

**Салат «С любовью к женщинам»**

Ингредиенты:

Курица – 400 гр.

Яйца – 2 шт.

Кукуруза – 150 гр.

Сыр – 130 гр.

Помидоры – 2 шт.

Чеснок – 2 зубчика

Майонез – 200 гр.

Для украшения:

гранат (1 шт.),

помидоры «черри» - 3 шт.,

свежий огурец – 1 шт.,

лук зеленый (пучок).

Рецепт:

1 слой: кубики вареной курицы

/майонез+чеснок

2 слой – кукуруза/майонез

3 слой – кубики свежих помидоров/ майонез

4 слой – измельченные яйца

5 слой – тертый сыр

Сверху – украшение

***Автор: Махорская И.С.***

**Салат «Французские ромашки»**

Рецепт:  
 Лук - 3 шт  
 Морковь - 1 шт  
 Яйца - 7 шт  
 Зелень  
 Яблоки - 3 шт  
 Сыр - 250 г  
 Майонез   
 Приготовление:  
 Отвариваем морковку и яйца. Лук мелко

измельчить и на одну минуту залить

кипятком. Яйца, твердый сыр и яблоки

натираем на крупной терке.  Салат

выкладываем слоями, каждый слой

промазываем майонезом. Сначала кладем

лук, затем яйцо, яблоко, сверху присыпаем

тертым сыром. Далее украшаем салат.

Из вареных яиц вырезаем ромашки и в

серединку кладем отваренную морковку.

Из веточек зелени выкладываем стебельки.

Салат готов. Приятного аппетита!

***Автор: Шаверова С.А.***



**Салат «Арбузная долька»**

Ингредиенты:

- консервированные грибы – 350 г.;

- куриная грудка – 1 шт.;

- перец болгарский – 1 шт.;

- куриное яйцо – 4 шт.;

- майонез – 150 г.;

- свежий огурец – 2 шт.;

- голландский сыр – 150 г.;

- репчатый лук – 1 шт.;

- маслины – 6-8 шт.

Приготовление:

Лук и шампиньоны обжарить в разогретом

масле, добавить соль и черный перец. Остудить.

Куриное филе нарезать на небольшие кубики,

перемешать с майонезом.

Собираем салат слоями в форме арбузной

дольки: куриное мясо, грибы, яйца, болгарский

перец, огурцы – по внешней стороне салата.

На оставшийся промежуток выложить натертый

сыр. Украсить салат небольшими кусочками

маслин. Приятного аппетита!

***Автор: Мохова Е.А.***



**Салат «Пикантный»**

Приготовление:

1,5 кг капусты порезать квадратами, 1 средний

болгарский перец – соломкой, 1 большую

морковь натереть на терке для корейской

моркови. 1 пучок петрушки мелко порезать,

измельчить 1 зубчик чеснока. Все сложить в

большую кастрюлю и залить кипящим

рассолом, перемешать.

Рассол: 0,75 л воды; 0,25 стакана подсолнеч-

ного масла,; 0,5 стакана сахара; 1 ст.ложка соли

с горкой; ¼ пакета специй для корейской

моркови, ¼ ч.ложки куркумы; 1 ст.ложка 70%

уксусной эссенции; 2 лавровых листа; 2 гвоздич-

ки; перец черный и красный молотый по вкусу.

Когда рассол остынет, капусту переложить в

банку, рассол слить, вскипятить еще раз и

снова залить капусту. Когда остынет, помес-

тить в холодильник. Салат готов на следующий

день.

***Автор: Терехова О.Ю.***



**Салат «Счастье»**

Ингредиенты:

- ветчина – 300 г.;

- картофель – 4 шт.;

- помидоры – 2 шт.;

- перец болгарский – 1 шт.;

- сыр – 200 г.;

- майонез – 200 г.

Приготовление:

Все ингредиенты выложить слоями,

промазывая каждый майонезом, в следующем

порядке:

1 – ветчина (кубиками);

2 – картофель (на крупной терке);

3 – перец болгарский (кубиками);

4 – помидоры (кубиками);

5 – сыр (на мелкой терке).

Украсить на свой вкус.

***Автор: Гущина И.А.***



**Салат «8 Марта»**

Ингредиенты:

300 г свежих шампиньонов;

1 отварная куриная грудка;

1 вареная морковь;

1 луковица;

4-5 яиц;

100 г вяленого чернослива;

5 ст.ложек консервированной кукурузы;

3 ст.ложки консервированного горошка;

майонез – по вкусу;

зеленый лук и укроп – для оформления;

растительное масло для жарки.

Приготовление:

На плоскую тарелку поставить 2 стакана,

выкладывать салат слоями в виде цифры 8:

1 слой – куриная грудка; 2 слой – половина

Лука; 3 слой – мелко порезанный чернослив;

4 слой – горошек и кукуруза; 5 слой – шам-

пиньоны, обжаренные с луком; 6 слой – мор-

ковь; 7 слой – желтки. Бока салата посыпать

измельченным укропом, верх оформить

«цветами нарциссов».

***Автор: Сметанина Е.В.***



**Салат «Весеннее настроение»**

Ингредиенты:

филе куриной грудки – 1 шт.

ветчина – 200 г.;

сладкий болгарский перец – 1 шт.;

огурец свежий – 1 шт.;

ананас консервированный – 1 банка;

яблоко зеленое – 1 шт.;

лук репчатый красный – ½ головки;

консервированный горошек – ½ банки;

консервированная кукуруза – ½ банки;

петрушка – 2 ст.ложки;

майонез, кетчуп.

Приготовление:

Куриную грудку нарезать кубиками, ветчину,

огурец, перец и яблоко - тонкой соломкой,

мелко – лук и петрушку. Смешать все ингре-

диенты, заправить соусом (майонез, кетчуп).

Украсить по желанию.

***Автор: Курицина И.В.***



**Салат из краснокочанной капусты**

Ингредиенты:

- капуста краснокочанная – ½ кочана;

- укроп – 1 пучок;

- соль – 1 щепотка;

- сахар – ½ ч.л.;

- уксус яблочный – ½ ч.л.;

- растительное масло – 2 ст.л.;

- чеснок – 1 зубчик.

Приготовление:

Нашинковать тонко капусту. Добавить мелко

рубленный укроп, пропущенный через пресс

чеснок. Добавить в салат соль, сахар, уксус

и масло. Тщательно перемешать. Салат

готов!

***Автор: Суворова Г.С.***



**Салат «Зодиак»**

Ингредиенты:

- 0,5 кг шампиньонов;

- 1 луковица;

- 1 куриное бедро или грудка;

- 2 свежих огурца;

- 2 яйца;

- 1 банка кукурузы;

- майонез, соль, перец по вкусу.

Приготовление:

Грибы обжарить на растительном масле,

курицу, огурцы, лук и яйца и\нарезать

кубиками. В салатнице смешать все

ингредиенты, салат заправить майонезом,

перец и соль добавить по вкусу. Салат

готов! Приятного аппетита!

***Автор: Кузнецова Н.Д.***



**Рулетики из кабачков**

Ингредиенты:

- кабачок;

- помидор;

- чеснок;

- майонез;

- соль по вкусу.

Приготовление:

Кабачки нарезать кружочками, обжарить на

растительном масле. Чеснок измельчить,

смешать с майонезом и солью. Промазать

кабачки получившимся соусом, положить

на них кусочек помидора, завернуть

рулетиком. Украсить зеленью.

***Автор: Шибаева Е.Е.***