

СОЮЗ УКРАЇНОК АМЕРИКИ
ПРАКТИЧНА КНИГОЗБІРНЯ Ч. 1—3

КУХОВАРСЬКІ ПРИПИСИ

М'ЯСИВО
ГОРОДИНА Й ОВОЧІ
ПЕЧИВО

упорядкувала

НАТАЛЯ КОСТЕЦЬКА



ФІЛЯДЕЛЬФІЯ, 1969



СОЮЗ УКРАЇНОК АМЕРИКИ

ПРАКТИЧНА КНИГОЗБІРНЯ Ч. 1

МЯСИВА

КУХОVARСЬКІ ПРИПISИ

упорядкувала

НАТАЛЯ КОСТЕЦЬКА



Філадельфія

1953

З друкарні В-ва „АМЕРИКА”, 817 Норт Френклин Стріт, Філадельфія 23, Па.

Вступне слово

Живемо на нових поселеннях, наладнуємо по новому своє життя. Будуємо родину, щоб вона, як і ми — могла колись пристигти користь нашій громаді.

В упорядкованій родині повинно бути наладнане й добре харчування. Нові течії кажуть його достосувати до вимог нашого організму та до клімату, в якому живемо. Добрі, практичні приписи цієї книжки улегнуть нам це.

Вже в першому зшитку її, що присвячений мясивам, зрозумієте її напрямні. Не даю надто вибагливих страв, не перевантажую стравопису старосвітськими приписами. Подаю докладний опис добрих, здорових страв у різних відмінах. До цього загальний вступ пояснює спосіб приладжування того чи іншого харчевого продукту.

Після першого зшитка прийде ще кілька їх, що обіймуть інші ділянки куховарення, як „Городину й сирівки“, „Печиво“ й „Лакоминки“. Кожна з цих ділянок опрацьована на засадах нововішого харчування. На кінці передбачені також вказівки як укладати стравосписи.

Всі молоді господині, що не мали зможи у воєнній завірюсі та повоєнній мандрівці правильно куховарити — радо повітають цю книжку. А й досвідчені пані дому радо переглянуть її, коли йде при вивчення страв нового поселення, які ми повинні теж засвоїти.

Тому з довірям випускаю перший зшиток, сподіваючись доброї та прихильної зустрічі.

Філаделфія, у березні 1953.

Авторка.



Дещо про мясо

Поміж різнородними складниками, що виступають у нашому харчуванні — на перше місце висувається мясиво. Мясні страви дуже різнородні, тому що маємо різні роди мясива та різні способи приладжування його. Цей харчевий продукт конечний у нашій відживі з огляду на білковину. Та водночас він є дорожчий, як інші і вже з огляду на те слід присвятити йому більше уваги.

Щоби мясо годилося до вживання та під час приладжування та під впливом температури відповідно змякло, мусить тварина по забитті відлежати якийсь час у відповідних умовинах. Загально кажемо, що мясо мусить „до зріти“, вилежатись. Це має велике значення, головно для того мяса, що призначено до печення. Так, наприклад, мясо курки, коли спечемо її зараз по зарізанні, не буде ніколи мягким. Тому таку курку слід тільки зварити, коли вже конечно спожити її зараз.

Мясо, яке купуємо у продажі, вже є придатне до вживання. Та коли б ми хотіли в якомусь випадку приспішити його „до зрівання“, найкраще послугуватись до цього квасом, напр. намочити в квасному молоці, або приправити оцтом (байцом).

Підготовляючи мясо — слід придержуватись таких вказівок:

Мяса не вільно намочувати довго в воді. Різні складники розпускаються навіть у зимній воді і мясотратить свою відживну вартість. Зібрати тупою стороною ножа занечищення з поверхні мяса і скоро сполоскати його руками під біжуchoю водою.

Спосіб приладжування мяса можна поділити на такі групи:

- а) варене,
- б) смажене у малій і більшій кількості товщі,
- в) печене,
- г) душене.

Мясні варені страви

Мясо варимо у воді враз із костями і городиною. Вода повинна бути легко посолена, щоби зберегти у мясчих комірках якнайбільшу кількість складників. Мала кількість солі, розпущенна в воді, вирівнює різницю тиснення внутрі і ззовні мяса. Та все ж таки певна частина соків переходить до води.

Навіть у зимній воді частина білка розпускається. — Коли вкладаємо мясо до гарячої води, можемо заважити, як білок стинається на поверхні, вкриваючи мясо білою верствою. І ця верства стягого білка утруднює дальший переход соків до води. Т. зв. „шум“ на росолі, це власне кусники стягого білка і тому не слід його збирати, а залишити, нехай росол зовсім звариться. Він осяде на дні, коли росіл відставимо з вогню.

Якщо бажаємо мати міцний росіл, тоді вкладаємо мясо (шинку, курку, чи рибу) до зимної води (напр. для хворих). Однака хворим на артреозі не слід їсти мясного вівару. Та коли нам залежить на соковитому мясі, тоді вкладаємо його в окріп (напр. шинку).

Якщо варене мясо подаємо зимне, то слід виймати його з росолу аж тоді, коли воно прохолоне. Треба, щоби мясна тканка втягнула відповідну кількість рідини.

Варене мясиво подаємо та-кох із майонезом. Це підно-сить відживну вартість його і додає трохи млявому смаку пі-кантності.

Дуже популярний серед вареного мясива — студенець.

Він має таку саму відживну вартість, що й росіл, а вважається легкостравним (мясо варене!), якщо він із телятини чи дробу. Це є страва вигідна, бо можна її приготувати завчасу.

До групи вареного мясива входить теж паштет, хоча його приладження трохи відмінне. Паштет складається звичайно з кілька родів мяса із додатком товщу та городини, чи булки. Це є теж страва високо-кальорична та коштовна, як через свої складники так і через втрату часу та вклад праці.

Деякі варені мясива приготовляються з легкостравною потравковою підливою (курка, телятина). Тоді заливаємо мясо лише малою кількістю води, щоб опісля цей вивар стався підставою до підливи. Розтираємо масло з мукою, заливаємо частинно гарячим виваром із мяса, добре розмішуюмо та заливаємо мясо, нехай раз закипить. Додаток підливи збільшує кальоричну вартість страви. Масло, розбите з мукою на малі кульочки, не обтяжує шлунку, отже така підлина легкостравна. Цієї страви вживають часто у харчуванні хворих чи виздоровців.

До підправи вареного мясива вживають у нас часто засмажки (язик у сірій підливі, флячки, телячі легені). Та тоді ця підлина тяжче стравна через засмажену муку.

Оттакі загальні засади варених мясних страв. В загальному вони значно здоровіші, як смажені чи печені мясива і тому слід над ними застановитись та впровадити їх ширше до нашого стравоспису.

Росолове м'ясо

Потрібно на 4 особи:

2 ф. волового м'яса

закришка (петрушка, морква, $\frac{1}{4}$ волоської капусти, корінь або біло салери, цибуля)
сіль

М'ясо помити. Якщо бажаємо мати добрий росіл, тоді заливаємо його зимною водою, а коли залежить на добром мясі, тоді гарячою. Почистити закришку. Цибулю прилекти злегка, тоді росіл має кращий смак і гарну, золотисту краску. Коли вода закипить, вкинути закришку і звільнити вогонь. Росіл повинен дві години легко кипіти. Шуму не збирати, бо він потім легко осяде. Коли готове, вийняти м'ясо. На росолі заварити галушки. М'ясо покроїти на скибки. До нього годяться різні підливи та цвікли чи огірок.

Увага: Коли нам іде про міцний росіл (напр. для хворого) тоді можна вживати різні кусники м'яса. З волового найкраще годиться літка, бо вона має спеціальний білок, який виварюється. Але можна дати кусники з різних частин тварин. Також добре смакує росіл із кусників м'яса волового й курячого.

Телячі легені

Потрібно на 6-8 осіб:

2 ф. телячих легенів

1 ф. мішаючої городини (морква, цибуля, салера, капуста і пори)

1 лавровий листок

4 зерна цілого гіркого перцю

1 літра води

1 ложка масла

1 ложка муки
сіль, перець

$\frac{1}{2}$ ложки соку з цитрини
1 ложка січеного кропу

Городовину почистити і цілу залити водою, додати пріправи і заварити. Тоді помити легені, вложить на кипячу городину і варити (около $1\frac{1}{2}$ години). Перецідити через ситко. Городину і легені покроїти на довгі пасочки. Масло розтерти в мисці з мукою, залити частиною вивару, вимішати і влити на вивар. Додати городину й легені, раз заварити. Доправити до смаку сіллю і перцем. Додати соку з цитрини і січеного кропу.

До того годиться гречана каша, затирана краківська та галушки.

Теляча потравка

Потрібно на 4-6 осіб:

- 1½ ф. телятини
- ½ ф. мішаної городини (капуста, морква, салера, цибуля)
- 2 пайнти води
- 1 ложка масла
- 1 ложка муки
- зелена петрушка

Городину почистити, залити водою, посолити й заварити. Телятину помити і вложити на кипячий вивар. Коли звариться до мягкості, перецідити через ціцило. Мясо покрасти на досить великі кусники. Розтерти масло з мукою і залити гарячим виваром. Додати мясо, раз заварити і доправити сіллю до смаку. Перед поданням додати дрібно посічену петрушку.

Так само приготовляється потравка з курки.

Студенець

Потрібно:

- 4 ніжки свинячі
- 2 кусники курятини
- закришіка, як до росолового мяса
- перець англійський і звичайний
- кусник лаврового листка
- 2-3 зубчики часнику

Помити ніжки і залити зимою водою, нехай засилить. Тоді вкинути почищену закришку і приправу. Варити на легкому вогні, курятину додати пізніше. Варити так довго, аж мясо буде зовсім відставати від костей. Тоді злити росіл, мясо вийняти і відділити від костей. Мясо укладати в салятирці. Окремо втерти часник, вкинути до росолу й процідити росіл на уложене мясо. Коли прохолоне дати до леднички, щоби застигло.

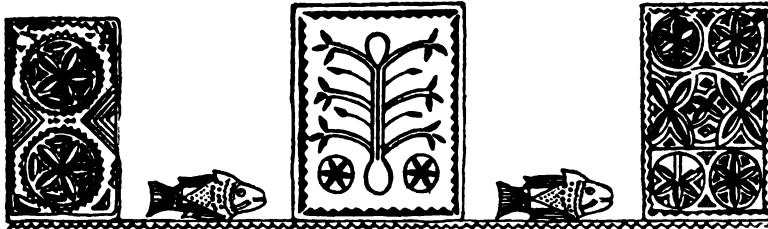
Шинка варена

Потрібно:

- 1 шинка зі шкіркою

До варення шинка мусить бути зі шкіркою, бо мясо обгорнене товщем і шкіркою, не віварюється. Перед тим спробувати кусник чи не надто солона. Якщо так, тоді можна намочити на ніч у холодній воді.

До варення залити шинку водою, щоби мясо зовсім вкрила. Варити около 20-30 хвилин на фунт ваги. Спробувати філкою, чи мягка. З виваром відставити на холодне місце, нехай зовсім вистигне. Шинка втягає в себе певну кількість вивару і є дуже смашна.



Смажене мясо

На мясні страви смажені го-
дяться всі роди мясива — во-
лове, теляче, свиняче, дріб ітд.

Процес смаження відбуваєть-
ся безпосередньо на вогні, де
при помочі більшої чи меншої
кількості добре розігрітого
товщу змягшується мясна ткан-
ка.

До смаження мясо мусить бу-
ти відповідно приготоване. Це
малі кусники мяса, плоско роз-
товчені так, щоб коротко-три-
вале підсмажування з одної і
другої сторони дало нам готову
страву. Грубого кусника мяса
не можемо всмажити, бо поки
внутрішня частина розігрілась
би, то поверхня мяса уже зго-
рила б.

Кусник мяса можемо вклада-
ти на добре розігрітий товщ,
лише посоливши його, коли ладимо
біфштик. Обсипаний мукою
це товченик. Кусник мяса обтаканий у муці, яйці і тертій
булці — це котлета.

Слід памятати при котлетах,
що солити треба їх тоді вже,
коли їх підсмажуємо. Посолене
мясо виділює певну кількість
соку, яка під час смаження па-
рує та підносить шкірочку з
муки, яйця і булки. Це відбивається на вигляді котлета та-
кож тому, що виділені соки, в
яких є білок, пригорають на
товщі на чорні кульочки.

Четвертий рід смаженого мя-
сива це січеники, що їх ладимо
з меленою мясом, булки і яйця
та обсипуємо тертою булкою.
В Америці такий січеник ладять
без додатків, вичислених угорі.

Дуже важне є при смаженні,
щоби товщ був сильно розігрі-
тий. Над його поверхнею повин-
нен підіматись легкий димок.
Вложені кусники мяса зараз же
охолоджують товщ, а поверх-
ня мяса стинається і вкривається
шкірою, яка скоро прибирає
гарну, румяну краску.

Коли це злегковажимо й вло-
жимо мясо на холодний товщ,
тоді поверхня мяса не стинається зараз, мясні соки виділюються (не забуваймо, що кожне
мясо, приготоване до смаження — товчене, отже має мясну тканку розбиту), а через наявність хоч би малої кілько-
сти рідини — смаження припиняється. І тому то кажемо, що
мясо не прирумянилось, не є
соковите і тим самим несмаш-
не.

Ще одна форма смаженого
мяса — це мясо в тісті. Звичай-
но мясо вже зварене, яке хоче-
мо подати у гарячій формі та
збільшити його естетичний ви-
гляд. Це є паштетики з мясом
або мозком, або котлети з телячого містка.

Волові товченики

Потрібно на 4 особи:

- 1 ф. волового мяса (4 кусники)
- 1 ложка муки
- сіль, перець
- 2 ложки товщу
- 1 цибуля
- 2 ложки води

Мясо почистити, добре потовкти і сформувати подовгуваті кусники. Обтачати в муці, посолити й поперчити. Товщ добро розігріти й підсмажити мясо з обох сторін. Тепер вкинути на товщ покраяну цибулю і легко її прирумянити. Вкінці капнути трохи води, нехай усе закипить. Тоді виложити на полумисок.

Вепрові котлети

Потрібно на 4 особи:

- 4 котлети з полядвиці з кісткою
- 1 яйце
- 1 ложка муки
- 2 ложки булки
- 2 ложки товщу

Мясо почистити, потовкти. Яйце добре розбити. Мачати мясо в муці, яйці й булці. Товщ добро розігріти. Підсмажити з обох сторін, аж буде легко румяне. Тепер посолити (гл. стаття на ст. 8), зменшити вогонь і залишити на хвилину, щоби мясо втягнуло сіль. Вибрести з товщ на полумисок.

Котлети з телячого містка

Потрібно на 4-6 осіб:

- 1½ ф. телячого містка
- 2 л. води
- 1 яйце
- 5 ложок муки
- ½ скл. молока
- 4 ложки товщу

Мясо помити, вложить на кипячу воду і зварити так, щоб усі болонки стали м'які. Вибрести з вивару, а вивар ужити на юшку.

Мясо почистити з костей і хрясток, розложити на стільниці й другою дощинкою зверху притиснути. Залишити в холодному місці, щоби прохололо. Тоді покраяти в квадрати або прямокутники у формі котлетів.

Тепер приладжувати тісто. Розбити яйце, додати муку й молоко, сіль і добре розмішати. Мачати кусники мяса в тісті і смажити на розігрітому товщі з обох сторін, аж будуть румяni.

Січенники в помідоровій заправі

Потрібно:

- ½ ф. м'ясо волового
- ½ ф. м'ясо вепрового
- 4 ґрінки білого хліба
- 1 ложка товщу
- 1 цибуля сер. величини
- 1 яйце
- сіль, перець

Потрібно до підливи:

- 2 ложки товщу
- 1 ф. помідорів
- 1 цибуля
- ½ склянки квасної сметани
- 1 ложка муки
- сіль, цукор

Хліб намочити і видушити з води й вимішати з меленим мясом. Посікти дрібно цибулю, вкинути на товщ, прикрити риначку і піддушити злегка. Має бути зовсім ясної краски. Вимішати з мясом, вбити яйце, додати солі й перцю до смаку. Добре все вимішати. Виробити мясні кулі, виложити на розігрітий товщ і підсмажити з усіх сторін.

Помідори покраяти на кусники і зварити разом із цибулею, покраяною в платки. Коли розвариться, перетерти через ситко. Розколотити муку зі сметаною, залити тим юшку з помідорів і раз заварити. Додати солі й перцю до смаку. Вложить підсмажене мясо до підливи, раз заварити і відставити в тепло місце на пів години. Подавати з макароном.

Котлети з мозку

Потрібно на 4-6 осіб:

- 3 телячі мозки
- 2 ложки муки
- 1 яйце
- 4 ложки тертої булки
- 4 ложки товщу
- сіль

Мозки помити й обібрать з болон. Поділити на частини. Обтачати в муці, добре розбитому яйці і тертій булці. Товщ добре розігріти. Підсмажити на легкому вогні з обох сторін, аж будуть румяні. Посолити, вставити до легко розігрітої печі на 15-20 хвилин. Подавати з гострою салатою.

Печінка теляча

Потрібно на 4 особи:

- 1 ф. печінки
- 1 ложка муки
- 1 яйце
- 2 ложки тертої булки
- 4 ложки товщу

Печінку помити. Обібрать з болон, повирізувати грубші жили і покраяти на скибки. Обтачати в муці, яйці і булці. Смажити на добре розігрітому товщі румяно з обох сторін. Всмажену посолити. Смажити безпосередньо перед подаванням. Подавати з картоплею та зеленою салатою.



Мясо душене

У цьому способі сполучуємо смаження й варення мяса, що дає в висліді смашну душену страву. Таке мясо обтачуємо в муці, румянимо з усіх сторін на сильно розігрітому товщі а потім підливаємо водою, посудину прикриваємо покришкою і варимо на легкому вогні. Це й зв'ється душенням (тушкованням). Тканики мяса змягшуються під впливом гарячого товщу, а потім усе вариться в воді й парі, яка витворюється в накритій посудині. Звичайно викінчуємо таку страву підливою, бо вивар із душеного мяса дуже смажний і поживний.

Якщо кусники мяса менші (гуляш), тоді час душення три-

ває коротше. Коли мясо є в одному більшому куснику, (душена печень), тоді душення триває довше. Душена страва не має такого ароматичного запаху, як печена у печі, але вона здоровша та її можна приладити й там, де печі немає.

Через товсті підливи ці страви є вище кальоричні і тому відповідні для фізично-працюючих. Тому що підлива звичайно засмажена, душене мясо не годиться для хворих і віздоровців. Однаке коли підлива природня, тоді ці страви здоровіші, як смажене мясо.

До мясних страв душених подаємо звичайно мучні додатки, як риж, каші чи макаран.



Гуляш

Потрібно на 4 особи:

- 1 ф. волового мяса
- 1 ф. або трохи менше цибулі
- 1 ложка товщу
- 1 ложочка солодкої паприки
- 1 зубець часнику
- 2 ложки помідорових повил
- або 2 помідори
- дрібка кмену

Покраяти мясо на плоскі кусники, так що вийде 18 до 20 шт. Цибулю покроїти у пластинки й кинути на добре розігрітий товщ. Коли цибуля легко зарумяниться, тоді кинути ложочку солодкої паприки, ще трохи помішати і залити чотирма ложками зимної води. Більше води не слід давати, бо мясо не вдушиться добре. Тепер щойно додати приготоване мясо й посолити все. Далішою приправою є розтертий зубець часнику, дрібка кмену і помідори в формі повил чи свіжі. Це все треба прикрити покришкою й душити поволі на дуже легкому вогні впродовж одної години. Сок із мяса й цибулі випарується, а мясо вже зміякне, але ще держиться в формі. Цибуля розвариться на одностайну підливу.

Подаємо з картоплею, галушками, макароном.

Душена вепрова печења

Потрібно на 4 особи:

- 2 ф. мяса вепрового від шинки
- $\frac{1}{2}$ ф. цибулі
- дрібка кмену

Помити мясо, посолити. Покраяти цибулю на пластинки, дати до ринки без товщу і на це покласти мясо. Посипати дрібкою кмінку. Покласти на добрий вогонь і влити пів горнятка води. Товщу не даємо взагалі, бо вепрове мясо товсте і з нього товщ витоплюється. Прикрити покришкою. Коли закипить вода, зменшити вогонь і душити півтора години. При цьому треба пильнувати й постійно доливати потрохи води, щоб печења не висхла та при кінці була природня підліва.

Подаємо з картоплею і душенуо солодкою чи квасною капустою.

Завиванці душені

Потрібно на 4-6 осіб:

- 1 ф. телятини від шинки
- $\frac{1}{4}$ ф. вуженої солонини паприка, сіль, часник
- 1 ложка муки
- 1 ложка товщу
- 1 склянка води

Почистити мясо. Покраяти на платки, потовкти товчком. Солонину покраяти на тонкі платки і накладати на мясо. Посипати паприкою, посолити й посыпати дрібно січеним часником. Звинути, звязати ниткою й обсипати мукою.

Розігріти товщ, підсмажити мясо румяно з усіх боків. Підлити водою, прикрити покришкою й душити на легкому вогні около 1 год. Подавати з галушками або рижом.

Паприкаш із телятини

Потрібно на 4-6 осіб:

- 1 $\frac{1}{2}$ ф. телятини
- 1 ложка муки
- сіль, паприка
- 1 ложка товщу
- 1 зубець часнику
- $\frac{1}{2}$ л. води
- $\frac{1}{8}$ л. квасної сметани
- зелена петрушка

Телятину помити, покраяти на кусники й обсипати мукою. Добре розігріти товщ і підсмажити на ньому мясо, щоб було румяне. Залити водою, додати сіль, дрібно січений часник, паприку і зварити на легкому вогні, прикривши посудину, аж буде мягкое. Розколотити сметану, додаючи трохи підливи з мяса. Залити сметаною мясо й добре вимішати. Перед подаванням додати дрібно січену петрушку. Подавати з кашами, або з макароном.

Вепровина з городиною

Потрібно:

- 1 ф. вепровини від шинки
- 2 ложки муки
- 2 ложки товщу
- 1 ф. мішаної городини (капуста, морква, салера, паприка, петрушка)
- $\frac{1}{2}$ ф. сухого гороху
- $\frac{1}{2}$ ф. помідорів
- сіль, перець.

Вепровину почистити, покраяти на кусники, обтачати в муці, посолити і підсмажити румяно з обох сторін. Городину почистити, покраяти у пасочки, піdlити трошки води, додати мясо і зварити до мягкости. Горох намочити на ніч, зварити, перетерти, додати до городини. Помідори зварити, перетерти і також влiti туди. Все разом добре вимішати, додати солі і перцю.

Подаемо з вареною картоплею.



Мясо печене

Уже вище згадана назва вказує на те, що печені мясні страви вимагають печі. Змягшування мясних тканок відбувається підо впливом розігрітого товщі зі споду, а гарячого воздуху довкруги.

Процес печення можемо застосувати при всіх родах мясива (волове, теляче, бараняче, свиняче, дріб, риба). До печення мясо мусить бути відлежане, щоб було крихке й соковите. Про те вже ми перед тим відразу згадували.

Печене мясо приготовляємо звичайно в більшому куснику, хоча нераз печемо й менший, а тоді скорочується й час печення.

Печене мясо має свій особливий, запашний смак. Він витворюється через те, що підо впливом гарячого воздуху білок на його поверхні стинається та легко припікається. В цьому й лежить тайна добре спеченого мяса. Треба скоро прирумянити поверхню, внутрі змягшити волокна та зберегти якнайбільше мясних соків унутрі, пам'ятуючи, що поверхня повинна бути легко-румяна, а не спалена.

