулируют пищеварение и нормализуют обмен веществ.

Тмин — двулетнее травянистое растение. Плоды тмина считаются древнейшей пряностью, которую употреблял человек. Наибольшее распространение тмин как пряность и лекарство получил в средние века. Плоды тмина обладают пряным ароматом и слегка жгучим вкусом.

Тмин улучшает пищеварение, обладает успокоительным действием и применяется при головной боли, кашле, бронхите и пневмонии.



Тимьян — по-другому **чабрец**. Многолетний ветвистый полукустарник. Родина — страны Средиземноморья. С древности почитался как «божественная трава от ста болезней». Сейчас тимьян ценится больше как универсальное пряное растение. Он обладает сильным приятным ароматом и острым пряным с приятной горчинкой вкусом.

Используют свежий и сушеный.

Тимьян способствует пищеварению, помогает при гипертонии, атеросклерозе, проблемах с желудком и кишечником, бронхите и пневмонии. Содержит витамины В, С.

Укроп — однолетнее травянистое растение. Происходит из стран Средиземноморья. Его знали и употребляли еще древние греки и римляне, и до сих пор он остается наиболее распространенной пряностью, у которой используются листья, стебель, соцветия и плоды. Все части растения обладают приятным пряным ароматом и освежающим вкусом.

Укроп настолько ароматная пряность, что очень избирательно сочетается с другими. Молодые зеленые листья укропа содержат витамин С, каротин, витамины группы В, Р и другие, а также соли калия, железа, фосфора. Плоды содержат эфирное масло, белки. Листья и стебли, а особенно плоды укропа, широко применяются в медицине при гипертонии, нарушениях сердечного ритма, атеросклерозе, метеоризме и болях в животе.

Фенхель — многолетнее травянистое растение. Применяют как плоды, так и листья, побеги. Был известен еще в древности как пряно-вкусовое и лекарственное растение. Вся его надземная часть имеет своеобразный аромат с тонами аниса и приятный сладковато-пряный вкус.

Фенхель ценен как диетический продукт. Листья его содержат аскорбиновую кислоту, каротин, витамины В, Е, К.

Плоды содержат эфирное и жирное масла, белки, сахара. Фенхель — это отличная «приправа» к здоровому, спокойному сну, он успокаивает нервную систему, улучшает пищеварение, помогает мыслить позитивно.

Эстрагон, или тархун, — это полынь, но совершенно лишенная полынной горечи. Молодые нежные веточки эстрагона отличаются от полыни ароматом и вкусовой гаммой, но когда они



стареют, например, в период бутонизации — начала цветения, их запах напоминает аромат полыни. Используется в свежем и сушеном виде, хотя при сушке он несколько теряет свой аромат.

Молодая нежная ароматная зелень эстрагона — это кладезь витаминов, особенно в ранневесенний период. Эстрагон содержит витамин С, каротин, рутин, эфирное масло и другие биологически активные вещества. Сок эстрагона издавна употребляли для приготовления различных напитков. Его считают королем пряной зелени, так как он не терпит рядом с собой других приправ. Эстрагон является натуральным лекарством от стрессов, прекрасно восстанавливает силы, усиливает аппетит и улучшает пищеварение, применяется также при различных сосудистых нарушениях.

Приправы

К приправам относят продукты, которые улучшают вкусовые свойства готовой пищи. Приправы должны не заглушать вкус и аромат напитков, а лишь подчеркивать и усиливать их. К приправам относят горчицу, хрен, чеснок, маслины, соль, сахар, мед, лимонную кислоту.

Горчица — однолетнее травянистое растение с мелкими шаровидными семенами черно-сизой, коричневой или бледно-желтой окраски. Растение очень древнее, родиной его считают Азию. Издавна применяли семена горчицы не только в качестве приправы, но и в медицине: при склерозе сосудов, гипертонии, заболевании печени, при нарушении пищеварения, при ревматизме. Всем известная столовая горчица вырабатывается из обезжиренных семян.

Карри — индийская приправа, состоит из смеси пряных растений, плоды, кору, корни которых тщательно измельчают и затем смешивают. Существуют карри разной степени остроты, но, как правило, это острая приправа, поэтому добавляют ее в небольших количествах.

Оздоровливающий и лечебный эффект обеспечивают основные ее составляющие: куркума является хорошим средством от морщин; кориандр — сильный природный афродизиак; кардамон гарантирует отличное пищеварение; корица борется с



микроорганизмами, вызывающими кишечные расстройства. Карри бодрит тело и проясняет ум.

