

# БЛЮДА РУССКОЙ КУХНИ

50  
рецептов



# БЛЮДА РУССКОЙ КУХНИ



ЭКСМО  
Москва  
2014

# Содержание

## Закуски и супы

Винегрет с грибами	4
Овощной салат с филе сельди	5
Салат из карасей	6
Яйца с птицей и грибами	7
Мясо, фаршированное овощами	8
Рыбный рулет	9
Постные кислые щи	10
Грибные щи с перловой крупой	11
Борщ сибирский	12
Рассольник с грибами	13
Солянка рыбная по-домашнему	14
Калья из курицы	14
Гороховая похлебка	15
Суп фасолевый постный	15
Рассольник домашний	16



## Основные блюда

Мясо многослойное, запеченное в фольге	17
Говядина в горшочке с квашеной капустой	18
Запеченная говядина с грибами	19
Рубленые мясные колбаски	20
Пожарские котлеты	21
Зразы куриные	22
Солянка из птицы	23
Курица с грибами и луком	24
Фаршированные окорочка	25
Рыба под «шубой» из сыра	26
Рыбные толченики	27
Грибы по-строгановски	28
Грибы с картофелем и сметаной	28
Рулет картофельный	29
Запеканка из овощей	29
Фаршированные блинчики запеченные	30
Тушеные кабачки или баклажаны	31
Кабачки «по-русски»	32
Капустные котлетки с манкой	33
Морковно-тыквенная запеканка	34
Гречка со сливочным грибным соусом	35

## Выпечка

Дрожжевое тесто	36
Слоеное тесто	36
Кулебяка по-русски	37
Расстегаи с мясом	37
Пирожки с начинкой из курицы	38
Пирожки с луком и яйцом	39
Пирог с капустой	40
Сочни архангельские	41
Шаньга с грибами и луком	42
Масляные булочки	43
Рулет с маком	44
Яблочная плетенка	45
Ватрушки с вареньем	46
Коврижка медовая	47



## Винегрет с грибами

1. Для заправки взбить масло с остальными ингредиентами.
2. Вареные овощи нарезать кубиками.
3. Свеклу залить частью заправки и выдержать около 10 мин, не смешивая с остальными овощами, чтобы они не окрасились.
4. Огурцы, лук и грибы нарезать кубиками, оставив часть грибов целыми для оформления.
5. Нарезанные овощи, грибы и зеленый горошек перемешать вместе с заправкой и выложить в салатник.
6. При подаче оформить винегрет грибами и зеленью.

**Состав:**

240 г маринованных грибов  
90 г вареной моркови  
150 г вареной свеклы  
200 г вареного картофеля  
120 г соленых огурцов  
50 г зеленого горошка  
1 луковица

**Для заправки:**

100 г растительного масла  
100 г уксуса (3%)  
1 ч. л. сахара  
перец, соль



Время приготовления: 20 мин  
Количество порций: 6

# Овощной салат с филе сельди

**Состав:**

4 филе слабосоленой сельди  
10 шт. редиса  
5 картофелин  
4 помидора  
1 луковица  
1 пучок листьев салата  
100 г фасоли  
2 стакана овощного бульона  
5 ст. л. растительного масла  
4 ст. л. лимонного сока  
зелень петрушки  
черный молотый перец  
соль

1. Картофель сварить, очистить от кожицы и нарезать ломтиками.
2. Помидоры и сельдь нарезать ломтиками, зеленый салат – соломкой, редис – кружочками.
3. Лук нарезать полукольцами и обдать кипятком.
4. Фасоль сварить в подсоленной воде до готовности и откинуть на дуршлаг, обдать холодной водой и дать ей стечь.
5. Лимонный сок смешать с солью, перцем, маслом, бульоном и слегка подогреть. Смешать с подготовленными продуктами и оставить на 1 ч настояться.
6. При подаче уложить в салатник и оформить зеленью.

Время приготовления: 40 мин  
Количество порций: 4



## Салат из карасей

1. Отварить карасей, отделить мякоть от костей, мелко нарезать. Картофель, огурцы нарезать кубиками.
2. В майонез добавить тертый хрен, соль, уксус и перемешать.
3. Соединить рыбу с картофелем и огурцами.
4. Положить в салатник, заправить майонезом, оформить огурцами и зеленью.

*Мелкую и порезанную на куски рыбу следует закладывать в кипящую воду, чтобы она не переварилась.*

**Состав:**

400 г карасей  
40 г хрена  
2 вареные картофелины  
2 соленых огурца  
1 стакан майонеза  
1 ст. л. уксуса (3%)  
зелень укропа, петрушки  
соль

Время приготовления: 30 мин  
Количество порций: 4



## Яйца с птицей и грибами

### Состав:

4 яйца

160 г филе курицы

80 г свежих грибов

160 г вареной домашней лапши

4 ст. л. сливочного масла  
зелень петрушки и укропа  
черный молотый перец  
соль

1. Филе нарезать соломкой, обжарить на части масла.
2. Грибы промыть, нарезать ломтиками, обжарить на оставшемся масле.
3. Филе и грибы соединить, добавить лапшу, перемешать и положить в кокотницы. В каждую выпустить по 1 яйцу, посыпать солью, перцем и запекать до готовности в разогретой до температуры 160 °С духовке.
4. Подавать на стол в кокотницах, оформив зеленью.

Время приготовления: 50 мин

Количество порций: 4





## Мясо, фаршированное овощами

1. Цветную капусту и брокколи разобрать на соцветия. Лук нарезать кубиками, морковь — соломкой.
2. Бульонный кубик развести в воде. Овощи слегка обжарить на масле, залить бульоном и тушить до готовности.
3. Говядину нарезать порционными кусками и отбить.
4. На куски мяса уложить овощной фарш, посыпать тертым сыром, свернуть в рулеты и скрепить шпажками. Выложить на противень, смазанный маслом, сбрызнуть оставшимся маслом и запекать в течение 20 мин при температуре 220 °С.
5. При подаче оформить зеленью.

**Состав:**

100 г цветной капусты  
100 г брокколи  
50 г лука-порея  
1/2 моркови  
500 г мякоти говядины  
4 ст. л. растительного масла  
2 ст. л. тертого сыра  
1/2 говяжьего бульонного кубика  
1 стакан воды



Время приготовления: 50 мин  
Количество порций: 4

# Рыбный рулет

**Состав:**

300 г филе рыбы

50 г шпика

4 зубчика чеснока

1 яйцо

1 ст. л. манной крупы

1 вареная морковь

2 ст. л. зеленого горошка

1 ст. л. рубленой зелени  
петрушки

50 г филе копченой семги

2 ст. л. майонеза

черный молотый перец

соль

**1.** Рыбное филе пропустить через мясорубку вместе со шпиком и чесноком. В полученную массу положить яйцо, манную крупу, соль, перец, перемешать. Добавить нарезанную кубиками морковь, зеленый горошек, зелень и еще раз перемешать.

**2.** В продолговатую форму, смазанную маслом, уложить половину рыбной массы, на нее – нарезанное ломтиками филе копченой семги, затем оставшуюся рыбную массу. Запекать в течение 30–40 мин при температуре 220 °С.

