

Л. Петров, Н. Дзепепов, Е.
Йорданов, С. Узунова

Готварска книга
или наставления за всякакви гозби

Продуктите в рецептите за ястия са дадени в грамаж и в домашни мерки за 5 души

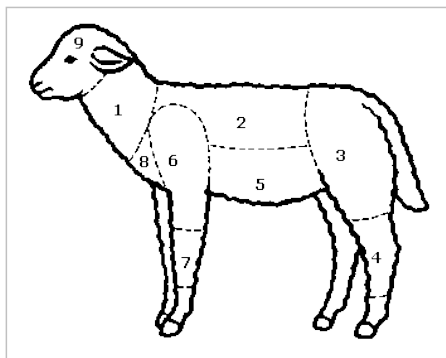
Готварска технология

Технологията, използвана в българската национална кухня, не се различава много от прилаганата в много страни по света (варене, печене, задушаване, пържене, паниране и пр.). Съществуват обаче варианти, които подчертават особеностите ѝ и я правят предпочитана поради вкуса и аромата на ястията.

Първична (студена) обработка на някои продукти:

МЕСО (ПРИГОТВЯНЕ НА СМЛЯНО МЕСО)

Най-подходящо за мелене е месото от предната част и врата, защото е сочно, прошарено с мазнина и има къси мускулни влакна. За мелене може да се използва и месо от коремната част, но то съдържа повече съединителна тъкан. По начало се мели месо, което не може да се използва за приготвяне на други ястия. В старинната ни национална кухня поради липса на месомелачки месото е било накълцвано със сатър. Мляно месо се приготвя предимно от телешко, говеждо и агнешко месо и по-рядко от овнешко и свинско месо. Свинската кайма е тлъста, но прибавена към говеждата и телешката в количество до около 30%, тя подобрява качеството на сместа. Към месо от угоени животни по начало тлъсти меса не се прибавят. Преди смилането месото се почиства от сухожилия и ципи, обезкостява се и се нарязва на малки парчета. Ястията от смляно месо се приготвят по-бързо и са по-лесно усвоими от организма.



1. *Врат* – сочно месо, което обикновено влиза в състава на печената плешка.

2. *Котлети* – гръбната част, от която при добро желание могат да се извадят нежни и фини котлети.

3. *Бутче* – крехко месо, идеално за приготвяне на фурна.

4. *Заден джолан* – идеален за супи.

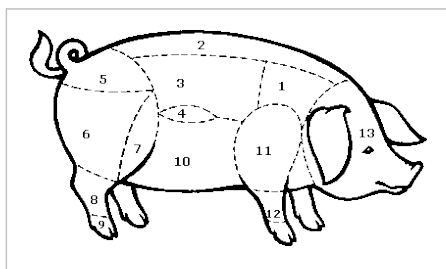
5. *Коремни части* – по-мазно месо, което става идеално за печене. Към него задължително се добавя и месо от бут.

6. *Плешка* – идеална за печене, особено когато се напълни с традиционната Великденска пълнка.

7. *Преден джолан* – идеален за супи.

8. *Гърди* – великолепно и крехко месо.

9. *Глава* – след леко сваряване – идеална за запичане на фурна.



1. *Врат* – идеално месо за пържоли.

2. *Гръбна сланина* – от нея се правят пушени меса и бекони. Най-

хубавата и крехка част от сланината.

3. *Котлети* – идеално месо с малко сланинка отстрани и задължителния кокал.

4. *Филе* – нежно, с малко мазнина месо, идеално за диетични ястия.

5. *Хълбок* – великолепно месо, подходящо за всякакъв вид ястия, шишове и кебапи.

6. *Заден бут* – подходящ за всичко: пържоли, шницели, рула на фурна, мезета и т.н.

7. *Шунка* – наричана още „ябълка“. Това е част от бута, която е най-подходяща за направата на едноименния деликатес.

8. *Заден джолан* – хубаво месо с жили и много фибри, което след разваряване е подходящо за всякакви ястия.

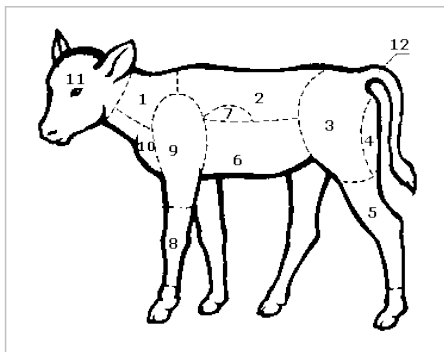
9. *Краче* – заедно с ушите и опашката влиза в състава на т. нар. „Пача“, която може да се сервира както като супа, така и вжелиран вид. При варене отделя много желатин.

10. *Коремни части* – тлъсто месо, подходящо за тежки зимни ястия. Свинско с кисело зеле, говеци или осмянка. В пушен вид идеално мезе.

11. *Плешка* – великолепно месо, по-крехко от бута, идеално за опушване.

12. *Преден джолан* – с по-малко месо от задния джолан.

13. *Глава* – съдържа в себе си най-различни вкусотии: език, бузи, уши... След разваряване става за чорби и мезета. Мозъкът не е особено подходящ за кулинарни упражнения.



1. *Врат* – крехко месо, обикновено шарено, с по-малко и нежни фибри. Предлага се с кокала и е идеално за задушаване или печене.

2. *Котлети (рибица)* – всъщност точно от тази част се прави прословутият ростбиф. Става за всичко – пържене, печене, задушаване, както и за пастърма. Не е лошо да се поначука, преди да се сготви.

3. *Горна част на бута* – нетлъсто месо, идеално за печене, рула и задушаване. Добре обрязано и почистено става и за пастърма.

4. *Долна част на бута* – нетлъсто месо. От него се правят телешки-те шницели – сочни и крехки. Шунката от бут също се прави от тази част.

5. *Заден джолан* – месо с жили и мускулни влакна. Идеален за супи, сварен в студено състояние, както и за пушени специалитети.

6. *Коремна част* – по-тлъста, има жили. Идеална за готвене и задушаване.

7. *Филе* – най-крехкото месо. Високо ценено за пържоли, стекове и пушени специалитети и пастърми.

8. *Преден джолан* – има по-малко месо от задния джолан. При варене отделя много желатин.

9. *Плешка* – нетлъсто месо. При добра обработка е идеално за печене и варене.

10. *Гърди* – при по-угоени телета по тях има много месо. Великолепно шарено месо, от което става идеална кайма, както и задушени ястия.

11. *Глава* – в нея има най-различни меса. Бузи, език, мозък и т.н.

12. *Опашка* – идеална за приготвяне на силен бульон.

ДОПЪЛНИТЕЛНА ПЪРВИЧНА ОБРАБОТКА НА МЕСОТО

1. *Начукване*. Извършва се с дървен чук, за да се омекоти съединителната тъкан, да се изравнят порциите по дебелина и да получат определена форма и гладка повърхност.

2. *Паниране*. Пригответия продукт се овалва в брашно или галета, в брашно, яйца и вода и др.

3. *Шпиковане (набождане)*. Месото се шпикова с тънки ивици или кубчета от сланина, моркови, скилидки чесън, за да се подобрят аромата, вкуса и външния му вид. Шпиковането със сланина придава сочност на месото и не позволява то да съхне при печенето. Набождането се извършва с помощта на загладена пръчица или шило по дължината на мускулините влакна.

4. *Бордиране*. Бедните на мазнини меса (птици), за да станат по-сочни, по-ароматни и по-вкусни, преди печене или задушаване се увиват в тънки филийки от сланина.

5. *Сухо мариноване*. Нарязаното на малки парчета месо се поръсва със сол, счукан черен пипер и малко оцет или лимонов сок. При някои ястия се прибавят ситно нарязани кромид лук, магданоз и джоджен, мазнина и др. Така приготвеното месо се слага в стъклен или емайлиран съд и се оставя на хладно място за няколко часа.

6. *Мокро мариноване*. Прилага се при по-големи парчета месо, особено от дивеч. В разтвор от равни части оцет и вода се прибавят сол, малко захар, черен пипер, бахар и нарязани кубчета ароматни корени. Сместа се вари кратко време, след което се оставя да изстине и се прецежда. В нея се поставят парчетата месо, като над тях винаги трябва да има течност. Така те престояват от няколко часа до няколко дни.

За мокро мариноване на месо може да се използва вино, за овнешко месо специално – мътеница.

ЖИВОТИНСКИ ВЪТРЕШНОСТИ (КАРАНТИЯ)

За да не се развалят бързо, животинските вътрешности се нареждат в тавичка на един пласт. Те се почистват от ципите, съсирената кръв, страничните замърсявания и се измиват много добре в обилно количество вода.

Стомасите, червата, шердените се измиват внимателно, попарват се с вряла вода и отново се измиват със студена вода до пълното изчезване на специфичната им миризма.

Бъреците се разцепват на две, изплакват се, поставят се в гореща вода да заврят и отново се имиват в обилно количество вода до отстраняване на специфичната им миризма.

Мозъкът се оставя да кисне 1/2 час в чиста студена вода, към която се прибавя малко оцет, а след това се почиства от ципата.

Веднага след тази предварителна обработка вътрешностите се подлагат на топлинна обработка.

РИБА

Измиване и размразяване. Рибата се измива в обилно количество студена вода, за да се отстранят слузта и замърсяванията. След това тя се почиства, отново се измива и се нарязва на парчета, от които се оформят порциите за готвене.

Риби с тегло до 5 кг се размразяват, като се заливат със студена вода, в която се прибавя 3% сол, за да се запазят ценните им съставки.

Обезсоляване. Рибата се оставя в съд под течаща вода или в съд с вода, която често се сменя. Добре е при изкисването във водата (по 2 л на 1 кг риба) да се прибави малко оцет.

Почистване и нарязване. Ако рибата има люспи, те се почистват с нож като остъргването започва откъм опашката. Перките и опашката се изрязват, а хрилете се отстраняват. След това коремната част се разрязва по дължина и се отстраняват вътрешностите, като се внимава да не се разкъса жлъчката. Млечницата и хайверът се отделят, а останалите вътрешности се изхвърлят.

Рибата се нарязва съобразно с приготвяното ястие и се измива под течаща вода. Когато се налага да се отстрани кожата, рибата се потопява за няколко минути в гореща вода.

ПТИЦИ

Нарязване. Птицата се поставя върху масата с гърба надолу. Изрязват се бутчетата и от грудната кост се одира кожата. От ребрата се отделят внимателно филетата – голямото (външното) и малкото (вътрешното), като малкото филе се почиства от сухожилията.

По-малките птици след отстраняването на главата, крилете и краката се разрязват на две половини по гръбначните прешлени и гръдната кост, а след това – на четвъртинки. По-големите птици се разрязват на 8 части.

При първичната обработка на птиците се получават хранителни отпадъци – сърце, воденичка, дроб, гребен, мазнини, крака, криле, и нехранителни отпадъци – гуша, черва и др. При обработването на хранителните отпадъци се внимава да не се повреди жлъчния мехур, когато се отделя от черния дроб.

Топлинна (вторична) обработка на хранителните продукти:

ВАРЕНЕ

Извършва се чрез нагриване на хранителните продукти в течност (вода, мляко, бульон, на водна пара и пр.), при което топлината се предава върху тях равномерно. При обикновено атмосферно налягане варенето първоначално протича при температура 100°C, а ако в течността е прибавена сол, при температура до 107°C. След това то продължава при температура 90°C, когато е необходим по-умерен процес, или рпи 80°C, когато продуктът трябва да се вари бавно, по-продължително време.

От голямо значение при варенето е дали съдът ще бъде отхлупен или захлупен. Ако трябва да се запазят количеството на течността и витаминното съдържание на продуктите, съдът се захлупва с капак. Без капак се варят ястия, които трябва да се сгъстят, като сосове, каши и пр.

Варене в кипяща вода. Чрез поставяне на продуктите в кипяща вода не се позволява при варенето да се извличат от тях хранителните съставки, тъй като на повърхността им се образува коричка от коагулирани белтъчини. При този начин на топлинна обработка се получава слаб бульон, но сварения продукт е със запазени в голямо количество екстрактивни вещества. Запазването на екстрактивните вещества се засилва, когато във водата се постави сол.

Поставянето на хранителните продукти в кипяща вода за кратко време се нарича бланширане – попарване. Плодове, предназначени за сушене, се бланшират в продължение на 3 минути, с което се разрушават намиращите се в тях вредители и се спира развитието на ферментите, които впоследствие разрушават витамините. Бланширането на спанак и други зеленчуци обаче води до загуба на витамини и минерални соли.

Варене в студена вода. Ако продуктите, предназначени за варене, се поставят в студена вода, водата, прониквайки в порите им, разтваря и извлича екстрактивните вещества, минералните соли и витамините. В резултат на това се получава силен бульон но беден на екстрактивни вещества сварен продукт.

Варенето на силен огън ускорява сваряването на продуктите, но е неправилно, защото е съпроводено с отделяне на повече пара, изкипяване на течностите и загуба на ценни ароматни вещества. Правилно е след кипването на течността варенето да продължи на по-слаб огън.

Варене на водна баня. Продуктите се слагат в съд, който се поставя в друг съд с вода. Топлинната обработка притича, без да заври течността, тъй като температурата на водата е 80-90°C. Този начин на варене се използва широко в диетичната кухня, защото продуктите не се прегряват, на повърхността им не се образува корица и те стават по-лесно смилаеми.

Варене на пара. Този начин на топлинна обработка се извършва в специални съдове с решетка в средата. Под решетката се налива водата, а върху решетката се поставят продуктите. Съдът се похлупва и се оставя на тих огън. Така варенето протича в атмосфера, наситена с водна пара, поради което от продуктите се извличат по-малко вещества, отколкото при варенето във вода, и те стават вкусни и сочни. Варенето на пара намира широко приложение в диетичната кухня.

Варене при повишено налягане – автоклавиране. Топлинната обработка се осъществява при 120-130°C и при повишено налягане в херметически затворени съдове, поради което хранителните продукти се сваряват бързо и запазват витаминозното си съдържание.

ЗАДУШАВАНЕ

При задушаване продуктите се обработват на тих огън в плътно затворен съд с добавка на мазнина и малко количество течност (вода, бульон, мляко). Отделящата се от течността пара полепва по капака на съда, който е по-студен, и образува капки, които падат върху продукта. Така той става мек и сочен, с много добри вкусови и ароматни качества.

Задушават се обикновено по-твърди меса, зеленчуци и плодове. Продължителността на задушаването се определя от вида на продукта.

Различават се следните начини на задушаване:

1. *С предварително запържване на продукта.* Прилага се при задушаване на по-големи късове месо. При запържването на повърхността на продукта се образува позвокафява коричка с приятен вкус и аромат,

дължащи се на новообразуваните ароматни съединения, получени от разпадането на белтъчините до аминокиселини, а така също на карамелизирането на въглехидратите.

В мазнината, в която е запържен продуктът, се задушават до омекване лук и корени за супа. След това се прбавят течност (бульон или вода), която да достига до половината на обработвания продукт, подправки – бахр, черен пипер и дафинов лист, малко вино и гъби. Съдът се захлупва плътно с капак (понякога капакът се замазва с тесто) и се оставя на тих огън. Така продуктът се задушава в продължение на 2–3 часа, като от време на време се обръща, или, ако капакът е замазан с тесто, съдът се разклаща.

Когато се цели получаването на продукт с максимално овкусяване, задушаването се извършва с добавка на съвсем малко течност. Ако трябва да се получи по-вкусен сос, продуктът се задушава в повече течност.

След пълното омекване на месото към соса се прибавя малко брашно, рамото в студена вода. По-добре е брашното да бъде леко препечено.

След предварително запържване се задушават предимно месо от стари животни, птици и дивеч.

2. *Без предварително запържване на продукта.* Продуктите, поставени в съд, който се затваря добре, се задушават на слаб огън, като към тях се прибавят мазнина и малко количество вода.

Този начин на задушаване е подходящ за зеленчуци, които са победни на целулоза (карфиол, пресен млад зелен фасул, моркови, тиква) и за меса с по-малко съединителна тъкан, например пилешко месо.

Прилага се в диетичната кухня.

3. *Задушаване на продуктите в собствен сос.* По този начин се задушават богати на вода зеленчуци (спанак, лапад, киселец), а така също и морковите, като към тях се прибавя малко количество мазнина. При такава обработка се извличат най-добре каротинът, тъй като е мастно-разтворим и етеричните масла.

Прилага се в диетичната кухня.

4. *Задушаване на продуктите след начукване.* По този начин се задушават по-стари меса. Чрез начукването се нарушава целостта на съединителната тъкан и мускулатурата става по-крехка.

ПЪРЖЕНЕ

По този начин на топлинна обработка продуктът се нагрява от повишената температура на мазнината (130-180°C), в която е поставен. В резултат на това повърхностната му влага бързо се изпарява и се образува суха коричка с приятен вкус и аромат. Ако температурата на нагряването на мазнината е по-висока от посочените граници, коричката прегаря, вследствие на което се образуват химични съединения с горчив вкус и неприятен аромат.

За пържене се използват растителни мазнини, свинска мас и говежда лой – самостоятелно или в комбинация по равни части. Млечното масло не е подходящо за пържене, тъй като има ниска точка на топене (50-60°C) и съдържа повече вода. С прибавянето обаче на прясно млечно масло върху изпържения продукт той придобива много хубав аромат и вкус.

Основните начини на пържене се следните:

1. *В малко количество мазнина* – от 5 до 10% спрямо теглото на продукта. Мазнината, поставена на дъното на съда, се нагрява до 140-160°C и в нея продуктът се пържи последователно от двете страни, докато на повърхността му се образува златиста коричка, която не позволява да изтичат соковете от вътрешността му.

2. *В маслена баня „фритюра“*. Продуктът се пържи изцяло потопен в мазнина, която по количество е 4 пъти повече от теглото му и е загрята до 160-180°C. Така се образува коричка по цялата му повърхност. Ако мазнината е в по-малко количество, при поставянето на продукта тя се охлажда, продуктът пада ниско, напоява се обилно с мазнина, загаря и става невкусен и мъчно смилаем. Ако мазнината е в много голямо количество (над средата на съда), тя се пени и облива съда отвън.

През време на пърженето в мазнината се примесват различни вещества, които, ако не бъдат отстранени, прегарят и развалят вкуса на изпържения продукт.

