

	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин або олія	0,5	0,5
Цибуля ріпчаста	1	0,8/0,4 ¹
Соус № 1.379	—	10
Маса фаршу	—	20
Вихід	—	60

Варені обчищені яйця розрізують вздовж на половинки, видаляють жовток і розтирають його.

Готують грибний фарш: варені гриби (реп. № 1.21) дрібно нарізують, з'єднують із пасерованою цибулею, розтертими жовтками, частиною майонезу. Фарш заправляють сіллю, перцем, добре вимішують і наповнюють ним половинки яєць. Зверху прикрашають майонезом, жовтками та зеленню.

ПЕРШІ СТРАВИ

СУПИ

Сучасна українська кухня має широкий асортимент супів, які готують різними способами з різноманітних продуктів. Готують супи прозорі та заправні (борщі, капустаки, розсольники, кулеші тощо). Більшість супів готують на бульйонах (м'ясному, м'ясо-кістковому, кістковому, рибному, з птиці), відварах (грибному, овочевому), а також на молоці й квасах (буряковому, хлібному).

Супи поділяють на дві групи — гарячі й холодні.

Норма порції супу може бути 500, 400, 300, 250 г (залежно від попиту споживачів).

За наведеними рецептурами супи можна готувати з різноманітними м'ясними, рибними та іншими продуктами.

Під час подавання супів із м'ясними, рибними та іншими продуктами вихід супу збільшується відповідно до маси закладених продуктів.

Нижче наведено відомості, які необхідно знати для правильного приготування супів.

1. Норми жиру вказані в рецептурах на вегетаріанські супи. Для супів на бульйоні з кісток або з яловичиною, бараниною, свининою, птицею та іншими м'ясопродуктами норма закладки жиру, вказана в рецептурі, має не перевищувати 10 г на 100 г супу. Жир використовується для пасерування овочів.

2. У рецептурах гарячих супів не передбачена закладка сметани, яку використовують під час подавання страв. Норма закладки сметани 15—25 г на порцію.

3. Норми закладки основних овочів (картоплі, капусти, буряків тощо), вказані в рецептурах, можуть бути змінені (збільшені або зменшені), але не менш як на 10—15%, за умови збереження загальної маси овочів.

У разі відсутності овочів, які входять у рецептуру в невеликій кількості, наприклад ріпи, брукви, селери, пастернаку, вони можуть бути замінені іншими відповідними овочами, які входять у рецептуру.

У рецептурах не вказується норма закладки перцю солодкого. Для поліпшення смаку супів рекомендується додавати його в борщі та овочеві супи масою 20—40 г (нетто) на 1000 г супу, при цьому відповідно зменшується закладка інших овочів.

4. Заміна одних продуктів іншими має відповідати таблиці № 30 "Норми взаємозамінності продуктів у процесі приготування страв".

¹ Маса пасерованої цибулі.

5. Спеції й сіль у рецептурах не вказано, але їх треба додавати в у супи, крім молочних, у такій кількості: перець горошком — 0,1 г, лавровий лист — 0,04 г і сіль — 6—10 г на 1000 г супу, норма закладки солі в молочні супи — 6 г на 1000 г супу. Спеції і сіль кладуть у суп за 5—10 хв до закінчення варіння.

6. Зелень (петрушка, кріп, селера) також не вказана в рецептурах, але потрібно додавати дрібно нарізаною у всі супи, крім молочних і фруктових для поліпшення їх смаку — по 2—3 г (нетто) на порцію.

7. Овочі для заправних супів нарізують відповідно до установленної форми для кожного виду супу.

8. Моркву, ріпу, цибулю, томатне пюре перед закладкою в суп пасерують. Це покращує смакові властивості й зовнішній вигляд супу. Петрушку й селеру потрібно класти в суп сирими за 20—25 хв до закінчення варіння. Стручки солодкого перцю перед використанням промивають, надрізають м'якоть навколо стебла й видаляють його разом із насінням. Потім перець дрібно шаткують і закладають у суп у пасерованому або сирому виді.

9. Для пасерування овочів використовують кулінарні жири, жир тваринний топлений харчовий, масло вершкове тощо, а також жири, зібрані з бульйонів у процесі їх варіння. Для грибних, рибних, вегетаріанських супів можна використовувати рослинні жири.

10. Під час приготування супів треба суворо дотримуватись установленних термінів варіння продуктів, закладати їх у котли в певній послідовності, оскільки внаслідок тривалого теплового оброблення втрачається значна частина вітамінів, знижуються смакові властивості супів, а картопля, овочі та інші продукти переварюються, втрачають свою форму.

11. Під час варіння супів, до складу яких входять солоні огірки, огірки, квасцелі, насамперед закладають картоплю, варять до напівготовності, а потім продукти, які містять кислоту, оскільки під дією кислоти картопля погано розварюється. Необхідно, щоб після закладки кожного виду продуктів бульйон знову швидко закипав.

12. Варити супи треба при слабкому кипінні, оскільки під час бурхливого кипіння випаровуються ароматичні речовини, які містяться в овочах, кріп, тощо, овочі розварюються, змінюючи форму.

13. Борошно для заправки супів використовують вищого й першого сорту. Борошно просіюють, пасерують без жиру до світло-жовтого кольору, охолоджують, розводять невеликою кількістю холодного бульйону або овочевого відвару (4 л на 1 кг борошна), розмішують вінчиком для одержання однорідної маси, проціджують. Заправляють нею суп за 5—10 хв до закінчення варіння.

14. Перед подаванням супів, приготовлених із м'ясними, рибними продуктами, ці продукти кладуть підігрітими в порційний посуд із супом.

15. Для приготування супів із бобовими їх перебирають, миють, кладуть у холодну воду (2—3 л на 1 кг) на 5—8 год, а потім варять у тій самій воді без солі, закривши кришкою, поки бобові не стануть м'якими. Закладають у суп разом із відваром. Проте воду, в якій була замочена квасоля, зливають і не використовують.

16. Обробка овочів і підготовка крупів для використання їх у супах укаzano в відповідних розділах Збірника.

17. Сушені гриби для приготування супів заливають водою й залишають у ній на 10—15 хв, потім промивають декілька разів, міняючи воду. Ретельно промиті сушені гриби заливають холодною водою (7 л води на 1 кг грибів) і залишають на 4 год для набухання й варять у тій самій воді до готовності. Одержаний відвар проціджують, гриби промивають, нарізують соломкою й додають у суп разом із відваром.

18. Гарячі супи подають при температурі 75—80°C.

Приготування бульйонів

Бульйони для супів варять із харчових кісток і м'ясопродуктів, сільсько-господарської птиці, кісток і субпродуктів птиці, риби та її харчових відходів.

Важливе значення має правильне дозування кількості води для приготування бульйону з урахуванням википання та інших виробничих втрат. Кількість води для приготування бульйону в рецептурах розрахована на оптимальний режим варіння.

Для приготування кісткового бульйону використовують харчові кістки: яловичі — суглобові головки трубчастих кісток, грудні, хребтові й крижові кістки; свинячі й баранячі — хребтові, тазові, трубчасті й крижові кістки. Реберні й лопаткові кістки яловичих туш для приготування бульйонів не використовують: їх здають на технічну переробку. Суглобові головки трубчастих кісток розрубують на декілька частин, трубки залишають цілими. Яловичі кістки молодняку та свинячі обсмажують. Підготовлені кістки заливають холодною водою, доводять до кипіння, знімають піну, що утворилася на поверхні бульйону, додають моркву, петрушку (корінь) і цибулю ріпчасту.

М'ясо-кістковий бульйон готують так само, як і бульйон кістковий. За 2—3 год до закінчення варіння кладуть куски м'яса масою 1,5—2,0 кг. Це забезпечує кращі смакові властивості не тільки бульйону, а й м'яса. Крім того, бульйон стає прозорішим.

Для бульйонів із птиці використовують кістки, субпродукти (серце, шлунок, ший, голову, ноги, крила, шкіру ший), цілі тушки птиці. Кістки рубують на дрібні частини, тушки птиці заправляють, заливають холодною водою, швидко доводять до кипіння, а потім варять до готовності при слабкому кипінні 1—2 год. Під час варіння знімають піну й жир. У бульйон додають моркву, петрушку (корінь) і цибулю ріпчасту.

Для варіння рибних бульйонів використовують харчові відходи, одержані під час обробки свіжої чи свіжомороженої риби. Підготовлені харчові відходи заливають холодною водою, доводять до кипіння, знімають піну, що утворилася на поверхні бульйону, додають петрушку (корінь) і цибулю ріпчасту. Для варіння рибних бульйонів крім харчових відходів використовують рибу, розроблену для подавання перших страв.

1.94. БУЛЬЙОН КІСТКОВИЙ

	БРУТТО	НЕТТО
Кістки харчові	300	300
Морква	10	8
Петрушка (корінь)	8	6
Цибуля ріпчаста	10	8
Вода	1250	1250
Вихід	—	1000

Для приготування бульйону харчові кістки подрібнюють. Підготовлені кістки заливають холодною водою й варять при слабкому кипінні. Під час кипіння з поверхні бульйону знімають піну й жир. Тривалість варіння бульйону з яловичих кісток 3,5—4 год, свинячих і баранячих — 2—3 год. За 30—40 хв до закінчення варіння в бульйон додають петрушку (корінь), підпечені цибулю ріпчасту й моркву, сіль.

