



**Рецепты
псковопечорских
блюд**



Винегрет горячий по – псковопечорски



Ингредиенты

1 картофелина
1-2 моркови
1-2 репы
4ст. ложки зелёного горошка

Для соуса:

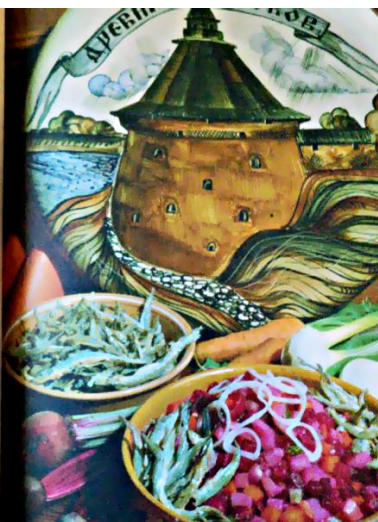
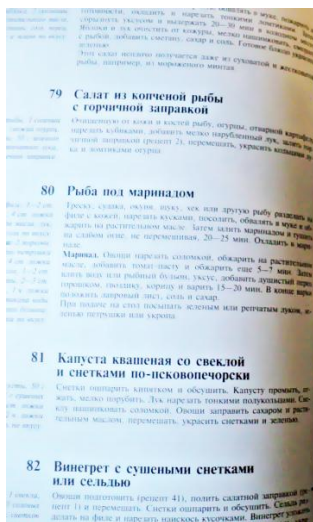
100 гр. овощного отвара
0-25 гр. сливочного масла
1 ч. ложка муки
1 луковица, петрушка, сельдерей и соль по вкусу

Приготовление

Сырые овощи вымыть, очистить, нарезать кубиками, затем припустить каждый в отдельности, а зелёный горошек в собственном соку. Всё соединить, слить овощной отвар и приготовить на нём соус. Овощи охладить и залить соусом.

Соус: на сковороду положить сливочное масло, разогреть, всыпать муку и , непрерывно помешивая, довести до слегка кремового цвета. Снять с плиты и осторожно, чтобы не образовалось комков, при непрерывном помешивании влить овощной отвар. В образовавшуюся однородную массу, добавить мелко нарезанные лук, петрушку, сельдерей, посолить и проварить ещё 15 минут.

Капуста квашеная со свеклой и сметками по - псковопечорски



Ингредиенты

300 г квашеной капусты
50 маринованной свеклы
50 г сушёных сметков
1 луковица
2 ст. ложки растительного масла
2 ч. ложки сахара, зелень

Приготовление

Сметки ошпарить и обсушить. Капусту промыть, отжать, мелко порубить. Лук нарезать тонкими полукольцами. Свеклу нашинковать соломкой. Овощи заправить сахаром и растительным маслом, перемешать, украсить сметками и зеленью.



Щи псковские со снетками



Ингредиенты

*100 г сушёных снетков
300 г квашеной капусты
1 морковь
1 луковица,
1 ч. ложка муки
4 ложки сметаны
1 ст. ложка масла*

Приготовление

Сварить щи из квашеной капусты. Снетки промыть, отварить отдельно в солёной воде со специями, вынуть и переложить в щи. Подавать со сметаной. Можно приготовить иначе. В щи, сваренные на рыбном бульоне, за 10 - 15 мин до готовности положить промытые снетки.

Борщ со снетками по - псковски



Ингредиенты

*1-2 свеклы
300г квашеной капусты
150 г сушёных снетков
1 морковь
2 луковицы
1-2 ст. ложки томата – пасты
2-3 ст. ложки масла
1 ст. ложка сахара
1,5 ст. ложки уксуса 3%
4 ч. ложки сметаны
зелень по вкусу.*

Приготовление

Сушёные снетки отварить и откинуть на дуршлаг. На полученном от варки снетков бульоне сварить борщ. Свеклу для борща следует варить отдельно в кожуре, затем очистить и нарезать соломкой. Квашеную капусту предварительно потушить. Для этого капусту положить в кастрюлю, добавить 1 ст. ложку масла, 3-4 ст. ложки бульона, полученного от варки снетков и тушить 1,5 – 2 часа, помешивая. При подаче на стол в тарелки добавить снетки, сметану, зелень.



Суп псковопечорский с грибами и клёцками



Ингредиенты

1 кг свежих грибов
0, 5 л воды
2 моркови
3 картофелины
петрушка, соль.

Для клёчек: 1 ст. муки

1 яйцо

2ст. ложки масла

50 г воды

Приготовление

Очищенные свежие грибы и овощи промыть, нарезать кубиками, залить холодной водой, посолить и варить до готовности. Клёчки: в кипящую воду всыпать муку, помешивая проварить 1-2 минуты и дать тесту немного остыть, затем добавить яйцо, масло, вымесить, разделить на клёчки и обвалить в муке. В кипящий суп положить клёчки, отварить и подавать на стол, посыпав зеленью.

Холодница псковопечорская



Ингредиенты

3 стакана кваса
2 сваренных вкрутую яйца
100 г творога
1 луковица
1-2 картофелины
80 г сметки
1 солёный огурец
соль, зелень.

Приготовление

Сметки промыть, отварить, откинуть на дуршлаг и охладить. Лук и яйцо порубить. Варёный картофель и солёный огурец нарезать кубиками. Подготовленные продукты перемешать с творогом, залить холодным квасом, добавить соль, зелень.