Повторно използване на мазнината не се препоръчва, защото в нея са се образували акролеини и други вредни за храносмилателната система вещества.

За пържене в маслена баня се употребяват дълбоки стоманени или чугунени некалайдисани съдове. трябва да се има предвид, че от високата температура калят се ратопява и се окислява.

Появата на синкав дим при пърженето показва, че мазнината е нагрята над 180°C и са се появили вредни вещества.

Тлъсти меса, бекон и сланина се пържат в собствената им мазнина, пържоли – в малко количество мазнина, а картофи, зеленчуци и риба – в голямо количество мазнина.

В диетичната кухня пържене не се прилага.

Животинските и растителните мазнини, с които се приготвят запържките, подобряват вкуса на храната, осигуряват енергия и витамини на човешкия организъм. Растителните мазнини съдържат някои мастни киселини, имащи отришнение към холестериновата обмяна и предпазващи от ранното настъпване на атеросклеротични промени в кръвоносните съдове. Животинските мазнини съдържат жизнено необходимите мастноразтворими витамини (А, D, Е, К). По тази причина употребата на едните и на другите мазнини е наложителна, а пълната замяна на растителните с животинските мазнини и обратно е нецелесъобразна и дори вредна в някои отношения. При запържването обаче мазнините губят част от качествата си и търпят промени, вличащи отрицателно върху организма на човека.

Вярно е, че запържките придават на ястията специфичен аромат и пикантен вкус. При запържването с прибавянето на зеленчуци и подправки (лук, домати, пиперки, червен пипер и др.) към мазнините се получават ароматни вещества, които дразнят секретозния апарат на храносмилателната система и причиняват отделянето на по-качествени и в по-големи количества стомашен, чревен, жлъчен и панкреатичен сок. Етеричните масла, съдържащи се в употребяваните при запържката зеленчуци и подправки, повишават активността на храносмилателните сокове. В резултат на това апетитът се подобрява, храносмилането става по-резултатно, а усвояемостта на приетите храни – по-пълна.

Честото „пришпорване“ обаче на стомашната, панкреатичната и жлъчната секреция довежда до по-бързото изтошаване на секреторния апарат, а от повишената киселинност на стомашния сок се дразни лигавицата на стомаха. всичко това води до появяване на киселини, оригвания, болки и тежест в стомаха след нахранване.

Когато запържката се извършва на „сухо“ – без прибавяне на вода, доматиен сок, бульон и др. – се образува типичната чернодробна отрова акролеин. Количеството на акролеина се увеличава, когато процесът на пърженето е по-продължителен или използваната мазнина не се сменя, а към нея се солива нова. Ако към мазнината по време на пърженето се добавя течност (вода, бульон, доматиен сок и пр.) количеството на

образування акролеин е минимално. При „сухото“ пържене могат да се образуват и междинни продукти от разграждането, особено при използването на растителна мазнина, които при системна употреба дразнят лигавиците на храносмилателната система, ускоряват канцерогенезата (ракообразуването) и причиняват понякога фатални последици. Запържването влошава поносимостта и усвоимостта на мазнините, особено при заболявания на стомаха, черния дроб, жлъчните пътища и задстомашната жлеза.

Най-важното условие, за да се избягнат някои от вредните влияния на запържката, е не да се приготвя „твърда запържка“ с много мазнина, лук, брашно и червен пипер, а „мека“, задушена запържка, обогатена с доматиено пюре, домати, моркови, целина и корени от магданоз.

Обогатената мека задушена запържка се приготвя, като в мазнината, загрята до 115-130°C, т.е. докато пусне мехурчета, най-напред се слага ситно нарязаният кромид лук, който изпускайки соковете си, не се пържи, а се задушава до златисто оцветяване. След това се прибавят последователно и се задушават ситно нарязаните домати (или доматиено пюре) и ароматни корени – целина моркови, магданозови корени. Когато се изпари съдържащата се в тях вода, се прибавя червеният пипер, а веднага след разбъркването му се добавя топла вода (или бульон). Накрая към запържката се прибавя леко препеченото до златист цвят брашно, размито с малко студена вода. В процеса на задушаването в мазнината се извличат багрилните и ароматните вещества, съдържащи се в съставките на запържката, които придават на ястията приятен вид, аромат и вкус.

ПАНИРАНЕ

Панирането е топлинна обработка, при която се запазват на само вкусовите и ароматните качества на продуктите, но и съдържащите се в тях сокове. Това се постига чрез образуване на корица по повърхността им.

Най-често се прилагат следните начини на паниране:

1. *Обикновено паниране.* Поръсеният със сол и черен пипер продукт се овалва в брашно или галета, а след това се потапя в разбито яйце и се пържи. По този начин се панират рибни филета без кожа и кости, кюфтета от месо и вегетариански кюфтета.

2. *Паниране чрез потапяне в брашно, яйца и галета.* Този начин се

прилага при пържене на „виенски шницел“ и „шницел по милански“. При приготвянето на „шницел по милански“ с галетата се добавя настърган кашкавал, а при приготвянето на „виенски шницел“ от двете му страни се правят диагонални нарязи с тъпата част на ножа.

За да не пада галетата, шницелът след последното му потапяне в нея се натиска леко.

3. *Двойно паниране*. Продуктът, който ще се пържи, се овалва последователно в брашно, в разбити яйца и в галета, а непосредствено преди пърженето – отново в разбити яйца.

4. *Паниране в масло и хлебни трохи*. Така се панират риби, предназначени за печене на скара. Рибните филета се подсушават в кърпа, поръсват се със сол и ситно смлян черен пипер, потапят се в полуразтопено масло и се овалват в хлебни трохи, а преди печенето се притискат леко с дланите на ръцете.

ПЕЧЕНЕ

При печенето продуктът се нагрява в атмосфера на топъл въздух или лъчиста топлина. Под действието на тези фактори влагата по повърхността му бързо се изпарява, белтъчините коагулират и запазват соковете, нишестето декстринира, а въглехидратите карамелизират. Образува се златиста или кафявочервена корица с приятен вкус и аромат, а продуктът става по-лесно смилаем.

Най-разпространените начини на печене са следните:

1. *Печене в пещ (на фурна)*. Продуктът се пече в открит съд с малко мазнина. До образуването на златиста корица темпеартурата в пещта трябва да бъде 250-270°C, а след това 150-160°C. При по-висока температура се образува твърда корица, а при по-ниска температура се удължава времето на печенето и продуктът се изсъшава и става твърд, понеже корицата се образува късно и влагата бързо се изпарява.

Преди печенето продуктът трябва да се намаже с мазнина, за да се предпази от прекомерно изсушаване през време на печенето. В съда се налива малко топла вода (бульон), за да се омекотява образуващата се корица и да не се допусне прегаряне.

Тлъстите продукти се пекаат без добавка на мазнина.

При обръщането на продукта през време на печенето той не трябва да се бодне с вилица, защото изтичат ценни сокове.

Вратата на пещта не трябва да се отваря често, особено при печене

на тестени изделия, тъй като влиза студен въздух и правилния процес на топлинната обработка се прекъсва.

Цяло агне се пече, като се намазва с мазнина и се увива в лист от обикновено тесто, а цяло прасенце се пече увито в зелени листа.

За печене се използват глинени, стоманени, огнеупорни, стъклени и емайлирани съдове.

2. *Печене на скара.* Осъществява се под действието на лъчиста топлина, отделяна от разгорещени въглища или електрически реотан. Скарата отначало се загрява до 180-200°C, изтрива се и се намазва с гореща лой или сланина, за да не загарят продуктите, които ще се пекат. Повърхността на продуктите също се намазва леко с мазнина, за да не прегаря при печенето.

При печенето на скара се образуват летливи вещества, които придават на продукта специфичен вкус и аромат.

Добре изпеченият продукт е сочен, с отпечатъци от пръчките на скарата върху повърхността му.

При работа с електрическа скара температурата се регулира като се намалява или увеличава силата на тока, а при работа с обикновена скара – чрез засипване с пепел или чрез разбъркване на жарта.

На скара се пекат кебапчета, кюфтета, шницели, пържоли, шишчета, риби, карантия и др.

3. *Печене на шиш.* На шиш се пекат малки парчета месо или цели животни. В първия случай месото се маринова по сух начин, а след това се набожда на шиш. Понякога между късовете месо се набождат парченца от сланина или пиперки.

При печенето шишът се върти над огнище с умерено разгоряна жар. Печенето продължава, докато месото получи златист цвят. От време на време печивото се маже с перо, натопено в мазнина.

Когато се пекат на шиш цели животни, те се посоляват предварително отвън и отвътре. Шишът, на който е нанизано животното, се закрепва върху чаталчета, забити в земята от светите страни на огнището.

4. *Печене в огнище.* В огнището горят дърва, докато се получи жар, която се посипва с малко пепел. Печивото (месо, риба) се посолява, поръсва се със счукан черен пипер и ситно нарязан лук и магданоз, увива се в няколко хартии, завързва се, потапя се във вода, поставя се върху жарта и се покрива отгоре с малко пепел и жар. Печенето продължава 1/2 до 1 час.

Под връшник в огнището могат да се пекат баници, пити. Когато силата на жарта намалее, в нея могат да се пекат картофи.

5. *Печене на грил*. Подобно е на печенето на шиш, но се извършва в специални уреди.

Печенето е широко застъпен начин на топлинна обработка в родопската кухня. Много ястия се пекаат на огнище под чирен или връшник или във фурна. На жар се пекаат чевермета или шиш-кебапи. Опеченото по този начин месо запазва най-добре хранителните и вкусовите си качества. В родопската кухня чрез печене се приготвят и редица тестени храни. На „тикла“ (керамична плоча) се пекаат колаци, които след изпичането се мажат обилно с прясно масло и се поръсват със сирене или извара. В огнище се пекаат „клинове“, като се поставят в тава, намазана с малко масло, а отгоре се захлупват с друга тава. По такъв начин те не се пържат а се задушават. След изпичането клинът се намазва обилно с прясно масло от двете страни, за да омекне, и отново се похлупва.

6. *Запичане във фурна*. Такава топлинна обработка се прилага при предварително сварени, задушени или пържени зеленчуци, комбинирани с други продукти, а понякога и със сосове. Подготвеното за запичане ястие се поставя в съд, намазан с масло и се залива със сос, масло или чйца, разредени с прясно мляко или вода. Може да се посипе със смлян сухар, стрито сирене или настърган кашкавал. Запичането се извършва при висока температура и продължава, докато чстието получи червена коричка.

Видове ястия:

СУПИ

Някои приемат, че супите са се появили в епохата на неолита след изобретяването на глинения съд, който е позволил употребяването за приготвянето им животински и растителни продукти да се обработват чрез варене. Поради бедния продуктов набор тогавашната домакиня е добавяла повече вода при приготвянето на супите.

В дълбока древност богатите гърци са яждали предимно месо, а бедния народ се е хранил с млечни и рибни храни и със супи от фасул, грах или житни растения. Такава е била съдбата и на бедните римляни. Голямо удоволствие е било за бедняка да потопи коравия си залък в топлата супа. За много хора по света супата и сега е единственото ястие на закуска, обед и вечеря.

Обикновено супата е първото блюдо, което със своя вид и аромат спомага за отделянето на стомашния сок и за повишаването на апетита. Тя е важна съставка на обедното меню. Месната супа, съдържаща животински белтъчини, прави обедна пълноценен, ако второто чстие е постно и с ниска калоричност, а зеленчуковата супа набавя на организма витамини и минерални соли.

При приготвянето на супите трябва да се съобразяваме с вида и цвета на второто ястие. Ако второто ястие е с тъмен цвят, супата трябва да бъде светла. Ако второто ястие е с червен цвят, супата не трябва да бъде от домати. Ако второто ястие е от картофи, моркови или грах, супата не трябва да бъде от същите зеленчуци. Ако второто ястие е приготвено с макарони, юфка, кус-кус и други тестени изделия, не е целесъобразно в супата да се прибавя фиде.

Известно е, че мазнините намаляват стомашната киселинност и засищат. С оглед на това супите не трябва да бъдат приготвяни с много мазнина. Ако супата е тлъста, второто и третото ястие се приемат с нежелание и храносмилането се затруднява.

Супата трябва да се поднася в по-малко количество, но в никакъв случай хората не бива да се лишават от нея.

Супите съдържат ароматни, багрилни и вкусови вещества, които възбуждат апетита и предизвикват отделяне на по-голямо количество храносмилателни сокове. По този начин те подготвят храносмилателната система за поемане на главното, основното ястие. Най-много възбуждащи вещества съдържат супите от месо, риба, гъби, а най-малко – супите от варива и от зеленчуци.

Когато се варят риба, месо, зеленчуци и др., в течността преминават ценни за организма съставки – минерални вещества, някои аминокиселини и белтъчни съставки, които спадат към т. нар. екстрактивни вещества. Така се получава бульон – месен, рибен, гъбен, зеленчуков. В месните бульони има млечна киселина, затова те притежават кисела реакция.

Супата се състои от течна и от твърда част – вложените в нея основни продукти. С нея се консумира много хляб, което води до запълване на стомаха и до чувство на засищане. Супата обаче не бива да бъде единственото ястие, защото е бедна на калории.

При приготвянето на супите трябва да се спазват следните правила:

– Продуктите да се нарязват на ситно и да се поставят във връщата течност последователно в зависимост от необходимото за сваряването им време.

– Картофи и макаронени изделия да се слагат в супата сурови, а целина, моркови, магданозови корени, кисело зеле – след задушаването им.

– След слагането на един вид зеленчук да се изчаква супата да кипне и тогава да се прибавя друг вид зеленчук.

– След кипването на супата варенето да продължава на тих огън.

– Солта да се прибавя към края на варенето, когато се цели по-пълно извличане на екстрактивните вещества, или в началото на варенето, когато се цели по-слабото им извличане.

– Подправките да се слагат 10–15 минути преди свалянето на супата от огъня, тъй като при продължително варене летливите им ароматни вещества могат да изчезнат.

– Да се подбират подходящи подправки. Например на чорба от зрял фасул подхожда джоджен, на чорба от леща – чубрица (които намаляват газообразуването в червата), на агнешка супа – черен пипер, джоджен, лимон, а на супи от риба или птици – парче лимон.

– Застройката, която се прибавя към супите за коригиране на вкуса им или за усиляване на аромата и гъстотата им, трябва да е добре разбита. За да не се пресече, застройката се смесва със супата при леко загревяване.

Супи със застройка.

Те са по-плътни и по-хранителни. След приготвянето им се оцветяват с мазнина, в която са задушени моркови, и се подправят с черен пипер и лимонов сок.

Застройката се прибавя няколко минути след свалянето на супата от огъня. Според продуктите, от които е приготвена, застройката бива:

– от яйца и лимонов сок или разтворена винена киселина;

– от яйца и мляко;

– от яйца и каймак;

– от яйца, брашно и прясно мляко.

Застройката се нарича студена, когато не се кипва със супата, или топла, когато се кипва със супата.

Най-често се употребява варена застройка. Яйцата се разбиват с киселото мляко и към тях се прибавя брашно, докато се получи гладка каша, а след това се налива малко бульон. Сместа се поставя на средно силен огън (60–70°C), като непрекъснато се бърка, сваля се от огъня и при непрекъснато разбъркване се изсипва на тънка струя в супата, за да се избегне пресичането на белтъците. След прибавянето на застройката,

супата се овкусява с лимонов сок, оцет или винена киселина и прясно масло.

Ако се налага да престои, готовата супа се поставя в съд с топла вода, а не направо на печката. Преди поднасянето тя се поръсва с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

Застройката от яйца и мляко обогатява зеленчуковите и безмесните супи с животински белтъчини.

Супи със запръжка.

Имат по-ярък цвят и по-силен вкус, по-плътни са и са по-богати на витамини.

При зеленчуковите супи запръжката се приготвя в началото, разрежда се с вряща вода или бульон и се посолява. Към нея се прибавят зеленчуците по реда на тяхната сваряемост. За овкусяване на супите се прибавят оцет, чесън и листни подправки.

При супите от варива и месо запръжката се прибавя към почти сварената супа.

Различаваме следните видове запръжки:

– Светла зеленчукова запръжка. Приготвя се от корени за супа, лук и мазнина. Употребява се при светли сосове, месо с ориз и др.

– Тъмна зеленчукова запръжка. Към продуктите за светлата запръжка се прибавят доматино пюре, моркови и червен пипер. Използва се при тъмни сосове, гювечи и др.

Зеленчуците, нарязани на кубчета или ивички, се слагат в затоплената мазнина по реда на тяхната сваряемост и се запръжват до светлозлатисто оцветяване при приготвяне на светла запръжка или до тъмнозлатист цвят при приготвяне на тъмна запръжка. Заливат се с малко врящ бульон или вряща вода и се задушават до омекване. След това се прибавят дребно нарязани домати (или доматино пюре, разрежено с малко вода) и се задушават до изпаряване на течността. Готовата запръжка се оцветява с червен пипер, разбърква се и се разрежда с бульон, вряща вода или сос от ястието.

Брашнена запръжка. В загрятата мазнина се слага брашно и при непрекъснато разбъркване се пържи до светлозлатисто оцветяване.

С такава запръжка се приготвят светли сосове, супи и др.

Когато е необходимо да се получи тъмна брашнена запръжка, брашното се пържи до тъмнозлатисто оцветяване.

Смесена (комбинирана) запръжка. Приготвя се от мазнина, зеленчуци и брашно. Зеленчуците се задушават, докато остане на мазнина.

Тогава се слага брашното и се пържи 3–4 минути. Сместа се разбърква с червен пипер и се разрежда с топла вода или бульон. По-добре е брашното да не се пържи, а да се пепече предварително до златисто оцветяване.

Супи със запръжка и застройка.

Те биват:

Безмесни. Приготвя се запръжка от мазнина, лук и корени за супа, която се разрежда с отвара, бульон или вода, оставя се да заври и се посява. Към нея последователно се прибавят продуктите в зависимост от тяхната сваряемост. Готовата супа се сваля от огъня и се застроява по описания вече начин.

Така се приготвят супи от гъби и от други зеленчуци.

Месни, рибни. Месото се нарязва на дребни парченца, залива се със студена вода и се слага на огъня да ври до полусваряване. Прибавя се лека запръжка, приготвена от мазнина, ситно нарязан лук и корени за супа (при супите с риба се слага и брашно), а след това – зеленчуците, нарязани на кубчета. Готовата супа се застроява по описания вече начин.