Мед — чрезвычайно ценный продукт. Он богат витаминами и минеральными веществами. Мед обладает способностью убивать бактерии, полезен при сердечно-сосудистых заболеваниях, неврозах, усталости, бессоннице и при многих других недугах. Он хорошо сочетается с фруктами и молочными продуктами.

Хрен — многолетнее травянистое растение с толстым мясистым корнем. Возделывают его главным образом ради корня, но используют и листья. Корень очень жгучий на вкус, пожалуй, самый острый из всех жгучих пряностей. Запах свежерезанного корня острый, едкий. Как приправу используют свежие мелко натертые корни. Свеженатертый хрен быстро темнеет, поэтому его нужно сразу же обработать. Чтобы несколько уменьшить его остроту, к нему добавляют тертое яблоко или вареную свеклу. Корни хрена содержат аскорбиновую кислоту, сахара, органические кислоты и в большом количестве соли калия, кальция, фосфора, магния, железа, меди, фитонциды и эфирные масла.

Чеснок — относится к пряным овощам, обладающим резкими вкусовыми и ароматическими свойствами. Он повышает аппетит и сокоотделение, способствует лучшему перевариванию пищи. Кроме того, чеснок дезинфицирует желудочно-кишечный тракт, полость рта, носоглотку, легкие. Чеснок обладает болеутоляющими свойствами, замедляет ритм сердца, улучшает состояние здоровья при гипертонии, усиливает рост волос, улучшает состояние зубов.

Соль — является незаменимым компонентом питания, так как служит источником натрия и хлора. В небольших количествах она повышает, а в избыточных — снижает биологическую ценность пищи.

ИЗ КОПИЛКИ ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ

✧ Если хотите придать водке более приятный для вас цвет, можно воспользоваться такой табличкой цветов:



синюю водку настаивают на васильках,
желтую — на шафране,
зеленую — на мяте,
красную — на чернике,
фиолетовую — на семенах подсолнечника,
коричневую — на скорлупе грецких орехов.

Густоту и насыщенность оттенка можно получить в зависимости от количества растений и времени настоя.

✧ Если будете настаивать спирт, а затем разбавлять его, то обязательно пользуйтесь холодной кипяченой водой, иначе смесь замутится и побелеет.

✧ Удельный вес алкогольных напитков определяется в основном содержанием в них сахара. Если их расположить в ряд в зависимости от содержания сахара в убывающем порядке, то получится следующая закономерность: сиропы — кремы — десертные ликеры — крепкие ликеры — пунши — наливки — десертные напитки — сладкие настойки — аперитивы — полусладкие настойки — горькие настойки — водка — коньяк — джин — виски.

Это следует помнить при приготовлении слоистых коктейлей.

✧ Выжимая сок из лимона, не переусердствуйте — сок может получиться горьким. Если хотите, чтобы сока получилось больше, подержите целый лимон в горячей воде примерно 5 минут, не дольше.

✧ Если вам требуется всего несколько капель лимонного сока, не режьте целый лимон, проколите его спицей или толстой иглой и выдавите столько сока, сколько нужно.

✧ Чтобы очистить мутный лимонный сок, нужно влить 2–3 ложки свежего молока, которое, свернувшись, очистит сок.

✧ Чтобы было легче натереть цедру лимона, нужно подержать его немного в морозилке.

✧ При употреблении в напитках апельсинов, мандаринов или лимонов нужно удалять из них все зерна — во избежание вкуса горечи.

✧ Чтобы сохранить лимоны подольше свежими (например, с осени до весны), их следует тщательно протереть мокрым полотенцем, просушить, сложить в стеклянную банку и залить процеженным соком крыжовника. Такой древний способ хра-



нения лимонов имеет еще и то достоинство, что, кроме свежего лимона, весной вы будете иметь сок, по вкусу и запаху очень напоминающий лимонный. Сок крыжовника с запахом лимона — один из лучших компонентов для коктейлей.

✦ Надо остерегаться употреблять лимон с зеленоватой мякотью и с массой зерен, потому что это в большей части дикие лимоны, горькие, не придающие напиткам ни малейшего аромата.

✦ Виноград можно сохранять, как цветы, поместив веткой в посуду с водой, которую ежедневно менять.

✦ Чтобы с персиков легче было снять кожицу, их погружают на несколько секунд в кипящую воду.

