

Теодора Петкова

БЪЛГАРСКИ



ТРАДИЦИОННИ
РЕЦЕПТИ

150
РЕЦЕПТИ

Авторско право

Никаква част от тази публикация не може да бъде възпроизвеждана, съхранявана в информационна система или предавана под някаква форма или по някакъв начин, включително, но не само – фото копиране, снимка, магнитен или друг запис, без предварителното съгласие и писменото разрешение на автора.

ISBN 978-619-90394-2-7

© Теодора Ахкозиду, автор 2021

© Издател Теодора Ахкозиду, 2021

Съдържание

<i>Закуски</i>	8
Баница	9
Милинки	11
Тутманик	13
Палачинки	15
Рочета със сирене	17
Кашкавалки	19
Кифли с мармалад или шоколад	21
Принцеси с яйце и сирене	23
Принцеси с кайма	24
Пържени филийки	25
Соленки със сирене	26
Мекици	28
Бухти	30
Попара	32
Макарони със сирене и масло	33
<i>Предястия и салати</i>	34
Тиквички с цедено мляко и сирене	35
Пълнен лук с наденица	36
Печено сирене с мед и орехи	38
Сирене по шопски	39
Шопска салата	40
Овчарска салата	42
Салата метла	44
Салата от червено цвекло	45
Витаминозна салата	46
Салата от зеле	47
Пролетна салата	48
Бобена салата	50
Салата от моркови	51
Селска салата	52
Зелена салата	54

Картофена салата	55
Чушки със сирене и орехи	56
Есенна салата	58
Салата с печен пипер	59
Селска фасулица	60
Салата „Снежанка“	61
Бърза разядка	62
Разядка с грах и мента	63
Лютеница	65
Къпоолу	67
<i>Супи</i>	69
Таратор	70
Пикантна доматиена супа	72
Доматиена супа	74
Леща	76
Зеленчукова супа	78
Морковена крем супа	80
Нахутена супа	82
Супа със спанак	84
Грах супа	86
Супа с праз и тиква	88
Зелен фасул	90
Супа с гъби	92
Житена супа	94
Боб чорба	96
Пилешка супа	98
Супа топчета	100
Рибена супа	102
Шкембе чорба	104
Агнешки курбан	106
Свински курбан	108
<i>Основни ястия</i>	110
Постни ястия	110

Яйца по панагюрски (вариант 1)	111
Яйца по панагюрски (вариант 2)	113
Магданозени кюфтенца	114
Картофени кюфтета със сирене	115
Доматена манджа с лук	117
Царски омлет	119
Омлет със сирене и кашкавал	121
Чушки бюрек	123
Качамак	125
Родопски пататник на тиган	127
Миш-маш	129
Кисело зеле	131
Доматена манджа с чушки	132
Постни сарми	134
Лятна манджа	136
Ястия от пилешко месо	138
Пилешко руло	139
Пиле с ориз	141
Пиле паприкаш	143
Пилешка яхния с грах	145
Пилешко с картофи	147
Пиле със зеле на фурна	149
Пилешка кавърма	151
Пилешки гърди в бял сос	153
Пилешки бутчета с праз лук	155
Задушени пилешки бутчета	156
Ястия от свинско месо	158
Свински кебап по Добруджански	159
Зеле със свински гърди	161
Сарми в кисело зеле	163
Мусака с картофи	165
Славянски гювеч	167
Свинско вретено	169

Капама	171
Свинско с кисело зеле	173
Желирана пача	175
Свинско задушено	176
Ястия от телешко месо	178
Чомлек	179
Винен кебап	181
Телешко руло	183
Задушено телешко в бял сос	185
Телешка паприкаша	187
Ястия от агнешко месо	189
Пълнено агне за Гергьовден	190
Дроб сарма	192
Агнешки ребърца в гювеч	194
Агнешко с картофи	196
Задушено агнешко	198
Скара	200
Кюфтета	201
Татарско кюфте	203
Кебапчета	205
Свинска вратна пържола	207
Болярско кюфте	208
Ястия от риба	210
Шаран в тесто (Рибник)	211
Скумрия с домати на фурна	213
Печена скумрия	215
Пълнен шаран за Никулден	217
Риба магданозлия	219
<i>Десерти</i>	221
Тиквеник	222
Реване	224
Мляко с ориз	226
Ябълков кекс	227

Боровинков кекс	229
Курабийки	231
Ябълков десерт	233
Староградски десерт	235
Коледен десерт	237
Плодови бонбони	239
Лимонов десерт	240
Боровинков десерт	242
Тиквен десерт	243
Новогодишен десерт	245
Бонбонени таралежчета	247
Класически какаов десерт	248
Десерт с грис	250
Бисквитен десерт	252
Бисквитена торта	254
Грис халва	256
<i>Сладка и сиропи</i>	258
Сладко от смокини	259
Мармалад от сини сливи	261
Мармалад от шипка	263
Сладко от ябълки	265
Сладко от дюли	266
Конфитюр от дюли	268
Ментово сладко	270
Сладко от череша	272
Портокалов конфитюр	274
Сок от ябълки	276
Сок от къпини	278
Компот от ягоди	279
Компот от праскови	280
Компот от сини сливи	282
Боза	283
<i>Бонус</i>	285

Как се прави Българската ракия	286
Кратка история на ракията:	286
Видове ракия:	286
Как се прави кайсиена ракия:	286
Как се прави Българското кисело мляко	287
История на киселото мляко:	287
Интересни факти за киселото мляко:	287
Как се прави кисело мляко:	287
Как се прави кисело зеле	288
Как се прави кисело зеле:	288
Как се прави бърза туршия	289
Интересна информация:	289
Как се прави царска туршия:	289
Откъде идват имената на рецептите	290
➤ Сирене по Шопски, Шопска салата	290
➤ Овчарска салата	290
➤ Агнешки, свински курбан	290
➤ Яйца по панагюрски	291
➤ Родопски пататник	291
➤ Свински дроб по Добруджански	291
➤ Славянски гювеч	292
➤ Пълнено агне за Гергьовден	292
➤ Татарско кюфте	292
➤ Пълнен шаран за Никулден	293

Закуски

Баница



Необходими продукти за корите:

- 800 грама бяло брашно,
- 500 милилитра вода,
- 2 щипки сол,
- 2 чаени лъжички оцет.

Необходими продукти пълнежа:

- 400 грама кисело мляко,
- 3 яйца,
- 100 грама масло,
- 1 чаена равна лъжичка сода,
- 20 милилитра олио,
- 600 грама сирене.

Начин на приготвяне на корите:

Стъпка 1. Брашното трябва да се пресее през сито за да станат по хубави корите. Пресява се в голяма тава.

Стъпка 2. След това се оформя дупка по средата и се добавя вътре солта и оцета, а след това по малко вода, като се размесва тестото. Течността се добавя така, че да се получи меко и еластично тесто.

Стъпка 3. За хубаво тесто са необходими поне петнадесет-двадесет минути да се меси, така ще се получи най-добър резултат.

Стъпка 4. Няколко пъти се удара тестото в масата, за да премахнете излишния въздух. След това се оформя продълговата дебела лента и се нарязва на парчета от около десетина сантиметра.

Стъпка 5. Всяко парче се оформя като топка. Разточват се топките с помощта на точилка.

Начин на приготвяне на баницата:

Стъпка 1. В дълбок съд се разбиват яйцата.

Стъпка 2. Добавя се киселото мляко и содата, и се разбърква.

Стъпка 3. Маслото се разтопява в малък съд на печката (внимавайте да не загори) и се добавя към сместа. Разбърква се още веднъж.

Стъпка 4. В друг съд се натрошава сиренето.

Стъпка 5. Вземете една тава и я намажете с олио, за да не залепне баницата.

Стъпка 6. Взима се кора, маже се с 3 супени лъжици от течността и се поръсва със сирене. Завива се на руло.

Стъпка 7. Навитите корите се редят от стената на тавата в кръг към вътрешността и.

Стъпка 8. С остатъка от течността се залива баницата. Пече се във фурна за 40-45 минути на 180 градуса.

Милинки



Необходими продукти:

- 550-600 грама брашно,
- 15 грама мая,
- 300 милилитра прясно мляко,
- 40 милилитра олио,
- 10 грама краве масло,
- 1 чаена лъжица захар,
- ½ чаена лъжица равна сол,
- 300 грама сирене,
- 100 милилитра вода за омекотяване на сиренето.

Необходими продукти за заливката:

- 60 милилитра олио,
- 40 грама краве масло,
- 1 супена лъжица брашно.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Слага се маята при млякото, към тях се добавя захарта и се разбърква.

Стъпка 2. Пресява се брашното в голям съд, смесва се със солта и се оформя празен кръг по средата, в който се сипва течността с маята. Добавя се олиото и маслото.

Стъпка 3. Омесва се гладко тесто, което да не лепне. За да бухнат добре и да бъдат пухкави милинките, тестото не се прави твърдо от прекомерно добавяне на брашно.

Стъпка 5. Правят се малки топчета от тестото, колкото мандарина и се нареждат на разстояние от около 1-2 сантиметра едно от друго в тава, намазана с олио.

Стъпка 6. Прави се заливка от 100 милилитра вода с натрошено в нея сирене. Намазват се топчетата с нея.

Стъпка 7. Тавата се завива с кухненско фолио и се оставят милинките да втасат около 30-40 минути. Желателно е да е в стая, която да е с температура поне 22 градуса.

Стъпка 8. Втората заливка се прави, като се сложи олиото и маслото в съд на котлона и се загрева. Към тях се добавя и 1 супена лъжица брашното, разбърква се и се сваля от котлона.

Стъпка 9. След като сместа изстине леко, се намазват с нея милинките.

Стъпка 10. Загрева се фурната на 180 градуса и се поставя тавата вътре. Пекат се 30-35 минути до златист цвят.

Тутманик



Необходими продукти:

- 200 милилитра прясно мляко,
- 200 грама кисело мляко,
- 1 равна чаена лъжица сол,
- 1 чаена лъжица захар,
- 120 милилитра олио,
- 2 яйца,
- 4 чаени чаши брашно,
- 20 грама мая,
- 300 грама сирене.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се разбива 1то яйце и от второто се взима белтъка. Към тях се добавя солта и захарта и се разбърква.

Стъпка 2. В киселото мляко се добавя маята и се разбърква. След това се изсипва към яйцата. Добавя се и прясното мляко, след което се разбърква добре.

Стъпка 3. Добавя се 50 милилитра олио към сместа и се изсипват вътре четирите чаши брашно.

Стъпка 4. Месите поне 10 минути. След което се натрошава сиренето в сместа и тестото се омесва още веднъж.

Стъпка 5. Намазва се тава с 20 милилитра олио.

Стъпка 6. От тестото се правят топчици с размерите на малък портокал. Редят се в тавата с 1 сантиметър разстояние едно от друго.

Стъпка 7. С останалите 50 милилитра олио се намазват питките. Покриват се с кухненско фолио и се оставят да втасат един час.

Стъпка 8. След като се свали фолиото, се намазват питките с останалия жълтък.

Стъпка 9. Пече се в предварително загряна печка на 180 градуса 30-40 минути. Докато питките станат златисти.

Палачинки



Необходими продукти:

- 1 литър прясно мляко,
- 1 равна чаена лъжичка сода,
- 3 яйца,
- 6 супени лъжици олио,
- 1 чаена лъжичка захар,
- ½ чаена лъжичка сол,
- 5 грама ванилия на прах,
- 2 и ½ часени чаши брашно.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се счупват и разбъркват яйцата.

Стъпка 2. Добавя се солта, захарта, олиото, прясното мляко и содата и се разбърква 1 минута с миксера.

Стъпка 3. Добавя се към сместа брашното и ванилията. Разбърква се за около 3-5 минути до получаване на смес без бучки от брашно.

Стъпка 4. Слага се не залепващ тиган на котлона и се загрева. Добавят се 5 милилитра олио. С черпак от около 150 милилитра се взима от сместа и се разпределя по равно в тигана така че да се получи плътен кръг от сместа.

Стъпка 5. В зависимост от котлона палачинката се обръща на 1та или 2та минута. Трябва да е станала златист цвят от едната страна (първата), а на другата страна се получават златисти малки кръгчета.

Стъпка 6. Процеса се повтаря докато сместа свърши.

Стъпка 7. Палачинките може да се ядат със сирене и мед, сладко, конфитюр или шоколад по ваше желание.

Рочета със сирене



Необходими продукти:

- 200 милилитра прясно мляко,
- 300 грама сирене,
- 1 равна чаена лъжичка сода,
- 20 грама мая,
- 100 милилитра вода,
- 2 равни супени лъжици захар,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 4 супени лъжици олио,
- 700 грама брашно,
- 3 яйца,
- Сусам,
- Олио за намазване на тавата и питките след това.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Продуктите трябва да имат стайна температура. Изваждат се от хладилника и се оставят в стаята за 1-2 часа (за тези, които се държат в хладилника).

Стъпка 2. Сипва се содата в киселото мляко и се разбърква.

Стъпка 3. В дълбок съд се пресява брашното. Добавя се солта, захарта, маята, киселото мляко със содата и олиото.

Стъпка 4. Меси се сместа 5-10 минути, до получаване на меко, гладко тесто.

Стъпка 5. Намазва се тестото с олио и се запечатва съда с домакинско фолио. Остава се да втаса 1 час.

Стъпка 6. Върху кухненският плот се изсипва малко олио. Разделя се тестото на 4 топки.

Стъпка 7. Разточват се топчетата едно по едно. След като се разточат се разделят на 4 равни части. Намазва се тестото с олио и вътре се поръсва със сирене.

Стъпка 8. Навива се тестото от външната страна към средата. Така ще се оформят рула подобни на кроасан. Този процес се повтаря и за 4те топки тесто.

Стъпка 9. Поставят се рочетата в намазана с олио тава и се оставят да втасат още 30 минути. Поръсват се със сусам.

Стъпка 10. Поставя се тавата във фурната като печете 35-40 минути или до получаване на златист цвят на рочетата.

Кашкавалки



Необходими продукти:

- 150 грама брашно,
- 250 милилитра вода,
- 80 грама масло,
- 300 грама кашкавал,
- 3 яйца,
- 1 равна супена лъжичка сол,
- черен пипер на вкус.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджерата се изсипва водата и се оставя на котлона да заври.

Стъпка 2. В тенджерата се добавя маслото, солта и черен пипер на вкус. Разбърква се, за да се разтопи маслото.

Стъпка 3. Добавя се малко по малко брашното и се бърка.

Стъпка 4. Остава се на котлона да ври, за да може да се сгъсти. Когато се гребне от сместа с лъжица и се изсипе обратно трябва да не се лее, а да пада на части.

Стъпка 5. Сваля се от котлона, оставя се малко да изстине и се настъргва на ренде кашкавала. Добавят се яйцата. След това се разбърква сместа и се оставя да изстине още малко.

Стъпка 6. Намазва се тава с олио. Със супена лъжица се взима от сместа и се правят топченца и се оставят в тавата. Трябва да има разстояние между тях.

Стъпка 7. Намазват се с малко олио и се поставя тавата във фурната. Трябва да се пекат на 180 градуса до получаване на златист цвят на топчетата.

Кифли с мармалад или шоколад



Необходими продукти:

- 300 грама течен шоколад или мармалад,
- 20 грама мая,
- Масло за намазване на тестото,
- 1 чаена чаша прясно мляко,
- ½ чаена чаша хладка вода,
- ½ чаена чаша олио,
- 4 чаена чаша брашно,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 2 чаени лъжички захар,
- 2 яйца, от които е нужен само жълтъка.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Маята и захарта се слагат в хладката вода и се разбърква, за да се разтвори.

Стъпка 2. В голям съд се пресява брашното. В него се слагат солта, прясното мляко и олиото.

Стъпка 3. Изсипва се върху съда с брашното, водата, в която сме разтворили маята. Тестото се меси 5-10 минути докато стане гладко.

Стъпка 4. Тестото се дели на 10 части върху плот, поръсен с брашно. Всяка от тях се разточва с точилка до дебелина 5 милиметра. От горе се намазва с разтопено масло.

Стъпка 5. Всяко едно от парчетата се намазва с шоколад или сладко и се навива.

Стъпка 6. Поставят се в тава, намазана с олио и се намазват с жълтък отгоре.

Стъпка 7. Пекат се в предварително загряна фурна на 170 градуса до получаване на златист цвят.

Принцеси с яйце и сирене



Необходими продукти:

- 200 грама сирене,
- 2 яйца,
- 5 филийки хляб.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В купичка или дълбока чиния се натрошава сиренето и се добавят яйцата.

Стъпка 2. Намачква се с вилица, за да стане сиренето на много малки парченца.

Стъпка 3. Разпределя се на филийките.

Стъпка 4. Включва се фурната на 180 градуса, за да се затопли.

Стъпка 5. Филийките се слагат на скарата на печката, на най-горният ред, и се пекат 5 минути на горна фурна само, до получаване на златист цвят.

Принцеси с кайма



Необходими продукти:

- 300 грама свинска кайма,
- 1 щипка кимион,
- 1 щипка черен пипер,
- 1 щипка червен пипер,
- 1 щипка чубрица,
- 1 щипка сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбока чиния се слага каймата. Към нея се добавят солта, червен пипер, кимион, черен пипер и чубрица на вкус.

Стъпка 2. Каймата се омесва.

Стъпка 3. Разпределя се на филийките.

Стъпка 4. Включва се фурната на 180 градуса, за да се затопли.

Стъпка 5. Слагат се на скарата на печката, на най-горният ред, и се пекат 5 до 7 минути.

Пържени филийки



Необходими продукти:

- 4 яйца,
- 20 милилитра прясно мляко,
- 1 ванилия,
- 6 филийки хляб,
- 100-150 милилитра олио или повече в зависимост от съда.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбока чиния се разбиват 4те яйца с млякото и ванилията.

Стъпка 2. В малка тенджера се сипва олиото. Трябва да е на 1-1.5 сантиметра от дъното на тенджерата. В нея трябва да може да се побере една цяла филийка хляб.

Стъпка 3. Потапят се филийките от двете страни в яйцата.

Стъпка 4. Поставя се филийката в предварително загряна тенджера. След като придобие златист цвят се обръща да се изпече и другата страна.

Стъпка 5. Филийките могат да се ядат поръсени със захар или сирене и майонеза, или шоколад, или така както са.

Соленки със сирене



Необходими продукти:

- 1 килограм брашно,
- 3 яйца
- 6 супени лъжици олио,
- 1 кофичка кисело мляко,
- 2 супени лъжици оцет,
- 1 равна чаена лъжичка сода,
- Олио за намазване на тавата и тестото,
- Чубрица за поръсване на питките,
- 600 грама сирене.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се разбъркват яйцата.

Стъпка 2. В киселото мляко се добавя содата и оцета и се разбърква. Изсипва се към яйцата. Добавя се и олиото.

Стъпка 3. В съда с продуктите се пресява брашното и се меси 5 минути.

Стъпка 4. Натрошава се сиренето вътре и се омесва още веднъж за кратко.

Стъпка 5. Намазва се тестото с олио и се оставя да втаса 30 минути.

Стъпка 6. Намазва се голяма тава с олио. От тестото се правят топчици с големината на лимон и се поставят в тавата, като оставяте към 1 сантиметър разстояние между тях.

Стъпка 7. Поръсват се с чубрица питките.

Стъпка 8. Пекат се в предварително загряна фурна на 180 градуса 30 минути или до получаване на златист цвят.

Мекици



Необходими продукти:

- 200 грама кисело мляко,
- 10 грама суха мая,
- 1 чаена чаша топла вода,
- 600 грама брашно,
- 4 супени лъжици олио,
- 3 яйца,
- 1 супена равна лъжица сол,
- 1 супена равна лъжица захар,
- Олио за пърженето.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Във водата се сипва маята и се разбърква.

Стъпка 2. В дълбок съд се разбиват яйцата, солта и захарта.

Стъпка 3. Изсипва се към тях водата с мая, киселото мляко и олиото, и се разбърква.

Стъпка 4. Пресява се брашното в съда с получената смес и се омесва тестото.

Стъпка 5. Намазва се с олио и се оставя да втаса 1 час.

Стъпка 6. В тенджерка или тиган с размер 15-18 сантиметра се налива 1.5 сантиметра олио от дъното на съда.

Стъпка 7. Оставя се тенджерата на котлона да се загрее и в това време се започва да се късат от тестото топчета, колкото мандарина. Разпъват се с ръце, така че да станат кръгли, с диаметър 10-12 сантиметра.

Стъпка 8. Пържат се от двете страни до придобиване на златист цвят.

Мекиците могат да се ядат с мед, мед и сирене, шоколад или сладко.

Бухти



Необходими продукти:

- 3 яйца,
- 200 милилитра кисело мляко,
- 1 равна чаена лъжичка сода,
- 1 супена лъжица оцет,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 2 равни чаени лъжички захар,
- 1 супена лъжица олио,
- 550 грама брашно.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Разбиват се яйцата, захарта, солта и олиото в дълбок съд.

Стъпка 2. В киселото мляко се добавя сода и оцет и се разбърква. Добавя се към яйцата и се разбърква.

Стъпка 3. В същия съд се пресява брашното със сито.

Стъпка 4. Тестото се меси 5 минути и се оставя да втаса 40 минути.

Стъпка 5. Кухненския плот се посипва брашно.

Стъпка 6. Тестото се разделя на две половини. Те се разточват с точилка до 5 милиметра дебелина.

Стъпка 7. Тестото се реже с нож на части от 5-8 сантиметра.

Стъпка 8. В тиган се сипва олио като се покрива 1-2 сантиметра от дъното му и се загорява. Парченцата тесто се пържат и от двете страни до получаване на златист цвят.