Така се приготвят супи от месо и картофи, от месо и спанак, от риба и пр.

Тези супи се овкусяват с черен пипер, лимонов сок или винена киселина и листни подправки.

При приготвянето на курбан-чорба почистеният, измит и нарязан на дребно зеленчук се вари заедно с месото, нарязано на дребни парченца. В мазнината се прибавят последователно и се задушават ситно нарязан стар лук и част от домати, докато останат на мазнина. Тогава се прибавя брашно. Запръжката се разрежда с бульон от варенето на месото и зелнчука и се изсипва при тях. Когато месото е почти сварено, се прибавят предварително попарения дроб, нарязан на дребни кубчета, ориз, останалите червени домати и дребно нарязани лютивипиперки. В готовата чорба след свалянето ѝ от огъня се изсипват на тънка струйка разбити с оцет яйца и се прибавят дребно нарязани магданоз и джоджен.

Важно място в храненето на нашия народ заемат супата с топчета и шкембе-чорбата. Приети сутрин, те са били източник на енергия, особено за хора с по-голяма физическа активност. Същото се отнася и за т. нар. курбан-чорба, приготвянето на която е свързано с религиозни традиции. Тя е богата на екстрактивни вещества и е с висока калоричност. Традиционни са също чорбата от зрял фасул, чорбата от леща, понеже

доставят на човешкия организъм ценни растителни белтъчини, минерални соли и витамини.

Има ли разлика между супата и чорбата?

Между националните ни чорби и супите на западните кухни освен в традиционно наложилите се имена има и различия в технологията на приготвянето им, в топлинната обработка, в състава и в съчетанието на продуктите.

Докато при супите в повечето случаи топлинната обработка се извършва за всеки продукт поотделно, при чорбите тя се прави общо – месото се вари с другите продукти и със запръжката, зеленчуците, доматеното пюре, брашното и червения пипер се задушават заедно.

Чорбите се варят на по-тих огън, като се предпочита т. нар. къкрена, а супите могат да се приготвят и при по-висока температура.

В повечето случаи застройката на супите се приготвя само с яйце, за да не се „замъгли“ ароматът ѝ от млякото и брашното, докато чорбите са със запръжка.

При приготвянето на чорбите се употребяват предимно животински мазнини, а при супите – млечни или растителни мазнини.

Супите се поднасят горещи, докато чорбите в някои случаи могат да се консумират студени (доматена чорба, чорба от зелен сок и др.)

В супите като пълнител участват тестени изделия (фиде, юфка), а зеленчуците са отстранени чрез прецеждане или са пасирани. При чорбите пълнежът е парченца месо, шкембе, черва, зеленчуци, ориз и др.

Характерна особеност на родопската кухня е, че не се готвят много супи. Това определя неговия им разнообразие. По-голямата част от тях са без запръжка и без застройка. Маслото се прибавя направо във връщата течност. Друга особеност е, че запръжката, приготвена само от масло и червен пипер, се прибавя към супата преди свалянето ѝ от огъня. Така мазнината не се подлага на продължителна топлинна обработка. Зеленчуците обикновено се поставят във връща вода. Така се запазват хранителната и вкусовата им стойност.

КАШИ

Кашите са широко застъпени в българската национална кухня поради бързото им приготвяне и ограничения набор на продукти – мазнина, брашно, зеленчуци, месо, мляко, сирене, гъби, подправки и др. При тях

обаче основния продукт е брашното. Тъй като брашното е богато на въглехидрати, то се съчетава с богати на белтъчини продукти (месо, мляко, сирене) и на ароматни и вкусови вещества, минерални соли и витамини и зеленчуци.

Брашното се запързва в мазнината до златисто оцветяване и постепенно се разрежда при непрекъснато разбъркване с течност – отвара от зеленчуци или гъби (при кашите със зеленчуци или гъби), бульон (при кашите с птиче или друг вид месо), мляко (при млечните каши). След кипването на разредената брашнена запържка се прибавят допълнителните продукти – сварените в подсолена вода и ситно нарязани зеленчуци, гъби или месо, и подправките – чеснов лук, оцет или лимонов сок.

Важно условие за добрите хранителни и вкусови качества на кашите е брашното при запържването му да не прегори, а разреждането му с течност да става постепенно и при непрекъснато разбъркване.

Характерно за родопската кухня е приготвянето на каши от два вида брашно – ечемично и царевично, пшенично и царевично, ръжено и царевично. От овесеното брашно са били приготвяни овесени каши, за които се е считало, че допринасят за растежа на децата.

СОСОВЕ

Сосовите разнообразяват вкуса и асортимента на ястията, подобряват външния им вид, обогават състава им, подпомагат усвояването им. Те са богати на ароматни вещества и засилват отделянето на стомашно чревни сокове, с което подобряват апетита и храносмилането. Добре приготвения сос може да коригира евентуално допуснати грешки при приготвянето на основното ястие, но лошо приготвеният сос влошава вкуса и на добре приготвеното основно ястие. В зависимост от начина на приготвянето им сосовете биват студени и топли, а в зависимост от продуктите, вложени при приготвянето им, се делят на сосове с бульонна основа, с млечна и сметанова основа, с маслена основа, с кисела основа и сладки сосове.

Сосовете трябва да имат еднаква температура с ястието, към което се прибавят. Поднасят се по няколко начина: чрез заливане на ястието, отделно в съд и като плънка.

Основен бял сос. Мазнината се загрява и в нея се задушават ситно нарязан лук, докато придобие леко златист цвят. След това при непрекъснато разбъркване с лъжица се налива горещ бульон или гореща вода,

докато се получи гладка кашлица. Сосът се вари на по-слаб огън 20–25 минути, като се разбърква, за да не загори и да не се получат т. нар. „грахулки“. През време на варенето образуващата се на повърхността на соса пяна се отстранява. След свалянето му от огъня сосът се прецежда и се овкусява.

Готовият сос се използва за заливане на меса, риби, варени зеленчуци и др.

ПЪЛНЕНИ ЗЕЛЕНЧУЦИ

Пълнят се пиперки, тиквички, домати, зелки, патладжани и други зеленчуци – пресни, сушени или консервирани, с безмесна плънка, с месо, със сирене и яйца и пр. Зеленчуците се подбират да бъдат приблизително с еднаква големина и правилна форма.

Пресните пиперки се почистват от дръжките и семената и се срязват леко откъм върха (за да влиза сок при топлинната обработка).

Сушените пиперки се попарват с вряща вода, като държат 5–10 минути в похлупен съд, за да омекнат, след което се измиват, отцеждат се и се почистват от дръжките и семанта.

Тиквичките се остъргват и се разрязват напречно на 2–3 парчета, които се издълбават с чаена лъжичка.

Доматите, след като се измият и се отреже капаче откъм дръжката, се издълбават с лъжичка и се посоляват отвътре.

Патладжаните се измиват, след което се отрязва дръжката им, а после – капаче откъм страната на отрязаната дръжка, издълбават се с лъжичка и леко се посоляват отвътре. Могат да се обелят на ивици по дължина и да се оставят няколко часа, за да се отдели горчивия сок.

Безмесни плънки.

Безмесни плънки се приготвят, както следва.

– *С ориз.* В сгорещено растително масло се задушава ситно нарязан кромид лук, а след това се прибавят целина и моркови, нарязани на кубчета, домати пюре или домати, нарязани на ситно. Когато задушените зеленчуци останат на мазнина, се прибавя изчистен и измит ориз. Сместа се разбърква добре, залива се с топла вода (в съотношение 1:1 спрямо ориза) и се вари до полунабъбването на ориза, посолява се и се подправя на вкус със счукан черен пипер и ситно нарязан магданоз.

– *Със зеленчуци.* Лук, моркови, целина и др., както и гъби се нарязват на кубчета или ивички и се задушават в сгорещена мазнина.

Прибавят се последователно малко грах, картофи, нарязани на кубчета, и домати, нарязани на ситно. Когато омекнат зеленчуците, се слагат подправките.

– *Със зрял фасул.* В сгорещено растително масло се задушава до омекване ситно нарязан кромид лук, а след това се прибавят доматино пюре, ситно нарязан джоджен и счукан черен пипер. Сместа се размесва с предварително сварен зрял фасул. В някои райони на страната към плънката се добавя ориз, сварен с отварата на фасула.

Техника на пълнене.

Плънката се поставя с лъжичка в издълбания зеленчук, без да се притиска, за да остане рохка. Ако зеленчуците нямат капаче, отворът се покрива с кръгче от доमत и се поръсва с брашно.

Месни плънки.

Приготвят се по два начина:

– *Без задушаване на продуктите.* Към смляното месо се прибавят сол, ориз, ситно нарязан лук, обелени и ситно нарязани домати, счукан черен пипер, ситно нарязан магданоз. Сместа се разбърква и се разпределя в подготвените зеленчуци.

– *Със задушаване на продуктите.* В сгорещена мазнина се слагат последователно и се задушават лук и смляно месо. Към тях се добавят и също се задушават предварително обелени и нарязани на ситно червени домати. Накрая се прибавя оризът. Сместа се посолява, залива се с топла вода, за да набъбне оризът, и се подправя със ситно нарязан магданоз и счукан черен пипер.

Плънката може да се приготви, като най-напред в мазнината се задушат зеленчуците, а смляното месо и подправките се прибавят след набъбването на ориза.

САРМИ

Сарми се приготвят както с месна, така и с безмесна плънка като се увиват в листа от прясно или кисело зеле, в пресни или консервирани лозови листа, в листа от лапад, лобода, цвекло, маруля и др.

Подготовката на листата е следната:

– *Листа от прясно зеле.* Почистената и измита зелка (без кочана) се вари в подсолена и подкиселена вода до омекване след което листата

се отделят и се начукват с дървено чукче.

– *Листа от кисело зеле.* След отстраняването на кочана листата се отделят, почистват се от дебелите части и се начукват леко с дървено чукче.

– *Пресни лозови листа.* Почистените от дръжките листа се попарват, като се държат 1 минута във вряща подсолена вода.

– *Консервирани лозови листа.* За да се обезсолят и по-лесно да се отделят, листата се заливат с хладка вода.

– *Листа от лапад, лобода, цвекло, маруля.* Почистиават се от дебелите части и се заливат с вряла подсолена вода.

Техника на увиване.

В основата на поставения върху дланта лист (с лицевата страна към нея) се слага с лъжичка плънката, след което листът, загънат от двете страни, се навива на руло.

МУСАКИ

Мусаките, станали традиционно ястие на трапезата ни, са влезли в националната ни кухня под влияние на арабската и турската национална кухня.

Различаваме месни и безмесни мусаки.

Безмесните мусаки се приготвят от картофи, тиквички, зелен фасул, патладжани и други зеленчуци. Основният продукт се задушават с добавка на малко вода, след което се подрежда на пластове в тавичка, като помежду им се поставя задушен ориз. Така приготвената мусака се залива със зеленчукова отвара или топла вода, поръсва се мазнина и се пече във фурна. Към края на печенето можа да се полее със заливка от разбити яйца и мляко, след което трябва да се запече до зачервяване.

Месни мусаки се приготвят от смляно месо, картофи, тиквички, зеле, карфиол, тестени изделия и др. Зеленчуците, подготвени, както при безмесните мусаки, се нареждат в тавичка на пластове, като помежду им се слага задушеното с кромид лук и подправено със сол и черен пипер смляно месо.

ГЮВЕЧИ

Гювечите са традиционни ястия в нашата старинна национална кухня, заимствани от ориенталската кухня. Наименованието им произлиза от наименованието на съдовете, в които се приготвят – глинени гювечи с форма на пресечен конус или продълговати като тавички. При тези ястия вкусовите, ароматните и багрилните вещества на вложените продукти се извличат чрез печене на фурна.

В зависимост от вложените продукти гювечите могат да бъдат *месни* и *безмесни*. Подходящи за приготвяне на месни гювечи са тлъстите меса на млади животни (телешко, овнешко, свинско) от предната част или врата. Основни съставки на месните и безмесните гювечи са зеленчуци, ориз, мазнина и подправки. Най-вкусни са гювечите, приготвени с месо, като не се добавя друга мазнина.

Гювечите могат да се приготвят по следните начини:

1. *Чрез предварително задушаване на продуктите.* Нарязаното на късове месо се задушава в собствената си мазнина до златисто оцветяване. След изваждането на месото в същата мазнина се задушава ситно нарязан кромид лук. Към него се добавят доматиено пюре (или обелени и нарязани на ситно домати) и червен пипер. После се връща месото, посолява се, залива се с топла вода или бульон и се оставя да ври на слаб огън. Към полуомекналото месо се прибавят последователно зеленчуците, като се започва от тези, които изискват по-продължителна топлинна обработка. Гювечут става по-вкусен, ако зеленчуците предварително се задушат и се прибавят в ястието наведнъж. След прибавянето на доматиите, които се слагат след другите зеленчуци, гювечът се пече на фурна, докато остане само на мазнина. Когато е готов се поръсва със ситно нарязан магданоз.

При приготвяне на гювеч с ориз не се използва червен пипер, но се прибавя счукан черен пипер.

2. *Чрез предварително леко задушаване на месото със ситно нарязан лук и доматиено пюре (домати), едновременно прибавяне на останалите продукти в сурово състояние и печене на ястието във фурна.* За приготвяне на безмесни (постни) гювечи по-подходящи са растителните мазнини и прясното млечно масло. Тези гювечи се поднасят топли или студени.

В миналото гювечите са били консумирани направо от пръстения

съд, който поддържа ястието топло дълго време. Напоследък вместо в пръстени съдове говечите се приготвят в метални съдове (тави).

ЯХНИИ

Характерни белези на яхниите са червеният им цвят и по-голямото количество сос, получен чрез задушаване на лук и доматиено пюре (домати) в мазнина с добавка на брашно и червен пипер, а понякога и корени на целина и магданоз. Основната топлинна обработка на вложените продукти е варенето на слаб огън в захлупен съд с неголямо количество вода. При преждевременно съгъстяване на соса може да се добавя по малко топла вода.

Характерна подправка за повечето яхнии е магданозът, за яхниите със зрял фасул – джодженът, за яхниите с леща – чубрицата, за яхниите с тиквички – копърът и др.

В яхнии, основният продукт на които е богат на нишесте, не се прибавя брашно или се прибавя в съвсем малки количества.

Яхниите биват месни и безмесни.

Безмесни яхнии.

Приготвят се, като в затоплена, но не силно сгорещена мазнина се слага ситно нарязан кромид лук и се задушава с добавка на доматиено пюре, червен пипер и малко вода. Към получения сос се прибавят отделно задушени зеленчуци (лукът и зеленчуците могат да се задушат общо). ястието се посолява и се оставя да къкри а слаб огън. Към края на варенето се прибавя брашно, размито в студена вода. Когато се приготвя яхния от варива, те се сваряват до пълно омекване и към тях се прибавя задушения в мазнината кромид лук.

Месни яхнии.

Подходящи за приготвянето им са агнешкото и свинското месо от плешките и гърдите, а така също месото от птици и риба.

Измитото и нарязано на парчета месо се задушава в мазнината заедно със ситно нарязан кромид лук, като се прибавя по малко топла вода. При задушаването на месото допълнително могат да се прибавят нарязани на кубчета ароматни корени (сурови или задушени). След това месото се залива с вода и се вари на слаб огън. Останалите продукти (сурови или задушени) се прибавят, когато месото е полусварено. В края на варенето се прибавят измитите, обелени и нарязани червени домати, а след тях – ситно нарязаната подправка (най-често магданоз).

ПЛАКИИ

Наименованието им произлиза от гръцката дума „плаке“ – тавичка, тъй като се приготвят в тавичка. За приготвянето им се използват тиквички, зелен фасул, картофи, гъби, целина, фасул и по-рядко леща. Вкусна плакия се получава с добавка на месо от риба.

Характерно за технологията на приготвяне на плакиите е, че брашното и мазнината се прибавят в ястието през време на варенето без предварително запържване, което позволява да изпъкне специфичния вкус на основния продукт. Като допълнителен продукт в повечето плакии се добавят моркови и целина.

Главните начини за приготвяне на плакиите са варенето или задушаването на продуктите до омекване, след което ястието може да се прехвърли в тавичка и да се запече на фурна.

Характерни подправки за плакиите се чесън, оцет, лимонов сок, а понякога може да се добави и черен пипер на зърна. При поднасянето се поръсват със ситно нарязан магданоз.

В миналото плакии са били приготвяни най-много през лятото, понеже се консумират хладки, а оцетът, солта и чесънът ги правят подходящи за летните горещини. За приготвянето им са били употребявани глинени съдове.

КАПАМА

Капамата е гозба от най-старите видове, считана като специалитет на българската кухня. Приготвя се само напролет с агнешко месо, пресни зеленчуци (лук, чесън) и масло, като се вари с малко вода в затворен съд на слаб огън (къкрене). Ако месото е тлъсто, допълнително мазнина не се слага, а се използва собствената му мазнина. Така ястието става най-вкусно.

Месото трябва да бъде много добре сварено – едва да се задържа на костите. За да се запазят вкусът и ароматът на вложените продукти, подправки не се слагат. По същите съображения не се прибавят брашно и домати. В някои райони на страната се прибавят ароматни пролетни треви, предварително претрити между дланите на ръцете.

КЕБАПИ

Това са характерни ориентаски ястия, преминали в нашата национална кухня без промени в технологията на приготвянето им.

Според топлинната обработка и разнообразието на вложените продукти кебапите имат различни наименования: горски, винен, хайдушки, тас-кебап, стомна-кебап и пр. Много от тях и сега се приготвят в стомна, гърне или други пръстени съдове, които в миналото са били заравнени в жар. Подходящи меса за приготвянето на кебап са телешко, крехко свинско без кости и агнешко. Телешкото и свинското месо се вземат от плешката и бута, а агнешкото месо – от ребрата и гърдната част.