✦ Очищенные от кожицы яблоки и груши нужно сразу же опустить в холодную воду, в которой они должны лежать до употребления, иначе почернеют. Яблоки, предназначенные для компота, могут быть после очистки от кожицы тотчас натерты лимоном, и в таком случае их не надо будет опускать в воду.

✦ Если нужно, чтобы яблоки разварились, надо брать кислые сорта; чтобы не разваривались, выбирать сладкие.

✦ Если надо вынуть сердцевину яблок, то сперва вынимают ее, а потом уже очищают от кожицы, иначе яблоко может развалиться.

✦ Если незрелые бананы положить в пакет со спелыми яблоками, уже через день бананы вызреют и станут золотисто-желтыми.

✦ Чтобы определить зрелость дыни, нажмите на нее с противоположной стороны от стебля: у незрелой дыни корка твердая, у спелой немного поддается при нажиме. У хорошей дыни обычно бывает толстый стебель.

✦ Спелый арбуз имеет блестящую корку, а если по нему постучать, звук будет чистым и звонким.

✦ Чтобы удалить горечь из кожицы огурцов, нужно залить их холодной водой и оставить на сутки или опустить на несколько минут в подсахаренное молоко (1 ст. ложка сахара на 1 л молока), а после промыть холодной водой.

✦ Сливки дольше сохраняются свежими, если бутылку обернуть мокрым полотенцем, держать в кастрюле с холодной подсоленной водой.



✧ Чтобы натертый хрен не потемнел, сбрызните его лимонным соком или уксусом и хорошенько перемешайте.

✧ Корни хрена быстро высыхают, становятся вялыми, поэтому перед тем как их чистить, подержите в воде.

✧ Хрен легче натирается, если его на ночь оставить в холодной воде.

✧ Если сметана плохо взбивается, нужно добавить в нее сырой яичный белок.

✧ Качественное молоко густое, чисто-белого цвета, а разбавленное водой — жидкое, с голубоватым оттенком.

✧ Если капнуть хорошим жирным молоком на ноготь, то форма капли почти не изменится. Капля молока, разбавленного водой, расплывется.

✧ Еще один способ узнать о подмесе воды в молоке: нужно опустить в молоко стальную спицу. Если оно неразбавленное, то на конце спицы останется капля молока, если же разбавлено водой, то спица окажется совершенно чистой.

✧ Прежде чем поставить кипятить молоко, ополосните кастрюлю холодной водой, тогда оно не пригорит.

✧ Чтобы молоко при кипячении не свернулось, нужно добавить сахар — по 1 ч. ложке на 1 л молока.

✧ Если вы не любите пенки, поставив молоко кипятиться, почаще его помешивайте, не давая пенке образовываться. А как только закипит, быстро охладите. Не давайте молоку кипеть более 3 минут — тогда витамины лучше сохранятся.

✧ Ядра грецких орехов легко освобождаются от скорлупы, если орехи положить на ночь в подсахаренную воду.

✧ Грецкие орехи гораздо легче очистить, если подержать их 15 минут в горячей духовке.

✧ Можно, не применяя молотка и щипцов, без труда извлечь из скорлупы ядра орехов. Для этого нужно положить орехи в эмалированную кастрюлю, залить кипящей водой, закрыть крышкой и выдержать их в течение 10–20 минут, после чего воду слить. Теперь орехи будут легко расщепляться кончиком ножа, а ядро целиком извлекаться из скорлупы.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
КОКТЕЙЛИ	5
Алкогольные	5
Коктейль «Кровавая Мэри»	7
Коктейль «Отвертка»	8
Коктейль «Пикантный»	8
Коктейль «Советский»	8
Коктейль «Китайско-советский»	8
Коктейль «Павловский высший»	8
Бирбастер	9
Коктейль «Освежающий»	9
Коктейль с водкой	9
Коктейль «Мятно-апельсиновый»	10
Коктейль «Французский»	11
Коктейль «Мартини»	11
Джин-фиц	11
Коктейль «Европейский»	11
Коктейль «Белая леди»	12
Коктейль «Услада»	12
Коктейль «Антика»	12
Коктейль с вермутом	12
Вермут-кофе	14
Коктейль «Парадиз»	14
Коктейль «Отрезвляющий»	15
Флип	15
Мокко-флип	15
Флип-коньяк	15