Моркву й цибулю нарізують на половинки (великі коренеплоди треба розрізати вздовж на декілька частин), кладуть зрізом на чисті сухі чавунні сковороди й підпикають без жиру до появи світло-коричневої плівочки, не допускаючи підгоряння. Можна також покласти в бульйон стебла петрушки, селери, кропу, обчищені обрізки моркви, цибулі, білих коренів. Готовий бульйон проціджують.

1.95. БУЛЬЙОН ІЗ КУРЕЙ АБО ІНДИЧОК ПРОЗОРИЙ

	БРУТТО	НЕТТО
Кури	271	179
або індички	234	172
Маса відвареної птиці ¹	—	125
або кістки курей, індички	625	625
Яйця (для відтяжки)	¹ / ₃ шт.	13
Морква	13	10
Петрушка (корінь)	11	8
або селера (корінь)	12	8
Цибуля ріпчаста	10	8
Вода	1300	1300
Вихід	—	1000

Варять бульйон при слабкому кипінні, знімаючи піну та жир. За 40—60 хв до готовності бульйону в нього додають підпечені овочі. Готовий бульйон проціджують, доводять до кипіння й зберігають на марміті.

Для освітлення бульйону готують відтяжку, використовуючи додаткові кістки птиці по 200 г на 1000 г бульйону. Подрібнені кістки курей або індичок заливають холодною водою (1—1,5 л на 1 кг кісток), додають сіль і втримують 1—2 год у холодному місці (при температурі 5—7°C), потім додають злегка збиті яєчні білки. Бульйон охолоджують до 50—60°C, вводять відтяжку, добре перемішують і варять при слабкому кипінні 1—1,5 год, потім проціджують.

1.96. РИБНИЙ БУЛЬЙОН

Риба дрібна (окунь, йорж)	333	250
або рибні харчові відходи	375	375
Яйця для відтяжки	1 ¹ / ₄ шт.	50
Петрушка (корінь)	11	8
Цибуля ріпчаста	30	25
Вода	1300	1300

Вихід — **1000**

Дрібну рибу, не обчищаючи від луски, потрошать і видаляють зябра. Підготовлену рибу або рибні харчові відходи заливають холодною водою, після закипання знімають піну, додають петрушку й цибулю й варять 40—50 хв при слабкому кипінні. Готовий бульйон проціджують і освітлюють яєчними білками, для чого в рибний бульйон, охолоджений до температури 50—60°C, вводять яєчні білки, ретельно змішуючи із 5-кратною кількістю холодної води. Бульйон, додають сіль, розмішують і варять при слабкому кипінні 20—30 хв. Готовий бульйон проціджують.

КВАСИ

1.97. КВАС БУРЯКОВИЙ

Буряки	500	400
Вода	1200	1200
Вихід	—	1000

¹ З урахуванням втрат на порціювання.

Столові буряки обчищують і миють, 1/5 частину буряків нарізують кружальцями, укладають упереміжку із цілими буряками, заливають холодною водою й залишають у теплому місці для бродіння. Після закінчення процесу бродіння квас виносять у холодне місце. Через 13—15 днів квас готовий до вживання.

У міру того, як квас використовують, його доливають холодною водою. Періодично з поверхні квасу знімають плісняву.

1.98. КВАС-СИРЕЦЬ ІЗ СУХАРІВ	БРУТТО	НЕТТО
Сухарі житні	200	200
Борошно житнє	40	40
Дріжджі	4	4
Вода	1500	1500
Вихід	—	1000

Нарізаний скибками черствий житній хліб підсушують у духовій шафі, укладають у посудину, всипають 2/3 частини борошна, заварюють окропом, накривають тканиною й залишають на добу. Решту борошна розводять теплою водою, додають дріжджі й залишають для бродіння на добу. Одержану масу виливають у підготовлену суміш із хліба, борошна й води, добре перемішують і доливають теплою водою. Через кілька днів квас готовий до вживання.

Зберігають квас у прохолодному місці, доливаючи його за мірою використання (4—5 разів) водою.

БОРЩИ

Для української кухні характерний широкий асортимент заправних перших страв. Перше місце серед них посідають борщі, їх налічується до 30 видів.

Необхідною складовою борщу є буряки, які надають йому смаку і забарвлення. Як правило, до складу борщів, крім буряків, входять капуста, морква, картопля, петрушка, цибуля, помідори (томатне пюре), а також квасоля, яблука, кабачки тощо.

В основному, борщі готують на кістковому або м'ясо-кістковому бульйоні. Борщ можна приготувати також на курячому бульйоні, грибному відварі.

Для надання борщам своєрідного кислуватого смаку до бульйонів (здебільшого готових) додають квас-сирець, сік квашених буряків, бурякову закваску (настої) тощо.

Основний вид жиру, який використовують для борщів, — свиняче сало. Його товчуть або розтирають у ступці із часником, цибулею й зеленню петрушки до утворення однорідної маси й заправляють нею борщ за 2—3 хв до готовності.

Різні варіанти борщів найчастіше носять найменування місцевості, в якій вони з'явилися: борщ київський, полтавський, волинський, чернігівський та інші. Особливо популярний український борщ нині розповсюджений усюди. Для його приготування використовують до 20 різних продуктів, що й визначає його високі смакові властивості.

Перед подаванням у борщ кладуть сметану, можна посипати страву дрібно нарізаною зеленню.

1.99. БОРЩ УКРАЇНСЬКИЙ	БРУТТО	НЕТТО
Буряки	150	120
Капуста білокачанна свіжа	100	80
Картопля	213	160
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	21	16
Цибуля ріпчаста	36	30
Томатне пюре	30	30
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Цукор	10	10
Оцет 3%-й	10	10
Борошно пшеничне	6	6
Перець солодкий	27	20
Сало шпик	10,4	10
Часник	3,8	3
Бульйон або вода	700	700
Вихід	—	1000

Буряки шаткують, додають оцет, жир, цукор, томатне пюре й тушкують до готовності з додаванням невеликої кількості бульйону. Нашатковану моркву й корені, нарізану півкільцями цибулю пасерують із жиром. У киплячий бульйон кладуть нарізану кусочками картоплю, доводять до кипіння, закладають нашатковану капусту, варять протягом 10—15 хв, додають тушковані буряки й пасеровані овочі. За 5—10 хв до закінчення варіння вводять пасероване борошно, розведене бульйоном або водою, солодкий перець, сіль, спеції.

Готовий борщ перед подаванням заправляють салом шпик, розтертим часником. Борщ рекомендують подавати з м'ясом (яловичиною або свининою), сметаною й посипати дрібно нарізаною зеленню. Окремо можна подати пампушки із часником (рец. № 1.100).

1.100. ПАМПУШКИ ІЗ ЧАСНИКОМ

Борошно пшеничне	80	80
Дріжджі	2,5	2,5
Цукор	5	5
Яйця (для змащування)	1/20 шт.	2
Вода	35	35
Маса напівфабрикату	—	120
Олія (для змащування листів)	2	2
Маса готових пампушок	—	100
Для соусу:		
Часник	2,6	2
Сіль	1	1
Олія	5	5
Вода	25	25
Маса соусу	—	30
Вихід	—	130

У підігріту до температури 35—40°C воду вливають попередньо розведені в воді й проціджені дріжджі, цукор, сіль, додають яйця, всипають борошно, усе перемішують доти, поки тісто не набуде однорідної консистенції.

Посудину з тістом закривають кришкою й ставлять на 3—4 год до бродіння в приміщення з температурою 35—40°C. Коли об'єм тіста збільшиться

ся в 1,5 рази, його обминають протягом 1—2 хв і знову залишають для бродіння, у процесі якого тісто обминають ще 1—2 рази.

З дріжджового тіста формують кульки масою 30 г, кладуть їх на змащений олією лист і залишають для розстоювання. Після цього вироби змащують яйцями й випікають протягом 7—8 хв.

Під час подавання пампушки поливають часниковим соусом.

Для соусу: часник розтирають із сіллю, з'єднують з олією, холодною кип'яченою водою й дають настоятися.

1.101. БОРЩ КИЇВСЬКИЙ	БРУТТО	НЕТТО
Буряки	113	90
Капуста білокачанна свіжа	125	100
Картопля	133	100
Яблука свіжі (кислих сортів)	57	40
Морква	25	20
Петрушка (корінь)	20	15
Селера (корінь)	22	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Томатне пюре	50	50
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Цукор	5	5
Квасоля	20,2	20
Сало шпик	10,4	10
Бульйон або вода	500	500
Квас буряковий № 1.97	200	200
Петрушка (зелень)	4	3
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Яловичина (грудна частина)	54	40/25 ¹
Баранина (грудна частина)	55	39/25 ¹

Підготовлену яловичину, куски масою не більш як 2 кг, заливають холодною водою з додаванням бурякового квасу (1/3 від об'єму води) і варять при слабкому кипінні протягом 2,5—3 год. М'ясо виймають, нарізують на порції, заливають невеликою кількістю бульйону й зберігають до подавання у посудині, закритій кришкою.

У киплячий бульйон кладуть картоплю, нарізану часточками, після закипання — нашатковану капусту й варять протягом 10—15 хв. За 5—10 хв до закінчення варіння борщу кладуть попередньо зварену квасолю з відваром, цукор, сіль, спеції.

Потім додають нарізані часточками свіжі яблука, без шкірки й насіннєвих гнізд, шатковані буряки, тушковані з кусочками баранячої грудної частини, квас, томатне пюре, пасеровану ріпчасту цибулю (2/3 норми) та корені й варять до готовності. Борщ заправляють салом шпик, товченим із рештою ріпчастої цибулі.

Подають борщ з яловичиною й бараниною та сметаною (15—25 г на порцію), посипають дрібно нарізаною зеленню.