Попара



Необходими продукти:

- 2 филийки хляб,
- 70 грама сирене,
- 30 грама масло,
- 250 милилитра прясно мляко,
- захар на вкус.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В метален съд или малка тенджерка се слага маслото и се поставя на котлона.

Стъпка 2. След като се разтопи маслото се добавя прясното мляко и се оставя да заври.

Стъпка 3. След като заври млякото, се маха съда от котлона и се натрошава на малки хапки хляба.

Стъпка 4. Добавя се захар на вкус и се разбърква.

Яденето се яде топло.

Макарони със сирене и масло



Необходими продукти:

- 200 грама макарони,
- 50 грама краве масло,
- 100 грама захар,
- 200 грама сирене.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджера се напълва вода и се слага на котлона да заври. Добавят се макароните вътре. На пакета на макароните се вижда колко време е написано, че трябва да се варят. По принцип е между 5 и 10 минути в зависимост от производителя.

Стъпка 2. След като са готови се изцеждат и се добавя маслото. Оставя се малко за да може да се разтопи и се разбърква.

Стъпка 3. Добавя се захарта и се натрошава сиренето вътре в тенджерата. Разбърква се.

Предястия и салати

Тиквички с цедено мляко и сирене



Необходими продукти:

- 500 грама тиквички,
- 200 грама цедено мляко,
- 100 грама сирене,
- Клечки за зъби.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Тиквичките се обелват и се нарязват на 5 милиметра дебелина по дължина.

Стъпка 2. Пекат се от двете страни в не залепващ тиган докато омекнат.

Стъпка 3. Оставят се да се охладят малко.

Стъпка 4. В купичка или по-дълбока чиния се натрошава сиренето и се добавя цеденото мляко. Разбъркват се добре, за да стане сиренето на много малки парченца.

Стъпка 5. Върху всяка тиквичка се маже от сместа и се завива на руло. Закрепят се с клечка за зъби.

По желание отгоре може да се добави листо магданоз.

Пълнен лук с наденица



Необходими продукти:

- 6 броя среден по големина стар лук,
- 200 грама наденица,
- 6 супени лъжици сметана,
- Сол на вкус,
- 1 щипка черен пипер,
- 1 щипка червен пипер,
- Олио за пържене.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Почиства се лука и се слага в тенджерата с вряща вода за 5 минути. След, което се изважда от тенджерата и се оставя да изстине.

Стъпка 2. След това се прави малко капаче от горната част на лука, а вътрешността се почиства с лъжица, като се гледа да останат поне 2-3 слоя от лука.

Стъпка 3. Нарязва се вътрешността на лука на ситно, наденицата се нарязва на ситно, добавя се черен пипер, червен пипер и щипка сол.

Стъпка 4. Запържват се в тиган за 4-5 минути. След което се прибавя сметаната и се разбърква.

Стъпка 5. С получената смес се пълнят главите лук и се затварят с малките лучени капачета.

Стъпка 6. Поставят се в тава намазана с олио.

Стъпка 7. Пекат се 25 минути на предварително нагрятата фурна на 170 градуса.

Печено сирене с мед и орехи



Необходими продукти:

- 600 грама сирене,
- 8 супени лъжици мед,
- 200 грама натрошени орехи.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Нарязват се 4 плочки от сиренето и се поставят в отделен лист алуминиево фолио. След това леко с нож се нарязват плочите на кубчета. Може да се нарежат на 4 или 9 кубчета по ваш избор. (Листите алуминиево фолио трябва да са достатъчно големи, за да се загърнат.)

Стъпка 2. Поръсва се всяко пликче/торбичка с натрошените орехи и се полива с 2 пълни лъжици мед. Запечатва се фолиото.

Стъпка 3. Слагат се във фурната да се запекат на 200 градуса за 8–10 минути.

Сирене по шопски



Необходими продукти:

- 250 грама сирене,
- 1 яйце,
- 1 домати,
- 20 грама краве масло.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. На дъното на гювече се слага маслото.

Стъпка 2. Домата се бели от люспата му и се нарязва на кръгчета. Половината се нареждат над маслото.

Стъпка 3. Сиренето се реже на кубчета и се поставя върху доматиите, а по средата се оформя малка дупка, за да се сложи яйцето.

Стъпка 4. Над яйцето се поставят другата половина от нарязаните домати.

Стъпка 5. Гювечето се затваря и се пече в предварително нагрята фурна на 200 градуса за 30 минути.

Шопска салата



Необходими продукти:

- 2 домата,
- 1 зелена чушка,
- 1 краставица,
- ½ глава стар лук,
- 200 грама сирене,
- 2 щипки сол,
- 1 супена лъжица оцет,
- 1 супена лъжица олио,
- 1-2 стръка магданоз.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Доматите, краставицата и чушката се измиват.

Стъпка 2. На доMATите се маха зелената част, където са били закрепени към дръжката. Режат се на две и се нарязват на кубчета.

Стъпка 3. Краставицата се обелва, реже се по дължина и се нарязва на парченца от 1 сантиметър.

Стъпка 4. Чушката се почиства, реже се на 4 части, и всяка част се нарязва на тънки лентички по 5 милиметра.

Стъпка 5. Лукът се почиства и се нарязва на тънки резенчета.

Стъпка 6. Нарязаните продукти се изсипват в дълбока купа.

Стъпка 7. Отгоре се натрошава сиренето и се нарязва малко магданоз, който се поръсва върху сиренето.

Стъпка 8. Добавя се солта, олиото и оцета.

Овчарска салата



Необходими продукти:

- 1 яйце,
- 4 домата,
- 1 краставица,
- 3 чушки,
- 1 глава лук,
- 200 грама шунка,
- 200 грама сирене,
- 200 грама кашкавал,
- 100 грама царевича,
- ½ буркан мариновани гъби нарязани,
- 1-2 стръка магданоз,
- 2 супени лъжици олио,
- 1 супена лъжица оцет,
- 1 равна чаена лъжичка сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Яйцето се вари в малка тенджерка за 5-7 минути. След което се оставя да се охлади и се обелва. Разрязва се на 4 равни части.

Стъпка 2. Доматите, краставиците и лукът се измиват и белят.

Стъпка 3. Нарязват се в дълбок съд, като чушката и лука се режат на тънки ленти.

Стъпка 4. Шунката се нарязва на малки кубчета и се добавя към другите нарязани продукти.

Стъпка 5. Добавят се царевичата и гъбите.

Стъпка 6. Настъргват се на ренде сиренето и кашкавала, и се поръсват върху другите нарязани продукти.

Стъпка 7. Яйцето се нарежда в четирите края на чинията.

Стъпка 8. Добавят се солта, оцета и олиото.

Салата метла



Необходими продукти:

- 100 грама зеле,
- 3 моркова,
- 100 грама червено цвекло,
- 1 жълта ябълка,
- 1 лимон,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 2 супени лъжици олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Морковите, червеното цвекло и ябълката се почистват и се настъргват на ренде в голям съд.

Стъпка 2. Зелето се нарязва на тънки малки ивици и се добавя към тях.

Стъпка 3. Лимонът се изцежда и се поливат настърганите продукти.

Стъпка 4. Добавя се солта и олиото.

Салата от червено цвекло



Необходими продукти:

- 1 килограм червено цвекло,
- 3 глави зелен лук,
- 150 грама майонеза,
- ½ лимон,
- Сол на вкус.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Червеното цвекло се измива и обелва. Поставя се във вряща вода и се вари докато омекне. Приблизително един час. След което се изцежда и се оставя да изстине.

Стъпка 2. Лукът се измива и се нарязва на ситно. Поставя се в дълбок съд.

Стъпка 3. Червеното цвекло се настъргва на ренде и се добавя към лука.

Стъпка 4. Половин лимон се изцежда и се добавя към цвеклото и лука.

Стъпка 5. Добавя се майонезата и се разбърква.

Витаминозна салата



Необходими продукти:

- 2 глави червено цвекло,
- 3 моркова,
- 2 зелени ябълки,
- 3 щипки сол,
- ½ лимон,
- 2 супени лъжици олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Цвеклото, морковите и ябълките се измиват и се почистват. След това се настъргват на ренде в голям съд.

Стъпка 2. Половин лимон се изцежда и се добавя към настърганите продукти.

Стъпка 3. Добавя се солта и олиото.

Стъпка 4. Салатата се разбърква добре.

Салата от зеле



Необходими продукти:

- 200 грама зеле,
- 100 грама варена царевича от консерва,
- 100 грама майонеза,
- 3 щипки сол,
- 1 супена лъжица оцет.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Зелето се нарязва на много ситно. Може да се настърже и на ренде по избор. Изсипва се в дълбок съд.

Стъпка 2. Към зелето се добавят царевичата и майонезата и се разбърква.

Стъпка 3. Поръсва се със сол, добавя се оцета и се разбърква още веднъж.

Пролетна салата



Необходими продукти:

- 1 маруля,
- 2 глави зелен лук,
- 1 краставица,
- 5 малки червени репички,
- 1 яйце,
- 2 супени лъжици олио,
- 1 супена лъжица оцет,
- 2 щипки сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Всяко листо от марулята се измива добре. След което се изцежда и се реже на ситно. Изсипва се в дълбок съд.

Стъпка 2. Лукът и краставицата се измиват и нарязват на ситно и се добавят към марулята.

Стъпка 3. Червените репички се измиват, почистват и нарязват на малки кръгчета. Добавят се към другите нарязани продукти.

Стъпка 4. Яйцето се поставя в малък съд с вода и се вари за 5-7 минути. След което се обелва и нарязва на 6 равни части.

Стъпка 5. Към нарязаните продукти се добавя солта, оцета и олиото, и се разбърква. Отгоре се украсява с яйцето.

Бобена салата



Необходими продукти:

- 500 грама бял едър боб от консерва,
- ½ глава стар лук,
- 3 щипки сол,
- 300 грама лютеница. (рецепта за лютеница има в края на този раздел)

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Бобът се измива, маха се водата и се оставя 5-10 минути да се изцеди. Изсипва се в дълбока купа.

Стъпка 2. Лукът се почиства и нарязва на ситно. Добавя се към боба.

Стъпка 3. Поръсва се със сол и се добавя лютеницата. Разбърква се добре.

Салата от моркови



Необходими продукти:

- 1 килограм моркови,
- 1 лимон,
- 1 супена лъжица майонеза,
- 3 скилидки чесън,
- 3 щипки сол,
- 100 грама майонеза.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Морковите се измиват, обелват и се настъргват на ситно ренде. Изсипват се в дълбок съд.

Стъпка 2. Лимонът се изцежда и се добавя към морковите.

Стъпка 3. Скилидките чесън се обелват и настъргват на ситно ренде. Добавят се към морковите.

Стъпка 4. Добавя се майонезата и солта и се разбърква много добре.

Селска салата



Необходими продукти:

- 100 грама рукола,
- 1 домати,
- 1 краставица,
- 1 глава стар лук,
- 100 грама сирене,
- 2 щипки сол,
- 1 супена лъжица оцет,
- 2 супени лъжици олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Руколата се измива и се оставя да се изцеди.

Стъпка 2. Домата и краставицата се мият, белят и нарязват на едро.

Стъпка 3. Лукът се почиства и се реже на тънки парченца.

Стъпка 4. Всички нарязани продукти се изсипват в един дълбок съд. Добавя се руколата, солта, олиото и оцета. Разбърква се.

Стъпка 5. Върху салатата се натрошава сиренето.

Зелена салата



Необходими продукти:

- 1 маруля,
- 3 глави зелен лук,
- 2 краставици,
- ½ лимон,
- 2 супени лъжици олио,
- 3 щипки сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Всяко листо на марулята се измива. Листата се оставят в цедка за кратко.

Стъпка 2. Лукът и краставиците се измиват и почистват. Нарязват се на ситно. И се поставят в дълбока купа.

Стъпка 3. Лимонът се изцежда и се добавя към краставиците и лука.

Стъпка 4. Листата на марулята се нарязват на ситно и се добавят в купата към другите продукти.

Стъпка 5. Добавя се олиото и солта и се разбърква.

Картофена салата



Необходими продукти:

- 1 килограм картофи,
- 3 глави зелен лук,
- 3 - 4 стръка магданоз,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 4 супени лъжици олио,
- 4 супени лъжици оцет.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Картофите се обелват и измиват добре. След това се режат на кубчета от 1-2 сантиметра и се слагат в тенджера с вряща вода. Варят се 20-30 минути докато омекнат.

Стъпка 2. След това се изцеждат и се оставят да изстинат.

Стъпка 3. Лукът и магданозът се измиват и почистват. Нарязват се на ситно и се слагат в дълбок съд.

Стъпка 4. В съда се добавя олиото, оцета, солта и изстиналите картофи. Салатата се разбърква добре.

Стъпка 5. Оставя се в хладилника покрита с готварско фолио (за да не изсъхва), за да се охлади.

Чушки със сирене и орехи



Необходими продукти:

- 5 червени чушки,
- 50 грама орехи,
- 100 грама сирене,
- 1 супена лъжица мед,
- 1 щипка сол,
- 1 супена лъжица олио (пожелание).

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Чушките се пекат в тава покрита с хартия за готвене докато почернеят. След което се обръщат, за да почернеят и от другата страна.

Стъпка 2. След като чушките са готови, се изчистват дръжките и люспите. Нарездат се в кръгла чиния.

Стъпка 3. Върху тях се поръсва солта и се натрошава сиренето.

Стъпка 4. Заливат се с мед и се добавят орехите.

Стъпка 5. По желание може да се добави и малко олио.

Есенна салата



Необходими продукти:

- 3 домата,
- 2-3 стръка магданоз,
- ½ глава стар лук,
- 1 супена лъжица оцет,
- 2 щипки сол,
- 1 супена лъжица олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Доматите се измиват и се отделя люспата. Нарязват се на кубчета.

Стъпка 2. Лукът и магданозът се измиват и нарязват на ситно.

Стъпка 3. Нарязаните продукти се изсипват в купа.

Стъпка 4. Добавя се солта, оцета и олиото. Разбърква се.

Салата с печен пипер



Необходими продукти:

- 5 червени чушки,
- 300 грама цедено мляко,
- Сол на вкус,
- 150 грама сирене.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Чушките се пекат в тава покрита с хартия за готвене докато почернеят. След което се обръщат, за да почернеят и от другата страна.

Стъпка 2. След като чушките са готови, се изчистват дръжките и люспите. Нарязват се на ситно и се слагат в дълбока купа.

Стъпка 3. Към чушките се добавя цеденото мляко и се натрошава сиренето. Добавя се сол пожелание.

Стъпка 4. Разбърква се добре и се покрива с прозрачно фолио. Слага се в хладилника да се охлади.

Селска фасулица



Необходими продукти:

- 500 грама бял боб от консерва,
- 1 глава стар лук,
- 3 щипки сол,
- 2 супени лъжици олио,
- 1 супена лъжица оцет.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Фасулът се измива и изцежда, след което се слага в дълбока чиния.

Стъпка 2. Лукът се почиства и нарязва на едро, след което се добавя към фасулът.

Стъпка 3. Към фасула и лука се добавят солта, олиото и оцета. Разбърква се.

Салата „Снежанка“



Необходими продукти:

- 500 грама цедено мляко,
- 2 краставици,
- 2 скилидки чесън,
- 3 щипки сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Цеденото мляко се изсипва в дълбока купа.

Стъпка 2. Краставицата се измива и обелва, след което се нарязва на малки кубчета от 3-5 милиметра. Добавя се към цеденото мляко.

Стъпка 3. Скилидките чесън се почистват и настъргват на ситно ренде. Добавят се към цеденото мляко и краставиците.

Стъпка 4. Към салатата се добавя солта и се разбърква добре.

Бърза разядка



Необходими продукти:

- 5 яйца,
- 1 щипка червен пипер,
- 1 щипка черен пипер,
- 3 щипки сол,
- 200 грама цедено мляко.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Яйцата се поставят в малка тенджера и се налива вода колкото да ги покрие. Варят се 7-10 минути. След което водата се изцежда и яйцата се оставят да изстинат.

Стъпка 2. След като изстинат яйцата се белят и се стържат на едро ренде в купа.

Стъпка 3. Към настърганите яйца се добавя цеденото мляко, черния пипер и червеният пипер. След което се разбърква. Може да се оформят на топченца в чинийка.

Разядка с грах и мента



Необходими продукти:

- 500 грама замразен грах,
- 100 грама праз,
- 10 листа мента,
- 2 скилидки чесън,
- ½ лимон,
- 2 щипки сол,
- 2 щипки черен пипер,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Поставете граха в тенджера с вряща вода. Изчакайте да омекне приблизително половин час. След което го изцедете.

Стъпка 2. Празът и чесънът се нарязват на много ситно. Слагат се в тиган с олио и се запържват за 5-10 минути, за да поомекне прازа.

Стъпка 3. Грахът и запърженият праз с чесън се изсипват в дълбока купа.

Стъпка 4. Лимонът се изцежда и добавя в купата при грахът.

Стъпка 5. Добавя се солта, черния пипер и ментата.

Стъпка 6. Сместа се намачква и разбърква или се пасира с блендер или пасатор.

Лютеница



Необходими продукти:

- 2 килограма червени чушки,
- 1 килограм моркови,
- 1 патладжан,
- 1 килограм домати,
- 1 супена лъжица захар,
- 1 супена лъжица чубрица,
- 1 равна супена лъжица сол,
- ½ чаена лъжичка черен пипер,
- ½ чаена лъжичка кимион,
- 3 супени лъжици олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Чушките се изпичат във фурната докато и двете страни почернеят. След което се оставят да изстинат и се почистват от люспите. Нарязват се на ситно.

Стъпка 2. Морковите се обелват и се настъргват на ренде.

Стъпка 3. Патладжаните се белят и се нарязват на малки квадратчета от 1 сантиметър.

Стъпка 4. Доматите се измиват, обелват и се нарязват на кубчета.

Стъпка 5. Всички продукти се изсипват в голяма тенджера и се добавят захар, чубрица, сол, черен пипер, кимион и олиото.

Стъпка 6. Поставя се на котлона и се готви около час.

Стъпка 7. Сместа се пълни в стъклени бурканчета по 550 милилитра и се затваря с капачки на винт, като се обръщат на обратно с капачката към плота докато изстинат, за да може да се запечатат.

Къопоолу



Необходими продукти:

- 2 патладжана,
- 2 зелени чушки,
- 2 червени чушки,
- 2 домата,
- 3 скилидки чесън,
- 1 супена лъжица оцет,
- 2 супени лъжици олио,
- 1 чаена лъжичка сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Патладжаните и чушките се изпичат във фурната на скарата. (патладжана трябва да омекне целия). Трябва от всяка страна да са почернели. Изваждат се и се оставят да изстинат, след което се обелват. Патладжана се реже на големи кубчета.

Стъпка 2. Доматите се измиват и се махат люспите. След което се нарязват на кубчета.

Стъпка 3. Добавят се в голям съд. Прибавят се скилидките чесън цели, олиото оцета и солта. Разбърква се.

Стъпка 4. Продуктите се слагат в блендер и се пасират.

По желание може да се добави 150 грама майонеза към пасираната смес и да се разбърка.

Cynu

Таратор



Необходими продукти:

- 500 милилитра кисело мляко,
- 400 милилитра вода,
- 2 краставици,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 3 супени лъжици олио,
- 2-3 стръка копър,
- 70 грама натрошени орехи,
- 3 скилидки чесън.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд или тенджерата се слага киселото мляко и водата и се разбърква добре.

Стъпка 2. Краставиците се мият и белят. Режат се на малки кубчета от около 5 милиметра. Добавят се към киселото мляко.

Стъпка 3. В съда се настъргва и чесънът. Добавя се солта, олиото и се разбърква.

Стъпка 4. Копърът се измива и нарязва на много ситно, след което се добавя към таратора заедно с натрошените орехи. Разбърква се.

Пикантна доматиена супа



Необходими продукти:

- 400 грама домати,
- 3 супени лъжици олио,
- 3 скилидки чесън,
- 1 червена люта чушка,
- 1 морков,
- 5 чаени чаши соево мляко,
- ½ лимон,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 3 щипки черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тава се слага хартия за печене. Обелват се доматиите и се нареждат на половинки. Слагат се в тавата и се полива с малко олио. Слага се тавата в предварително нагрятата фурна на 180 градуса. Остава се доматиите да се пекат 5 минути.

Стъпка 2. Измива се и се обелва моркова. Нарязва се на кръгчета.

Стъпка 3. Слагат се в блендер домати, чесън, лютивата чушка, морковите и се добавя соевото мляко.

Стъпка 4. Изцежда се лимон и се добавя към сместа, добавя се солта, черния пипер и се блендира сместа.

Стъпка 5. Изсипва се сместа в тенджера и се слага на котлона. След като заври, се изчаква още 7 минути.

Стъпка 6. Маха се от котлона и се изчаква да изстине.

Доматена супа



Необходими продукти:

- 100 грама масло,
- 400 милилитра вода,
- 1 глава стар лук,
- 8 домата,
- ½ чаена чаша прясно мляко,
- 50 грама ориз,
- 2 стръка магданоз,
- 1 равна чаена лъжичка чубрица,
- 3 щипки черен пипер,
- 1 равна чаена лъжичка сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Обелва се и се нарязва на ситно лука.

Стъпка 2. В тиган се поставя маслото и се добавя лука. Лукът трябва да се запържи, за да омекне.

Стъпка 3. Измиват се и се настъргват на ренде домите като се гледа да не остават люспи в сока.

Стъпка 4. В тенджера се добавя лука, настърганите домати, ориза, чубрицата, черния пипер и солта. Налива се водата към тях и се разбърква.

Стъпка 5. Супата се оставя да ври за 20-30 минути.

Стъпка 6. След като се махне от котлона се измива магданоза и се нарязва на ситно. Добавя се към супата.