**3.** Готовый рулет охладить в форме, вынуть и нарезать ломтиками.

**4.** При подаче рулет оформить майонезом и гарнировать свежими овощами и зеленью. Отдельно можно подавать хрен.

Время приготовления: 1 ч 40 мин

Количество порций: 4



## Постные кислые щи

**1.** Отжатую квашеную капусту залить 1/2 л кипятка, добавить томатную пасту, посолить, перемешать и тушить на слабом огне 2 ч. Лук и морковь очистить, нарезать кубиками, обжарить на растительном масле. Муку подрумянить. За 15 мин до окончания тушения капусты добавить обжаренные овощи, а за 5 мин до готовности – подрумяненную муку. Грибы замочить в холодной воде на 3–4 ч. Затем отварить в 1 л воды в течение 30 мин.

**2.** Готовые грибы вынуть и мелко порубить. Соединить в кастрюле капусту, нарезанные грибы, залить грибным бульоном и варить еще 40 мин. Дать настояться в тепле.

**3.** Перед подачей на стол добавить зубчики чеснока, растертые с солью, посыпать зеленью.

*Отжатый капустный рассол можно применять для заправки различных овощных салатов вместо уксуса и лимонного сока.*

### Состав:

500 г квашеной капусты  
40 г сушеных грибов  
2 моркови  
2 луковицы  
40 г томатного пюре  
20 г пшеничной муки  
40 мл растительного масла  
2 лавровых листа  
1 ст. л. рубленой зелени  
укропа и петрушки  
4 зубчика чеснока

Время приготовления: 3 ч  
Количество порций: 4



# БЛЮДА РУССКОЙ КУХНИ



ЭКСМО

Москва

2014

## Борщ сибирский

**1.** Фасоль замочить на 8 ч в холодной воде, промыть, залить свежей горячей водой, сварить до готовности без соли.

**2.** Лук, нарезанный соломкой, спассеровать в половине нормы масла, добавить нарезанную соломкой морковь, положить томатное пюре и прогреть. Свеклу нарезать соломкой, слегка обжарить в оставшемся масле, добавить немного бульона, сахар и тушить до размягчения. В конце положить пассерованные с томатом овощи.

**3.** В кипящий бульон ввести капусту, дать закипеть, добавить картофель, нарезанный кубиками, и варить 10 мин. Положить тушеную свеклу, вареную фасоль, чеснок и специи. Варить еще 10 мин. Дать настояться.

**4.** Пропустить фарш и лук через мясорубку, добавить яйцо, воду, соль, перец, взбить. Сформовать фрикадельки и отварить их в подсоленной воде. При подаче заправить сметаной и посыпать зеленью.

### Состав:

160 г свеклы  
40 г картофеля  
40 г фасоли  
40 г моркови  
30 г томатного пюре  
2 зубчика рубленого чеснока  
10 г сахара  
800 г говяжьего бульона  
20 г сметаны  
40 г лука  
120 г говяжьего фарша  
150 г белокочанной капусты  
зелень рубленая  
черный молотый перец  
соль

Время приготовления: 50 мин  
Количество порций: 4



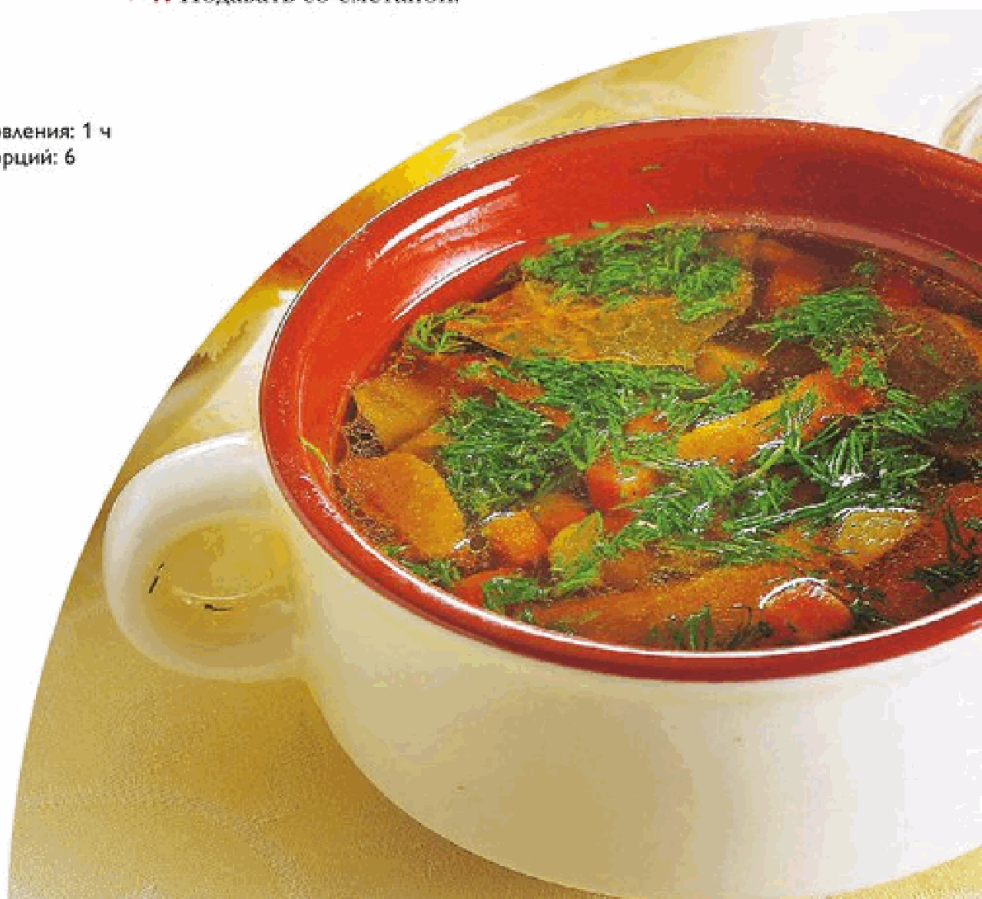
# Рассольник с грибами

**Состав:**

50 г сухих белых грибов  
4 картофелины  
1 морковь  
1 луковица  
1 корень петрушки  
4 соленых огурца  
1/2 стакана огуречного рассола  
4 веточки петрушки  
2 лавровых листа  
3 бутона гвоздики  
растительное масло для обжаривания

1. Грибы замочить в теплой кипяченой воде на 10 мин. Отбросить на дуршлаг, настой процедить. Положить грибы в кастрюлю, влить 1 1/2 л холодной воды и довести до кипения. Добавить очищенный корень петрушки и варить 10 мин, после чего корень петрушки удалить.
2. Очистить картофель, морковь и лук. Нарезать овощи небольшими кубиками, так же нарезать соленые огурцы.
3. Разогреть в сотейнике растительное масло. Обжарить морковь и лук.
4. Добавить обжаренные овощи в кастрюлю с грибами. Варить 4 мин.
5. Положить лавровый лист и гвоздику.
6. Всыпать нарезанный картофель и варить 10 мин. Добавить огурцы, рассол и грибной настой. Довести суп до кипения и сразу же снять с огня. Петрушку измельчить и добавить в суп. Перемешать и разлить по тарелкам.
7. Подавать со сметаной.