¹ Маса вареного м'яса.

1.102. БОРЩ КИЇВСЬКИЙ ІЗ ГРИБАМИ

	БРУТТО	НЕТТО
Буряки	113	90
Капуста білокачанна свіжа	125	100
Картопля	133	100
Гриби білі сушені	8	8/16 ¹
Квасоля	40,4	40
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Олія	25	25
Томатне пюре	50	50
Борошно пшеничне	5	5
Цукор	5	5
Квас буряковий № 1.97	200	200
та відвар грибний	550	550
або кислота лимонна	1	1
та відвар грибний	750	750
Вихід	—	1000

У киплячий грибний відвар кладуть картоплю, нарізану часточками, після закипання — нашатковану капусту й варять 20—25 хв.

Потім додають варені (реп. № 1.21) нашатковані гриби, квасолю з відваром, буряки, тушковані з томатним пюре, буряковим квасом або кислотою лимонною, пасеровані цибулю й корені, пасероване борошно, розведене відваром, сіль, цукор, спеції й варять 5—7 хв.

1.103. БОРЩ КІРОВОГРАДСЬКИЙ (З ГРІНКАМИ)

	БРУТТО	НЕТТО
Буряки	150	120
Капуста білокачанна свіжа	88	70
Картопля	213	160
Морква	25	20
Гарбуз	29	20
Цибуля ріпчаста	36	30
Маргарин	30	30
Квасоля	40,4	40
Сік томатний	60	60
Сало шпик	10,4	10
Яйця	1/2 шт.	20
Часник	4	3
Кефір	200	200
Бульйон або вода	550	550
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Для грінок		
Булочка бутербродна	25	25
Сир твердий	11	10

¹ Маса варених грибів.

	БРУТТО	НЕТТО
Масло вершкове	10	10
Часник	4	3
Маса грінок	—	35

У киплячий бульйон кладуть картоплю, нарізану часточками, після закипання додають напаштовану капусту й варять 10—15 хв. Потім додають тушковані з томатним соком буряки, пасеровані моркву, цибулю, гарбуз, варену квасоллю разом із відваром. За 5—10 хв до закінчення варіння додають кефір, сіль, збите яйце й заправляють салом шпик, перемішаним із товченим часником. Настоюють борщ протягом 20 хв.

Окремо подають запечені з тертим сиром і часником грінки.

Приготування грінок: бутербродну булочку ріжуть на дві частини. Потім горизонтальну поверхню намазують маслом вершковим, змішаним із товченим часником, і додають тертий сир. Підготовлену грінку кладуть на кондитерський лист і запікають у духовій шафі.

Запропоновано кухарями Кіровоградської області.

1.104. БОРЩ ЛЬВІВСЬКИЙ

Буряки	255	200 ¹
Картопля	200	150
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Томатне пюре	50	50
Цукор	5	5
Оцет 3% -й	16	16
Кислота лимонна	1	1
Бульйон або вода	700	700

Вихід	—	1000
--------------	----------	-------------

На порцію 500 г:

Сосиски	41	40
---------	----	----

Маса готових сосисок	—	40
-----------------------------	----------	-----------

Буряки варять у шкірці, додаючи оцет, потім їх обчищують, шаткують, додають томатне пюре, розведене бульйоном, і тушкують кілька хвилин. Картоплю, нарізану часточками, варять 20—25 хв, додають буряки, пасеровані цибулю й корені, кислоту лимонну, сіль, цукор, спеції й варять 5—7 хв.

Борщ подають із вареними сосисками, нарізаними скибочками.

1.105. БОРЩ ПО-БАХМАЦЬКИ

Буряки	57	40
Картопля	133	100
Квасоля	20,2	20
Капуста білокачанна свіжа	125	100
або капуста квашена	143	100
Цибуля ріпчаста	48	40
Морква	50	40

¹ Маса варених обчищених буряків.

	БРУТТО	НЕТТО
Томатне пюре	50	50
Жир тваринний топлений харчовий	30	30
Оцет 9% -й	8	8
Сухофрукти (яблука, груші)	50	50
Бульйон або вода	—	700

Вихід	—	1000
--------------	----------	-------------

У киплячий бульйон закладають попередньо підготовлені квасоллю, відварену до напівготовності, та сухофрукти (замочені, промиті й нарізані) і варять 15—20 хв. Потім додають напаштовану капусту, доводять до кипіння й додають нарізану картоплю, варять 10—15 хв, кладуть пасеровані овочі, буряки, напаштовані соломкою тушковані з жиром, томатним пюре, оцтом, і варять до готовності. За 5—10 хв до закінчення варіння додають сіль, спеції.

Запропоновано кухарями Чернігівської області.

1.106. БОРЩ ЧЕРНІГІВСЬКИЙ

Буряки	113	90
Капуста білокачанна свіжа	125	100
Картопля	133	100
Кабачки	60	40
Яблука (кислих сортів)	57	40
Квасоля	20,2	20
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Помідори свіжі	88	75
Томатне пюре	25	25
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Кислота лимонна	1	1
Бульйон	700	700
Петрушка (зелень)	4	3

Вихід	—	1000
--------------	----------	-------------

Буряки шаткують, додають лимонну кислоту, жир, томатне пюре й тушкують до готовності з додаванням невеликої кількості бульйону.

У киплячий бульйон закладають картоплю, нарізану часточками, доводять до кипіння, кладуть напаштовану свіжу капусту й варять протягом 10—15 хв. Після цього додають обчищені кабачки з видаленим насінням, яблука без шкірки й насіннєвих гнізд, нарізані часточками, тушковані буряки, попередньо зварену квасоллю з відваром, напаштовані пасеровані овочі й варять до готовності. За 5—10 хв до закінчення варіння кладуть свіжі помідори, нарізані часточками, сіль, спеції.

Подають борщ зі сметаною (15—25 г на порцію), посипають дрібно нарізаною зеленню.

1.107. БОРЩ ПОЛТАВСЬКИЙ ІЗ ГАЛУШКАМИ

Буряки	150	120
Капуста білокачанна свіжа	100	80
Картопля	213	160
Морква	25	20
Петрушка (корінь)	21	16

	БРУТТО	НЕТТО
Цибуля ріпчаста	36	30
Томатне пюре	30	30
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Цукор	6	6
Оцет 30% -й	10	10
Бульйон	700	700
Сало шпик	10,4	10
Для галушок:		
Борошно пшеничне або гречане	60	60
Яйця	¹ / ₅ шт.	8
Вода	90	90
Сіль	2	2
Маса готових галушок	—	180
Петрушка (зелень)	4	3
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Кури	109	72
Маса готових курей	—	50

Буряки нарізують скибочками, додають оцет, жир, цукор, томатне пюре й тушкують до готовності з додаванням невеликої кількості бульйону (15—20% від маси буряків). Моркву й петрушку нарізують скибочками, 2/3 частини цибулі — кубиками й пасерують із жиром. Борщ полтавський готують на бульйоні з птиці.

У киплячий бульйон кладуть нарізану кубиками картоплю, доводять до кипіння, закладають нарізану шпиками капусту й варять протягом 10—15 хв. Потім додають тушковані буяки, пасеровані овочі, спеції й варять до готовності.

Готовий борщ заправляють перед подаванням салом шпик, товченим із ріпчастою цибулею, що залишилася.

Для приготування галушок: у киплячу підсолону воду засипають 1/3 частину борошна, добре вимішують, заварюють тісто, яке, не припиняючи помішувати, прогрівують протягом 5—10 хв до отримання однорідної маси. Після цього масу охолоджують до температури 60—70°C, додають у 3—4 прийоми сирі яйця, борошно, що залишилося, і замішують некруте тісто. Тісто кладуть столовою ложкою в киплячу підсолону воду й варять при слабкому кипінні протягом 5—7 хв.

Під час подавання в борщ кладуть галушки, птицю, сметану (15—25 г на порцію) і посипають дрібно нарізаною зеленню.

1.108. БОРЩ ВОЛИНСЬКИЙ

Буяки	119	95/90 ¹
Капуста білокачанна свіжа	375	300
Помідори свіжі	176	150
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Кислота лимонна	1	1

¹ Маса варених очищених буряків.

	БРУТТО	НЕТТО
Бульйон	700	700
Петрушка (зелень)	4	3
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Яловичина	76	56
Маса готової яловичини	—	50

Буяки очищують, варять з додаванням лимонної кислоти й нарізують соломкою. У киплячий бульйон кладуть нашатковану капусту, варять протягом 10—15 хв, після цього додають свіжі помідори, нарізані часточками, підготовлені буяки, нашатковані пасеровані корені й ріпчасту цибулю, сіл спеції й варять до готовності.

Борщ подають з яловичиною, сметаною (15—25 г на порцію) і посипають дрібно нарізаною зеленню.

1.109. БОРЩ ВОЛИНСЬКИЙ ІЗ ГРИБАМИ

Буяки	119	90 ¹
Капуста білокачанна свіжа	375	300
Гриби білі сушені	8	8/16 ²
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Квас буряковий № 1.97	200	200
та відвар грибний	550	550
або кислота лимонна	1	1
та відвар грибний	750	750
Вихід	—	1000

Борщ готують, як страву № 1.108, але на грибному відварі й без помідорів. За 5—7 хв до кінця варіння додають варені (реп. № 1.21) шатковані гриби.

1.110. БОРЩ ІЗ БАКЛАЖАНАМИ

Буяки	113	90
Капуста білокачанна свіжа	119	95
Картопля	127	95
Баклажани	45	38
Помідори свіжі	47	40
Перець солодкий	20	15
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Томатне пюре	50	50
Цукор	5	5

¹ Маса варених очищених буряків.