Леща



Необходими продукти:

- 250 грама леща,
- 1 литър вода (може и да трябва да се добави още 500 милилитра в зависимост от котлона и дали ще се готви с капак или без),
- 1 глава лук,
- 1 голям морков,
- 3 скилидки чесън,
- 50 милилитра олио,
- 100 милилитра доматен сок,
- 1 домати,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 1 равна чаена лъжица джоджен,
- 1 равна чаена лъжица червен пипер,
- 1 равна чаена лъжица чубрица,
- 1 равна чаена лъжица риган.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Лещата се измива и се оставя да се изцеди в цедка.

Стъпка 2. В тенджера се сипва олиото. Обелва се лука и се нарязва на много ситно. Слага се в тенджерата. Скилидките чесън се нарязват на ситно и се добавят в тенджерата.

Стъпка 3. Морковите се обелват и нарязват на малки кубчета. Добавят се в тенджерата и се разбърква. Тенджерата се похлупва с капак и се поставя на котлона. Трябва да се задушат за 10-15 минути. Разбърква се периодично, за да не загори лука.

Стъпка 4. След като поомекнат лука и морковите, се добавя червения пипер и се разбърква за 30 секунди. Изсипва се водата в тенджерата и се добавя лещата.

Стъпка 5. Добавя се джоджена, ригана, чубрицата и солта.

Стъпка 6. Обелва се и се нарязва на кубчета домата, и се добавя в тенджерата. Разбърква се. Остава се да ври 40-45 минути докато омекне лещата. Добавя се доматеният сок и се оставя за още една минута на котлона.

Зеленчукова супа



Необходими продукти:

- 300 грама картофи,
- 20 грама фиде,
- 50 грама ориз,
- 2-3 стръка магданоз,
- 2 литра,
- 1 яйце,
- 50 грама сметана,
- 1 стар лук,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 1 морков,
- 5 грама кимион,
- 5 грама черен пипер,
- 80 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбока тенджера се слага олиото.

Стъпка 2. Измиват се и обелват картофите лука и морковите. Режат се на кубчета.

Стъпка 3. Добавят се морковите и лука в тенджерата и се оставят на котлона с похлупен капак да се задушат за 10 минути. Бърка се периодично.

Стъпка 4. Слага се в тенджерата водата, картофите и ориза. Добавя се солта и се оставя да ври 30 минути или до сваряване на картофите.

Стъпка 5. В една чаена чаша се слага жълтъка от яйцето и се добавя сметаната. Разбърква се добре и се добавя към 50-100 милилитра вода в чашата. Разбърква се още веднъж и се излива в супата. Слага се фидето в супата и се оставя още 3 минути.

Стъпка 6. Измива се и се нарязва на ситно магданоза и се добавя в тенджерата. Добавя се кимиона и черния пипер и се разбърква. Маха се от котлона тенджерата.

Морковена крем супа



Необходими продукти:

- 1 килограм моркови,
- 2 глави стар лук,
- 2 червени чушки,
- 400 грама картофи,
- 70 грама олио,
- 1 домати,
- 7 грама черен пипер,
- 1 супена лъжица сол,
- 1 равна чаена лъжичка чубрица,
- 1 литър и ½ вода.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбока тенджера се слага олиото.

Стъпка 2. Измиват се и се обелват картофите, лука и морковите.

Стъпка 3. Измиват се чушките и се нарязват. Нарязват се на кубчета картофите, лука и морковите.

Стъпка 4. Добавят се морковите, чушките и лука в тенджерата и се оставят на котлона с похлупен капак да се задушат за 10 минути. Разбърква се периодично. Добавят се 200 милилитра вода и се оставя за още 5 минути.

Стъпка 5. Добавят се картофите и водата в тенджерата. Слага се солта, чубрицата и черния пипер. Остава се да ври 25-30 минути.

Стъпка 6. Измива се и се настъргва домата. Добавя се в тенджерата.

Стъпка 7. Маха се тенджерата от котлона и се оставя да изстине. След което се пасира супата с блендера.

Нахутена супа



Необходими продукти:

- 1 буркан нахут – 500-550 грама,
- 1 морков,
- 1 стар лук,
- 200 грама замразен грах,
- 300 грама картофи,
- 1-2 стръка магданоз,
- 1 супена лъжичка равна сол,
- 5 грама черен пипер,
- 5 грама кимион,
- 70 милилитра олио,
- 1 и ½ литра вода.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбока тенджера се слага олиото.

Стъпка 2. Измиват се и се обелват картофите, лука и морковите. Нарязват се на кубчета.

Стъпка 3. Добавят се морковите и лука в тенджерата и се оставя на котлона с похлупен капак да се задушат за 10 минути. Бърка се периодично.

Стъпка 4. Измива се нахута и се добавя в тенджерата. Изсипват се вътре картофите и граха. Добавя се водата.

Стъпка 5. Поръсва се със солта, черния пипер и кимиона, слага се капак на тенджерата, но се оставя малко място да влиза въздух.

Стъпка 6. Оставя се да ври 30-35 минути до сваряване на картофа.

Стъпка 7. Маха се тенджерата от котлона. Измива се магданоза и се нарязва на много ситно. Добавя се към супата и се разбърква.

Супа със спанак



Необходими продукти:

- 300 грама спанак,
- 100 грама ориз,
- 1 литър вода,
- 200 милилитра доматен сок,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 5 грама черен пипер,
- 1 супена равна лъжица сол,
- 50 милилитра олио,
- 1 глава лук.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Спанака се измива и нарязва на тънки лентички.

Стъпка 2. В тенджера се добавя олиото. В нея се слага предварително обелен и нарязан на ситно лук. Запързва се за 10 минути като се бърка.

Стъпка 3. Към лука се добавя червения пипер и се разбърква за 30 секунди.

Стъпка 4. В тенджерата се слагат спанака, ориза, солта и черния пипер. Изсипва се водата и се оставя да ври половин час.

Стъпка 5. След като супата е готова се добавя доматиения сок и се маха от котлона.

Грах супа



Необходими продукти:

- 500 грама замразен грах,
- 1 глава лук,
- 1 морков,
- 1 литър вода,
- 1 равна чаена лъжица сол,
- 1 равна чаена лъжица червен пипер,
- 5 грама черен пипер,
- 2 скилидки чесън,
- 70 милилитра олио,
- 1 домати.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Лукът, морковите и скилидките чесън се почистват и режат на малки кубчета.

Стъпка 2. В тенджерата се добавя олио, лука, чесъна и морковите. Слага се на котлона като се похлупва с капак. Задушават се 10 минути като се бърка периодично.

Стъпка 3. Добавя се червения пипер в тенджерата и се разбърква за 30 секунди. Налива се водата.

Стъпка 4. Доматът се обелва и се нарязва на малки кубчета.

Стъпка 5. В тенджерата се добавят граха, доматиите, черния пипер.

Стъпка 6. Вари се 20 минути или до сготвяне на граха.

Супа с праз и тиква



Необходими продукти:

- 1 глава праз лук,
- 1 и ½ литра вода.
- 300 грама картофи,
- 300 грама тиква,
- 3 моркова,
- 5 грама кимион,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 100 грама масло.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Картофите, тиквата и морковите се почистват и нарязват на кубчета. Празът се нарязва на кръгчета.

Стъпка 2. В тенджера се добавя водата. Добавят се нарязания праз лук, картофите и тиквата. Остава се да ври докато омекнат всички продукти. 30-40 минути.

Стъпка 3. След което се маха от котлона, добавя се кимиона, солта и маслото. Маслото се разтапя като постои малко във врялото ядене.

Стъпка 4. След като изстине малко се пасира в блендер.

Зелен фасул



Необходими продукти:

- 750 грама зелен фасул,
- 2 глави лук,
- 3 скилидки чесън,
- 1-2 стръка магданоз,
- 1 домати,
- 4 супени лъжици олио,
- 1 супена лъжица брашно,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 5 грама черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджерата се добавя мазнината. Обелва се и се нарязва лука на ситно и към него се добавя брашно. Запържват се в тенджерата.

Стъпка 2. Почиства се и се нарязва зеления фасул ако е нужно. Добавя се в тенджерата.

Стъпка 3. Доматите се обелват и нарязват на кубчета. Чесънът се настъргва на ситно ренде. Добавят се в тенджерата. Налива се вода, колкото да покрие зеления фасул.

Стъпка 4. Добавя се солта, червения и черния пипер и се оставя да ври докато се сготви фасула.

Стъпка 5. След като се махне тенджерата от печката, се измива и нарязва на ситно магданоза. Добавя се към супата.

Супа с гъби



Необходими продукти:

- 500 грама гъби,
- 300 грама картофи,
- 1 глава лук,
- 1 морков,
- 1 яйце,
- 100 грама кисело мляко или сметана,
- 50 грама фиде,
- 2 грама кимион,
- 2 грама черен пипер,
- 50 милилитра олио,
- 1 равна супена лъжичка сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Почистват се и се нарязват картофите, гъбите, лука и морковите.

Стъпка 2. В тенджера се добавя олиото, лука и морковите. Разбъркват се и се похлупват с капак. Оставят се на котлона за 10 минути да се задушат. Разбърква се периодично.

Стъпка 3. Добавят се 2 литра вода, картофите и гъбите в тенджерата и се оставят да врят 30-40 минути докато се сготвят гъбите и картофите.

Стъпка 4. Добавя се фидето, солта, кимиона, черния пипер и се разбърква.

Стъпка 5. Разбива се киселото мляко и жълтъка от яйцето и се излива в тенджерата. Остава се да ври 3 минути и се маха супата от котлона.

Житена супа



Необходими продукти:

- 280 грама гъби,
- 1 глава стар лук,
- 1 стрък целина,
- 2 моркова,
- 50 грама масло,
- 1 супена лъжица брашно,
- 1 и ½ литра вода,
- ¼ чаена чаша жито пшеница,
- 1-2 стръка магданоз,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 3 грама черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Морковите, гъбите, магданоза, целината и лука се почистват и нарязват.

Стъпка 2. Житото се измива и се изчаква да се изцеди.

Стъпка 3. В тенджера се слагат морковите, маслото и лука, и се похлупва с капак. Трябва да се задушат 10 минути. Разбърква се периодично.

Стъпка 4. Добавя се брашното и се разбърква още веднъж.

Стъпка 5. Налива се бавно водата в тенджерата докато се бърка.

Стъпка 6. Добавят се целината, гъбите, солта и житото. Изчаква се 30 минути да поври. (или до сготвяне на гъбите и житото в зависимост от котлона)

Стъпка 7. След като се махне от котлона, се добавя черния пипер и предварително нарязаният магданоз. Разбърква се.

Боб чорба



Необходими продукти:

- 2 червени чушки,
- 1 голям домати,
- 1 буркан бял боб – 550 грама,
- 1 глава лук,
- 3 скилидки чесън,
- 2 моркова,
- 3 щипки чубрица,
- 3 щипки джоджен,
- 3 щипки риган,
- 1 равна супена лъжица червен пипер,
- 2 супени лъжици брашно,
- 100 милилитра доматиен сок,
- 6 чаши вода,
- 3 супени лъжици олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Скилидките чесън, морковите и лукът се почистват и нарязват на ситно.

Стъпка 2. В тенджера се слага олиото, добавят се лука, чесъна и морковите. Слага се капака на тенджерата и се оставят на котлона да се задушат 10 минути, като междуременно се разбърква.

Стъпка 3. Добавя се червения пипер към лука и морковите. Разбърква се в продължение на 30 секунди. Вътре се изсипват 5 чаши вода.

Стъпка 4. Добавя се боба, солта, чубрицата, ригана и джоджена.

Стъпка 5. Доматът се почиства, махат се люспите и се нарязва на малки кубчета. Измиват се и се нарязват чушките на ситно, и се добавят в тенджерата.

Стъпка 6. Остава се да ври 35 минути без капак.

Стъпка 7. В 1 чаша вода се добавя брашното и се разбърква с вилица, за да може да се разтвори.

Стъпка 8. След като боба е готов се добавя доматиения сок и се сипва по малко от водата с брашното, като се бърка. След което се маха от котлона.

Пилешка супа



Необходими продукти:

- 500 грама пилешки бутчета,
- 5 чаши вода,
- 1 стар лук,
- 1 морков,
- 300 грама картофи,
- 50 грама фиде,
- 3 супени лъжици олио,
- 1-2 стръка магданоз,
- 1 супена равна лъжица сол,
- 3 щипки черен пипер,
- 1 яйце,
- 3 супени лъжици кисело мляко.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Морковът, лукът и магданозът се измиват, почистват и нарязват на ситно.

Стъпка 2. Картофите се обелват и се нарязват на кубчета.

Стъпка 3. В тенджера се слагат 5 чаши вода и се слагат бутчетата да се варят за 30 минути. След което се почистват от кожата и кокалите и се нарязват на ситно. Водата, в която са били бутчетата, се прецежда.

Стъпка 4. В тенджера се добавя олиото, лука и морковите, и се задушават за 10 минути като се разбъркват от време на време.

Стъпка 5. В тенджерата се добавя пилешкият бульон, нарязаното пилешко месо и картофите. Вари се около 30 минути.

Стъпка 6. В чаша се отделя жълтъка на яйцето и се добавя киселото мляко или сметаната, и се разбъркват много добре.

Стъпка 7. Към супата се прибавят яйцето с киселото млякото, солта, черния пипер, фидето и магданоза, който е предварително измит и нарязан на ситно. Изчаква се да поври още 3 минути и се маха от котлона.

Супа топчета



Необходими продукти:

- 400 грама свинска кайма,
- 50 грама ориз,
- ½ чаена лъжичка червен пипер,
- 2 щипки черен пипер,
- 1 щипка кимион,
- 1 щипка чубрица,
- 300 грама картофи,
- 1 глава лук,
- 1 морков,
- 50 грама фиде,
- 5 чаени чаши вода,
- 3 супени лъжици олио,
- 1-2 стръка магданоз,
- 1 равна супена лъжица сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Почиства се и се нарязва моркова и лука. Слагат се в тенджера и се добавя олио. Разбърква се и се слага капака на тенджерата, за да се задушат за 10 минути. Разбърква се периодично за да не загорят.

Стъпка 2. Добавя се водата и се оставя да заври. В това време се приготвя каймата.

Стъпка 3. В дълбока чиния се слага каймата, червения пипер, черния пипер, кимиона, чубрицата и ориза, и се омесва каймата. Правят се малки топченца от каймата колкото малък орех.

Стъпка 4. Добавят се топченцата в тенджерата и се обелват и нарязват на кубчета картофите. Добавят се в тенджерата.

Стъпка 5. Оставя се да ври половин час. Добавя се солта.

Стъпка 6. Измива се и се нарязва магданоза на ситно.

Стъпка 7. Жълтъка от яйцето и киселото мляко се слагат в чаша. Разбъркват се добре и се добавя малко вода.

Стъпка 8. След като картофите се сварят се добавя млякото с яйцето, магданоза и фидето. Оставя се на котлона още 3 минути и след това се маха.

Рибена супа



Необходими продукти:

- 200 милилитра сметана,
- 300 грама сьомга,
- 500 грама картофи,
- 1 литър вода,
- 3 домата,
- 1 праз лук,
- 1 морков,
- 2 супени лъжици олио,
- 1-2 стръка магданоз,
- 1-2 стръка копър,
- 1 супена равна лъжица сол,
- 3 щипки черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Картофите и рибата се почистват и се нарязват на кубчета.

Стъпка 2. Празът се нарязва на кръгчета, а морковите се обелват и се настъргват на ситно ренде.

Стъпка 3. Доматите се обелват и нарязват на малки кубчета.

Стъпка 4. В тенджера слага олиото, морковите и лука, и се запържват за 5 минути.

Стъпка 5. Добавят се доматиите и оставят да поврят 2 минути.

Стъпка 6. Налива се литър вода в тенджерата и се добавят картофите. Оставят се да врят 20 минути или докато се сварят картофите.

Стъпка 7. Добавя се съомгата и сметаната, и се оставя да ври още 3 минути.

Стъпка 8. След като се махне тенджерата от котлона, се измиват и нарязват на ситно магданоза и копъра. Добавят се в тенджерата и се слага черния пипер.

Шкембе чорба



Необходими продукти:

- 1 килограм телешко шкембе,
- 1 литър прясно мляко,
- 100 грама краве масло,
- 1 равна супена лъжица червен пипер,
- ½ равна супена лъжица сол,
- 1 равна чаена лъжичка лют червен пипер,
- 100 милилитра оцет,
- 4 скилидки чесън.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Измива се и се почиства добре шкембето. Нарязва се на ситно и се слага да се вари в 2 литра вода в тенджера под налягане за 50 минути. Ако нямате тенджера под налягане се слага в обикновена тенджера да се вари 3 часа.

Стъпка 2. След, като се извади шкембето се оставя в купа или чиния да се охлади, след което се нарязва. Водата от тенджерата се прецежда.

Стъпка 3. В тенджера се слага маслото и червения пипер, и се оставя да се запържи за минута две.

Стъпка 4. Добавя се 1 литър от прецедената вода от шкембето. Добавя се шкембето, солта и лютия пипер. Сипва се прясното мляко по малко докато същевременно се разбърква.

Стъпка 5. Оставя се да ври за 5 минути и се махна от котлона.

Стъпка 6. В купичка се настъргва чесъна на малко ренде и се добавя оцета.

Стъпка 7. Чорбата се поднася в купичка и всеки си слага по желание колкото иска от оцета с чесън.

Агнешки курбан



Необходими продукти:

- 1 и ½ килограма агнешко месо без кости,
- 50 грама ориз,
- 3 литра вода,
- 2 домата,
- 4 стръка зелен лук,
- 2 зелени чушки,
- 1 чаена равна лъжичка джоджен,
- 3-4 стръка магданоз,
- 1 равна супена лъжичка сол,
- 5 грама черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Месото се измива и се слага в тенджера с 3 литра вода. Добавя се солта. Вари се час и половина или докато се свари месото.

Стъпка 2. Чушките и лука се измиват и нарязват на ситно. Доматите се обелват и нарязват на малки кубчета.

Стъпка 3. Водата в която се е варило месото се прецежда и се слага в нова тенджера. Към нея се добавят чушките, доматиите и лука. Варят се 15 минути. След това се слага ориза и се вари още 20 минути.

Стъпка 4. В тенджерата се добавя месото, джоджена и пипера. Остава се да ври още 5 минути и се маха от котлона.

Стъпка 5. Магданозът се измива, нарязва на ситно и се добавя към курбана.

Свински курбан



Необходими продукти:

- 500 грама свинско месо - врат или бут,
- 50 грама ориз,
- 1 глава стар лук,
- 1 морков,
- 1 червена чушка,
- 2 домата,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 1 щипка джоджен,
- 1-2 стръка магданоз,
- 2 литра вода,
- 100 грама краве масло.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджера се наливат 2 литра вода. Нарязва се месото на кубчета. Слага се месото и солта в тенджерата и се оставя да ври докато месото се сготви.

Стъпка 2. Изважда се месото от тенджерата и се прецежда бульона.

Стъпка 3. Измива се и се нарязва лука, моркова, червената чушка и магданоза.

Стъпка 4. Доматите се белят и се режат на кубчета.

Стъпка 5. В тенджера се слага маслото, лука, чушките, морковите и се оставят да се позапържат за 5-10 минути, така че лука да не почернее. Добавя се червения пипер.

Стъпка 6. Добавя се precedentия бульон, ориза и доматиите – оставя се да ври 20 минути.

Стъпка 7. Добавя се месото и се оставя да ври още пет минути.

Стъпка 8. След което се маха тенджерата от котлона и се добавя джоджена и магданоза.

Основни ястия
Постни ястия

Яйца по панагюрски (вариант 1)



Необходими продукти:

- 3 яйца,
- 300 милилитра кисело мляко,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 150 милилитра олио,
- 1 скилидка чесън,
- 2 щипки сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбока чиния се слага киселото мляко, солта и се настъргва на ситно ренде чесъна, след което се разбърква добре.

Стъпка 1. В тиган се слага олиото, изчаква се да загрее и се добавят яйцата, като с лъжица се загребва от олиото и се поливат постоянно, така че да станат бели от горната страна.

Стъпка 2. След като яйцата са готови (жълтъка на яйцето трябва да не е напълно сварен) се слагат върху киселото мляко.

Стъпка 3. В тигана с олиото се добавя червен пипер и се разбърква. Изчаква се 30 секунди до 1 минута, за да се запържи червения пипер.

Стъпка 4. Изсипва се от олиото с червения пипер върху яйцата колкото желаете.

Яйца по панагюрски (вариант 2)



Необходими продукти:

- 3 яйца,
- 1 чаена равна лъжичка червен пипер,
- 100 грама сирене,
- 150 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбока чиния се натрошава сиренето.

Стъпка 2. В тиган се слага олиото, изчаква се да загрее и се добавят яйцата, като с лъжица се загребва от олиото и се поливат постоянно, така че да станат бели от горната страна.

Стъпка 3. Изваждат се яйцата и се слагат върху сиренето.

Стъпка 4. В олиото се слага червения пипер и се запържва за 30 секунди.

Стъпка 5. Яйцата се заливат със запърженият червен пипер.

Магданозени кюфтенца



Необходими продукти:

- 3 връзки магданоз,
- 150 грама сирене,
- 1 яйце,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 1 щипка черен пипер,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Магданозът се измива и се нарязва на много ситно в дълбок съд.

Стъпка 2. Натрошава се сиренето вътре, добавя се яйцето, червения пипер и черния пипер.

Стъпка 3. Разбърква се много добре с ръце.

Стъпка 4. Оформят се плоски кюфтета.

Стъпка 5. В не залепващ тиган се слага олиото и се изпържват кюфтетата от двете страни до златист цвят.

