

ВОЛШЕБНАЯ КНИГА  
ВКУСНОЕЖЕК



МАДОУ ДЕТСКИЙ САД №. 571  
ГРУППА №. 6 «ФАНТАЗЕРЫ»

# Полина любит печенье «Сахарное»





Способ приготовления: одно яйцо, один стакан сахара, 200 гр сливочного масла, 2,5 ст муки, 0,5 ч л соды.

Все смешать, раскатать в тонкий пласт и вырезать формочкой печенье.

Выложить на противень и выпекать 20 минут при температуре 180 гр.

Приятного аппетита!!!

Артем



любит



салат



«Витаминка»



### Продукты (на 8 порций)

Сахар - 1/4 стакана

Апельсиновая цедра (измельченная) - 1 ч. л.

Апельсиновый сок - 1 стакан

Апельсин (очищенный и нарезанный кусочками) - 1 шт.

Красное яблоко (нарезанное маленькими кусочками) - 1 шт.

Груша крупная (нарезанная маленькими кусочками) - 1 шт.

Зеленый виноград без косточек - 1 стакан

Банан (нарезанный тонкими кружочками) - 1 шт.

Шампанское или газированный виноградный сок - 1 1/2 стакана

Свежие листочки мяты для украшения

1. В большой неметаллической миске смешать сахар, апельсиновую цедру и сок до полного растворения сахара.
2. Выложить в миску с соком апельсин, яблоко, грушу и виноград. Аккуратно перемешать фрукты. Накрыть миску крышкой или пленкой и поставить фруктовый салат в холодильник для охлаждения минимум на час, а лучше на ночь.
3. Перед подачей добавить в салат банан и шампанское (или газированный виноградный сок). Разложить фруктовый салат в 8 салатниц, примерно по 3/4 стакана фруктов вместе с соком. Готовый фруктовый салат можно украсить листочками мяты.

*Миша очень  
любит сладкие  
вкусняшки...*



*Мамаины  
тортики и  
печеньки...*



*А любимый суп  
Миши.....*





1. Тыкву порезать на мелкие кусочки и отварить. Бульон слить и часть оставить. Взбить миксером и добавить немного молока или сливок. Все ингредиенты добавлять по вкусу (имбирь, мускатный орех)



2. В готовый суп сверху в тарелочку добавить оливковое масло, сливки, любые добавки в виде креветок, курицы, соленой рыбы - все на вкус

## Суп-пюре «Тыковка»

3. К любому составу подать поджаренный Бородинский хлеб в виде ломтика с розмарином, тимьяном, базиликом



4. Сверху посыпать плавленый или любой твердый сыр. Приятного аппетита!!!



# Шимурка любит щи «Русские»







### Ингредиенты

Мясо (свинина) - 500 г

Капуста белокочанная - 500 г

Морковь - 1 шт.

Лук репчатый - 1-2 шт.

Шоатная паста - 1 ст. ложка

или помидоры свежие - 2 шт.

Картофель - 2 шт.

Масло растительное - 2 ст. ложки

Зелень - 0,5 пучка

Лавровый лист - 1-2 шт.

Сметана (для подачи) - 100 г

Чеснок (по желанию) - 2-4 зубчика (по вкусу)

Перец молотый - 1 щепотка (по вкусу)

Соль - 0,5-1 ст. ложка (по вкусу)