² Маса варених грибів.

	БРУТТО	НЕТТО
Квас буряковий № 1.97	200	200
та вода або бульйон	550	550
або кислота лимонна	1	1
та вода або бульйон	750	750
Вихід	—	1000

У бульйон кладуть нарізану соломкою капусту, доводять до кипіння, додають обчищену й нарізану картоплю, а також баклажани й варять 10—15 хв. Буряки обчищують, нарізують соломкою, тушкують із додаванням жиру, томатного пюре й бурякового квасу, кладуть у каструлю одночасно з нарізаним соломкою солодким перцем, свіжими, нарізаними часточками помідорами, пасерованими цибулею, морквою і петрушкою. Варять 5—7 хв і заправляють сіллю, цукром, перцем, лавровим листом.

1.111. БОРЩ ІЗ ГРИБАМИ

Буряки	113	90
Капуста білокачанна свіжа	125	100
Картопля	200	150
Гриби білі сушені	8	8/16 ¹
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
або цибуля порей	53	40
Олія	25	25
Томатне пюре	30	30
Квас-сирець № 1.98	200	200
та відвар грибний	600	600
або кислота лимонна	1	1
та відвар грибний	800	800
Вихід	—	1000

У киплячий грибний відвар кладуть картоплю, нарізану часточками, після закипання — шатковану капусту й варять 20—25 хв. Потім додають варені шатковані гриби (реп. № 1.21), буряки, тушковані з жиром, томатним пюре та квасом або кислотою, пасеровані цибулю й петрушку, сіль, спеції й варять 5—7 хв.

1.112. БОРЩ ЛІТНІЙ

Буряки (молоді) з бурячинням	250	200
Картопля	200	150
Кабачки	149	100
Помідори свіжі	94	80
Морква	50	40
Цибуля ріпчаста	48	40
Вода або бульйон	700	700
Петрушка або селера (зелень)	4	3
Вихід	—	1000

Буряки (молоді), моркву мнуть, нарізують соломкою, а черешки бурячиння — короткими брусочками й варять у воді або бульйоні протягом 10—15 хв. Потім кладуть нарізані часточками картоплю, кабачки, помідори, цибулю, листя бурячиння, сіль і варять до готовності всіх овочів. Наприкінці варіння заправляють спеціями, зеленню петрушки або селери й настоюють протягом 10—15 хв.

¹ Маса варених грибів.

1.113. БОРЩ ІЗ РИБОЮ

	БРУТТО	НЕТТО
Буряки	88	70
Капуста білокачанна свіжа	100	80
Картопля	107	80
Гриби білі сушені	8	8/16 ¹
Квасоля	20,2	20
Морква	38	30
Петрушка (корінь)	13	10
Пастернак (корінь)	13	10
Цибуля ріпчаста	36	30
Олія	25	25
Томатне пюре	30	30
Борошно пшеничне	5	5
Квас буряковий № 1.97	200	200
та бульйон № 1.96, відвар грибний	600	600
або кислота лимонна та	0,3	0,3
бульйон № 1.96, відвар грибний	800	800
Вихід	—	1000

На порцію 500 г:		
Короп (філе зі шкірою й реберними кістками)	119	63
або тріска (філе зі шкірою й реберними кістками)	79	61
або окунь морський (філе зі шкірою й реберними кістками)	36	63
або минтай (філе зі шкірою без кісток)	22	61
Борошно пшеничне	3	3
Олія	3	3
Маса смаженої риби	—	50

Борщ готують так, як страву № 1.111. У готовий борщ кладуть смажену основним способом рибу й доводять до кипіння.

1.114. БОРЩ ДНІПРОВСЬКИЙ

Буряки	75	60
Капуста білокачанна свіжа	100	80
Картопля	160	120
Олія	15	15
Перець солодкий	20	15
Квасоля	20,2	20/42 ²
Морква	50	40
Цибуля ріпчаста	36	30
Олія	25	25
Томатне пюре	30	30
Кислота лимонна	0,3	0,3
Борошно пшеничне	5	5
Бульйон № 1.96	800	800
Вихід	—	1000

На порцію 500 г:		
Консерви рибні	53	50

¹ Маса варених грибів.

² Маса вареної квасолі.

У киплячий рибний бульйон кладуть нашатковані капусту та солодкий перець і варять до напівготовності. Потім додають картоплю, нарізану часточками й обсмажену на частині олії, варену квасолу з відваром, буряки, тушковані з томатним пюре й кислотою лимонною, пасеровані цибулю й моркву, консерви, пасеровані і розведене бульйоном борошно, солять, заправляють спеціями й доводять до готовності.

1.115. БОРЩИК ІЗ ВУШКАМИ	БРУТТО	НЕТТО
Буряки мариновані	83	83
Морква	40	33
Цибуля ріпчаста	38	33
Часник	9	7
Квас буряковий № 1.97	200	200
Бульйон або вода	600	600
Рибний відвар	200	200
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Вушка з грибами готові № 1.116	—	140

У бульйон закладують довільно нарізані квашені буряки, моркву, цибулю ріпчасту й варять протягом 30 хв при слабкому кипінні. Потім додають перець чорний горошком, дрібно нарізаний часник, буряковий квас, грибний відвар, проварюють ще 2—3 хв, проціджують і знову доводять до кипіння. Вушка варять у підсоленій воді й кладуть у борщик перед подаванням. Подають страву в бульйонній чашці.

1.116. ВУШКА З ГРИБАМИ		
Борошно пшеничне	395	395
Яйця	7/8 шт.	35
Вода	140	140
Сіль	5	5
Маса тіста	—	570
Для фаршу:		
Гриби білі сушені	107	107/214 ¹
Цибуля ріпчаста	336	282/141 ²
Маргарин	36	36
Маса фаршу	—	355
Маса сирих вушок	—	925
Вихід	—	1000

У борошно додають нагріту до 30—35°C воду, яйця, сіль і замішують тісто до однорідної консистенції. Підготовлене тісто витримують 30—40 хв для набухання клейковини і надання тісту пружності (еластичності).

Для фаршу ретельно промиті сушені гриби варять (реп. № 1.21). Готовий грибний відвар проціджують і використовують для приготування борщику з вушками. Гриби дрібно шаткують, додають дрібно нарізану цибулю і пасерують. Охолоджений фарш солять.

Формують вушка у вигляді пельменів, але меншого розміру.

¹ Маса варених грибів.

² Маса пасерованої цибулі.

КАПУСНЯКИ

Основним продуктом для приготування капусняків є посічена квашена капуста. Якщо капуста дуже кисла, її промивають холодною водою.

Готують кілька видів капусняків, які відрізняються один від одного як способом приготування, так і складом продуктів. Капусняки в українській кухні заміняють російські щі, які готують теж із квашеної капусти. Перед подаванням капусняки можна посипати дрібно нарізаною зеленню й покласти в них сметану.

1.117. КАПУСНЯК	БРУТТО	НЕТТО
Капуста квашена	286	200
Картопля	200	150
Морква	63	50
Петрушка (корінь)	53	40
Цибуля ріпчаста	60	50
Борошно пшеничне	5	5
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Цукор	5	5
Сало шпик	10,4	10
Часник	5,1	5
Бульйон або вода	800	800
Петрушка (зелень)	4	3
Вихід	—	1000

Підготовлену квашену капусту січуть і тушкують, додаючи бульйон та жир. У киплячий бульйон кладуть нарізану кубиками картоплю й варять 20—25 хв. Далі додають тушковану капусту, пасеровані цибулю й корені, розведене бульйоном пасероване борошно, сіль, цукор і варять 5—7 хв. Капусняк заправляють салом, розтертим із сирією цибулею, часником та зеленню спеціями. Рекомендується подавати зі свининою.

1.118. КАПУСНЯК ЗАПОРІЗЬКИЙ		
Капуста квашена	286	200
Картопля	200	150
Пшоно	15	15
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	60	50
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Сало шпик	10,4	10
Бульйон або вода	700	700
Вихід	—	1000

У бульйоні варять до напівготовності картоплю, додають тушковану капусту, пшоно й варять 10—15 хв. За 5 хв до закінчення варіння кладуть пасеровані цибулю й корені, сало, розтерте із сирією цибулею, сіль, спеції.

1.119. КАПУСНЯК ЛЬВІВСЬКИЙ	БРУТТО	НЕТТО
Капуста квашена	229	160
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Квасоля	81	80
Цибуля ріпчаста	71	60
Морква	75	60
Петрушка (корінь)	53	40
Борошно пшеничне	6	6
Часник	5,1	4
Цукор	6	6
Бульйон або вода	820	820

Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Свинина (грудна частина) ¹	59	56
Маса готової свинини	—	40

Підготовлену квашену капусту січуть, тушкують. Свинячі ребра рубують на кусочки по 2—3 шт. на порцію, солять, перчать і обсмажують до утворення рум'яної кірочки. У киплячий бульйон кладуть попередньо замочену квасолю, обсмажені ребра й варять. Наприкінці варіння додають тушковану капусту, нарізані соломкою пасеровані корені, цибулю, розведене бульйоном пасероване борошно, сіль, цукор. Заправляють капусняк товченим із сіллю часником.

Подають капусняк із вареними свинячими ребрами.

Запропоновано кухарями Львівської області.