Картофени кюфтета със сирене



Необходими продукти:

- 1 килограм картофи,
- 2 литра вода,
- 300 грама сирене,
- 4 яйца,
- 2 щипки черен пипер,
- 2 щипки кимион,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 1-2 стръка магданоз,
- 50 милилитра олио,
- 200 грама галета.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Измиват се и се обелват картофите. Нарязват се на едри кубчета.

Стъпка 2. Слагат се в тенджера, налива се водата и се слага солта.

Стъпка 3. Картофите се варят 25-30 минути или докато картофите омекнат.

Стъпка 4. Картофите се махат от котлона, изцежда се от водата и се намачкват с вилица.

Стъпка 5. В намачканите картофи се слагат 2 яйца, черния пипер, кимиона, натрошеното сирене. Магданозът се измива, нарязва се на ситно и се добавя към картофите.

Стъпка 6. Цялата смес се разбърква много добре.

Стъпка 7. В дълбока чиния се разбиват 2 яйца.

Стъпка 8. В друга чиния се изсипват галетата.

Стъпка 9. От картофената смес се оформят кюфтета. Първо се овалват в галетата, после се потапят от двете страни в яйцата и пак се овалват в галетата.

Стъпка 10. В не залепващ тиган се слага олиото и се изпържват кюфтетата до златист цвят.

Доматена манджа с лук



Необходими продукти:

- 6-7 глави стар лук,
- 4-5 домата,
- 1 равна чаена лъжичка червен пипер,
- 3 щипки сол,
- 1 щипка черен пипер,
- 1 щипка чубрица,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Лукът се почиства и нарязва на кубчета.

Стъпка 2. В тенджера се слага олиото, солта и лука, и се разбърква добре, за да се разделят слоевете на кубчетата лук. Слага се капак и се оставя на котлона за 10-15 минути (или докато омекне лука), като се разбърква през 2-3 минути.

Стъпка 3. Добавя се червения пипер и се разбърква.

Стъпка 4. Доматите се обелват от люспите, нарязват се на малки кубчета, добавят се към лука и се разбърква.

Стъпка 5. Добавя се черния пипер и чубрицата.

Стъпка 6. Остава се да ври 10-15 минути. Разбърква се от периодично да не загоря.

Царски омлет



Необходими продукти:

- 30 грама стафиди,
- 1 супена лъжица вода + 1 чаена чаша вода за стафидите,
- 2 равни супени лъжици цедено мляко или сметана с 20% масленост,
- 1 супена лъжица мед,
- 1 щипка канела,
- 50 милилитра олио,
- 2 яйца.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В една чаена чаша се слагат стафидите, налива се вода да ги покрие и се оставят за 1 час да престоят.

Стъпка 2. Яйцата се разбиват в купичка и се добавя 1 супена лъжичка вода.

Стъпка 3. В не залепващ тиган се слага олиото и след като загрее, се слагат яйцата на много слаб огън.

Стъпка 4. Стафидите се изцеждат и се слагат на половината от кръгът, който се е получил от яйцата.

Стъпка 5. Слага се канелата. Разстила се цеденото кисело мляко на половината част, където са стафидите, и се слага мед.

Стъпка 6. Омлетът се завива наполовина.

Стъпка 7. Когато се опече едната страна, се обръща да се изпече и другата.

Стъпка 8. След като се изпекат и двете страни до златист цвят, се изважда в чиния.

Омлет със сирене и кашкавал



Необходими продукти:

- 50 грама сирене,
- 1 супена лъжица вода,
- 50 грама кашкавал,
- 2 щипки червен пипер,
- 50 милилитра олио,
- 2 яйца.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Сиренето се натрошава в чиния. Към него се настъргва кашкавала на едро ренде. Добавя се червения пипер и се разбърква.

Стъпка 2. В не залепващ тиган се слага олиото и се оставя да загрее.

Стъпка 3. В купичка се разбъркват 2те яйца и 1 супена лъжица вода.

Стъпка 4. Изливат се в тигана като тигана се накланя, за да се образува кръг.

Стъпка 5. На половината от кръга се слагат сиренето с кашкавала, и омлета се затваря наполовина.

Стъпка 6. Пържи се на бавен огън и от двете страни докато се получи златист цвят. След което се изважда в чиния.

Чушки бюрек



Необходими продукти:

- 10 печени белени чушки,
- 400 грама сирене,
- 5 яйца,
- 1 щипка червен пипер,
- 150 милилитра олио,
- 250 грама галета.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се натрошава сиренето и се добавя червения пипер и 2 яйца, като се разбъркват и намачкват с вилица.

Стъпка 2. С малка лъжичка сместа се напълва в печените чушки, които са предварително почистени и им са махнати семките.

Стъпка 3. В една дълбока чиния се разбиват 3те яйца.

Стъпка 4. В друга дълбока чиния се слагат галетата.

Стъпка 5. Чушките се потапят първо в яйцата от двете страни, после в галетата – този процес се повтаря 2 пъти.

Стъпка 6. В не залепващ тиган се слага олиото и се изчаква да загрее.

Стъпка 7. Чушките се пържат от двете страни до получаване на златист цвят.

Стъпка 8. След това се слагат в чинии или по-дълбока купа.

Качамак



Необходими продукти:

- 400 грама царевично брашно,
- 300 грама сирене,
- 100 грама масло,
- 1 супена лъжица олио,
- 200 милилитра прясно мляко,
- 1 и ½ литра вода,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 1 чаена лъжичка сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В Дълбока тенджерата се слага водата и се слага на котлона, добавят се млякото, солта и се изсипва по малко брашното, като се бърка постоянно.

Стъпка 2. Трябва да ври 10 минути като постоянно се бърка с тел.

Стъпка 3. Маслото се слага в малак тиган и се оставя да се разтопи. Към него се добавя червения пипер и се оставя да се запече за 30 секунди.

Стъпка 4. Качамакът се слага в чинии.

Стъпка 5. Отгоре се натрошава сиренето.

Стъпка 6. Най-отгоре се залива с маслото с червен пипер.

Родопски пататник на тиган



Необходими продукти:

- 700 грама картофи,
- 100 грама сирене,
- 1 глава стар лук,
- 30 милилитра олио,
- 2 яйца,
- 1 щипка джоджен,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 100 грама масло.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Картофите се обелват, измиват и се настъргват на ренде. Слага се солта и се разбъркват. Изцеждат се с ръце.

Стъпка 2. Лукът се почиства и нарязва на ситно. В тиган се слага олиото и нарязания лук, и се запържва за 5 минути. Бърка се постоянно, за да не залепне.

Стъпка 3. В дълбок съд се слагат изцедените картофи, лука, джоджена, сиренето и яйцата, като сместа се разбърква много добре.

Стъпка 4. В тиган се разтапя половина масло и се разстила сместа от картофите.

Стъпка 5. Едната страна се пържи 10-12 минути на умерен огън.

Стъпка 6. Взима се голяма плоска чиния и внимателно се слага пататника върху нея.

Стъпка 7. Разтопява се втората част от маслото, като пататника се обръща от неопечената му страна в тигана. Пържи се още 10-12 минути, след което се изважда.

Миш-маш



Необходими продукти:

- 6 яйца,
- 2 домата,
- 2 праз лука,
- 5 печени белени червени чушки,
- 1 щипка чубрица,
- 1 щипка черен пипер,
- 2 щипки сол,
- 300 грама сирене,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Доматите се обелват и се нарязват на малки кубчета.

Стъпка 2. Чушките се нарязват на квадратчета от 1 сантиметър.

Стъпка 3. Пруса се реже през средата и след това се нарязва на ситно.

Стъпка 4. В не залепващ тиган се слага олиото, доматиите, праза, чушките, солта, черния пипер и чубрицата. Остава се на котлона 10-15 минути докато доматиите омекнат, като се бърка от време на време.

Стъпка 5. След като доматиите са готови се натрошава сиренето, добавят се яйцата и се разбърква. Остава се 5 минути да ври като се разбърква още 1-2 пъти.

Стъпка 6. Сипва се в чинии.

Кисело зеле



Необходими продукти:

- 500 грама кисело зеле ситно нарязано,
- 1 чаена чаша ориз,
- 3 и ½ часовни чаши вода,
- 3 листа дафинов лист,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 3 супени лъжици олио,
- 2 щипки черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тава се слага олиото, червения пипер, черния пипер, дафиновите листа и солта.

Стъпка 2. Оризът се измива и се добавя в тавата. Изсипва се водата и се добавя киселото зеле (което е ситно нарязано).

Стъпка 3. Всичко се разбърква добре и се вкарва във фурната да се пече на 180 градуса за 30-40 минути.

Стъпка 4. В процесът на готвене, ястието се разбърква 3-4 пъти. След като оризът е сварен, яденето се изважда от фурната.

Доматена манджа с чушки



Необходими продукти:

- 5 зелени/оранжеви чушки,
- 3 домата,
- 2 скилидки чесън,
- ½ глава лук,
- 1 стрък магданоз,
- 2 щипки сол,
- 50 милилитра олио,
- 6 супени лъжици вода.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Чушките се нареждат на скарата на фурната и се пекат на горна фурна на 150 градуса. Когато почернеят от едната страна се обръщат.

Стъпка 2. Когато са готови чушките се изваждат и се оставят да изстинат. След това се махат люспите като се оставят дръжките на чушките.

Стъпка 3. Доматите и лукът се обелват и нарязват на малки кубчета.

Стъпка 4. В тенджера се слага олиото и лука, и се оставя да се задуши 5-6 минути.

Стъпка 5. Добавят се доматиите.

Стъпка 6. Скилидките се почистват и се настъргват на ситно ренде в тенджерата, добавя се и солта.

Стъпка 7. Оставя се да ври 10-15 минути докато омекнат доматиите.

Стъпка 8. В чиния се поставят чушките, соса от доматиите и отгоре се поръсва с предварително измит и нарязан на ситно магданоз.

Постни сарми



Необходими продукти:

- ½ килограм листа от кисело зеле (може да се ползват и лозови листа),
- 1 чаена чаша ориз,
- 2 чаени чаши вода,
- 1 лук,
- 2 домата,
- 1 морков,
- 1 щипка черен пипер,
- 2 щипка чубрица,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Лукът и морковът се почистват и нарязват на ситно.

Стъпка 2. Единият домати се обелва и нарязва на малки кубчета, а другият се настъргва на ренде.

Стъпка 3. В тенджера се слага предварително измития ориз, добавя се към него водата, доматиите, сока от доматиите, лука, морковите, червения пипер, черния пипер, чубрицата, солта и олиото.

Стъпка 4. Разбърква се и се слага на котлона да ври за 15 минути приблизително. Готово е когато вече няма вода. Бърка се почти постоянно, за да не залепне ориза.

Стъпка 5. След като се махне от котлона, се оставя да изстине малко.

Стъпка 6. В тенджера се слага решетка.

Стъпка 7. Взима се $\frac{1}{2}$ зелево листо или 1 листо от лоза и се слага 1 пълна чаена лъжичка ориз. След което се увива листото добре покрай ориза, така че той да не може да излезе.

Стъпка 8. Сармите се редят в тенджерата с решетката. След като са направени всички сарми в тенджерата се слага вода да покрие сармите и отгоре се похлупват с чиния. Поставя се капака на тенджерата и тя се слага на котлона да ври за 20-25 минути.

Стъпка 9. Водата от тенджерата се изцежда, така че да останат само сармите.

Лятна манджа



Необходими продукти:

- 2 патладжана,
- 2 тиквички,
- 2 червени чушки,
- 2 зелени чушки,
- 2 глави лук,
- 2 моркова,
- 3 домата,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 2 щипки черен пипер,
- 2 щипки червен пипер,
- 2 щипки чубрица,
- ½ чаена чаша вода,
- 70 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Патладжаните, доматиите и тиквичките се обелват и се нарязват на малки кубчета.

Стъпка 2. Чушките, морковите и лукът се почистват, измиват и нарязват на ситно.

Стъпка 3. В тенджера се слага олиото, лука, чушките и морковите и се слага капачка на тенджерата. Трябва да се задушат за 5-7 минути на котлона.

Стъпка 4. Слага се червения пипер и се разбърква.

Стъпка 5. В тенджерата се налива водата и се слагат: патладжаните, тиквичките, доматиите и подправките.

Стъпка 6. Ври в продължение на 20-25 минути като се разбърква от време на време.

Ястия от пилешко месо

Пилешко руло



Необходими продукти:

- 1 брой пилешки гърди,
- 100 грама шунка,
- 2 кисели краставички,
- 200 грама кашкавал,
- 3 щипки сол,
- 3 грама черен пипер,
- 2 щипки червен пипер,
- 50 грама масло,
- 1 чаена чаша вода.

Необходими продукти за соса:

- 700 милилитра прясно мляко,
- 150 милилитра вода,
- 3 супени лъжици брашно,
- 1 супена лъжичка сол,
- 50 милилитра бяло вино,

- 3 грама черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. За соса - В купичка се слага 100 милилитра вода и брашното, и се разбърква много добре, за да няма бучки брашно.

Стъпка 2. В тенджера се слага млякото, солта, черния пипер и виното, и се поставя на котлона да заври. Като заври се добавя на тънка струя от водата с брашното и се бърка постоянно. Маха се от котлона като се получи гъста смес.

Стъпка 3. За пилешкото роле – начукват се на тънко пилешките гърди и се поръсват с черен пипер и сол.

Стъпка 4. Шунката, киселите краставички и кашкавалът се нарязват на тънко и се нареждат върху пилешките гърди.

Стъпка 5. Завива се на руло и при нужда се вързва с дебел конец. Намазва се с маслото и червен пипер.

Стъпка 6. Запича се малко в тиган от всички страни.

Стъпка 7. Слага се в тава, добавя се чаша вода и се пече на 180 градуса до почервяване.

Пиле с ориз



Необходими продукти:

- 3 цели пилешки бутчета,
- 4 чаени чаши вода,
- 1 чаена чаша ориз,
- 1 равна супена лъжица чубрица,
- 3 грама черен пипер,
- 3 щипки червен пипер,
- 1 супена равна лъжица сол,
- 3 грама кимион,
- 3 щипки риган,
- 1 домати,
- 1 морков,
- 1 глава лук,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджера се слагат пилешките бутчета, водата и солта и се вари 30 минути, след което се махат от котлона. Изваждат се пилешките бутчета в чиния, а бульона се прецежда.

Стъпка 2. Почистват се и се нарязват на ситно лука и морковите. В тиган се слага олиото, лука и морковите, и се запържват за 5 минути. Разбърква се периодично.

Стъпка 3. Обелва се домата и се нарязва на кубчета.

Стъпка 4. В тава се слага ориза, доматиите и подправките. Добавят се и запържените моркови и лук, и се залива с прецедения бульон. Разбърква се и се слагат бутчетата в тавата поръсват се с червен пипер.

Стъпка 5. Пече се във фурна на 180 градуса до готовност на ориза.

Пиле паприкаш



Необходими продукти:

- 1 цяло пиле,
- 1 и ½ чаени чаши вода,
- 1 глава лук,
- 7 червени чушки,
- 1 тиквичка,
- 5 домата,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 3 щипки черен пипер,
- 2 щипки риган,
- 100 грама масло,
- 1 супена равна лъжица сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Пилето се нарязва на парчета.

Стъпка 2. Изчистват се и се нарязват на ситно лука, чушките, домата и тиквичката.

Стъпка 3. В тенджера се слага маслото, изчаква се да се разтопи, и се добавя нарязаното пиле. Запързва се малко да хване нагар и се добавят лука и чушките, слага се капак за да се задушат за 5 минути като се разбърква.

Стъпка 4. Добавя се в тенджерата 1 чаша и половина топла вода, доматиите, тиквичките и подправките със солта.

Стъпка 5. Вари се до сваряване на месото, около 20-30 минути в зависимост от котлона.

Пилешка яхния с грах



Необходими продукти:

- 500 грама грах от консерва,
- 3 пилешки бутчета,
- 1 домати,
- 1 червена чушка,
- 1 лук,
- 1 морков,
- 100 грама масло,
- 2 щипки чубрица,
- 1 щипка риган,
- 1 чаена лъжица червен пипер,
- 1 равна супена лъжица сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджерата се слагат пилешките бутчета и се покриват с вода. Оставят се да се варят 30 минути. След което се махат от котлона и се изваждат в чиния да изстинат, а бульона се прецежда.

Стъпка 2. Доматът, чушката, лукът и морковът се почистват и се нарязват на ситно.

Стъпка 3. В тенджерата се слага маслото и се изчаква да се разтопи. Добавят се чушката, лука и моркова, и се слага капачката на тенджерата да се задушат за пет минути, като се разбърква няколко пъти, за да не загорят.

Стъпка 4. Пилето се почиства и нарязва на малки парченца, а грахът се измива и изцежда от водата.

Стъпка 5. Добавя се в тенджерата червения пипер и се разбърква, след това се налива бульона от пилето.

Стъпка 6. Слага се в тенджерата пилешкото месо, граха и подправките плюс солта.

Стъпка 7. Вари се около 20-25 минути до готовност.

Пилешко с картофи



Необходими продукти:

- 4 цели пилешки бутчета,
- 1 килограм картофи,
- 2 моркова,
- 1 лук,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 2 щипки черен пипер,
- 2 щипки куркума,
- 1 щипка риган,
- 100 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджера се слагат пилешките бутчета, заливат се с вода и се добавя половината сол. Варят се 20 минути.

Стъпка 2. Обелват се картофите, морковите и лука, и се нарязват на едро.

Стъпка 3. Бутчетата се изваждат и се слагат в тава, добавят се подправките и олиото. Към тях се слага и моркова, картофите и лука поръсва се със сол.

Стъпка 4. Бульона от пилето се прецежда и се заливат картофите и пилето. След което всичко се разбърква и се слага във фурната за 30 минути на 180 градуса или до готовност на картофите.

Пиле със зеле на фурна



Необходими продукти:

- 8 пилешки бутчета,
- 2 килограма зеле,
- 2 моркова,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 3 щипки черен пипер,
- 50 милилитра олио,
- 200 милилитра вода,
- 1 равна супена лъжица сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Измива се и се нарязва на ситно зелето.

Стъпка 2. Морковите се почистват и нарязват на кръгчета.

Стъпка 3. В тенджерата се сипва олиото, солта и се добавят морковите и нарязаното зеле. Поставя се капачката на тенджерата. Задушва се за 5-10 минути, като се бърка периодично.

Стъпка 4. След като зелето е омекнало се маха от котлона и се слага в тава. Върху него се подреждат бутчетата. Поръсва се с червен, черен пипер и се сипва водата.

Стъпка 5. Слага се във фурната и се пече на 180 за 30-40 минути или до готовност на месото.

Пилешка кавърма



Необходими продукти:

- 2 броя пилешки гърди,
- 2 броя стар лук,
- 2 домата,
- 2 червени чушки,
- 2 зелени чушки,
- 100 милилитра олио,
- 2 щипки черен пипер,
- 2 щипки риган,
- ½ чаена лъжичка сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Нарязват се на малки парчета около 3 сантиметра пилешките гърди.

Стъпка 2. В не залепващ тиган се слагат 50 милилитра олио и се изчаква да се нагрее.

Стъпка 3. Слагат се парченцата пилешко месо вътре в тигана да се запържат за 2-3 минути, като се бърка за да не загорят.

Стъпка 4. Почистват се и се нарязват на ситно на ситно доматиите, лука и чушките.

Стъпка 5. Намазва се тава с 50 милилитра олио. Вътре се слагат доматиите, лука и чушките. Добавя се пилешкото месо и се слага солта и подправките. Разбъркват се.

Стъпка 6. Слагат се в предварително нагрятата фурна на 180 градуса за 20-30 минути или до готовност на месото.

Пилешки гърди в бял сос



Необходими продукти:

- 2 броя пилешки гърди,
- 500 милилитра прясно мляко,
- 100 милилитра вода,
- 3 супени лъжици брашно,
- 50 милилитра олио,
- 50 грама масло,
- 4 щипки черен пипер,
- 4 щипки сол + ½ чаена лъжичка сол за соса,
- 1 чаена чаша бяло вино.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Пилешките гърди се начукват с чук и се поръсват от двете страни със сол и черен пипер. Слагат се в съд и се поливат с една чаша бяло вино. Слагат се в хладилника за 1 вечер.

Стъпка 2. В тиган се слага олиото и се изчаква да загрее. Слагат се пилешките гърди. Пържат се на бавен огън 5-6 минути на страна след което се обръщат.

Стъпка 3. В тенджера се слага маслото, млякото и $\frac{1}{2}$ чаена лъжичка сол. Остава се да заври.

Стъпка 4. В купичка се слага водата и брашното. Разбива се с вилица за да не останат бучки брашно.

Стъпка 5. След като заври млякото на тънка струя се слага от водата с брашното. Бърка се до сгъстяване на сместа. След това се маха от котлона.

Стъпка 6. В две дълбоки чинии се слагат пилешките гърди и се заливат със соса.

Пилешки бутчета с праз лук



Необходими продукти:

- 4 пилешки бутчета,
- 5 праз лука,
- 100 грама масло,
- ½ чаена лъжичка сол,
- 4 щипки черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Праз лука се почиства и реже на ситно.

Стъпка 2. В тенджера се слагат пилешките бутчета и се заливат с вода. Слагат се на котлона да се варят за 20-25 минути. След това тенджерата се маха от котлона, а пилешките бутчета се изваждат.

Стъпка 3. В тиган се слага маслото. Изчаква се да се разтопи и се добавя нарязания праз лук. Слага се солта и черният пипер и се разбърква.

Стъпка 4. Добавят се пилешките бутчета в тигана. Бърка се периодично. Яденето се готви до омекване на праз лука. След което се маха от котлона.