Флип с красным вином	16
Флип-кофе	16
Флип с шампанским	17
Шампанское бедных	17
Голубое шампанское	17
Шампанское-коблер	18
Шампанское с «Амаретто»	18
Коктейль «Красная роза»	18
Коктейль «Голубая мечта»	18
Коктейль «Шоколад»	19
Коктейль «Весенний»	19
Коктейль «Атлантида»	19
Коктейль «Открытие»	19
Коктейль «Кофейный»	19
Коктейль «Полярная ночь»	20
Безалкогольные	20
<i>На основе соков</i>	20
Коктейль «Дары земли»	24
Коктейль «Загадка»	24
Коблер	25
Коктейль «Витамин»	25
Яблочный коктейль	25
Тонизирующий коктейль	25
Флип черносмородиновый	25
Апельсиновый коктейль	26
Томатный коктейль	26
Коктейль из крапивы и ягод	27
Огуречный коктейль	27
Коктейль огуречно-лимонный	27
<i>На основе молока и молочных продуктов</i>	28
Коктейль десертный	28
Коктейль черничный	30
Коктейль клюквенный	30
Коктейль «Ассорти»	30
Коктейль с желтком	31
Коктейль «Ладога»	31
Коктейль «Детский»	31
Коктейль молочно-медовый с яйцом	31



Лимонно-сметанный коктейль	32
Коктейль молочно-пшеничный	32
Коктейль сливочно-кофейный	32
Коктейль кефирно-медовый	32
Коктейль «Радуга»	32
Молочный коктейль с бананом	33
Коктейль «Здоровье»	33
Коктейль «Ореховый»	33
Коктейль «Шоколадный»	33
Коктейль кефирно-клубничный	34
Коктейль вишневый с какао	34
Яблочный коктейль	34
Коктейль «Персиковый»	35
Коктейль «Абрикосовый»	35
Коктейль «Клубничный»	35
Коктейль малиновый (вишневый, клубничный)	35
Коктейль клубнично-яичный	35
Коктейль «Банановый»	36
Коктейль «Брусничный»	36
Коктейль «Черешневый»	36
Коктейль морковный	36
Коктейль «Закусочный»	37
Коктейль томатно-молочный	39
Коктейль огуречно-молочный	40
Коктейль «Радужный»	40
Коктейль лимонный с сыром	41
Коктейль из сельдерея	41
Коктейль «Витаминный»	41
Коктейль «Любимый»	42
Коктейль из сыворотки	42
ЛИКЕРЫ, НАЛИВКИ, НАСТОЙКИ,	43
Напитки с алкоголем	43
Напиток «Лес»	43
Напиток «Летний»	43
Напиток «Ароматный»	44
Напиток «Алушта»	44
Напиток «Закарпатье»	44



Напиток «Для милых дам»	44
Напиток «Пикантный»	45
Напиток «Праздничный»	45
Медовый напиток	45
Лимонный напиток	45
Напиток «Виноградарь»	46
Яблочный напиток	46
Напиток из красной смородины	46
Клубнично-коньячный напиток	46
Шоколадный напиток	47
Гоголь-моголь	47
Грушевый крушон	47
Напиток от простуды	48
Персиковый крушон	48
Цитрусовый крушон	48
Яблочный крушон	48
Клубничный крушон	49
Чайный крушон	50
Крушон «Микс»	50
Грейпфрутовый физ	50
Горячее пиво	51
Теплое пиво	51
Можжевельное пиво	51
Простая наливка	52
Вишневая наливка	53
Наливка из терна	53
Цитрусовая наливка	54
Наливка из акации	54
Наливка из дыни	54
Наливка из бутонов роз	55
Ароматное вино	55
Наливка «Ассорти»	55
Вино из лепестков роз	56
Вино с черемшой	56
Вино из шиповника	56
Вино из клубники	57
Медовое вино	57
Шампанское из листьев черной смородины	57



Вино «Полет»	58
Грог	58
Глинтвейн	58
Согревающий глинтвейн по-шведски	60
Фруктовый пунш	61
Шоколадный пунш	61
Пунш «Шоко»	61
Пунш «Яичный»	62
Тирольский пунш	62
Ликер «Ароматный»	62
Виноградный ликер	65
Ликер из айвы	65
Ликер «Яблочный»	65
Абрикосовый ликер	66
Ликер «Цитрусовый»	66
Ликер «Фруктовый»	66
Ликер из дыни	66
Пряный ликер	67
Ванильный ликер	67
Чайный ликер	67
Мятный ликер	68
Кофейно-апельсиновый ликер	68
Кофейный ликер	69
Молочный ликер	69
Ликер «Сюрприз»	70
Ликер «Тропиканка»	70
Яичный ликер	70
Ликер из зеленых грецких орехов	71
Ликер на фруктовых косточках	71
Ликер из розовых лепестков	72
Настойка на терне	72
Лимонная настойка	72
Лимонно-кофейная настойка	73
Лимонно-огуречная настойка	73
Апельсиновая настойка	74
Вишнево-апельсиновая настойка	74
Сливовая настойка	74
Ореховая настойка	75