Ботвинья псковопечорская



Ингредиенты

300 г шпината.
200 г щавеля
2 огурца
400 г рыбы
4 стакана кваса
1 ч ложка сахара
80 г зелёного лука
1-2 свеклы
1 ст. ложка уксуса 3%,
лимон, хрен, укроп, соль.

Приготовление

Щавель промыть, сварить в собственном соку, протереть через сито. Лук мелко покрошить и растереть с солью, сахаром, тёртым хреном или горчицей. Всё сложить в миску и добавить нарезанные огурцы, мелко нашинкованный укроп, нарезанную кубиками или соломкой свёклу, припущенную перед этим в небольшом количестве воды с уксусом, перемешать и залить квасом. У молодой свёклы используют и ботву, которую нарезают и отваривают отдельно. Рыбу отварить в подсоленной воде с луком, зеленью, лавровым листом и перцем. Положить в тарелки или подать отдельно.

Помакуха (соломаха)



Ингредиенты

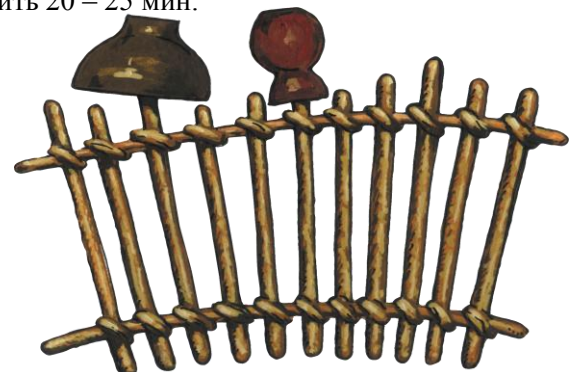
2 сельди
8 картофелин
зелень по вкусу

Для соуса:

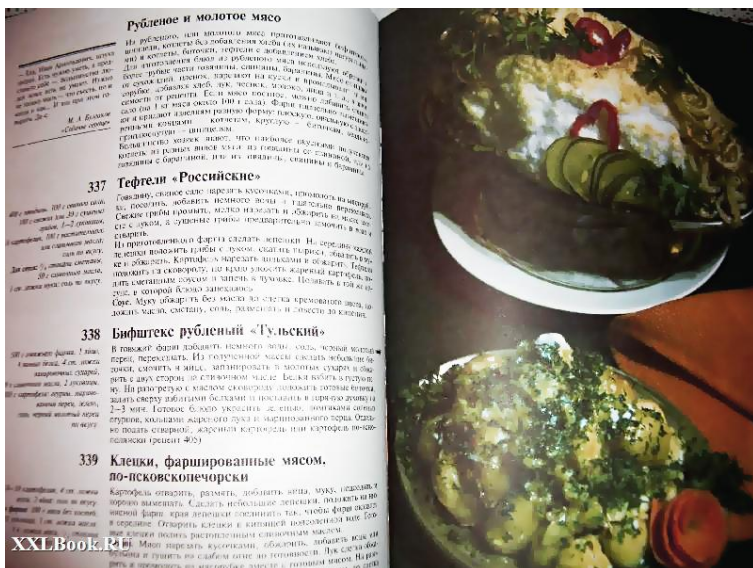
2 луковицы
1 ст. ложка муки
0,5 литра рыбного бульона
соль.

Приготовление

Солёную сельдь разделить на филе, вымочить, залить соусом и довести до кипения. Посыпать зеленью и подать горячим с отварным картофелем. Соус: муку обжарить до слегка кремового цвета. Постепенно вливая бульон, вымешать до образования однородной массы, положить мелко нарезанный лук, посолить и варить 20 – 25 мин.



Клёцки, фаршированные мясом по – псковопечорски



Ингредиенты

8-10 картофелин
4 ст. ложки муки
2 яйца, соль по вкусу

Для фарша:

300 г мяса без костей
1 луковица
1 ст. ложка масла
1 ч. ложка муки
0,5 стакана бульона
соль.

Приготовление

Картофель отварить, размять, добавить яйца, муку, подсолить и хорошо вымесить. Сделать небольшие лепёшки, положить на них мясной фарш, края лепёшки соединить так, чтобы фарш оказался в середине. Отварить клёцки в кипящей подсоленной воде. Готовые клёцки полить растопленным сливочным маслом. Фарш: Мясо нарезать кусочками, обжарить, добавить воды или бульона и тушить на слабом огне до готовности. Лук слегка обжарить и промолоть на мясорубке вместе с готовым мясом. На разогретую с маслом сковороду положить муку, обжарить, влить бульон, оставшийся от тушения, и размешать, чтобы получился густой соус, без комочков. Затем в молотое с луком мясо добавить соус, мелко нарезанную зелень, укропа или петрушки, подсолить, тщательно перемешать.

Лепёшки псковопечорские



Ингредиенты

Для теста:
2 стакана муки
1 яйцо
пол стакана воды
пол чайной ложки соли.

Для фарша:

1 кг картофельного пюре
700 г сыра
масло по вкусу.

Приготовление

Приготовить тесто, как для пельменей. Разделить на 4 части, каждую из которых раскатать в тонкий сочень. На середину каждого сочня положить картофельное пюре, разровнять и густо посыпать тёртым сыром. Края сочня завернуть, зашпатель, раскатать его в лепёшку и выпечь в духовке при температуре 200 – 220 градусов. Горячие лепёшки смазать сливочным маслом, уложить одну на другую и подавать к первым блюдам или самостоятельно.

