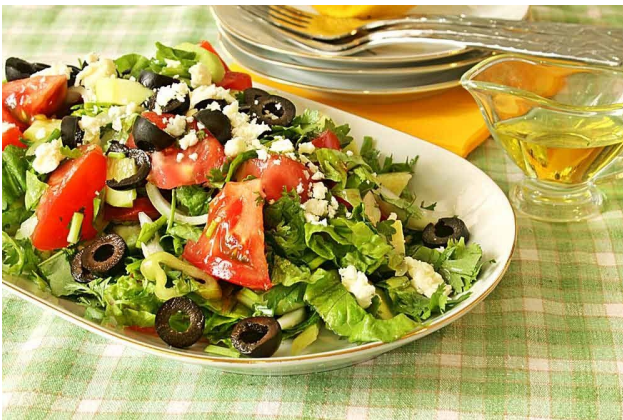




«Полезный для здоровья семейный рецепт».



Вкусные и полезные блины от семьи Кирьянова Владимира.



Блины классические на молоке

Для приготовления потребуются:

- Мука пшеничная — 160 г (1 ст).
 - Яйца — 2 шт.
 - Сахар — 8 г (1 ч.л).
 - Соль — 5 г (1/2 ч.л).
 - Молоко или вода — 300 мл (1,5 ст).
1. Смешиваем ингредиенты в миске до однородности.
 2. Ставим на плиту сковороду. Включаем средний огонь (7 из 9).
 3. Обжариваем каждый блин около 1 мин до золотистого края.
 4. Затем переворачиваем и повторяем процесс, но 1 мин.

Торт с апельсинами и бананами от семьи Елькина Тимофея.



Торт с бананами.

Этот пирог с бананами нежный, легкий и совсем не приторный. Выглядит он очень эффектно, так что это скорее настоящий торт с бананами и цитрусовыми. Рецепт торта с бананами включает в себя песочное тесто, начинку из цитрусовых и сметанный крем.

Ингредиенты: мука, масло, яйца, сахар, апельсин, киви, мандарин, лимон, банан, желатин.

Винегрет от семьи Тимофея Елькина.



- Винегрет.
Для приготовления винегрета потребуется:

- 1) Свекла - 2 шт. небольшого размера,
- 2) Морковь - 1 шт.,
- 3) Соленье огурцы - 1-2 шт.,
- 4) Картофель - 3 шт.,
- 5) Репчатый лук - 1 шт.,
- 6) Консервированный горошек - 3 ст. л.,
- 7) Подсолнечное масло - 2-3 ст. л.,
- 8) Соль - по вкусу.

Свеклу, морковь, картофель необходимо предварительно отварить. Лук - ошпарить кипятком, чтобы не было горечи.

Нарезать отварные овощи и соленые огурцы кубиками. Добавить горошек. Полить подсолнечным маслом, посолить и перемешать.

Пирожки с капустой от семьи Дружиной Валерии.



Пирожки с капустой (в духовке)

Вкуснейшие пирожки с капустой!

Пышное, воздушное дрожжевое тесто и сочная начинка из тушеной капусты с луком и яйцами.

Готовятся просто, пекутся пирожки в духовке быстро.

мука пшеничная, молоко, вода, яйца, дрожжи сухие, сахар, соль, масло растительное, капуста белокочанная, лук репчатый, яйца, соль, перец молотый, зелень...



от семьи Вероники Гагариной

Печенье «Вкус маминого детства»

Когда я была маленькой, мама часто пекла такое печенье! Оно очень вкусное, и очень долго не сохнет! Называется «печенье из мясорубки», так как тесто пропускали через мясорубку. Вот я и решила сделать такое печенье с дочкой. Но не через мясорубку, а раскатать тесто, и пусть дочка сама вырезает печенье формами. Ей очень понравилось, а печенье она сама так назвала – «Вкус маминого детства!»

Ингредиенты: мука, яйца, масло сливочное, сахар, разрыхлитель.

Пирожки с яйцом от семьи Ксюши Каниной.



Пирожки с луком и яйцом

Все новое - это, как говорится, хорошо забытое...

Начало сезона свежей зелени не могу не встретить такой старой-доброй начинкой для пирожков, как лук с яйцом.

Если и вам тоже она нравится, то приглашаю на пирожки с луком и яйцом. Тесто для пирожков получилось сдобное, пышное (пока стояло в тепле, хотело "улизнуть" из чашки, но я его вовремя "подмяла"). :)

яйца, сахар, молоко, дрожжи сухие, мука, соль, масло сливочное, масло растительное, лук зелёный, яйца отварные

Салат: «Летний» от семьи Огородова Елисея.



Салат летний.

1. Болиндора
2. Огурцы
3. Пекинская капуста
4. Лук.
5. Укроп.
6. Петрушка
7. Соль.
8. Майонез.

Болиндора, огурцы, пекинская капуста нарезаются кубиками; лук, укроп, петрушка нарезаются мелко. Всё перемешивается, добавляется по вкусу соль. Заправляется майонезом.

Ватрушки с творогом от семьи Алексея Лемешко.
Рецепт: тесто- молоко, яйцо, мука, начинка- творог.
Всем приятного аппетита!!!



Пирожки: «Вкусняшки для стройности» от семьи Сергея Волчека.



Рецепт от семьи Алисы Шиверской

1. Подготовьте все необходимые ингредиенты.
2. В глубокую миску разбейте яйца, добавьте щепотку соли и сахар по вкусу. Слегка взбейте ручным венчиком, чтобы яйца стали более-менее однородными.
3. Затем добавьте небольшое количество молока и снова размешайте.
4. Всыпьте муку и полностью вмешайте ее в молочно-яичную массу.



Полезный салат от семьи Ширинкиной Марии.



- 1. Подготовьте ингредиенты, промойте все овощи.
- 2. Нашинкуйте листья салата в глубокую салатницу.
- 3. Огурцы нарежьте тонкими колечками и добавьте в салат. Если огурцы старые, то очистите их от жесткой кожуры.
- 4. Помидоры нарежьте на дольки и добавьте в салат.