Время приготовления: 1 ч  
Количество порций: 6



## Солянка рыбная по-домашнему

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 10

1. Рыбу промыть, очистить и разделить на филе с кожей без костей. Из костей и голов сварить бульон с добавлением лука и моркови. Процедить.
2. Оставшийся лук нарезать полукольцами и спассеровать на части масла. Отдельно спассеровать с маслом томатное пюре. Соленые огурцы очистить от кожицы и семян, нарезать ломтиками и припустить.
3. В кипящий рыбный бульон опустить картофель, нарезанный дольками, кусочки рыбы и варить 10 мин. Добавить пассерованный лук, томатное пюре, огурцы, специи и варить еще 5 мин.
4. При подаче добавить мелко нарезанную зелень и ломтик лимона.

**Состав:**

700 г рыбы  
1 луковица  
600 г картофеля  
300 г соленых огурцов  
150 г томатного пюре  
100 г моркови  
100 г сливочного или топленого масла  
зелень укропа и петрушки  
1 лимон, перец горошком  
лавровый лист, соль



## Калья из курицы

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4

1. Курицу отварить до готовности, нарубить по 2–3 куску на порцию.
2. Лук нарезать кольцами и спассеровать, добавить корни петрушки и сельдерея. Огурцы нарезать кружочками, припустить в небольшом количестве воды.
3. Муку спассеровать без масла, развести небольшим количеством рассола и ввести в бульон.
4. Ветчину нарезать тонкими ломтиками, положить в бульон, добавить лук и коренья, огурцы и довести до готовности. В конце варки добавить кусочки курицы.
5. При подаче в тарелку положить кружочек лимона без цедры, посыпать зеленью. Отдельно подать сметану.

**Состав:**

400 г курицы  
160 г соленых огурцов  
60 г корня петрушки  
80 г корня сельдерея  
1 1/2 луковицы  
100 г ветчины  
2 ст. л. растительного масла  
2 ст. л. сметаны  
4 ломтика лимона  
1 ст. л. пшеничной муки  
зелень



## Гороховая похлебка

### Состав:

1/2 кг ветчины  
1 стакан сухого гороха  
1 средняя репа  
1 луковица  
1 средний корень  
петрушки или сельдерея  
1 морковь  
семена тмина, зелень  
укропа, соль

Время приготовления: 3 ч

Количество порций: 8

1. Горох замочить в холодной воде на 8 ч. Вода должна покрывать горох все время замачивания. Затем откинуть на сито.

2. Репу, морковь, лук и корень петрушки (сельдерея) нарезать некрупными ломтиками. Сложить набухший горох, ветчину и ломтики овощей и кореньев в кастрюлю с толстым дном, залить холодной водой, довести до кипения. Снять пену, уменьшить огонь и варить при небольшом кипении около 3 ч. За 30 мин до готовности посолить и добавить растертый в ступке тмин.

3. Перед подачей вынуть ветчину из кастрюли, нарезать небольшими кусками и вернуть обратно. Посыпать измельченным укропом и подавать. Похлебку можно подавать с сухариками.



## Суп фасолевый постный

### Состав:

80 г сушеных белых  
грибов  
200 г фасоли  
80 г моркови  
1 луковица  
1 картофелина  
80 г тыквы  
1 рубленый пучок зелени

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 4

1. Накануне замочить фасоль, через 12 ч сварить ее до готовности в подсоленной воде. Грибы промыть в теплой воде, замочить на 2 ч в 2 л холодной, затем в ней же и варить. Добавить очищенный и разрезанный пополам лук и варить 1 ч при слабом кипении. Процедить готовый бульон, промыть грибы холодной водой и мелко нашинковать. Положить в бульон морковь, лук и картофель, нарезанные кубиками, варить 10 мин.

2. Добавить фасоль, нарезанную кубиками тыкву и варить до готовности. Перед подачей посыпать зеленью.





## Рассольник домашний

1. Морковь и лук нарезать соломкой и спассеровать на топленом масле. Капусту, корень сельдерея и петрушки нашинковать тонкой соломкой. Картофель нарезать брусочками.
2. Соленые огурцы очистить от кожицы, нарезать ломтиками наискосок и припустить в небольшом количестве мясного бульона.
3. В кипящий бульон положить капусту, довести до кипения, добавить картофель, белые корни. Через 5 мин добавить пассерованные морковь, лук и припущенные огурцы. Заправить специями и варить до готовности.
4. Готовый рассольник заправить процеженным и прокипяченным огуречным рассолом.
5. При подаче положить в рассольник кусочки вареного мяса, заправить сметаной и посыпать рубленой зеленью.

**Состав:**

750 г мясного бульона  
100 г вареного мяса  
100 г белокачанной капусты  
180 г картофеля  
60 г соленых огурцов  
и огуречный рассол  
20 г корня сельдерея  
1 морковь  
1 луковица  
1 корень петрушки  
20 г топленого масла  
100 г сметаны  
черный молотый перец  
лавровый лист  
соль

Время приготовления: 35 мин  
Количество порций: 4



## Мясо многослойное, запеченное в фольге

### Состав:

300 г мякоти говядины  
300 г мякоти свинины  
300 г мякоти курицы  
150 г жареных грибов  
100 г сыра  
2 ст. л. маргарина  
черный молотый перец  
соль

**1.** Говядину, свинину и куриное мясо отбить, посолить, поперчить и обжарить на маргарине до образования золотистой корочки.

**2.** Уложить на фольгу слоями говядину, грибы, свинину, пассерованный лук и курицу. Сверху посыпать тертым сыром. Завернуть в фольгу и поставить в духовку.

**3.** Подавать мясо в фольге, оформив зеленью.

*При обжаривании мяса крупным куском его нужно время от времени поливать жиром или соком, образующимся на дне посуды. Если сока и жира мало, следует добавить несколько столовых ложек бульона или кипятка.*

Время приготовления: 1 ч  
Количество порций: 4



## Говядина в горшочке с квашеной капустой

1. Мясо нарезать брусочками и обжарить на масле до образования золотистой корочки.
2. Капусту нашинковать соломкой. Положить мясо и капусту в горшочки, добавить лук, нарезанный полукольцами, соль, перец, бульон, пассерованное на масле томатное пюре, закрыть горшочки крышками и тушить в течение 1 1/2–2 ч.
3. Подавать в горшочках, оформив зеленью.
4. Мясо при обжаривании кладут всегда только на сильно разогретую с жиром сковороду, иначе оно теряет сок и приобретает вкус вареного.

**Состав:**

300 г мякоти говядины  
230 г квашеной капусты  
2 ст. л. топленого масла  
1 стакан бульона  
1 луковица  
1 ст. л. томатного пюре  
10 г зелени петрушки  
черный молотый перец  
соль

Время приготовления: 1 ч 20 мин  
Количество порций: 2



## Запеченная говядина с грибами

### Состав:

600 г мякоти говядины  
200 г вареных шампиньонов  
100 г твердого сыра  
2 ст. л. маргарина  
10 г зелени петрушки  
и укропа  
1 луковица  
черный молотый перец  
соль

1. Говядину нарезать поперек волокон по одному ломтику на порцию, отбить, посолить, поперчить и обжарить на части маргарина до полуготовности.
2. Лук нарезать полукольцами и обжарить на оставшемся маргарине до золотистого цвета.
3. На противень уложить подготовленное мясо, сверху — жареный лук, грибы, нарезанные ломтиками, посыпать тертым сыром и запекать в духовке до готовности.
4. Подавать мясо в горячем виде. При подаче оформить зеленью.