Мясо приготоване до печення не повинно мати води на по-

верхні. Тому то, коли хочемо мати густішу підливу, обсипаємо мясо мукою, яка втягає зовнішню вогкість мяса та вложена до печі — гарно румяниметься. Коли нам не залежить на підливі (напр. коли вживаємо печеного мяса зимного або ладимо окрему холодну підливу), тоді витираємо мясну штуку стирочкою, щоби поверхня була зовсім суха. Відомо, що кожна краплина води обнижує температуру. Тоді мясо, вłożене до печі, вимагає довшого часу, щоби було румяне, а в тому часі підо впливом гарячого воздуху виходять мясні соки з внутрішніх волокон. І ось печеня не може зрумянитись, а по спеченні не можемо сказати, щоб була соковита. Тому то піч мусить бути добре вигріта й гаряча, товщ добре розігрітій, поверхня мяса суха, впродовж перших 20-30 хвилин температура вища, яку можна пізніше зменшити.

Більші мясні штуки (напр. індик, печеня понад 10 ф.), прикривається тоді, коли вже гарно зарумянилися. До цього годиться добре алюмініевий папір, який дуже щільно закриває пательню. Так можемо залишити мясо на 2-3 години, не відкриваючи й не поливаючи

його. Папір дуже щільно вкриває мясо, витворена пара з мяса береже його від припалення, а м'ясо втягає в себе весь за-

пах. Спечене, воно має дуже добрий смак.

Час печення

Перших 20-30 хвилин завжди температура вища від 400° , а доходить до 450° . Що більший кусник мяса, то й більша початкова температура, бо й настає більше обниження її внаслідок вложеного мяса. Дальший процес печення залежний від роду мясива.

Перехід до цієї меншої температури осягаємо найскорше тим, що підливамо трошки води. З цього постає підливка, яку опісля подаємо з мясом.

Підливки можна різно заправити. Додаємо цибулю або різного роду коріння. Часом підби-

ваємо їх сметаною, а тоді дістаемо висококалоричну сметанову підливу.

| Рід мяса | Темпера-тура печі | Кільк. хв. на фунт |
|----------------------------|-------------------|--------------------|
| волове | 325° | 20-25 хв. |
| вепрове свіже | 350° | 30-35 " |
| вепрове вуджене (шинка) | 300° | 25 " |
| баранина (ягня) | 300° | 25-30 " |
| телятина | 300° | 25-30 " |
| дріб: курка | 300° | 30 " |
| качка | 325° | 20-30 " |
| гуска | 325° | 20-25 " |
| індик | 325° | 15-25 " |



Волова печена з начинкою

Потрібно на 8-10 осіб:

- 3 ф. мяса
- 1 ложка масла
- 1 цибуля

До начинки:

- 2 цибулі
- 2 ложки тертої булки
- 1 ложка масла

Мясо побити, посолити і поварити на розігріті масло й обрумянити з обох сторін. Потім вкинути цибулю, покраїну на кружальця і душити під покришкою одну годину, доливаючи час від часу дрібку води.

Дві цибулі втерти на терці, дати ложку масла, терту булку і добре перетерти. Мясо вибрести на кружок, покроїти в тоненькі скибки і що другу перекроїти до споду. Накладати начинку в нерозрізані до споду розрізи і стулювати їх докупи. Вложить ще раз до ринки і душити ще пів години. При кінці посыпати злегка мукою і підлити трошки води, щоб утворилася підлива.

Подаеться до того картоплю і душену капусту.

Фальшивий заяць

Потрібно на 8-10 осіб:

- ¾ ф. волового, меленого мяса
- ¾ ф. свинячого, меленого мяса
- 4 гринки білого хліба
- 1 мала цибуля
- 1 ложка товщі
- 1 яйце
- 1 білок
- сіль, перець
- 4 ложки води
- 4 зерна цілого перцю
- 1 лавровий листок
- 2 ложки товщі
- 2 ложки тертої булки
- 1 склянка сметани
- 2 ложки муки

Намочити хліб у воді, видушити, змолоти й додати до мяса. Цибулю дрібно посікти, підсмажити на товщі на зовсім ясну краску. Смажену цибулю, білок і яйце додати до мяса та соли й перцю до смаку. Додавши воду, дуже добре виробити, щоб творило одну суцільну масу. Виложити на стільницю, посыпану булочкою і виробити рівненький валок. У посудині добре розігріти товщ та вложить на нього мясо. Пекти на 450 ст. впродовж 20 хвилин. Коли прирумяниться, влити трохи води, дати перець, лавровий листок і пекти впродовж 45 хвилин на 350 ст. Потім залити сметаною, розколоchenою з мукою, нехай раз закипить.

Вибрести мясо на стільничку і покраїти в скибки. Уложить на полумиску і залити перецідженою підливою. Подавати з галушками або кашею та бурячками.

Січена телятина з яйцями

Потрібно на 6 осіб:

- 1 ф. телятини
- $\frac{1}{4}$ ф. телячої печінки
- 4 грінки білого хліба
- 2 зубки часнику
- сіль, перець
- 1 яйце
- 2 ложки тертої булки
- 3 ложки товщу
- 3 твердо зварені яйця

Телятину і печінку змолоти. Хліб намочити, обрізавши шкірку. Часник розтерти з сіллю. Додати одно яйце і добре виробити, щоб постала суцільна маса. Стільницю посыпати булочкою, виложити мясо і розвести на прямокутник. Зварити твердо троє яєць, почистити і розкропити на пів. Ужити по середині мяса. Уформувати з мяса валок. Розігріти товщ і вложити мясо на гарячий. Пекті на 350° впродовж 30 хвилин, а на 300° 40-50 хвилин.

Подавати зимне, покраєне у скібки. До цього годиться хрін із яблуками.

Телячий місток

Потрібно для 4-6 осіб:

- 2 ф. містка
- 2 зубці часнику
- 3 булки
- $\frac{1}{2}$ скл. молока
- 4 яйця
- 4 ложки масла
- 2 ложки тертої булки
- 1 ложка зеленої, січенії петрушки
- 1 ложка кропу
- сіль, перець
- 4 ложки товщу
- 2 ложки муки

Купуючи мясо, попрохати, щоб прорізали в ньому кишенню. Мясо помити й натерти сіллю з часником. Намочити булки в молоці, видушити і змолоти на машинці. Розтерти масло, додаючи по одному жовтку. Додати булку мелену і суху, приправити сіллю й перцем, додати січену зеленину, а на кінці шум із білків і легко вимішати. Начинити тим мясо й зашити. Натерти його мукою і вложить на розігрітий товщ. Пекті на 400° впродовж 20 хвилин, а на 325° півтори години.

Подавати з зеленою салатою.

Вепрова полядвиця

Потрібно на 4-6 осіб:

- $1\frac{1}{2}$ ф. полядвиці
- 2 ложки муки
- 1 ложочка кмінку
- 1 цибуля
- 4 ложки товщу
- сіль, перець

Мясо помити й натерти мукою. Посолити, поперчити й обсипати кміном. Сильно розігріти товщ і вложить на нього мясо. Пекті на 400° впродовж півтори до двох годин. Коли цибуля легко прирумяниться, влити горнятко води.

Можна подавати гарячу з підливкою до картоплі, або зиму до салату.

Теляча руляда

Потрібно на 8-10 осіб:

- 2 ф. телятини від шинки
- 2 ложки товщі

Потрібно на начинку:

- ½ ф. вепрової вареної шинки
- 2 грінки білого хліба
- 1 мала цибуля
- 1 ложка товщі
- 1 білок (шум)
- трошки перцю

Мясо помити, розложити на стільниці, потовкти товчком так, щоби вийшов один великий, тонкий плат.

Шинку змолоти. Хліб обрізати зі шкірки й намочити. Цибулю дрібно посікти, підсмажити легко на товщі. Підсмажуючи, прикрити її покришкою, бо тоді лише змякне у товщі, а не зарумяниться. Вимішати все разом і додати шум із білка. Розвести по телятині, звинути і звязати в декількох місцях ниткою.

Розігріти товщ і вложить на нього мясо. Пекти на 400 ст. впродовж 30 хвилин, а потім на 300 ст. впродовж півтори години. Коли прирумяниться з обох боків, підлити трошки води. Підливою часто поливати мясо.

Можна подавати гаряче або зимне. Краяти у скісні, тонкі платки. До зимної руляди годиться зимна підлива та салата.

Теляча печења з начинкою

Потрібно на 8-10 осіб:

- 4 ф. телятини від шинки
- 1 зубок часнику
- 1 білок
- 1 ф. змеленої шинки
- 1 яйце
- 1 жовток
- 4 ложки товщі

Мясо почистити й потовкти на стільниці, щоби вийшов один плат. Натерти часником із сіллю. Білок добре розбити і помастити ним поверхню мяса. Шинку вимішати з яйцем і жовтком, і розвести рівномірно по телятині. Звинути і звязати ниткою. Вибряти стирочкою з поверхні воду. Вложить на сильно розігрітий товщ на 300° на півтори до двох годин. Коли мясо спечене, полити підливою і прикрити посудину, нехай прохолоне. Тоді краяти в тонкі пластинки і подавати з холодними підливами та салатами.

Печеня з баранини

Потрібно на 4-6 осіб:

- 1½ ф. баранини від шинки
- 2 зубці часнику
- 2 ложки муки
- 1 лавровий листок
- кілька зерен цілого перцю
- 3 ложки товщу
- 1 склянка води

Мясо почистити. Часник почистити, посікти і розтерти із сіллю. Натерти мясо часником і обсипати мукою. Товщ добре розігріти й вложить на цього мясо. Додати приправи. Часто поливати підливкою. Коли зрумяниться, підлити водою. Пекти спершу на 400 ст. впродовж 30 хвилин, а потім на 350 ст. дві години.

Дика печеня

Потрібно на 8-10 осіб:

- 3 ф. волового мяса (стейк)
- 3 цибулі
- листок лавровий
- звичайний і англійський перець (кілька зерен)
- 2 сушених гриби
- 1 мала салера
- 1 мала морква
- 1 шклянка сметані
- ½ ложки муки
- 1 шклянка оцту, розведеного водою

Мясо обірати з лою і жил, добре побити товчком, вложить до миски. Окремо зварити байц, себто слабий оцет, одну цибулю, покраяну в кружалляця, лавровий листок і перець. Коли прохолоне, залити тим мясом так, щоб його покрило. В кімнатній температурі вистачить держати в байці 24 год.

Покроїти 2 цибулі в кружалляця, малу салеру, моркву. Розігріти масло в ринці і покласти на нього посолену печеню. Коли прирумяниться обернути на другий бік, а тоді обложить її в ринці приготованою городиною. Прикрити покришкою і душити на кухні, скроплюючи її час від часу зимною водою. Коли вже мягка, вибрать мясо на кружок, а на підливу вилляти сметану, заколочену з мукою. Коли закипить підливка зі сметаною, перетерти її через ситко і тоді покласти в підливу мясо, вже порізане на скибки. Воно повинно душитись ще 5 хвилин.

До того подається кладені галушки або макаран.

Таємнича „шуфлядка“

Зясувавши коротенько в попередніх числах головні засади приладжування м'ясива, насувається потреба приглянутись, як приладжують мясо у країні, де тепер живемо. Печення мяса на вогні є тут дуже поширене. Тому приглянемось докладніше до цієї таємничої „шуфлядки“ внизу печі із подвійною бляшкою, яку підсушуємо то вище то нижче вогню.

Магічна шуфлядка — це поворот до первісного печення, це неначе печення на рожні. Заки ще вложимо туди мясо, запалюємо вогонь та добре нагріваємо посудину. Не даємо зовсім товщу, навпаки, горішня бляха діркована на те, щоб обтоплений товщі із мяса спливав у долішню посудину, а мясо прилігалось без товщі.

Це один із дуже раціональних способів приладжувати мясо. Бо мясний блок, запечений із товщем на поверхні (товченники, битки) належить до тяжко-стравних сполук, а при печенні цього уникаємо.

Температура такого печення мусить бути висока та час печення короткий — 7-10 хвилин на одну сторону, так само на другу. Коли хто бажає, щоби зберігся в середині кривавий сік, вистачить по 7 хвилин на обі сторони. Грубший кусник треба пекти трохи довше. Процес печення при 500° початкової температури стинає першу верству білка. Твориться біла

поволока і всі мясні сохи задержуються внутрі. Змягшення мясних тканок під впливом високої температури відбувається скоро. Це велика прикмета приладжування, бо знаємо, що коротший час печення, то більші відживні вартості даної страви.

В такий спосіб можна приладити всі роди мясива у менших чи більших, не надто грубих скибах. Коли вже прирумянили мясо з обох сторін, опісля можна його легко посолити, а хто любить, то й поперчiti. При кінці печення поливаємо по горішній бляшці трошки води, яка спливає в долішню та з товщем творить підливу. Усі роди товченників (телячі, свинячі, волові), приладжені так, мають знаменитий смак.

Так ось раджу приглянутись таємничій „шуфлядці“ та попробувати приладити раз мясо на лад первісного печення. Вонно має свої корисні прикмети.

Час печення мяса під вогнем (broil)

| | | |
|----------------------|-----------|--|
| Волове (steak) | | |
| грубий на 1 інч | 12-15 хв. | |
| грубий на 2 інчи | 20-60 " | |
| Товченники (chops) | | |
| баранячі | 10-12 " | |
| волові | 12-15 " | |
| свинячі | 12-15 " | |
| телячі | 10-12 " | |
| Шинка (крайна скиба) | | |
| груба на 1 інч | 20-25 " | |

Товченики вепрові

Потрібно на 4 особи:

4 кусники свинячого мяса враз із
кісткою
сіль, перець

Приготовлені кусники потовкти. Пекти просто під вогнем (broil) у долішній засувці кущі впродовж 2 хвилин, а потім 4-5 хвилин на 500° . Коли румяні з однієї сторони, обернути на другу. Посолити й додати трошки перцю. Вибрести на полумисок, а подіравлену бляшку полити пів шкло. води, нехай сплине в долішню посудину. Цією підливовою політи товченники. Подавати з бурячками.

Січеники телячі

Потрібно на 4-6 осіб:

1 ф. телячого меленого мяса
1 ложка масла
1 ложка дрібно січеної цибулі
1 зубок часнику
сіль, перець

Цибулю присмажити з маслом так, щоб легко зарумянілась. Часник розтерти з сіллю. Получити всі складники разом, дуже добре виробити. Поділити на частини, формувати тонкі, подовгувати січеники. Посудину в долішній рурі добре нагріти. Пекти на 550° по 2—3 хвилини з одної і другої сторони. Потім на 500° впродовж 5—6 хвилин.

Подавати з кроповою підливкою і рижом.

Січеники баранячі

Потрібно на 6 осіб:

1 ф. мяса від шинки
4 грінки хліба
сіль, перець
2 зубки часнику
4 ложки тертої булки

Хліб розмочити й видушити з води. Додати до меленого мяса, посолити й поперчити та вимішати з розтертим часником. Виробити подовгувати січеники, обтачати в булощі і сплющити на грубість $\frac{1}{4}$ інча. Добре розігріти посудину у долішній засувці печі. Не давати товщу. Уложить січеники в певній віддалі. Пекти 2 хв. при найвищій температурі, потім 4-6 хвилин на 500° . Обернути й повторити те саме на другу сторону. Вийняти на полумисок і подавати з помідоровою підливкою.

Цей спосіб приладжування особливо годиться до баранини, якої товщ є тяжче стравний, а мясо дуже смашне.



Д р і б

Усе птацтво домашнього хову та декілька з диких становить велике джерело мясива, яке в загальному прийняло назvu дріб. Це є кури, качки, гуси, індики, дики качки, бажанти.

У куховаренні це зветься білим мясом. Є пересудом, що це біле мясо різниеться складниками від темного. Біле мясо це теж джерело білка, головно звіринного. А різниця між темним а білим мясом лежить тільки у будові тканок. Біле мясо делікатніше у своїй структурі. Воно й зрозуміле. Будова мясної тканини у великої корови чи вола мусить бути відмінна від малої кілька чи кільканадцять фунтової птиці.

Мясо дробу має свій відмінний, специфічний смак. Належить до мясив легкостравних і тому вживають його у харчуванні хворих та видужанців. Виступає також часто у вибагливих стравосписах.

Спосіб його приладжування не різниться від інших мясив. Його можна приладжувати — вареним, смаженим, печеним. Для варення чи печення вживають цілої штуки, а в кусниках дріб — смажуть або дусять.

Час печення різного дробу:

| Дріб | Температура | Час на 1 ф. |
|----------------|-------------|-------------|
| Курка | 300° | 30-45 хв. |
| Когут | 325° | 25-45 " |
| Качка | 325° | 20-30 " |
| Гуска | 325° | 20-25 " |
| Бажант (фазан) | 325° | 15-20 " |
| Індик 8-10 ф. | 300° | 20-25 " |
| 10-16 ф. | 300° | 18-20 " |
| 18-25 ф. | 300° | 15-18 " |
| Дика качка | 325° | 15-20 " |

Мясо повинно мати перед печенням хатню температуру. В загальному до обчислення часу треба додати ще 15—30 хвилин на те, щоб посуда та штука загрілись.

Дріб можна дістати на ринку вже приготований до приладжування. Коли ж попаде нам у руки жива птиця, то зарізвши, не можна її зараз приладжувати. Мясо буде тверде й ликувате. Треба залишити штуку в холодному місці бодай на 24 години. Кажемо тоді, що мясо „дозріває“. Наступає відродження мясів, які зараз по забитті мають певну тугість. Мясо мусить „скрушіти“.

До цієї групи вчисляється теж звірятко домашнього хову — крілик. Мясо крілика подібне до мяса молодої курятини. У приладжуванні його є повна подібність із дробом.

Росіл із курки з галушками

Потрібно:

- 1 курка
- городина — 1 морква, петрушка, салера, цибуля

На галушки:

- 1 куряча печінка
- 1 ложечка масла
- 1 яйце
- 5 ложечок крупок (грисіку)
- 1 ложечка муки
- 1 ложечка січеної зеленої натини з петрушки

Почистити курку і розібрati її на кусники. Почистити городину. Залити курку водою, посолити і поставити нехай запекипить. Коли готова, наділляти росолу стільки, скільки потрібно, щоб заварити галушки.

Втерти масло з жовтком, додати туди посічену печінку і петрушку. Вбити білок на шум, влити його до масла і вкинути туди крулки і муку. Тоді легенько вимішати і лишити при найменше на пів години, щоби постояло. Заварити росіл у ринці і вкидати ложечкою малі галушки. Варити прикриті на легкому вогні, повертаючи їх на оба боки. Коли мягкі — подавати росіл.

До курки подається мята картопля і хронова підлива.

Потравка з курки

Потрібно на 4-6 осіб:

- 2 грудей із курки
- 1 ф. мішаної городини (капуста, салера, морква, цибуля, пори)
- 1 літра води
- 1 ложка масла
- 1 ложка муки
- 1 ложечка січеного кропу

Городину почистити, залити водою і заварити. На кипячий вивар вложить помиті груди із курки, посолити й варити гордину. Вийняти мясо, перецидити вивар, і вложить мясо назад до вивару. Розтерти масло з мукою, влити туди частину вивару і розмішати. Залити тим мясом і раз заварити. Доправити до смаку і додати кропу. Подавати з рижом.

Курячі ніжки у білій підливі

Потрібно на 4 особи:

- 4 ніжки
- 1 ложка товщу
- 1 ложка муки
- 1 літра води
- 1 ложка масла
- 1 ложка муки
- 1 літра молока
- зелена петрушка

Ніжки помити. Товщ сильно розігріти. Ніжки посолити, обтаткати в муці і підсмажити румяно з обидвох сторін. Зложити до риночки, влити туди води і душити пів години на легкому вогні. Муку підсмажити з маслом зовсім ясно, залити це молоком і заварити. Залити цим мясом, нехай раз запекипить. Доправити до смаку й додати зелену січену петрушку. Подавати з рижом.

Курка печена

Потрібно:

- 1 курка (3-4 ф.)
- 2 платки бекону
- сіль

До начинки:

- добра ложка масла
- 3 яйця
- 1 булка
- печінка з курки
- $\frac{1}{2}$ цибулі
- зелена петрушка

Вичищену курку добре обмити і в середині та зверху насолити. Шию вирізати так, щоб вийняти кіст, а шкіру лишити при курці. Тепер приступаємо до начинки. Масло з трьома жовтками добре втерти, дати туди дрібно посічену печінку, пів цибульки, що всмажена ясно на маслі, намочену в молоці й видушену, малу булку, січеної петрушки, соли, дрібку перцю і ще все добре вимішати. Накінець дати шум із білків і 2 ложки тертої булки і легко вимішати. Начинити тим нутро курки, зашити і лишити трохи начинки для шії. Начинити шию, зашити проріз і кінець шії. Тепер звязати колінця чистим шнурком разом.

Покласти 2 пластинки бекону на дно ринки. На них покласти курку хребтом, підливши трохи води. Двома пластинками накрити її зверху. Ринку прикрити покришкою або алюмінієвим папером. На 400° душити пів години. Коли б виварилась вода, підлити трохи. По пів години можна обнизити температуру до 350° . Пекти ще годину.

Коли спечена, поділити курку. Відтяти ноги, розрізати нітки, вийняти начинку. Вирізати труди і розділити на чотири кусники. Начинку порізати на пластки і обложити нею курку.

Салата з червоної капусти

Потрібно:

- 1 капуста
- 1 цитрина
- олива

Головку капусти пошаткувати дуже тоненько, кинути на посолений кипляток і заварити двічі. Відцідити на цідилці і лишити, нехай добре стече. Тоді дати до миски і скропити добре цитриною, щоб набрала знов червоної краски. Годину перед поданням посолити, дати дрібку цукру і полити оливою після вподоби.

Смажені курячі ніжки

Потрібно:

- 1 ніжки
- 1 яйце
- 2 ложки муки
- 2 ложки тертої булки
- 3 ложки товщу

Ніжки вкинути на кипячу солону воду й підварити. Вийняти і обтерти стирочкою з рідини. Обсипати мукою, обмачати в розбитому яйці і обтакати в булочці. Смажити на добре розігрітому товщі, щоби зарумянілись з обох сторін.

В подібний спосіб смажиться молоді, 6-тижневі курята, але тут на ринку їх не можна дістати. Їх не треба підварювати, бо м'ясо в них ще крихке.

Студенець із курки (авшпік)

Потрібно:

- 2 курки (нетовсті)
сок із двох цитрин
- закришка з городини (морква, петрушка, цибуля, салера, кілька зерен перцю)
- 2 твердо зварені яйця
- 1 цитрина
- 1 склянка білого вина
- 2 білка

Обмити й почистити курки, натерти сіллю, накропити густо цитриною і лишити на дві години. Потім вложитьти на кипячу воду і додати городину та перець. Варити на вільному вогні, щоб кипіло поволі. Коли м'ясо вже готове, вийняти, покроїти в кусні, і обібрать мясо з костей. Виложити дно форми кружальцями твердо звареного яйця, цитрини, моркви і на те накладати кусники мяса. Краї щі на спід, а гірші на верх. Розсіл перецідити до другої посудини і влити склянку білого вина. Вкинути 2 білка і коротко заварити. Поставити, нехай добре осяде (але не прохолоне). Перецідити через платинку, додати соли і соку з цитрини до смаку і коли треба, щоб студенець був дуже ціпкий, додати трохи желатини, розпущеній у тому ж росолі. Залляти посудину з мясом так, щоб була повна і мясо було накрите. Поставити до леднички на кілька годин. Перед поданням занурити форму на хвилину в гарячій воді і викинути студенець. До нього годиться татарська підліва.