Задушени пилешки бутчета



Необходими продукти:

- 4 пилешки бутчета,
- 1 и ½ литра вода,
- 4 червени чушки,
- 2 броя стар лук,
- 2 моркова,
- 50 грама царевица от консерва,
- 50 грама грах,
- 1 картоф,
- 3 щипки черен пипер,
- 3 щипки чубрица,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 30 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджера се слага водата пилешките бутчета и солта. Остава се да ври 20 минути. Бутчетата се изваждат в чиния, а бульона се прецежда.

Стъпка 2. Чушките, лука, морковите и картофа се почистват и се режат на ситно.

Стъпка 3. В тенджерата се слага олиото, чушките, морковите и лука. Слага се капачката и се оставят да се задушат за 5 минути, като се бърка периодично.

Стъпка 4. Добавят се в тенджерата бутчетата, бульона, царевичната, граха и картофа. Оставя се да ври за 20-25 минути до сваряване на картофа.

Стъпка 5. Добавят се чубрицата и черният пипер и се разбърква. След, като картофа е сварен се маха от котлона.

Ястия от свинско месо

Свински кебап по Добруджански



Необходими продукти:

- 500 грама свинско месо,
- 250 грама свински сърца,
- 250 грама свински черен дроб,
- 2 глави лук,
- 2 щипки черен пипер,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 100 грама мас.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Свинският дроб и сърцата се почистват, измиват и нарязват на малки кубчета.

Стъпка 2. Свинското месо се реже на малки кубчета.

Стъпка 3. Лукът се изчиства и се реже на ленти.

Стъпка 4. В не залепващ тиган се разтопява маста. Слага се лука. Запързва се за 2 минути. Добавя се червения пипер и се разбърква.

Стъпка 5. Слага се нарязаното свинско месо, сърцата и черния дроб. Посоляват се и се прибавя черния пипер.

Стъпка 6. Бърка се почти постоянно, за да не загори. Пържи се до готовност на месото.

Зеле със свински гърди



Необходими продукти:

- 500 грама свински гърди,
- 500 грама прясно зеле,
- 1 лук,
- 100 милилитра олио,
- 1 чаена чаша вода,
- 3 дафинови листа,
- 1 щипка черен пипер,
- 1 щипка червен пипер,
- 1 равна супена лъжица сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В голям съд се нарязва на ситно зелето и се слага солта, след което се разбърква.

Стъпка 2. Лукът се почиства и нарязва на лентички.

Стъпка 3. Месото се нарязва на кубчета и се обърква с черния пипер.

Стъпка 4. В голям тиган се слага олиото и лука, след което се запържва за 5 минути като се бърка, за да не изгори. Добавя се червения пипер и се разбърква.

Стъпка 5. Добавя се зелето в тигана и се разбърква с лука. Бърка се зелето в тигана докато не омекне – 5-10 минути. След което се маха от котлона.

Стъпка 6. В голям гювеч се слага месото, зелето и дафиновите листа, и се разбърква (може да се ползва и тава с капак), слага се и водата.

Стъпка 7. След като се затвори с капак гювеча / тавата се пече на 180 градуса за час – час и половина до готовност на месото.

Сарми в кисело зеле



Необходими продукти:

- 500 грама свинска кайма,
- 500 грама листа от кисело зеле,
- 1 морков,
- 1 домати,
- 1 лук,
- 1 чаена чаша ориз,
- 2 и ½ чаени чаши вода,
- 2 щипки черен пипер,
- 2 щипки кимион,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Лукът и морковът се почистват и нарязват на ситно.

Стъпка 2. В тенджерата се слагат каймата, лука, моркова, олиото, ориза, водата и всички подправки плюс предварително нарязания на кубчета домати. Разбърква се много добре, за да може да не остават топчета кайма.

Стъпка 3. Вари се докато се изпари водата като се разбърква, за да не залепне.

Стъпка 4. След като е готово, се сваля от котлона и се оставя да изстине малко.

Стъпка 5. Зелевите листа се разделят на две ако са големи.

Стъпка 6. В половин зелево листо се слага 1 супена лъжичка от сместа и листото се завива, за да не изтече ориза.

Стъпка 7. В тенджерата се слага решетка и се нареждат сармите. Заливат се с вода и се слага върху тях обърната на обратно чиния, за да може да ги натиска.

Стъпка 8. Тенджерата се слага да ври около 30-40 минути в зависимост от котлона. След което водата се маха от тенджерата.

Мусака с картофи



Необходими продукти:

- 700 грама свинска кайма,
- 1 глава лук,
- 1 морков,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 3 щипки черен пипер,
- 3 щипки кимион,
- 3 щипки чубрица,
- 1 килограм картофи,
- 70 милилитра олио,
- 2 чаени чаши вода.

Необходими продукти за заливката:

- 2 яйца,
- 300 милилитра кисело мляко,
- 1 щипка сол,
- 1 щипка червен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Лукът и морковът се почистват и нарязват на ситно.

Стъпка 2. В голям тиган се слага каймата, водата, лукът, морковите и всички подправки. Слага се на котлона за 10 минути, като се бърка почти постоянно. Целта е каймата да не остане на топчета или големи парчета.

Стъпка 3. Картофите се обелват и нарязват на малки кубчета. Слагат се в тава, като се добавя и каймата. Всичко се разбърква и се слага във фурната. Пече се на 180 градуса за 40 минути или докато са готови картофите. Разбърква се 2-3 пъти докато се пече, за да не загорят картофите отгоре.

Стъпка 4. В купичка се слага киселото мляко, яйцата, щипка сол и червеният пипер и се разбърка.

Стъпка 5. Тавата се изважда от фурната и се залива със заливката, като се разнася да стане като покривка.

Стъпка 6. Слага се във фурната за още 10-15 минути до получаване на златист цвят на заливката.

Славянски гювеч



Необходими продукти:

- 600 грама свинско месо,
- 100 милилитра олио,
- 2 глави лук,
- 3 червени чушки,
- 3 зелени чушки,
- 3 домата,
- 2-3 стръка магданоз,
- 1 чаена чаша ориз,
- 3 и ½ часни чаши вода,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 3 щипки чубрица,
- 1 щипка риган,
- 1 равна супена лъжица сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Месото се нарязва на малки кубчета и се слага в тиган с 50 милилитра олио, за да може да се запържи. Пържи се до получаване на златист цвят на месото, като същевременно се бърка.

Стъпка 2. Лукът и чушките се почистват и нарязват на ситно. Доматите се обелват и се нарязват на кубчета.

Стъпка 3. В тиган се слага 50 милилитра олио, чушките и лукът, и се запързва за 5 минути, като се бърка, за да не загори.

Стъпка 4. В тава се слага месото, оризът, подправките, водата, лукът с чушките и доматиите. Всичко се разбърква.

Стъпка 5. Пече се във фурна на 180 градуса за 30 минути или до готовност на ориза.

Стъпка 6. Магданозът се измива, нарязва и с него се поръсва яденето.

Свинско вретено



Необходими продукти:

- 1 килограм свинско филе,
- 250 грама гъби печурки,
- 2 глави лук,
- 200 грама шунка,
- 100 милилитра олио,
- 3 щипки червен пипер,
- 2 щипки черен пипер,
- Сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Свинското филе се начуква с чук, след което се поръсва със сол и черен пипер от двете страни.

Стъпка 2. Лукът се почиства и се нарязва на ленти.

Стъпка 3. Гъбите и шунката се нарязват на ситно.

Стъпка 4. В тиган се слага 50 милилитра олио, лукът, шунката и гъбите. Запържва се за 10 минути докато лука омекне. Добавя се червен пипер и се разбърква.

Стъпка 5. Сместа се разпределя по свинското филе и се прави от него руло. Връзва се със здрав конец.

Стъпка 6. Рулото се намазва с олио и се поръсва с червен пипер.

Стъпка 7. По средата на рулото се поставя шиш.

Стъпка 8. Може да се пече на скара или във фурна до получаване на червена коричка.

Капама



Необходими продукти:

- 500 грама свинско месо,
- 500 грама свински пържоли,
- 200 грама бекон,
- 200 грама кисело зеле,
- 4 глави лук,
- 300 грама печурки,
- 1 чаена лъжица чубрица,
- 1 чаена чаша бяло вино,
- 1 чаена чаша вода,
- 100 милилитра доматино пюре,
- 1 чаена лъжица сол,
- 3 щипки черен пипер,
- 3 щипки кимион,
- 100 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. 100 грама бекон се нарязват на ситно. Свинското месо се нарязва на кубчета.

Стъпка 2. В тиган се слага олиото, свинското месо и бекона, и се запържват до червеникав цвят на месото.

Стъпка 3. Изваждат се от тигана и в същата мазнина се запържват пържолите от двете страни за по 2 минути на страна.

Стъпка 4. Слага се в гювече запърженото месо с бекона, сол, черен пипер и кимион, и се обърква.

Стъпка 5. Гъбите, лукът и киселото зеле се почистват и нарязват на ситно. Добавят се в гювечето заедно с доматиеното пюре, водата, виното и се разбърква.

Стъпка 6. От горе се поставят пържолите и се затваря.

Стъпка 7. Пече се във фурната за час и половина - два до готовност на месото.

Свинско с кисело зеле



Необходими продукти:

- 600 грама кисело зеле,
- 1 чаена чаша ориз,
- 3 и ½ чаени чаши вода,
- 1 килограм свинско месо,
- 100 милилитра олио,
- 2 дафинови листа,
- 2 щипки черен пипер,
- 1 щипка кимион,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 1 чаена лъжица червен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Месото се нарязва на парчета от 3-4 сантиметра.

Стъпка 2. В тиган се слага олиото, нарязаното месо и черния пипер, и се пържи като се разбърква, докато се получи червеникав цвят на месото.

Стъпка 3. Нарязва се на ситно киселото зеле.

Стъпка 4. В тава се слага месото, зелето, ориза, подправките и водата. Разбърква се добре.

Стъпка 5. Слага се тавата във фурната за да се пече на 180 градуса за 30-35 минути или до готовност на ориза, в зависимост от фурната.

Желирана пача



Необходими продукти:

- 1 килограм свинско месо,
- 2 литра вода,
- 1 чаена лъжица сол,
- 3 щипки черен пипер на зърна,
- 3-4 буркана по 550 милилитра.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Нарязва се свинското месо на парчета от 3-4 сантиметра.

Стъпка 2. Слага се месото в тенджера и се налива вода. Вари се 2 часа.

Стъпка 4. Слагат се в тенджерата солта и черния пипер. Разбърква се и се оставя да ври още 40 минути.

Стъпка 5. В буркани се разпределя всичко от тенджерата, след което бурканите се затварят с капачките. Оставят се на студено.

Свинско задушено



Начин на приготвяне:

- 1 килограм свинско месо,
- 1 чаена чаша вода,
- 1 чаена чаша червено вино,
- 3 глави праз лук,
- 50 милилитра олио,
- 2 моркова,
- 2 червени чушки,
- 1 чаена лъжица сол,
- 1 консерва домати на кубчета – 550 милилитра,
- 2 щипки чубрица,
- 3 щипки черен пипер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Нарязва се свинското месо на парчета от 4-5 сантиметра.

Стъпка 2. Почистват се и се нарязват праз лука, морковите и чушките.

Стъпка 3. В тенджера се слага олиото, нарязаното свинско месо, виното, морковите, чушките и прера.

Стъпка 4. Слага се на котлона да ври докато се изпари виното. Разбърква се периодично. След като се изпари виното се слагат доматиите, водата, подправките и солта. Разбърква се. Слага се капачката на тенджерата.

Стъпка 5. Бърка се периодично и се вари докато се сготви месото.

Ястия от телешко месо

Чомлек



Необходими продукти:

- 1 килограм телешки джолан,
- 500 грама картофи,
- 2 домата,
- 2 моркова,
- 2 глави лук,
- 3 скилидки чесън,
- 2-3 стръка магданоз,
- 1 чаена чаша червено вино,
- 100 милилитра олио,
- 3 броя дафинов лист,
- 2 грама черен пипер,
- 2 грама кимион,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 1 чаена лъжица червен пипер,
- 2 грама риган.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Джоланът се поръсва в купа със сол и черен пипер.

Стъпка 2. Картофите се обелват и нарязват на едро.

Стъпка 3. Морковите се почистват и се нарязват на кръгчета.

Стъпка 4. Лукът се почиства и се нарязва на едро.

Стъпка 5. Скилидките чесън се почистват и се режат наполовина.

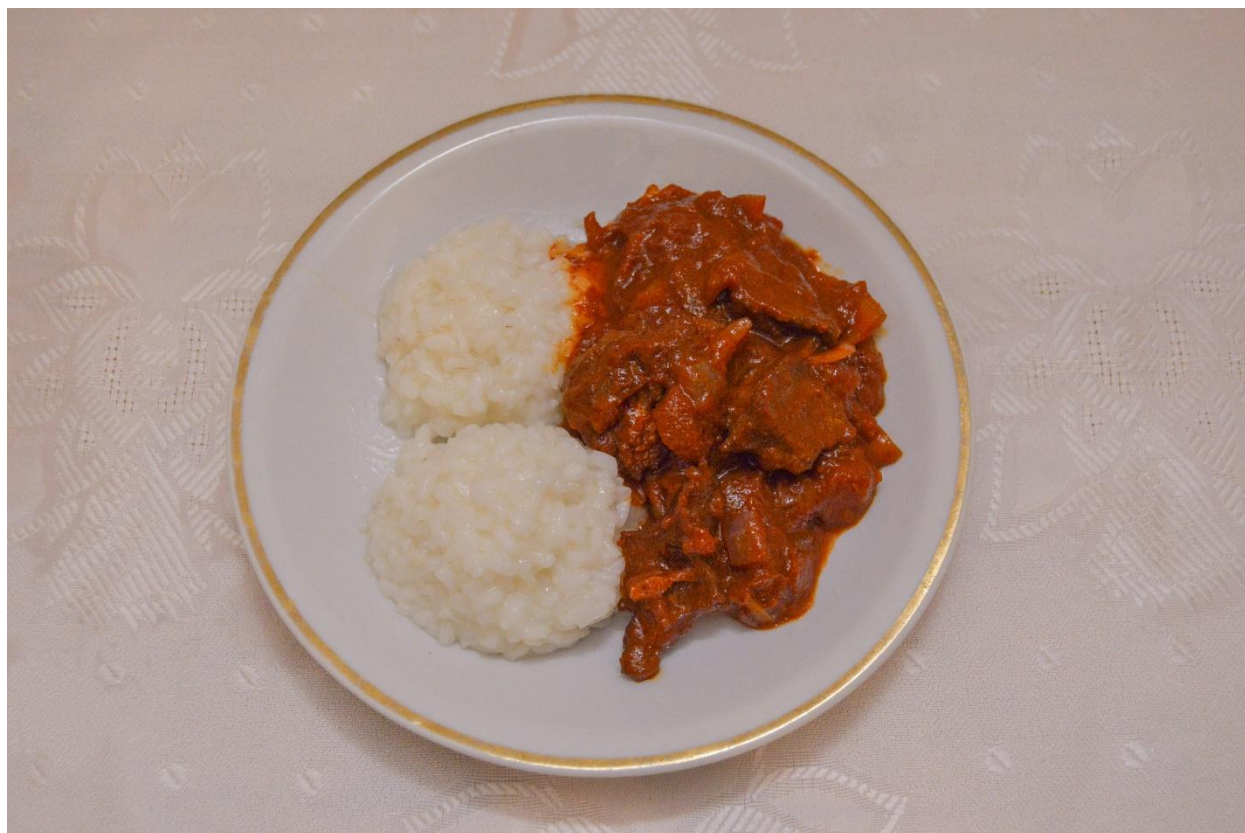
Стъпка 6. Доматите се обелват и нарязват на кубчета.

Стъпка 7. В гювеч или тава с плътен капак се поставят картофите и нарязаните зеленчуци, като се поръсват с всички подправки. Добавя се и предварително измития и нарязан на ситно магданоз. Всичко се разбърква много добре.

Стъпка 8. По средата на гювеча се слага джолана и се залива с олиото и виното. Слага се капака.

Стъпка 9. Пече се на 200 градуса за 50 минути, след което се намалят градусите на 160 и се пече 4 часа.

Винен кебап



Необходими продукти:

- 700 грама телешко месо,
- 500 грама нарязани домати от консерва,
- 1 чаена чаша ориз,
- 5 и ½ чаени чаши вода,
- 1 глава лук,
- 5 скилидки чесън,
- 150 милилитра червено вино,
- 2 листа дафинов лист,
- 3 грама черен пипер,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 2 чаени лъжички сол,
- 100 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Месото се нарязва на парчета по 3-4 сантиметра.

Стъпка 2. Чесънът и лукът се почистват и се нарязват на ситно.

Стъпка 3. В тенджера се добавя олиото, лука, чесъна, месото и черния пипер и се запържва за 10 минути, като се разбърква, за да не загори.

Стъпка 4. Добавят се 2 чаени чаши вода, виното, доматиите от консерва и подправките, като се слага 1 чаена лъжичка сол. Разбърква се и се оставя да ври 60-70 минути.

Стъпка 5. В отделен съд се слага ориза, 1 чаена лъжичка сол и 3 и ½ чаени чаши вода. Оставя се да ври 30 минути – докато ориза е готов, като се разбърква, за да не загори.

Стъпка 6. Сервира се като в дълбока чиния се правят 2 топки ориз и се слага от телешкото месо със соса отстрани.

Телешко руло



Необходими продукти:

- 600 грама телешко филе,
- 100 грама бекон,
- 3 кисели краставички,
- 200 грама кашкавал,
- 3 яйца,
- 3 грама кимион,
- 3 грама черен пипер,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 50 милилитра олио,
- 50 грама масло.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Телешкото филе се начуква с чук. Поръсва се със сол, черен пипер и кимион.

Стъпка 2. Слага се в тенджера с вода и се вари докато месото се сготви. Изважда се и се оставя да изстине.

Стъпка 3. Яйцата се сваряват, обелват и настъргват на едро ренде.

Стъпка 4. Върху телешкото филе се нарежда бекона, поръсва се с настърганите яйца и се настъргва кашкавал отгоре. Добавят се и предварително нарязаните на лентички кисели краставички.

Стъпка 5. Навива се на руло и се връзва със здрав конец. Намазва се с олио.

Стъпка 6. В не залепващ тиган се слага маслото и се изчаква да се разтопи. Слага се рулото в тигана и се пържи от всички страни до получаване на кафяв нагар.

Задушено телешко в бял сос



Необходими продукти:

- 500 грама телешко месо,
- 2 глави лук,
- 1 морков,
- 3 щипки сол,
- ½ лимон,
- 1 и ½ литра вода,
- 3 супени лъжици брашно плюс 200 милилитра вода,
- 200 грама масло,
- 3 грама черен пипер,
- 1-2 стръка магданоз.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Месото се реже на малки парченца по 3-4 сантиметра.

Стъпка 2. Една глава лук се почиства и се реже на едри парчета.

Стъпка 3. В тенджера се слага 1 и ½ литра вода, сол, месото и лукът. Добавя се солта и се разбърква. Вари се докато се сготви месото.

Стъпка 4. След като месото е готово се изважда в съд, а бульона се прецежда.

Стъпка 5. В тенджера се слага маслото, а другата глава лук и морковът се почиства и нарязват на ситно. Добавя се към маслото, слага се капака на тенджерата и се оставя лука да се задуши за 5 минути, като се бърка от време на време.

Стъпка 6. След това се добавя месото и бульона в тенджерата, слага се и черния пипер. Слага се капака и се оставя да ври 20 минути.

Стъпка 7. В купичка се налива 200 милилитра студена вода и брашното. Разбърква се добре, за да се разбият всички бучки брашно. Добавя се сока от предварително изстискания половин лимон.

Стъпка 8. Изсипва се по малко от брашното в тенджерата, като се бърка постоянно. Получава се гъста каша.

Стъпка 9. Изключва се котлона и се маха тенджерата.

Стъпка 10. Магданозът се измива и нарязва на ситно като се добавя в тенджерата.

Телешка паприкаша



Необходими продукти:

- 1 килограм телешко месо,
- 1 килограм картофи,
- 3 глави лук,
- 3 моркова,
- 2 скилидки чесън,
- 200 милилитра доматино пюре,
- 50 милилитра олио,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 3 грама черен пипер,
- 2 супени лъжици брашно,
- Вода.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Месото се нарязва на хапки и се слага в тенджера. Пълни се с вода – да покрива месото. Вари се 50 минути с капак. След това месото се прецежда от бульона.

Стъпка 2. Морковите се почистват и се нарязват на кръгчета.

Стъпка 3. Лукът и картофите се почистват и се нарязват на едро. Скилидките чесън се почистват и се режат на две.

Стъпка 4. В тенджера се слага олиото, морковите, лукът и чесънът и се запържват за 5-10 минути докато омекнат. Разбърква се, за да не загорят, след което се добавя червеният пипер и се бърка в продължение на 30 секунди.

Стъпка 5. Добавя се литър и половина вода, месото, картофите, доматеното пюре, солта и черният пипер и се оставя да ври 20-25 минути.

Стъпка 6. В купичка се налива 200 милилитра студена вода и се добавя брашното. Бърка се докато не останат бучки.

Стъпка 7. Сипва се на тънка струя в манджата и се оставя още една минута на котлона, след което се маха.

Ястия от агнешко месо

Пълнено агне за Гергьовден



Снимката е взета от <https://www.marica.bg/>, защото Гергьовден е народен празник и хората все още се събират на големи групи за честването му. Още информация може да прочете на 290 стр.

Необходими продукти:

- 7-8 килограма агне,
- 500 грама ориз,
- 1 литър и 300 милилитра вода,
- 250 грама масло,
- 300 грама гъби печурки,
- 200 милилитра бяло вино,
- 2 супени лъжици червен пипер,
- 2 връзки пресен зелен лук,
- 1 връзка пресен чесън,
- 1 връзка магданоз,
- 1 връзка пресен джоджен,
- 1 супена лъжица сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Агнето се измива и се осолява отвън и отвътре.