Время приготовления: 40 мин  
Количество порций: 4



## Рубленые мясные колбаски

1. Очистить 2 луковицы, нарезать соломкой и обжарить на масле без изменения цвета. Редьку очистить от кожицы и нашинковать мелкой соломкой.
2. Говядину пропустить через мясорубку вместе с оставшимся репчатым луком и салом, посолить, поперчить и перемешать. Из приготовленного фарша сформовать колбаски весом 40–50 г, запанировать в муке и обжарить до золотистого цвета.
3. Подготовленные колбаски уложить на спассерованный лук и довести до готовности на слабом огне. В конце приготовления сбрызнуть уксусом и подавать с редькой, оформив зеленью.

### Состав:

600 г мякоти говядины  
100 г свиного сала  
160 г редьки  
30 г зелени петрушки  
30 г зелени укропа  
3 луковицы  
4 ст. л. пшеничной муки  
6 ст. л. топленого масла  
1 ч. л. уксуса (3%)  
черный молотый перец  
соль



Время приготовления: 1 ч  
Количество порций: 4

# Пожарские котлеты

**Состав:**

500 г куриного филе без  
кожи

2 ст. л. сливочного масла

2 ст. л. сливок

2–3 ломтика белого хлеба  
без корочки

молоко

1 ст. л. панировочных  
сухарей

1 яйцо

2 ст. л. растительного  
масла

черный молотый перец  
соль

**1.** Мясо курицы пропустить через мясорубку. Смешать с растопленным сливочным маслом, сливками. Приправить солью и перцем, перемешать и вновь пропустить через мясорубку.

**2.** Добавить в фарш размоченный в молоке и отжатый хлеб. Из полученного фарша сформовать плоские заостренные котлеты. Взбить яйцо. Обмакнуть котлеты в яйцо, затем обвалить в сухарях.

**3.** В сковороде разогреть растительное масло и жарить котлеты по 4–5 мин с каждой стороны, до румяной корочки.

**4.** Подавать с жареным картофелем и зеленым горошком.

Время приготовления: 50 мин

Количество порций: 4



## Зразы куриные

1. Морковь и лук очистить, нарезать соломкой и обжарить на части масла.
2. Филе пропустить через мясорубку, добавить замоченный в воде хлеб, соль, перец, все хорошо перемешать. Полученную массу вновь пропустить через мясорубку, перемешать, разделить на лепешки. На середину каждой положить фарш из моркови и лука.
3. Придать овальную форму, запанировать в сухарях и обжарить с обеих сторон на масле до золотистого цвета. До готовности довести в духовке.
4. Гарнировать отварным рисом и оформить зеленью.

**Состав:**

900 г филе курицы  
250 г хлеба  
350 мл воды  
2 луковицы  
250 г моркови  
20 г зелени петрушки  
2 ст. л. панировочных сухарей  
200 г растительного масла  
черный молотый перец  
соль



Время приготовления: 1 ч  
Количество порций: 5

## Солянка из птицы

### Состав:

1 кг курицы (мякоть  
с косточками)

1 кг квашеной  
капусты

4 луковицы

1 стакан куриного  
бульона

оливки

маринованная вишня

**1.** Капусту отжать, положить на сковородку, влить немного воды и готовить, помешивая, на среднем огне, до испарения жидкости. Лук порезать тонкими колечками.

**2.** Курицу порубить на куски (два куска на порцию) и слегка обжарить их со всех сторон на сухой сковороде.

**3.** Выложить слоями в форму для запекания обжаренные куски птицы, затем квашеную капусту, затем лук. Верхним слоем должна быть капуста. Полить жиром от жарки, добавить бульон. Поставить в разогретую до температуры 180 °С духовку на 1 ч.

**4.** Перед подачей украсить оливками, маринованной вишней, подавать горячей.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 5





## Курица с грибами и луком

1. Курицу промыть, нарезать крупными кусками. Обсушить бумажным полотенцем.
2. Очистить чеснок и разрезать зубчики вдоль на 3–4 части. Сделать небольшие надрезы ножом в курице и нашпиговать кусочками чеснока.
3. Положить курицу на горячую сковороду. Жарить на среднем огне около 5 минут, затем перевернуть и обжаривать еще столько же.
4. После этого накрыть крышкой, уменьшить огонь и жарить, периодически переворачивая, еще в течение 15–20 мин в вытопившемся жире.
5. Нарезать лук полукольцами, грибы – на 4 части. Разложить вокруг курицы. Хорошо перемешать и обжарить без крышки около 5 мин, пока лук не зажарится и не станет прозрачным.
6. После этого посолить, приправить перцем и влить вино. Накрыть крышкой и кипятить на слабом огне еще 10 мин.
7. Перед подачей посыпать свежей петрушкой.

**Состав:**

500 г курицы  
2 луковицы  
150 г шампиньонов  
2 зубчика чеснока  
2 ст. л. нарезанной петрушки  
1 стакан белого вина  
черный молотый перец  
соль



Время приготовления: 45 мин  
Количество порций: 4

## Фаршированные окорочка

### Состав:

4 куриных окорочка  
3 сладких перца разного цвета  
2 ст. л. сливочного масла  
1 яйцо  
80 г зелени петрушки и укропа  
1 стакан панировочных сухарей  
150 г растительного масла  
черный молотый перец  
соль

1. У окорочков отвернуть кожу, снять мякоть с костей и удалить верхнюю косточку, оставив нижнюю.
2. Мякоть пропустить через мясорубку, соединить с мелко нарезанным сладким перцем, рубленой зеленью, солью, перцем, сливочным маслом и перемешать.
3. Нафаршировать полученной смесью кожу окорочков, скрепить деревянными шпажками.
4. Окорочка смочить во взбитом яйце, запанировать в сухарях и обжарить на масле до готовности.
5. При подаче гарнировать маринованными овощами.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4



## Рыба под «шубой» из сыра

1. Филе рыбы посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и соевым соусом. Выдержать в холодильнике 30 мин.
2. Сыр натереть на мелкой терке, соединить со взбитыми яйцами.
3. Филе запанировать в муке, затем смочить в яичной смеси. Жарить в масле до образования золотистой корочки.
4. Подавать с рассыпчатым рисом и ломтиками лимона, оформив зеленью.

*Жарить рыбу можно, тщательно упаковав ее в фольгу, и поместить в духовку на 15–30 мин. Чтобы рыба была хорошо обжарена, надо открыть сверху фольгу и подержать в горячей духовке до полной готовности.*

**Состав:**

600 г филе рыбы  
150 г твердого сыра  
100 г топленого масла  
3 яйца  
1/2 стакана пшеничной муки  
1 ч. л. соевого соуса  
4 ломтика лимона  
черный молотый перец  
соль



Время приготовления: 30 мин  
Количество порций: 4

## Рыбные толченики

**Состав:**

500 г свежей рыбы  
1 ст. л. пшеничной муки  
2 ст. л. растительного масла  
1/2 луковицы  
черный молотый перец  
соль

1. Рыбу разделать, очистить от кожи и костей, пропустить через мясорубку, добавить муку, соль, перец и половину растительного масла.
2. Из хорошо вымешанной массы сформовать шарики и отварить их в подсоленной воде. Лук нарезать полукольцами и обжарить в оставшемся масле.
3. При подаче полить растительным маслом с жареным луком.