Індик печений

Потрібно:

1 Індик середньої величини
3 ложки масла
сіль

До начинки:

1 ф. каштанів

Обчищеного, вимитого інди-ка насолити. Шию вирізати, але при індику лишити більше шкіри на підгорлі, щоби можна б там дати начинку. Каштани понадрізувати ножем, залити зимнюю водою і заварити кілька разів. Попробувати чи обираються ѹ обібрать їх із подвійної лушпинки. Вважати, щоб залишились цілі. Удушили їх на маслі, аж змякнуть. Начинити ними підгорля і нутро індика і зашити. Покласти його в розігріту ринку, де на споді є дрібка води. Посудина не покрита покришкою. Температура печі на початку 450° . Поливати індика топленим маслом. По пів години можна температуру печі зменшити до 350° і прикрити його. Дальше доливати дрібку води і поливати маслом. В цілому повинен пектися 3 год.

Спеченого індика ділимо так: віddілити ноги, з яких вийдуть по 3 кусні. Дальше кроїти груди по обох сторонах кістки в тонкі пластинки. Каштани з індика і підгорля вийняти і обложить тим його на полуницу.

Качка з яблуками

Потрібно:

1 качка
2 ф. яблук
3 ложки товщу

Качку помити, почистити, посолити. Яблука почистити, покраїти на чвертки. Начинити качку яблуками і зашити. Вложить качку на добре нагрітій товщ, а яблука що не ввійшли до качки, вкинути на товщ. Пекти зпочатку на 400° впродовж пів години. Коли яблука мало соковиті, підливав вісмажитися, а качка зарумянитися, тоді підлити трошки води. Качку середньої величини пекти дальше на 350° впродовж двох годин. Вибрата на полуносок. Підливу перетерти через ситко і полити ним качку.

Р и б а

Про мясо риб можна сказати, що воно не є вповні використане у харчуванні родини. Це наслідження тягнеться ще зі старого краю, де ми мали тільки риці риби і то досить високої якості, бо її продавали тільки сілкою. Та тепер варто поцікавитись рибним ринком на цьому терені. Тут вибір риб дуже багатий, є доступна риба свіжка й солона, морська і річна і ціною зовсім дешева.

Мясо риб стоїть нарівні з мясом усіх інших родів та по-никуди перевищує його своєю якісттю. Це деликатне мясо ще під того легкостравне. Та з іншої сторони вимагає особливої дбайливості, щоби зберегти свою свіжість. Багата країна має різні можливості доставити цей деликатний продукт на ринок у різноманітній формі.

Мясо риб — це дуже добре джерело білка, є багате у вітаміни А, В, D, має залізо, вапно, фосфор. А мясо морських риб має окрім згаданих вартостей більше йоду, отже й це треба пам'ятати під увагу у нашому харчуванні. Найбільше популярні морські риби на тутешньому ринку є: flounder, cod, haddock, carp, halibut, mackerel, salmon, turbot, bluefish, catfish, whitefish. Усі ці риби можемо мати свіжі, паковані і скоро-морожені й консервовані.

Купуючи свіжу рибу треба звернути увагу на те, щоб зяни були рожеві, платви не обсохлі, шкіра гладка, не обслизна, а під дотиком пальця мясо пружисте, очі випуклі, не мутні.

Морожена риба вже готова до приладжування. Вона обчи-

щеня зі шкіри та часто з остеї. Звичайно це бувають гарні мясні скиби з великих риб. Дуже добре морожені риби фірми Nordic, паковані у срібних картонах flounder, cod, haddock.

Заморожену рибу можна перевозувати якийсь час на льоду (у фрізері, а не звичайній ледничці-рефріджераторі). Але раз відморожену рибу не вільно удроге заморожувати.

До вжитку треба заморожену рибу розморозити на 3-4 год. скоріше, виполоскати скоро під біжучою водою, витиснути з води і приладжувати до вподоби.

Риба в консервах (кенована) готова до їжі. Раз відкриту пушку треба зараз зужити, вийнявши мясо на шкляний або порцеляновий таріль. Купуючи таку рибу, треба добре оглянути пушку. Якщо вона трохи випукла, тоді консерва є зопсuta і не годиться до їжі.

Приладжуємо риби так як і мясива, на різний лад. Менші риби подаємо в цілості, мясо з великих риб маємо в кусниках, так як і мясо з різних штук.

Варену рибу приладжуємо на сильному виварі з городини. Вкладаючи її в посудині одною верствовою, варимо на легкому вогні. Риба вариться дуже скоро. Коли кости відстають від мяса, риба готова.

Смажити рибу можна також, як і мясо, вкладаючи на сильно розігрітий товщ, обсипану мукою або в булочці.

Печена у печі або під вогнем (broil) є дуже смашна і не вимагає багато часу.

До кожної риби подається гостру підливу.

Завиваний оселедець

Потрібно:

- 4 оселедці
- трохи франц. муштарди
- 1 цибуля
- 1 цитріна
- 4 лаврові листки
- 1 шклянка оліви

Намочити оселедці на 36 годин у воді напів із молоком, часто зміняючи рідину. Відтяти голову і хвостик, стягнути шкірку, розділити вздовж на половину, вийняти хребет і по можливості всі ості. Колідкою ножа їх легенько побити. Мастити половинки французькою муштардою, посыпати січенюю цибулькою і звивати від грубшого кінця до хвостика, спилюючи вкінці зубочисткою. Укладати у слоїк, перекладаючи їх пластинками обіраної зі шкірки цитріни і подекуди лавровим листком. Залити вверх доброю олівою і завязати. Можуть держатися й по кілька тижнів.

Оселедець із городиною

Потрібно:

- 2 оселедці
- 2 цибулі, 1 морква, одна невеличка салера, кілька стручків зеленої фасолі, кусник волоської капусти, 1 петрушка, кропу до смаку
- 2-3 ложки помідорових повил
- 3 ложки оліви

Оселедці почистити і намочити, як уже згадано. Цибулю покроїти дрібно і присмажити ясно на оліві. Вкинути туди всю городину, почищену і потерту на яринній терці. Влити 2-3 ложки води і прикрити. Піддушити 10-15 хвилин, а тоді додати помідорових повил. Нехай закипить кілька разів уже відкрите, щоб рідина виварилася. Половину городини виложити в полумиску, на це наложить оселедець, покраяний на квадратові кусники. Прикрити рештою городини. Можна подавати гаряче або зимне з вареною картоплею.

Печена фльондра

Потрібно на 4-6 осіб:

- 2 ф. риби
- 1 ложка товщу
- 1 ложка масла
- сіль, перець

Рибу почистити, посолити й поперчiti. Розігріти в посудині товщі і наложить кусниками рибу. Пекти на 450° впродовж 10 хвилин, потім влити дрібку води і пекти на 350° впродовж 15-20 хвилин. Полити власною підливою.

Подавати з хріновою підливою.

Мариновані оселедці

Потрібно:

- 1 оселедці з молочком
- 1 склянка оцту
- 1 лавровий листок
- 2 ложки оліви
- 1 цибуля
- 1 цитрина без шкірки
- перець

Оселедці приготувати як по-передньо. Цілі половини укладати в слойку, перекладаючи їх цитриною і кружальцями цибулі.

Окремо переварити байц із оцту напів із водою, додавши до нього пів цибулі, покраїної в кружальця, лавровий листок і кілька зерен англійського перцю. Поставити, щоби простиg. Молочка з оселедців обібрести з жил і плівок, розтерти добре, додаючи оліву. Залити молочко холодним байцом, вимішати добре і залити цією підливою оселедці у слойку. Третього дня вже пригожі до їжі.

Татарська підлива

Потрібно:

- 4 ложки майонезу
- 1/2 скл. сметанки
- 1 ложка муштарди

Добре все вимішати. Коли хто не любить муштарди, може дрібно посікти до підливи малі огірочки з оцту (корнішони).

Короп із начинкою

Потрібно:

- 3-5 ф. коропа
- 1 склянка молока
- 5-6 печериць
- 1 ложка масла
- 2 жовтка
- січені, зелена петрушка
- 1 булка

Коропа помити чисто і насо-лити на ніч. Окремо покроїти печерички і піддушити на маслі. Докинути січеної, зеленої петрушки. Дальше втерти ложку масла з жовтками на шум, додати намочену в молоці і витиснену булку і всипати пече-рички, які прохололи. Додати шум із двох білків, вимішати з начинкою, начинити тим ко-ропа і зашити.

До посудини дати ложку ма-сла й добре розігріти. Вложить на це коропа і підлити водою. Прикрити паперем-станільном і пекти в печі спочатку на 400° . коли закипить, слустити на 350° і поливати часто підли-вою. Душити приблизно пів години.

Подається до того городина.

Риба в майонезі

Потрібно на 8 осіб:

- 3 ф. риби
- 1 ф. мішаної городини
- 2 великі цибулі
- 3 цілі перці
- 1 лавровий листок
- сіль

На майонез:

- $\frac{1}{4}$ літра майонезу
- 1 ложка муштарди
- 1 ложка дрібно посіченої салері
- 1 ложочка солодкої сметанки
- 4 помідори
- 1 мала головка салати

Меживо з риби

Потрібно:

- 4 ф. риби (коропа)
- 1½ ф. городини (петрушка, морква, салера-корінь)
- $\frac{1}{2}$ ф. цибулі
- 1 склянка оливі (Мацоля)
- 2 ложки муки
- 2 ложки муки
- 1 лавровий листок
- кілька зерен перцю

Риба у білій підливі

Потрібно на 4 особи:

- 1 ф. мороженої риби
- 1 ложка товщу
- 1 ложка муки

До підливи:

- 1 ложка масла
- 1 ложка муки
- 1 склянка молока
- $\frac{1}{2}$ цитрини
- сіль, перець

Рибу почистити і покроїти у дзвінки. Зварити вивар із городини і приправ. Процідити і на киплячий вивар вкладати кусники риби. Варити на повільному вогні. Потім спробувати вилками кусник риби. Коли проходить наскрізь, тоді риба готова. Відставити з вогню нехай проходоне в виварі.

Холодну рибу вийняти і уложить на полумиску на листках зеленої салати. Довкруги обложить скибками помідорів. Розмішати майонез із муштардою, салерою і сметанкою. Залити цим рибу на полумиску.

Почистити і покроїти рибу у дзвінки. Посолити, обтачати в музі і в оливі посмажити. Городину почистити, покроїти в пасочки. Цибулю дрібно посікти і присмажити ясно на оливі. Вкинути на це городину із приправами і душити під покришкою. Коли вже мяка, залити все помідоровими повилами. Нехай два рази закипить, а тоді вкладати в те печену рибу, а потім із рибою коротко заварити. Вистудити, зложить до слійка, залити зверху оливою і тримати в ледничці.

Можна подати також гаряче.

Рибу помити, покраяти на кусники. Обтачати в музі, підсмажити румяно з обох сторін. Зложить в огнетривалу посудину.

Окремо підсмажити муку з маслом на ясну засмажку, залити молоком, розварити і приправити до смаку сіллю, перцем і соком із цитрини. Залити рибу тією підливкою і вставити на десять хвилин до печі на 500° , щоб зверху запеклася.

Риба душена в городині

Інгредієнти:

- 1 ф. городини
- 1 ложка масла
- 1 склянка води
- 1 ф. риби (свіжа або морожена фльондра)
- 1 ложка муки
- 2 ложки товщу
- 3 ложки помідорових повил
- сіль, перець

Студенець із риби

Інгредієнти:

- 1 ф. риби (короп або щука)
- городина (2 моркви, 2 петрушки, 3 цибулі, салера)
- англійський перець
- пів цитрини
- 1 твердо зварене яйце
- зелена петрушка

Городину почистити, посікти й вкинути на воду, додавши масла. Нехай раз закипить. Рибу почистити, вибрести з остеї. Обсипати мукою, підсмажити з обох сторін румяно на сильно розігрітому товщі. Відцідити городину і виложити в ринці. На те покласти рибу і підлити все трохи водою. Додати соли й перцю та помідорових повил. Прикрити покришкою, душити 30 хвилин на легкому вогні.

Обчищену рибу насолити на ніч. Рано сполоскати її, покроти у дзвінки і вложить до посудини. Окремо зварити вивар із городини, посолити і залити ним рибу. Варити на легкому вогні, доки риба не буде мяка. Потім вибрести її, смак ще поварити разом із головою, яку залишаємо. Коли риба прохолодне, обібрести м'ясо з грубших остеї і вкладати до посудини, якої дно виложене вареною морковцею, краяною у звіздки, кружальцями твердо звареного яйця, скибками цитрини без шкірки й кількома листками зеленої петрушки. Вивар перевідити через білу платинку. Коли вся риба вже виложена, залити її виваром із риби. Коли прохолодне, вставити до леднички. Перед поданням обвінтути посудину стиркою, замоченою в гарячій воді, тоді студенець легко відстає. Вивернути на тарілку.

З М И С Т

| | |
|---------------------------------------|-----------|
| ВСТУПНЕ СЛОВО | 3 |
| ДЕШО ПРО МЯСО | 4 |
| МЯСНІ ВАРЕНИ СТРАВИ | 5 |
| Росолове мясо | 6 |
| Телячі легені | 6 |
| Теляча потравка | 7 |
| Студенець | 7 |
| Шинка варена | 7 |
| СМАЖЕНЕ МЯСО | 8 |
| Волові товченки | 9 |
| Вепрові котлети | 9 |
| Котлети з телячого містка | 9 |
| Січенники в помідоровій заправі | 10 |
| Котлети з мозку | 10 |
| Печінка теляча | 10 |
| МЯСО ДУШЕНЕ | 11 |
| Гуляш | 12 |
| Душена вепрова печенья | 12 |
| Завиванці душені | 13 |
| Паприкаш із телятини | 13 |
| Вепровина з городиною | 13 |
| МЯСО ПЕЧЕНЕ | 14 |
| Волова печенья з начинкою | 16 |
| Фальшивий заяць | 16 |
| Січена телятина з яйцями | 17 |
| Телячий місток | 17 |
| Полядвиця вепрова | 17 |
| Теляча руляда | 18 |
| Теляча печенья з начинкою | 18 |
| Печенья з бааранини | 19 |
| Дика печенья | 19 |
| „ТАЄМНИЧА ШУФЛЯДКА“ | 20 |
| Товченники вепрові | 21 |
| Січенники телячі | 21 |
| Січенники бааранячі | 21 |
| ДРІБ | 22 |
| Росіл із курки з галушками | 23 |
| Потравка з курки | 23 |
| Курячі ніжки у білій підливі | 23 |
| Курка печена | 24 |
| Смажені курячі ніжки | 25 |
| Студенець із курки | 25 |
| Індик печений | 26 |
| Качка з яблуками | 26 |
| РИБА | 27 |
| Завиваний оселедець | 28 |
| Оселедець із городиною | 28 |
| Печена фльондра | 28 |
| Маринований оселедець | 29 |
| Короп із начинкою | 29 |
| Риба в майонезі | 30 |
| Меживо з риби | 30 |
| Риба у білій підливі | 30 |
| Риба душена в городині | 31 |
| Студенець із риби | 31 |

СОЮЗ УКРАЇНОК АМЕРИКИ

ПРАКТИЧНА КНИГОЗБІРНЯ Ч. 2

ГОРОДИНА Й ОВОЧІ КУХОVARСЬКІ ПРИПISИ

упорядкувала

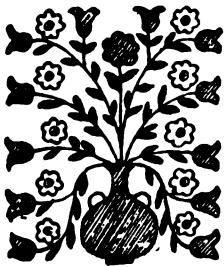
НАТАЛЯ КОСТЕЦЬКА



Филаделфія

1955

Друкарня В-ва „Америка“, 817 Норт Френклин Ст., Філадельфія 23, Па.



Городина

Городина складається в великої організмові велику кількість вітамінів та різних мінеральних солей, конечних для здоров'я. Тому для родини далеко важніше, чи денно вживана городина до бре та раціонально зварена, ніж чи вдалось вибагливе печиво.

А в нас нажаль недоцінюють її, забуваючи, що добре зварена городина смакуватиме, тоді коли недбало зварена не має смаку та залишиться на полу миску. Через те ѹ городина не вішається популярністю в нашому харчуванні. В молодому віці цього не відчувається, зате вже у зрілому чи старшому появляються в наслідок того різні недуги.

Городина з огляду на свою мінерально-вітамінову вартість є харчовий продукт дуже дешевий. Коли приладжувати її неуважно, тоді вона трапить вище згадані складники а самим самим свій смак та головну свою вартість. Відомо наприклад, що шпінат, висмажений і брунатно-зеленого відтінку не смакує не тільки дітям, але і дорослим. А дитина, втративши смак до якоїсь городини ще в чистинстві, не повернеться до неї і в пізнішому віці.

Городина складається з великої мірі з води (80—90%). На суху матерію залишається в ній дуже мало. З цієї причини калорична (енергетична) вартість городини дуже мала, як рівно ж і білкова. Зате мінеральні солі, вітаміни й барвники ставлять городину у першому ряді наших харчевих продуктів.

Вітаміни знаходяться в кожній городині, хоч не в однакової кількості. Переважають тут вітаміни, що розпускаються в воді (а саме В і С). Вітаміни (А і D), що розпускаються в товщах, переважають у продуктах звіриного походження.

Мінеральні складники знаходяться тут у такій кількості, що жоден інший харчевий продукт не може їх заступити. Одиноче випадко знаходимо більше в молоці, а м'ясо приносить більше заліза й фосфору. Кваси, які знаходяться в меншій чи більшій кількості у комірках городини, впливають корисно на виділювання соків травлення. Ензими впливають корисно на переварінну матерії.

Барвники, які знаходимо в городині, мають свою велику вартість. Хльорофілль (зелений барвник) знаходиться в шпінатах

ті, капусті, бруксельці, зеленій фасольці. У сполучі з хльорофілем знаходимо завжди залізо, якого потребуємо для витворення червоних тілець крові. У склад хльорофілю входить теж магнес.

Жовтий барвник (каротина, флявіна), що його знаходимо в моркві, жовтому „скваші“ (гарбузі), жовтій фасольці, кукурудзі становить матеріял до витворення вітаміну А і В.

Болонник городини, що творить клітини рослини, добре впливає на травлення, побуджує рух кишок. Окрім того він виповняє шлунок, викликує почуття ситості, дає органам травлення матеріял до перерібки, але їх не зуживає й не дає кальоричної вартості (добрий у літню спеку).

Коли взяти до уваги всі ви-числені вартості, стає ясно, чому це такий важкий продукт у харчуванні. Із цього випливають також засади приладжування городини. Що коротший процес приладжування, то менши втрата складників. Скоротити час миття, скоротити час варення, приладжувати безпосередньо перед їжою. Відливання води, смаження, підігрівання — це вороги городовини.

Найпростіше споживання городини — це сирівка. Вся городина, яка не має у своєму складі крохмалю, годиться до сирої їжі (салата, помідори, огірки, морква, капуста). Та такої скількості як її організм потре-бує, не можемо спожити сирої, як також городини, що має у своєму складі крохмаль (картопля, фасоля).

СИРА ГОРОДИНА

Сирі салатки, городинні чи овочеві, це для нас невичерпане джерело вітамін, мінеральних солей, ензимів, які впливають корисно на переміну матерії, квасів, які мають де-зинфекційне значення та побуджують сильніше виділювання шлункових соків. Також барвники, як хлорофіл, флявіна, каротина мають першорядне значення. А всі ці названі вартості можемо тільки через сирівки впровадити до організму.

Приладжуючи сирівки, мусимо овочі й городину дуже дбайливо вимити, щоб не впровадити з сирим харчом якоїсь інфекції до організму. Звичайно все дрібно кроїмо та приправляємо цукром або сіллю, які змякшують тканку. Деякі сирівки приладжуємо на кілька годин, а другі знов безпосередньо перед поданням.

Зменшим солодощі та вудженину, яка так гостро приправлювана, а введім щодня сирівки у наше харчування!



Сирівки

Салата Хмельницького

Потрібно:

- 1 мала головка салати
- 1 зубок часнику
- 2 жовтка
- 1 ложочка муштарди
- 2 ложки оліви

Обібрати головку салати з верхніх листків і покроїти її на чверточки. Виполокати в воді і стрясти добре, щоб була майже суха. Вкроїти одну-дві скибки черствого хліба, натерти часником і покласти на дно салати. Зверху уложить салату і прикрити тарелем, щоб салата перейшла часником.

Перед самим поданням треба зробити підливу. Втерти добре жовтка, зварені твердо, муштарду, оліву і доправити сіллю й оцтом до смаку. Вийняти хліб із-під салати, поляти її підливкою і подати. В Америці осягають таку салату дещо іншим способом: деревяну салатирку натирають добре часником, укладають у ній салату, прикривають її і в тій самій самій салатирці подають її.

За Л. Лучаківською

Сирівка з моркви

Потрібно:

- 1 ф. моркви
- 1/2 ф. квасних яблук
- 2 ложочки тертого хрону
- 1 ложочка цукру
- сок із пів цитрини
- 4 ложки квасної сметанки

Моркву почистити і втерти на дрібній терці. Яблука пооббирати і втерти на трубшій терці. Получити все разом і доправити до смаку. Приготувати безпосередньо перед подаванням.

Сирівка з сиром

Потрібно:

- 2 великі моркви
- 2 петрушки
- сок із пів цитрини
- 1/2 ф. сира

Моркву й петрушку помити й почистити добре щіточкою під біжучою водою (не шкрабати). Сир перетерти через ситко, щоб був гладкий. Все добре перемішати. Приправити до смаку дрібкою цукру і цитриновим соком.

Сирівка з капусти

Потрібно:

- ½ головки солодкої капусти
- ½ шклянки квасної сметани
- 1 ложка дрібно січеного цибулі
- 2 ложки дрібно січеного зеленого кропу
- 1 ложка червоної патріки, покраяної в пасочки
- 2 яблука
- сок із 1 цитрини

Капусту почистити, дрібно пошаткувати, посолити, добре вимішати і залишити на ½ години. Видушити її. Яблука почистити, пошаткувати на яринній терці і вимішати всі складники разом. Виложити до салятирки.

Приготувати на кілька годин перед подаванням. Дуже добра до мяса.

Потрібно:

- ½ ф. квасної капусти
- 1 яблуко
- 1 мала цибуля
- 1 ложочка цукру
- 1 ложочка зеленої петрушки
- 1 ложка помідорових повил

Посікти капусту, а коли дуже квасна, перед тим переполокати. Яблуко пообирати, покроїти в паски, цибулю дрібно посікти, петрушку теж. Вимішати всі складники разом і додати помідорових повил. Хто любить, може додати 1—2 ложочки оливі.

Годиться до кожного мяса.

Потрібно на 6-8 осіб:

- 1 мала головка білої капусти
- 1 цибуля
- 1 яблуко
- 2 ложки січеного кропу
- 4 ложки квасної сметани
- сок із пів цитріни
- 1 ложка цукру
- сіль і дрібка перцю

Капусту дрібно пошаткувати, посолити і залишити на пів години. Видушити з солі. Цибулю дрібно посікти, яблуко почистити і покроїти в пасочки. Сполучити капусту з усіма додатками і добре вимішати. Ладити це на кілька годин перед подаванням. Застудити у ледниці. Годиться до риби.

Потрібно:

- 1 ф. квасної капусти
- 1 мала цибуля
- 1 мала морква
- 1 яблуко середньої величини
- 1 ложочка цукру
- 1 ложочка оливі
- перцю на кінець ножа

Посікти капусту і цибулю. Моркву почистити і стерти на терці від городини. Все разом вимішати, приправити до смаку. Зладити на кілька годин перед поданням.