1.120. КАПУСНЯК ІЗ ГРИБАМИ

Капуста квашена	286	200
Гриби білі сушені	10	20 ²
Картопля	200	150
Морква	38	30
Селера (корінь)	22	15
Пастернак (корінь)	20	15
Олія	25	25
Цукор	5	5
Вода	800	800
Петрушка (зелень)	4	3
Вихід	—	1000

Підготовлену квашену капусту тушкують із додаванням жиру й бульйону або води (20—25% від маси капусти) протягом 1,0—1,5 год, періодично помішуючи.

Підготовлені варені гриби (рец. № 1.21) нарізують соломкою.

У киплячий грибний відвар кладуть нарізану великими кубиками картоплю, варять протягом 15—20 хв, додають тушковану квашену капусту, відварені гриби та нарізані дрібними кубиками, пасеровані корені й ріпчасту цибулю, цукор, сіль, спеції й доводять до готовності.

Подають зі сметаною (15—25 г на порцію), посипають дрібно нарізаною зеленню.

¹ Маса грудної частини дана з урахуванням вмісту кісток 10%.

² Маса варених грибів.

РОЗСОЛЬНИКИ

Обов'язковою складовою частиною цього виду заправних супів є солоні огірки.

Солоні огірки нарізують соломкою або скибочками. В огіроків із товстою шкіркою й великим насінням попередньо обчищують шкірку й видаляють насіння. У цьому разі норма закладки огіроків масою брутто збільшується. Підготовлені огірки припускають у невеликій кількості бульйону або води протягом 15 хв. У деякі розсольники для смаку й аромату також додають огірковий розсіл.

Готують розсольники з різними видами м'ясних і рибних продуктів, а також із грибами.

Подавати можна зі сметаною та дрібно нарізаною зеленню.

1.121. РОЗСОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЬОМУ

	БРУТТО	НЕТТО
Картопля	267	200
Квасоля або горох	153	152
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	93	70
Селера (корінь)	22	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Огірки солоні	167	100
Борошно пшеничне	10	10
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Бульйон або вода	750	750

Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Серце	98	83
Маса вареного серця	—	50

Промите яловиче або свиняче серце вимочують у холодній воді протягом 2—3 год, заливають окропом, варять при слабому кипінні до готовності, охолоджують, нарізують тонкими скибочками та зберігають у бульйоні в закритій посудині.

У киплячий бульйон або воду кладуть картоплю й варять 15—20 хв, додають варену квасолю або горох, припущені огірки, обчищені від шкірки й нарізані скибочками, пасеровані цибулю й корені, розведене бульйоном пасероване борошно й варять 5—7 хв, додають сіль, спеції.

Подають із вареним серцем.

1.122. РОЗСОЛЬНИК ПО-МАКІЇВСЬКИ

Картопля	267	200
Морква	50	40
Цибуля ріпчаста	48	40
Огірки солоні	133	120
Томатне пюре	30	30
Олія	20	20
Бульйон № 1.96	800	800

Вихід	—	1000
--------------	----------	-------------

На порцію 500 г:	БРУТТО	НЕТТО
Фрикадельки рибні:		
Сом (крім океанічного) ¹		
або минтай ¹	188	94
або окунь морський ¹	134	94
або тріска ¹	124	94
або філе сома (що випускається промисловістю)	102	94
або філе тріски (зі шкірою, що випускається промисловістю)	98	94
або філе окуня морського (зі шкірою, що випускається промисловістю)	100	94
Яйця	¹ / ₈ шт.	5
Цибуля ріпчаста	24	20
Бульйон № 1.96	9	9
Маса напівфабрикату	—	125
Вихід готових фрикадельок	—	100

Нарізані соломкою цибулю й моркву пасерують, солоні огірки натирають на тертці та припускають у невеликій кількості бульйону з додаванням томатного пюре. У киплячий бульйон кладуть картоплю, нарізану скибочками, пасеровані овочі й наприкінці варіння — припущені огірки та спеції.

Для приготування фрикадельок філе риби зі шкірою без кісток нарізують на куски, подрібнюють на м'ясорубці, потім додають дрібно нарізану цибулю, яйця, перець чорний, сіль, бульйон і все ретельно перемішують. Підготовлену масу порціюють по 15—18 г, формують у вигляді кульок і припускають у бульйоні до готовності.

У кожен порцію розсольника кладуть рибні фрикадельки.

Запропоновано кухарями Львівської області.

1.123. ОГІРОЧНИК ПО-ДОМАШНЬОМУ

Картопля	213	160
Огірки солоні	50	40
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	40	30
Селера (корінь)	15	10
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Борошно пшеничне	10	10
Шпинат	54	40
Огірковий розсіл	100	100

¹ Норми закладки вказані на рибу випотрошену й без голови.

	БРУТТО	НЕТТО
Бульйон або вода	700	700
Петрушка (зелень)	4	3
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Серце	98	83
Маса вареного серця	—	50

Підготовлені корені й ріпчасту цибулю, нарізані кубиками, пасерують. Очищені солоні огірки нарізують дрібними кубиками і припускають в огірковому розсолі. Варене серце (реп. № 1.121) нарізують кубиками й зберігають у бульйоні.

У киплячий бульйон або воду кладуть картоплю, нарізану великими кубиками, варять майже до готовності, додають припущені огірки, пасеровані корені й ріпчасту цибулю. Наприкінці варіння вводять пасероване борошно, розведене холодним бульйоном, нарізані частинами листя шпинату, сіль, спеції й проціджений огірковий розсіл.

Під час подавання кладуть варене серце, сметану (15—25 г на порцію) і посипають дрібно нарізаною зеленню.

ЮШКИ

Юшки готують із найрізноманітніших продуктів. Найхарактернішими для української кухні є юшки, приготовлені на грибному відварі, з вушками, квасолею та інші.

Під час подавання юшку можна посипати дрібно нарізаною зеленню, покласти сметану.

1.124. ЮШКА СТОЛИЧНА

Картопля	160	120
Капуста цвітня	115	60
Горошок зелений консервований	62	40
Морква	31	25
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Масло вершкове	20	20
Бульйон або вода	800	800
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Яловичина (лопаткова та грудна частини)	33	24/15 ¹
Свинина (лопаткова та грудна частини)	29	25/15 ¹
Кури	59	39/15 ¹
Рулет (ленінградський, ростовський та ін.)	16	15
Маса готового набору	—	60

¹ Маса готової яловичини, свинини, курей.

Підготовлене м'ясо та курей відварюють, бульйон проціджують.

У киплячий бульйон кладуть нарізану кубиками картоплю й варять 7—10 хв. Потім кладуть розібрану на судвіття цвітну капусту, варять 10—15 хв, додають зелений горошок, пасеровані цибулю й корені, варені м'ясопродукти, нарізані дрібними кубиками, солять, додають спеції й варять 3—5 хв.

1.125. ЮШКА ВОЛИНСЬКА	БРУТТО	НЕТТО
Огірки солоні	133	80
Яблука свіжі	93	65
Цибуля ріпчаста	119	100
Томатне пюре	40	40
Масло вершкове	20	20
Сливи консервовані або мариновані	118	65
Бульйон або вода	750	750
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Яловичина (лопаткова та грудна частини)	43	32/20 ¹
Свинина (лопаткова та грудна частини)	39	33/20 ¹
Сосиски	21	20 ¹
Маса готового набору	—	60

Варене м'ясо, сосиски, обчищені огірки і яблука нарізують скибочками. Нашатковану цибулю пасерують, додаючи томатне пюре. Огірки припускають.

У киплячий бульйон кладуть огірки, яблука, м'ясні продукти, пасеровану цибулю, солять, додають спеції й варять 5—10 хв.

Перед подаванням у юшку кладуть консервовані або мариновані сливи.

1.126. ЮШКА ВОЛИНСЬКА З ГРИБАМИ

Картопля	267	200
Гриби білі свіжі	28	21/16 ²
або гриби білі сушені	8	8/16 ²
Квасоля	91	90
Цибуля ріпчаста	48	40
Олія	10	10
Відвар грибний	750	750
Вихід	—	1000

Нарізану кубиками картоплю варять у грибному відварі 15—20 хв, потім додають варені дрібно нарізані гриби (реп. № 1.21), варену квасолю, пасеровану цибулю, сіль, спеції й варять 3—5 хв. Свіжі гриби дрібно нарізують і варять разом із картоплею.

1.127. ЮШКА ГРИБНА З ВУШКАМИ

Бульйон із курей № 1.95	340	340
Відвар грибний	660	660
Вихід	—	1000

¹ Маса готової яловичини, свинини, сосисок.

² Маса варених грибів.

БРУТТО НЕТТО

На порцію 500 г:
Вушка з грибами готові № 1.116

— 300

Під час подавання в порційний посуд кладуть готові вушка, заливаю бульйоном із грибним відваром.

1.128. ЮШКА ГРИБНА З ГАЛУШКАМИ

Картопля	267	200
Гриби білі сушені	8	8/16 ¹
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Пастернак (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Олія	10	10
Галушки № 1.129	—	176
Відвар грибний	750	750
Вихід	—	1000

У киплячий грибний відвар кладуть нарізану часточками картоплю, в рять до напівготовності, додають галушки (напівфабрикат) і варять 10—15 хв. Потім кладуть шатковані варені гриби (реп. № 1.21), пасеровані цибулю корені, додають сіль, спеції й варять 3—5 хв.

1.129. ГАЛУШКИ

Борошно пшеничне	335	335
Яйця	1 1/8 шт.	45
Вода	500	500
Сіль	10	10
Маса тіста	—	880
Вихід	—	1000

Для приготування галушок у киплячу підсолену воду всипають третю частину борошна, добре вимішують і охолоджують, потім додають яйця, репш борошна й замішують некруте тісто, після чого тісто кладуть столовою ложкою в киплячу підсолену воду й варять до готовності.