### Способ приготовления

- Сварить мясной бульончик.
- Лук мелко нарезать, пассеровать на растительном масле. Морковь натереть, капусту тонко шинковать.
- Если ребенок морковь и лук вылавливает из тарелки и не ест, сделайте (или купите готовую) сушеную смесь из лука, моркови и перед добавлением в суп размалывайте ее в мельничке или блендере. Дети чаще всего не любят не вкус этих продуктов, а их вареную консистенцию. Можно добавить в суп свежеприготовленное пюре из моркови (все-таки это очень полезный продукт, но не очень любимый детьми).
- Помидор ошпарить, снять шкурку, нарезать ломтиками. Чеснок измельчить, перец нарезать тоненькими колечками. Картофель очистить, нарезать кубиками.
- В кипящий бульон положить картофель, морковь, помидор, острый перец, нарезанное мясо, лук. Дать закипеть и добавить капусту. Если капуста совсем молодая, положить через минуты 2, чтобы она не очень разварилась. Варить до готовности картофеля. За пару минут до этого посолить, можно положить чеснок (по вкусу). Подавать со сметаной или без нее, можно посыпать зеленью – дело вкуса.

*Саша готовит...*



*... суп-пюре «Неженка»*

## Ингредиенты:

- Морковь – 150 г
- Картофель – 120 г
- Капуста белокочанная – 100 г
- Лук репчатый – 50 г
- Бульон – 900 г можно  
• заменить водой.
- Мука пшеничная – 25 г
- Масло сливочное – 25 г
- Молоко – 180 г
- Соль – по желанию
- Вода – 2 ст.л.



**Способ приготовления:** Вскипятить 2 л воды. Тем временем картофель очистить, вымыть, нарезать кубиками. Воду посолить. Добавить картофель, варить в подсоленной воде до готовности (около 20 минут). Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Когда картофель начнет рассыпаться, протереть его через сито. Подготовленный картофель положить обратно в отвар. Сало с луком положить в отвар. Дать закипеть, посолить. Вымыть, мелко нарезать зелень. Слить их в суп. Добавить зелень. Дать супу покипеть 5 минут. Картофельный суп готов. Разогреть сковороду, налить масло. Выложить в горячее масло хлеб, поджарить на разогретом масле, помешивая, на среднем огне 3-4 минуты (или в тостере) и подать горячим на отдельной тарелочке.

*Приятного аппетита!*

*Дима любит долму «Виноградинка» !!!*





Рис отварить в течение 5 минут, затем промыть в холодной воде (рис должен быть не доварен). Обжарить лук на сливочном масле 5 минут на слабом огне. Остудить. В мясной фарш добавить рис, обжаренный лук, курдючный жир, зелень, 1 ч. л. соли, черный перец, хмели-сунели, красный перец, мяту. Постепенно добавлять 300 мл воды, тщательно вымешивая фарш руками в течение 8 минут. Виноградный лист положить глянцевой стороной на доску, а шершавой (матовой) стороной вверх. У основания листа выложить 1 ч.л. приготовленного фарша и свернуть виноградный лист с начинкой в плотную трубочку, подворачивая края листа внутрь. На дно кастрюли положить перевернутую тарелку и выкладывать долму в кастрюлю швом вниз по кругу. На среднем огне довести до кипения и тушить долму при закрытой крышке на слабом огне 1 час. Если виноградные листья будут жесткими, продолжайте тушить долму еще 30-40 минут, до готовности. Приятного аппетита!!!