Месото се нарязва на кубчета и се задушава в мазнина, в която след това се поставят ситно нарязан кромид лук, обелени и ситно нарязани червени домати и брашно. След краткото им задушаване се прибавя червен пипер, налива се малко топла вода и се връща месото. Към чистеето, което се оставя да ври на слаб огън, по-късно се прибавят малко вино и подправките. Накрая се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ЯСТИЯ ОТ ВАРИВА

Изчистените и измити в 2–3 води варива се накисват в студена вода за 5–6 часа или за по-продължително време, ако са от стара реколта. Кисненето ускорява сваряването им и спомага да се запазят зърната им цели. След изхвърлянето на водата, в която са киснали, варивата се заливат с прясна вода в съотношение 1:2,5 и се оставят да врят на слаб огън в добре похлупен съд. Времетраенето на топлинната обработка зависи от вида и сорта на варивото и от „старостта“ на зърното. За лещата то е 1 час, за граха 1и 1/2 часа, за фасула 2–3 часа. Прибавянето на сода за хляб за по-бързото сваряване на варивата е вредно, защото се разрушават витамините от групата В. Солта и доматеното пюре (доматите) забавят процеса на варенето, затова те се прибавят към края. За подобряване на вкуса на ястието през време на варенето се прибавят корени от магданоз, целина, моркови и лук, нарязани на кубчета. От варива се приготвят главно супи, чорби, яхнии, плакии и пюрета.

САЛАТИ

ГРАДИНАРСКА САЛАТА

(Пловдив)

Продукти: пиперки 200 г (2–3 бр.), краставица 150 г (1 бр.), домати 200 г (3 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), оцет 30 мл (3 супени лъжици), кромид лук 200 г (3 глави), настъргано сирене 200 г (1 чаена чаша), магданоз 1/4 връзка, сол на вкус.

Пиперките се почистват от дръжките и семето и се нарязват на тънки ивици. Краставицата се обелва и се нарязва на малки кубчета. Доматите се нарязват на филийки. Смесват се, посоляват се на вкус и се поливат с растителното масло и оцета. Салатата се изсипва в голяма чиния, украсява се с нарязания на колеца лук и се поръсва с настърганото сирене на нарязания магданоз.

ЗЕЛЕНА САЛАТА С КИСЕЛО МЛЯКО

(Пловдивско)

Продукти: марули 3 бр., пресен чеснов лук 4–5 струка (или сух чесън 10 скилидки), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), репички 1 връзка, сол на вкус.

Марулите се измиват и се нарязват на много тънки ивици. Прибавят се чесънът, нарязан на ситно, растителното масло и сол на вкус. Салатата се разбърква, залива се с киселото мляко и се украсява с репичките, нарязани на тънки колелца или оформени като розички.

ЗЕЛЕНА САЛАТА С ЯЙЦА

(Смолян)

Продукти: марули 2–3 бр., пресен кромид лук 100 г (1 връзка), яйца 3 бр., растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), сол и оцет на вкус.

Яйцата се сваряват твърди, охлаждаат се, обелват се и се нарязват на резенчета, които се посоляват.

Марулите и лукът се почистват, измиват се и се нарязват на ситно, след което се посоляват, разбъркват се и се поставят в салатени чинии. Върху тях се нареждат резенчетата от яйцата. Така подредената салата се залива с растителното масло и оцета.

Вместо с яйца салатата може да се украси с маслини – 100 г (10–15 бр.).

КАЛУГЕРСКА САЛАТА

(Св. Гора)

Продукти: пиперки от сорта Сиврия около 450 г (5–7 бр.), готово къпоолу 300 г (около 1 чаена чаша), краставица 100 г (1/2 или 1 бр.), растителна мазнина (зехтин) 30 мл (3 супени лъжици), копър, оцет и сол на вкус.

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семето, посоляват се леко отвътре и се поливат с оцет и зехтин. Краставицата се обелва и се нарязва на малки кубчета, които се размесват със ситно нарязан копър и малко сол. С тази смес се пълнят пиперките. Готовото къпоолу се поставя в средата на чинията за поднасяне, а наоколо се нареждат напълнените пиперки. Салатата се улрасява се кръгчеата от червени домати, полива се с оцет и зехтин и се поднася.

КАРТОФЕНА САЛАТА

(Пловдив)

Продукти: картофи 0,5 кг (5–6 бр.), мляко или вода 60 мл (1 кафена чашка), растително масло 60 мл (1 кафена чашка), сол и оцет на вкус, магданоз 1/2 връзка, репички 1 връзка, зелена салата 1 бр., яйца 2 бр.

Картофите се сваряват и обелват. След като изстинат, се нарязват на кубчета, поливат се с врящото мляко, за да станат по-сочни, разбъркват се и се посоляват. Прибавят се ситно нарязаният магданоз, растителното масло и оцет на вкус. Разбъркват се и се изсипват в средата на по-голяма чиния. Наоколо във вид на венец се подреждат листата от зелената салата, а върху тях – резенчета от твърдо сварените яйца и репичките. Посоляват се и се поръсват с малко оцет и растително масло.

КАРТОФЕНА САЛАТА С КИСЕЛО МЛЯКО

(Пловдив)

Продукти: картофи 0,5 кг (5–6 бр.), растително масло 60 мл (1 кафена чашка), лимон 1/2 бр., кисело мляко 200 гр (1 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, счъкан черен пипер и сол на вкус.

Картофите се сваряват и обелват. Нарязват се на филийки и се нареждат в подходяща чиния. Посоляват се, поръсват се с черен пипер, растителното масло и изстискания от лимона сок и се заливат с киселото мляко, разбито заедно със ситно нарязания магданоз.

КАРТОФЕНА САЛАТА С КРОМИД ЛУК

(Чепеларе)

Продукти: картофи 1 кг (7–8 бр.), кромид лук 100 г (2 глави), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), лимонов сок (оцет), и сол на вкус.

Картофите се сваряват, обелват се и се нарязват на резенчета. Прибавя се лукът, нарязан на тънки ивички, растителното масло, червеният пипер, лимоновия сок и солта. Сместа се разбърква добре и се изсипва в подходяща чиния. Салатата се поднася с кисело мляко.

ЛЮТИКА ОТ СУШЕНИ ПИПЕРКИ С КАРТОФИ

(с. Лепица, Врачанско)

Продукти: картофи 0,5 кг (5–6 бр.), сушени червени пиперки 15–20 бр., перата от 2 глави кромид лук, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), оцет 20 мл (2 супени лъжици), сол на вкус.

Картофите се сваряват, заливат се със студена вода и се обелват, а след това се размачкват с дървена лъжица. Измитите пиперки също се сваряват, след което се обелват, почистват се от семето и се счукват в гаванка. Полученото пюре се посолява и се разбива с оцета и растителното масло. Към него се прибавят ситно нарязаните и леко начуканите пера от лука и картофите. Сместа се разбърква добре, като се посолява на вкус, и се изсипва в подходяща чиния.

ЛЮТИКА ОТ СУШЕНИ ПИПЕРКИ С КРОМИД ЛУК

Продукти: сушени червени пиперки 10 бр., кромид лук 100 г (2 глави), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), оцет и сол на вкус.

Пиперките се варят заедно с обеления лук до омекване, стриват се добре и се разбиват с растителното масло, след което се подправят със сол и оцет на вкус.

ЛЮТИКА ОТ СУШЕНИ ПИПЕРКИ С КРОМИД ЛУК – 2 ВИД

(с. Лепица, Врачанско)

Продукти: сушени червени пиперки 15–20 бр., перата от 4 глави кромид лук, 20 мл (2 супени лъжици) оцет, 40 мл (2 супени лъжици) растително масло, сол на вкус.

Пиперките се измиват и се сваряват, а след то ва се обелват, почистват се от семената, нарязват се и се счукват в гаванка. Отделно се счукват леко измитите и ситно нарязани пера от лука, след което се смесват със счуканите пиперки, като същевременно се прибавят растителното масло и сол на вкус.

ЛЮТИКА ОТ СУШЕНИ ПИПЕРКИ С ПРАЗ ЛУК

(Ст. Димитров)

Продукти: сушени леко лютивви червени пиперки 10 бр., растително масло 30 мл (3 супени лъжици), праз лук 2 стръка, чесън, оцет и сол на вкус.

Пиперките се измиват, сваряват се, обелват се и се почистват от семето, след което се стриват на пюре. Прибавят се ситно нарязаният праз, счуканият чесън и растителното масло. Сместа се подправя на вкус със сол и оцет и се разбърква добре.

ЛЮТИКА С ДОМАТИ

(с. Попица, Врачанско)

Продукти: кромид лук 100 г (2 глави), пиперки 1,5 кг (15 бр.),

червени домати 200 гр (2 бр.), лютив пиперчици 5–6 бр., растително масло 50 мл (5 супени лъжици), оцет 20 мл (2 супени лъжици), сол на вкус, магданоз 1/2 връзка.

Лукът се нарязва, посолява се и се слага в дървена гаванка. Прибавят се пиперките, опечени, обелени и нарязани на ситно и се счукват заедно с лука. Към получената пореобразна смес се прибавят домати, обелени и нарязани на едро, и се чукат, докато се надробят. Накрая се прибавят опечените, обелени и почистени от семето лютив пиперки, нарязани на дребно, ситно нарязаният магданоз, растителното масло и оцетът. Сместа се посолява на вкус и се разбърква добре.

ЛЮТИКА С ДОМАТИ – 2 ВИД

(с Лепица, Врачанско)

Продукти: зелени пиперки от сорта Капия 1,5 кг (15–20 бр.), червени домати 250 гр (4–5 бр.), чеснов лук 4–5 скилидки, сол на вкус.

Изпечените пиперки се обелват, изчистват се от семето, нарязват се, посоляват се и чукват в дървена гаванка, докато станат на поре. Прибавят се обелените (може и опечени) и нарязани домати и също се чукат до раздробяването им. Сместа се овкусява с отделно счуканите скилидки чесън. Може да се прибави и малко растително масло на вкус.

ЛЮТИКА СЪС СИРЕНЕ

(с Лепица, Врачанско)

Продукти: зелени пиперки от сорта Капия 1,5 кг (15–20 бр.), сирене 250 г, прясно мляко 60мл (3 супени лъжици), сол на вкус.

Изпечените пиперки се обелват, почистват се от семето, нарязват се, посоляват се и се счукват на поре в дървена гаванка. Прибавят се натрошеното сирене и млякото. Сместа се разбърква добре с дървена лъжица и се опитва на сол. Ако е необходимо, се добавя още малко сол.

ПЕЧЕН КРОМИД ЛУК СЪС СУШЕНИ ЧЕРВЕНИ ПИПЕРКИ

(Странджанско)

Продукти: кромид лук 200 г (3–4 глави), пиперки 60 г (1–2 бр.), сол 3 г (1/2 чаена лъжичка), растително масло 20 мл (2 супени лъжици), оцет 5 мл (1 чаена лъжичка).

Лукът се пече в жаравя до пълно омекване, обелва се и се нарязва на ситно със сатър върху дървена дъска. Пиперките се ннакисват в топла вода, за да омекнат, след което леко се препичат и се обелват. Месестата им част се нарязва на дребно и се смесва с лука. Прибавят се солта, растителното масло и оцетът, разреден с малко вода. Сместа се разбърква и се изсипва в подходяща чиния.

ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ ПО ВЕЛИНГРАДСКИ

Продукти: пресни зелени пиперки 1,5 кг (15 бр.), натрошено сирене 400 г (2 чаени чаши), сланина 200 г, свинско месо 0,5 кг, сол на вкус.

Откъм дръжката на пиперките се отрязва капаче и се изчиства семето. Месото се нарязва на късчета и се задушавя в собствената мазнина до омекване. Сланината се нарязва на кубчета. В почистените пиперки се слага сирене, сланина, месо, отново сирене, сланина, месо и т. н. Плънката се натъпква плътно и се похлупва с капачето, Напълнените пиперки се пекат нанизани на шишове или на скара. След изпичането им се обелват от люспите и се посоляват на вкус.

ПЪЛНЕНИ ДОМАТИ

(Асеновградско)

Продукти: домати 1 кг (15 бр.), целина 200 г (2–3 средно големи глави), сирене 250 г, растително масло 20 мл (2 супени лъжици), черен пипер, магданоз и сол.

Целината се нарязва на кубчета и се сварява в подсолена вода. На доматиите се отрязва капаче откъм дръжката и се изважда сърцевината. Сварената и отцедена целина се смесва с настърганото сирене, растителното масло, черния пипер, ситно нарязан магданоз и сол, ако е необходимо. Със сместа се пълнят доматиите. Нареджат се в широка чиния и се украсяват с листа от салата, нарязани на ситно.

ПЪСТРА САЛАТА

(Тракия)

Продукти: червено цвекло 250 г (1–2 глави), картофи 200 г (3 бр.), целина 100 г (1 глава), захар 5 г (1 чаена лъжичка), кисели краставички 120 г (2–3 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), оцет 20 мл (2 супени лъжици), черен пипер, сол и магданоз на вкус.

Цвеклото, картофите и целината се сваряват поотделно, след което се нарязват на кубчета и се смесват. Прибавят се ситно нарязаните кисели краставички, захарта, растителното масло и оцетът. Сместа се подправя с черен пипер и сол на вкус, изсипва се в подходяща чиния и се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ПЪСТРА САЛАТА

(Великотърновско)

Продукти: картофи 5–6 бр., червено цвекло 1 глава, ябълки 3 бр., краставица 1 бр., пресен лук 1 връзка, магданоз 1/2 връзка, растително масло 1 супена лъжица, кисело мляко 1 чаена чаша, яйца 2 бр., лимонена киселина и сол на вкус.

Сваряват се поотделно картофите, цвеклото, ябълките и яйцата, след което се нарязват на кубчета в общ съд. Прибавят се ситно нарязаните краставица, лук и магданоз. Посоляват се, поръсват се с растителното масло и разтворената в малко вода киселина, разбъркват се добре и се изсипват в чиния за салата, след което се заливат с разбито кисело мляко.

САЛАТА ОТ БАКЛА СЪС ЗЕХТИН

(Великотърновско)

Продукти: бакла 750 г, червени репички 2 връзки, пресен лук 2 връзки, марули 1 бр., маслини 10 бр., зехтин 4 супени лъжици, червен пипер 1 чаена лъжичка, джоджен, сол и лимонена киселина на вкус.

Баклата се нарязва на половинки и се сварява в подсолена вода, след което се отцежда, залива се със зехтина и разтворената в малко вода лимонена киселина и се смесва със ситно нарязаните маруля, лук и джоджен. Прибавят се изчистените и измити репички. Салатата се

разбърква, изсипва се в голяма чиния и се украсява с маслините.

САЛАТА ОТ ВАРЕНИ МОРКОВИ

(По градинарски)

Продукти: моркови 4–5 бр., зелен лук 2–3 връзки, растително масло 1 супена лъжица, оцет и сол на вкус.

Морковите се нарязват на кубчета и се сваряват до омекване в подсолена вода, след което се отцеждат и се разбъркват с прибавения към тях ситно нарязан лук. Салатата се полива с растителното масло и се подправя на вкус със сол и оцет.

САЛАТА ОТ ГРАХ И КРАСТАВИЧКИ

(Кюстендилско)

Продукти: грах консерва 1/3 буркан, кисели краставички 4–5 бр., растително масло 1 супена лъжица, оцет 1 супена лъжица, яйца 2 бр., сол и магданоз или копър на вкус.

Краставичките се нарязват на кубчета и се смесват с граха. Сместа се опитва на сол и ако е необходимо, се посолява, полива се с растителното масло и оцета, поръсва се със ситно нарязания магданоз или копър и се разбърква.

Салатата се изсипва в широка чиния. Украсява се с кръгчета от твърдо сварените яйца.

САЛАТА ОТ ГЪБИ

(Смолян)

Продукти: пресни гъби 0,5 кг, растително масло 50 мл (5 супени лъжици), кромид лук 1 г (2 глави), сол, оцет и черен пипер на вкус.

Гъбите се почистват, измиват се и се сваряват в подсолена вода, след което се отцеждат и се нарязват. Разделят се в салатени чинии и се поръсват със ситно нарязания лук, растителното масло, черен пипер и оцет на вкус.

САЛАТА ОТ ГЪБИ

(Пловдив)

Продукти: гъби 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), черен пипер 5–6 зърна, дафинов лист 1 бр.;

за маринатата: оцет 60 мл (1 кафена чашка), растително масло 60 мл (1 кафена чашка), чесън 5–6 скилидки, магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Гъбите се измиват добре и се слагат да врат в подсолена вода 10–15 минути заедно с черния пипер и дафиновия лист. Отцеждат се, нарязват се и се слагат в маринатата, приготвена с оцета, растителното масло, счукания чесън, ситно нарязания магданоз и сол на вкус. След 10–15 минути са готови за консумиране.

САЛАТА ОТ ДОМАТИ С ЧЕСЪН

(Троян)

Продукти: домати 600 г, растително масло 40 мл (2 супени лъжици), сирене натрошено 150 г (2/3 чаена чаша), няколко скилидки чесън, оцет 10 мл (1 супена лъжица), вода 20 мл (2 супени лъжици), сол на вкус, магданоз 1/2 връзка.

Подбират се добре узрели твърди домати. Нарязват се на филийки и се нареждат в чиния. Поръсват се със счукания чесън и ситно нарязания магданоз. Посоляват се и се напръскват с растителното масло и оцета, разреден с водата. Върху салатата при поднасянето ѝ се настъргва сиренето.

САЛАТА ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ И БАБЕК

(Пиринския край)

Продукти: зрял сварен фасул 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), лук 60 г (1 глава), бабек 100 г, яйца 2 бр., растително масло и оцет по 50 мл (1/4 чаена чаша), хрян настърган 1 чаена лъжичка, сол и черен пипер на вкус.

Сварения и добре отцеден фасул се смесва с нарязание на тънки ивички лук, ситно нарязания бабек, сварените и нарязани на кубчета яйца, сол и черен пипер на вкус. Полива се с растителното масло и оцета

(или лимоновия сок), разбърква се леко и се поръсва със ситно настърганя хрян.

САЛАТА ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ ПО ШУМЕНСКИ

Продукти: зрял фасул 300 г (около 2 чаени чаши), кромид лук 50 г (1 глава), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), магданоз 1/2 връзка, сол и лимонов сок или оцет на вкус.

Фасулът се почиства и измива, след което се вари до омекване. Отцежда се и се охлажда. Изсипва се в дълбока чиния и се смесва със ситно нарязаните кромид лук и магданоз. Посолява се и се полива с растителното масло и лимоновия сок. Разбърква се и се поднася.