Стъпка 2. Нарязва се зеления лук, чесъна и гъбите.

Стъпка 3. Слага се в тенджера 150 грама масло. Добавя се лука, чесана и гъбите. Оставят се да се запържат за 2-3 минути и се добавя червения пипер, като се продължава да се бърка за 30 секунди. Добавя се бялото виното, водата и ориза. Остава се да ври 20 минути, като от време на време се бърка.

Стъпка 4. Магданозът и джодженът се измиват и нарязват на ситно. Разбъркват се с ориза.

Стъпка 5. В подходяща тава се слага агнето и се пълни с ориза.

Стъпка 6. Агнето се слага във фурната и се пече на 200 градуса за 30 минути, като през това време се полива със соса, който отделя. След това температурата се слага на 160 градуса. По време на печенето, агнето се обръща няколко пъти, като се обръща от двете страни. Пече се докато не стане готово 3 – 4 часа.

Дроб сарма



Необходими продукти:

- 500 грама бял дроб от агне,
- 500 грама черен дроб от агне,
- 2 литра вода,
- 1 чаена чаша ориз,
- 3 и ½ чаени чаши вода,
- 1 супена лъжица червен пипер,
- 2 глави лук,
- 5 супени лъжици олио,
- 1-2 стръка магданоз,
- 1-2 стръка пресен джоджен (или 3 щипки сух от пакет),
- 1 равна супена лъжица сол.

Необходими продукти за заливката:

- 3 яйца,
- 400 грама кисело мляко,
- 2 щипки сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Нарязват се на парченца белият и черният дроб. Слагат се в тенджера и се слага 2 литра вода. Варят се 35 минути.

Стъпка 2. Почиства се и се нарязва лукът. Слага се в тиган с 3 супени лъжици олио, за да се запържи за 5 минути. Разбърква се периодично. Добавя се червения пипер и се бърка още 30 секунди, след което се маха от котлона.

Стъпка 3. В тава се слагат 3 супени лъжици олио. Измива се и се нарязва на ситно магданозът и джодженът. Добавя се запърженият лук.

Стъпка 4. Дробът се прецежда и се слага в тавата.

Стъпка 5. Добавя се ориза, солта и 3 чаши и половина вода. Разбърква се и се слага тавата във фурната на 180 градуса за 30-40 минути до готовност на ориза.

Стъпка 6. В купичка се слагат яйцата киселото мляко и солта, и се разбърква. Залива се ориза.

Стъпка 7. Остава се тавата още 5-10 минути във фурната докато заливката стане златист цвят.

Агнешки ребърца в гювеч



Необходими продукти:

- 500 грама агнешко месо,
- 1 килограм картофи,
- 2 глави лук,
- 2 моркова,
- 100 милилитра бяло вино,
- 3 грама черен пипер,
- 1 чаена чаша вода,
- 50 грама масло,
- Сол.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Агнешкото месо се нарязва и се слага в гювеч.

Стъпка 2. Картофите, лукът и морковите се почистват и нарязват на едри парчета. Посоляват се и се разбъркват.

Стъпка 3. В гювеча се слага маслото, виното, черният пипер и водата. След което се добавят картофите, лука и морковите. Затваря се с капака.

Стъпка 4. Пече се във фурна на 180 градуса за 2 часа.

Агнешко с картофи



Необходими продукти:

- 1 килограм агнешко месо,
- 1 килограм картофи,
- 3 скилидки чесън,
- 1 глава стар лук,
- 2 моркова,
- 3 грама черен пипер,
- 1 супена равна лъжица сол,
- 3 грама кимион,
- 3 щипки куркума,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Нарязва се на големи парчета агнешкото месо и се слага в тенджерата, като се покрива с вода и се добавя солта. Вари се до готовност на месото.

Стъпка 2. След като се махне тенджерата от котлона, се изважда месото и се прецежда бульона.

Стъпка 3. Морковите се изчистват и нарязват на кръгчета. Лукът се изчиства и нарязва на едро. Скилидките чесън се нарязват на ситно.

Стъпка 4. Слага се в тиган олиото, чесънът, лукът и морковите и се оставя да се запържи за 5 минути, като се бърка, за да не загорят.

Стъпка 5. Картофите се обелват, измиват и нарязват на едро.

Стъпка 6. В тава се слагат запържените зеленчуци, картофите и агнешкото месо. Добавят се 2 чаени чаши от precedentия бульон и се добавят подправките. Разбърква се и се слага във фурната да се пекат на 180 градуса. Пече се докато омекнат картофите.

Задушено агнешко



Необходими продукти:

- 1 килограм агнешки дреболии (бял дроб, черен дроб, сърце),
- 2 глави лук,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 3 стръка магданоз,
- 150 милилитра бяло вино,
- 200 милилитра доматиен сок,
- 100 грама масло.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Дреболиите се измиват и се нарязват на парченца от 3-4 сантиметра.

Стъпка 2. Лукът се почиства и нарязва на ситно.

Стъпка 3. В тиган се разтапя маслото и се слага лукът и дреболиите, и се пържат на бавен огън, като се разбърква за 5 минути.

Стъпка 4. Добавя се солта, доматиеният сок и виното, и се разбъркват още веднъж, след което се прехвърлят в тава.

Стъпка 5. Пече се на 180 градуса, когато течността се изпари яденето е готово и се изважда от фурната.

Стъпка 6. Измива се и се нарязва на ситно магданоза. Поръсва се върху яденето.

Скара

Кюфтета



Необходими продукти:

- 600 грама свинска кайма,
- 400 грама телешка кайма,
- 2 яйца,
- 2 броя зелен лук,
- 1-2 стръка магданоз,
- 80 грама галета,
- 3 щипки черен пипер,
- 3 щипки кимион,
- 3 щипки чубрица,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 1 равна чаена лъжичка червен пипер,
- 100 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се смесват свинската и телешката кайма.

Стъпка 2. Лукът и магданозът се почистват и нарязват на ситно, като се добавят към каймата.

Стъпка 3. Добавят се яйцата, галетата, черният и червеният пипер, кимионът, чубрицата и солта.

Стъпка 4. Каймата се омесва добре, за да се смесят всички съставки.

Стъпка 5. Правят се кръгли кюфтета 7-8 сантиметра широки и 2 сантиметра дебелина

Стъпка 6. Пържат се на скара или в тиган се слага 100 милилитра олио, изчаква се да загрее и се слагат кюфтетата. Пържат се от двете страни по 2 минути или до кафяв загар.

Татарско кюфте



Необходими продукти:

- 600 грама свинска кайма,
- 400 грама телешка кайма,
- 1 глава лук,
- 1 люта чушка,
- 200 грама кашкавал,
- 1 супена лъжица червено вино,
- 2 щипки червен пипер,
- 2 щипки черен пипер,
- 2 щипки кимион,
- 2 щипки чубрица,
- ½ чаена лъжичка сода,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 50 грама мас.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Изчиства се и се нарязва на ситно лютата чушка и лука.

Стъпка 2. В дълбок съд се смесват двата вида кайма и се добавят подправките, содата и 1 лъжица червено вино. Добавя се нарязания лук и чушката. Омесва се каймата добре.

Стъпка 3. Реже се кашкавала на парченца 5 милиметра височина и 5 сантиметра широчина.

Стъпка 4. Взимат се по 2 топченца кайма и между тях се слага кашкавала. Трябва да се направят кръгли с широчина 10 сантиметра, като кашкавала не трябва да се вижда.

Стъпка 5. Пържат се на ската намазана с мас или в тиган, намазан с мас, се пържат кюфтета на слаб огън от двете страни докато придобият кафяв цвят.

Кебапчета



Необходими продукти:

- 500 грама свинска кайма,
- 100 грама сланина,
- 3 грама черен пипер,
- 3 грама кимион,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се слага каймата.

Стъпка 2. Сланината се нарязва на много ситно и се добавя към каймата.

Стъпка 3. Добавя се кимион, черен пипер и сол, и се омесва много добре.

Стъпка 4. Оформят се правоъгълници 2-3 сантиметра дебелина 10 сантиметра дължина.

Стъпка 5. В подгрян тиган се слага олиото и се пържат кебапчетата от 4те страни докато се получи кафяв нагар. Може да се изпържат и на скара.

Свинска вратна пържола



Необходими продукти:

- 300 грама свинска вратна пържола,
- 200 милилитра червено вино,
- 2 щипки сол,
- 2 щипки черен пипер,
- 2 щипки кимион,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В правоъгълен дълбок малък съд се слага червеното вино, сол, черен пипер и кимион. Сместа се разбърква.

Стъпка 2. Пържолата се начуква с чука и се слага в съда с виното.

Стъпка 3. Държи се една вечер в хладилника.

Стъпка 4. В не залепващ тиган (или на скара) се слага малко олио и се пече пържолата от двете страни по 5-10 минути в зависимост от котлона до придобиване на кафеникав цвят.

Болярско кюфте



Необходими продукти:

- 500 грама свинска кайма,
- 300 грама телешка кайма,
- 1 глава лук,
- 1 яйце,
- 3 грама черен пипер,
- 3 грама кимион,
- 1 чаена лъжичка червен пипер.

Необходими продукти за пълнежа:

- 70 грама кашкавал,
- 70 грама мариновани гъби.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В купичка се нарязват на ситно кашкавалът и маринованите гъби и се разбъркват добре.

Стъпка 2. В дълбок съд се слагат двата вида кайма, яйцето и подправките.

Стъпка 3. Лукът се почиства и нарязва на ситно, и се добавя към каймата.

Стъпка 4. Сместа се обърква добре.

Стъпка 5. Взима се топчица кайма разстила се в ръката, по средата се слага по малко от плънката и се завива на топка, която се натиска, за да се получи кръг с ширина от 10 сантиметра и дебелина от 3 сантиметра.

Стъпка 6. В тиган се слага малко олио и се пържат кюфтетата от двете страни до кафеникав цвят. Може да се изпържат и на скара.

Ястия от риба

Шаран в тесто (Рибник)



Необходими продукти:

- 3.5 килограма шаран,
- ½ чаена чаша ориз,
- 1 и ½ часни чаши вода,
- 1 морков,
- 1 червена чушка,
- 2 броя праз лук,
- 10 броя гъби,
- 20 грама стафиди,
- 2 щипки черен пипер,
- 1 равна чаена лъжичка сол + още 2-3 щипки за рибата,
- 3 супени лъжици олио,
- 2 лимона,
- 3 щипки червен пипер.

Необходими продукти за тестото:

- 2 чаени чаши брашно + брашно за поръсване,
- 2 яйца,
- 4 супени лъжици олио,
- 1 супена лъжица оцет,
- 2 щипки сол,
- 1 чаена чаша вода,

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Шаранът се измива и се почиства. Главата на рибата не се реже.

Стъпка 2. Черният пипер и солта се втриват в шарана.

Стъпка 3. Двата лимона се нарязват на кръгчета. В тава се слагат половината лимонени кръгчета на дъното, слага се шаранът върху тях, а другите се нареждат върху рибата. Така трябва да постои 1 час.

Стъпка 4. Оризът се слага в тенджерата, към него се добавят водата и солта, и се оставя да ври, докато е готов. След това се изсипва върху цедка и се измива със студена вода.

Стъпка 5. Празът, чушките, гъбите и морковът се почистват, измиват и нарязват на ситно.

Стъпка 6. В не залепващ тиган се слага олиото, празът, чушките, морковите и гъбите. Оставят се да се запържат за 5 минути. Разбърква се периодично. След това се добавя и оризът и стафидите, и се разбъркват. След още 5 минути се махат от котлона.

Стъпка 7. С ориза се пълни шарана.

Стъпка 8. В дълбок съд се пресява брашното на сито. Към него се добавя едното яйце и белтъка от другото (жълтъкът ще е нужен за намазване на шарана). Слага се олиото, оцета, солта и водата, и след това се омесва тестото.

Стъпка 9. На кухненския плот се поръсва с малко брашно, с точилка се разточва тестото.

Стъпка 10. В тестото се завива шарана.

Стъпка 11. В намазана с олио тава се слага шарана, като краищата на тестото се остават под рибата. Отгоре се намазва с жълтъка.

Стъпка 12. Пече се във фурната на 180 градуса, като тестото трябва да почервенеет – към 45 минути.

Стъпка 13. След като се извади тавата от фурната, се напръсква тестото с няколко капки вода.

Скумрия с домати на фурна



Необходими продукти:

- 2 скумрии,
- 2 глави лук,
- 6 супени лъжици олио,
- 500 грама нарязани домати от консерва,
- 1 равна чаена лъжичка сол,
- 2 щипки захар,
- 1 щипка риган,
- 2 скилидки чесън,
- 2 дафинови листа,
- 1 лимон.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Маха се главата на рибата, почиства се и се махат перките и опашката. Рибата се нарязва на части от 3-4 сантиметра широчина.

Стъпка 2. Лукът се почиства и нарязва на ситно. Чесънът се настъргва на ситно ренде.

Стъпка 3. В тиган се слага олиото, чесънът, лукът и солта, и се оставя да се запържи за 5 минути. Разбърква се периодично.

Стъпка 4. В тигана се добавят домати от консерва, захарта, риганът и дафиновите листа. Оставят се на тигана още една минута като се разбърква.

Стъпка 5. Прехвърля се соса в тава и се добавя рибата, като се разбърква, за да може всички парченца риба да са покрити с доматен сос.

Стъпка 6. Слага се във фурната и се пече на 180 градуса за 30 минути.

Стъпка 7. След като се сипе в чинии, се разрязва лимона и се добавя по малко лимон върху рибата според вкуса.

Печена скумрия



Необходими продукти:

- 3 скумрии,
- 1 глава лук,
- 800 грама домати от консерва,
- 1 лимон,
- 3 щипки копър,
- 6 щипки сол сол,
- 70 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Рибата се почиства и се махат вътрешностите, след което се измива.

Стъпка 2. Лимоните се режат на кръгчета.

Стъпка 3. Лука се почиства и се реже на кръгчета.

Стъпка 4. В тава за печене се слага олиото, изсипват се домати от консерва и отгоре се подрежда нарязаният на кръгчета лук.

Стъпка 5. Рибите се посоляват от двете страни, вътре се поръсват с щипка копър и се слагат нарязаните на кръгчета лимони.

Стъпка 6. Рибата се подрежда в тавата върху нарязаният лук.

Стъпка 7. Пече се в предварително нагрята фурна на 180 градуса за 30-35 минути.

Пълнен шаран за Никулден



Необходими продукти:

- 1 шаран около 2 килограма,
- 800 грама нарязани домати от консерва,
- 1 лимон,
- 4 глави лук,
- 1 морков,
- 2 скилидки чесън,
- 1 чаена лъжичка сол,
- 1 чаена лъжичка захар,
- 1 чаена лъжичка червен пипер,
- 3 щипки чубрица,
- 2 щипки черен пипер,
- 6 супени лъжици олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Шарана се почиства от вътрешностите и се махат люспите. След което се измива добре отвън и отвътре.

Стъпка 2. Изцежда се сока от лимона и се изсипва върху рибата. Посолява се отвътре и отвън. Завива се в кухненско фолио и се оставя да престои една вечер в хладилника.

Стъпка 3. Морковите и лукът се почистват и нарязват на ситно. Скилидките чесън се настъргват на ситно ренде.

Стъпка 4. В тиган се слагат 3 супени лъжици олио, лукът, чесънът и морковите. Запържват се за 5 минути, като се бъркат, за да не загорят.

Стъпка 5. В тигана се добавят нарязаните домати от консерва, сол, захар, червен пипер, черен пипер и чубрица. Постоява на огъня за още 1 минута.

Стъпка 6. В тава се слагат 3 супени лъжици олио и се намазва. Маха се фолиото от рибата и се слага в тавата. Добавя се соса от домати в рибата, с останалия сос се залива рибата.

Стъпка 7. Слага се във фурната да се пече на 180 градуса за 45 минути.

Риба магданозлия



Необходими продукти:

- 1 килограм риба - по ваш избор,
- 4 скилидки чесън,
- 2 връзки магданоз,
- 100 грама масло,
- 2 щипки черен пипер,
- 1 равна супена лъжица сол,
- 1 чаена чаша вода.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Рибата се измива и почиства. Маха се главата. Измива се добре отвътре и отвън, и се разрязва на 4 равни части.

Стъпка 2. След като рибата е нарязана, се поръсва с черен пипер.

Стъпка 3. Магданозът се измива и нарязва на ситно. Скилидките чесън се настъргват на ситно ренде.

Стъпка 4. В тиган се слага маслото и една чаена чаша вода. Остава се да заври и да се разтопи маслото, след което се добавя солта.

Стъпка 5. В тигана се слагат чесънът и магданозът за 3 минути, за да може да омекне магданоза.

Стъпка 6. Добавя се рибата. Яденето се готви 10-15 минути или докато е готова рибата.

Десерти

Тиквеник



Необходими продукти:

- 1 килограм почистена тиква,
- 300 грама захар,
- 1 портокал,
- 1 лимон,
- 100 грама орехи,
- 3 щипки канела,
- 50 милилитра олио,
- 100 грама масло.

Необходими продукти за корите:

- 800 грама бяло брашно,
- 500 милилитра вода,
- ½ чаена лъжичка сода,
- 1 щипка сол,
- 2 чаени лъжички оцет.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. За тестото – брашното трябва да се пресее през сито, за да станат по хубави корите. Пресейте го в голяма тава.

Стъпка 2. След това се оформя дупка по средата и се добавя вътре солта, содата и оцетът, а след това по малко вода, меси се. Течността се добавя така, че да се получи меко и еластично тесто.

Стъпка 3. За хубаво тесто са необходими поне 15-20 минути месене, така ще се получи най-добър резултат.

Стъпка 4. Няколко пъти се удря тестото в масата, за да премахнете излишния въздух. След това се оформя продълговата дебела лента и се нарязва на парчета от около десетина сантиметра.

Стъпка 5. Поръсва се с брашно върху кухненският плот и се разточва тестото с точилка.

Стъпка 6. За тиквеника – настъргва се тиквата или парчетата тиква на едро ренде.

Стъпка 7. Измива се портокала и лимона и се настъргва кората им на ситно ренде.

Стъпка 8. В тенджера се слага маслото да се разтопи. Добавя се настърганата тиква, канелата, захарта, орехите и настърганите кори от портокала и лимона. Разбърква се.

Стъпка 9. Тенджерата стои на котлона, като се разбърква тиквата до омекване - 20-30 минути. След това се маха тенджерата от котлона, за да може да изстине.

Стъпка 10. Разточените кори се мажат със сместа от тиквата и се навиват на руло.

Стъпка 11. В тава намазана с олио се нареждат в кръг получените рула. След което се слагат във фурната на 180 градуса за 40-50 минути докато не почервенеят корите. След като се извади тавата от фурната се поръсва с няколко капки вода и се изчаква да изстине.

Реване



Необходими продукти:

- 2 чаени чаши брашно,
- 1 чаена чаша захар,
- 5 яйца,
- 250 милилитра прясно мляко,
- 5 супени лъжици вода,
- 7 грама бакпулвер.

Необходими продукти за сиропа:

- 3 чаени чаши вода,
- 2 чаени чаши захар,
- 1 ванилия.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. За сиропа – в тенджера се слага водата, захарта и ванилията. Слага се на котлона да заври и се разбърква докато захарта се разтопи. Маха се тенджерата от котлона и се оставя да изстине.

Стъпка 2. За сладкиша – яйцата и захарта се слагат в дълбок съд и се разбиват докато бучките захар се стопят.

Стъпка 3. Добавя се прясното мляко, водата, бакпулвера и брашното, и се разбиват с миксера.

Стъпка 4. Тава се намазва с олио и сместа се изсипва в нея.

Стъпка 5. Пече се във фурна на 180 градуса докато блата почервенее.

Стъпка 6. Оставя се да изстине. След това се полива със студеният захарен сироп и се оставя да престои една вечер в хладилника.

Мляко с ориз



Необходими продукти:

- 1 и ½ часни чаши ориз,
- 1 литър мляко,
- 1 чаена чаша вода,
- 1 чаена чаша захар,
- 1 ванилия,
- канела на вкус.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тенджера се слага водата и захарта и се вари до разтопяване на захарта.

Стъпка 2. Добавя се оризът и се бърка. Когато в тенджерата почти не е останала вода, се добавя 1 литър мляко и ванилията.

Стъпка 3. Готви се до сваряване на ориза.

Стъпка 4. След като се махне от котлона се разпределя по чашки, като отгоре се поръсва с канела.

Ябълков кекс



Необходими продукти:

- 3 яйца,
- 2 и ½ чаени чаши брашно,
- 1 чаена чаша захар,
- 1 чаена чаша кисело мляко,
- 3 ябълки,
- ½ чаена чаша олио + 50 милилитра за намазване на формата,
- 1 ванилия,
- 1 равна чаена лъжичка канела,
- 1 бакпулвер,
- 50 грама пудра захар.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се счупват яйцата и се слага захарта. Бърка се с миксера докато бучките захар се разтопят.

Стъпка 2. Добавя се олиото и киселото мляко и се разбърква още веднъж.

Стъпка 3. Пресява се брашното в сито. В отделен съд и се добавят бакпулвера, ванилията и канелата и се разбърква.

Стъпка 4. Ябълките се обелват и настъргват на едро ренде.

Стъпка 5. Добавя се по малко брашно в яйцата с кисело мляко и се бърка. Повтаря се процеса докато брашното свърши. След това се слагат ябълките и се разбърква още веднъж.

Стъпка 6. Намазва се форма за кекс с олио и се изсипва сместа вътре.