#### *Ингредиенты (на 10 порций)*

*Листья виноградные - 220 г*

*Фарш из баранины - 700 г*

*Жир курдючный - 100 г*

*Лук репчатый - 350 г*

*Масло сливочное - 50 г + для жарки лука*

*Рис - 100 г*

*Соль - 2 ч. л.*

*Чеснок - 4 зубчика*

*Перец черный молотый - 1/2 ч. л.*

*Перец чили красный молотый - 1/2 ч. л.*

*Мята сушеная - 1 ч. л.*

*Хмели-сунели - 1/2 ч. л.*

*Зелень кинзы - 10 г*

*Зелень петрушки - 20 г*

*Зелень укропа - 20 г*

*Вода - 300 мл (для фарша) и 1 л*

*\**


*Для соуса:*

*Мацони или йогурт домашний - 300 мл*

*Чеснок - 4 зубчика*

*Зелень петрушки - 5 г*

*Зелень кинзы - 5 г*



*Вадим любит  
мясные вкусняшки*



*Продукты (на 14 порций)*

*Свинина - 1 кг*

*Шампиньоны - 1 кг*

*Лук репчатый - 2 шт.*

*Сыр твердый - 100 грамм*

*Сыр адыгейский - 100 грамм*

*Помидоры красные - 2 шт.*

*Горчица (готовый соус) - по вкусу*

*Соль - по вкусу*

*Перец черный молотый - по вкусу*

*Масло растительное - для жарки*

*Грибы помойте, порежьте и выложите жариться на разогретую сковороду с растительным маслом. Лук почистите, порежьте полукольцами и добавьте жариться к грибам. Мясо нарежьте ломтиками, шириной примерно 1,5 см. Отбейте мясо с двух сторон через пищевую пленку. Выложите на противень отбивные. Выложите на отбивные жареные грибы с луком. Помидоры вымойте, нарежьте полукольцом и выложите сверху на грибы. Присыпьте отбивные сначала адыгейским сыром. Затем посыпьте твердым сыром. Поставьте мясо по-французски в разогретую духовку запекаться - примерно на 35 минут при 200 градусах. После чего мясо по-французски можно сразу подавать к столу.*

# Лера делает манник «Облачко»





### Игредиенты:

3 яйца, 100 гр маргарина, 1 ст манки, 1 ст сахара, 1 ст кефира, 1 ст муки, 1 ч. л соды

### Приготовление:

К манке добавляем сметану, хорошо перемешиваем и оставляем минут на 20 для набухания. Духовку разогреваем до 190 градусов. В чашку высыпает сахар, ванильный сахар, соль. Добавляем яйца и растопленное (остывшее) сливочное масло. Взбиваем миксером до светлой пышной массы. К яичной массе добавляем набухшую манку, перемешиваем. Туда же добавляем просеянную муку с разрыхлителем и еще раз хорошо перемешиваем. Тесто должно напоминать густую сметану. Форму для выпечки (20х20 см) застилаем пергаментом. Бока формы смазываем растительным маслом. Тесто выкладываем в форму. Выпекаем манник в разогретой духовке при 190 градусах примерно 30-40 минут, до румяности. Готовность проверяем деревянной палочкой. Приятного аппетита!!!





София  
любит  
готовить  
рулетики с  
секретом и  
оладушки  
«Здоровье»





### Ингредиенты:

Кабачок - 1/2 шт

Мука пшеничная - 3-4  
ст. л.

Масло растительное

Сахар - 1 ст. л.

Соль

Яйцо куриное - 1 шт

Яблоко - 2 шт

### Способ приготовления:

Помыть кабачок, яблоки, яйцо.

Отрезать половину кабачка, почистить.

Вынуть сердцевину из яблок.

Натереть очищенный кабачок и яблоки на крупной терке.

Выложить в миску, добавить яйцо, сахар и соль. Перемешать.

Добавить столько муки, чтобы получилось тесто консистенции жидкой сметаны. У меня получилось 3-4 ст. ложки.

Жарить оладьи на растительном масле с обеих сторон на медленном огне.

Приятного аппетита!

*Дима с мамой любят вафельку и.....*



## ... Чизкейк

### Ингредиенты

Печенье (любое рассыпчатое) - 300 г

Сыр сливочный (рикотта; в идеале - филадельфия) - 500 г

Сливки 35% - 200 г

Яйца куриные - 4 шт.

Масло сливочное - 100 г

Сахар - 5 ст. л.

Лимон (для цедры) - 0,5-1 шт.