*Толченики будут вкуснее, если положить в фарш мелко нарезанный и слегка обжаренный лук.*

Время приготовления: 50 мин  
Количество порций: 2



# БЛЮДА РУССКОЙ КУХНИ



ЭКСМО

Москва

2014

## Рулет картофельный

### Состав:

1 1/3 кг картофеля  
1 луковица  
1 ст. л. растительного масла  
500 г белокочанной капусты  
3 вареных яйца  
2 ст. л. сметаны  
черный молотый перец  
соль  
укроп



Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 5

1. Картофель сварить, обсушить и протереть горячим.
2. Для фарша лук мелко нарезать и спассеровать на масле. Капусту мелко нашинковать, прогреть до мягкости. Яйца мелко порубить.
3. Овощи соединить с яйцами, добавить соль, перец, рубленую зелень укропа.
4. На пищевую пленку или мокрую салфетку выложить картофельную массу в виде прямоугольника слоем 2 см. На середину уложить фарш.
5. С помощью салфетки соединить края картофельной массы и переложить рулет на смазанный маслом противень швом вниз.
6. Поверхность смазать сметаной, нанести рисунок и запечь рулет.
7. При подаче рулет нарезать на порции, оформить зеленью. Отдельно подать сметану.

*Чтобы на старом картофеле при варке не появлялись синие пятна, в воду можно добавить немного уксуса.*

## Запеканка из овощей

### Состав:

4 цуккини  
4 помидора  
4 яйца  
6 ст. л. сметаны  
2 ст. л. сливочного масла  
2 зубчика чеснока  
порошок карри  
мускатный орех  
черный молотый перец  
соль



Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 4

1. Нарезать цуккини тонкими кружочками. Помидоры ошпарить, снять кожицу, мякоть нарезать дольками.
2. Форму для запеканки натереть чесноком, смазать маслом.
3. Уложить овощи в форму плотными рядами и запекать при температуре 240 °С в течение 5 мин.
4. Яйца смешать со сметаной, пряностями, посолить, поперчить, добавить измельченный зубчик чеснока.
5. Залить полученной смесью овощи и запекать еще 20 мин.

*Сырые овощи лучше и дольше сохраняются свежими, если завернуть их в мокрое полотенце.*

## Фаршированные блинчики запеченные

**1.** Грибы мелко нарезать, обжарить на сливочном масле, посолить, поперчить. Добавить зелень и перемешать.

**2.** Из муки, яиц, молока замесить жидкое тесто. Добавить соль, растительное масло и перемешать. Испечь блинчики, подрумянивая их с одной стороны.

**3.** На подрумяненную сторону блинчиков уложить грибную начинку. Свернуть блинчики конвертиками, уложить в форму, смазанную маслом и посыпанную половиной сухарей. Смазать сметаной, посыпать сыром, смешанным с оставшимися сухарями, и запекать при температуре 220 °С до образования золотистой корочки.

**4.** Отдельно к блинчикам подавать сметану.

### Состав:

800 г грибов  
2 стакана пшеничной муки  
2 стакана молока  
2 яйца  
1 ст. л. растительного масла  
1 ст. л. сливочного масла  
2 ст. л. рубленой зелени укропа  
2 ст. л. тертого твердого сыра  
2 ст. л. сметаны  
4 ст. л. папировочных сухарей  
черный молотый перец  
соль

Время приготовления: 1 ч 10 мин  
Количество порций: 6



## Тушеные кабачки или баклажаны

**Состав:***1 луковица**3 моркови**2-3 помидора**500 г кабачков или баклажанов**2 зубчика чеснока**1/4 стакана нарезанной**зелени петрушки**2 ст. л. томатной пасты**1/4 ч. л. черного молотого перца**1 ч. л. соли*

**1.** Лук, морковь, помидоры и чеснок мелко нарезать. Кабачки очистить и нарезать небольшими кубиками.

**2.** Лук, чеснок и морковь тушить на растительном масле, помешивая, 5 мин на среднем огне. Добавить помидоры и тушить еще 5 мин, помешивая.

**3.** Добавить кабачки или баклажаны и тушить 5 мин. Посолить, поперчить, добавить томатную пасту. Размешать, закрыть крышкой и тушить еще 10 мин на слабом огне.

**4.** В конце добавить петрушку.

Время приготовления: 1 ч 40 мин

Количество порций: 8





## Кабачки «по-русски»

1. Очищенные кабачки разрезать вдоль на половинки, удалить часть мякоти с семенами.
2. Затем половинки кабачков припустить 20 мин в подсоленной воде (2 стакана).
3. Грибы варить около 30 мин, затем воду слить, а грибы охладить и порубить.
4. Лук нарезать мелкими кубиками и обжарить на масле, добавить грибы и продолжить жарить еще 7 мин.
5. Для начинки смешать рис, обжаренные грибы и лук, добавить рубленую зелень, специи и перемешать.
6. Наполнить половинки кабачков приготовленной начинкой, залить смесью сметаны и яйца и запекать в духовке при температуре 180 °С в течение 15 мин.

**Состав:**

2 небольших кабачка  
300 г белых грибов  
или шампиньонов  
2 луковицы  
100 г вареного риса  
1 яйцо  
3 ст. л. сметаны  
черный молотый перец  
соль

Время приготовления: 50 мин  
Количество порций: 4



# Капустные котлетки с манкой

## Состав:

1 кочан капусты  
1/4 стакана  
растительного масла  
1/2 стакана воды или  
бульона  
2 ст. л. молока  
1 стакан манной крупы  
2 яйца  
1/2 ч. л. соли  
черный молотый перец  
пашировочные сухари  
растительное масло  
для жарки

1. Капусту разрезать, удалить кочерыжку, нашинковать тонкой соломкой.
2. В сотейник или кастрюлю налить масло, воду и молоко, положить туда капусту и протомить на медленном огне под крышкой, периодически помешивая, пока капуста не станет совсем мягкой. При необходимости добавить воду или молоко, чтобы было достаточно жидкости на момент добавления манной крупы.
3. Манную крупу постепенно добавить в капусту, часто размешивая, чтобы не образовалось комков. Варить на слабом огне 10–15 мин, чтобы манка полностью разварилась.
4. Смесь капусты и манки остудить, добавить сырые яйца, соль, перец и другие приправы. Массу разделить на котлетки, обвалять в сухарях и обжарить на масле до румяной корочки.
5. Подавать со сметаной или другим соусом.

Время приготовления: 45 мин  
Количество порций: 6



## Морковно-тыквенная запеканка

1. Мякоть тыквы и морковь нарезать кубиками, зеленый лук и лук-порей — кольцами.
2. Репчатый лук и чеснок порубить и спассеровать на масле. Добавить морковь, слегка обжарить, положить порей, зеленый лук, тыкву и жарить еще 5 минут. Посолить, поперчить, добавить имбирь и половину семян тыквы.
3. Для соуса яйца, сливки и сыр взбить, посолить и поперчить.
4. Овощи выложить в смазанную маслом форму, залить яичным соусом, посыпать оставшимися семенами и запекать в течение 20 мин при температуре 200 °С.
5. При подаче разрезать запеканку на порции и оформить зеленью.