Можжевельная настойка	76
Настойка на листьях черной смородины	76
Настойка на ягодной смеси	76
Рябиново-яблочная настойка	77
Клюквенная настойка	77
Настойка из крыжовника	78
Вишневая настойка	78
Медовая настойка	78
Кофейная настойка	79
Настойка чайная с пряностями	79
Пряная настойка	80
Мятная настойка	80
Настойка на тысячелистнике	81
Настойка «Хвойная»	81
Настойка на корневищах аира	82
Настойка на сосновых шишках	82
Настойка «Крепкая»	82
Настойка «Дамская»	83
Настойка «Домашняя»	83
Чесночная настойка	83
Водка на меду	84
Водка чайно-карамельная	84
ШЕРБЕТЫ	85
КОФЕ И КОФЕЙНЫЕ НАПИТКИ	88
Кофе «Домашний»	89
Кофе пряный со сливками	89
Кофе с тертым шоколадом	89
Кофе «Огонек»	89
Кофе по-египетски	90
Кофе по-арабски	90
Кофе по-английски с мороженым	90
Кофе по-ирландски	90
Кофе по-варшавски	91
Кофе по-болгарски	91
Кофе по-румынски	91
Кофе по-сербски	91



Кофе по-французски	92
Мокко	92
Мокко по-арабски	92
Мокко по-турецки	93
Мокко со льдом	93
Кофе с ванильным ликером	93
Кофе с какао	93
«Кофеек»	95
Кофе с «пылающим» сахаром	95
Кофе со сметанным кремом	95
Кофе «Мартиника»	96
Шоколадный кофе	96
Кофе с сиропом и молоком	96
Черный кофе с медом	96
Черный кофе с молоком и вареньем	96
Кофе с соком и молоком	97
Кофе «Королевский»	97
Кофе с красным вином	97
«Пламенный» кофе	97
Кофе «Ямайка»	98
Кофе с миндалем	98
«Русский» кофе	98
Кофе «Цитрусовый»	99
Кофейный грог	99
Кофейный пунш	99
Эспрессо с коньяком и ликером	99
КАКАО И ШОКОЛАД	102
Какао	102
Какао с мороженым	102
Какао со сгущенным молоком	103
Какао с желтком	103
Какао на рисовом отваре	103
Горячий шоколад	103
Горячий шоколадный напиток	104
Холодный шоколадный напиток	105
Горячая шоколадная пена	105
Шоколад с чабрецом и душицей	105



ЧАЙ И ЧАЙНЫЕ НАПИТКИ	106
Чай со льдом	107
Чай с пряностями	107
Чай с листьями брусники	107
«Пылающий» чай	108
Клубничный чай	108
Малиновый чай	108
Чай с крапивой	109
Чай цитрусовый	109
Фруктовый чай с пряностями	109
Яблочный чай	110
Мятный чай	110
Чай с желтком	111
Медовый чай	111
Чай со сливками	112
Молочный чай	112
Молочный чай с солью	112
Молочный чай с пряностями	112
Молочный чай с желтком	113
Чайный напиток	113
Зеленый чай по-китайски	114
Чайный тонизирующий напиток	114
Чайный напиток с шоколадным сиропом	114
Чайный лимонад	115
Напиток «Чайный бальзам»	115
Чайный грог	115
Чайный флип	115
Холодный чайный напиток	116
Чайный глинтвейн	116
Чай-пунш	116
Горячий пунш	117
Пунш с пряностями	118
«Читаем» чай правильно	120
 НАПИТКИ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ	 122
Напиток «Шипучка»	122
Напиток «Ромашка»	122
Напиток из листьев облепихи	122