Галушки можна приготувати іншим способом: тісто розклати у пласт за товшки 4—5 мм, нарізати квадратами (10×10 мм або 15×15 мм) і зварити підсоленій воді.

1.130. ЮШКА ГРИБНА З КАРТОПЛЯНИМИ ГАЛУШКАМИ

Гриби білі сушені	16	16/32 ¹
або гриби свіжі	57	43/32 ¹
Цибуля ріпчаста	48	40
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	13	10
Маргарин	20	20

¹ Маса варених грибів.

	БРУТТО	НЕТТО
Бульйон або вода	450	450
Грибний відвар	400	400
Вихід	—	1000
Для галушок:		
Картопля	1147	860
Яйця	2 1/2 шт.	100
Борошно пшеничне	60	60
Маса напівфабрикату	—	1020
Маргарин	50	50
Маса готових галушок	—	1000
На порцію 500 г:		
Галушки картопляні	—	100

У киплячий бульйон, змішаний із грибним відваром, кладуть пасеровані овочі, нарізані соломкою варені гриби (рец. № 1.21), додають сіль, заправляють спеціями й доводять до готовності.

Окремо готують картопляні галушки. У протерту картоплю, охолодну до температури 50°C, додають яйця, борошно, сіль і замішують тісто. З одержаного картопляного напівфабрикату формують галушки масою 15—20 г кожна. Відварюють їх у підсоленій воді. Як тільки вода знову закипить, швидко виймають галушки й змащують жиром. Під час подавання в юшку кладуть картопляні галушки.

Запропоновано кухарями Івано-Франківської області.

1.131. ЮШКА З ПОТРУХАМИ

Картопля	267	200
Крупи рисові	20	20
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	33	25
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Яйця	1/2 шт.	20
М'ята свіжа або петрушка (зелень)	14	10
Розсіл огірковий	100	100
Бульйон або вода	670	670
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Оброблені потрухи птиці	—	94
Маса варених потрухів	—	75

Оброблені й добре промиті потрухи (шия, крила, шлунок, серце) варять до готовності, додаючи частину коренів, потім бульйон проціджують і використовують для приготування юшки. Печінку варять окремо й відвар не використовують.

У киплячий бульйон кладуть промиті рисові крупи, варять 5—7 хв, додають нарізану часточками картоплю й варять 15—20 хв, потім додають пасеровані цибулю ріпчасту й корені, сіль, спеції й варять 3—5 хв. Заправляють юшку провареним огірковим розсолем, змішаним із розтертою свіжою м'ятою або петрушкою й сирими яйцями.

Подають юшку з вареними нарізаними потрухами.

1.132. ЮШКА МИСЛИВСЬКА	БРУТТО	НЕТТО
Картопля	247	185
Пшоно	45	45
Морква	56	45
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	42	35
або цибуля зелена	44	35
Сало шпик	26	25
Вода	950	950
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Оброблені субпродукти птиці	—	94
Маса варених субпродуктів	—	75

Оброблені й добре помиті субпродукти птиці варять до готовності, бульйон проціджують (печінку варять окремо й бульйон не використовують).

У киплячий бульйон кладуть підготовлене пшоно, нарізану кубиками картоплю і варять протягом 20—25 хв. Після цього додають нарізані дрібними кубиками пасеровані із салом шпик корені й ріпчасту або зелену цибулю, варені субпродукти птиці, нарізані дрібними кубиками, сіль, спеції й варять ще 5—7 хв.

Під час подавання посипають дрібно нарізаною зеленню.

1.133. ЮШКА ПОЛТАВСЬКА З ГАЛУШКАМИ

Картопля	267	200
Морква	50	40
Цибуля ріпчаста	60	50
Сало шпик	41,7	40
Галушки № 1.129	—	176/200 ¹
Бульйон або вода	800	800
Петрушка (зелень)	4	3
Вихід	—	1000

У киплячий бульйон або воду кладуть нарізану великими кубиками картоплю, варять протягом 3—5 хв, додають сирі галушки і варять ще 15—20 хв. За 5—7 хв до закінчення варіння кладуть дрібно нарізані моркву й ріпчасту цибулю, пасеровані з дрібно нарізаним салом, сіль, спеції.

Під час подавання посипають дрібно нарізаною зеленню.

1.134. ЮШКА ДОНЕЦЬКА З ЯЛОВИЧИНОЮ

Картопля	400	300
Цибуля ріпчаста	36	30
Морква	50	40
Томатне пюре	52	52
Часник	10	8
Масло вершкове	10	10
Вода	800	800
Вихід	—	1000

¹ У чисельнику вказана маса напівфабрикату, у знаменнику — маса готових галушок.

	БРУТТО	НЕТТО
На порцію 500 г:		
Яловичина (грудна частина)	76	56
Маса вареної яловичини	—	35

У горщик кладуть нарізану по 2 кусочки на порцію яловичину, заливають холодною водою, накривають кришкою, ставлять у духову шафу за температури 140—160°C на 1—1,5 год, потім додають цибулю, нарізану півкільцями, картоплю — часточками, моркву — кубиками, томатне пюре, сіль, спеції й варять до готовності в духовій шафі протягом 25—30 хв.

Під час подавання суп заправляють вершковим маслом, товченим часником.
Запропоновано кухарями Донецької області.

1.135. ЮШКА КАРТОПЛЯНА З КАБАЧКАМИ

Картопля	267	200
Кабачки	125	100
Помідори свіжі	118	100
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	13	10
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Борошно пшеничне	5	5
Бульйон або вода	700	700
Вихід	—	1000

У киплячий бульйон кладуть нарізану часточками картоплю й варять 10—15 хв. Далі додають нарізані часточками кабачки, помідори, пасеровані цибулю й корені. Пасероване борошно, розведене бульйоном, сіль та спеції додають за 3—5 хв до закінчення варіння.

1.136. ЮШКА ЗІ СТРУЧКОВОЇ КВАСОЛІ

Квасоля стручкова свіжа	444	400
або консервована	667	400
Борошно пшеничне	10	10
Бульйон або вода	750	750
Сметана	100	100
Вихід	—	1000

Стручкову квасолю нарізують кусочками завдовжки 2—3 см й варять до готовності. Наприкінці варіння юшку заправляють сметаною, змішаною з пасерованим борошном, і додають сіль, спеції. Подають юшку холодною або гарячою.

1.137. ЮШКА ГОРОХОВА ІЗ САЛОМ

Горох	101	100
Картопля	267	200
Морква	63	50
Петрушка (корінь)	53	40
Цибуля ріпчаста	48	40
Сало шпик	26	25
Борошно пшеничне	5	5
Бульйон або вода	750	750
Вихід	—	1000

Цибулю й корені пасерують на салі, додаючи борошно. Замочений горох варять у бульйоні протягом години. Потім додають нарізану кубиками картоплю й варять ще 20—25 хв. За 3—5 хв до закінчення варіння кладуть пасеровані цибулю та корені, солять, додають спеції.

1.138. ЮШКА З КУРЕЙ ПО-КОЛОМИЙСЬКИ

	БРУТТО	НЕТТО
Квасоля (біла)	167	165
Морква	54	43
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	36	30
Маргарин	15	15
Бульйон	750	750
Для галушок:		
Яйця	1 шт.	40
Борошно пшеничне	50	50
Сіль	1	1
Маса тіста	—	90
Маса готових галушок	—	100
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Кури	110	72
Маса готових курей	—	50

Підготовлені тушки курей, нарубані по два кусочки на порцію, обсмажують на листах до утворення кірочки. Потім підсмажене м'ясо заливають водою й доводять до кипіння, додають квасолю (попередньо замочену на 5—8 год) варять при слабкому кипінні до готовності. За 10—15 хв до закінчення варіння додають пасеровані овочі, сіль, спеції.

Потім готують тісто: розтирають яйця з борошном і сіллю, вимішують до однорідної консистенції. Готове тісто викладають у корнетик і випускають у киплячий бульйон цівкою.

Під час подавання в юшку кладуть порційні кусочки птиці.

1.139. ЮШКА ГУЦУЛЬСЬКА З КАРТОПЛЕЮ

Картопля	467	350
Морква	38	30
Петрушка (корінь)	13	10
Цибуля ріпчаста	24	20
Маргарин	10	10
Перець солодкий маринований	60	30
Часник	10	8
Вода	700	700
Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Свинина (лопаткова і грудна частини)	68	58
Маса вареної свинини	—	35

Нарізану свинячу грудну частину з кістками, по 1—2 кусочки на порцію, заливають водою й варять до напівготовності, додають петрушку (корінь), нарізану брусочками, і варять 5—10 хв. Потім кладуть картоплю, нарізану часточками, доводять до кипіння, додають пасеровані цибулю та моркву й варять до готовності. За 5—10 хв до закінчення варіння додають маринований перець, нарізаний часточками, сіль, спеції. Юшку заправляють товченим часником.

140. ЮШКА СЕЛЯНСЬКА	БРУТТО	НЕТТО
Картопля	187	140
Капуста білокачанна свіжа	225	180
Помідори свіжі	141	120
Морква	60	48
Петрушка (корінь)	21	16
Селера (корінь)	13	9
Цибуля ріпчаста	31	26
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Вода	800	800

Вихід — **1000**

На порцію 500 г:

М'ясо свинини (лопаткова і грудна частини, шпик)	76	56
М'ясо свинини (лопаткова, шийна і грудна частини)	68	58

Маса готового м'яса — **35**

М'ясні продукти готують як у рец. № 1.139.