Ванилин - 1 пакетик (по вкусу)

Для украшения (по желанию):

Сахарная пудра

Ягоды свежие (клубника)



Измельчите печенье до состояния крошки. Сливочное масло растопите на водяной бане. Перемешайте печенье с 1 ст. ложкой сахара, добавьте масло. Из полученной массы сделайте основу для чизкейка в форме для запекания и поместите ее в духовку, разогретую до 170 градусов, на 10 минут. Займитесь приготовлением сырной начинки. Для этого взбейте яйца с 4-мя столовыми ложками сахара, добавьте жирные сливки, ванилин и цедру половины лимона. В полученную массу добавьте сливочный сыр и снова все хорошо взбейте венчиком. Полученную сырную массу (довольно жидкую) вылейте на готовую основу и поместите в духовку. Готовый чизкейк уберите в холодильник на несколько часов, а лучше на ночь. Приятного аппетита!



*Ариана с папой  
часто готовят...*



*... свиной  
стейк*





**Ингредиенты:** Свиной стейк - 500 грамм Соль - 2 Щепотки, Перец черный молотый - 2 Щепотки, Растительное масло - 1 Чайная ложка, Сушеный розмарин - 2 Штуки (2 небольших веточки, можно заменить смесью прованских трав)

Вот такие красивые кусочки свинины прекрасно подойдут. Толщина - 2 см, тоньше нельзя. Моем мясо и подсушиваем бумажным полотенцем. Смешиваем соль, перец и измельченный розмарин или травы. Натираем со всех сторон мясо получившейся смесью. Выкладываем мясо на тарелку и пусть полежит минут 10. Нагреваем сковородку-гриль на сильном огне. Мясо смазываем растительным маслом и выкладываем на хорошо прогретую сковороду. Обжариваем стейки на сильном огне по пол минуты с каждой стороны. Должна образоваться корочка, которая не даст соку из мяса выделяться. Затем уменьшаем огонь под сковородой и обжариваем стейки по 3 минуты с каждой стороны, при этом прижимая их к поверхности сковороды. Чтобы на стейке получился рисунок ромбиком, переложите мясо под другим углом, нежели в первый раз. Приятного аппетита!!!

*Руслану очень понравились...*



*...оладушки «Объедение»*



## Ингредиенты

Кефир - 200 г

Мука - 130 г

Какао-порошок - 20 г

Яйцо (небольшое, категории С1) - 1 шт.

Сахар - 25 г

Лимон (сок) - 1/2 шт. (1 ч. ложка)

Сода - 1/2 ч. ложки (без горки)

Масло растительное (для жарки) - 2-3 ст. ложки



В глубокой миске соединяем кефир, лимонный сок и соду. Перемешиваем. Вбиваем яйцо и всыпаем сахар. Небольшими порциями, каждый раз перемешивая, добавляем какао-порошок и муку. Небольшими порциями. Выкладываем тесто в сковороду ложкой, формируя оладьи. Приятного аппетита!



*Анечка любит...*



*... творожный  
пирог*



*«Волшебное  
облачко»*



### Ингредиенты:

Для теста:

Мука - 200 г

Разрыхлитель - 1 ч. ложка

Масло сливочное - 100 г + для смазывания формы

Сахар - 50 г

Яйцо - 1 шт.

Соль - 1 щепотка

\*

Для начинки:

Творог 5% - 200 г

Сметана 25% - 100 мл

Сахар - 100 г

Яйцо - 1 шт.

Мука - 2 ст. ложки

Смородина черная (свежая или замороженная) - 150 г

Малина (свежая или замороженная) - 100 г

Смешать муку с разрыхлителем, сахаром и солью. Добавить холодное сливочное масло. Перемешать смесь руками до состояния крошки. Добавить яйцо. собрать тесто в комок. По форме распределить тесто, сделав бортики. приготовить творожную начинку для пирога. Смешать творог с сахаром и яйцом. Добавить сметану. Выложить на тесто замороженные ягоды, Залить ягоды приготовленной творожной заливкой и поставить в нагретую до 180 градусов духовку на 35-40 минут. Приятного аппетита!