Мятный напиток	123
Мятно-березовый напиток	123
Ягодный напиток	123
Напиток ягодно-молочный	124
Напиток из малины, молока и сливок	124
Гранатовый напиток	124
Напиток из черной (красной) смородины	124
Напиток из бузины	125
Рябиновый напиток	125
Рябиновая шипучка	125
Напиток из сока черноплодной рябины	126
Земляничный напиток	126
Напиток из черноплодной рябины	126
Напиток из клубники и крыжовника	127
Напиток из калины	127
Калиновый напиток с душицей и медом	127
Напиток из ежевики и белой смородины	128
Черничный напиток	128
Напиток из мяты и черники	129
Напиток из шиповника	129
Напиток из шиповника с малиной	129
Напиток из шиповника и черники	130
Напиток из шиповника с грецкими орехами	130
Напиток из шиповника с изюмом	130
Напиток из плодов шиповника и меда	130
Напиток из шиповника с листьями мать-и-мачехи	131
Напиток из брусники	131
Напиток из брусники и молока	131
Напиток из барбариса	131
Вишневый напиток	132
Напиток из вишневого сока	132
Напиток из клюквы с медом	132
Напиток из листьев вишни	132
Напиток с инжиром и ромашкой	133
Напиток из листьев абрикоса	133
Напиток из фиников	133
Напиток из изюма	133
Напиток из хурмы	134



Напиток из айвы	134
Персиковый напиток	135
Сливовый напиток с молоком	135
Рябиново-яблочный напиток	135
Яблочно-морковный напиток	135
Напиток «Яблочный»	136
Яблочно-лимонный напиток	136
Напиток из сушеных яблок	136
Напиток из груш-дичек и кизила	136
Яблочно-медовый напиток	136
Напиток из арбуза	137
Напиток «Ералаш»	137
Напиток «Красная шапочка»	137
Напиток «Фирюза»	138
Клюквенный лимонад	138
Лимонад из ревеня	138
Морковный лимонад	139
Миндальный лимонад	139
Грейпфрутовый физ	139
Крюшон	139
Лимонный напиток	140
Напиток лимонный с кольраби	140
Лимонад	140
Мандаринад	141
Оранжад	141
Имбирный оранжад	141
Напиток цитрусовый	142
Апельсиновый напиток	142
Освежающий апельсиновый напиток	142
Напиток из апельсиновых корок	142
Напиток «Африка»	142
Апельсиновый сок со сливками	143
Напиток «Ореховый»	143
Напиток с грецкими орехами	143
Напиток из фисташек	143
Напиток «Ячменный»	144
Напиток из пшена	144
Напиток из отрубей и дрожжей	144



Напиток из фруктовых соков со сливками	145
Каштановый напиток	145
Огуречный напиток	145
Напиток с цикорием	146
Напиток тыквенный	147
Морковный сок со специями	147
Напиток морковно-клюквенный	147
Напиток морковно-апельсиновый	147
Напиток морковно-инжирный	148
Напиток морковно-молочный	148
Морковно-томатный напиток	148
Томатный напиток со сливками	148
Напиток томатно-тыквенный	149
Напиток из ревеня и помидоров	149
Свекольный напиток	149
Напиток из крапивы	149
Напиток из щавеля	149
Напиток «Ядреный»	150
Напиток «Ассорти»	150
Взвар из шиповника и яблок	150
Взвар из слив	150
Взвар из сухофруктов	151
Сбитень на травах	152
Горячий сбитень	152
Гранатовый сбитень	153
Холодный сбитень	153
Горячий пикантный сбитень	153
Напиток медовый с черной смородиной	153
Медовый напиток	154
Медовая шипучка	154
Имбирная шипучка	155
Напиток из кваса	155
Напиток из рассола из квашеной капусты	156
Банановое молоко	156
Инжирное молоко	157
Ореховое молоко	157
Миндальное молоко	157
Домашняя ряженка	157



Домашняя простокваша	158
Домашний кумыс	158
Кисломолочный напиток с пряными травами	159
Напиток из пахты	159
Напиток «Ванильный»	159
Напиток «Колосок»	159
Джулеп	160
Напиток «Горячий поцелуй»	161
Молочный гоголь-моголь	161
Фруктовый гоголь-моголь	161
Напиток «Улыбка»	162
Горячий ананасный напиток	162
Напиток «Студенческий»	162
Напиток «Экзот»	162
Глинтвейн	163
Напиток «Бодрость»	163
Холодный фруктовый пунш	163
Яблочный пунш	164
Горячий фруктовый пунш	164
Напиток «Имбирный»	164
Горячий яблочно-молочный напиток	164
Яично-молочный напиток	165
Абрикосово-яичный напиток	165
Абрикосовый напиток	165
КВАСЫ	166
Хлебный квас	166
Квас «Казацкий»	168
Квас из пшеничных отрубей	168
Квас «Петровский»	169
Капустный квас	169
Овощной квас	170
Свекольный квас	170
Морковный квас	171
Квас из ревеня	172
Квас с хреном	173
Тминный квас	173
Пряный квас	173