Приладжування городини

Городина з води. З маслом без підправи, можна варити картфійор, шпарагову фасольку, поміску капусту, бруксельку, моркву, горошок, картопельку і т. д.

Цю городину варимо у воді з додатком солі і дрібки цукру. Почищену городину вкладаємо в кипячу воду. Час варення починен бути якнайкоротший, тому варимо на сильному вогні так довго, лиш щоб змягчти колена. Посудина прикрита, лиш городину зеленої краски підімкнена відкрито. Така городина дуже легкостравна й тому подаємо її і хворим. Воду з під городини зуживаємо до юшки.

Городина з пари. Ту ж саму городину, що варимо в воді, можемо варити і в парі. Вона вариться скорше та задержує більше складників. Тому це більш раціональне варення, як у воді, за винятком городини зеленої краски.

Городина з мукою. Є городина, якою варимо у малій кількості води, з додатком сирого масла, а безпосередньо перед поданням припорошуємо мукою. Це є морква, калярепка, морква з горошком. Ця підправа належить до найлекше стравних і тому вживають її часто у сиріуванні дітей і хворих.

Городина зі сметаною. Зчищену городину підправляємо мукою зі сметаною. Так приладжуємо бурячки і зелену фасольку. Муку розмішуємо в малій кількості зимної води, влиємо на кипячу городину, разварюємо. Сметану додаємо перед самим поданням, не запарюючи вже, бо приносить нам певну кількість легкострав-

ного товщу, вітаміну А і ензими.

Городина з засмажкою. Зварену городину підправляємо засмажкою з товщу і муки та вивару з даної городини.

Так приладжуємо квашену капусту і бурячки. Цей спосіб найтаяжче стравний, бо коли спалена темно, тоді така городина може навіть пошкодити.

Як бачимо — є декілька способів варення городини. При кожному треба перестерігати певні засади, щоб городина принесла очікувану користь. Перше треба її старанно мити під біжучою водою, заки ще почнемо її обирати чи шкрябати. Потім — обирати чи шкрябати треба дуже тонко, тому що головна кількість запасового білка, вітамін та мінеральних солей знаходитьться безпосередньо під шкіркою. Є спеціальні ножі, що регулюють грубість обирації. Коли вже городина почищена, тоді треба її скоро сполоскати в воді.

Приставляємо городину з можливо якнайменшою кількістю води. Тільки городина зелена вимагає більшої кількості води і то в відкритій посудині, щоб зберегла гарну зелену краску. Під час варення городини виділюються органічні кваси, що діють на хлорофіль, а при більшій кількості води їх діяння — слабше. Добре зварена городина заховує гарну краску, приятний собі питомий запах і смак.

У нашему щоденному харчуванні — далеко важніше є варити добре городину, ніж спекти який вибагливий торт.

Юшки з городини

Український борщ

Потрібно на 4-6 осіб:

3-4 бурячки

1 ф. мяса (воловина або худа свинина)

закришка (петрушка, кусник моркви, пів цибулі, два грибики, два цілі зубчики часнику) коріння (пів лаврового листка, кілька зерен перцю)

чвертка капусти

$\frac{1}{2}$ ф. помідорів

1 мала цибулька

2 картоплинни

2 ложки масла

Пошаткувати бурячки, кинути ложку масла на них, залити водою й варити. Окремо приставити мясо і дати до нього всю закришку й коріння і варити півтори години. Коли бурячки мягкі і юшка готова, переністи її на бурячки. Вкинути покроєну капусту і 1-2 картоплинни, покраяні в великі кістки. Підварити, щоб зміяло (не дати розваритись картоплі) і додати розварених помідорів, перетертих через ситко, нехай раз закипить. Вкінці вкинути січену цибульку, присмажену на маслі або солонині, як хто любить.

Подавати з пиріжками.

Капусняк

Потрібно:

1 ф. квасної капусти

$\frac{1}{2}$ ф. свинини (реберця)

3 пластки солонини (бекону)

1 цибуля

1 ложка муки

Капусту переполокати, щоб не була за квасна, а потім трохи перекроїти, щоб не було довгих волокон. Залити окропом і вкинути реберця. Варити одну годину. Покроїти солонину на дрібну кісточку, вкинути дрібно посічену цибулю, підсмажити на ясну краску, тоді вкинути муку і зробити замажку. Розвести водою, розварити і влити до капусняку. Нехай раз закипить. Подавати з вареною картоплею.

Юшка з каліфіорів

Потрібно:

1 каліфіор

городина, як до росолу

1 жовток

3-4 ложки сметани

Зварити росіл із городини і костей. Почистити каліфіор, розібрать на кусники, заварити в кипячій воді, варити 10 хвилин і відцідити. Всипати на варений росіл. Коли каліфіори змякнуть, тоді заправити сметаною, розколоченою з жовтком і вже не варити.

Юшка з городини

Потрібно:

- 1 салера
- 1 мала петрушка
- 1 цибуля
- 1 каляфіор (малий)
- 1 морква
- $\frac{1}{2}$ скл. зеленого гороху
- 2 сушені гриби
- кілька стручків зеленої фасольки
- 2 ложки масла
- 1 мала ложка муки
- сіль, вода

Помити ѹ почистити городину. Приставити салеру, петрушку, цибулю і гриби, щоб злегка кипіло. Розірвати каляфіор на малі китички і покроїти моркву і зелену фасольку в пасочки, дати горошок і залити дрібкою води з ложкою масла. Душити під пюкришкою, аж змякне, доливаючи води. Коли городина вже мяка, одна і друга, процідити росіл із городини на душену. Окремо зладити білу засмажку на ложці масла і получить з юшкою. При кінці вкинути кілька листків петрушки, дрібно посічених.

Холодник

Потрібно:

- 1 вязка бурячків
- $\frac{1}{2}$ літри води
- 1 літра квасного молока
- $\frac{1}{4}$ літри квасної сметани
- 1 малий огірок
- 1 вязка редьківці
- 1 морквка
- 2 ложки зеленої, січеной цибулі
- 2 ложки січеного кропу
- 2 твердо зварені яйця
- сок із одної цитрини
- сіль

Бурячки почистити, залити кипячою водою і зварити в цілості. Прохолодити і втерти на терці. Огірок ցообирати і втерти на терці від городини. Редьківцю почистити і покроїти в тонкі кружальця. Сиру городину вимішати враз із цибулькою і кропом, легко посолити і залишити на пів години. Молоко позколотити зі сметанкою, додати вивар із бурячків, бурячки, городину, яйця покраяні в кістку і вимішати. Доправити сіллю і соком із цитрини на легко винний смак. Приладити кілька годин перед поданням і застудити в ледничці.

Юшка картопляна

Потрібно:

- 2 картоплі (більші)
- закришка (морква, петрушка, салера-біло)
- 1 сушений грибок
- 1 ложка масла
- $\frac{1}{4}$ ложки муки
- сіль
- 1 ложочка січеної зеленої петрушки

Приставити почищену закришку з грибком і поварити. коли все мяке, відцідити, на вивар кинути картоплю, покраяну у дрібну кісточку і зварити, аж змякне. Тоді покроїти дрібно зварену моркву, обробити на маслі легко румяну засмажку, залити виваром із городини і влити до юшки. Пюсікти зеленої петрушки. Нехай раз вакипить. Хто любить, може додати ложку помідорових повил.

Салати】

Нова картопляна салата

Потрібно:

- 3 картоплинни середньої величини
- 2 яблука
- сок із цитрини
- кулак капарів
- 2 ложки оліви
- 1 мала ложечка цукру
- 2-3 ложки білого вина

Зварити картоплю, обібрати яблука, намочити кулак капарів у воді. Коли картопля прохолоне, покроїти її яблука в пластинки. Капари вийняти з води, витиснути, вимішати разом і посолити. Окремо вимішати сок із цитрини з олівою і дрібкою цукру і тим скропити салату. При кінці політи салату двома-трьома ложками білого вина.

Французька салата

Потрібно:

- 2 картоплинни (невеликі, каліфорнійські)
- 2 малі квасні огірки
- 1 яблуко, велике, мяке
- 1 мала пушка горошку
- 2 моркви
- 1 мала салера-корінь

Зварити в солоній воді в лушпині дві картоплинни. Почистити моркву й салеру, зварити і прохолодити. Кроїти в дуже дрібну кістку всю городину по черзі. Частинами укладати це в мисці, солити, кроїти дальше, а коли вже все покроєне, щойно тоді вимішати. Укладаємо верствами й частинно тому, що труудно помішати більшу кількість мякої городини нараз. Треба радше підкидувати мискою, а менше орудувати ложкою. Коли вже добре вимішане, виложити на салатирці і покрити все майонезом.

- 2 цілі яйця
- 1 жовток
- 3 ложки оліви
- 3 ложки сметани

Майонез: два яйця й один жовток збити до горшка, втиснути сок із одної цитрини, добре розколотити і вложить в посудину з кипячою водою. Весь час сильно колотити кокотушкою, доки яйця не згущуться. Тоді вийняти горщик, поставити в зимну воду і дальше колотити. Коли простигне, вливати по трохи оліву або сметану і колотити. Додати солі і цукру до смаку.

Салатка з городини

Потрібно на 8-10 осіб:

- 1 ф. мішаної городини (катуста, морква, салера-корінь, волоська капуста, пори)
- 1 квашений огірок
- 1 яблуко
- 2 варені картоплини (каліфорнійська, довга)
- 1 ложечка дрібно січеної цибулі
- 1 шклянка вареної дрібної білої фасольки
- $\frac{1}{2}$ шклянки майонезу
- сіль, перець
- $\frac{1}{2}$ ложечки цукру
- сок із пів цитрини
- зелена петрушка

Почистити і зварити городину і покроїти також у пасочки. Картоплю покроїти в кісточку. Все разом вимішати й посолити. Додати майонезу, пріправленого з цитриновим соком і цукром.

Приладити на кілька годин перед поданням і прохолодити в ледничці.

Салата з зеленої фасолі

Потрібно на 4 особи:

- 1 ф. фасолі
- 2 помідори
- $\frac{1}{2}$ цибулі
- 1 ложка оліви
- цитрини до смаку (сок)
- 1 ложка січеного кропу

Покроїти у скісні пасочки фасолю. Зварити у парі (небагато води) і поставити нехай прохолоне. Окремо покроїти дрібно цибулю. Попарити помідори і обібрести з них шкірку. Покроїти дрібно, змішати з фасолькою, і цибулею, посолити. Додати трохи зеленого кропу, за правити цитриною або оцтом. Додати оливу й вимішати. Уложить на салатирці на годину перед поданням.

Салата з огірків

Потрібно:

- 1 огірок
- сердечка з зеленої салати
- 2 помідори
- 2 варені яйця
- 1 ложка січеного кропу
- оливи й оцту до смаку

Обібрести огірок і покраїти в тонкі скибки. Зладити поливу з оліви, оцту, соли й перцю. Хто не зносить оцту, може заступити його цитриною. Цією поливкою політти огірок і сердечка з салати, вийняти з рідини і уложить на полумиску, як слідує: по середині огірок, кругом обложити на переміну сердечками з салати і скибками помідорів. Зверху прибрести скибками варених яєць і посыпти січеним кропом.

Страви з городини

Бурячки (цвікли)

Потрібно:

- 1 ф. бурячків
- 2 ложки хрону
- цукор, оцет

Зварити бурячки в лушпині. Почистити і стерти на терці, або покраяти на платки, як кому до вподоби. Додати цукру, хрону й оцту до смаку. Повинно бути кваскувате у смаку, тому слід приладжувати день скоршє, щоб перейшло.

Покутські бурячки

Потрібно:

- 1 вязанка бурячків
- 1 цибуля
- 1 ложка оліви
- 1 цитріна (сок)
- 1 зубчик часнику

Зварити бурячки і обібрести. Коли простигнуть, покроїти їх у не дуже тонкі скибки. На оліві засмажити ясно пів цибулі. Вкинути на цибулю бурячки, натиснути цитріни і розтертий часник. Вимішати. Виложити до порцелянової посудини. Хто не любить часнику, може його поминути.

Гарбуз

Потрібно на 4 особи:

- 1 гарбуз
- 2 ложки рижу
- 1 мала склянка молока
- 1 ложка масла

Розкроїти гарбуз по половинах, вигорнути ложкою зернятка і волокна, скроїти зверху тверду шкіру, покроїти в кусники і кинути в ціцило, нехай добре стече. Перед тим зварити на молоці густий риж. Дати гарбуз до посудини, ложкою добре розбити, вимішати з рижом, посолити і ще раз підварити на слабому вогні. Хто любить, може дати дрібку цукру.

Подається з прирумяненим маслом або зі сметанкою.

Гарбуз (Squash)

Потрібно на 4-6 осіб:

- 3-4 гарбузи (може бути білий із кружальцями у зубчики або жовтий у формі малої дині)

- 1 горяча води
- 1 ложечка муки
- 1 ложечка січеного кропу
- сіль, перець

Пообирати гарбузи з лушпинки, розкроїти на чвертки, вибрести южем насіннє гніздо. Покраяти гарбузи на кусники, залити водою, зварити, розколовити колотушкою на одну суцільну масу. Масло розтерти з мукою, заправити тим городину і раз зварити. Доправити сіллю й перцем до смаку.

Молодий горошок

Потрібно:

- ½ ф. лущеного горошку
- 1 ложка масла
- 1 ложка січеної зеленої петрушки

Зварити горошок у несвіжій кількості води під покришкою. Коли б лишилась вода, втишити воду, дати ложку масла, дрібно посіченої зеленої петрушки і лишити під покришкою, щоб масло розтопилося. Подавати з картоплею.

Начинювані кабачки

Потрібно на 4-6 осіб:

- 4 кабачки (подовгуваті, блідо-зелені гарбузинки)
- ½ ф. меленої телятини
- 1 яйце
- пів цибулі
- 1 ложка товщу (Кріско)
- 1 ф. помідорів
- 3 ложки сметани
- сіль

Кабачки обшкрябати зверху (так як моркву), розкроїти по половині, вибрести ложечкою всю серединку з зернятками, і начинити меленим мясом, що ми його вимішали перед тим із яйцем та цибулею, втертою на терці. Начинені кабачки обсмажити кругом на розігрітому товщи. Складати підсмажені у глибоку ринку, залити перевареними і перетертими помідорами, посолити і варити під покришкою на повільному вогні. Коли поваряться годину, додати до підливи три ложки сметани і вже не заварювати. Подавати з картоплею.

Картопля з білою підливою

Потрібно:

- 4 картоплі
- закришка як до росолу
- пів цибулі
- ложочка муки
- трохи молока
- дві-три ложки сметани

Помити добре щіточкою картоплю однакової величини. Приставити з закришкою, посолити і варити аж буде мяка. У міжчасі зладити таку підливу: всмажити ясно на ложці масла цибулю, посыпти мукою і зробити засмажку. Залити спершу молоком, розмішати, щоб підлива була гладка і нехай покипить кілька хвилин. При кінці дати сметану, вимішати і відставити. Посолити.

Вийняти готову картоплю, скоро обірати з лушпинки і залити на полумиску білою підливою.

Терчаники

Потрібно на 4-6 осіб:

- 4-5 картоплин
- 4 яйця
- 1 цибуля
- 2 ложки товщу сметана

Втерти обірану картоплю на терці і лишити у цідилі, нехай стече до миски. Цю рідину зцідити, а картопляну муку, що осіла на споді, зібрати ложкою і додати до втертого. Вбити яйця, добре посолити і дати дріждів, подробивши їх. Добре вимішати і ложкою кидати палгнички на гаряче масло на половину з „кріско”. Смажити на легкому вогні. Подавати зі сметаною. Коли хто любить, може додати до тертої картоплі одну терту на терці цибулину.

Калярепка в сметані

Потрібно на 4 особи:

- 8-10 шт. молодої калярепки
- 1 горня води
- сіль, цукор
- 1 ложочка муки
- 4 ложки води
- 4 ложки сметани
- 1 ложочка січеного кропу
- 1 ложка соку з цитрини

Калярепку пообирати, покраяті в пасочки, додати воду, сіль, цукор і зварити. Муку розколотити в холодній воді, додати гарячий вивар із калярепки, залити тим городину і раз заварити. Потім додати січеного кропу, сметани, соку з цитрини і вимішати. Подавати до картоплі.

Каляфіор

Потрібно:

- 1 каляфіор
- 1 ложка цукру
- сіль, вода
- 1 ложка масла
- 1 чубата ложочка тертої булки

Почищений і помитий каляфіор кинути на кипячу воду. Поварити 10 хвилин, зілляти воду, залити знов окропом, посолити і поцукурувати. Варити до мягкості. Коли готове, лишити, щоб добре стекло. Тоді класти на полумисок і полити маслом із булочкою.

Каляфіор по-італійськи

Потрібно:

- 1 каляфіор
- 1 ложка масла
- 3-4 ложки тертого сира
- 3 платки шинки
- $\frac{1}{4}$ ф. печериць
- 3 помідори

Зварити каляфіор, покласти його на огнетривалий полумисок вимашений маслом, посыпати тертим сиром (швейцарським або пармезаном), дрібно січеною шинкою і покрайніми, душеними на маслі печеричками. Потім політи чистим, але густим помідоровим соком і вставити до печі на 15 хвилин, щоб зарумянилось.

Зимний каляфіор

Потрібно:

- 1 каляфіор
- татарська підліва

Помити каляфіор під біжу-
чою водою і поставити варити,
заливши його гарячою во-
дою. Поварити 10 хвилин, зіл-
ляти воду, залити знов окро-
пом, посолити й поцукрувати.
Варити аж буде мякий. Тоді ви-
йняти з води й поставити нехай
вистигне.

Подавати з татарською під-
лівою або майонезом.

Солодка капуста з помідорами

Потрібно:

- 1 головка капусти
- 1 велика цибуля
- 1 морква
- 1 петрушка
- 3-4 помідори
- 1 лавровий листок
- кілька зерен англ. перцю
- 1 мала чарка вина
- 2 ложки масла

Пошаткувати тонко капусту,
посолити, добре вимішати і ли-
шити на годину. Потім добре
її витиснути, попарити кипя-
чою водою і відцідити на ціди-
лі. Цибулю, моркву й петруш-
ку покраяти на кусники, дода-
ти лавровий листок і англ. пе-
рець. Окремо вдушити на маслі
капусту, аж буде мягка. Знов
городину варити, аж буде вся
мяка. Потім перетерти через
ситко зварену городину, дода-
ти до того вина і влити до ка-
пости. Все разом піддушити.

Дуже добра до вепрової пе-
чені або ковбасок.

Лазанки з капустою

Потрібно:

- ½ ф. макарану
- 1 мала головка капусти
- 1 цибуля
- 2 ложки масла

Зварити макаран, а коли го-
товий, полити його холодною
водою, (Пригадуємо, що при
купному макарані слід змінити
воду, коли вона покипить яких
10 хвилин і залити його знову
окропом, а щойно тоді посо-
лити). Окремо приладити ка-
пусту. Зварити головку капу-
сти, відцідити, а коли прох-
лоне, видушити від води і по-
сікти сікачем. Присмажити ясно
цибулю на маслі, вимішати з
капустою і підсмажити так,
щоб вона не мала в собі води.
Вимішати з макараном, підо-
гріти його з капустою і подати.

Голубці з мясом

Потрібно на 4 особи:

- 1 головка капусти
- 1 ф. свинини
- 6 ложок рижу
- 2 цибулі
- 3-4 помідори
- 1 ложка товщі

Обчистити головку капусти, викроїти в головці кругло качан і кинути на кипячу воду. Нехай покипить доки не змякнуть листки. Тоді вийняти її з окропу, обсунути з неї верхні, вже м'які листки і вкинути знов на воду, щоб покипіло. Повторити це аж поки не обвариться аж до середини. Присмажити ясно дві цибулі на товщі. Окремо обварити риж, процідити і сполоскати зимною водою. Коли прохолоне, вимішати з меленим мясом, цибулею, сіллю до смаку. Виложити посудину осередками з капусти. З кожного листка стяти твердий хре-рет, більші листки ділити на половину. Завивати тепер мясо в листки й укладати їх тісно в посудині. Розварити помідори, перетерти їх через сито, посо-літи і кипячим залити голубці. Накрити і варити в печі около двох годин.

Волоська капуста з начинкою

Потрібно на 4 особи:

- 1 волоська капуста
- 3 ложки січених, варених грибків
- 1 скл. рижу
- 1 цибуля
- 2 ложки масла

Капусту покроїти у чвертки, вкинути на кипячу, солону воду і обварити не більше, як п'ять хвилин. Коли стече, нехай холоне на цідилі, а тоді зладити таку начинку: риж легко обварити, відцідити, переполокати зимною водою і ще раз відцідити. Всмажити цибулю ясно на маслі, вкинути на те січених, варених грибків, розвести грибковим соком і всунути до гарячої рури на 15 хвилин, щоб риж остаточно дійшов. Вийняти і коли трохи вистигне, накладати поміж листки капусти. Вима-стити ринку грубо маслом і на-кладати в неї чверточки во-лоської капусти. Залити реш-тою грибкової юшки і душити під покришкою до м'якості.

Морква зі сметаною

Потрібно на 4-6 осіб:

- 4 великі моркви
- 3 ложки сметани
- 1 ложочка муки
- 1 ложочка масла
- 1 зубок часнику

Почистити моркву і покроїти в тонкі кружальця. Вложить до ринки, влити трохи води і масло, посолити і варити аж змікне. Окремо розколотити у смажаній дрібку муки і залити моркву, нехай раз закипить. Коли хтось любить часник, може дати розтертий під кінець.

Морква з горохом

Потрібно:

- 3 або 4 моркви
- 1 пушка зеленого гороху (в сезоні давати свіжий зі стручків)
- 1 ложочка масла
- 1 ложочка муки
- 1 чубата ложочка масла

Почистити моркву, а коли груба, тоді треба розкроїти її поздовж на половину. Покроїти в кружальця. Вкинути до ринки, додати масло, влити дрібку води, посолити і душисти під покришкою. Коли зварена, всипати пушку гороху, легко вимішати. Окремо зробити засмажку і залити тим городину. Коротко заварити. Подавати з картоплею.

Начинювана паприка

Потрібно на 4-6 осіб:

- 6 паприк
- ½ ф. худої вепровини
- 2 яйця
- ½ цибулі
- ½ булки
- 1 ф. помідорів

Із паприки відкроїти денце з хвостиком, помити її в середині від зерняток і вкинути на кипчу воду. Заварити її 10—15 хвилин. Вийняти, нехай проходоне. До меленої вепровини вбити 2 яйця, пів тертої сирої цибулі і пів булки, намоченої в воді. Посолити й добре вимішати. Накладати начинку в паприки уверх і складати їх у ринці, отвором догори. Окремо розварити помідори, посолити, перетерти через ситко і залити тим паприку. Накрити ринку і варити годину на вільному вогні.

Паприка начинювана городиною

Потрібно на 4-6 осіб:

- 1 салера (невеликий корінь)
- 1 петрушка
- 2 малі моркви
- $\frac{1}{2}$ каляфіора
- 2 цибулі
- 6 паприк
- 5 помідорів
- $\frac{1}{2}$ ложки муки
- 4 ложки оліви

Почистити городину і дрібно пошаткувати. Ясно присмажити цибулю на добрій оліві. Вкинути туди пошатковану городину, посолити, підлити дрібку води і душити під покришкою, доки городина не змякне. Тоді влити туди розварені й перетерті два помідори і з цим ще підварити. Вважати, щоб ця городина дала густу масу.