### Состав:

1 кг тыквы  
100 г тертого твердого сыра  
250 г моркови  
100 г обжаренных семян тыквы  
200 мл сливок  
500 г лука-порея  
4 яйца  
1 пучок зеленого лука  
1 зубчик чеснока  
3 ст. л. растительного масла  
2 луковицы  
1 щепотка молотого корня имбиря  
черный молотый перец  
соль

Время приготовления: 40 мин  
Количество порций: 4



# Гречка со сливочным грибным соусом

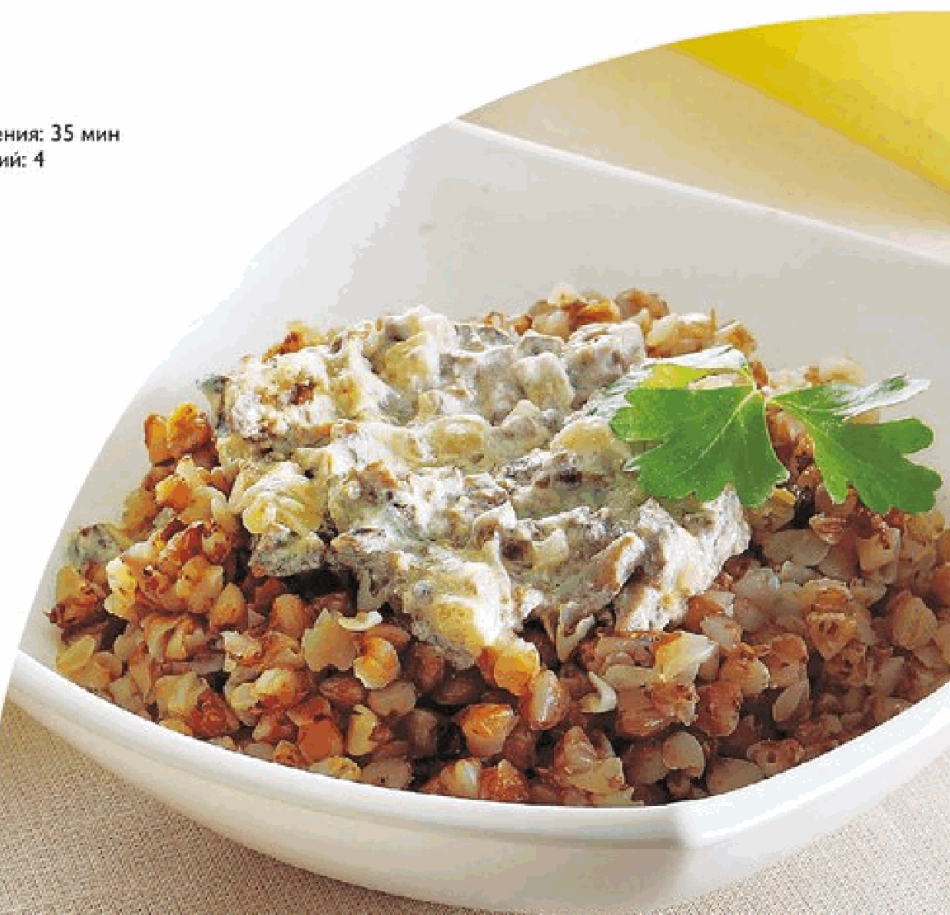
**Состав:**

200 г гречневой крупы  
250 г грибов  
200 г сливок  
1 луковица  
2 ст. л. сливочного масла  
2 ст. л. оливкового масла  
черный молотый перец  
соль

1. Гречневую крупу промыть, залить водой и варить на среднем огне около 15 мин, чтобы она не разварилась.
2. Сливочное масло растопить в оливковом масле. Обжарить лук в течение 5 мин, слегка его посолив.
3. Грибы очистить, аккуратно сняв кожицу. Мыть их не нужно, иначе они потемнеют.
4. Грибы нарезать, добавить их к луку. Обжарить все еще 3 мин.
5. Добавить сливки. Проварить несколько минут, пока сливки слегка не уварятся. Выключить, посыпать черным молотым перцем.
6. Сваренную гречку посолить, добавить немного сливочного масла.
7. Выложить гречку, сверху полить грибным соусом.

Время приготовления: 35 мин

Количество порций: 4



## Дрожжевое тесто

Время приготовления: 1 ч

1. Соединить дрожжи,  $1/3$  сахара, теплое молоко и половину муки.
2. Перемешать и поставить в тепло на 3 ч.
3. Добавить желтки, разведенную в 1 ч. л. воды соль, оставшийся сахар. Перемешать.
4. Добавить растительное и растопленное сливочное масло. Вымешивать тесто, постепенно добавляя остальную муку.
5. Накрывать полотенцем, дать побродить 1 ч. За это время обмять тесто один-два раза.

Состав:

1  $1/4$  кг просеянной пшеничной муки  
200 мл молока  
3 желтка  
70 г сливочного масла  
70 мл растительного масла  
70 г дрожжей  
150 г сахара  
соль

## Слоеное тесто

Время приготовления: 1 ч

1. Смешать  $3/4$  стакана муки с 50 г масла и охладить. Остальную муку насыпать горкой на доску, добавить соль, положить оставшееся масло и влить немного воды.
2. Замесить тесто, добавляя воду — ровно столько, чтобы получилась пластичная масса. Положить тесто на 30 мин в холодильник.
3. Тесто раскатать в прямоугольный пласт. На середину пласта положить смешанное с мукой масло. Завернуть масляную смесь в тесто. Раскатать тесто в прямоугольную полосу. Сложить полосу втрое так, чтобы ее концы перекрывали друг друга. Повторить последнюю операцию еще дважды.
4. Выдержать тесто в холодильнике в течение часа. Затем повторить предыдущую операцию еще 2 раза. Снова охладить.

Состав:

3  $1/2$  стакана пшеничной муки  
500 г сливочного масла  
1 ч. л. соли

## Кулебяка по-русски

### Состав:

1 кг дрожжевого теста  
1 желток

### Для фарша:

400 г мякоти курицы  
1 луковица  
1 стакан вареного риса  
1 ст. л. растительного масла  
2 вареных яйца  
3 ст. л. густых сливок  
черный молотый перец  
соль



Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 4

**1.** Мякоть курицы и репчатый лук нарезать кубиками, добавить мелко рубленые вареные яйца, рис, сливки, посолить, поперчить и перемешать.

**2.** Тесто раскатать в виде продолговатого сочня толщиной 1 см. По центру выложить приготовленный фарш. Края сочня соединить и защипнуть.

**3.** Кулебяку поставить для расстойки в теплое место на 20 мин. Перед тем как выпекать, смазать ее яичным желтком и сделать на поверхности несколько проколов. Выпекать кулебяку при 210 °С до золотистого цвета.

**4.** При подаче нарезать ломтиками.

## Расстегаи с мясом

### Состав:

1 кг дрожжевого теста

### Для фарша:

300 г мякоти свинины  
500 г мякоти телятины  
8 ст. л. сливочного масла  
5 вареных яиц  
черный молотый перец  
соль



Время приготовления: 1 ч 40 мин

Количество порций: 8

**1.** Для фарша мясо нарезать небольшими кусочками, пропустить через мясорубку или мелко порубить ножом.

**2.** Обжарить на масле при помешивании. Добавить 2 стакана воды и тушить 20 мин, посолить и поперчить.

**3.** Мясной фарш охладить, добавить три рубленых яйца и перемешать.

**4.** Из теста сформовать шарики примерно по 150 г, выдержать их в теплом месте 8–10 минут. Шарики раскатать в сочни, положить на каждый начинку и защипнуть края, оставив середину открытой.