Обчищені й нарізані скибочками моркву, петрушку, селеру й цибулю пасерують на жиру. У киплячий проціджений бульйон кладуть нарізану кубиками картоплю, доводять до кипіння, додають нарізану шашками свіжу капусту й варять 10—15 хв. Потім додають пасеровані овочі, нарізані часточками свіжі помідори, сіль, спеції й варять ще 5—7 хв.

Юшку подають із м'ясом.

141. ЮШКА РИБНА ХЕРСОНСЬКА	БРУТТО	НЕТТО
Картопля	400	300
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	60	50
Томатне пюре	40	40
Масло вершкове	15	15
Сало шпик	15,6	15
Часник	5	4
Бульйон № 1.96	700	700

Вихід — **1000**

На порцію 500 г:

Судак (філе зі шкірою й реберними кістками)	80	44
М'ясо щуки, крім морської (філе зі шкірою й реберними кістками)	124	63
М'ясо тріска (філе зі шкірою й реберними кістками)	79	61

¹ Норма закладки вказана на тріску вилуплену й без голови.

	БРУТТО	НЕТТО
або минтай (філе зі шкірою без кісток)	124	62
або короп (філе зі шкірою й реберними кістками)	119	63
Маса готового судака	—	35
Маса готової риби	—	50

Із дрібної риби й рибних харчових відходів варять бульйон, додаючи спеції, і проціджують його.

У киплячий бульйон кладуть нарізану часточками картоплю, дрібно нарізані цибулю й петрушку, варять 5—10 хв. Потім додають порційні куски риби, пасероване на маслі вершковому томатне пюре, сіль, спеції й варять ще 10—15 хв.

Юшку заправляють салом, товченим із часником.

1.142. СУП ПО-КОВЕЛЬСЬКИ

Гриби білі сушені	10	10/20 ¹
Картопля	267	200
Квасоля	40,4	40
Морква	50	40
Цибуля ріпчаста	48	40
Масло вершкове	10	10
Відвар грибний	250	250
Вода	500	500

Вихід — **1000**

На порцію 500 г:

Кури	109	72
Маса варених курей	—	50

Підготовлені варені гриби (рец. № 1.21) нарізують кусочками. Нарізані кубиками моркву й цибулю злегка пасерують. Квасоллю відварюють окремо до готовності. У готовий бульйон із курей кладуть картоплю, нарізану кубиками, і варять 10—15 хв, додають варені гриби з відваром, пасеровані овочі, квасоллю порційні куски вареної курки й кип'ятять 5—10 хв.

1.143. СУП КВАСОЛЕВИЙ ПО-ВЕРХОВИНСЬКИ

Капуста квашена	286	200
Квасоля	51	50
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	25	25
Сметана	40	40
Борошно пшеничне	6	6
Часник	11,5	9
Томатне пюре	25	25
Перець червоний	0,05	0,05
Бульйон або вода	900	900

Вихід — **1000**

¹ Маса варених грибів.

	БРУТТО	НЕТТО
На порцію 500 г:		
Ковбаса напівкопчена (одеська, або краківська, або полтавська)	52	50
Маса готової ковбаси	—	50

Перебрану, замочену квасоллю варять. Окремо припускають капусту квашену. Борошно пасерують із жиром. Подрібнену цибулю пасерують із жиром і томатним пюре, додають червоний перець. У киплячу воду або бульйон кладуть варену квасоллю й капусту, додають цибулю, нарізану соломкою ковбасу, заправляють розведеною водою або бульйоном пасеровкою з борошна й сметаною, кип'ятять, додають сіль та подрібнений часник.

1.144. СУП ГРИБНИЙ ПО-ГУЦУЛЬСЬКИ

Гриби білі сушені	15	15/30 ¹
Капуста квашена	229	160
Крупи перлові	25	25/50 ²
Цибуля ріпчаста	48	40
Томатне пюре	20	20
Борошно пшеничне	10	10
Сметана	40	40
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Перець червоний	0,05	0,05
Відвар грибний	750	750

Вихід — 1000

На порцію 500 г:		
Ковбаса напівкопчена (одеська або краківська, або полтавська)	52	50
Маса готової ковбаси	—	50

Підготовлені варені гриби (реп. № 1.21) нарізують соломкою. Дрібно нарізану цибулю пасерують із томатним пюре й додають червоний перець. Капусту квашену припускають до напівготовності, перлові крупи варять окремо до готовності. У грибний відвар кладуть нарізану соломкою ковбасу, гриби, припущену квашену капусту, варені крупи перлові, додають пасероване борошно, розведене грибним відваром та сметаною. Заправляють суп пасерованою цибулею з томатним пюре, додають сіль, спеції й кип'ятять.

1.145. СУП ІЗ ЛАЗАНКАМИ

Гриби білі сушені	10	10/20 ¹
Морква	33	26
Петрушка (корінь)	27	20
Цибуля ріпчаста	51	43
Маргарин	15	15
Відвар грибний	750	750
Для лазанок:		
Борошно пшеничне	110	110
Яйця	7/10 шт.	28

¹ Маса варених грибів.

² Маса варених крупів.

	БРУТТО	НЕТТО
Вода	25	25
Сіль	1,5	1,5
Маса тіста	—	160
Маса готових лазанок	—	300
Вихід	—	1000

Підготовлені варені гриби (реп. № 1.21) нарізують соломкою й підсмажують на жиру. Цибулю ріпчасту, моркву й корені нарізують соломкою й пасерують. У проціджений грибний відвар додають гриби, пасеровані цибулю й корені, проварюють 10—15 хв, солять, додають спеції.

Під час подавання в тарілку із супом кладуть варені лазанки.

Для лазанок замішують тісто, залишають його на 15—20 хв для набухання клейковини, потім розкачують у пласти завтовшки 1—1,5 мм, нарізують у вигляді ромбиків, злегка підсушують і варять у підсоленій киплячій воді.

1.146. СУП ГУЛЯШ-ЛЕВЕШ

Картопля	400	300
Морква	56	45
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Перець червоний	0,05	0,05
Кмин	1	1
Бульйон	700	700

Вихід — 1000

На порцію 500 г:

Яловичина (лопаткова й грудна частини)	76	56
або свинина (лопаткова й грудна частини)	68	58
або баранина (лопаткова й грудна частини)	77	55
Жир тваринний топлений харчовий	3	3

Маса вареного м'яса — 35

М'ясо нарізують кубиками, обсмажують і тупкують із цибулею майже до готовності. Потім додають нарізані моркву, петрушку, заливають бульйоном, додають картоплю, нарізану кубиками, і варять до готовності. Наприкінці варіння додають спеції, заправляють кмином.

1.147. СУП ІЗ РУБЦЯ

Морква	25	20
Петрушка (корінь)	13	10
Цибуля ріпчаста	71	60
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Борошно пшеничне	20	20
Часник	3	2
Кмин	1	1
Перець червоний	0,05	0,05
Бульйон	800	800

Вихід — 1000

На порцію 500 г:

Рубець	96	91
--------	----	----

Маса готового рубця — 50

Оброблений рубець відварюють у підсоленій воді з морквою, цибулею та коренями. Варений рубець нарізують соломкою. Борошно та цибулю, нарізану соломкою, пасерують.

У м'ясний бульйон кладуть рубець, пасеровані борошно та цибулю, додають часник, кмин, сіль, спеції й доводять до кипіння.

КУЛЕШІ

Менш розповсюдженою, ніж борщ, національною українською стравою є куліш — напівперше — напівдруге. Кулеші характерні, в основному, для східних і південно-східних областей України.

Особливістю цього виду заправочних супів є приготування основного продукту, що входить до складу страви в протертому (пюреподібному) вигляді. Через це у багатьох кухнях кулеші називають пюреподібними супами.

В українській кухні кулеші готують, в основному, з гороху, крупів, картоплі, грибів і овочів із додаванням інших продуктів.

Під час подавання в кулеші можна класти сметану, посипати їх дрібно нарізаною зеленню.

1.148. КУЛІШ ПШОНЯНИЙ	БРУТТО	НЕТТО
Пшоно	100	100
Цибуля ріпчаста	105	88
Сало шпик	26	25
Бульйон або вода	800	800
Петрушка (зелень)	4	3
Вихід	—	1000

У киплячий бульйон кладуть пшоно, кілька разів промита гарячою водою, і варять майже до готовності. Куліш заправляють цибулею, підсмаженою на салі, додають спеції й варять 3—5 хв.

Під час подавання посипають дрібно нарізаною зеленню.

1.149. КУЛІШ ІЗ ГРИБАМИ	БРУТТО	НЕТТО
Картопля	333	250
Пшоно	61	60
Гриби білі сушені	8	16 ¹
Цибуля ріпчаста	95	80
Олія	25	25
Грибний відвар	750	750
Петрушка (зелень)	5,4	4
Вихід	—	1000

Гриби варять, як вказано в рец. № 1.21, відкидають на друшляк і промивають. У проціджений киплячий грибний відвар кладуть промите пшоно, картоплю, нарізану великими кубиками, і варять протягом 20—25 хв. За 3—5 хв до закінчення варіння кладуть дрібно посічені варені гриби, дрібно нарізану пасеровану на олії ріпчасту цибулю, сіль і спеції.

Під час подавання посипають дрібно нарізаною зеленню.

¹ Маса варених грибів.