САЛАТА ОТ КАРТОФИ

(Асеновградско)

Продукти: картофи 5–6 бр., кромид лук 2 глави, маслини 10–15 бр., готова майонеза 125 гр (1 пакетче), растително масло, черен пипер, лимонов сок и сол на вкус.

Картофите се сваряват, обелват се и се нарязват на кубчета. Прибавя се едро нарязаният лук, растителното масло, черният пипер, лимоновия сок и солта. Сместа се разбърква, изсипва се в широка чиния и се полива с майонезата.

САЛАТА ОТ КАРТОФИ И СУШЕНИ ЧЕРВЕНИ ПИПЕРКИ

(Пловдивско)

Продукти: картофи 0,5 кг (4–6 бр.), сушени червени пиперки 100 г (6–8 бр.), чесън 4–5 скилидки, растително масло 50 мл (5 супени лъжици), оцет 20 мл (2 супени лъжици), сол на вкус.

Пиперките се измиват добре и се сваряват, след което се обелват и се стриват. Отделно се варят картофите, обелват се и се нарязват на кубчета. Към тях се прибавят стритите пиперки, счукания чесън, растителното масло, оцет и сол на вкус. Сместа се разбърква добре и се изсипва в салатена чиния.

САЛАТА ОТ КИСЕЛО ЗЕЛЕ

(Пловдив)

Продукти: кисело зеле 1 кг, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), зелев сок 100 мл (1/2 чаена чаша)

Зелето се почиства от горните листа и кочана, нарязва се на ситно, разбърква се със зелевия сок (за да е по-сочна салатата) и се поставя в салатени чинии. Салатата се поръсва с червения пипер и се полива с растителното масло.

САЛАТА ОТ КРОМИД ЛУК

(Тракия)

Продукти: кромид лук 250 г (3–4 глави), орехи 5 бр., яйца 2 бр., растително масло 30 мл (3 супени лъжици), оцет 20 мл (2 супени лъжици), магданоз 1/2 връзка.

Лукът се пече във фурната до омекване. След като изстине се почиства от люспите и се нарязва на филийки, които се подреждат в чиния и се поръсват с едро счуканите орехови ядки, твърдо сварените яйца, нарязани на кубчета, и ситно нарязания магданоз. Салатата се полива със смес от растителното масло и оцета.

САЛАТА ОТ ПАРЕН ЧЕСЪН

(Пловдивско)

Продукти: пресен чесън 2 връзки, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), оцет и сол на вкус.

Чесънът се почиства добре, измива се и се нарязва на късчета с дължина 3–4 см. Залива се с вряща вода, за да омекне, и се оставя да изстине. Отцежда се от водата и се полива с оцет до покриване (но не да плува в оцета), след което отново се отцежда, посолява се и се поръсва с растителното масло.

САЛАТА ОТ ПАТЛАДЖАНИ

(Пловдивско)

Продукти: патладжани 0,5 кг (2 бр.), магданоз 1/2 връзка, лютив пиперка 1 бр., чесън 3–4 скилидки, растително масло 40 мл (4 супени лъжици), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Изпичат се добре патладжаните, обелват се, отцеждат се и се счукват с дървено хаванче. Към полученото пюре се прибавят ситно нарязаните магданоз и лютив пиперка, също опечена и обелена, счуканият чесън, растителното масло, киселото мляко и сол на вкус. Сместа се разбърква добре и се изсипва в салатена чиния.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕН КРОМИД ЛУК ПО ГАБРОВСКИ

Продукти: кромид лук 800 г (8–9 глави), орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), ориз 15–20 г (1 супена лъжица), оцет 10 мл (1 супена лъжица), сол 5 г (1 чаена лъжичка), растително масло 20 мл (2 супени лъжици).

Лукът се пече във фурна заедно с обвивките. Когато изстинее, се почиства от люспите и се скълзва. Оризът се задушавя в мазнината и малко вода до омекване, охлажда се и се прибавя към лука заедно със смлените орехови ядки, оцета и солта. Сместа се разбърква добре и се изсипва в салатена чиния.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПАТЛАДЖАНИ И ПИПЕРКИ

(Тракия)

Продукти: патладжани 300 г (2 бр.), зелени пиперки 700 г (7–8 бр.), домати 350 г (4–5 бр.), орехови ядки 50 г (1/2 чаена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), чесън 3–4 скилидки, магданоз 1/2 връзка, сол и оцет на вкус.

Патладжаните и пиперките се опичат на силен огън, обелват се, като поистинат, почистват се и се нарязват на ситно. Прибавят се счуканите заедно с чесъна орехови ядки, част от растителното масло, оцет и сол на вкус. Сместа се разбърква добре и се изсипва в салатена чиния. Отгоре се зарязват измитите домати, поръсват се със ситно нарязания магданоз и се поливат с останалата част от растителното масло.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ

(с. Ново село)

Продукти: месести пиперки 1,5 кг (15 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), сол и оцет на вкус, магданоз 1 връзка.

Пиперките се пекат на жар или гореща плоча. Обелват се и се почистват от семето и дръжките. Нарездат се в салатени чинии, посоляват се, поливат се с растителното масло и оцет на вкус и се поръсват със ситно нарязания магданоз.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ И ДОМАТИ

(Пазарджик)

Продукти: пиперки 1 кг, домати 0,5 кг, кромид лук 50 г (1 глава), магданоз 1/2 връзка, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), сол и оцет.

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семето и дръжките и се нарязват на парчета. Доматите се измиват и се нарязват на резенчета.

В салатени чинии се поставят пиперките, а върху тях се нареждат доматиите. Салатата се поръсва със сол и ситно нарязаните лук и магданоз и се залива с растителното масло и оцета.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ С КИСЕЛО МЛЯКО

(Плевенско)

Продукти: пиперки 2 кг (20 бр.), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, чесън и сол на вкус.

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семето и се разрезват по дължина на две. Подреждат се в чиния ветрилообразно, посоляват се, поръсват се с растителното масло и се поливат с киселото мляко, разбито със счукания чесън и ситно нарязания магданоз.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ С КРОМИД ЛУК

(с. Ново село)

Продукти: пиперки (месести) 1,5 кг (15 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), червен кромид лук 100 г (2 глави), магданоз 1 връзка, сол и оцет на вкус.

Пиперките се пекат на жар или гореща плоча. Обелват се и се почистват от семето и дръжките. Нарездат се в салатени чинии, посоляват се и се поръсват със ситно нарязаните лук и магданоз. Отгоре салатата се полива с растителното масло и оцет на вкус.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ С ОРЕХОВИ ЯДКИ

(Карловско)

Продукти: пиперки 1,5 кг (15 бр.), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), орехови ядки 100 г (1/2 чаена чаша), чесън 5–6 скилидки, магданоз, сол и оцет на вкус

Пиперките се изпичат, обелват се, нареждат се в чиния, посоляват се и се поръсват с растителното масло, магданоз и оцет на вкус. Чесънът се счуква заедно с ореховире ядки. Прибавя се малко вода, докато се получи рядка каша, с която се заливат пиперките.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ С ОРЕХОВИ ЯДКИ

(Казанлъшко)

Продукти: пиперки Сиврия 1 кг (10 бр.), орехови ядки 150 г (1 чаена чаша), чесън 1/2 глава, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), лимонен сок 10 мл (1 супена лъжица), сол 3 г (1/2 чаена лъжичка), червени домати 300 г (5 бр.), магданоз 1 връзка.

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семето и се нарязват на дребно. Посоляват се и се поръсват с част от растителното масло и лимонения сок. Разбъркват се и се оставят да престоят 10 минути. Прибавят се ореховите ядки, счукани заедно с чесъна. Сместа се разбърква, изсипва се в чиния и се поръсва със ситно нарязания магданоз.

Така приготвената салата се гарнира с червените домати, нарязани на филийки, и се полива с останалата част от растителното масло и лимония сок.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ С ОТЦЕДЕНО КИСЕЛО МЛЯКО

(София)

Продукти: кисело мляко 0,5 кг (1 буркан), пиперки 300 г (6–7 бр.), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), сол 5 г (1 чаена лъжичка), орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), 2–3 стръка магданоз.

Киселото мляко се оставя да се отцеди едно денонощие.

Пиперките се опичат, обелват се и се изчистват от семето, след което се нарязват на малки квадратчета и се смесват с отцеденото мляко. Прибавят се растителното масло и ситно нарязаните орехови ядки и магданоз. Сместа се посолява, разбърква се добре и се изсипва в подходяща чиния.

Същата салата може да се приготви с мариновани краставички (2 бр.) вместо с пиперки.

САЛАТА ОТ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ С ЧЕСНОВ ЛУК

(Тракия)

Продукти: пиперки 20 бр., оцет 20 мл (2 супени лъжици), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), няколко скилидки чесън, малко магданоз и сол на вкус.

Пиперките се опичат и обелват, след което се нареждат в чиния, посоляват се, поръсват се със ситно нарязаните магданоз и чесън и се поливат с растителното масло и оцета.

САЛАТА ОТ ПИПЕРКИ С ОРЕХОВИ ЯДКИ

(Средногорието)

Продукти: пиперки 10–12 бр., орехови ядки 250 г, чесън 5–6 скилидки, кисело мляко 1 чаена чаша, растително масло 2 супени лъжици и сол на вкус.

Пиперките, изчистени от семето, се изпичат, посоляват се, нареждат се в широка чиния и се заливат със смес от разбитото кисело мляко, растителното масло и скуканите орехови ядки и чесън.

САЛАТА ОТ ПРАЗ ЛУК

(Кюстендилско)

Продукти: праз лук 2–3 стръка, доматино пюре 2 супени лъжици, маслини 10–15 бр., растително масло 1 супена лъжица, яйца 2 бр., сол и лимонена киселина на вкус.

Празът се нарязва на ситно и се разбърква с прибавените към него доматино пюре, растително масло, разтвор на лимонена киселина и сол на вкус. Салатата се изсипва в подходяща чиния и се украсява с резенчетата от твърдо сварените яйца.

САЛАТА ОТ ПРАЗ ЛУК

(Пловдив)

Продукти: праз лук 200 г (перата от 4 стръка млад лук), червени лютиви пиперки 2 бр., растително масло 10 г (1 супена лъжица), оцет и сол на вкус.

Празът се нарязва на ситно и се посолява. Пиперките се изпичат, нарязват се и се скуцват, след което се прибавят към празата. Добавя се растителното масло и оцет на вкус. Сместа се опитва на сол, разбърква се и се изсипва в салатена чиния.

Така приготвената салата може да се поднесе като гарнитура на кюфтета и др.

САЛАТА ОТ ПРЕСЕН ЛУК И МАСЛИНИ

(Пазарджик)

Продукти: пресен кромид лук (праз) 250 г (1–2 връзки), маслини 150 г (15–20 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), оцет, разреден с малко вода, и сол на вкус.

Лукът се почиства и измива, нарязва се на ситно, посолява се, залива се с растителното масло и оцета и се подрежда в салатени чинии, като се украсява с маслините.

САЛАТА ОТ ПРЕСЕН ЛУК И СОЛЕНА РИБА

(Пазарджик)

Продукти: пресен кромид лук 250 г (1–2 връзки), солена риба (хамсия или аниоа) 150 г, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), оцет, разреден с малко вода.

Лукът се почиства, измива се и се нарязва на ситно. Рибките се почистват от вътрешностите и главите и се измиват. В чиниите за поднасяне се слага лук, а върху него се нареждат рибките и се заливат с растителното масло и оцета.

САЛАТА ОТ ПРЕСНИ КРАСТАВИЦИ

Продукти: пресни краставици 850 г (2–3 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), копър, сол и оцет на вкус.

Краставиците се измиват, обелват се и се нарязват на полукръгове, посоляват се и се разбъркват със ситно нарязания копър, нареждат се в салатени чинии и се поливат с растителното масло и оцета.

САЛАТА ОТ ПРЕСНИ КРАСТАВИЦИ С КИСЕЛО МЛЯКО

(Пловдив)

Продукти: краставици 0,5 кг (2–3 бр.), растително масло 30 мл (3 супени лъжици) оцет 5 мл (1 яена лъжичка), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), малко копър и сол на вкус.

Краставиците се измиват, обелват се и се нарязват с къдрав нож на тънки филийки. Подреждат се в чиния и се поливат с киселото мляко, предварително разбито с растителното масло и дребно нарязания копър.

САЛАТА ОТ ПРЕСНИ СУРОВИ ПИПЕРКИ И ДОМАТИ

(Пазарджик)

Продукти: зелени пиперки 200 г (2–3 бр.), домати 0,5 кг (5–6 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша),

сирене 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, сол и оцет на вкус.

Пиперките се измиват, почистват се дръжките и семето и се нарязват на правоъгълни парченца. Доматите се измиват и се нарязват на резенчета. Посоляват се, разбъркват се и се нареждат в салатени чинии. Поръсват се със ситно нарязаните лук и магданоз и се поливат с растителното масло и оцета. Отгоре се настъргва сиренето.

САЛАТА ОТ ПРЯСНА РИБА

(Созопол)

Продукти: прясна риба 400 г, картофи 250 г, маслини 50 г, маруля 1 бр., яйце 1 бр., растително масло 1 супена лъжица, лимон 1 бр., сол и черен пипер на вкус.

Рибата се сварява в малко вода или на пара в специално тенджерка. Обезкостява се, след като изстине, и се нарязва на малки парчета. Прибавят се сварените и нарязани на кубчета картофи, твърдо свареното яйце, също нарязано на кубчета, и марулята, нарязана на ивици. Сместа се посолява и се поръсва с растителното масло, сока на лимона и черния пипер. Разбърква се добре, изсипва се в чиния за салата и се украсява с маслините.

Може да се полее с готова майонеза или с домашно приготвена майонеза от 1 жълтък, 1 супена лъжица растително масло и няколко капки сок от лимон.

САЛАТА ОТ ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(Пловдив)

Продукти: средно голяма зелка 1 бр. (около 1 кг), растително масло и оцет по 100 мл (по 1/2 чаена чаша), листа от целина (4–5 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), пиперки 300 г (5 бр.), маслини 15 бр., яйца 2 бр., кисели краставички 50–60 г (1 бр.), сол на вкус.

Зелето се нарязва на ситно, претрива се със сол, поръсва се с оцет и растително масло и се раделя на 2 равни части. Към едната част от зелето се прибавят ситно нарязаните листа от целината. Сместа се разбърква и се оформя на купчина в средата на голяма чиния. Околовърст се оформя като венец останалата част от зелето, оцветена с червения пипер, и се нареждат лъчеобразно опечените и обелени пиперки (пиперките

предварително се посоляват на вкус и се поръсват с растителното масло и оцета). Салатата се украсява с маслини, резенчета от твърдо сварените яйца и кръгчета от киселите краставички.

САЛАТА ОТ ПРЯСНО ЗЕЛЕ И МОРКОВИ

(Пазарджик)

Продукти: прясно зеле 600 г (1/2 зелка), моркови 250 г (4–5 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), листа от целина 4–5 бр., оцет и сол на вкус.

Зелето, почистено от твърдите части (кочана), се нарязва на ситно. Прибавят се морковите, настъргани на ситно ренде, и листата от целината, нарязани на ситно. Сместа се претрива със сол на вкус, полива се с растителното масло и оцета, разбърква се добре и се разпределя в салатени чинийки.

САЛАТА ОТ ЕДЪР (СМИЛЯНСКИ) ЗРЯЛ ФАСУЛ

(Смолян)

Продукти: едър (смилянски) бял и шарен фасул 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), кромид лук 150 г (2–3 глави), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), сол, оцет, джоджен и магданоз на вкус.

Фасулът се почиства и измива, а после се накисва за няколко часа в подсолена вода. Отцежда се от солената вода, отново се измива и се вари на слаб огън заедно с 1 ситно нарязана глава лук и част от растителното масло. Към края на варенето се посолява. Прибавя се джодженът. Сварения фасул се отцежда и се поставя в салатени чинии. Поръсва със ситно нарязаните кромид лук и магданоз и се полива с растителното масло и оцета.

САЛАТА ОТ СПАНАЧЕНИ КОРЕНЧЕТА

Продукти: млади спаначени коренчета 1 кг (3 шепи), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), чесън, сол и оцет на вкус.

Корените се измиват много добре и се сваряват до омекване. Отцеждат се и се посоляват. Поливат се с растителното масло и оцет на вкус и се поднасят.

Ако сварените спаначени коренчета се счукат заедно с чесън и се смесят с 200 г (1 чаена чаша) кисело мляко и 5 супени лъжици растително масло, се получава вкусен вегетариански хайвер.

САЛАТА ОТ СТЕБЛАТА НА СПАНАКА

(Чепаларе)

Продукти: стебла от 1 кг спанак, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), чесън 1 глава, оцет и сол на вкус.

Стеблата на спамака след като се почистят и измият много добре, се варят в подсолена вода до омекване. Отцеждат се, охлаждат се и се нареждат в салатена чиния. Върху тях се изсипва смес от ситно счукалия яесън, растителното масло и оцет и сол на вкус.

САЛАТА ОТ СУРОВИ ЗЕЛЕНЧУЦИ

(Средногорieto)

Продукти: пиперки 1 кг (10 бр.), домати 300 г (2–3 бр.) краставица 60 г (1/2 бр.), лук 50 г (1 глава), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), магданоз 1/2 връзка, оцет, черен пипер и сол на вкус.

Суровите пиперки, домати и краставицата, след като се измият и почистят, се нарязват на дребно. Разбъркват се със солта и смления черен пипер и се поставят в салатена чиния. Поливат се с растителното масло и оцета и се поръсват със ситно нарязаните лук и магданоз.

САЛАТА ОТ ЦВЕТНО ЗЕЛЕ (КАРФИОЛ)

(София)

Продукти: карфиол 1 кг (1 глава), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), магданоз 1/4 връзка, сол и оцет на вкус.

Карфиолът се почиства от обвивните листа, пуска се във вряща подсолена вода и се сварява до омекване. Отцежда се и се накъсва на цветчета. Полива се с растителното масло и оцет на вкус. Поднася се поръсено със ситно нарязания магданоз.

САЛАТА ОТ ЦВЕТНО ЗЕЛЕ (КАРФИОЛ)

(Пловдив)

Продукти: цветно зеле 1 глава (около 1 кг), маслини 15 бр., червени пиперки (капиш или камби) 100 г (1–2 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), лимон или оцет, сол, черен пипер и магданоз на вкус.