Взяти паприки, стяти кружальця від хвостика, помити, витрясти зернятка. Вкинути на кип'ячу воду, нехай покипить 10 хвилин. Вийняти, відцідити, а коли прохолоне, накладати в кожну масу з городини. Уложить в ринці надрізаним вершком вгору.

Окремо присмажити пів цибулі на оліві, зробити ясну за смажку і розвести її трьома розвареними і перетертими помідорами. Посолити, дати дрібку цукру і залити цим приготовлені паприки. Душити під покришкою, доки сама паприка не змякне.

Можна подавати гаряче і холодне.

Помідори з грибами

Потрібно на 4 особи:

- 4 помідори
- $\frac{1}{2}$ ф. печериць
- 1 цибуля
- 1 ложка масла
- 2 ложки тертої булки
- 1-2 ложки сметани

Спарити помідори, стягнути скірку і скраїти вершки. Вийняти з середини зернятка, посолити їх у середині і наложить начинкою. Печерички обібрать зі шкірки, посікти, вдушили на маслі з цибулькою. Потім дати дві малі ложки тертої булки, соли, перцю і квасну сметану. Наложити в помідори, прикрити зрізаними вершками, уложить на пательні вимашеній маслом і всунути до рури на 25 хвилин.

Начинювані помідори

Потрібно на 6 осіб:

- 6 помідорів середньої величини, добре дозрілих
- 2 твердо зварені яйця
- 1 цибуля середньої величини
- $\frac{1}{4}$ ф. бекону
- 1 яйце
- 1 ложка тертої булки
- 1 ложка січеного кропу
- сіль, перець
- 2 ложки квасної сметани

Помідори помити, обрізати легко ствердле місце коло хвостика. З другого боку гострим ножем обрізати шапочку кругом вершка. Вибрести мякіш зі середини і перегерти його до ринки через ситко, щоб не було в ньому насіння. Посісти твердо зварені яйця. Посісти цибулю і підсмажити на товщі з бекону. Бекон покрасти і румяно підсмажити. Додати сире яйце, тертої булки, кропу, соли й перцю і все добре вимішати. Начинювати тим помідори, прикрити обрізаним кружком і укладати в ринку, де розварений мякіш. Підварити на легкому вогні $\frac{1}{2}$ год. Під кінець додати сметану, яку ми розмішали з 2—3 ложками води.

Салера в помідоровій підливі

Потрібно:

- 2 великі або 3 менші салери (корінь)
- 1 ложка масла
- 2 ложки помідорових повил
- сіль, цукор

Помити й почистити салери, покроїти в пластинки, додати малу ложку масла, підлити небагато води, посолити і душити під покришкою. Коли будуть напів мякі, влити помідорових повил, трохи поцукрувати і ще яких п'ять хвилин піддешити.

До цього годиться присмажена картопля.

Салера по-американськи

Потрібно:

- кілька салер (била)
- 1 ложка масла

Зелені била салери обібрести з листків. Обтягнути з них верхню шкірку, як із шпарагів. Покроїти било на 2-3 кусники. Помити, залити водою так, щоб прикрила (більше в парі). Прикрити покришкою й посолити. Коли вода википить, салера мягка. Полити її прирумяненим маслом.

Шпараги з маслом

Потрібно на 4-6 осіб:

- 2 ф. шпарагів
- 1 ложка масла
- 1 ложка тертого булки

Шпараги помити, почистити кінці з твердої лушпини. Залити окропом, що посолений і додатком дрібки цукру. Варити 15-20 хвилин. Вийняти з води на полумисок. Розтопити маєло і вкинути на нього буличку. Коли зрумяниться, полити тим шпараги.

Шпараги у підливі

Потрібно:

- 1 ф. шпарагів
- 1 ложка масла
- $\frac{1}{2}$ ложки муки
- 1 склянка молока
- $\frac{1}{2}$ ложочки соку з цитрини
- 4 ложки тертого сира

Шпараги почистити, обтягнувши шкірку з долини до чубку. Добре сполоскати і зварити до м'якості у кипячій, посоленій, легко поцукрованій воді. Розтопити масло, додати муку і підсмажити так, щоб лиш шум зробився. Залити молоком, розварити. Доправити до смаку сіллю і соком із цитрини.

Уложить шпараги на полу-миску, залити підливою і по-сипати тертым сиром. Подавати з картоплею.

Шпінат

Потрібно на 4-6 осіб:

- 2 ф. шпінату
- 2 ложки масла
- 2 ложки муки
- $\frac{1}{4}$ л. молока
- вода, сіль
- 2 зубки часнику

Зварити воду з сіллю. Води дати небагато, лише так, щоб шпінат не пригорів. Шпінат підебрати й добре вилупокати під біжучою водою. Вкинути його на окріп і варити під покришкою на сильному вогні. Із води витворюється пара, в якій він доходить. Молоденький шпінат вистачить варити 10 хв., старший 15 хвилин. Вийняти на цідило і добре зцідити. Посікати на стільничці. Окремо підсмажити товщі із мукою на ясну краску, залити молоком, заварити, додати до того шпінат і вимішати. Посікати часник, розтерти з сіллю, додати до шпінату й вимішати. Подавати з яйцями.

Омлет зі шпінатом

Потрібно на 4 особи:

- 4 цілі яйця
- 5 ложок сметанки
- 1 мала ложка масла
- 1½ ф. шпінату
- 4 ложки сметани
- 2 ложки молока
- 1 зубець часнику
- 1 ложка масла
- ½ ложки муки

Яйця розбити колотушкою зі сметаною так, щоб була суцільна маса й лосолити. Розігріти на пательні масло і брати вареною масу так, щоб вийшли чотири омлети. Прирумянити омлет з одного боку, обернути його лопаткою на другу сторону, а коли й тут прирумяниться, викинути на тарілку.

Окремо приготувати шпінат. Почистивши його, вкинути на посолений окріп (води не давати багато, щоб варився більше в парі) і заварити 2—3 рази. Вилляти на ціцило, а коли стече, посісти добре сікачем. (До того годяться добре круглі деревяні миски). Зробити за смажку з 1 ложки масла і пів ложки муки, залити сметаною, а коли це закипить, вкинути туди шпінат, розтертого часнику і добре вимішати. Гарячий наложити на готові омлети, вилками звинути і зараз искати. До того варена картопля.

Запіканка городина

Потрібно на 4-6 осіб:

- ½ ф. зеленої фасолі
- 2 моркви
- 1 огірок
- 2 паприки
- 1 невеличкий синій баклажан
- ½ каліфіора
- ½ ф. горошку
- 1 ф. помідорів
- 2 цибулі
- 3 ложки оливі

Сполокати всю городину, покроїти в великі кусники. Усмажити цибулю на оливі на білу краску. Дно глибокої посудини виложити пластинками помідорів і укладати вимішану городину верствами і перетрясати смаженою цибулею. Рівночасно ці верстви солити. Ринку прикрити щільно покришкою і все це засунути в піч. Півгодини запікати на 400*, а потім годину на 350* доки городина не буде мяка. Не доливати води, бо городина пускає багато соку.

Подавати з картоплею. Можна їсти гаряче або холодне.

Городина на зиму

Помідори на зиму

Помідори в слойках на зиму – це велика поміч у приладжуванні страв. Йушка, підлива, додаток до городини чи мясива і так майже кожного дня прийдеться розігнатись по той помідор. Зимою вправді й свіжий можемо дістати, але дорогий та не має такого смаку й запаху. Дома заварені помідори напевне кращі, як фабричні, де продукція наладнана на велику міру.

Коли ще маємо можність дістати помідори просто з городу та дозрілі на сонці, то вони і смаком і вартістю багато кращі, ніж ті, що дозріли у скринці. Та все одно — чи маємо помідори з власного городу, чи мусимо закупити їх, шукаючи дешевого та добrego джерела закупу — все одно це нам під кожним оглядом оплатиться.

Способ приладження не є надто трудний і коштовний. Вимагає лише трохи часу, а його навіть у наших можливостях можна знайти. Інакше приладжуємо помідорові повила на юшку й підливу, а інакше цілі помідори на городину.

Помідорові повила

Помивши помідори, треба їх докладно оглянути, вирізавши ствердлі місця коло хвостика та покраяти на чвертки. Зварити аж будуть м'які і зливати до приготованих слойків. Приготова слойків описана на ст. 29 (для бросквінь). Закрутити, поста-

вити в холодне місце, нехай прохолонутъ.

Коли вживаемо на юшку чи підливу в зимі, перетерти через ситко. Заварюємо неперетирані бо зі шкірки походить гарна червонава краска мякішу.

Квашення капусти

Надходить час, коли давно колись у нас квасили капусту. Це був великий день у господарстві, коли то парили бочки, шаткували й солили. Тепер не маємо вже наміру так широко заходитись коло того, бо городини не бракує нам цілу зиму. Однаке наквасити один-два слойки бажає кожна господиня. Бо свіжо квашена капуста має свій особливий смак, а квашеній вдома ніколи купна не дорівняє.

Вибирати тверді головки і спустити з них зелене листя. Обмити під біжучою водою і покроїти в чвертки. Вирізати з кожної чвертки качан і пошаткувати або покроїти ножем на вузькі смужки. Вкинути у велику посудину, пересипувати сіллю і дуже добре рукою вимішати. Коли відповідно посолене, втвокати тісно у слойку з великим отвором, аж до верху. Можна переложити одною верствою яблук, бо вони надають капусті доброго смаку. Коли вже слойк заповнився до верху, закрити отвір білою шматиною і приложити денцем (дощинкою), яку приважити тягарцем. Тиждень тримати в теплому аж доки юшка не сквасніє. Тоді поставити в холодніше місце. Від часу до часу помити денце і виполоскати шматинку.



Овочі

Під оглядом дієтичним овочі є зближені до городини. Головна їх вартість — це мінеральні солі, вітаміни, ензими, розпущені в соку, якого маємо в овочах великий процент. Велика кількість квасів ділає добре на травлення, бо збільшує виділювання шлункових соків. Болонник виповнює кормовий провід і викликує почуття систоти, побуджує рух кишок, а це є дуже важне для травлення.

Найбільший запас вітамінів, солей, ензимів і квасів знаходиться зараз під шкіркою. Однак на поверхні овочів знаходитьться різного роду бактерії, шкідливі для людського організму. Тому, коли стараємось заради вітамінів їсти овочі зі шкіркою, тоді треба їх дуже старанно мити під біжучою водою.

Усі овочі без винятку можемо їсти в сирому виді. З огляду на великий процент води (80—90%), кількість сухої ма-

терії дуже мала й тому про поживність овочів у порівнянні з іншими харчами не можемо говорити. Однак під оглядом вітамінів, мінеральних солей овочі необхідні в нашій відживі. Сирі овочі чи соки з них можуть стати додатком до різних страв. Свіжі овочі не надто вибагливого вигляду можна переробити на компоти чи інші варені лакоминки.

Живемо в країні, де овочі є доступні впродовж цілого року. В повному сезоні ціна їх обніжується і тоді треба використати цей рід, вживаючи їх більше, як рівно ж заготовити на зиму в слоїках. У літньому сезоні маємо значно більший вибір різних сортів, що й тоді є більш потрібне, бо в літню спеку це один із головних складників нашої поживи.

Тому памятаймо тепер, коли осінніх овочів є подостатком, щоб ми включили їх у стравопис нашої родини.

Овочеві юшки

Юшка цитринова

Потрібно на 4—6 осіб:

- ½ ф. городини
- ½ ф. телячих костей
- 1½ л. води
- 1 ложка муки
- ½ склянки води
- 1 склянка квасної сметани
- 2 цитрини — сок
- ½ цитрини — шкірка
- 4 ложки рижу
- 1 ложочка води
- 1 ложочка масла

Зварити вивар із костей і городини. Розколотити муку у воді, влити на процідженій вивар і раз заварити. Додати сметану, сок із цитрини (висмакувати, щоб було відповідно квасне, як хто любить), цитринову шкірку, сіль. Добре змішати.

Окремо зварити риж до юшки. Обмити риж тарячою водою, заварити склянку води і вкинути туди обмитий риж. Раз замішати. Нехай покипить 10—15 хвилин. Відщідити, дати в риночку дві-три ложки води і ложочку масла, всипати риж, посолити, прикрити і варити на дуже легкому вогні, аж змякне. Подавати до юшки.

Юшка з бросквінью

Потрібно на 6 осіб:

- 1 ф. бросквінью
- 1½ л. води
- 4-5 ложок сметани
- 1 ложка картопляної муки

Бросквіні помити, покраяти, розварити враз із лушпинкою та кісточками і перетерти через ситко. Розколотити муку в воді і залити тим юшку, нехай закипить. Зняти з вогню, додати сметану, цукру до смаку, вкинути кілька кісток, кусник цитринової шкірки і застудити

Ябланка з бросквіннями

Потрібно на 4 особи:

- 3 малі яблука
- 4 малі бросквіні
- 1 жовток
- ½ чверткі сметанки
- цукру до смаку
- 1 ложочка картопляної муки

Помити необирані яблука і бросквіні. Покроїти дрібно, відкинувши хвостики. Залити водою і варити, аж змякне. Гаряче перетерти через ситко і влити назад до ринки. Пюцукрувати до смаку. Заварити. Розколотити сметанку з жовтком і ложочкою картопляної муки і влити на кипячу юшку і вже не варити. Відставити і покласти в посудину з льодом. Коли прохолоне, вставити доднички.

Овочеві сирівки

Овочева сирівка

Потрібно на 4-6 осіб:

- 1 помаранча •
- 2 грушки
- 2 банани
- $\frac{1}{2}$ ф. винограду
- 1 яблуко
- 2 бросквині
- сок із цитрини
- цукор
- 1 шклянка солодкої сметанки

Частинки помаранчі покраяти. Яблука, грушки і бросквині почистити і покраяти у пасочки. Банани покраяти в кружки. Виноград пооббирати зі шкірки і вийняти зернятка. Додати сок із цитрини і цукор до смаку. Вимішати. Залишити у холодильні на кілька годин перед подаванням. Подавати з битою сметанкою.

Салатка з бросквинь

Потрібно на 4-6 осіб:

- $\frac{1}{2}$ ф. білого сира
- 2 банани
- 2 ложки цукру
- 1 ф. бросквинь
- 4 ложки брунатного цукру
- $\frac{1}{2}$ цитрини
- $\frac{1}{4}$ л. сметанки

Сир і пообирані банани змочити на машинці, додати цукру і добре вимішати на суцільну масу. Виложити на полумисок віночком кругом берега. Бросквині пообиристи, покраяти у четвертки без кісток, уложить в середину, посыпти брунатним цукром, скропити соком із цитрини і застудити. Вбити сметанку і залити бросквині перед подаванням.

Сирівка з яблук і ананасу

Потрібно:

- $\frac{1}{2}$ ф. яблук
- 1 мала пушка ананасу
- $1\frac{1}{2}$ цитрини
- $\frac{1}{2}$ گрейпфрута
- 3 ложки брунатного цукру

Яблука сполоскати й покраяти в пасочки. Додати ананасу й соку з цитрини. Грейпфрут перекроїти на половину і спеціальним ножем вийняти мякіш. Вимішати з масою і пересипати брунатним цукром.

Ладити на кілька годин перед подаванням і застудити в холідильні.

Овочеві креми

Крем з рабарбару

Потрібно:

- 1 ф. рабарбару
- 1 мішечок желатини
- 3 яйця
- цукру до смаку

Рабарбар сполоскати, покроїти тонко, влити дві-три ложки води і варити в парі, щоб змяк. Коли вода виварилася, розтерти все на мармеладу. Желатину розпустити в 2-ох ложках літньої води, вставивши горня з желатиною в посудину з гарячою водою, щоб добре розпустилось. Втерти жовтка з цукром, додати прохолоджену мармеладу з рабарбару, додати розпущену желатину, шкірку з цитрини і бити тріпачкою далі. Коли зачне трохи гуснути, додати вбитий шум і вимішати. Форму вилляти зимною водою, обсипати цукром, виложити крем і застудити.

Крем із полуниць

Потрібно на 4-6 осіб:

- 4 жовтка
- 4 ложки цукру
- 1 цитріна, сок
- $\frac{1}{2}$ ф. полуниць
- 2 білка
- $\frac{1}{4}$ літра сметанки
- 1 пачка желатини
- 3 ложки води

Втерти жовтка з цукром, додати сок із цитріни. Полуниці помити, покраяти на половинки і вкинути до жовтків. Білка вбити на тугий шум. Так само вбити сметанку. Желатину розмішати в ложці зимної води, додати 2 ложки оцупу, вимішати і вставити у кипячу воду, щоб добре розпустилося. Влити желатину до жовтків і добре вимішати. Коли почне гуснути, додати шум із білків і сметанку, легко вимішати, влити до форми і застудити.

Яблука з кремом

Потрібно:

- 6 яблук
- пів чвертка сметанки
- 2 яйця
- 1 ложочка муки
- 1 ложка цукру

Обібрати яблука і вивертіти серединку ножем. Виверчені яблука начинити заварюванням (конфітурою) або міддаловою масою. Яблука уложить на пательні і додавши дрібку води, спекти у легкій рурі. окремо зладити крем із сметанки, муки, жовтків і цукру, добре розколотити, додати шум із білків. На кінці залити яблука тим кремом і ще легко запекти.

Крем цитриновий або помаранчевий

Потрібно:

- 3 цитрини або помаранчі
- 6 яєць
- 1 мішочок желятини

Втерти цукор із живітками, а вкінці додати сок із цитрин або помаранч. Втерти до того шкірку з одної цитрини або помаранчі. окремо розпустити желятину у зимній воді (2-3 ложки води), а посудину вставити у другу з гарячою водою, щоб скорше розпустилась. Коли втерта маса нарости, тоді влити туди розпущену желятину і вбивати дальше. Щоб скорше застигало, обложити посудину кусниками льоду. Коли крем починає гуснути, вимішати його з шумом із білків. Вилити все до салатирки і вложить до леднички.

Коли робимо крем помаранчевий, тоді слід додати окрім помаранчевого соку також сок із одної цитрини.

Кисіль з черниць

Потрібно:

- 1 літра черниць
- 1 літра води
- цукру до смаку
- 2 чубаті ложки картопляної муки

Черниці подушити в ринці, залити водою, заварити і пропідіти. Потім поставити склянку рідини, щоб вистигла. До решти додати цукру, а коли хто любить, кусник цинамону і кілька гвоздиків і знов заварити. У прохолодженому соку розкілотити картопляну муку, влити в кипячу рідину, а по двох хвилинах, мішаючи ввесь час, вилити в салатирку. Застудити. До того подається сиру сметанку.

Бананове молоко

Потрібно:

- 1 банан
- 1 склянка молока
- сок із цитрини
- цукру або меду до смаку
- кілька ложок сметанки

Роздусити один банан вилками і вбити з склянкою молока. Приправити цитриновим соком і посолодити цукром або медом. Застудити. Можна прикрасити битою сметанкою.



Овочеві напої

Овочеві соки одного роду, чи мішані в довільній кількості з додатком холодної води чи кусників леду — це необхідне на час спеки. Подекуди треба додати трохи цукру та не надто багато, бо тоді напій не гасить спраги.

Можуть тут бути різні комбінації. Найкраще зі свіжих овочів, а коли сезон даних овочів проминув, то можна дістати в коробках морожений сок. А слабий чай із цитриною, легко солоджений — теж чудово смає у душні дні.

Оранжада

Потрібно:

- 1 коробка мороженого соку
- 1 помаранча
- 4 горнятка води

Виложити заморожений сок із коробки до дзбанку, покраяти помиту помаранчу у кружки, вибравши зернятка, залити водою і лишити у ледничці на півгодини. Подавати з кусниками леду.

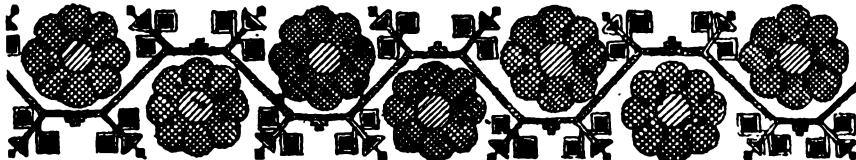
Увага: Влітку помаранчі дорогі, отже тому треба їх додоповнювати мороженим соком. Морожений сок дуже близький до свіжого. Не плутати з готовим соком із помаранч, що його продають у фляшках! Він завжди має якийсь консервуючий середник.

Напій із темного винограду

Потрібно:

- 1 ф. винограду
- 1½ кварти води
- цукор
- 2-3 зерна гвоздиків

Виноград почистити, помити, вкинути на кипячу воду, нехай раз закипить. Перецідити, додати цукру до смаку, а коли виноград солодкий, додати соку з цитрини, вкинути гвоздики й застудити.



Компоти на зиму

(Грушки і бросквині)

Приготування слойків

1. Слойки вимити старанно у теплій воді з милом, добре виполоскати під біжучою водою, гумки теж.

2. Вложить слойки до баняка зимною водою і заварити. Нехай покиплять легко 10 хвилин.

3. Гумок не варити, а тільки перед ужитком замочити в окропі.

4. Вибирати гарячі слойки по одному на простелену стирочку і наповнити гарячими овочами, не дотикаючи нутра слойка пальцями чи стирочкою.

5. До наливання вживати спеціальної лійки з широким отвором (можна дістати в крамницях).

6. Спарити гумки окропом і складати на слойкі. Гумки вживати щороку нові. Через велике писнення під накривкою вони прятати тугісті.

7. Вибрати з окропу накривку, беручи стирочкою згори, добре закрутити і відставити, щоб прохололо.

8. На ніч розстелити на столі стирочку, уложить слойки на накривками вниз, щоб провірити чи щільно замкнені. Зранку, ко-

ли протече вогкий кружочок, треба слойк зужити. Всі інші, прикрутивши ще тісніше накривку, заховати на зиму.

Приготування овочів

1. Овочі вибрати цілі і здорові.

2. Добре сполоскати на ситку під біжучою водою.

3. Спарити окропом і зняти осторожно шкірку ножем. Середньої величини грушки і бросквині можна залишити цілі, а тоді компот має спеціальний смак. Коли овочі великі, поділити на половинки, вибрати кістки, але до слойка дати дві-три кістки, що варились враз із овочами.

4. Заварити у ринці воду з цукром (до смаку).

5. Вкладати на кипяток стільки овочів, щоб вкрили поверхню і заварити їх. Накладати до слойка вилкою, що її перед тим замочили в окропі, розсунути овочі, залити соковиком (сиропом), щоб виповнити щілини і вважати, щоб не було баньчик воздуху. Залити рідиною шийку слойка. Дальше поступати, як сказано при слойках.

Заварювання

ЯГОДИ НА ЗИМУ

Галяретка — це є овочевий сок із додатком води, висмажений до повної густоти. Тут го-дяться овочі, що мають більшу кількість пектини, бо вона на-дає галяретці певну тугість. На-приклад — порічки, яблука, ви-ноград, гогодзи. Меншу кіль-кість пектини мають полуниці й вишні. Тому добре сполучити в галяретку два роди ягід, напр. сок із полуничкою та невелику кількість порічкового соку. Це дає дуже добру сполучку, бо полуниці не тратять свого смаку й запаху, а порічковий сок злегка квасний.