1.150. КУЛІШ СІВЕРСЬКИЙ	БРУТТО	НЕТТО
Пшоно	83	83
Морква	16	13
Цибуля ріпчаста	56	47
Сало шпик	20,8	20
Бульйон	800	800

Вихід	—	1000
На порцію 500 г:		
Свинина (лопаткова і грудна частини)	68	58
Печінка яловича	27	22
Маса вареної свинини	—	35
Маса смаженої печінки	—	15

Грудинку нарубують на невеликі кусочки й варять бульйон. Частину сала нарізують дрібними кубиками, смажать до золотистого кольору, потім додають печінку, нарізану дрібними кубиками, і обсмажують разом. Пшоно, обсмажене сало й печінку кладуть у бульйон і варять. За 5—7 хв до готовності пшона додають пасеровані на решті сала моркву й цибулю, сіль, спеції.

1.151. КУЛЕШИК ІЗ ПОМІДОРАМИ	БРУТТО	НЕТТО
Крупи перлові	100	100
Помідори свіжі	118	100
Морква	51	38
Петрушка (корінь)	24	18
Цибуля ріпчаста	45	38
Сало шпик	26	25
Петрушка (зелень)	5,4	4
Бульйон або вода	700	700
Вихід	—	1000

У киплячий бульйон кладуть зварені окремо перлові крупи, нарізані скибочками помідори й корені, нарізані дрібними кубиками, солять, заправляють спеціями й доводять до готовності.

Подають страву зі сметаною (15—25 г на порцію), посипають дрібно нарізаною зеленню.

1.152. КУЛЕШИК ГОРОХОВИЙ (КВАСОЛЕВИЙ)	БРУТТО	НЕТТО
Горох або квасоля	152	150
Морква	51	38
Петрушка (корінь)	24	18
Цибуля ріпчаста	45	38
Сало шпик	26	25
Борошно пшеничне	5	5
Петрушка (зелень)	5,4	4
Бульйон або вода	700	700
Вихід	—	1000

Варений горох (квасолію) у гарячому стані протирають, кладуть у бульйон і доводять до кипіння, потім додають пасеровані цибулю й корені, розведене бульйоном пасероване борошно, солять і варять 3—5 хв, заправляють перцем і лавровим листом.

Під час подавання кулешик посипають дрібно нарізаною зеленню.

СУПИ МОЛОЧНІ

Молочні супи приготують на незбираному молоці або на суміші молока й води. Крім натурального молока для супів можна використовувати молоко згущене стерилізоване без цукру, молоко коров'яче незбиране сухе.

1.153. СУП МОЛОЧНИЙ ПО-ПОЛІСЬКОМУ

	БРУТТО	НЕТТО
Молоко	920	920
Локшина № 1.154	80	80
Маса вареної локшини	—	200
Цукор	6	6
Масло вершкове або маргарин	8	8
Вихід	—	1000

Попередньо відварену локшину кладуть у кипляче молоко, додають сіль, цукор і варять до готовності.

Під час подавання в суп кладуть кусочок вершкового масла або маргарину.

1.154. ЛОКШИНА

Крохмаль	500	500
Молоко	1000	1000
Цукор	30	30
Яйця	2 шт.	80
Сіль	20	20
Сало шпик	20,8	20
Маса тіста	—	1594
Вихід	—	1000

Крохмаль, сіль, цукор, яйця добре перемішують, додають молоко й замішують тісто до утворення однорідної маси. З тіста випікають на змащених салом і розігрітих сковородах млинчики завтовшки 1—2 мм, нарізують на локшину й підсушують.

1.155. ЗАТЕРУХА МОЛОЧНА

Молоко	700	700
Вода	350	350
Для тіста:		
Борошно пшеничне	70	70
Яйця	$\frac{3}{10}$ шт.	12
Сіль	2	2
Маса тіста	—	80
Цукор	10	10
Масло вершкове або маргарин	10	10
Вихід	—	1000

У киплячу суміш молока і води вводять розтерте тісто, заправляють цукром, сіллю й варять до готовності. Наприкінці суп заправляють маслом а маргарином.

Запропоновано кухарями Івано-Франківської області.

ХОЛОДНІ СУПИ

Холодні супи приготують як на буряковому, так і на хлібному квасі, буряковому або іншому овочевих відварах, овочевих соках. Квас для холодних супів має бути не дуже кислим.

Під час подавання можна посипати дрібно нарізаною зеленню, поклас сметану.

1.156. БОРЩ ХОЛОДНИЙ УКРАЇНСЬКИЙ

	БРУТТО	НЕТТО
Буряки	138	110
Капуста білокачанна свіжа	200	160
або щавель	263	200
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
або зелена	63	50
Томатне пюре	50	50
Олія	25	25
Борошно пшеничне	5	5
Цукор	5	5
Часник	1,3	1
Квас буряковий № 1.97	200	200
та вода	600	600
або кислота лимонна	1	1
та вода	800	800
Вихід	—	1000

Борщ готують звичайним способом. Ріпчасту цибулю й моркву пасерують на олії. Для приготування борщу із щавлем томатне пюре не використовують. Борщ заправляють розтертим із сіллю часником і зберігають у холодному місці.

Борщ можна готувати з рибними консервами в томатному соусі з розрахунку 25—35 г на порцію, які додають за 5 хв до закінчення варіння.

У борщ із щавлем перед подачею можна покласти зварені круто яйця розрахунку $\frac{1}{4}$ шт. на порцію.

1.157. БОРЩ ХОЛОДНИЙ КРИВОРІЗЬКИЙ

Буряки	113	90
Картопля	133	100
Капуста білокачанна свіжа	125	100
Квасоля	40,4	40
Перець солодкий	27	20
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	20	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Томатне пюре	50	50

	БРУТТО	НЕТТО
Кіп'я	25	25
Борошно пшеничне	5	5
Цукор	5	5
Кислота лимонна	1	1
Вода	750	750
Вихід	—	1000

У кип'ячу воду кладуть нарізану картоплю, доводять до кипіння, додають нарізану соломкою капусту й варять 10—15 хв. Після цього в борщ кладуть варену квасолу з відваром, нарізаний соломкою солодкий перець, обчищені нарізані соломкою буряки, тушковані з томатним пюре, оцтом і олією, засеровані моркву, петрушку й цибулю з борошном, розведені невеликою кількістю води, і варять 7—10 хв. Борщ заправляють сіллю, цукром, перцем, дають прокипіти й охолоджують.

1.158. БОРЩ ХОЛОДНИЙ З КВАСОЛЕЮ

Буряки	115	90 ¹
Картопля	124	90 ¹
Капуста білокачанна свіжа	113	90
Квасоля	35,4	35
Цибуля зелена	63	50
Яйця	1 шт.	40
Цукор	5	5
Квас хлібний	600	600
Оцет 9% -й	5	5
Кріп (зелень)	4	3
Сметана	40	40
Вихід	—	1000

Буряки варять у шкiрці, додаючи оцет, обчищують і нарізують соломкою. У хлібний квас кладуть буряки, зварену в шкiрці, обчищену, нарізану скибочками картоплю, припущену нашатковану капусту, варену квасолу, січені яйця (білки), зелену цибулю й кріп. Борщ заправляють сметаною, жовтками, розтертими із цукром, солять і зберігають у холодному місці.

1.159. БОРЩ ХОЛОДНИЙ СЕЛЯНСЬКИЙ

Буряки	131	100 ¹
Картопля	137	100 ¹
Чорнослив	40	60 ²
Огірки свіжі	75	60
Цибуля зелена	63	50
Яйця	5/8 шт.	25
Цукор	15	15
Сметана	40	40
Кислота лимонна	1	1
Буряковий відвар	340	340

¹ Маса варених обчищених овочів.

² Маса вареного чорносливу.

	БРУТТО	НЕТТО
Кріп (зелень)	4	3
Вода	340	340
Вихід	—	1000

Охолоджений буряковий відвар змішують із кип'яченою холодною водою, додають варені шатковані буряки, зварену в шкiрці, обчищену й нарізану скибочками картоплю, нарізані скибочками свіжі огірки, посічені яйця (білки), лимонну кислоту, дрібно нарізані зелену цибулю та кріп. Борщ заправляють сметаною, вареними жовтками, розтертими із частиною цукру, додають охолоджений зварений з цукром чорнослив із відваром, солять і зберігають у холодному місці.

1.160. ХОЛОДНИК НА ДДНПРЯНСЬКИЙ

Огірки свіжі	150	120
Щавель	50	38
Шпинат	51	38
Цукор	10	10
Яйця	3/5 шт.	24
Сметана	40	40
Цибуля зелена	48	38
Квас хлібний № 1.98	675	675
Кріп (зелень)	11	8

Вихід	—	1000
--------------	---	-------------

На порцію 500 г:
Яловичина (лопаткова, підлопаткова і грудна частини, крайка)

	76	56
--	----	----

Маса готового м'яса	—	35
----------------------------	---	-----------

У холодний хлібний квас кладуть припущені й протерті щавель, шпинат, свіжі обчищені огірки й варене м'ясо, нарізані дрібними кубиками, січені яйця (білки), дрібно нарізану зелену цибулю, кріп.

Страву заправляють сметаною, вареними жовтками, розтертими із цукром, солять і зберігають у холодному місці.

1.161. ЮШКА ХОЛОДНА НА ТОМАТНОМУ СОЦІ

Картопля	137	103/100 ¹
Морква	126	101/100 ¹
Огірки свіжі	156	125
Горошок зелений консервований	154	100
Сік томатний	350	350
Вода	250	250

Вихід	—	1000
--------------	---	-------------

Картоплю й моркву варять у шкiрці й обчищують. Овочі нарізують дрібними кубиками, додають зелений горошок, заливають томатним соком, розведеним охолодженою кип'яченою водою, солять і зберігають у холодному місці.

¹ Маса варених обчищених картоплі та моркви.