

ЗАЯВКА № 8

Ім'я: Світлана

Рік народження: 1984

Пісний борщ з квасолею та грибами

„Скільки ни путешествуи, а все равно домой тянет. Борща хочется!“

Андрей Данилко

Деякі вважають, що пісний борщ - це блюдо суто для поста, що за смаком і по ситності він поступається звичайному м'ясному борщу.

Це явна помилка, і так думають ті, кому не довелося скуштувати справжній пісний борщ з грибами і квасолею.

Незважаючи на те, що цей борщ пісний і готується без м'яса, він виходить настільки ароматним, ситним і наваристим, що проти нього бліднуть інші «супчики».

Я не перебільшую, це правда. Приготуйте, і переконайтеся в цьому самі. Отже, ділюся рецептом пісного борщу з грибами і квасолею.

Отже, для приготування борщу Вам знадобиться:



- 3л грибного відвару або води
- 3 ст. ложки квасолі (40гр)
- 1 цибулина (100гр)
- 1 морквина (80гр)
- 300 г капусти (1/4 середнього качана)
- 3-4 невеликі картоплини (400 г)
- 1 невеликий буряк(150гр)
- 1 болгарський перець(200гр)
- 200 г печериць
- 4-5 помідорів (400гр)
- 2-3 зубчики часнику
- сіль, чорний мелений перець
- рослинна олія для обсмажування
- ½ ст.л. оцту винного або яблучного
- свіжа зелень
- 3 лаврових листки
- 4-5 горошин запашного перцю

Технологія приготування

- ❖ Замочіть квасолю в 1 склянці води на кілька годин або на ніч. Потім воду злийте, а квасолю залийте 3л грибного відвару або води, і варіть до напівготовності.
- ❖ Дрібно нашаткуйте цибулю і підсмажте її до золотистого кольору. Додайте до цибулі натерту на крупній тертці або нарізану дрібною соломкою моркву і пасеруйте ще 2-3 хвилини, потім перекладіть цибулю з морквою в каструлю. Додайте запашний перець.
- ❖ Наріжте картоплю кубиками і покладіть в каструлю. Варіть близько 5 хвилин.
- ❖ Наріжте капусту і болгарський перець кубиками. Додайте в каструлю.
- ❖ Натріть на крупній тертці або наріжте дрібною соломкою буряк, злегка обсмажте в 1 ст. л. рослинної олії. Коли буряк перестане бути жорстким, влийте 1/2 ст. ложку оцту (краще винного або яблучного), перемішайте і тушуйте ще 5 хвилин на невеликому вогні, а потім перекладіть в борщ.
- ❖ Покладіть в каструлю лавровий лист. Посоліть борщ за смаком.
- ❖ Наріжте гриби часточками і пасеруйте в олії на пательні кілька хвилин, періодично помішуючи. Коли вся рідина википить, додайте гриби в каструлю з борщем. Варіть ще 5 хвилин.
- ❖ Ошпарте помідори окропом, зніміть шкірочку і натріть на тертці.
- ❖ Додайте мелений перець, перемішайте і покладіть в каструлю. Варіть 4-5 хвилин.
- ❖ Додайте в борщ часник і зелень. Через 2 хвилини вимкніть вогонь, накрийте кришкою і дайте настоятися хвилин 20.



Під час суворого посту сметану в борщ не кладемо, а решту часу пісний борщ з квасолею та грибами неодмінно подаємо зі сметаною.

Гарним доповненням до борщу будуть

Пампушки з часниковою заправкою

Для їх приготування необхідно:

- ✓ Борошно - 300 г
- ✓ Дріжджі - 10 г
- ✓ Молоко(або вода в піст) – 150гр
- ✓ Сіль - 0,5 ч.л.
- ✓ Цукор - 1 ст. л.
- ✓ Рослинна олія - 1 ст. л.

Для часникової заправки:

- ✓ Часник – 3 зубчики
- ✓ Олія – 2ст.л.
- ✓ Сіль, перець за смаком



1. Спочатку готуємо опару: дріжджі, сіль, цукор, 2 ложки борошна розводимо в теплому молоці. Чекаємо, коли дріжджі почнуть пузиритися.
2. Тепер в опару додаємо просіяне борошно добре перемішуємо. Додаємо рослинну олію, добре вимішуємо тісто і ставимо в тепле місце.
3. Тісто має піднятися і стати за обсягом в 2 рази більше. Знову розминаємо його руками і формуємо невеликі кульки. Деко змащуємо маслом, на нього поміщаємо майбутні пампушки і ставимо в розігріту до 180-200 градусів духовку. Випікаємо, поки не зарум'яняться.
4. Поки печуться пампушки, готуємо часникову заправку: з'єднуємо подрібнений часник, рослинну олію, сіль, чорний перець або будь-які спеції за вашим бажанням. Якщо заправка сильно густа, то можна додати трохи води. Все ретельно перемішати.
5. Готові пампушки вийняти з духовки і відразу змастити часниковою заправкою.



СМАЧНОГО!!!