Спосіб роботи галяретки не-трудний, але вимагає уваги. Я-годи треба брати злегка недозрілі, бо тоді відсоток пектини в них більший. Залити їх во-дою, але стільки, щоб покрила ягоди, але вони не пливали в ній. Зварити скоро ягоди. Сок зціджувати повільно і самовіль-но, не здушуючи. Сок має бути прозорий, не мутний. Цукру да-ти два або три рази стільки, що соку, залежно від того, який він заквасний. Варити малими кіль-костями 4—6 склянок нараз. Користуватись досить глибо-кою й широкою ринкою, щоб скоро парувало та не вибило. Щоб скоротити час варення, то навіть цукор подержати перед тим у теплому місці, щоб не було великої різниці у температурі. Зварити сок 5 хвилин, до-дати цукор, мішати аж розпу-ститься, зібрати шум, даліше варити на сильному вогні, не мішаючи, однак не довше, як 15—20 хвилин. У міжчасі взяти малу пробу та застудити у лед-

ничці, чи гарно стужіє. Скоре і коротке варення збереже крас-ку і запах ягід.

Для заливання галяретки вживаємо малих скляночок. Скляночки або слойки помити й заварити в воді. Вибрati га-рячі на стирочку, висушити в гарячій печі і наливати галярет-кою. Уставити в холодне місце і прикрити, нехай прохолоне. Розігріти парафіну на легкому вогні або у гарячій воді (не може бути дуже гаряча, бо не чі-питься берегів слойка). Коли лиши галяретка прохолоне, за-лити її тонкою верствою па-ра-фіни. На другий день залити ще раз тонкою верствою парафіни кругом берегів слойка. Обі вер-стви не повинні бути грубші за одну восьму цяля (інча). Занадто груба верства відстане від країв. Переховувати у холодно-му темному місці.

Заварювання (конфітура) — це цілі овочі, насяклі цукром, у частинно згаляретизованому соковику (сиропі). При прила-джуванні конфітури слід трима-тись тих самих засад, що при галяретці. Ягоди для конфітури мусить бути першорядної яко-сти, приблизно одної величини, легко недозрілі, ніколи пере-зрілі. На вогні варити легко й коротко та залишити на якийсь час, щоб насякли цукром. Коли вже звариться, зложити до сло-їків та залити парафіною або закрити накривкою з гумкою.

Джем — це овочі цілі або в менших кусниках, завислі в о-вочевій мармеладі чи галярет-ці. При цьому можна їх комбі-

нувати, наприклад цілі полуниці в мармеладі з рабарбару. Полуница має краску й запах, а рабарбар надає квасоти. Найкраще переховувати їх у слоїках із гумками, герметично замкнених. Цей спосіб дуже успішний у нашому теплому й вологому кліматі.

Хоч у торгівлі всі ці вибагливі речі можна дістати готові, проте кожна господиня знає, які користі має домашнє заварювання.

Галяретка з порічок

Ягоди перебрати й залити водою так, щоб покрила їх. Зварити на скорому вогні. Влити

до полотняного мішечка, нехай повільно стікає сок. Не видушувати, бо буде мутний. Переміряти сок, додати на склянку соку — склянку цукру. Варити, збираючи шум, по десяти хвилинах від заварення зробити пробу, вливаючи ложочку галяретки на порцелянову тарілку і вставити до леднички, нехай застигне. Коли гарно стужіє, галяретка готова.

Варити малими скількостями (4 склянки) та не довше як 20 хвилин. Злити гаряче до гарячих слоїків, прикрити папером, нехай прохолоне. Залити тонкою верствою парафіни, а другого дня повторити ще раз.

Заварювання з полуниць

Потрібно:

- 1 ф. полуниць
- 1 ф. цукру
- сок із пів цитрини .

Полуниці почистити, помити, вибрати гарні і здорові ягоди і уложить одною верствою на полумиску. Посипати половиною цукру і залишити на 12 годин у холодному місці. Другого дня злити сок до решти цукру, заварити, додати сок із цитрини, легко всипати полуниці, заварити і зібрати шум. Залишити у порцеляновій або скляній посудині до наступного дня. Зварити ще раз і варити на легкому вогні 10—15 хвилин. Поставити нехай прохолоне. Тоді зливати до слоїків, герметично замкнених із гумками або залити парафіною, як описано у статті. Одноразово не заварювати більше як 4 склянки.

З М І С Т

| | ст. | | ст. |
|----------------------------------|----------|---|-----------|
| ГОРОДИНА | 3 | Морква з горохом | 17 |
| СИРА ГОРОДИНА | 4 | Начинювана паприка | 17 |
| СИРІВКИ | 5 | Паприка начинена городиною | 18 |
| Салата Хмельницького | 5 | Помідори з грибами | 18 |
| Сирівка з моркви | 5 | Начинювані помідори | 19 |
| Сирівка з сиром | 5 | Салера в помідоровій підливі | 19 |
| Сирівка з капусти | 6 | Салера по-американські | 19 |
| ПРИЛАДЖУВАННЯ ГОРОДИНИ .. | 7 | Шпараги з маслом | 20 |
| ЮШКИ З ГОРОДИНИ | | Шпараги у підливі | 20 |
| Український борщ | 8 | Шпінат | 20 |
| Капусняк | 8 | Омлет зі шпінатом | 21 |
| Юшка з каліфіорів | 8 | Запікана городина | 21 |
| Юшка з городини | 9 | Запікана городина | 21 |
| Холодник | 9 | | |
| Юшка картопляна | 9 | | |
| САЛАТИ | | | |
| Нова картопляна салата | 10 | ГОРОДИНА НА ЗИМУ | 22 |
| Французька салата | 10 | ОВОЧІ | 23 |
| Салата з городини | 11 | ОВОЧЕВІ ЮШКИ | 24 |
| Салата з зеленої фасолі | 11 | Юшка цитринова | 24 |
| Салата з огірків | 11 | Юшка з бросквінь | 24 |
| СТРАВИ З ГОРОДИНИ | | Ябланка з бросквіннями | 24 |
| Бурячки | 12 | ОВОЧЕВІ СИРІВКИ | |
| Покутські бурячки | 12 | Овочева сирівка | 25 |
| Гарбуз | 12 | Салата з бросквінь | 25 |
| Гарбуз (<i>squash</i>) | 12 | Сирівка з яблук і ананасу | 25 |
| Молодий горошок | 13 | | |
| Начинювані кабачки | 13 | ОВОЧЕВІ КРЕМИ | |
| Картопля з білою підливою .. | 13 | Крем з рапарбару | 26 |
| Терчаники з картоплі | 14 | Крем із полуниць | 26 |
| Калярепка в сметані | 14 | Яблука з кремом | 26 |
| Каляфіор | 14 | Крем цитриновий | 27 |
| Каляфіор по-італійські | 14 | Кисіль із черниць | 27 |
| Зимний каляфіор | 15 | Бананове молоко | 27 |
| Солодка капуста з помідорами .. | 15 | | |
| Лазанки з капустою | 15 | ОВОЧЕВІ НАПОЇ | |
| Голубці з мясом | 16 | Оранжада | 28 |
| Волоська капуста з начинкою .. | 16 | Напій із темного винограду .. | 28 |
| Морква зі сметаною | 17 | КОМПОТИ НА ЗИМУ (Грушки і бросквіні) | 29 |
| | | ЗАВАРЮВАННЯ | 30 |
| | | Галяретка з порічок | 31 |
| | | Варево з полуниць | 31 |

СОЮЗ УКРАЇНОК АМЕРИКИ

ПРАКТИЧНА КНИГОЗБІРНЯ Ч. 3

П Е Ч И В О
КУХОВАРСЬКІ ПРИПИСИ

упорядкувала

НАТАЛЯ КОСТЕЦЬКА



ФІЛЯДЕЛЬФІЯ, 1969

✓

Друкарня В-ва „Америка“, 817 Норт Френклин вул., Філадельфія, Па., 19123



Печиво

Печиво відограє в нашому харчуванні важливу роль. Недаром народня приповідка каже: „Де хліб та вода, там нема голоду“ У ділянці печива висувається на перше місце хліб. Але щораз менше його випікають вдома й тому правильного печення хліба для домашнього вжитку майже не вищають.

Однака хліб являється дуже важливим продуктом нашої відживи й тому мусимо його вартість знати. Підставою його є мука, пшенична або житня. Хліб маємо білий або темний, залежно від того, як було перемелене збіжжя. Коли на муку зужито зерно майже в цілості, тоді дістанемо темний хліб. Таке печиво має більшу віживну вартість та впливає корисно на травлення. У білій муці відкинено при меленні луштину зерна. Біле печиво є легко с travlennya. У білій муці відкинено при меленні луштину зерна. Біле печиво є легко стравне, але менше поживне.

Печиво приладжуємо різним

способом і згідно з тим ділимо його на такі зasadничі групи:

1. дріжджеве
2. бішкотове
3. крихке
4. французьке і півфранцузьке
5. заварне
6. медяникове
7. торти.

Хоч спосіб приладження кожного тіста інший, а враз із тим і смак даного печива, проте всі ці роди мають дещо спільногого. А саме: кожне тісто під час печення виростає. Причиною цього є:

- a) відповідний додаток рідини, що випаровує під час печення,
- b) під час мішення входить до тіста певна кількість повітря,
- v) шум із білків замикає в собі велику кількість повітря,
- g) дріжджі або порошок до печення підганяють ріст, бо витворюють гази, які підносять частинки тіста.

Дріжджеве тісто

Дріжджеве тісто — це найбільш поширенна форма печива на Україні. Воно має в нас давню традицію, що проявляється особливо в обрядовому печиві. В печені Ве-

ликодніх пасок чи весільних коровайів українська господиня досвигла великої досконалості.

Головними складниками дріжджевого тіста є борошно (най-

більш відповідне пшеничне), дріжджі й рідина (вода, молоко або сирватка). Додатковими складниками є товщ, яйця, цукор, приправи. Це тісто найбільше зближене до хліба.

Цього роду тісто підганяють дріжджі. Що більше маємо тут додаткових складників (цикру, товщу, яєць), які обтяжують тісто, то більше мусимо додати дріжджів, щоб вони тісто рушили.

Дріжджі — це живі клітини. Коли хочемо їх діяння, мусимо поставити їх у мірно теплу температуру. Це значить — до розпущення їх не слід вживати гарячої рідини, а також не сміємо заміщеного тіста виставляти на холод. Дріжджеве тісто вимагає в часі приладження рівномірно теплої температури.

Вставляємо його до печі аж коли добре виросте. Піс вигріваємо перед тим якийсь час, щоб тісто увійшло в відповідну до печення температуру. Печемо його при 350° .

До дріжджевого тіста належать також пампушки. Це добірне печиво, що вимагає багато часу й уваги. Підставні складники — це борошно, рідина і дріжджі. До цього доходить у меншій мірі цукор, яйця (жовтка), товщ і запах. До пампушкового тіста додаємо ще малу кількість алькоголю, який запобігає, щоб воно не втягнуло забагато товщу.

При пампушковому тісті також велике значення мають дріжджі. Часто трапляється, що дріжджі гарні і свіжі на вигляд, не працюють справно. Тому треба наперед приготувати розчин із дріжджів, молока й цукру і поставити його в теплу воду. Якщо він у короткому часі підіметься, то знак, що дріжджі добри.

Пампушки приладжуємо не печенням, а смаженням. До цього вживаємо свинячий товщ у більшій кількості. Точніші вказівки подано у приписах.

Булка до кави

Потрібно на розчину:

- 6 горнятка борошна (муки)
- 2 унції дріжджів
- 2 ложки теплого молока
- 1 ложочка цукру

На тісто:

- 5 яєць
- 1 пригорща родзинок
- 1 горнятко топленого масла
- 5 жовтків
- цукру до смаку

Розпустити дріжджі в теплому молоці, а потім розчинити ними половину борошна. Покласти розчину в тепле місце. Окремо розтерти з цукром цілі яйця і жовтки. Коли розчина рушила, додати до неї втерті яйця, посолити, всипати решту борошна і місити так довго, аж почне відставати від рук. Тоді влити топлене масло без осаду, докінчити місити, вкинути вкінці помиті й сухі родзинки, і поставити у теплі, щоб виросло, прикривши серветою. Коли виросте, дати до форми, вимашеної маслом і вставити до вигрітої печі на 350° . Пекти одну годину.

Різдвяний колач

Потрібно на розчину:

- 2 горнятка борошна (муки)
- 2 унції дріжджів
- $\frac{1}{2}$ горнятка молока
- 1 ложечка цукру

До тіста:

- 4 горнятка борошна (муки)
- $\frac{3}{4}$ горнятка молока
- 8 жовтків
- $\frac{1}{2}$ ф. цукру
- $\frac{1}{2}$ ліски ванілії
- $\frac{3}{4}$ горнятка топленого масла

Розпустити дріжджі у літньому молоці і дати ложечку цукру. Поставити в тепле місце. Коли дріжджі піднесуться, всипати до борошна (муки), вимішати і лишити розчин, нехай підрoste. Коли розчина рушилась, влити до неї жовтки, що ми їх перед тим втерли з цукром та запахом ванілії. Доти до того 4 горн. борошна (муки). Коли б тісто було загусте, підлити трохи молока. Місити чверть години. Тоді влити топлене масло (без осаду) і місити дальше, аж доки почне від рук відставати. Прикрити нагрітою стиркою і поставити в теплу місці, нехай підрoste. Коли тісто виросте, виложити на стільницю, що підсипана мукою. Поділити на три частини, руками виробити валки, що в середині повинні бути грубші і сплести колач. Знов накрити стиркою і поставити нехай підрoste. Коли підріс, помастити розбитим яйцем і посыпти маком. Нагріти піч на 350° і тоді всадити колач. Пекти $\frac{3}{4}$ години.

Бабка до кави

П'єрібно:

- 1 ф. борошна (муки)
- 2 унції дріжджів
- 1 горнятко молока
- 9 жовтків
- 9 ложок цукру
- 4 ложки топленого масла

Дріжджі розпустити в горнятку літнього молока. Розмішати з половиною борошна і поставити, щоб підросло. Убити жовтки з цукром, аж побіліють. Коли тісто підрoste, влити в нього жовтки і досипати решту борошна. Посолити і місити чверть години. Потім взяти пепероплене масло і ще раз добре вимісити. Хто хоче, може додати ще кілька потовченіх гірких мигдалів. Поставити, щоб підросло. Потім дати до добре вимашеної форми і лишити нехай підрoste. Вставити до печі і пекти годину на 350° , а коли вистигне, вийняти з форми.

За Л. Лучаківською

Бабка легким способом

Потрібно:

- 1 ф. борошна (муки)
- 8 жовтків
- $\frac{1}{2}$ горнятка цукру
- 1 унція дріжджів
- 1 горнятко молока
- $\frac{1}{2}$ горнятка топленого масла
- ванілія
- 1 ложочка солі

Пересіяти борошно до миски, поставити на піч, щоб нагрілось. Тим часом втерти в мисці жовтки з цукром, окрім розвести дріжджі молоком і борошном (2—3 ложки), нехай підростуть. Коли дріжджі рушаться, влити їх до пересіяного борошна, додати вбиті жовтки, солі й ванілії, долляти молока і місити тісто пів години. Потім додати теплого масла і ще місити, аж тісто стане відставати від руки. Лишити, щоб виросло, а потім вложить до вимашеної форми. Коли виросте двічі стільки, дати до гарячої рури зразу на 300° , а потім 350° . Пекти $\frac{3}{4}$ години.

Бабка шляхотська

Потрібно на малу форму:

Тісто:

- 1 чубата ложка масла
- 3 жовтки
- 1 яйце
- борошна — скільки візьме
- 3 ложки квасної сметани
- 1 кубик дріжджів ($\frac{1}{4}$ унції)
- 2 ложки цукру

Начинка:

- $\frac{1}{2}$ мішечка мигдалю
- 2 жовтки
- цитринова шкірка з пів цитрини
- шум із 2-х білків
- цукру до смаку

Масло втерти з жовтками й одним цілим яйцем, щоб було пухке. Додати густу, кvasну сметану, дріжджі, розроблені в дрібці молока, цукор, дрібку солі і борошна стільки, щоб тісто було досить вільне. Окрім зладити начинку. Спарити мигdal, змолоти на машинці, цукор утерти з жовтками, аж побіліють, вимішати з мигдаллю й обтертою цитриновою шкіркою, додати шум із білків. Тісто поділити на чотири частини. Розтачати пласко, викладати у круглу форму, мастити топленим маслом і посыпти тертою булочкою. Потім мастити начинкою- накривати тістом і знов мастити маслом, булочкою і начинкою. Зверху по винно прийти тісто. Залишити, щоб підросло. Помастити зверху яйцем, посыпти цукром і пекти на 350° впродовж $\frac{3}{4}$ години.

Ціарська бабка

Потрібно:

- ½ горнятка масла
- 6 жовтків
- ½ горнятка цукру
- борошна стільки, щоб було м'яке тісто
- 1 ложка сметанки
- ¾ унції дріжджів
- 4 білки, сіль, ванілія
- трохи родзинок

Втерти масло дуже добре і вбивати по одному жовтки. Додати цукор і втерти, аж зробиться пухка маса. Дати борошно й дріжджі, розпущені в теплій сметанці, соли, ванілії і шум із 4-ох білків. Все легко вимішати і поставити в теплі, нехай підросте. Форму вимастити маслом, висипати тертою булочкою і виложити родзинками. На це виложити тісто і пекти годину на 350° .

Маківник

Потрібно до тіста:

- 3 горнятка борошна (приблизно)
- 2 ложки масла
- 6 жовтків
- 1 ціле яйце
- 6 ложок густої сметанки
- 1½ унції дріжджів
- 4 ложки молока
- 4 ложки цукру-мучки
- дрібка солі

Дріжджі розпустити в молоці із ложечкою цукру. Масло втерти на шум, вбиваючи по одному жовтки й одно ціле яйце. Коли пухко втерте, влити літну сметанку і дріжджі. Додати цукор, сіль і стільки борошна, щоб було вільне тісто, як на вареники.

Розтачати на стільниці, що підсипана борошном, розвести мак по тісті, звинути тісненько і покласти на вимашену бляху. Лишили, покривши платинкою, на дві години, щоб виросло. Коли тепло в кухні виросте скорше.

До начинки:

- 1 ф. маку
- 6 ложок масла
- ¾ ф. цукру (коли хто не любить дуже солодкого, може дати менше)
- ¼ ф. родзинок
- кілька зерен гіркого мигдалю

Мак спарити на 2—3 години перед тертям, і лишити в гарячій воді. Відляти воду, терти частинами. Коли весь мак втертий, розігріти масло на налисниковій сковороді, висипати цукор, вимішати і дати на те мак. Смажити аж доки не висмажиться вода (15 хв.). Взяти з вогню, відставити, додати родзинок і мигдалю, а коли б мак був за сипкий, додати один білок. Прохолодити і накладати на тісто.

Такий сам завиванець можна робити з оріховою масою.

Різдвяна бабка

Потрібно:

- 4 горнятка борошна (муки)
- 3 яйця
- $\frac{1}{2}$ горнятка цукру
- 1 горнятко молока
- 1 пачечка дріжджів (3 унції)
- $\frac{1}{2}$ горнятка масла
- $\frac{1}{2}$ ложечки солі

Втерти добре масло з цукром. Окремо вбити добре яйця і сполучити з маслом. Добре вимішати. Розпустити дріжджі у літеплому молоці. Пересіяти борошно (муку) й додати пів лож. солі. Додавати потрохи борошна до масла, на переміну з дріжджами. Вбити добре деревяною ложкою і вилляти до висипаної миски. Поставити в тепле місце. За годину або за півтора тісто зростає удвоє. Виложити до вимашеної форми. Знов поставити, нехай підросте, на 40 хвилин. Пекти в легкій печі на 350° впродовж 45 хвилин. Вийняти і поставити, нехай прохолоне.

Маківник калуський

Потрібно на тісто:

- 1 ложка масла
- 1 унція дріжджів
- 5 жовтків
- 1 ціле яйце
- 6 ложок літньої сметанки
- 4 ложки цукру-мучки
- дрібка солі
- борошна (муки) стільки, щоб було не туге тісто (менш більш 4 приторщі)

На начинку:

- $1\frac{1}{2}$ горнятка маку
- 1 ложка масла
- цику до смаку

Втерти масло з жовтками і одним цілим яйцем, додаючи по одному. Перед тим розробити дріжджі у двох ложках молока із ложечкою цукру. Коли підростуть, влити їх до втертого масла, додати літеплої сметанки, цукор-мучку, дрібку солі і борошно (муку). Вимісити добре аж доки не відстане від руки й посудини.

Мак приготувати скорше, щоб був готовий, коли тісто замішане. Мак вимити, спарити і лишити на дві години. Зілляти воду, втерти, а коли ввесь утертий, розігріти ложку масла на сковороді з ручкою, викинути мак і мішати, щоб випарувала з нього вода. Додати цукру до смаку. Запахом може бути ванілія. Прохолодити. Коли хто любить, може додати родзинків або помаранчевої ішкірки.

Тісто розташти, виложити рівно мак, звинути і вложити у вузьку бляху, щоб підросло високо. Поставити на півтори до двох годин, щоб підросло. Перед печенням помастити яйцем і вложити до печі на 350° . Пекти 45 хвилин.

Пампушки

Потрібно на розчин:

- 1½ унції свіжих дріжджів
- 1 ложка цукру
- 3 ложки борошна (муки)
- ¼ л. молока

Потрібно на тісто:

- 6 жовтків
- 4 ложки цукру
- 1 ложка алькоголю або руму
- 4 ложки масла
- 1 ф. борошна (муки)
ванілія або шкірка з цитрини

Потрібно на начинку:

- ½ ф. густої мармелади (смаженої рожі)

Потрібно до смаження:

- 2 ф. смальцю
- ¼ ф. цукру-мучки з ванілією

У теплому молоці розмішати дріжджі, муку, цукор і вставити в посудину з теплою водою, нехай підростеувдоє.

Втерти жовтки з цукром, додати решту складників і розчину, розтопити масло і влити тепле, добре виробити (ок. 20 хвилин). Лишили в теплому місці, нехай виросте. Виложити на стільницю, посыпти борошном (мукою) і поділити на двоє. Розтачати грубо на 1 інч. Вирізувати кружки. На кожен наложить трошки мармелади, прикрити другим кружком і притиснути кругом тісто пальцями. Обрізати формочкою ще раз край. Уложить на стільниці, посыпаній борошном і поставити, нехай підростуть. Розігріти товщ. Обмести муку з пампушків і накладати на товщ горішньою частиною, щоб спідня мала час краще підрости. Смажити з обох сторін, щоб зарумянилися, вибрести на бібулу, уложить на полумиску і посыпти цукром-мучкою.

Святочні пампушки

Потрібно на розчин:

- 1 унція дріжджів
- 1 ложка цукру
- 3 ложки борошна (муки)
- 2 ложки молока

Потрібно на тісто:

- 6 жовтків
- 6 ложок цукру
- 1 ложочка цитринової шкірки
- 1 ф. борошна (муки)
- ½ горнятка молока
- 1 ложка алькоголю (руму)
- 5 ложок розтопленого масла
- ½ ложочки солі
- 1 слоїк смажених вишень

Потрібно до смаження:

- 2 ф. смальцю
- 1 ложка алькоголю
- ¼ ф. цукру-мучки

Розбити розчину і вставити до теплої води, щоб підростла удвоє. Жовтки втерти з цукром, додати цитринової шкірки, борошно, розчину і добре вимісити. Коли вже відстасе від рук, можна додати розтоплене масло і рум.

Поставити в тепло місце, нехай підросте удвоє. Тоді теплу стільницю посыпти борошном, вибрести частину тіста і розкачати грубо на 1 інч. Викроювати з тіста кружки. На кожний другий накладати заварюваних вишень, прикрити кружком із тіста, обтиснути пальцями кругом і обрізати ще раз. Накладати у відступах на серветку, посыпану борошном у теплому місці і прикрити серветкою. Коли підростуть обернути на д'гугу сторону. Дальше поступати, як подано вгорі.