Стъпка 7. Пече се в предварително нагрята фурна на 180 градуса за 40-45 минути.

Стъпка 8. След като се извади кекса от фурната се обръща в подходяща чиния, изчаква се да изстине малко и се поръсва с пудра захар.

Боровинков кекс



Необходими продукти:

- 3 яйца,
- 1 чаена чаша захар,
- 1 и ½ чаени чаши брашно,
- 200 грама кисело мляко,
- 100 милилитра олио,
- 1 ванилия,
- 1 бакпулвер,
- 1 супена лъжица царевично нишесте,
- 200 грама боровинки.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Боровинките се измиват и изцеждат. Поръсват се с 1 супена лъжица царевично нишесте и се разбъркват внимателно.

Стъпка 2. В дълбок съд се счупват яйцата и се добавя захарта. Разбиват се с миксера докато не се стопи захарта.

Стъпка 3. Добавя се киселото мляко, 50 милилитра олио и ванилията и се разбърква.

Стъпка 4. Брашното се пресява в сито и се добавя към него бакпулвера, след което се разбърква.

Стъпка 5. Изсипва се по малко от брашното при яйцата, като се бърка постоянно с миксер.

Стъпка 6. Намазва се форма за кекс с 50 милилитра олио и се изсипва половината смес. Разпределят се боровинките във формата и отгоре се изсипва другата половина от сместа.

Стъпка 7. Пече се в предварително нагрята фурна на 190-200 градуса за 40-45 минути.

Стъпка 8. След като кекса е готов се обръща в подходяща чиния за сладкиши.

Курабийки



Необходими продукти:

- 700 грама брашно,
- 5 яйца,
- 1 чаена чаша кисело мляко,
- 1 чаена чаша захар + 50 грама захар за поръсване,
- 6 супени лъжици олио + 50 милилитра за тавата,
- 1 чаена лъжичка сода.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се разбиват яйцата (като единият жълтък се запазва в чашка), добавя се захарта и се разбива с миксера.

Стъпка 2. В киселото мляко се разбърква содата и се изсипва към яйцата, добавя се олиото и се разбърква.

Стъпка 3. Пресява се в сито брашното и се добавя към сместа. Меси се с ръце, за да се получи тесто без бучки.

Стъпка 4. Намазва се една тава с олио и вътре се поставят направените топченца от тестото, големи, колкото орех.

Стъпка 5. Намазват се с жълтъка и се поръсват със захар.

Стъпка 6. Слагат се да се пекат във фурната на 190 градуса докато топченцата станат златист цвят.

Ябълков десерт



Необходими продукти:

- 2 ябълки,
- 3 яйца,
- 1 чаена чаша брашно,
- 2 чаени чаши захар,
- 125 грама масло,
- 1 бакпулвер.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В тавичка се нарежда предварително нарязаното на кубчета масло и се добавя 1 чаена чаша захар. Слага се на котлона и се бърка до получаване на карамелен цвят.

Стъпка 2. Ябълките се обелват и нарязват на тънки полумесеци, и се редят в тавичката с карамела.

Стъпка 3. В съд се счупват яйцата и се добавя захарта. Бърка се докато захарта се разтопи.

Стъпка 4. Брашното се пресява и се слага в яйцата заедно с бакпулвер и се разбърква с миксера. Сместа се изсипва внимателно в тавичката.

Стъпка 5. Пече се във фурната на 190 градуса до златисто-червен цвят.

Стъпка 6. След като се извади от фурната, се обръща в подходяща чиния за сладкиши.

*За украса може да се добави сладкарска сметана.

Староградски десерт



Необходими продукти:

- 1 литър прясно мляко,
- 500 грама захар,
- 1 чаена чаша ориз,
- 3 и ½ чаени чаши вода,
- 1 ванилия,
- 20 грама ванилово нишесте,
- 50 грама стафиди,

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Стафидите се накисват в чаша пълна с вода за 2 часа.

Стъпка 2. Оризът се измива, слага се в тенджерата с вода и се вари около 20-25 минути.

Стъпка 3. Нишестето се разбърква в прясното мляко заедно с 250 грама захар и се добавя към ориза. Добавят се и стафидите. Вари се докато се сгъсти малко течността – 5-10 минути в зависимост от котлона.

Стъпка 4. В тенджерка се разтопява другата захар до карамелен цвят и се налива в купички.

Стъпка 5. След това оризът с млякото се разсипва в купичките и се оставя да изстине. След това може да се сложи и в хладилника.

Коледен десерт



Необходими продукти:

- 6 белтъка,
- 1 супена лъжица брашно,
- ½ чаена чаша захар,
- 50 милилитра олио,
- 2 щипки канела,
- 100 грама сушени кайсии без костилка,
- 100 грама орехи,
- 100 грама сушени сини сливи.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Сушените кайсии, орехите и сушените сини сливи се нарязват на ситно и се разбъркват в купа.

Стъпка 2. Белтъците се разбиват докато се получи бяла пухкава смес, след което се добавя по малко захар и се бърка с миксера. Добавят се 2 щипки канела и една лъжица брашно към десерта. Разбърква се и се добавят нарязаните орехи и сушените плодове докато се бърка.

Стъпка 3. Малка тавичка се намазва с олио и се излива сместа вътре.

Стъпка 4. Пече се във фурна на 160 градуса за 20-30 минути.

* Може да се поръси с кокосови стърготини за украса.

Плодови бонбони



Необходими продукти:

- 100 грама сушени кайсии,
- 100 грама сушени сини сливи,
- 100 грама фурми,
- 2 супени лъжици мед,
- 50 грама кокосови стърготини.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Сушените плодове и фурмите се нарязват на ситно и се слагат в купа. Покриват се с вода. Престояват така 2 часа след което се прецеждат.

Стъпка 2. В дълбока купа се слагат нарязаните сушени плодове, 2 супени лъжици мед и се пасират с блендер. Получава се гъста смес.

Стъпка 3. В чиния се сипват кокосовите стърготини.

Стъпка 4. От сместа се правят топчета, колкото орех и се овалват в кокосовите стърготини. Слагат се в хладилника за минимум 2 часа.

Лимонов десерт



Необходими продукти:

- 1 чаена чаша лимонов сок,
- 1 чаена чаша вода,
- 1 лимон,
- 200 грама захар,
- 3 супени лъжици желатин,
- 1 ванилия,
- 100 грама готварска сметана,
- 2 лъжици мед.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Лимонът се измива и се нарязва на тънки кръгчета.

Стъпка 2. В тенджера се слага водата, лимоновия сок, ванилията и захарта. Вари се докато захарта се стопи. Прибавя се желатина и се разбърква.

Стъпка 3. В прозрачни купички се слага по едно кръгче от нарязания лимон и се залива с желето, слага се в хладилника, за да се стегне.

Стъпка 4. В купа се слага сметаната и се разбива с миксер докато се стегне (като се обърне купата не трябва да тече), добавя се мед и се разбърква още малко. С крема се украсяват купичките.

*Трябва да се прочете на пакетчето от желатин правилната дозировка – при различните производители се разминава.

Боровинков десерт



Необходими продукти:

- 125 грама крема сирене,
- 200 кисело мляко,
- 1 супени лъжици мед,
- 10 грама ванилова захар,
- 100 грама боровинки.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се разбиват с миксер крема сиренето, ваниловата захар, меда и киселото мляко.

Стъпка 2. Добавят се половината боровинки и се разбърква се лъжица, за да не се наранят плодовете.

Стъпка 3. Слага се сместа в 2 чаши и отгоре се поръсват с другата част от боровинки.

Тиквен десерт



Необходими продукти:

- 1 тиква,
- 1 чаена чаша захар,
- 5 грама канела,
- 3 супени лъжици вода,
- 50 милилитра олио.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Тиквата се измива и нарязва на парчета, като се почисти отвътре. (Не се махат корите на тиквата)

Стъпка 2. Тава се намазва с олио и се слагат парчетата тиква вътре. Слагат се 3 супени лъжици вода в тавата.

Стъпка 3. Парчетата тиква се поръсват със захар и канела.

Стъпка 4. Тавата се слага във фурната и се пече на 160 градуса за 50 минути или докато тиквата омекне. След което се изважда и се оставя да изстине.

Новогодишен десерт



Необходими продукти:

- 300 грама масло,
- 50 милилитра олио,
- 350 грама захар,
- 350 грама брашно,
- 6 яйца,
- 50 грама пудра захар,
- 1 бакпулвер,
- 100 милилитра ром,
- 500 грама сушени плодове (сливи, боровинки, кайсии, пъпеш, маракуя, сини сливи, ананас),
- 1 чаена лъжичка карамфил,
- 1 портокал,
- 1 лимон.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Сушените плодове се нарязват на ситно и се поливат с ром, за да престоят 2 часа. След това ако има останал ром се прецеждат плодовете.

Стъпка 2. Маслото се разтопява, към него се добавят яйцата и захарта, и се разбива с миксер докато не се стопи захарта.

Стъпка 3. Лимонът и портокалът се изцеждат, а корите им се настъргват на ситно ренде и се добавят към маслото и яйцата.

Стъпка 4. Брашното се пресява в сито при яйцата и маслото. Добавя бакпулвера и карамфила. Разбърква се, като се махнат бучките на брашното. Добавят се сушените плодове и се разбърква още веднъж.

Стъпка 5. Тавичка се намазва с олио и се изсипва сместа вътре. Пече се в предварително нагрятата фурна на 160 градуса за 40 минути или до почервяване на тестото. Може да се тества с клечка за зъби - ако се забодне в кекса и се извади и няма нищо полепнало значи е готово.

Стъпка 6. Изважда се от фурната и се оставя да изстине, след което се поръсва с пудра захар.

Бонбонени таралежчета



Необходими продукти:

- 1 пакет ванилови бисквити,
- 250 грама сладко от смокини,
- 100 грама орехи,
- 100 грама кокос.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Бисквитите се правят на парчета и се пасират с кухненски блендер, за да станат на трохи.

Стъпка 2. Сладкото се пасира с блендер.

Стъпка 3. В дълбок съд се смесват бисквитите, сладкото и орехите, и се бърка до лепкава смес.

Стъпка 4. В чиния се слага кокосът.

Стъпка 5. От сместа се правят топчета с големината на орех и се овалват в кокоса.

Стъпка 6. Слагат се в хладилник за поне два часа.

Класически какаов десерт



Необходими продукти:

- 4 яйца,
- 400 грама кисело мляко,
- 6 лъжици олио + 50 милилитра за намазване на тавата,
- 1 чаена чаша захар,
- 1 равна супена лъжица какао,
- 1 бакпулвер,
- 1 ванилия,
- 2 и ½ чаени чаши брашно.

Необходими продукти за заливката:

- 200 грама масло,
- 3 супени лъжици какао,
- 3 супени лъжици захар.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се счупват яйцата и се добавя захарта, разбива се с миксер, докато се стопи захарта.

Стъпка 2. Добавя се млякото, олиото, ванилията и се разбърква, след това се пресява брашното в сито и се добавя бакпулвера като се бърка докато не останат бучки. След като сместа е готова, се добавя 1 супена лъжица какао и се разбърква още веднъж.

Стъпка 3. Намазва се тава с олио и се изсипва сместа вътре. Пече се на предварително нагрята на 180 градуса фурна за 30 минути или се тества с клечка за зъби – ако се забодне в тестото и се извади, и няма нищо полепнало, значи тестото е готово и се изважда.

Стъпка 4. В малка тенджера се слага маслото, захарта и какаото. Бърка се постоянно докато се разтопи захарта. С тази смес се залива блата. Изчаква се да изстине и може да се сервира.

*За украса може да се добави сладкарска сметана.

Десерт с грис



Необходими продукти:

- 1 чаена чаша грис,
- 100 грама масло,
- 100 грама сусам,
- 100 грама стафиди,
- 50 грама орехи,
- 1 и ½ чаени чаши вода,
- 1 портокал.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В купичка се слагат стафидите и се добавя вода да ги покрие, и се оставят 2 часа, за да може да попият водата.

Стъпка 2. Сокът на портокала се изцежда, а кората му се измива и настъргва на ситно ренде.

Стъпка 3. В тенджера се слага водата, маслото, портокаловият сок и кори, и се оставя да заври. След като заври се добавя по малко от гриса и се бърка постоянно, докато се сгъсти. Добавят се орехите, стафидите и сусама. Разбърква се.

Стъпка 4. Разпределя се в прозрачни чаши гриса и се оставя да изстине.

Бисквитен десерт



Необходими продукти:

- ½ пакет бисквити “Закуска”,
- 100 грама масло,
- 100 грама сладкарска сметана,
- 100 грама сметана с масленост 40%,
- 100 грама крема сирене,
- 1 малко бурканче сладко от ягоди.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В дълбок съд се слага сметана и се разбива до сгъстяване с миксера (трябва като се обърне купата, да не се разтича), след това се добавя сметаната и крема сиренето и се разбърква, за да стане гладка смес, без бучки.

Стъпка 2. Натрошават се бисквитите в блендера да станат почти на прах и се изваждат в купа. Разтопява се маслото и се слага при бисквитките. Разбърква се добре, за да се получи лепкава смес.

Стъпка 3. В чаши за вино се слагат по 1-2 супени лъжици от сместа на бисквитите. С лъжица се разпределя, за да се получи равна хоризонтална основа. Отгоре се изсипва от сметаната и се слага по 1 супена лъжица сладко.

Бисквитена торта



Необходими продукти:

- 1 голям пакет бисквити “Закуска”,
- ½ чаена чаша захар,
- 1400 милилитра прясно мляко,
- 200 милилитра вода,
- 2 пакетчета ванилово нишесте.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. В не залепваща тенджера се слага 1200 милилитра мляко, захарта и се оставя да заври, като се разбърква от време на време, за да не загори.

Стъпка 2. В чаша се слага 200 милилитра вода и двете пакетчета нишесте, като се разбърква.

Стъпка 3. Вземат се 5 от бисквитите и се натрошават в блендер.

Стъпка 4. След като млякото заври, се слага водата с нишестето на тънка струя и се бърка докато млякото се сгъсти. След като се сгъсти се маха от котлона.

Стъпка 5. В купичка се слагат 200 милилитра мляко и се затопля в микровълнова или на печката. Взема се тавичка, и се топят бисквитите в млякото за няколко секунди – не трябва да се разпаднат. Подреждат се ред бисквити в тавата и се излива половината течност с нишестето, като се разнася с лъжица равномерно навсякъде. След това се прави още един ред с предварително натопени бисквити с мляко и се излива другата половина мляко с нишестето. Остава се да изстине, след това се поръсва с натрошените бисквити. Прибира се в хладилника за поне два часа, за да може да се сгъсти.

Грис халва



Необходими продукти:

- 1 чаена чаша грис,
- 2 чаени чаши вода,
- 1 чаена чаша захар,
- 2 супени лъжици розова вода,
- 125 грама масло,
- 30 грама олио,
- Канела за поръсване,
- 1 лимон.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Настъргва се на ситно ренде кората на лимона.

Стъпка 2. В тенджера се слага, водата, захарта, лимонените кори и розовата вода. Слага се тенджерата на котлона и се изчаква да заври.

Стъпка 3. След като заври водата, се слага маслото и се изчаква да се разтопи. Сипва се по малко от гриса и се бърка постоянно, докато се сгъсти.

Стъпка 4. В тава се слага малко олио и се размазва по тавата. Излива се сгъстената грис халва вътре. Изчаква се да изстине и се поръсва с канела (Може да се ползват и малки купички, така ще е разделено на порции).

Сладка и сиропи

Сладко от смокини



Необходими продукти:

- 3 килограма смокини,
- 1 килограм захар,
- ½ чаена чаша вода,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина,
- 7-10 бурканчета (в зависимост от тяхната големина).

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Измиват се смокините и се слагат в голяма тенджера.

Стъпка 2. При тях се добавя захарта и водата.

Стъпка 3. Сладкото се вари 1 час 30 минути приблизително. Разбъркват се смокините от време на време внимателно, за да не се смачкат.

Стъпка 4. Добавя се лимонената киселина и се вари още 2-3 минути.

Стъпка 5. Сладкото се разпределя в бурканчетата и се затваря. Обръща се с капачката към плота, докато изстинат, за да може да се запечатат.

Мармалад от сини сливи



Необходими продукти:

- 3 килограма сини сливи,
- 1 килограм захар,
- 1 портокал,
- 200 милилитра вода,
- 250 грама натрошени орехи,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина,
- 7-10 бурканчета в зависимост от размера.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Сливите се измиват и разрязват на две по дължина и се изважда костилката.

Стъпка 2. На портокала му се сваля кората и от обелката на кората се маха бялата част, така че да остане само оранжевото. Слага се в малка купичка и се добавя 100 милилитра вода. Вари се 5 минути. След което се реже на мънички резенчета дълги 2-3 милиметра и широки 1 сантиметър.

Стъпка 3. В голяма тенджера се слага 100 милилитра вода, сините сливи и 1 килограм захар, изсипват се орехите и се добавят резените от портокалова кора. Разбърква се.

Стъпка 4. Ври в продължение на 1 час, като от време на време се разбърква. Добавя се след това лимонената киселина и ври още 1 минута.

Стъпка 5. След като се махне от котлона, се пасира с пасатор, и се налива в малки бурканчета. След като се затворят, се обръщат с капачката надолу към плота, за да се запечата докато изстинат.

Мармалад от шипка



Необходими продукти:

- 2 килограма шипка,
- 700 грама захар,
- 100 милилитра вода,
- 5-6 бурканчета в зависимост от големината,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Шипките се измиват добре и се слагат в тенджера. Налива се вода 3 сантиметра над шипките.

Стъпка 2. Вари се 1 час и половина. Сваля се от котлона и се оставя сместа да изстине.

Стъпка 3. През сито за брашно се взима от шипките по една-две шепи и се втриват в сито, за да се получи пюре.

Стъпка 4. Слага се отново на котлона докато заври. Като заври се маха от котлона, оставя се да изстине и пак се повтаря процедурата със ситото. Оставя се 1 вечер сместа да престои, за да може да се стегне.

Стъпка 5. При шипките се налива 100 милилитра вода и се добавя захарта. Разбърква се и се оставя да ври докато се стегне, сладкото става гъста смес.

Стъпка 6. След като се сгъсти, се слага лимонената киселина и се оставя да ври още една минута.

Стъпка 7. След като се махне от котлона, се налива в малки бурканчета. След като се затворят, се обръщат с капачката надолу към плота, за да се запечата докато изстинат.

Сладко от ябълки



Необходими продукти:

- 2 килограма жълти ябълки,
- 500 грама захар,
- 100 милилитра вода,
- 7-8 бурканчета,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Ябълките се измиват и се обелват. След което се стържат на едро ренде.

Стъпка 2. Ябълките се слагат в тенджерата и се добавя захарта и 100 милилитра вода. Разбърква се. Остава се да ври един час и половина, като междуременно се разбърква.

Стъпка 3. Добавя се лимонената киселина към ябълките и се оставя да ври още 1 минута.

Стъпка 4. След като се махне от котлона се налива в малки бурканчета. След като се затворят, се обръщат с капачката надолу към плота, за да се запечата докато изстинат.

Сладко от дюли



Необходими продукти:

- 1 килограмм дюли,
- 500 грама захар,
- 1 чаена равна лъжичка канела,
- 3 чаени чаши вода,
- 3-4 бурканчета,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Дюлите се измиват и се стържат на едро ренде. Обелките и вътрешността не се изхвърлят, с тях се прави конфитюр.

Стъпка 2. Дюлите се слагат в тенджерата, добавя се водата и захарта. Варят се 2 часа. Разбърква се от време на време.

Стъпка 3. Добавя се канелата.

Стъпка 4. След като се сварят, се добавя лимонена киселина и се вари още 1-2 минути.

Стъпка 5. След като се махне от котлона, се налива в малки бурканчета. След като се затворят, се обръщат с капачката надолу към плота, за да се запечата докато изстинат.

Конфитюр от дюли



Необходими продукти:

- Обелки и средата на дюлите,
- Вода (в зависимост от количеството обелки на дюли),
- Захар (на 2 литра течност се слага 1 килограм захар),
- 3-4 бурканчета,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Обелките от дюли се слагат в тенджерата и се добавя вода да е 3-4 сантиметра над обелките от дюли.

Стъпка 2. Оставят се да се варят 45-50 минути.

Стъпка 3. След като се махне тенджерата от котлона, се махат обелките и се прецежда течността. Измерва се колко течност има. Слага се 2:1 - на 2 литра течност се слага 1 килограм захар.

Стъпка 4. Слага се на котлона да се вари до сгъстяване. Като се капне капка от течността върху порцеланова чиния, не трябва да се разтича.

Стъпка 5. Добавя се лимонената киселина и се оставя още 1-2 минути да ври.

Стъпка 6. След като се махне от котлона, се налива в малки бурканчета. След като се затворят, се обръщат с капачката надолу към плота, за да се запечатат докато изстинат.

Ментово сладко



Необходими продукти:

- 500 грама мента,
- 500 грама захар,
- 1 чаена чаша вода,
- 2-3 бурканчета,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Измиват се листата от мента и се слагат в тенджера. Към листата се добавят 250 грама захар, две супени лъжици вода и лимонената киселина. Остава се да престои една вечер, за да се пусне сок.

Стъпка 2. На следващия ден се прецежда сокът, който е отпуснала ментата.

Стъпка 3. В тенджера се слагат 250 грама захар и една чаша вода. Остава се да ври на котлона докато се сгъсти течността.

Стъпка 4. След като течността се е сгъстила, се добавя сокът от мента и се вари още 5 минути.

Стъпка 5. След като се махне от котлона, се налива в малки бурканчета. След като се затворят, се обръщат с капачката надолу към плота, за да се запечатат докато изстинат.