Карфиолът се накъсва на цветчета, измива се и се сварява в подсолена вода, отцежда се и веднага се наръсва с оцет или лимонов сок, за да не потъмнее. Нарежда се в чиния, полива се с растителното масло и се поръсва леко с черен пипер и ситно нарязан магданоз. Тук-там се слагат целите маслини и резенчета от суровите пиперки.

САЛАТА ОТ ЧЕРВЕНИ ДОМАТИ ПО ШОПСКИ

Продукти: домати 7–8 бр., или 1 буркан консерва, лук 2 глави, маслини 15–20 бр., сирене 150 г, растително масло 2 супени лъжици, 1/2 връзка магданоз.

Към доматиите, нарязани на парченца, се прибавят лукът, нарязан на флийки, магданозът, нарязан на ситно, натрошеното сирене и растителното масло. Разбъркват се добре и се изсипват в салатена чиния. Поръсват се със сирене, настъргано на ренде и се украсяват с маслините.

САЛАТА ОТ ЧЕРВЕНО ЗЕЛЕ

(Пловдив)

Продукти: 1 средно голяма зелка (500–600 гр), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), оцет и сол на вкус.

Зелката се изчиства от горните листа и се разрязва на четвъртинки, които след това се нарязват напречно на тънки резенчета като сламки. Нарязаното зеле се попарва с вряща подсолена вода, за да омекне, отцежда се и се полива с растителното масло и оцета.

САЛАТА ОТ ЧЕРВЕНО ЗЕЛЕ

(Кюстендилско)

Продукти: червено зеле 1 глава, оцет 2 супени лъжици,

растително масло 1 супена лъжица, яйца 2 бр., маслини 15–20 бр., черен пипер и сол на вкус.

Зелето се нарязва на тънки ивици, посолява се, поръсва се оцета и се оставя да престои 3 часа. Преди поднасянето се разбърква с растителното масло и черен пипер на вкус, изсипва се в подходяща чиния и се украсява с маслините и резенчета от твърдо сварените яйца.

САЛАТА ОТ ЧЕРВЕНО ЦВЕКЛО

(Пловдив)

Продукти: червено цвекло 1,5 кг (5–6 глави), чеснов лук 1 глава, магданоз 1/2 връзка, настърган хрян 1 супена лъжица, растително масло 200 мл (1 чаена чаша), сол на вкус.

Цвеклото се измива добре и се слага във фурната да се пече. Обелва се и се нарязва на тънки филийки, които се нареждат в буркан, като между редовете се ръсят ситно нарязаните чесън и магданоз, настъргания хрян и сол. Заливат се с растителното масло и оцета.

Салатата може да се пази със седмици.

САЛАТА ОТ ЧИРОЗИ

(Варненско)

Продукти: чирози 5 бр., растително масло 1 супена лъжица, лимон 1/2 бр., копър 1/2 връзка.

Чирозите се опичат, начукват се и се обелват, а след това се накъсват на парченца и докато са още топли, се заливат с растителното масло и сока от лимона. Поднасят се поръсени със ситно нарязания копър.

САЛАТА ОТ ЧИРОЗИ

(Каварна)

Продукти: чирози 5 бр., растително масло 50 мл (5 супени лъжици), оцет 30 мл (3 супени лъжици), копър 1/4 връзка.

Чирозите се начукват с дървено чукче и се пекат на скара или върху плочата на печка или котлон, като се внимава да не прегорят. Обелва се кожата и се отстраняват костите. След това месото се накъсва на дребни късчета, залива се с растителното масло и оцета, поръсва се със ситно

нарязания копър и се оставя да престои 6–9 часа. През това време то поема част от заливката и омеква.

Салатата е подходяща като разядка при поднасяне на ракия, мастика и бира.

САЛАТА ПО КЮСТЕНДИЛСКИ

Продукти: пиперки 1 кг (10 бр.), червени домати 250г (5 бр.), чесън 4–5 скилидки, растително масло 20 мл (2 супени лъжици), сол и оцет на вкус.

Пиперките се изпичат и обелват, след което се нарязват на ситно, счукват се заедно с почистения чесън и се прибавят към нарязаните на кръгчета домати. Сместа се посолява, разбърква се леко, изсипва се в чиния и се полива с растителното масло и оцет на вкус.

САЛАТА С КИСЕЛО МЛЯКО ПО ТЕТЕВЕНСКИ

Продукти: кисело мляко 0,5 кг (1 буркан), кисели краставички 100 г (2 бр.), орехови ядки 25 г (1 супена лъжица), растително масло 10 мл (1 супена лъжица), яйце 1 бр., магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Киселото мляко, сложено в тензухена торбичка, се отцежда в продължение на няколко часа, след което се разбива с дървена лъжица заедно с растителното масло и сол на вкус. Прибавят се ситно нарязаните караставички и счуканите орехови ядки. Сместа се изсипва в подходяща чиния и се оформя красиво. Върху нея се нареждат резенчета от твърдо свареното яйце и се поръсва ситно нарязаният магданоз.

САЛАТА С МЕСО ОТ ЗАЕК

(София)

Продукти: месо от заек 1 кг, бял хляб 3 филии, мариновани червени пиперки 150 г (3 бр.), краве масло 20 г (1 супена лъжица), маслини 10 бр., кромид лук 50 г (1 глава), магданоз 1 връзка, растително масло и оцет по 20 мл (по 2 супени лъжици), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус

Месото се сварява, изчиства се от костите, нарязва се на порции и се поставя в дълбок съд. Прибавя се хлябът, нарязан на кубчета и

изпържен в маслото, маринованите червени пиперки, нарязани на кръгчета, маслините и ситно нарязаните лук и магданоз, растителното масло и оцета, червения пипер и сол на вкус. Сместа се разбърква добре и се разпределя в салатени чинии.

СВИЦОВСКА САЛАТА

Продукти: пиперки 1 кг (8–10 бр.), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), чесън 10 скилидки, сол и ситно нарязан магданоз на вкус.

Пиперките се изпичат, обелват се и се нареждат в чиния. Посоляват се, поръсват се с растителното масло и се поливат с разбитото кисело мляко, подправено на вкус със сол, счукан чесън и ситно нарязан магданоз.

СМЕСЕНА САЛАТА

(Великотърновско)

Продукти: картофи 2–3 бр., краставица 1 бр., кисело мляко 0,5 кг, растително масло 1 супена лъжица, лимон 1/4 бр., сол на вкус.

Картофите се сваряват, обелват се и се нарязват на кубчета. Краставичката също се нарязва на кубчета и се прибавя към картофите. Сместа се залива с киселото мляко и растителното масло, посолява се и се подкиселява със сока на лимона. Разбърква се добре и се изсипва в чиния за салатата.

СТАРОЗАГОРСКА ЛЮТЕНИЦА

Продукти: лук 100 г (1–2 глави), червени пиперки 1 кг (10 бр.), домати 100 г (1–2 бр.), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), сол на вкус.

Лукът се обелва и се нарязва на дребно. Пиперките се изпичат, обелват се и се нарязват на дребно. Доматите се претриват през цедка. Така пригответените продукти се слагат в дървена гаванка и се трият с чукалото, докато се превърнат в гладка маса. Прибавят се растителното масло и солта. Сместа се разбърква добре и се оставя да престои няколко часа, след което се поднася.

ТРАКИЙСКА ЛЮТЕНИЦА

Продукти: пиперки 1,5 кг (15 бр.), кромид лук 100 г (1–2 глави), домати 300 гр (6 бр.), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), сол и оцет на вкус.

Лукът де обелва, нарязва се на ситно и се счуква в хаванче. Пиперките се изпичат, обелват се и се нарязват на дребно а доматиите се претриват през цедка, след което се прибавят към лука и се трият с чукалото, докато се превърнат в гладка маса. Сместа се подправя с растителното масло, оцет и сол на вкус и се оставя да престои няколко часа, след което се поднася.

ТРАКИЙСКА ЛЮТЕНИЦА – 2 ВИД

Продукти: малки лютивии пиперки 20 бр., чеснов лук 1 глава, магданоз 1 връзка, захар 10 г (1 супена лъжица), кромид лук 100 г (2 глави), червени домати 250 г (6 бр.), краставици 800 г (2 бр.), оцет 10 мл (1 супена лъжица), растително масло 50мл (5 супени лъжици), сол 10 г (1 супена лъжица).

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семето и се напълват със смес от счукания чесън, ситно нарязания магданоз, захарта и сол на вкус, след което се нареждат в буркани. Заливат се с оцета и растителното масло и се оставят да стоят на студено 2–3 дни. Поднасят се полети със собствения им сос. Отстрани в чинийката се поставят нарязаните на на кръгчета лук, краставици и домати, посолени на вкус и поръсени с растително масло.

ТРАКИЙСКА САЛАТА ОТ ПРЕСНИ КРАСТАВИЦИ С КИСЕЛО МЛЯКО

Продукти: краставици 250 г (2 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), оцет 5 мл (1 чаена лъжичка), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), малко копър и сол на вкус.

Краставиците се измиват, обелват се и се нарязват на дребни кубчета, след което се разбъркват с киселото мляко, посоляват се и се поръсват с растителното масло и ситно нарязан копър.

ШОПСКА САЛАТА

Продукти: червени домати 300 г (5 бр.), краставички малки 150 г (2 бр.), пиперки 600–800 г (8–10 бр.), кромид лук 150 г (2–3 глави), натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), магданоз 1/2 връзка, оцет и сол на вкус.

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семето и се нарязват на дребни парчета. Прибавят се нарязаните на кубчета домати, краставички и лук. Сместа се разбърква леко, подправя се на вкус с оцет и сол и се полива с растителното масло. Изсипва се в чиния, оформя се като кучинка и се поръсва със сиренето и дребно нарязания магданоз.

СУПИ (ЧОРБИ)

ВАРЕНИ АГНЕШКИ КРАЧЕТА ПО КАСАПСКИ

Продукти: агнешки крачета 10–12 бр., краве масло 60 г (1/2 пакетче), червен пипер, черен пипер, сол на вкус.

Агнешките крачета се почистват, измиват се и се поставят в пръстено гърне. Посоляват се, поръсват се с черен пипер и се захлупват с капак, на който има дупчица. Капакът се замазва с тесто и гърнето се остава на тих огън. След сваряването им, крачетата се нареждат в чиния, поръсват се с червен пипер и се поливат с разтопеното масло.

ВОЙНИШКА ЧОРБА

Продукти: овче месо 400 г, кромид лук 50 г (1 глава), зрял фасул 100 г (1 шепа), зелен фасул 250 г (1 шепа), зеле 1/8 зелка, картофи 150 г (2–3 бр.), целина 30 г (1/2 глава), моркови 50 г (1 бр.), корени от магданоз 60–70 г (1–2 бр.), домати 100 г (2 бр.), пиперки 100 г (1–2 бр.), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Месото, нарязано на парчета, и зрелият фасул се заливат със 7–8 чаени чаши вода и се варят (без сол), до омекване. След това към тях се прибавят зеленият фасул, нарязан на парчета, картофите, морковите, магданозовите корени и целината, нарязани на кубчета, зелето, нарязано на ивици, и сол. В мазнината се задушава лукът, нарязан на дребно, оцветява се с червеният пипер и се прибавя в чорбата. Накрая се слагат пиперките и доматиите, нарязани на дребно. Чорбата се вари на тих огън още 10–15 минути. Поднася се поръсена със ситно нарязан магданоз и черен пипер.

ГРАДИНАРСКА ЧОРБА

(Сливенско)

Продукти: зелен фасул 250 г (1 шепа), пиперки 350 г (6–7 бр.), домати 300 г (5–6 бр.), картофи 300 г (5–6 бр.), лук 150 г (3 глави), зелени

сливи или джанки (6–8 бр.), джоджен, чубрица, магданоз и сол на вкус.

Лукът, нарязан на филийки, и зеленият фасул, нарязан на парчета, се пускат в съд с 6 чаени чаши вряща подсолена вода и се варят. След 15–20 минути се прибавят картофите, нарязани на кубчета, пиперките, нарязани на парчета, обелените и нарязани на ситно домати, джанките и джодженът. Когато чорбата уври, в нея се слага клонче чубрица, а след свалянето ѝ от огъня се добавя ситно нарязан магданоз.

Поднася се студена.

ГРАДИНАРСКА ЧОРБА ПО САМОКОВСКИ

Продукти: картофи 150 г (2–3 бр.), моркови 150 г (3 бр.), домати 200 г (3–4 бр.), тиквички 150 г (1 бр.), пиперки 100 г (1–2 бр.), лук 50 г (1 глава), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), прясно мляко 400 мл (2 чаени чаши), яйце 1 бр., магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Картофите, тиквичките, пиперките и доматиите, почистени, измити и нарязани на дребно, се варят в подсолена вода. Лукът, нарязан на ситно, и настърганите на едро ренде моркови се задушават до омекване в мазнината, разбъркват се с брашното и се прибавят към врящия зеленчук. Супата се вари още 10–15 минути. Сваля се от огъня и се застроява с разбитото яйце и млякото. Поднася се със ситно нарязан магданоз.

ГРАХОВА СУПА С ГЪБИ

(Велинградско)

Продукти: пресни гъби 100 г или сушени гъби 2–3 бр., грах консерва 850 г, растително масло 30 мл (3 супени лъжици), лук 50 г (1 глава), моркови 50 г (1 бр.), сол на вкус.

Гъбите се почистват и измиват (сушените гъби се накисват за 1/2 час в студена вода), след което се нарязват на ивички и се варят до омекване. Прибавят се грахът и задушените в мазнината ситно нарязани лук и моркови. Супата се разрежда с 5 чаени чаши топла вода, посолява се и се вари на тих огън още 10–15 минути, след което се поднася.

ГЪБЕНА СУПА

(Шуменско)

Продукти: пресни гъби 400 г, кромид лук 100 г (1–2 глави), магданоз 1 връзка, брашно 20 г (2 супени лъжици), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), оцет (лимонов сок) и сол на вкус.

Ситно нарязаният лук се задушава в мазнината заедно с брашното, след което се поръсва с червеният пипер. Гъбите се нарязват на ивички и се попарват с вряла вода, след което се отцеждат и се прибавят при лука. Заливат се с 5 чаени чаши гореща вода, посоляват се и се варят до омекване.

Супата след свалянето ѝ от огъня се поръсва със ситно нарязан магданоз и се подкиселява с оцет или лимонов сок.

ДОМАТЕНА СУПА ПО СЕЛСКИ

(Пловдивско)

Продукти: домати 0,5 кг (6–7 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 50 г (1 глава), ориз 50 г (1/4 чаена чаша), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), магданоз, чубрица, черен пипер и сол.

Лукът се нарязва на ситно и се задушава в мазнината. Към него се прибавят ситно нарязаните домати и също се задушават. Заливат се с 5 чаени чаши гореща вода и се оставят да заврят. Прибавят се оризът и прясното мляко. Супата се посолява и се доварява на тих огън. Поднася се поръсена с черен пипер и ситно нарязани магданоз и чубрица.

ДОМАТЕНА СУПА С ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ

(Кюстендилско)

Продукти: кромид лук 100 г (2 глави), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), червени домати 300 г (5–6 бр.), пиперки 250 г (4–5 бр.), яйца 2 бр., сол на вкус.

Лукът се нарязва на ситно и се задушава в мазнината заедно с доматите, настъргани с едро ренде. Заливат се с гореща подсолена вода и се кипват. Прибавят се пиперките, предварително изпечени, почистени от семките и ципите и нарязани на парчета. След това супата се вари още

15–20 минути. Застойва се с разбитите яйца и се поднася – зиме хладка, а лете почти студена.

ДУНАВСКА РИБЕНА ЧОРБА

(Свищовско)

Продукти: речна риба 0,5 кг, кромид лук 100 г (2 глави), лимон 1 бр., магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Рибата се почиства и се измива добре под течаща вода, залива се със 7–8 чаени чаши студена подсолена вода и се вари в продължение на 20 минути заедно с изчистения и нарязан на половинки глави лук. Изважда се с решетеста лъжица и се нарязва на парченца, пуска се в прецедения бульон, без да се разбърква, за да не се раздроби, и се вари още 15–20 минути.

Готовата чорба се поднася поръсена с черен пипер и ситно нарязан магданоз. Отделно в чиния се предлагат резенчета от лимона.

ЗЕЛЕНЧУКОВА СУПА

(Пловдивско)

Продукти: моркови 100 г (2–3 бр.), целина 50 г (1/2 глава), картофи 100 г (2 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), краве масло 60 г (1/2 пакетче), яйце 1 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), сол и магданоз на вкус.

Лукът, морковите, целината и картофите се настъргват на едро ренде и се пускат в подсолена вряща вода. След сваряването им се прибавя ситно нарязаният магданоз. Супата се отстранява от огъня и се застроява с яйцето и киселото мляко. При поднасянето ѝ във всяка порция се прибавя по 1 чаена лъжичка краве масло.

ЗЕЛЕНЧУКОВА СУПА

(Великотърновско)

Продукти: моркови 100 г (2–3 бр.), целина 25 г (1/2 глава), зелен фасул 250 г (1 шеп), зелка 1/4 бр., картофи 150 г (2–3 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), домати 100 г (2 бр.), червено цвекло 70–80 г (1 глава), кисело мляко 100 г (1/2 чаена

чаша), яйце 1 бр., кашкавал 100 г и сол на вкус.

Във връща подсолена вода се пускат морковите и целината, нарязани на кубчета, и зелето, нарязано на ситно. Към тях, след като омекнат, се прибавят картофите, нарязани на кубчета, и зеленият фасул, нарязан на дребни парченца.

Отделно се сварява червеното цвекло, обелено и нарязано на кубчета.

Лукът, нарязан на ситно, се задушава в мазнината до омекване, след което се прибавят последователно брашното, червеният пипер и доматиите, нарязани на ситно или настъргани на едро ренде. Сместа се прибавя към връщия зеленчук, след което супата се вари още 30 минути. Накрая се прибавя цвеклото.

Свалената от огъня супа се застройва с разбитото в киселото мляко яйце. Поднася се, като във всяка порция се слага по малко настърган кашкавал.