Старосвітські пампушки

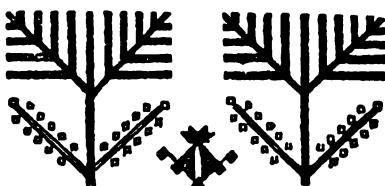
Потрібно:

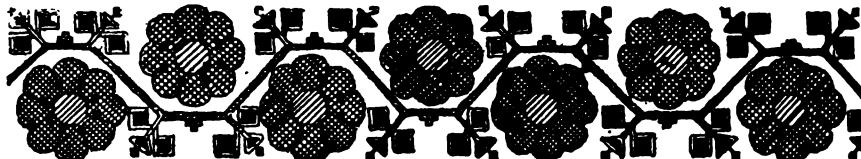
- 1 ф. борошна
- $\frac{3}{4}$ горнятка масла
- 4 яйця
- $\frac{1}{2}$ горнятка цукру (хто не любить солодкого, може дати менше)
- 1½ унції дріжджів
- 1 ложочка тертої цитринової шкірки
- 1 горнятко молока
- 2 ф. смальцю

Втерти масло з яйцями (додавати по одному) і всипати до того цукру. Втирати аж наросте і згусне. Дати цитринової тертої шкірки, дріжджі розпущені в молоці і борошно. Вимісити, аж відстане від руки і поставити в теплому місці, щоб підросло. Потім викинути половину тіста на стельницю, що її посыпано борошном, густо розкатати і накладати на це малими купками мармеладу. На це наложить другу половину тіста, викроювати великою склянкою пампушки та класти на сито, застелене папером, нехай підростуть.

У ринці розтопити смалець і пробувати його при помочі тіста. Це значить: вкинути на нього кусник, а коли відразу зашипить і смажиться, то вже можна кидати пампушки, що в міжчасі підросли. Смажити наперед з одної сторони, а потім перевернути довгою шпилькою на другий бік. Коли румяні, вибирати цією ложкою на бібулу. Коли обсохнуть, класти на полумисок і посыпати цукром. Вважати, щоб не смажити дуже сильно, бо зверху зарумяниться скоро, а в середині можуть бути сирі.

За Л. Лучаківською





Бісквітне тісто

Це тісто легке, що дає сухе, солодке печиво й належить до добірних продуктів. Походження французького, але поширене по цілому світі, зокрема часто зустрічаємо його в американській кухні. Його популярність велика тому, що має з-поміж усього печива найменшу калорійність.

Підставою тіста — це жовтки, втерті з цукром, білки, вбиті на тугий шум, трохи борошна і тертої булки. Певна кількість повітря, вбита в тісто під час тертя жовтків та вбивання білків, підносить тісто вгору під час печення. Тому спечене тісто є дірчасте, дуже легкостравне та дуже поживне через велику кількість яєць.

Пекти в мірній печі на 300° .

Галицький цвібак

Потрібно:

- 5 жовтків
- $\frac{3}{4}$ горнятка цукру
- 2 унції мигдалю
- 1 ложечка цукру
- 4 білки
- 1 горнятко борошна
- шкірка з пів цитрини
- 1 ложечка топленого масла

Спечене бішкотове тісто (бісквіт) має яснозолоту краску, відстae від форми, поверхня його суха. Внутрі тісто повинно бути дуже пухке. Яйца мусять бути дуже свіжі й лише тоді маємо певність, що тісто нам вповні вдасться. Що свіжіші яйца, то краще виростає тісто, бо сила білка більша і тісто по спеченні не опадає.

До цієї групи належить тісто **макаронікове**. Техніка виконання тут така сама, тільки замість муки доходять різні роди оріхів чи мигдалю, часом додаток тертої булки (сухариків) або чеколяда. Ця зміна підносить смак тіста, або й робить його тяжче стравним та дорожчим. Макаронікове тісто вважається не тільки добірним, але й пишним.

Покраяти в пасочки мигдаль, змішати з ложочкою цукру, дати до ринки й прирумянити. Втирати жовтки з цукром аж зблілють, додати шкірку з пів цитрини, всипати мигдаль і вимішати з тугим шумом із чотирьох білків. Досипати потрохи борошно і вложити до довгої, вузької форми, яку ми вимостили топленим маслом і всипали борошном. Пекти в легко гарячій печі на 350° $\frac{3}{4}$ години. Коли готовий, викинути зараз із форми, а на другий день уживати.

Цвібак

Потрібно:

- 6 яєць
- 1½ горнятка цукру-мучки
- 2 горнятка борошна (муки)
- 1 ложечка порошку до печення
- ½ пачки горіхів
- 1 горнятко родзинків
- помаранчева шкірка

Жовтки втерти з цукром, аж наростуть. Додати січені горіхи, помаранчеву шкірку, родзинки і вимішати. Окремо пересіяти борошно й перемішати з порошком. Вбити білки на тугий шум. Додавати тепер до жовтків на переміну, мішаючи легко, трохи борошна, а трохи шуму. Пекті ½—¾ год. на 350°.

Подала Олена Назар

Цитринові тісточки

Потрібно:

- 3 білки
- 2 горнятка (не цілі) цукру-мучки
- шкірка з однієї цитрини
- сок з двох цитрин
- ¼ ф. мигдалю

Вбити тугий шум із білків. Коли вбитий, додати по трохи цукор-мучку і все те бити дальше. Додати цитринову шкірку і сок, а коли все вбите на густу масу, додати мелений з лушпиною мигдаль. Класти ложечкою на вимашену маслом і посыпану борошном бляху малі купки. Ложечкою злегка їх розплескати, щоб мали форму коржиків. Це зробити увечорі, бо через ніч коржики обсихають і трошки підростають. Рано спекти на 300° впродовж 25 хвилин.

Коржик у двох красках

Потрібно:

- 10 жовтків
- ½ ф. цукру-мучки
- ½ ф. мигдалю
- ¼ ф. чеколяди
- 10 білків
- ½ ф. квасної мармелади або дригцю (галяретки)

На склици:

- 2 білки
- сок із пів цитрини
- цукру-мучки

Жовтки втерти з цукром. Мигдаль змолоти. Білки вбити на сніг. Легко вимішати. Половину того тіста влити до вимашеної форми. До другої половини додати розтоплену чеколяду, легко вимішати і вилити на попереднє тісто. Пекті 45 хвилин на 300°. Коли прохолоне, виложити з форми. Помастити зверху мармеладою або галяреткою.

Окремо розтерти два білки з цукром-мучкою. Стільки цукру, щоб була густа маса. Додати сок із цитрини і помастити тим коржик зверху.

Ванілеві шумки

Потрібно:

- 1 ф. мигдалю
- 2—3 ложки цукру
- 4 білки
- $\frac{1}{2}$ ліски ванілії
- $\frac{1}{2}$ ложечки товщу
- 1 ложка борошна (муки)

Спарений мигдаль обібрести і перекроїти на половинки, а потім покрасти в пасочки. Дати на сковороду, посыпти цукром і мішаючи, зрумянити легко. Окремо вбити з білків тугий шум, додаючи потрохи цукру і вбивати дальше, щоб був зовсім тугий. Додати ванілії і прохолоджений мигдаль та легко вимішати. Класти ложечкою малі купки на вимашений і борошном посыпаний лист (бляху) і пекти на 275° впродовж 25—30 хвилин.

Руляда з яблуками

Потрібно:

- 5 жовтків
- 5 ложок цукру
- сок з пів цитрини
- 5 білків
- 4 ложки борошна (муки)
- 1 ложка тертих сухариків
- 1 ф. яблук
- 1 ложка крохмалю (corn starch)
- 4 ложки брунатного цукру

Жовтки втерти з цукром, додати сок із цитрини. Вбити білки на шум, виложити на жовтка, додати борошно й легко вимішати. Виложити на помашену бляху, спекти на 350° впродовж 10 хвилин, а потім на 300° 10—15 хвилин. Виложити з блаки на восковий папір і звинути. Завинути у стирочку.

Яблука почистити, покрасти у кусники, підлити 2—3 ложки води й заварити. Вимішати крохмаль із цукром, додати до яблук, вимішати й раз заварити. Помастити руляду й застудити.

Бісквітні мигдальні бабочки

Потрібно:

- 4 яйця
- 4 ложки цукру-мучки
- $\frac{1}{2}$ цитріни (сок і шкірка)
- 4 ложки борошна (муки)
- 1 ложка смаженої, дрібно січеної помаранчевої шкірки

Втерти жовтки з цукром, додати до цього борошно, помаранчеву шкірку, сок і шкірку з цитріни. Білки вбити на шум і легко вимішати. Вимастити товщем формочки, накладати в них до $\frac{3}{4}$ тіста і пекти на 300° впродовж 20—30 хвилин. Виложити з формочек і посыпти цукром-мучкою.



Крихке тісто

До цієї групи входять тіста пів-крихкі, крихкі і пів-французькі. Головні складники їх — це борошно, товщ, цукор, жовтки, часом сметана. Борошно з товщем сполучується в однаковій або майже однаковій кількості. Тісто по спеченні легко розсипається і це головна його прикмета.

Приладження крихкого тіста йде за певними правилами. Товщ сполучуємо з борошном найкраще, коли січено з мукою на стільниці. Жовтки додаємо майже завжди варені й перетерті через сито. Скорі вимішавши все з додатками, стараємось лише получить все разом, не вироблюючи довго. Посічені кусники товщу можуть залишитись між борошном. Це тісто майже не виростає, однаке не є забите, бо розтоплені грудки товшу залишають щілини й не дають муци склеїтися під час печення. Піч на крихке тісто мусить бути сильно розігріта. Пекти треба коротко та на сильному вогні до 400 ст.

Крихке тісто має високу калорійну вартість.

Сюди належить також пів-крихке тісто, де лише змінене відношення поодиноких складників. Зменшується кількість товщу, яйця виступають у сирому стані, а через те конечний малий додаток сметани і порошку до печива. Техніка приладження та сана, що й при крихкому тісті.

Назагал крихке й півкрихке тісто дуже вигідне через невиба-

гливі складники та легку й просту техніку виконання. Молоді господині повинні починати печиво від крихкого тіста.

Дещо труднішим є тісто пів-французьке, яке належить до крихкого тіста. Кількість товщу у відношенні до борошна ще менша, як при півкрихкому тісті. Цей брак заступає квасна сметана або свіжий білий сир. Кількість яєць мала. Тісто треба заробити напередодні (на 12 годин перед печенням) і залишити в нормальній температурі у щільно накритій посудині. Під час вироблення не вимішувати сильно, лише так, щоб получилися складники. Маса тіста не має бути суцільна, можуть залишитись у ній грудки товщу.

Це тісто листкується по спеченні подібно, як французьке, хоча твердше від нього. Більша кількість газів, які постають під час ферментації (додаток сметани і 12 годин діяння) підносять частинки тіста під час печення, тісто дещо виростає, постають порожні щілини поміж тістом, що й спричинює листкування.

Це тісто все ж таки вигідніше, ніж французьке, бо вимагає меншого вкладу праці й часу, як рівно ж і практики.

До півкрихкого тіста належить також тісто вергунове (хрусти). Технікою виконання це тісто нескладне. Приладжується його, подібно як пампушки, смаженням у більшій кількості товщу.

Крихкі тісточки до чаю

Потрібно:

- 1 ф. борошна (муки)
- $\frac{1}{2}$ ф. масла
- 1 горнятко (неповне) цукру
- трохи цитринової шкірки
- 2 цілі яйця
- 2 жовтки
- трохи січеного мигдалю

Борошно перетерти з маслом і цукром. Потім вбити яйця, вимісити добре гладке тісто, і поставити на пів години до холодильника. Тонко розтачати й вирізувати круглі тістечка. Помастити розбитим яйцем, посыпти січеним мигдалем, уложить на помашеному листі (бласі). Пекти в печі на 300 ст., аж будуть румяні.

Сухі тісточки

Потрібно:

- $\frac{1}{2}$ ф. борошна (муки)
- $\frac{1}{2}$ ф. масла
- 2 унції цукру-мучки
- 1 жовток
- 2 ложки меленого мигдалю
- 2 ложки цукру-мучки з ванілією
- сок з цитрини

Борошно посісти з маслом, додати цукор, мигдаль, жовток, сок із цитрини і вимішати. Замісити тісто і перепускати через машинку. Тісточка повинні бути довгі на палець. Пекти на 300 ст. впродовж 20—30 хвилин. Гарячі посыпти цукром.

Тісточка зі сира

Потрібно:

- 1 ф. сира
- 1 ф. масла
- 1 ф. борошна (муки)

Замісити тісто як на вареники, вирізувати формочками тісточка. Мастити білком і посыпти звичайним цукром. Пекти в печі на 350 ст.

Можна вирізувати з того трикутнички і начинювати маком (утертим із цукром і запахом) або горіховою масою, і звивати як рогалики.

Горіхова маса: змолоти горіхи, додати цукру до смаку і трохи — не багато — білка.

Крихкі палочки з сиром

Потрібно:

- 1 горнятко твердого сира (пармезану)
- 1 горнятко борошна (муки)
- 1 неповне горнятко товщі (кріско)

Замісити це все маслянкою або квасною сметаною. Качати тонко, кроїти зубчастим кочільцем на вузькі пасочки завдовшки пальця. Скрутити легко і так скручені класти на бляху. Пекти на 350 ст.

Корж із сира

Потрібно:

- ¾ горнятка масла
- ¾ горнятка сира
- ¾ горнятка борошна (муки)

На овочеву пінку:

- ¾ горнятка цукру-мучки
- 3 ложки квасковатої мармелади
- 3 білки
- 1 цитрина (сок)

Перетерти сир через сито (сир повинен бути сухий), висипати борошно на стільницю і пересікти з маслом на одноцілу масу. Додати сира й скоро замісити тісто. Лишили в зимному місці на пів години. Потім розтачати грубо, на палець, виложити на листі (блісці) і пекти в гарячій печі (на 400 ст.) чверть години. Коли прохолоне, наложить пінку.

Овочева пінка: Вбити шум із білків, вимішати з цукром-мучкою, додаючи потрохи. Наприкінці додавати потрохи мармелади і вбивати, аж зробиться густа маса. До смаку додати соку з цитрини.

Мигдалеві віночки

Потрібно:

- ¾ горнятка масла
- 3 чубаті ложки цукру
- ½ горнятка меленого мигдалю
- 1 ложочка тертої цитринової шкірки
- 1 ложка руму
- 1½ горнятка борошна
- дрібка солі

Втерти масло з цукром, вимішати з мигдалем і цитриновою шкіркою і вимісити з борошном, додаючи ложку руму. Формувати віночки. Помастити бляху, посыпти борошном. Уложить на блісці і пекти в міrnій печі (300 ст.).

Подала Н. Березовська

Ванільки

Потрібно на тісто:

- 2 горнятка борошна
- 1 горнятко масла
- 3 жовтки
- 1 ліска ванілії

На склицио:

- 1 чубате горнятко цукру-мучки
- 1 білок
- сок із пів цитрини

З масла, борошна, ванілії й жовтків замісити тісто. Розтачати в прямокутник і краяти під лінійку пасочки (1 на 3 цалі). Нехай постоять у холодному. Потім вийняти і, не рухаючи їх, покрити склицею. Мастити великим ножем, щоб було рівно, і пекти в легкій печі (на 300 ст.). Коли простигне, перекладати квасною мармеладою так, щоб мармелада була в середині, а склиця зверху і зі споду.

Склиця: Цукор із білком втерти, додаючи до того сок із цитрини.

Горіхові ріжки

Потрібно:

- 4½ горнятка борошна (муки)
- ¾ горнятка масла
- ¾ горнятка мелених орехів
- 2 жовтки
- 5 ложок цукру

Посікти масло з борошном, вбити жовтка і вимішати з горіхами й цукром. Добре замісити тісто. Виробити малі ріжки. Вимастити маслом бляху, посыпати борошном та пекти на 300 ст. Знамените печиво до чаю.

Мазурок чеколядовий

Потрібно на коржі:

- 3 горнятка борошна (муки)
- 1 горнятко масла
- ½ горнятка цукру
- 1 жовток
- трохи вершків (сметанки)

На поливу:

- 1 ф. чеколяди
- 1 ложка масла
- 1 горнятко густих вершків

Замісити тісто з борошна, масла, цукру і жовтка. Коли б будо загусте, додати дрібку сметанки. Спекти в середньо гарячій печі. Розігріти в печі чеколяду (на кухні пригоряє), а коли зм'якне, додати масла і сметанки та варити на легкому вогні, аж чеколяда зовсім розпуститься й згусне. Тоді відставити, а коли трохи простигне, вилляти на корж, рівно розвести ножем і поставити в холодне місце, щоб застигло.

Крихкий коржик із яблуками

Потрібно на тісто:

- 2 горнятка борошна (муки)
- ¾ горнятка масла
- 6 ложок цукру-мучки
- 1 яйце
- ½ ложочки порошку до печива

До начинки:

- 1 ф. яблук
- 1 ложка тертої булки
- 2 ложки цукру
- цинамон

Посікти масло з борошном. Додати цукор, яйце, порошок і замісити тісто. Розділити на 2 частини. Розтачати і виложити в формі. Яблука обмити, почистити і покрасти на кусники. Вимішати з цукром, булочкою і цинамоном. Рівненько розложити на тісті. Розтачати другу частину тіста і прикрити нею яблука. Пекти на 400 ст. около 40 хвилин і довше, коли яблука тверді. Пробувати вилками, чи легко проходить через яблука.

Замість яблук можна вжити й сливок. Тоді тіста не ділити. Розтачати, виложити на блясі й вимастити яйцем. Накладати зверху помиті й поділені сливи і спекти.

Пиріжки з яблуками

Потрібно:

- 2 горнятка борошна (муки)
- 1 горнятко масла
- 1 жовток
- 1 ложка квасної сметани
- 1 яйце
- 1 ф. яблук
- $\frac{1}{4}$ ф. цукру-мучки

Напередодні приладити тісто. Поскіти масло з борошном. Додати жовток, сметану і замісити. Не місити довго, лише так, щоб злучилося. На другий день розтаскати грубо на чверть цяля (інча) і вирізувати кружки. Помастити білком і наскладати на них приготовані чвертки яблук рівним боком до беріжка. Заложити ножем другу половину кружка на яблуко. Помастити жовтком і пекти у добре вигрітій печі на 350 ст. впродовж 20 до 30 хвилин. Вийняти на полумисок і посыпти цукром-мучкою.

Мазурок мигдальний

Потрібно:

- 1 ф. мигдалю
- 1 ф. цукру-мучки
- 4 яйця
- 1 цитріна (сок)
- $\frac{1}{2}$ горнятка борошна
- 2 андрути або оплатки

Непарений мигдаль витерти добре стирочкою. Змолоти, додати цукру й яйца, сок із цитріни, борошно, легко вимішати. Прикроїти андрути до величини бляхи, помастити їх тістом і пекти в легко нагрітій печі.

Коржик із садовиною

Потрібно:

- 4 яйця
- 1 горнятко цукру
- 2 горнятка борошна (муки)
- 2 ф. садовини (сливи, грушки, або яблука)
- порошок до печення
- трохи масла і тертих сухариків

Цілі яйця втерти з цукром. Вимішати борошно з порошком до печення і додаючи по ложці, вимішати з яйцями. Садовину обмити, яблука обібрать й покроїти на скибки, а сливи викісткувати. Коли квасні, поцукрувати.

Вимастити форму маслом і висипати булочкою. Положити на дно садовину і вилляти на неї тісто. Верства тіста може бути тонка, бо виросте. Пекти на 350 ст. пів години.

Можна виконувати це з іншою садовиною теж. Дуже гарно виглядають зварені половинки бруксвинь, коли уложить їх вниз за глибинкою і в неї покласти сушену сливку.

Крихке тісто з ягодами

Потрібно:

- 2½ горнятка борошна (муки)
- ½ горнятка масла
- 1 ложка рослинного товщі (кріско)
- ¾ горнятка цукру
- 2 жовтки
- 2 ложки сметани
- 2 ф яйді
- 2 ложки сухариків (тертої булки)
трохи цукру-мучки

Борошно посікти з маслом і товщем, додати цукор, вимішати. Додати жовтки, сметану і скоро замісити. Розтачати й виложити на лист (бляху). Перед тим перебрати й помити ягоди (вишні, черешні, полуниці), а коли скапають і висохнуть, наложить на тісто і посыпати тертою булкою і цукром. Пекти в печі на 350 ст. около пів години. Тоді посыпти цукром-мучкою. Гаряче покроїти й вийняти на полумисок.

Вергуни (хрусти)

Потрібно:

- ½ ф. борошна (муки)
- 2 ложки масла
- 2 жовтки
- 1 ложка квасної сметани
- 1 ложка руму
- 1 ложочка порошку до печива

До смаження:

- 1 ф. товщу
- 4 ложки цукру-мучки

Посікти масло з борошном. Додати решту складників і замісити. Розкачати грубо на чверть цяля (інча) і вирізувати паски розміру 6×3 цяля (інча). Розрізати по середині, пересилити один кінець паска через проріз. Поколоти кінці вилкою. Смажити на товщі з обох сторін, аж стануть рум'яні. Вибрести на бібулу і гарячі посыпти цукром. Годяться до чаю.

Вергуни (хрусти)

Потрібно:

- 2 горнятка борошна (муки)
- 1 ложка масла
- 1 ложка оцту
- 2 чубаті ложки цукру
- 1 яйце
- 1 ложка руму
квасної сметани стільки, щоб тісто замісити

До смаження:

- 1 ф. смальцю
- цукор-мучка і ванілія

Перетерти масло з борошном. Дати 2 чубаті ложки цукру, вбити яйце, ложку оцту й руму, сметани і місити тісто вільне, як на вареники. Розкачати тинко, потім краяти в пасочки з зубчастим коліщатком 3" завдовжки. Розрізати пасок по середині і перевернути один кінець через розріз. Розігріти смалець і випробувати температуру кусником тіста. Коли тісто зrum'яниться, можна кидати хрусти (вергуни). Смажити з обох боків. Вибрести на бібулу і гарячі посыпти цукром.



Медяники

Медянички

Потрібно:

- 2 чубаті горнятка борошна
- $\frac{1}{2}$ горнятка цукру
- 1 ложка масла
- 1 мала ложечка соди
- 1 ложечка спецій, трохи мигдалю
- $\frac{1}{2}$ горнятка меду
- 1 яйце

Висипати борошно ңа стільни-
цю, витиснути в ньому ямку і вил-
ляти туди гарячий мед. Мішати
хвилинку ножем, потім додати цу-
кру, коріння, соди, масла і яйце.
Замісити тісто і добре вимісити.

Розтачати тісто як на варени-
ки, вирізувати кружальця, масти-
ти яйцем, а в середину втиснути
пів спареного мигдалю. Складати
медянички на вимашену бляху і
пекти в гарячій печі 10 хвилин.

Повинні вирости втрое. Пекти
їх треба завчасу, бо коли відле-
жаться, скрущують.