**5.** Два яйца нарезать кружочками и вложить в образовавшиеся в тесте отверстия по кружочку яйца.

**6.** Расстегаи уложить на смазанный маслом противень и оставить для расстойки на 10–15 мин. Выпекать при температуре 210–220 °С до золотистого цвета.

**7.** Готовые расстегаи смазать сливочным маслом.

## Пирожки с начинкой из курицы

1. Вымесить из указанных ингредиентов дрожжевое тесто (см. стр. 36), сформовать из него толстую колбаску. Разделить на шарики величиной 2–2 1/2 см. Получившиеся шарики выложить на присыпанную мукой поверхность.
2. Куриную грудку отварить до готовности, дать остыть. Мясо нарезать маленькими кусочками, оливки и маслины – тонкими кружками. Смешать в миске куриное мясо, оливки и маслины, добавить размягченное сливочное масло, тщательно перемешать.
3. Шарики из теста раскатать скалкой в тонкие лепешки. Положить в центр каждой по 1 ст. л. начинки. Защипнуть края, придать каждому пирожку форму полумесяца. Выложить пирожки на смазанный маслом противень, оставить на 15 мин.
4. Смазать яйцом, выпекать 30 мин в разогретой до температуры 200 °С духовке.

### Состав

#### Для теста:

3/4 стакана молока  
 1/2 ст. л. сухих дрожжей  
 4–5 ст. л. сливочного масла  
 2 стакана пшеничной муки  
 2 яйца  
 2 ст. л. сахара  
 соль

#### Для начинки:

1 куриная грудка  
 50 г маслин без косточек  
 50 г оливок без косточек  
 3 ст. л. сливочного масла  
 1 яйцо для смазывания



Время приготовления: 1 ч 30 мин  
 Количество порций: 16

# Пирожки с луком и яйцом

## Состав

### Для теста:

1 1/4 кг пшеничной муки

300 мл молока

4 желтка

150 г сахара

4–5 ст. л. сливочного масла

4 ст. л. растительного масла

70 г дрожжей

1 щепотка соли

### Для начинки:

300 г зеленого лука

8 вареных яиц

100 г сливочного масла

белый молотый перец

соль

1. Из указанных ингредиентов приготовить дрожжевое тесто (см. стр. 36).

2. Для начинки зеленый лук нарезать, обжарить на сливочном масле 5 мин. Яйца мелко порубить, смешать с луком, посолить, поперчить.

3. Из теста сформовать 30 шариков, накрыть их полотенцем и оставить для расстойки. Шарики раскатать в сочни, уложить на середину каждой начинку, края защипнуть, придавая изделиям форму лодочки.

4. Пирожки уложить на противень, смазанный маслом, оставить на 15 мин для расстойки. Смазать пирожки яичным желтком и выпекать 7–8 мин при температуре 220 °С.

5. Готовые пирожки смазать сливочным маслом.

Время приготовления: 1 ч 10 мин

Количество порций: 10





# Пирог с капустой

1. Из перечисленных продуктов приготовить дрожжевое тесто и поставить в теплое место подходить.
2. Для начинки лук нарезать и обжарить на масле, свежую капусту и морковь нашинковать острым ножом, сваренные вкрутую яйца мелко нарезать. Все продукты соединить и перемешать.
3. Готовое тесто разделить на 2 неравные части и раскатать их в лепешки, оставить немного теста для украшения пирога.
4. Выложить одну лепешку на противень и ложкой распределить по всей ее поверхности приготовленную начинку. Накрыть пирог второй лепешкой и защипнуть края.
5. Смазать взбитым желтком поверхность пирога и поставить в разогретую до температуры 200 °С духовку на 25–30 мин.

*Муку для теста надо обязательно просеивать – она станет более рыхлой, и тесто получится пышнее.*

## Состав

### Для теста:

200 г пшеничной муки  
20 г дрожжей  
120 мл молока или воды  
5 ст. л. сливочного масла  
2 ст. л. сахара  
1/4 ч. л. соли  
1 яйцо

### Для начинки:

300 г капусты  
2 моркови  
2 луковицы  
3 яйца  
сливочное масло

### Для смазки:

1 желток

Время приготовления: 1 ч 10 мин  
Количество порций: 6



# Сочни архангельские

## Состав

### Для начинки:

400 г говядины  
100 г ветчины  
2 яйца  
1 луковица  
1/4 стакана молока  
50 г жира

### Для теста:

3 стакана пшеничной  
муки  
1 1/2 стакана молока  
1 1/2 ст. л. сахара  
3 ст. л. сливочного масла  
15 г дрожжей  
1/2 стакана сметаны  
черный молотый перец  
соль

**1.** Для начинки обжарить на сковороде мелко нашинкованный лук, добавить мелко рубленную ветчину, измельченную на мясорубке говядину и еще раз обжарить.

**2.** Фарш развести молоком, добавить рубленые, сваренные вкрутую яйца, соль, перец.

**3.** Из указанных ингредиентов приготовить дрожжевое тесто с добавлением сметаны, разделить его на кусочки массой примерно 70 г и раскатать тонкими лепешками.

**4.** Положить на каждую начинку, свернуть пополам, края защипнуть и дать постоять несколько минут.

**5.** Жарить сочни на сковороде с маслом или выпекать в духовке.

Время приготовления: 1 ч 20 мин

Количество порций: 8



## Шаньга с грибами и луком

**1.** Грибы промыть, отварить, мелко нарезать и обжарить на масле вместе с репчатым луком и мукой. Поперчить, посолить.

**2.** Из теста раскатать лепешки толщиной 1 см. Края каждой лепешки загнуть, в центр положить фарш из жареных грибов и лука. Поставить в теплое место для расстойки. Когда шаньги поднимутся, края смазать яйцом, в центр положить сметану и выпекать в духовке при температуре 230–240 °С до готовности.

*Свежие грибы быстро портятся, поэтому их лучше сразу подвергнуть тепловой обработке. Чтобы очищенные грибы не чернели, их опускают в кастрюлю с холодной, слегка подсоленной водой. В воду добавляют немного уксуса.*

### Состав:

800 г дрожжевого теста

400 г грибов

1 луковица

1 яйцо

2 стакана сметаны

3 ст. л. растительного масла

1 ст. л. пшеничной муки

черный молотый перец

соль



Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4

# Масляные булочки

## Состав:

4 стакана пшеничной  
муки  
1 стакан молока  
150 г сливочного масла  
2 яйца  
1/2 стакана сахара  
1 ч. л. соли  
50 г дрожжей  
1 ст. л. миндаля  
1 стакан сливок (35%)  
1 1/2 ст. л. сахара  
1 щепотка ванилина  
1 яйцо для смазывания  
сахарная пудра

1. Приготовить дрожжевое тесто опарным способом, разделить его на кусочки по 50 г, на доске скатать их ладонью в шарики, положить на лист и дать подойти. Смазать их взбитым яйцом, посыпать измельченными орехами и выпекать в духовке.
2. У остывших булочек острым ножом срезать верхушки и вырезать углубления (верхушки могут быть конусообразными).
3. Сливки взбить с сахаром и ванилином, заполнить ими углубления, положить сверху срезанные верхушки и через сито посыпать сахарной пудрой.