Имбирный квас	174
Квас с корицей	174
Квас из дыни	174
Лимонный квас	175
Апельсиновый квас	176
Квас на яблоках	176
Квас из сушеных яблок (или груш)	177
Грушевый квас	177
Квас из сушеных абрикосов	177
Квас из груш и брусники	178
Квас из слив	178
Квас из фруктовых очисток	178
Квас из шелковицы	179
Вишневый квас	179
Квас из боярышника	180
Рябиновый квас	180
Квас из черноплодной рябины	180
Квас из облепихи	181
Квас из голубики	181
Клюквенный квас	181
Квас из ежевики	182
Квас из шиповника	182
Квас из морозики	183
Брусничный квас	183
Квас из ирги	183
Малиновый квас	184
Клубничный квас	184
Квас из красной смородины и лепестков розы	184
Квас из черной смородины	185
Квас с листом черной смородины	185
Квас из смеси ягод	186
Мятный квас	186
Квас с чабрецом	187
Квас из сосновой хвои	187
Мятно-клюквенный квас	187
Квас на черемухе	188
Квас из пижмы	188
Квас на березовом соке	188



Квас из концентрированного сока	189
Молочный квас	189
Квас на кислом молоке	190
Квас на патоке	190
Карамельный квас	190
Квас на пиве	191
МОРСЫ	192
Свекольный морс	192
Морс из ревеня	192
Морс из фруктового или ягодного сиропа	192
Морс из ягодного или фруктового сока	193
Морс из виноградно-яблочного сока с гвоздикой	193
Морс из ягодного варенья	193
Виноградный морс	193
Малиновый морс	193
Морс из малины и крыжовника	194
Морс из смородины	194
Морс из облепихи	194
Вишневый морс	194
Морс из шиповника	195
Кизилловый морс	195
Клюквенный морс	195
Черничный морс	195
Брусничный морс	196
Морс из калины	196
Морс из черной бузины	196
Яблочный морс	197
Яблочный морс с морковным соком	197
Морс из ягодной смеси	197
Морс из яблок и плодов шиповника	197
Апельсиновый морс	198
Морс из апельсиновых корок	198
Лимонный морс	198
Морс с изюмом	199
Морс из сухофруктов	199
Морс из фиалок	199
Морс миндальный	199



КОМПОТЫ И КИСЕЛИ	200
Компот из винограда	200
Компот из земляники	200
Компот из слив	200
Компот из вишен	201
Компот из апельсинов с сушеными абрикосами	201
Компот из яблок	201
Компот из яблок с голубикой	201
Компот из яблок с айром	202
Компот из сушеных яблок и бузины	202
Компот из груш	202
Компот из персиков	203
Компот из инжира и чернослива	203
Компот из сушеных абрикосов с миндалем	203
Компот из сухофруктов	204
Компот из тыквы	204
Компот из арбуза	204
Компот из арбуза, дыни и слив	204
Компот из ревеня	205
Компот из ревеня с изюмом	205
Компот из каштанов	205
Кисель из крыжовника	206
Вишневый кисель	206
Ягодный кисель с цветками одуванчика	206
Кисель из клубники	207
Кисель из костяники	207
Кисель из винограда	207
Клюквенный кисель	208
Кисель из шиповника	208
Кисель из клюквы и мяты	208
Кисель из черники	209
Кисель из рябины	210
Кисель из слив	210
Кисель из айвы	210
Кисель из абрикосов	211
Кисель из яблок	211
Кисель яблочно-облепиховый	211
Кисель из яблок и черноплодной рябины	212



Кисель из виноградного сока	212
Кисель из груш с черноплодной рябиной	212
Кисель из яблок и корня сельдерея	213
Кисель из сухофруктов	213
Кисель из чернослива	213
Кисель из клубничного варенья	214
Кисель из фиников	214
Кисель из ревеня	214
Кисель из черемухи	215
Лимонный кисель	215
Кисель из тыквы	215
Морковный кисель	215
Кисель из арбуза	216
Кисель из щавеля	216
Молочный кисель	216
Молочно-миндальный кисель	217
Кисель на квасе	217
Кисель на меду	218
Овсяный кисель	218
Кисель шоколадный	219
Кисель из какао	219
Кисель из патоки	220
Подливка сливочно-ванильная (к любому холодному киселю)	220
ФИТОЧАИ И ЛЕЧЕБНЫЕ НАСТОИ	221
Классические травяные чаи	221
Чай с ягодными листьями	222
Чай из сушеных листьев хурмы	223
Чай из финиковых листьев	223
Фиалковый чай	223
Липовый чай	223
Рябиновый чай	224
Чай из цветков акации и липы	224
Ягодный чай	224
Чай из листьев крапивы и плодов красной рябины	225
Чай с перечной мятой и ягодами красной рябины	225
Чай из мяты курчавой с медом	225