Медяник

Потрібно:

- 1 горнятко меду
- 1 ложечка приправ: цинамон,
гвоздики, мушкатна галка, перець
- 2 ложки масла
- 3 жовтки
- $\frac{3}{4}$ горнятка цукру
- 4 горнятка борошна
- 3 білки
- 1 ложечка соди
- 3 ложки води
- $\frac{1}{2}$ ф. оріхів
- 1 ф. дрібно посічених бакалій:
ролзінків, фіг, дактилів,
із маранчевої шкірки

Мед підрум'янити й прохоло-
дити. Масло втерти з цукром, до-
даючи по одному жовтку. Коли
вже втерте, додати мед, борош-
но і білки, вбиті на шум. Роз-
пустити соду в зимній воді, до-
дати до тіста, вимішати, а під кі-
нець додати січені бакалій й го-
ріхи. Довту, високу бляшку ви-
мастити товщем, вилити тісто і
пекти у добре вигрітій печі на
300 ст. впродовж 45 хвилин до
1 год. Коли вже спечене, про-
холодити у бляшці і вийняти на
стирочку.

Листковане тісто

Це є дуже вибагливе тісто, що вимагає великого вкладу праці, але в висліді дає деликатні печені вироби. Для цього печива прикметне є листкування тіста. Відношення товщі до борошна (муки) є таке ж саме, як при крихкому тісті — стільки ж муки, що й товщі. Сюди приходить ще малий додаток сиріх яєць і рідини (сметана або вино). Техніка виконання зовсім інакша, як при інших тістах. Вимагає вмілого тачання й печення у високій температурі добре вигрітої печі.

Приладжуємо два тіста — одне масляне, де входить увесь товщі і мала кількість муки і друге, основне, де входить майже вся

мука з додатком яєць чи рідини. Тачаючи оба ці тіста, накладаємо одне на одне. Тачання повторяємо тричі, а в міжчасі кладемо тісто, зложене вчетверо, до холодильника, щоб остигло.

Коли тісто вже готове до печення, мусимо його знову застудити в холодильнику, а потім вставляємо до добре нагрітої печі при 450 ст. Тісто мусить у відповідному часі стягнися і втягнути в себе товщі. Пізніше можна температуру печі трохи зменшити. Але висока температура на початку конче потрібна, бо невідповідна температура впливає так, що товщі розтоплюється, витікає на боки, а верстви тіста склеюються.

Потрібно на масляне тісто:

2½ горнятка масла
9 ложок борошна (муки)

На основне тісто:

1 горнятко борошна (муки)
2 жовтки
1 ложка квасної сметани
1 ложка оцту
дрібка солі

Посікти масло з борошном, замісити масляне тісто, виробити з нього прямоугінок, виложити на стільничку і застудити в холодильнику.

Замісити дбайливо основне тісто впродовж 10 хвилин (має бути таке густе, як на вареники). Розтачати грубо на один цаль (інч) і обвінчути масляне тісто. Побити валком, розтачати разом, обмести борошно, зложить втроє і застудити. Повторити це розтачування тричі і за кожним разом вистуджувати в холодильнику. Масляне тісто через розтачування заходить між основне верствами й через те потім тісто листкується.

Коли вже виробимо тісто до печення, також застудити його в холодильнику. Пекти на сильно-му вогні, 425 ст., а потім на легшому — 350 ст. 20—25 хвилин.

Заварне тісто

Це тісто належить також до вибагливих. Воно не вимагає стільки зкладу праці, що французьке, але все ж великої практики. Техніка приладжування не нагадує ні однієї з дотепер згадуваних.

Підставою тіста є мука, розклеєна у рідині (вода або молоко). Муку всипається прямо на кип'ячу рідину з товщем. Дальше треба її добре вимішати і відпарувати на вогні, аж поки

маса не зробиться густа й суцільна. Потім приходить додаток яєць, які вбиваємо до маси цілими. Знову треба все те добре втерти.

Пекти у добре вигрітій печі, не відкриваючи печі під час печення, бо опадуть. Тісто під час печення сильно виростає, а по спеченні в середині зовсім порожнє. Тому цу тісточку наповняємо звичайно кремом.

Птисі тістечка з кремом кавовим

Потрібно на тісто:

- 6 ложок масла
- 1 горнятко води
- 1 горнятко борошна (муки)
- 4 яйця
- трохи солі

На кавовий крем:

- ½ горнятка сильного напару з кави
- 4 жовтки
- 3 ложки цукру
- 2 унції картопляного борошна
- 1 горнятко молока
- 4 ложки масла

Заварити воду з маслом і сіллю. Коли закипить, всипати на те борошно, зняти з вогню і добре вимішати, щоб не було грудочок. Підсмажити хвилину на вогні, добре мішаючи, щоб тісто було гладке. Зняти знову з вогню і по одному вбивати яйця. Добре терти.

Вимастити бляху (лист) і накладати ложечкою кульки величиною малої цитрини, у певних відступах. Пекти на 375 ст. впродовж 10 хвилин, потім на 350 ст. впродовж 10 хвилин, а потім на 300 ст. впродовж 5 хвилин. Під час перших 15 хвилин не відчиняти печі. По спеченні вибирати обережно, складаючи одне коло одного, нехай прохолонуть (не одне на друге). Перерізати ножем, начинити битою сметаною або кремом й посипати цукром-мучкою.

Крем: Розтерти масло з цукром і додати по одному жовткові, а потім каву. Заварити молоко, а окремо розмішати в дрібці зимого молока картопляне борошно. Вилити це на кип'яче молоко і заварити. Кип'ячим — залити жовтки і добре розмішати. Коши прохолоне, начинювати.

Заварні тістечка з ягодами

Потрібно:

1 горнятко води
4 ложки масла
на кінець ножа соли
 $\frac{1}{4}$ ф. борошна (муки)
4 яйця

До начинки:

$\frac{1}{2}$ літра сметанки
1 ф. ягід (залежно від сезону)

Заварити воду з товщем і сіллю. На кип'ячу воду всипати борошно, відставити з вогню і добре розмішати. Підсмажити хвилину на вогні, щоб постала одна суцільна маса. Коли тісто відстає від країв ринки, тоді воно готове. Виложити його в миску. Терти, додаючи поступово по одному цілому яйці. Коли тісто вбере всі яйця, тоді вставити на хвилину до холодильника, щоб стужило.

Помастити товщем лист (бліху). Накладати ложкою кулі з тіста, величиною малого яйця у відступах тієї самої величини (бо сильно виростають). Піч добре вигріти перед тим. Пекти впродовж 10 хвилин на 400 ст., впродовж 20 хвилин на 375 ст., а ще 10 хвилин на 350 ст. Не відчиняти печі під час того, бо опадуть. Вийняти і поставити, нехай прохолонуть. Перекроїти на половину. Начиняти битою сметанкою зі свіжими ягодами.





Т о р т и

Торти виготовляють із того ж тіста, що й одноіменні з ними тісточки, тільки що вони приймають типову круглу форму і відрізняються якоюсь начинкою. За родом тіста розрізняють торти бісквітні, крихкі, горіхові, мигдалальні, листковані. За способом виконання торти бувають печени, варені або й цілком сирі, якщо виконані із самих мас.

Бісквітні торти перешаровують і оздоблюють варенням, джемом, кремом, склицею. До найбільше

поширеніх належить бісквітний торт із кавовою масою.

Крихкі торти перешаровують кремом та різними масами, часто з домішкою чеколяди. Оздоблюють їх склицею, джемом.

Мигdalально-горіхові торти є дуже різноманітні. Їх перекладають різними масами, джемом і варенням, прикрашають склицею, меленими горіхами й мигдалем.

Листковані торти перешаровують звичайно кремом або джемом.

Оріховий пиріг

Потрібно до тіста:

1 горнятко борошна
 $\frac{1}{2}$ горнятка солоного масла
сметанки до замішування

До начинки:

6 яєць
1 горнятко цукру-мучки
 $\frac{1}{2}$ ф. мелених оріхів
 $\frac{3}{4}$ чарки руму або чарка вина

В борошно кроїти дрібно тверде масло і влити зимної сметанки так, щоб було вільне тісто. Вимішувати ножем, а тільки на кінці сформувати його рукою. Заміщене тісто дати до холодильника.

Начинка: Вбити добре жовтки, потім дати цукор і терти добре, щоб було пухке. Вбити шум із білків і вимішувати з жовтками на переміну з горіхами. При кінці вляти руму або вина.

Розтачати тісто, лишаючи кусник на покриття. Тонкою верствою тіста виложити високу тортивницю, спід і краї, і вляти туди начинку. Зверху прикрити пиріг теж тістом. Пекти годину на 350 ст.

Горішковий пиріг

Потрібно:

- 8 яєць
- 1 горнятко цукру
- $\frac{1}{2}$ ф. мелених орішків
- 4 зерна гіркого мигдалю
- 1 помаранча
- 1 цитріна
- 1 ложка борошна

Втерти жовтки з цукром, аж побіліють. Додати сок із одної помаранчі й одної цитрини, мелені ліскові горішки і чотири зерна гіркого меленого мигдалю. Коли вже вимішане, додати одну ложку борошна і все дуже добре вимішати, щоб сполучилося. Наприкінці вбити шум із білків і легко перемішати. Влити масу до вимашеної тортівниці і пекти пів години на 325 ст. Коли зарум'яниться, вийняти і посыпти зверху січеними горішками. Годиться до чаю і держиться добре кілька днів.

Пончевий торт

Потрібно на корж:

- 8 жовтків
- $1\frac{1}{4}$ горнятка цукру-мучки
- 1 цитріна
- 8 білків
- $1\frac{1}{4}$ горнятка борошна

На начинку:

- 2 горнятка меленого мигдалю
- $1\frac{1}{4}$ горнятка цукру-мучки
- 1 цитріна
- рум

На склицио:

- 1 жовток
- 1 цитріна
- 3 ложки руму
- 1 ложечка масла
- цукру-мучки скільки візьмемо

Коржі: Втерти жовтки з цукром і додати соку з цитрини. Вбити шум, виложити на жовтки, додати муки, вимішати, виложити на тортівницю і спекти на 300 ст. (Піч перед тим добре вигріти.)

Перекраїти спечений кружок по половині. Розтопити трошки цукру в воді і додати соку з цитріни й руму. Скропити тим добре коржі. Наложити начинку і вирівнати.

Начинка: Мигдаль спарити, обірати з лушпини, підсушити та змолоти на машинці. Втерти в мисці разом з цукром, додати сочку з цитріни і руму до смаку.

Склиція: Втерти жовток із мацлом, вливши сок із цитріни, аж буде пухке. Потім влити рум і додати стільки цукру-мучки, щоб було відповідно густе. Вимішати і помастити торт.

Торт оріховий

Потрібно на коржі:

- 10 жовтків
- $\frac{1}{2}$ ф. цукру-мучки
- 6 унцій мигдалю
- 3 унції оріхів
- 1 ложка тертих сухариків
- 1 ложочка порошку до печення
- 10 білків

До начинки:

- 1 ф. ліскових оріхів
- 1 ф. цукру-мучки
- $\frac{3}{4}$ ложки вершків (сметанки)
- 1 ложка руму

Жовтка втерти добре з цукром-мучкою. Оріхи посікти ножем на стільниці на дрібні кусники. Білки вбити на тугий шум і вимішати з жовтками. Додати мелений мигдаль, ложку тертих сухариків і порошок. Виложити до двох добре вимашених тортівниць. Пекти у добре вигрітій печі на 300 ст. впродовж 45 хвилин. Як прохолоне, легко виложити з форми. Це значить — зняти боки тортівниці, підкрійти ножем дно і виложити коржі на стільницю.

Начинка: Зrumянити ліскові оріхи у печі. Обтерти з лушпини, змолоти, залишити 3—4 ложки до обсипання і вимішати з цукром-мучкою. Цукор просіяти, щоб не було грудок. Додати рум, сметанку і добре вимішати. Переложити начинкою коржі і помастити верх і боки. Посипати залишкою оріхів.

Торт прованський

Потрібно на перший корж:

- 6 білків
- 6 ложок цукру
- $\frac{1}{2}$ ф. пареного обіраного і змеленого мигдалю
- 1 ложка борошна

Потрібно на другий корж:

- 6 білків
- 6 ложок цукру
- $\frac{1}{2}$ ф. непареного меленого мигдалю
- 1 скупа ложка борошна

Потрібно на начинку:

- $\frac{1}{2}$ ф. масла
- $\frac{1}{2}$ ф. цукру-мучки, хто не любить солодкого може дати менше
- $\frac{1}{2}$ ф. обіраного мигдалю, трохи гіркого мигдалю
- $\frac{1}{2}$ ліски ванілії
- 1 чарка руму
- 1 ціле яйце
- трохи морелової мармелади

1. Корж: Білки вбити на тугий шум. Додати цукор, пареній і змелений мигдаль, ложку борошна. Легенько вимішати. Вимастити форму і висипати сухариками, влити у форму тісто і пекти на 350 ст. впродовж 25—30 хвилин.

2. Корж: Вбити тугий шум, дати цукор, додати меленого мигдалю і скупу ложку борошна.

Начинка: Масло втерти на шум, дати цукор-мучку. Окремо обірати мигдаль і прирум'янити, а потім змолоти. При цьому повинно бути кілька гірких. Змішати з маслом, додати ванілії і чарку руму. Ціле яйце додати до маси і втирати добре, щоб маса була пухка.

Обидва коржики помастити квасною мореловою мармеладою, а потім переложити. До цього годиться помадкова склици.

Торт кавово-мигдаловий

Потрібно на коржі:

½ ф. мигдалю
6 білків
½ ф. цукру-мучки
1 ложка тертих сухариків

На начинку:

½ ф. цукру-мучки
6 жовтків
½ горнятка міцної кави
½ ф. масла

Мигдаль спарити, обібрати зі шкірки, підсушити і змолоти на машинці. Білки вбити на тугий шум. Цукор розтерти в мисці, щоб не було грудок. Вимішати все разом, додаючи терти сухарики. Форму виложити восковим папером, вимастити маслом, влити туди тісто і пекти в печі, нагрітій на 300 ст. впродовж 40—50 хвилин.

Холодний коржик перерізати, наложить начинку і прикрити. На верх і боки наложить начинки. Все це посыпати дрібно січеним мигдалем.

Начинка: Втерти добре масло, додаючи по ложці цукру і по одному жовтку. Розтирати дальше, додаючи по трохи міцного напару з кави так, щоб маса каву втягала до себе.

Небесний торт

Потрібно на коржі:

½ ф. масла
1 яйце
борошна, скільки забере

На 1. начинку:

½ ф. чеколяди
½ ф. масла
½ ф. цукру

На 2. начинку:

½ ф. мелених орехів
½ ф. цукру
трохи вершків (сметанки)

На 3. начинку:

½ ф. меленого мигдалю
½ ф. цукру
2 білки
1 цитрина (сок)

На 4. начинку:

½ ф. мигдалю
½ ф. цукру
½ ф. масла
трохи ванілії

Із масла, борошна і яйця замістити тісто і спекти крихкий корж. Потім ладити різні начинки.

Перша начинка: Розтопити чеколяду, аж зм'якне. Окремо втерти масло з цукром і на кінці додати чеколяду. Розвести по коржі, коли прохолоне.

Друга начинка: Орехи вимішати з цукром і розвести сметанкою, скільки треба. Покрити цим першу масу.

Третя начинка: Мигдаль спарити, обібрати, змолоти і вимішати з цукром. Додати шум із двох білків і сок із цитрини. Покрити цим другу начинку.

Четверта начинка: Прирумянити мигдаль у лущині і змолоти. Окремо втерти масло з цукром, додати трохи ванілії і вимішати з мигдалем. Накрити цим третю масу.

Подала Олена Назар

Крихкий торт

Потрібно на коржі:

- 1 горнятко борошна (муки)
- $\frac{1}{2}$ горнятка масла
- 2 унції мигдалю
- 3 ложки цукру

На начинку:

- $\frac{1}{4}$ ф. оріхів
- 2 унції мигдалю
- 5 ложок цукру
- шкірка з пів цитрини
- трохи квасної мармелади

На склицио:

- 1 табличка чеколяди
- $\frac{1}{2}$ ложечки масла

Коржі: Замісити борошно з ма-
слом, додати до того спарений
і змелений мигдаль і цукор, поді-
лити на дві частини і спекти у
тортівниці два коржі. Пекті лег-
ко. Коли вистигне, перекладати
начинкою.

Начинка: Змолоти оріхи і спа-
рений мигдаль, розвести трьома
ложками зимної води, дати цукор
і цитринову шкірку та добре ви-
мішати. Спідній коржик помастити
квасною мармеладою або поріч-
ковою галяреткою, зверху вило-
жити начинку, накрити другим
коржем і приложить кружком,
щоб не повигинається. На другий
день покрити чеколядовою скли-
цею.

ВАРЕНИ

Нугат

Потрібно:

- 1 ф. цукру
- 1 горнятко води
- 1 горнятко меду
- $\frac{1}{2}$ ліски ванілії, розрізаної вздовж
- 9 білків (шум)
- 4 круглі андрути (вафлі)
- 1 ф. оріхів

Цукор, горнятко води та ліс-
ку ванілії дати до великої ринки
і поставити на повільний вагонь,
щоб заварився соковик (сироп).
Коли вже в соковиці робляться
перлинни, тоді влити туди горня
меду, заварити і відставити, нехай
прохолоне. Можна це зробити і
день перед тим. З білків вбити дуже
тугий шум. Розігріти мід із
цукром, щоб розплівся, а не був
гарячий. Влити до того шум із
білків. Підложить під ринку під-
кладку з дроту чи асбесту, щоб
вагонь був легкий. Мішати цілий
час, не відступаючи і відгортати
з країв, де вогонь більше гріє.
Варити так довго, аж маса буде
така густа, що коли згорнути її
на середину, вона не розплінеть-
ся. Тоді відставити, всипати оріхи,
половину грубо посічених, а по-
ловину змелених. Вимішати масу
скоро, виложити на андрути і
приложить їх дощинкою, щоб не
повигиналися. Подаючи, кроїти у
вузькі паски.

Н Е П Е Ч Е Н І

Торт-їжак

Потрібно:

- 54 бісквіти (бішкоти)
- 3 горнятка масла
- 3 жовтки
- 4 ложки міцної кави
- 1 мішочок мигдалю
- 1 горнятко цукру

Масло втерти на шум. Жовтки втерти окремо з цукром, аж будуть пухкі і залляти чорною, міцною кавою. Покласти посудину в кипячу воду і варити так довго, мішаючи, аж згусне. Втирати масло, додаючи цукру-мучки, потім злучити з холодним кремом і ще добре втерти.

Укладати на дощинці бішкоти. Слідню верству — 10 шт. скропити чорною кавою і мастити масою. Слідуюча верства буде менша, 9 шт. Знов її треба скропити кавою і помастити начинкою. Так поступаємо даліше з кожною верстовою аж дійдемо до двох бішкотів. Тоді покриваємо начинкою з боків подовгуватий бішкотовий їжак.

Спарений і обібраний мигдаль поділити по половині і кроїти в не дуже тонкі паски. На налисниковій пательні прирумянити на легкому вогні, мішаючи постійно. Коли прохолонуть, обтикати мигдалем їжака.

Непечений корж

Потрібно:

- 1 горнятко цукру
- ¾ горнятка масла
- 6 унцій чеколяди
- ¾ горнятка мелених оріхів
- 1 горнятко цукру-мучки
- трохи вершків (сметанки)
- ванілії
- вафля (андрут)

На склицио:

- 1 горнятко цукру-мучки
- 2—3 ложки сметанки
- ½ ложочки масла

Чеколяду втерти на терці. Разом із маслом і цукром-мучкою втерти добре, а коли зробиться одностайнна маса, виложити на круглий андрут або на оплаток величини тортівниці. Поставити нехай стужі.

Окремо вимішати горіхи з цукром, додати стільки сметанки, щоб була густа маса, добре втерти і додати ванілії. Виложити на передній коржик.

Покрити якоюбудь склицею.

Непечений торт

Потрібно на спід:

- 1 ф. оріхів
- 1 горнятко цукру-мучки
- 1 ф. тертої чеколяди
- 10 варених жовтків
- 2 тортові андрути (wafers)

Потрібно на начинку:

- 1 ф. мелених горіхів
- 1 ф. цукру-мучки
- 1 чарка доброго руму
- 3 ложки сметанки

Жовтки перетерти через сито, вимішати з цукром, меленими горіхами й чеколядою і поділити на дві частини. Розвести рукою на круглий тортовий андрут.

Складники, приготовані на начинку, розтерти разом, розвести на першій половині і прикрити другою частиною. Можна накрити другим кружком або й ні.

Подала Олена Назар

Інший непечений торт

Потрібно на 1. корж :

- 1 горнятко масла
- 1 горнятко цукру-мучки
- $\frac{1}{2}$ ф. чеколяди
- $\frac{1}{2}$ ліски ванілії

На 2. корж:

- $\frac{1}{2}$ ф. мигдалю
- 1 горнятко цукру-мучки
- трохи сметанки
- $\frac{1}{2}$ ліски ванілії

1. коржик: Свіже масло терти з цукром-мучкою, аж буде пухке. Додати ванілій та тертої чеколяди. Все добре вимішати і виложити на андрут.

2. коржик: Змолоти спарений мигдаль, дати до миски, всипати цукор-мучку і сметанки стільки, щоб зробилась вогка маса. Виложити на перший коржик.

Склиця: Горнятко цукру-мучки всипати до мисочки і вливати по одній ложці кипячу сметанку з додатком дрібки масла. Втерти до такої густоти, щоб її можна було виливати на торт. Тоді облити торт склицею.



З М И С Т

| | ст. | | ст. |
|-------------------------------|-----|----------------------------------|-----|
| Печиво | 3 | Горіхові ріжки | 17 |
| Дріжджеве тісто: | 3 | Мазурок чеколядовий | 17 |
| Булка до кави | 4 | Крихкий коржик із яблуками .. | 17 |
| Рідяній колач | 5 | Пиріжки з яблуками | 18 |
| Бабка до кави | 5 | Мазурок мигдальний | 18 |
| Бабка легким способом | 6 | Коржик із садовиною | 18 |
| Бабка шляхотська | 6 | Крихке тісто з ягодами | 19 |
| Бабка ціарська | 7 | Вергуни (хрусти) | 19 |
| Маківник | 7 | Вергуни (хрусти) інакше | 19 |
| Різдвяна бабка | 8 | Медяники: | 20 |
| Маківник калуський | 8 | Медянички | 20 |
| Пампушки | 9 | Медяник | 20 |
| Святочні пампушки | 9 | Листковане тісто: | 21 |
| Старосвітські пампушки | 10 | Заварне тісто: | 22 |
| Бісквітне тісто: | 11 | Заварні тістечка з кремом | 22 |
| Галицький цвібак | 11 | Заварні тістечка з ягодами | 23 |
| Цвібак | 12 | Торти: | 24 |
| Цитринові тістечка | 12 | Оріховий пиріг | 24 |
| Коржик у двох красках | 12 | Горішковий пиріг | 25 |
| Ванілеві шумки | 13 | Пончевий торт | 25 |
| Руляда з яблуками | 13 | Оріховий торт | 26 |
| Мигдаліні бабочки | 13 | Прованський торт | 26 |
| Крихке тісто: | 14 | Кавово-мигдальний торт | 27 |
| Крихкі тісточка до чаю | 15 | Небесний торт | 27 |
| Сухі тісточка | 15 | Крихкий торт | 28 |
| Тісточка зі сира | 15 | Нугат | 28 |
| Крихкі палочки зі сиром | 15 | Торт-їжак | 29 |
| Корж із сира | 16 | Непечений корж | 29 |
| Мигдаліні віночки | 16 | Непечений торт | 30 |
| Ванільки | 16 | Інший непечений торт | 30 |

ІНШІ ТВОРИ АВТОРКИ:

М'ясиво, куховарські приписи, Філadelфія, 1954, видання Союзу Українок Америки — вичерпане.

Овочі й городина, куховарські приписи, Філadelфія, 1955, видання СУА, ціна ~~50~~ ц. 17 ♂