*Ярослав с братиком любят  
тортик «Нежность»*



### Способ приготовления:

*Приготовление теста на «водяной бане»: 300 мл воды, 150 г сливочного масла, 1,5 стакана муки, 5 яиц. Растопить масло, добавить воды и постепенно засыпать просеянную муку, тщательно перемешивать. Готовое тесто поставить в холод и остудить до комнатной температуры. Поочередно вбить яйца, тщательно перемешивая. С помощью кондитерского шприца на противень выдавить небольшие эклеры. Выпекать 25 мин при температуре 180 градусов. В это время готовим крем: Взбить миксером 300 грамм сметаны с сахаром или сгущенным молоком, добавить сок лимона. Убрать в холодильник на 15 мин. Готовые эклеры пропитать в креме и выкладывать на тарелку. 4. Украсить шоколадной крошкой, орехами и ягодами. У нас голубика и красная смородина.*

Кирил любит помогать маме выпекать  
слойки «Конвертики»





### Ингредиенты (на 8 порций)

Сыр сулгуни - 300 г

Тесто слоеное бездрожжевое -  
500 г

Яйца куриные - 2 шт.

Масло растительное - 2 ст. л.

Мука пшеничная - 2-3 ст. л.

Соль (по желанию) - по вкусу

### Способ приготовления:

Сыр сулгуни натрите на крупной терке, добавьте одно куриное яйцо. Половину слоеного бездрожжевого теста, раскатайте скалкой в форме квадрата толщиной 3-4 мм. Разрежьте пласт теста на 4 одинаковых квадрата. В каждую заготовку из теста положите по 1,5 ст. л. начинки. Слепите края квадрата из теста от угла к центру в виде конверта. Смажьте хачапури сверху взбитым куриным яйцом. Отправьте хачапури в духовку, разогретую до 180°C. Выпекайте хачапури при температуре 180°C 12-15 минут. Следите, чтобы хачапури не пригорели. Приятного аппетита!!!



*Ярослава помогает  
маме печь вкусные  
блинчики*





# Блинчики «Ажурные»

## Ингредиенты:

Яйцо куриное - 2 шт.

Вода - 2 стакана

Молоко - 1 стакан

Мука - 2 стакана

Масло растительное - 1 ст.  
л.

Сахар - 3 ст. л.

Ванилин - 1/3 ч. л.



*Кипятим воду, нам понадобится именно кипяток. Желтки взбиваем миксером до образования пенки. Вливаем в кастрюлю 2 стакана кипятка и добавляем взбитые желтки*

*Взбиваем белки миксером, также до образования пены. Вливаем в кастрюлю стакан холодного молока, добавляем 4 столовых ложки сахара, взбитые белки, ванилин и начинаем всыпать муку. Перемешиваем и сыплем муку до тех пор, пока тесто не станет по консистенции, как жидкая сметана. Я перемешиваю миксером на первой скорости.*

*В самом конце вливаем столовую ложку растительного масла и просто ложкой размешиваем.*

*Жарим ажурные блинчики на раскаленной сковороде.*

*Приятного аппетита!!*

# Дениэль готовит любимую «Жар-птицу»





### Ингредиенты (на 2 порции)

Мука - 3,5 стакана (объем  
стакана - 250 мл)

Вода теплая - 1,25 стакана

Масло оливковое - 2 ст. л.

Дрожжи сухие - 1 ст. л.

Сахар - 0,5 ст. л.

Соль морская - 0,5 ст. л.



### Приготовление:

Разводим в теплой воде дрожжи, сахар и добавляем оливковое масло. Замешиваем тесто, добавляя в муку разведенные дрожжи. Оставляем дрожжевое тесто для пиццы на 60 минут в теплом месте. Тесто для пиццы готово. Раскатываем тонкий пласт теста. Укладываем на смазанный лист. Смазываем томатной пастой, раскладываем кружочки колбаски, добавляем грибочки, сверху посыпаем сыром.

Приятного аппетита!!!