Чай из свежей малины и шиповника	225
Чай из плодов черемухи и шиповника	225
Чай из кислицы	226
Чай из смородины	226
Чай с чабрецом	226
Чай из сушеной черники	227
Чай сборный	227
Вересковый чай	229
Чай на хвое	229
Чай из боярышника	230
Брусничный чай	230
Чай с тмином	230
Чай «Лечебный»	230
Чай из клевера лугового	231
Чай из донника лекарственного	231
Чай из травы золототысячника	231
Чай из корней дягиля	231
Общеукрепляющий чай	232
Лечебные настои	232
Настой из березового сока	232
Настой из березовых почек	233
Спиртовой настой на березовых почках	233
Морковно-березовый оздоровительный напиток	234
Настой из примулы	234
Фиалковый настой-сироп	235
Настой из листьев черной смородины	235
Настой из крапивы	236
Настой из тысячелистника обыкновенного	236
Настой из лопуха	237
Настой из гречихи	237
Настой из душицы обыкновенной	238
Успокоительный настой	238
Лечебный настой из инжира	239
Овсяная вода	239
Настой из овса	239
 ДОМАШНИЕ ВИНА	 241
Яблочное десертное вино	241



Яблочное слабоалкогольное вино	241
Яблочное вино № 1	242
Яблочное вино № 2	242
Апельсиновое вино	242
Вино из голубики	242
Изюмное вино	243
Вино из вишневой мезги	243
Вино из изюма	244
Вино из изюма и пива	244
Вино из клубничной мезги	244
Вино из малиновой мезги	245
Ежевичное вино	245
Вино из хурмы	246
Вино из шиповника	246
Вино из чернослива (быстрого приготовления)	246
Вино из красной смородины	247
Вино из красной и черной смородины	247
Абрикосовое и персиковое вино	247
Вино из тутовой ягоды (шелковицы)	248
Старинный рецепт березового вина	248
Березовое вино	248
Лимонное вино	249
Вино из сусла	249

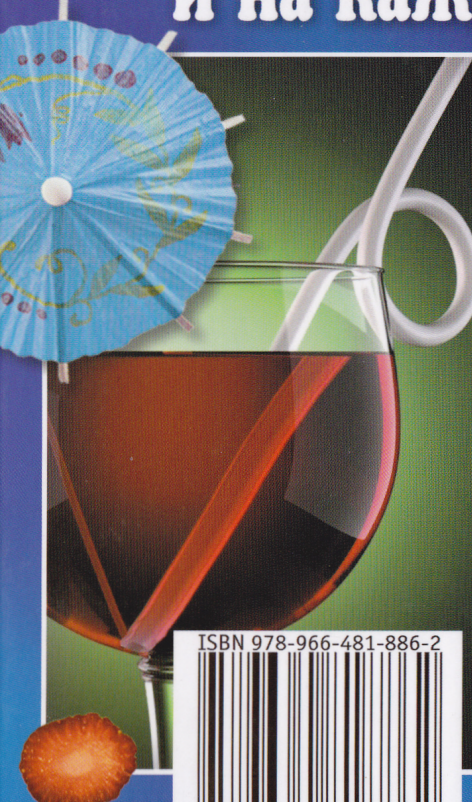
ПРИЛОЖЕНИЕ	
Словарь напитков	250
Посуда для напитков	252
О пряностях, пряных травах и приправах	252
Из копилки полезных советов	265

[illegible]

Коктейли и напитки



для фуршета, праздника
и на каждый день



Еще в древние времена люди научились готовить различные напитки. Алкогольные и безалкогольные, холодные и горячие, тонизирующие и лечебные — их разнообразие безгранично. В этой книге представлены сотни разновидностей напитков, которые вы сможете приготовить самостоятельно. Их приготовление не отнимет у вас много времени, а результат обязательно порадует и вас, и ваших гостей.

ISBN 978-966-481-886-2



9 789664 818862