Сладко от череши



Необходими продукти:

- 1 килограмм череши,
- 600 грама захар,
- 700 милилитра вода,
- 5-6 бурканчета,
- 1 ванилия,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Черешите се измиват и почистват от дръжките.

Стъпка 2. Със сламка се изваждат костилките.

Стъпка 3. В тенджерата се изсипват черешите, ванилията, водата и захарта.

Стъпка 4. Вари се до сгъстяване на сладкото – около един час.

Стъпка 5. Добавя се лимонената киселина и се оставя още 1-2 минути да ври.

Стъпка 6. След като се махне от котлона, се налива в малки бурканчета. След като се затворят, се обръщат с капачката надолу към плота, за да се запечатат докато изстинат.

Портокалов конфитюр



Необходими продукти:

- 10 портокала,
- 2 лимона,
- 2 килограма захар,
- 5-6 бурканчета,
- ½ литър вода,
- 1 чаена лъжичка лимонена киселина.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Портокалите се обелват, а вътрешността им се почиства от люспите и се нарязва на кубчета.

Стъпка 2. Лимонената кора се настъргва на ситно ренде – само жълтата част. След което се слагат в тенджерата с вода и се оставят да се варят 30 минути. След като се махне тенджерата от котлона, се прецежда на ситна цедка, така че да останат само лимонените кори. Оставят се в цедката да се изцеждат.

Стъпка 3. Нарязаният портокал се слага в тенджерата и се залива със захарта. Остава се да престои една нощ в хладилника.

Стъпка 4. На следващият ден в тенджерата с портокала се добавят лимонените кори, ½ литър вода и се вари докато течността се сгъсти.

Стъпка 5. Докато се вари се получава бяла пяна, която се почиства с лъжица.

Стъпка 6. Ври в продължение на час – час и половина, в зависимост каква гъстота се иска да се постигне. Когато се вземе с лъжичка от портокаловият конфитюр и се капне върху порцеланова чиния, той не трябва да се разтича.

Стъпка 7. Добавя се лимонената киселина и се вари още 2-3 минути.

Стъпка 8. След като се махне от котлона, се налива в малки бурканчета. След като се затворят, се обръщат с капачката надолу към плота, за да се запечатат докато изстинат.

Сок от ябълки



Необходими продукти:

- 15 жълти ябълки,
- ½ килограм захар,
- 1 литър вода,
- 1-2 стъклени шишета с капачка на резба,
- 1 лимон.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Ябълките се обелват и се стържат на едро ренде.

Стъпка 2. Лимона се обелва и се нарязва на малки парченца.

Стъпка 3. В тенджера се слага водата и захарта и се оставя да ври, докато не се разтвори напълно захарта. След като се разтвори захарта, се добавят ябълките и нарязаният лимон.

Стъпка 4. Вари се 20 минути, след което се маха от котлона.

Стъпка 5. Прецежда се през цедка течността и се налива в бутилки, след което се прибира в хладилника.

*Ако се остави в топла стая ще ферментира и ще се получи домашен оцет ☐

Когато се консумира се сипва от течността в чаша и се разрежда с вода.

Сок от къпини



Необходими продукти:

- 1 килограм къпини,
- Вода,
- 1-2 стъклени бутилки с капачка,
- 250 грама захар.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Къпините се слагат в тенджера. Налива се вода, която да е 1 сантиметър над къпините. Слага се на котлона и се изчаква да заври. След като заври, се изчакват 2-3 минути и се маха от котлона.

Стъпка 2. Изчакват се къпините да изстинат и се претриват през ситно сито.

Стъпка 3. Към получената смес се добавят 2 часни чаши вода и захарта.

Стъпка 4. Слага се на котлона да заври. След това се сваля от котлона и се налива сока в бутилки.

Стъпка 5. Когато ще се консумира, сокът се разрежда с вода по ваш вкус.

Компот от ягоди



Необходими продукти:

- 3 килограма ягоди,
- 3 супени лъжици захар на буркан,
- Топла вода,
- 5-6 буркана по 550 милилитра стъклени с капачка.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Измиват се добре ягодите и се махат дръжките.

Стъпка 2. Напълват се бурканите до половината с ягоди и се слагат по 3 супени лъжици захар във всеки буркан.

Стъпка 3. Налива се в бурканите с ягодите топла вода 2 сантиметра под отвора на буркана.

Стъпка 4. Затварят се бурканите. Поставят се в голяма тенджера и се покриват с вода. Оставят се да се варят 15 минути.

Стъпка 5. Изваждат се бурканите и се поставят с капачката надолу към плота.

Стъпка 6. След като изстинат, може да се приберат в шкаф или на студено.

Компот от праскови



Необходими продукти:

- 5 килограма праскови,
- 2 килограма захар,
- Вода,
- Пресни листа от индрише (по 1 в буркан),
- 10 буркана по 550 милилитра стъклени с капачка.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Прасковите се измиват и обелват. Разрязват се на 6-8 равни части, като се маха костилката.

Стъпка 2. Листата от индрише се измиват внимателно, за да не се наранят.

Стъпка 3. В бурканите се пълни по 2-3 супени лъжици захар и се слага по 1 индрише. Слагат се от нарязаните праскови до половината на буркана.

Стъпка 4. Налива се в бурканите с праскови топла вода 2 сантиметра под отвора на буркана.

Стъпка 5. Затварят се бурканите и се поставят в гляма тенджера. Заливат се с вода. Оставят се да се варят 20 минути.

Стъпка 6. Изваждат се бурканите и се поставят с капачката надолу към плота.

Стъпка 7. След като изстинат, може да ги приберете в шкаф или на студено.

КОМПОТ ОТ СИНИ СЛИВИ



Необходими продукти:

- 5 килограма сини сливи,
- 1 килограм захар,
- Вода,
- 10 буркана по 550 милилитра стъклени с капачка.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Сините сливи се измиват добре и се режат на 4 части. Махат се костилките.

Стъпка 2. В тенджера се слага водата и захарта. Ври докато не се разтвори напълно захарта.

Стъпка 3. В бурканите се пълнят сините сливи до половината и се заливат със захарната вода. Водата трябва да е 2 сантиметра под нивото на капачката.

Стъпка 4. Слагат се капачките.

Стъпка 5. Слагат се в голяма тенджера и се покриват с вода. Варят се 20 минути.

Стъпка 6. Изваждат се бурканите и се поставят с капачката надолу към плота.

Стъпка 7. След като изстинат може да се приберат в шкаф или на студено.

Боза



Необходими продукти:

За бозата

- 2 чаени чаши брашно,
- 5 литра хладка вода,
- 2 чаени чаши захар,
- 6-7 бутилки по 1 литър.

Закваска

- 1 чаена чаша вода,
- 1 чаена лъжица захар,
- 2 супени лъжици брашно.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. За закваската се смесват в по-голяма купичка водата, захарта и брашното. Разбърква се добре, за да може брашното да се разбие и да стане гладка смес. Остава се за 2-3 дена, за да може да ферментира.

Стъпка 2. За бозата – загрява се фурната на 180 градуса. Слагат се 2 чаени чаши брашно в тавата и се разпръсква. Слага се тавата във фурната и се разбърква. Трябва брашното да стане кафяв цвят, но не трябва да загори.

Стъпка 3. След като брашното е готово се изсипва в тенджера, за да изстине. Налива се вътре една чаена чаша вода и се разбърква с миксера. Долива се на бавна струя и останалото количество вода. Сместа трябва да е гладка без бучки.

Стъпка 4. След това се слага на котлона тенджерата и се добавя захарта.

Стъпка 5. Трябва да ври 5 минути, като се бърка непрекъснато. След това тенджерата се маха от котлона и се оставя да изстине.

Стъпка 6. Добавя се закваската и се разбърква. Получената боза се оставя 2-3 дена в топла стая, за да може да ферментира.

Стъпка 7. Бозата се налива след това в бутилки и се съхранява в хладилник.

Бонус

Как се прави Българската ракия

Кратка история на ракията:

“Ракия” е думата за вид бренди, което се прави от различни плодове. Тя е типично Българско питие, което в повечето случаи се прави от ароматни сортове грозде. Макар да се счита за един продукт, тя се произвежда по различен начин в различните райони, с различни съставки и начини за дестилиране.

Първоначалните данни за производство на ракия в България датират от 11 век, с откриването на фрагмент от съд, използван за направата и. Някои историци считат, че тя е възникнала в България, дали е така няма как да сме сигурни. Други историци смятат, че е възникнала през 16 век използвайки записи и книги за това твърдение. Без значение, кое е вярно в България тя се използва от стотици години с най-различни цели. Използва се и като народно средство за лекуване на различни болести и температура.

Видове ракия:

В България се произвеждат различни видове ракия:

- Гроздова ракия (най-разпространената ракия)
- Плодова ракия (За нея се използва някой от следните плодове: кайсии, сливи, праскови, круши, дюли и смокини)
- Ракия за ритуали (Още от ранното Християнство в България на погребенията се е раздавало питка и ракия. С ракия се е поливал гроба на покойника)

Как се прави кайсиена ракия:

Необходими продукти

- 12 килограма узрели кайсии,
- 1 и ½ килограм захар,
- 10 литра вода.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Измиват се и се почистват кайсиите, махат се костилките и се смесват / пасират на пюре. Поставят се в бидон.

Стъпка 2. Добавя се към тях захарта и водата, и се разбърква.

Стъпка 3. Сместа в бидона се бърка 2-3 пъти на ден докато ферментира 12-16 дена.

Стъпка 4. Сместа се дестилира поне 2 пъти, като градусите на ракията трябва да са поне 37.

Как се прави Българското кисело мляко

История на киселото мляко:

Киселото мляко е народен продукт и няма дом, магазин или ресторант, в който да отсъства. То е от основните съставки в Българската кухня. То влиза в състава на рецепти за супи, салати, десерти, гарнитур и други.

За произхода на българското кисело мляко няма много документи, но дори наличните оскъдни такива, дават основание да се приеме, че то е различно от съществуващите видове кисели млека на земята. Разликата се крие в две бактерии, едната от които е сладка, а другата кисела.

Интересни факти за киселото мляко:

- Откривателят на бактерията на Българското кисело мляко се казва Стамен Григоров. В неговото село „Студен извор“ има построен музей на киселото мляко.
- Има данни, че киселото мляко произлиза от прокисналото мляко „прокиш“ на Траките
- Българското кисело мляко става известно в Европа след като френският крал Франсоа се е излекувал от стомашна болест с него – 15-16 век.
- През август 1959 година БКП (Българска комунистическа партия) решава да създаде специален научен институт за изследване на бактерията в българското кисело мляко. Институтът е създаден - под името "Институт 220".

Как се прави кисело мляко:

Необходими продукти

- 3 литра прясно мляко (Истинско, а не от магазина),
- 8 супени лъжици кисело мляко,
- 4 стъклени буркана от 800 милилитра.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Млякото се вари след, което се оставя да изстине до 40-43 градуса.

Стъпка 2. Сипва се в буркани и се добавят по 2 супени лъжици кисело мляко, след което се разбърква.

Стъпка 3. Завива се във вълнен плат, така че да е на топло. Държи се така 3 часа, след което се прибира в хладилника.

Как се прави кисело зеле

Във всяка Българска къща зимата има кисело зеле. Най-добре е то да се прави при започване на студовете. Късно есента преди започване на зимата. Ако се прави когато е топло, процесът на ферментация е много бърз и ще се развали бързо.

Как се прави кисело зеле:

Необходими продукти

- 35 килограма зеле,
- 700 грама сол,
- Вода.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Зелето се почиства от жълтите листа и се изрязват кочаните.

Стъпка 2. Зелките се подреждат добре в бидон с кочаните нагоре.

Стъпка 3. Добавя се солта и се залива с вода малко над зелето.

Стъпка 4. Отгоре се слага дървен капак и се затиска с камък, за да притиска зелето. Затваря се капака на бидона.

Стъпка 5. След първата седмица, водата се източва през ден в продължение на две седмици и се налива наново, докато стане кисела. След като стане кисела се оставя да втаса.

Как се прави бърза туршия

Интересна информация:

В Българската кухня най-популярните видове са царска туршия и селска туршия. Туршията е традиционно мезе за ракия. Приготвянето на туршия в домашни условия е широко разпространена традиция през есенните месеци, дори и в градовете.

Диетолозите все по-често говорят за ползите от ферментиралите зеленчуци, защото съдържа съчетание от витамини и пробиотици. Пробиотиците поддържат във форма стомашно-чревния баланс, а това от своя страна засилва присъствието на полезните бактерии в организма.

По-долу е описан по-съвременният начин за приготвяне на домашна царска туршия с използването на аспирина, преди бурканите са се слагали в метален съд и са се варили на огън.

Как се прави царска туршия:

Необходими продукти

- 3 килограма червени камби,
- 2 килограма карфиол,
- 1 килограм моркови,
- 1 връзка целина,
- 1 връзка магданоз,
- 2 глави чесън,
- Оцет,
- 1 супена лъжица сол на буркан,
- 1 супена лъжица захар на буркан,
- 12 аспирина,
- 12 стъклени буркана по 800 милилитра.

Начин на приготвяне:

Стъпка 1. Скилидките чесън се белят. Целината и магданозът се измиват и нарязват на едро. Зеленчуците се почистват измиват и се режат на едри парчета.

Стъпка 2. Всички зеленчуци заедно с целината и магданозът, се разбъркват в голям съд.

Стъпка 3. Бурканите се пълнят с оцет - 1 сантиметър над дъното. Слага се по 1 супена лъжица сол и една захар.

Стъпка 4. Добавят се по 3 скилидки чесън в буркан и се пълнят със зеленчуци. Заливат се с вода и се слага по 1 предварително стрито хапче аспирин.

Стъпка 5. Бурканите се затварят и се обръщат с капачката надолу и обратно няколко пъти през 1-2 часа. За да се разтвори солта и аспирин.

Стъпка 6. На следващият ден се прибират на тъмно и студено място.

Откъде идват имената на рецептите

➤ Сирене по Шопски, Шопска салата

Бялото саламурено сирене е един от ключовите и много ценни продукти в Българската кухня. Според исторически сведения, конниците на хан Аспарух пренасяли мляко в кожените си мехове и докато го пренасяли с конете си на дълги разстояния, млякото се превръщало в сирене...

Шопска салата е Българска салата и е символ на националната ни кухня, макар да е създадена като продукт на Българското държавно обединение „Балкантурист“ 1956 година от майстор готвачи. Позовавайки се на готварски книги от 1870 година може да се каже, че тогава салатите са липсвали понеже такъв раздел не е съществувал.

Защо тогава рецептите се казват сирене по шопски и шопска салата. Мое лично мнение е, че е заради местността.

Шопите са етнографска група в днешна Западна България, Източна Сърбия и в Североизточна Република Македония. В Сърбия и Република Македония някои от шопите имат сръбско и македонско национално съзнание. Областта, която населяват шопите се нарича Шоплук или Шоплък, понякога Шопско. Шоплукът няма ясно определени по географски път граници. Според различни изследователи шопите водят своя произход от разселени по тези земи съюзни местни родове, особено по време на Втората българска държава.

➤ Овчарска салата

Овчарската салата е ястие, характерно за България. Тя е обогатена модификация на шопската салата. В миналото е била много по семпла. Рецептата и е като на шопска салата, но се е слагало яйце от горе. Тя се появява в ресторантите през 90-те години на миналия век и бързо добива популярност. Нейното авторство е неясно, но със сигурност няма нищо общо с трапезата на овчарите.

➤ Агнешки, свински курбан

История на курбана:

Въпросът за смисъла и необходимостта от правенето на курбани в християнството е изпълнен с противоречия. В етимологичен аспект думата "курбан" произхожда от еврейското "korban" и има погрешно схващане, че идва от Турция. Думата семантично означава:

- Доброволно дарение
- Кръвна или безкръвна жертва

При правенето на курбан като християнски религиозен обяд се забелязват реликвите на древни езически ритуали.

Защо църквата приема курбана в традицията?

Курбанът в християнството може да бъде само средство за изразяване на благодарност към Бога за оказана подкрепа, съдействие и благоденствие в моменти на изпитания, болести и житейски премеждия.

Курбана може да се прави за лоши или хубави поводи случили се на хората.

При “приемането” на традицията от църквата тя изисква следните неща:

- Курбана да се освети от свещеник
- Да се палят свещи
- Да присъстват най-близките роднини

➤ Яйца по панагюрски

Яйца по панагюрски е любимо ястие на редица българи и е част от националната ни кухня. Както се досещате тази рецепта е родена и се приготвя най-правилно в Панагюрище. Ето защо е добре да се придържаме към местните обичаи за приготвянето на бързата гозба, Яйцата по панагюрски са известни и като „парени яйца“, а също и „яйца на очи“. Оригиналната рецепта съм я дала, като първа рецепта в раздел Основни безмесни ястия – Яйца по Панагюрски (вариант 1) тя се приготвя с кисело мляко.

➤ Родопски пататник

Пататникът е типично Родопско ястие. Родопите е планина в Южна България и Северна Гърция, част от Рило-Родопския масив. Тя е най-обширната планина в България. Дължината ѝ е около 220 – 240 километра.

Легенда гласи, че колкото са селата в Родопите толкова са и рецептите за пататник. Истината е че не се знае откъде идва рецептата и кога се е появила по българските земи. Името Пататник не се знае от къде идва точно и защо всъщност ястието не се казва „Картофник“, но се знае, че идва от думата „Патати“, която е влязла в българският език преди много години.

Интересен факт е, че пататникът е нещо хем старо, хем непознато и интересно, което го прави перспективно за развитието на туризма в района на Родопите.

➤ Свински дроб по Добруджански

Местността Добруджа е разположена в Югоизточна Румъния и Североизточна България. Главните ѝ градове в Румъния са Констанца и Тулча, а в България – Добрич и Силистра.

За пръв път името Добруджа се споменава през 15 век в един латински превод на гръцки текст – съчинение за Турция. В този гръцки текст изразът “земята на Добротича” е преведен на латински като “земята на Добруджа”. От този момент местността започва все по-често да се нарича Добруджа и постепенно това става официалното ѝ име.

Основната дейност, чрез която се прехранват коренните жители и преселниците в Добруджа, са животновъдството и земеделието.

Свински дроб по Добруджански е рецепта започнала да се приготвя в този край, не се знае откога датира, но толкова се е харесала на всички, че е позната из цяла България с това име.

➤ Славянски гювеч

Славянският гювеч е стара рецепта, не се знае от коя година датира, основните съставки остават еднакви навсякъде и по традиция се използва глинени гювеч.

Но кои са Славяните:

Установено е, че славяните спадат към индоевропейската езикова и етническа общност. Разпадането на тези общности започва през 4 – 3 хилядолетие преди Христа. Последни се отделят славяните и се обособяват като самостоятелна етническа общност към края на 2 хилядолетие преди Христа.

За начало на славянската миграция дава сведения готският историк Йорданес през 4 век. В „История на готите“ той пише, че в средата на 4 век славянската общност вече е разделена на три големи клона: западни-венети, източни-анти и южни-славини. В своите миграции западните достигат р.Елба, чието славянско наименование е Лаба, а източните-горното течение на р.Волга и р. Ока. В течение на целия 5 век южните славяни-славините преминават билото на Карпатите, за да се установят по левия бряг на р.Дунав. Причините за тази миграция имат най-напред вътрешен характер-демографско нарастване, недостиг на обработваеми площи и поява на родова аристокрация.

➤ Пълнено агне за Гергьовден

Гергьовден е денят на християнския светец Георги, който според народните вярвания е покровител на овчарите и стадата, като от 3 век той е и покровител на войската. Този ден е първият ден в годината когато се изкарва добитъкът на паша, доят се овцете, хапва се агнешко месо и се пие овче мляко.

Гергьовден в България се нарича денят, в който се чества Свети Георги Победоносец на 6 май. Обявен е за официален празник в Република България, както и за Ден на храбростта и Българската армия. Чества се и като Празникът на овчаря.

Пълненото агне за Гергьовден идва от времето, когато е било празник на овчарите. Тогава те са пренасяли в жертва това, което им е било най-мило и ценно, за да смият Бог и да получат благополучие.

➤ Татарско кюфте

Почти в сърцето на днешна Русия се намира република Татарстан – държавата потомък на Волжска България, великата прародина, изчезнала през Средновековието.

Там, където Волга среща река Казанка, от векове е стъпила столицата Казан. В древния град си дават среща източната и западната култура и това проличава не само в архитектурата, религиозните символи и музеите, но и в кулинарията. Татарската кухня е съхранила своята самобитност, но заедно с това се е и усъвършенствала, обогатена е с нови познания и продукти, за които татарите научават най-напред от своите съседи.

Рецептата е включена в книгата, понеже там е била българска държава и все още има хора там, които говорят на старобългарски.

➤ Пълнен шаран за Никулден

Свети Николай е един от най-почитаните християнски светци. Покровител е на моряците и рибарите, морските специалисти (капитани, инженери, докери, боцмани и др.), банките и банкерите. Умира през 342 година.

Според народните вярвания светецът причинява бурите и ураганите в морето, и затова на Никулден всички спират да се движат. Подрежда се празнична трапеза, на която задължително се поднася специално ястие – рибник, приготвено от прясна риба, най-често шаран, като курбан за преживяно нещастие, избегната беда или просто за здраве и благополучие на къщата.

Според легендите в дъното на лодката на рибар се отворила дупка, която Свети Николай затворил с шаран. От тогава се смята, че шаранът е жертвена риба, а последният улов се принася в жертва на светеца. Ето защо шаранът се приема за задължителната риба на този празник.

*** Възможно е някоя или някои от рецептите да съществуват и в други култури по света! Все пак сме в ерата на телевизията и интерната. Написаните рецепти са ястията, които най-често се готвят в България и са приети за национални.**