# Любимая «Шарлотка» Алисы



## Ингредиенты

Яблоки (желательно кислые) - 500-600 г

Сахар - 160 г

Мука пшеничная - 160 г

Яйца - 4 больших или 5 маленьких

Соль - 1 щепотка

Взбить яйца с сахаром и щепоткой соли в светлую густую массу. Подготовить яблоки нарезать слайсами Муку частями просеивать в яично-сахарную смесь Форму (диаметр - 22 см) выстелить пергаментом или смазать сливочным маслом, Половину яблок, нарезанных дольками, выложить на тесто. Сверху залить оставшимся тестом и таким же образом выложить оставшиеся яблоки. Выпекать яблочную шарлотку в течение 20-30 минут при температуре 180 градусов. Приятного аппетита!

# *Дима любит мамин плов*



## *Любимые пельмешки Платоши- «Малютки»*



*Ингредиенты:* говяжий фарш 300, свиной фарш 300, соль по вкусу черный молотый по вкусу, вода 250, яйца 1, пшеничная мука 500, растительное масло 15

### *Приготовление:*

*В глубокую миску переложите свиной фарш и фарш из говядины. Очищенный репчатый лук нарежьте и прокрутите в мясорубке с мелкой решеткой. Лук можете взять любой на ваше усмотрение. Но чем больше лука, тем готовый фарш будет сочнее и мягче. Но все зависит от вашего вкуса. Все посолите, поперчите и хорошенько перемешайте. По мне лучше обычного черного молотого перца нет, но вы можете взять и белый или зеленый молотый перец. Накройте миску крышкой и уберите в холодильник на 30 минут, чтобы мясо созрело.*

*Пока мясо в холодильнике, сделайте тесто. Для этого в глубокую миску налейте воду комнатной температуры, чтобы рукам было комфортно. Разбейте в миску сырое яйцо и влейте воду, добавьте масло, соль и перемешайте все до однородной массы. Просейте в миску к яйцам большую часть муки и начните замешивать тесто, подсыпая потихоньку муку. Ориентируйтесь на консистенцию теста, а не на объем муки. На каждую раскатанную лепешечку выложите ложкой мясной фарш. Когда семье захочется пельмешек, поставьте на плиту кастрюлю с водой, доведите воду до кипения, посолите. Кладите в кипящую воду пельмени по одному. Перемешайте осторожно и варите на среднем огне до готовности. Приятного аппетита!!!*

# Любимое блюдо Макара – курочка «Золотистая»



## Ингредиенты

Цыплёнок - 600-700 г

Соль крупная

Перец чёрный

Перец красный острый

Чеснок - 4-6 зубчика

Базилик

Паприка

Соус томатный - 200 мл

или кетчуп - 100 г

Укроп - по вкусу

Масло топленое

Берем цыпленка весом не более 1 кг, моем и обсушиваем бумажными полотенцами. Ставим цыпленка на спинку и разрезаем вдоль напополам, но не до конца, а только грудку. Извлекаем внутренности и раскрываем цыпленка. Ставим мясо на доску разрезом вниз и накрываем полиэтиленовым пакетом. Отбиваем кухонным молотком, чтобы переломать кости и хрящики. С двух сторон посыпаем цыпленка солью и перцем. Хорошо втираем специи. Оставляем на 30-60 минут или на ночь. На сковородку выливаем оливковое масло и выдавливаем чеснок через пресс. Добавляем туда паприку, красный и черный перец, базилик. Уменьшаем огонь до минимума и вливаем томатный сок. Тушим 2 минуты. Берем чугунную сковородку и разогреваем на ней топленое масло (или сливочное с растительным).. Отправляем на сковородку цыпленка крыльшками вниз. Включаем средний огонь и накрываем крышкой, которая в диаметре меньше сковородки. Сверху ставим тяжелый груз и жарим 8-14 минут. Переворачиваем и смазываем приготовленным томатным соусом. Жарим цыпленка табака с другой стороны, установив груз, в течение 8 минут. Готового цыпленка табака смазываем соусом. Приятного аппетита!