ЗЕЛЕНЧУКОВА СУПА С ГОВЕЖДО МЕСО

(Софийско)

Продукти: говеждо месо 400 г, моркови 150 г (2–3 бр.), кромид лук 100 г (1–2 глави), целина 50 г (1 глава), прясно зеле 1/4 малка зелка, грах консерва 80 г (4 супени лъжици), зелен фасул консерва 100 г (1/2 чаена чаша), карфиол 100 г (1/2 малка глава), червено вино 200 мл (1 чаена чаша), домати 200 г (3–4 бр.), или доматиен сок 200 мл (1 чаена чаша), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), сол на вкус.

Месото се нарязва на малки парченца, залива се със 7–8 чаени чаши студена вода, посолява се след като кипне, и се вари около 2 часа. В мазнината се задушава лукът, нарязан на ситно, морковите, нарязани на колелца, целината, нарязана на кубчета, и зелето, нарязано на тънки ивички. Прибавят се към супата заедно с карфиола, накъсан на клонки, и се варят до омекване. След това се прибавят грахът, зеленият фасул и доматиеният сок. Супата се вари още 10 минути. Поднася се топла.

ЗЕЛЕНЧУКОВА СУПА С НАДЕНИЦА

(Горнооряховско)

Продукти: целина 50 г (1 малка глава), моркови 100 г (1–2 бр.), зеле

1/4 малка зелка, картофи 100 г (1–2 бр.), грах консерва около 60 г (2–3 супени лъжици), сушена червена пиперка 1 бр., яйце 1 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), наденица 150 г, растително масло 60 мл (6 супени лъжици), сол на вкус.

Морковите и целината, нарязани на парченца, се задушават в мазнината до омекване, след което се заливат с 6 чаени чаши гореща подсолена вода и се варят на тих огън до готовност заедно с граха и нарязаните на кубчета картофи. Към края на варенето се прибавя наденицата, нарязана на парченца. Готовата супа се застроява с яйцето и киселото мляко и се поднася, докато е гореща.

ЗЕЛЕНЧУКОВА СУПА С ТЕЛЕШКО МЕСО

(Искърското дефиле)

Продукти: телешко месо 400 г, растително масло 30 мл (3 супени лъжици), кромид лук 50 г (1 глава), червени домати 200 г (2–3 бр.), целина 50 г (1 глава), пиперки 100 г (1–2 бр.), прясно зеле 1/4 зелка, зелен фасул 250 г (1 шеп), лимон 1 бр., магданоз и сол на вкус.

Месото, нарязано на малки оарченца, се залива със 7 чаени чаши студена вода и се слага на огъня. Посолява се, когато кипне, и се вари до омекване. В мазнината се задушават лукът, морковите, целината, настъргана на ренде, зеленият фасул и зелето, нарязани на ситно, и пиперките, нарязани на парчета. Посоляват се и се прибавят към месото. След 30 минути се прибавят доматиите, нарязани на ситно. Супата се вари още 10–15 минути. Поднася се поръсена със ситно нарязан магданоз и парченца от лимона.

ЗЕЛЕНЧУКОВА СУПА СЪС СИРЕНЕ ПО КАРАКАЧАНСКИ

Продукти: зелен фасул 250 г (1 шеп), праз лук 200 г (2 стръка), кромид лук 50 г (1 глава), зеле 250 г (1/2 малка зелка), карфиол 150 г (1 малка глава), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), сирене 150 г, магданоз 1 връзка, месо-костен бульон 1 л (5 чаени чаши), сол на вкус.

Зеленият фасул се сварява в малко количество вода и се претрива с вилица, залива се с бульона и се слага на огъня да заври. Лукът, нарязан на дребно, празът, нарязан на едри парчета, зелето, нарязано на

лентички, и карфиолът, нахъсан на малки цветчета, се задушават в мазнината около 10 минути, след което се прибавят във врящия бульон. Добавя се и сол на вкус. Когато зеленчукът се сvari, се прибавя настърганото сирене. След десетина минути супата се сваля от огъня и се поръсва със ситно нарязания магданоз.

ЗИМНА СУПА

(Великотърновско)

Продукти: картофи 350 г (6–7 бр.), праз лук 300 г (3 стръка), моркови 150 г (2–3 бр.), брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), краве масло 20 г (2 супени лъжици), магданоз и сол на вкус.

Картофите, нарязани на кубчета, празът, нарязан на ситно, и морковите, нарязани на кръгчета, се заливат с 6 чаени чаши гореща подсолена вода и се сваряват, след което се претриват през цедка и отново се слагат в бульона. Брашното се задушава в растителната мазнина до златисто оцветяване и се прибавя във врящата супа. След 15–20 минути се прибавя маслото. Веднага след това супата се сваля от огъня и се поръсва със ситно нарязан магданоз.

Поднася се гореща.

КАЛУГЕРСКА ЧОРБА

(от Зографския манастир)

Продукти: зрял фасул 100 г (1/2 чаена чаша), леща 100 г (1/2 чаена чаша), моркови 50 г (1 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), праз лук 100 г (1 стрък), картофи 100 г (2 бр.), зехтин 50 мл (5–6 супени лъжици), хляб 150 г (5 тънки филии), магданоз, оцет и сол на вкус.

Фасулът и лещата, след като се почистят и измият, се варят заедно до полусваряване. Прибавя се мазнината заедно с морковите, лука (кромид и праз) и картофите, нарязани на ситно. Чорбата се вари до готовност, посолява се, поръсва се със ситно нарязан магданоз и се подкиселява на вкус. В супник се слагат филиите от хляба (тънко нарязани) и върху тях се изсипва чорбата.

КАРТОФЕНА СУПА

(Ямболско)

Продукти: картофи 150 г (2–3 бр.), грис 60 г (3 супени лъжици), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), кашкавал 50 г, черен пипер и сол на вкус.

Грисът се задушавя в мазнината до златисто оцветяване, след което при непрекъснато бъркане се залива с 5–6 чаши гореща вода и се оставя да заври. Прибавят се картофите, нарязани на кубчета, и сол на вкус. Супата се вари още 10–15 минути. Поднася се с настъргания кашкавал и малко черен пипер.

КАРТОФЕНА СУПА С ДОМАТИ

(Великотърновско)

Продукти: картофи 250 г (3–4 бр.), брашно 10 г (1 супена лъжица), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), краве масло 30 г (1/4 пакетче), домати 400 г (4–5 бр.), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Картофите се нарязват на кубчета и се сваряват в подсолена вода. Прибавят се брашното, размито в прясното мляко, и настърганите домати. Супата се вари до готовност. Поръсва се със ситно нарязан магданоз и счукан черен пипер и се поднася, като във всяка порция се слага по 1 чаена лъжичка масло.

КАРТОФЕНА СУПА СЪС СИРЕНЕ

(Годечко)

Продукти: картофи 0,5 кг (6–7 бр.), сирене 150 г, краве масло 30 г (1/4 пакетче), лимон 1 бр., черен пипер и сол на вкус.

Нарязаните на кубчета картофи се сваряват в 5 чаени чаши подсолена вода. Прибавя се настърганото сирене и се вари 10 минути. Готовата супа се подправя с маслото и се поръсва с черен пипер. Поднася се с резенчета от лимона.

КАРТОФЕНА ЧОРБА С ПРАЗ И МОРКОВИ

(Пирдопско)

Продукти: картофи 400 г (4–5 бр.), моркови 100 г (2–3 бр.), праз лук 200 г (2 стръка), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), краве масло 60 г (1/2 пакетче), черен пипер и сол на вкус.

Картофите, нарязани на кубчета, празът, нарязан на малки парченца, и морковите, нарязани на тънки колелца, се задушават заедно в растителното масло, след което се заливат с 5 чаени чаши вряла подсолена вода. Чорбата се вари около 30 минути. Поднася се поръсена с черен пипер и с по 1 лъжичка прясно краве масло в порция.

КАРТОФЕНА ЧОРБА, ПОДЛУЧЕНА С ЧЕСЪН

(Кюстендилско)

Продукти: картофи 750 г (7–8 бр.), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), лук 50 г (1 глава), червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), чесън 5–6 скилидки, оцет 10 мл (1 супена лъжица), сол и черен пипер на вкус.

Картофите, след като се обелят и измият, се нарязват на едро, задушават се с малко вода до омекване и се претриват през гевгир. В мазнината се задушава дребно нарязаният лук, разбърква се с червения пипер и се прибавя към картофите. Заливат се с 5 чаени чаши гореща подсолена вода и се варят 10–15 минути. В чиниите за поднасяне на чорбата се поставя по малко от счуканият със сол и оцет чесън и се сипва горещата супа. Може да се добави и смлян черен пипер.

КЛИН-ЧОРБА

(Берковско)

Продукти: праз лук 400 г (4 стръка), пшенично брашно 200 г (1 чаена чаша), зелени джанки 1 и 1/2 чаени чаши или сушени джанки 1/2 чаена чаша, домати 200 г (3–4 бр.), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), сол на вкус.

Празът се нарязва на ситно и се разбърква с предварително размитото в студена вода брашно и мазнината. Залива се с 5 чаени чаши гореща вода, посолява се и се вари до омекване. Прибавят се ситно нарязаните домати и джанките. След 15–20 минути чорбата е готова.

През зимата чорбата се приготвя със зелен сок, но без домати и сол.

КУРБАН-ЧОРБА ОТ АГНЕШКО МЕСО

(Пирдопско)

Продукти: агнешко месо 1 кг, агнешки дреболии 250 г, кромид лук 100 г (1–2 глави), лютиви пиперки 3–4 бр., краве масло 125 г (1 пакетче), яйце 1 бр., магданоз 1 връзка, джоджен и сол на вкус.

Нарязаното на късчета месо се почиства от костите и се измива. Слага се в тенджерата заедно с нарязаните на дребно дреболии, залива се с вода и се вари, като образувалата се пяна се отстранява с решетеста лъжица. Прибавят се ситно нарязаният лук и (по вкус) лютивите пиперки. В мазнината се задушава брашното до златисто оцветяване, размива се с малко бульон и се изсипва в чорбата. Чорбата се долива с гореща вода, посолява се и се вари още 45 минути. Застройва се с разбитото яйце, което трябва да се пресече, сваля се от огъня, поръсва се със ситно нарязаните джоджен и магданоз и се поднася.

КУРБАН-ЧОРБА ОТ ОВНЕШКО МЕСО

(Родопите)

Продукти: овнешко месо 250 г и овнешки дроб 200 г, растително масло 50 мл (5 супени лъжици), пресен кромид лук 1 връзка, стар кромид лук 50 г (1 глава), червени домати 100 г (2 бр.), брашно 10 г (1 супена лъжица), ориз 60 г (3 супени лъжици), яйце 1 бр., лютиви пиперки 4–5 бр., магданоз, джоджен, черен пипер, оцет и сол на вкус.

Месото се нарязва на малки късчета, залива се с 5–6 чаени чаши вода и се вари до полуомекване заедно със зеления лук и част от доматиите, нарязани на дребно. Посолява се, след като кипне. В сгорещената мазнина се прибавят последователно и се задушават нарязаният на дребно стар лук, останалите домати и брашното. Заливат се с малко бульон от месото и се изсипват в чорбата. След това се прибавят оризът, предварително попареният и нарязан на кубчета дроб и лютивите пиперки. Чорбата се доварява, застройва се с разбитото яйце, което трябва да се пресече, поръсва се с черен пипер и ситно нарязаните магданоз и джоджен, подкиселява се соцет и се поднася.

КУРБАН-ЧОРБА ОТ ОВЧЕ МЕСО

(Смолян)

Продукти: тлъсто овче месо 0,5 кг, сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета, залива се със 7 чаени чаши вода и се слага на огъня. Посолява се, след като кипне, и се вари на тих огън.

Поднася се топла.

КУРКУДА

(Ямболско)

Продукти: кромид лук 100 г (2 глави), сушени пиперки 70–80 г (2–3 бр.), булгур 100 г (5 супени лъжици), кисело зеле (1/2 средно голяма зелка), зелен сок 1 л (5 чаени чаши).

Нарязаните на ситно кисело зеле и лук, пиперките и булгурът се заливат със зеления сок и се сваряват. Готовата супа се поднася топла или студена.

МЛЕЧНА СУПА

(Берковско)

Продукти: брашно 150 г (3/4 чаена чаша), яйце 1 бр., прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), магданоз и сол на вкус.

От брашното и яйцето се замесва твърдо тесто, което се настъргва на ренде и се оставя да полузасъхне, а след това се пуска в съд с вряща вода и вари около 5 минути. Прибавя се прясното мляко. След десетина минути супата се отстранява от огъня и се поднася поръсена със ситно нарязан магданоз.

МЛЕЧНА СУПА С КАШКАВАЛ

(Разложко)

Продукти: кашкавал 100 г, прясно мляко 400 мл (2 чаени чаши), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), краве масло 60 г (1/2 пакетче), яйца 2 бр., чубрица и сол на вкус.

Прясното мляко, смесено с 4 чаени чаши топла вода, се слага на

огъня да заври. Прибавя се оризът и се вари до омекване. Малко преди свалянето на супата от огъня се слагат чубрицата и маслото. Готовата супа се застроява с разбитите яйца и се поръсва с настъргания кашкавал.

ОВНЕШКА ЧОРБА

(с. Караи, Врачанско)

Продукти: овнешко месо 1 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), пиперки 100 г (1–2 бр.), домати 100 г (1–2 бр.), ориз 80 г (3–4 супени лъжици), картофи 150 г (2–3 бр.), яйца 2 бр., растително масло 40 мл (4 супени лъжици), прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), оцет, магданоз, чубрица, девесил и сол на вкус.

Месото се нарязва на малки парчета и се вари в подсолена вода до полуомекване. Прибавят се ситно нарязани картофи и червени домати. Добавя се мазнината и сол, ако е необходимо. Когато месото заври, се слага изчистеният и измит ориз. Чорбата се вари още 10–15 минути, застроява се с разбитите в прясното мляко яйца, поръсва се със стритата чубрица и ситно нарязаните магданоз и девесил и се подправя на вкус с оцет.

ПИЛЕШКА МЛЕЧНА СУПА

(Радомирско)

Продукти: тиле 400 г (1/2 бр.), моркови 100 г (1–2 бр.), целина 30 г (1/2 глава), черен пипер 10 зърна, прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), бяло вино 20 мл (2 супени лъжици), лук 50 г (1 глава), магданоз, счукан черен пипер и сол на вкус, растително масло 30 мл (3 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица).

Пилето се залива с 6–7 чаени чаши студена вода и се сварява заедно с морковите и целината, нарязани на кубчета, зърната черен пипер и сол на вкус. Бульонът се прецежда, а месото се отделя от костите и се нарязва на ситно. В мазнината се задушават нарязаният на ситно лук заедно с брашното, след което се залива с бульона, виното и прясното мляко. Към супата, след като заври, се прибавя месото. След свалянето ѝ от огъня супата се поръсва със счукан черен пипер и ситно нарязан магданоз.

ПРАЗЕНА ЧОРБА

(Велинградско)

Продукти: праз лук 300 г (3 стръка), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус.

Празът, нарязан на колелца, се задушава в мазнината. Прибавят се размитото в малко вода брашно, доматиеното пюре и червения пипер, а след това – 5 чаени чаши зелен сок. Чорбата се вари на тих огън до готовност.

ПРАЗЕНА ЧОРБА

(Велинградско)

Продукти: праз лук 0,5 кг (5 стръка), ориз 20 г (1 супена лъжица), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и чубрица на вкус.

Празът, нарязан на дребно, се задушава в мазнината до омекване, оцветява се с червения пипер и се залива с 4 чаени чаши зелен сок и 3 чаени чаши вода, след което се оставя да поври. Прибавя се оризът и се вари до омекване. Чорбата се опитва на сол, подправя се с чубрица и се сваля от огъня.

ПРАЗЕНА ЧОРБА

(с. Владимирово, Ямболско)

Продукти: праз лук 300 г (3 стръка), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), брашно 20 г (2 супени лъжици), зелен сок (от кисело зеле) 200 мл (1 чаена чаша), джоджен и сол на вкус (ако няма зелен сок, той се заменя с 2 супени лъжици оцет).

Изчистеният и нарязан на ситно праз се задушава в мазнината, след което се залива с 5 чаени чаши гореща вода и се вари до омекване. В зеленият сок се размива брашното и се изсипва при прера, като непрекъснато се разбърква. Чорбата се посолява на вкус и се доварява. Поръсва се със ситно нарязан джоджен и се сваля от огъня. Поднася се гореща.

ПРАЗЕНА ЧОРБА С МАСЛИНИ

Продукти: праз лук 300 г (3 стръка), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), ориз 40 г (2 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), яйца 2 бр., зелен сок от кисело зеле 600 мл (3 чаени чаши), маслини 15–20 бр., сол на вкус.

Ситно нарязаният праз се задушава в мазнината до омекване. Оцветява се с червеният пипер, залива се със зелевия сок и се оставя да заври. Прибавят се оризът, а малко след това – предварително попарените маслини. След сваряването на ориза чорбата се отстранява от огъня и се застроява с чйцата. Опитва се дали е достатъчно солена и при нужда се посолява допълнително.

ПРОЛЕТНА СУПА

(Варненско)

Продукти: киселец 0,5 кг (2 шепи), листа от 5–6 стръка пресен чесън, растително масло 30 мл (3 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), кускус 200 г (1 чаена чаша), краве масло 20 г (2 супени лъжици), магданоз и сол на вкус.

Киселецът и листата от чесъна се измиват добре под течаща вода, нарязват се на ситно и се задушават в растителното масло. Поръсват се с брашното и се заливат с 5 чаени чаши вряла подсолена вода. След това се прибавя и кускусът. Супата се посолява и се вари на слаб огън до готовност. Поръсва се със ситно нарязан магданоз и се подправя с кравето масло.

ПРОЛЕТНА СУПА ПО СЕЛСКИ

(Кюстендилско)

Продукти: киселец 0,5 кг (2 шепи), маруля 2 бр., целина (листа) 7–8 бр., растително масло 40 мл (4 супени лъжици), яйца 2 бр., прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), сол на вкус.

Добре измитите листа на марулята, целината и киселеца се нарязват на ситно и се задушават в мазнината, след което се заливат с 5 чаени чаши топла вода, посоляват се и се варят около 30 минути. Супата се застроява с яйцата, разбити с прясното мляко, и се поднася.