Время приготовления: 2 ч 10 мин

Количество порций: 12



## Рулет с маком

**1.** В небольшой кастрюльке замочить в молоке мак, чтобы молоко слегка покрывало его. Довести до слабого кипения и остудить 15–20 мин. Сцедить молоко. Добавить сахар, мед, изюм, орехи, масло и яичные белки. Все перемешать.

**2.** Тесто сбить и слегка помесить. Выложить на присыпанный мукой стол, разделить на 2 равные части и раскатать в пласт шириной около 25 см. Выложить на пласт половину начинки, отступая от краев по 1 см. Закатать в рулет. Прodelать то же самое со второй половиной теста.

**3.** Смазать маслом противень и выложить на него оба рулета. Прикрыть полотенцем и дать еще раз подойти около 30 мин.

**4.** Разогреть духовку до 180 °С. Когда рулеты подойдут, смазать верх взбитым яйцом с 1 ст. л. воды и выпекать в разогретой духовке 20–25 мин до золотистого цвета.

### Состав:

*1 кг дрожжевого теста*

### Для начинки:

*2 стакана мака*

*молоко для замачивания*

*4 ст. л. сахара*

*4 ст. л. меда*

*1/2 стакана изюма*

*4 ст. л. рубленых орехов*

*50 г размягченного*

*сливочного масла*

*2 белка*



Время приготовления: 2 ч 30 мин

Количество порций: 16

# БЛЮДА РУССКОЙ КУХНИ



ЭКСМО

Москва

2014

## Ватрушки с вареньем

1. Замесить тесто из муки, 4 яиц, масла, сметаны и сахара, накрыть пленкой и выдержать 30 мин на холоде.
2. Из готового теста сформовать жгуты, разрезать на порции, подкатать в шарики. Затем раскатать шарики в лепешки, положить их на лист, смазанный маслом.
3. Края лепешек загнуть и сформовать бортики, смазать их яйцом. Слегка подрумянить в духовке.
4. Уложить на середину каждой ватрушки яблочное варенье, по краям – черносмородиновое. Выпекать до готовности.

**Состав:**

400 г пшеничной муки  
3 ст. л. сливочного масла  
200 г сметаны  
5 яиц  
100 г сахара  
по 1/2 стакана  
яблочного  
и черносмородинового  
варенья



Время приготовления: 1 ч 20 мин  
Количество порций: 4

## Коврижка медовая

### Состав:

2 стакана пшеничной  
муки  
1/2 стакана сахара  
1/2 стакана меда  
1 яйцо  
1/4 ч. л. соды  
50 г орехов  
1 стакан повидла  
30 г сахарной пудры  
гвоздика в порошке или  
корица

1. Яйцо растереть с сахаром, добавить мед, корицу или гвоздику, хорошо размешать, всыпать муку, смешанную с содой, и быстро замесить тесто.
2. Тесто выложить на лист, смазанный маслом и посыпанный мукой, хорошо разровнять.
3. Посыпать тесто рублеными орехами и выпекать коврижку при температуре 200–210 °С в течение 15–20 мин.
4. Готовую коврижку охладить, разрезать пополам, прослоить повидлом.
5. Перед подачей нарезать коврижку квадратами или прямоугольниками, посыпать сахарной пудрой.

Время приготовления: 30 мин  
Количество порций: 6





Идея внутреннего макета *Татьяны Островерховой*,  
преподавателя графического дизайна  
Московской финансово-промышленной академии (МФПА)

Разработка макета и дизайн переплета *Н. Николовой*  
Оформление переплета *А. Марычева*

Фото *В. Кугаевского*

П 99 50 рецептов. Блюда русской кухни. — М. : Эксмо, 2014. — 48 с. : ил.

Перед вами книга из кулинарной серии, объединенной крутой цифрой 50 и собранной коллекцией блюд по самым популярным темам: консервированные блюда, на гриле, салаты, баклажаны и кабачки, тыква, дыня и арбуз, огурцы и помидоры, грибы, блюда из птицы, рыбы, мяса, блюда грузинской, осетинской, абхазской, украинской и русской кухни, выпечка, торты и пирожные по ГОСТу, праздничные блюда, блины, блюда с субпродуктами, рецепты шавльяков и пловов, блюда в мультиварке, рецепты домашнего хлеба. Все рецепты проверены, снабжены иллюстрациями, необходимыми советами и временными параметрами. Удобно, доступно, разнообразно.

УДК 641/642  
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-70247-3

© ООО «Издательство «Эксмо», 2014

Издание для досуга

## 50 РЕЦЕПТОВ Блюда русской кухни

Ответственный редактор *Е. Левашева*  
Художественный редактор *А. Марычев*  
Технический редактор *О. Лёвкин*  
Компьютерная верстка *А. Григорьев*  
Корректор *Т. Кузьменко*

ООО «Издательство «Эксмо»  
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Өндүрүш: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Москва, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.  
Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru).

Тауар белгісі: «Эксмо»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыс-талаптарды қарылдудың өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Дембровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.  
Тел.: 8 (727) 2 51 59-89, 90, 91, 92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107; E-mail: [RDC-Aldmaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Aldmaty@eksmo.kz)  
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить по адресу: <http://eksmo.ru/certification/>

Өндірген мемлекет: Ресей  
Сертификация қарастырылған

Подписано в печать 16.01.2014. Формат 70×100<sup>1/16</sup>.  
Гарнитура «NewBaskerville». Печать офсетная. Усл. печ. л. 3,89.  
Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-699-70247-3



9 785699 702473 >

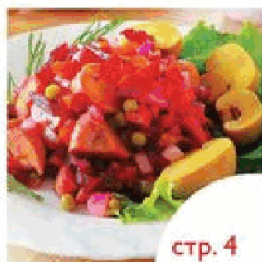




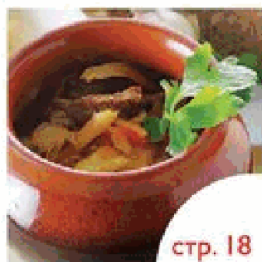
стр. 12



стр. 46



стр. 4



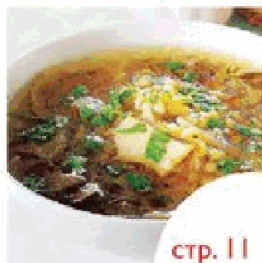
стр. 18



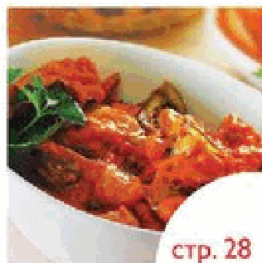
стр. 15



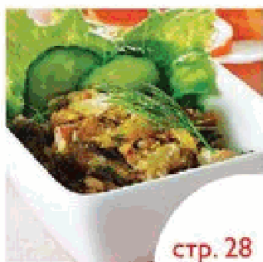
стр. 35



стр. 11



стр. 28



стр. 28



стр. 29



стр. 19



стр. 22



стр. 32



стр. 33



стр. 47



стр. 37



стр. 43



стр. 34



стр. 8



стр. 5



стр. 40

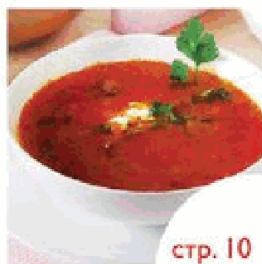
ISBN 978-5-689-70247-3



9 785699 702473 >



стр. 39



стр. 10