ПЪСТРА СУПА

(Тетевенско)

Продукти: домати 1 кг, сланина 150 г, кромид лук 100 г (2 глави), корени за супа 1 връзка, зелен фасул 250 г (1 шепя), грах консерва 200 г (1/4 буркан), наденица 200 г, свинска мас 20 г (1 супена лъжица), магданоз и черен пипер на вкус.

Доматите, нарязани на половинки, се варят 10 минути, след което се обелват и се претриват през цедка. Сланината, нарязана на малки парченца, се задушават в свинската мас заедно със ситно нарязаните корени за супа и лук и се залива с водата, в която са врили домати. Прибавят се претритите домати, зеленият фасул, нарязан на парченца, грахът – 5–6 чаени чаши вода. Супата се посолява и се вари до омекване на зеленчука и сланината. Накрая се прибавя наденицата, нарязана на колелца. След десетина минути супата се сваля от огъня, поръсва се с черен пипер и ситно нарязан магданоз и се поднася.

ПЪСТРА СУПА С ПРЕСНИ ГЪБИ

(Пирдопско)

Продукти: пресни гъби 6–7 бр., моркови 100 г (1–2 бр.), картофи 150 г (2–3 бр.), краве масло 30 г (1/4 пакетче), яйца 2 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Гъбите, нарязани на ивици, и морковите, нарязани на колелца, се пускат в съд с 6 чаени чаши подсолена вряща вода и се варят до омекване. Тогава се прибавят картофите, нарязани на кубчета. Супата се доварява и се застроява с разбитите яйца и киселото мляко. След това към нея се прибавят маслото, ситно нарязан магданоз и черен пипер на вкус.

РИБЕНА ЧОРБА

(поречието на Марица)

Продукти: речна риба 250 г, брашно 10 г (1 супена лъжица), моркови 100 г (2 бр.), целина 50 г (1 глава), лук 50 г (1 глава), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Морковите, целината и лукът се нарязват на дребно, заливат се с 6–7 чаени чаши студена вода и мазнината и се слагат на огъня да заврят.

Прибавят се размитото в студена вода брашно и рибата, нарязана на дребно. Чорбата се посолява и се вари до готовност. Поднася се поръсена с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

РИБЕНА ЧОРБА ПО ГАБРОВСКИ

Продукти: риба 250 г, краве масло 125 г (1 пакетче), моркови 100 г (1–2 бр.), целина 50 г (1/2 глава), лук 50 г (1 глава), корени от магданоз 60 г (2–3 бр.), картофи 250 г (4–5 бр.), червени домати 150 г (2–3 бр.), листа от целина, девесил, магданоз, дафинов лист, няколко зърна черен пипер, сол и оцет (или лимон) на вкус.

Рибата се почиства, измива се под течаща вода, залива се с 6–7 чаени чаши студена подсолена вода и се вари около 20 минути. През това време ситно нарязаните лук, моркови, целина и магданозови корени се задушават в мазнината. Бульонът се прецежда и отново се слага на огъня да ври. Към него се прибавят задушени зеленчуци, а след десетина минути – нарязаните на кубчета картофи, нарязаната на парчета риба, обелените и нарязани на ситно червени домати, листата от целината, черният пипер, дафиновият лист и девесилът. Когато омекнат картофите, супата се отстранява от огъня и се поръсва със ситно нарязан магданоз. Поднася се топла с резенчета от лимон или подправена на вкус с оцет.

РИБЕНА ЧОРБА ПО ГОРНООРЯХОВСКИ

Продукти: речна риба 300 г, моркови 50 г (1 бр.), целина 30 г (1/2 глава), лук 50 г (1 глава), червени домати 150 г (3 бр.), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), лютиви пиперки 5 бр., лимон 1 бр., мащерка 2 стръка, черен пипер и сол на вкус.

Рибата се нарязва на парчета, посолява се, поръсва се с лимонов сок, черен пипер и мащерка, покрива се с настърганите домати и се оставя да престои 30 минути.

Във вряща подсолена вода се пускат ситно нарязаните лук и моркови, целината, нарязана на кубчета, и лютивите пиперки. Когато омекне зеленчукът, се прибавя рибата с растителното масло и се вари 15–20 минути. Чорбата след отстраняването ѝ от огъня се поръсва с черен пипер. Поднася се с резенчета от лимона.

РИБЕНА ЧОРБА ПО ГРАДИНАРСКИ

Продукти: риба 300 г, краве масло 60 г (1/2 пакетче), моркови 50 г (1 бр.), целина 30 г (1/2 глава), кромид лук 50 г (1 глава), магданозови корени 100 г (2–3 бр.), мащерка 2 стръка, лимон 1 бр., черен пипер и сол на вкус.

Изчистената и измита риба се слага в съд с 6–7 чаени чаши студена вода и се вари 20–30 минути с половината от ароматните корени и малко сол. След това се изважда, обезкостява се и се нарязва на парчета, а бульонът се прецежда.

Лукът и останалата част от ароматните корени се нарязват на ситно и се задушават до омекване в кравето масло, след което се заливат с бульона. Прибавя се и нарязаната риба. Чорбата, след като кипне, се вари още 10 минути. Сваля се от огъня и се поръсва със ситно нарязаната мащерка и черен пипер. Поднася се с резенчета от лимона.

РИБЕНА ЧОРБА ПО СОЗОПОЛСКИ

Продукти: морска риба 300–400 г, кромид лук 100 г (2 глави), моркови 50 г (1 бр.), червени домати 100 г (2 бр.), целина 30 г (1/2 глава), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), лимон 1 бр., яйца 2 бр., черен пипер 10–15 зърна, корени от магданоз 100 г (2–3 бр.), дафинов лист 1–2 бр., сол на вкус.

Почстената и измита риба се залива с 6–7 чаени чаши студена подсолена вода и се вари заедно със ситно нарязаните лук, целина, моркови, магданозовите корени, подправките (черен пипер и дафинов лист) и мазнината. След като се свари, рибата се изважда и се обезкостява, нарязва се на късчета и се залива с прецедения бульон. Чорбата се кипва и се сваля от огъня. Застройва се с разбитите яйца и се поднася с резенчета от лимона.

РИБЕНА ЧОРБА С ДОМАТИ

(поречието на Струма)

Продукти: речна риба 300 г, чесън 10 скилидки, пиперки 100 г (2 бр.), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), бяло вино 50 мл (1/4 чаена чаша), сок от домати 200 мл (1 чаена чаша), или 5 домата, черен

пипер и сол на вкус.

В мазнината се задушават скилидките на чесъна и пиперките, нарязани на ситно. Прибавя се виното и 6–7 чаени чаши подсолена вода. След като кипне течността, се слага рибата и се вари 15–20 минути. Накрая се прибавя доматиеният сок. Чорбата се вари още 5–10 минути, сваля се от огъня и се поднася поръсена с черен пипер.

РОДОПСКА СУПА

(Чепеларе)

Продукти: прясно мляко 1 л (5 чаени чаши), ситно смляно царевично брашно 50 г (1/4 чаена чаша), краве масло 60 г (1/2 пакетче), орехови ядки 100 г (1/2 чаена чаша) и сол на вкус.

Прасното масло се залива с 3 чаени чаши вода и се слага на огъня да заври. Прибавя се на тънка струя и при непрекъснато разбъркване царевичното брашно. Супата се посолява и се вари, докато получи желаната гъстота, като постоянно се разбърква. След свалянето ѝ от огъня се прибавят маслото и едро счуканите орехови ядки.

Поднася се топла.

СЕЛСКА ЧОРБА

(Шуменско)

Продукти: картофи 250 г (4–5 бр.), домати 300 г (5–6 бр.), пиперки 250 г (5 бр.), брашно 20 г (2 супени лъжици), кромид лук 100 г (1–2 глави), краве масло 60 г (1/2 пакетче), яйце 1 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), магданоз и сол на вкус.

Пиперките се нарязват на ситно и се пускат в съд с вряща подсолена вода. Към тях се прибавят последователно нарязаните на кубчета картофи, обелените и нарязани на ситно домати, лукът, нарязан на дребно и задушен заедно с брашното в мазнината. Чорбата се вари до готовност. Застройва се с разбитото яйце и киселото мляко и се поръсва със ситно нарязан магданоз.

СЕЛСКА ЧОРБА

(Средногорието)

Продукти: краве масло 60 г (1/2 пакетче), кромид лук 100 г (2 глави), пиперки 250 г (5 бр.), домати 100 г (2 бр.), картофи 250 г (5 бр.), ориз 40 г (2 супени лъжици), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), сол и магданоз на вкус.

Лукът се нарязва на дребно и се задушава в мазнината. Прибавят се последователно доматиеното пюре, размито в малко вода, доматиите, пиперките и картофите, нарязани на дребно. Задушават се и се заливат с 5 чаени чаши подсолена гореща вода. Когато зеленчукът е почти сварен, се прибавя оризът. Чорбата се вари още 10–15 минути. Подправа се със ситно нарязания магданоз и прясното мляко и се отстранява от огъня.

При поднасянето ѝ могат да се добавят оцет и черен пипер.

СТУДЕНА АРМЕЕВА ЧОРБА

(Софийско)

Продукти: кисела зелка 0,5 кг (1/2 бр.), праз лук 300 г (3 стръка), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лютив пиперки (сушени 3 бр.)

Киселото зеле се нарязва на дребно и се залива с 5 чаени чаши току-що наточен зелен сок. Прибавят се дребно нарязаният праз и растителното масло. Чорбата се поръсва с червения пипер и се поднася.

Лютивите пиперки се препичат леко и се поднасят отделно.

СТУДЕНА ДОМАТЕНА СУПА ПО ВЕГЕТАРИАНСКИ

Продукти: домати 1 кг (10–12 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), яйца 3 бр., магданоз, листа от целина, черен пипер и сол на вкус.

Доматиите се обелват и се претриват през цедка. Към получения сок се прибавят лукът, магданозът и листата от целината, нарязани на ситно, сол и черен пипер на вкус.

Супата се поднася поръсена с нарязаните на ситно твърдо сварени яйца.

СУПА ОТ АГНЕШКИ ГЛАВИЧКИ СЪС СПАНАК

(Асеновградско)

Продукти: агнешки главички 2 бр., спанак 0,5 кг (2 шепи), кромид лук 50 г (1 глава), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), растително масло 80 мл (8 супени лъжици), яйце 1 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), сол и черен пипер на вкус.

Главичките се почистват и измиват, а след това се заливат с 6 чаени чаши студена вода, посоляват се и се сваряват на умерен огън. Месото, мозъкът и езикът се нарязват на ситно и се връщат в бульона. Прибавя се спанакът, нарязан на дребно. В мазнината се задушават дребно нарязаният лук, брашното и червеният пипер, разреждат се с малко бульон и се изсипват в супата. Супата се вари още 10–15 минути, застройва се с яйцето и киселото мляко и се поднася поръсена с черен пипер.

СУПА ОТ БРАШНО ПО МАНАСТИРСКИ

Продукти: брашно 70 г (7 супени лъжици), краве масло 125 г (1 пакетче), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), кашкавал 100 г.

Брашното се задушава в част от маслото на слаб огън, след което постепенно и при непрекъснато разбъркване се разрежда с 6 чаши подсолена вода, като се внимава да не се образуват гранули. Когато получената брашнена каша заври, се прибавя оризът, а след 15–20 минути се слага и останалото масло. Непосредствено преди свалянето ѝ от огъня супата се поръсва с настъргания кашкавал.

СУПА ОТ ГЪБИ

(Великотърновско)

Продукти: гъби 10–15 бр., кромид лук 50 г (1 глава), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), картофи 200 г (3–4 бр.), домати 150 г (3–4 бр.), брашно 10 г (1 супена лъжица), доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и сол на вкус.

Лукът, нарязан на дребно, се задушава в мазнината (оставя се 1 супена лъжица). Прибавят се картофите, нарязани на кубчета, и гъбите, нарязани на ивички. Заливат се с 5 чаени чаши вряща вода, посоляват се и се варят 30 минути. След това се прибавят доматиите, обелени и

нарязани на ситно. Брашното се задушава в отделената мазнина (1 супена лъжица) заедно с доматиеното пюре, размито във вода, и червеният пипер и се прибавя към супата десетина минути преди свалянето ѝ от огъня. Готовата супа се поднася със ситно нарязан магданоз.

СУПА ОТ ГЪБИ

(Смолянско)

Продукти: пресни гъби 400 г, краве масло 40 г (1/3 пакетче), брашно 10 г (1 супена лъжица), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Гъбите, след като се почистят и измият, се нарязват на малки парченца, заливат се с топла вода, посоляват се и се варят на тих огън до омекване. Прибавя се брашното, предварително задушено в мазнината. Супата се долива с 4 чаени чаши гореща вода и се оставя да ври още десетина минути. Поднася се поръсена със ситно нарязан магданоз и черен пипер.

СУПА ОТ ДРЕБНА РИБА

(поречието на Росица)

Продукти: дребна речна риба 400 г, растително масло 20 мл (2 супени лъжици), лук 50 г (1 глава), корени от магданоз 100 г (2–3 бр.), черен пипер 10 зърна, яйца 3 бр., оцет 15 мл (1 и 1/2 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сух джоджен и сол на вкус.

Ситно нарязаният лук се задушава до омекване в мазнината, поръсва се с червеният пипер, залива се с 6–7 чаени чаши вода и се кипва. Прибавя се добре почистената и измита риба заедно с магданозовите корени и се вари около 20 минути. Готовата супа се застроява с яйцата, разбити с оцет, и се поръсва със ситно стрития джоджен и счуканият черен пипер.

СУПА ОТ ЗЕЛЕН ФАСУЛ

(Великотърновско)

Продукти: зелен фасул 0,5 кг (2 шепи), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), пресен кромид лук 1 връзка, брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), 1 яйце, кисело мляко 100 г

(1/2 чаена чаша), чесън 4–5 скилидки, магданоз и сол на вкус.

Зеленият фасул се нарязва на парченца, след като се почисти и измие, залива се с 5–6 чаши топла вода и се слага на огъня да ври. Лукът, нарязан на ситно, се задушавя в мазнината до омекване, разбърква се с брашното и ервения пипер и се прибавя към омекналия вече фасул. Супата се посолява на вкус и се вари още 20 минути. След свалянето ѝ от огъня се поръсва със ситно нарязан магданоз и се застроява с яйцето и киселото мляко. При поднасянето ѝ се прибавя счуканият чесън.

СУПА ОТ КАРТОФИ И СЛАНИНА

(Станкедимитровско)

Продукти: сланина 250 г, картофи 300 г (5–6 бр.), лук 100 г (1–2 глави), брашно 20 г (2 супени лъжици), моркови 100 г (2 бр.), корени от магданоз 1–2 бр., магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Сланината, нарязана на малки парченца, се пържи до порозовяване, след което в отделената мазнина се задушават лукът и брашното. Прибавят се 6 чаени чаши гореща вода и се слагат нарязаните на кубчета картофи, моркови и корени от магданоз. Супата се посолява на вкус и се вари до омекването на зеленчука. При поднасянето ѝ се поръсва със ситно нарязания магданоз.

СУПА ОТ КАРТОФИ С НАДЕНИЦА

(Великотърновско)

Продукти: картофи 250 г (4–5 бр.), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), краве масло 40 г (1/3 пакетче), яйца 2 бр., наденица 150 г, черен пипер и сол на вкус.

Картофите се обелват, измиват се и се сваряват в подсолена вода. Прекарват се през преса и се връщат във водата, в която са врили. Заливат се с прясното мляко и се кипват. Супата се сваля от огъня, застроява се с яйцата и киселото мляко и се залива с разтопеното краве масло.

Поднася се с леко запържени тънки парченца от наденицата – по 6–7 парченца в порция.

СУПА ОТ КИСЕЛО ЗЕЛЕ С НАДЕНИЦА

(Лясково)

Продукти: кромид лук 100 г (2 глави), кисело зеле 1/2 зелка, наденица 150 г, растително масло 60 мл (6 супени лъжици), яйце 1 бр., сол на вкус.

Лукът и зелето, зарязани на ситно, се задушават в мазнината, след което се заливат с 6–7 чаени чаши вряща вода и се варят до омекване. Прибавя се наденицата, нарязана на малки колелца, и се вари 15–20 минути. Чорбата се опитва на сол и ако е необходимо, се посолява. Сваля се от огъня, застроява се с яйцето и се поднася.

СУПА ОТ КОКОШКА

(Лясковец)

Продукти: кокошка 0,5 кг, ориз 100 г (1/2 чаена чаша), грах консерва 150 г (1/3 буркан, яйце 1 бр., магданоз, оцет, черен пипер и сол на вкус.

Кокошката се нарязва на малки парченца, залива се с 6–7 чаени чаши студена вода, посолява се и се слага на огъня да ври. Като омекне месото, се прибавя оризът, а малко по-късно – грахът. Супата се вари още десетина минути, застроява се с яйцето, разбито с оцет, поръсва се с черен пипер и ситно нарязан магданоз и се поднася.

СУПА ОТ КОПРИВА

(Средногорието)

Продукти: коприва 250 г (2–3 шепи), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), пресен лук 1 връзка, брашно 10 г (1 супена лъжица), ориз 50 г (1/4 чаена чаша), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), яйце 1 бр., магданоз, черен пипер, лимонов сок и сол на вкус.

Ситно нарязаният лук се задушава в мазнината до омекване, след което към него се прибавят брашното и нарязаната коприва. Като се засуши копривата, се прибавят 5 чаени чаши топла вода и сол на вкус. Щом заври водата, се прибавя оризът. Супата се вари до готовност. Отстранява се от огъня, застроява се с яйцето и киселото мляко и подправя на вкус със счукан черен пипер и лимонов сок.

Преди поднасянето се поръсва със ситно нарязан магданоз.

СУПА ОТ КРОМИД ЛУК СЪС СИРЕНЕ

(Хасковско)

Продукти: кромид лук 200 г (3–4 глави), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), бял хляб 150 г (2 филии, сирене 150 г, черен пипер и сол на вкус.

Лукът се нарязва на филийки и се задушава в мазнината до златисто оцветяване, след което се залива с 5 чаени чаши гореща вода и се оставя да кипне. Прибавя се настърганото сирене и се вари 5–6 минути. Готовата супа се поръсва с черен пипер и се поднася с препечени в намслена тава кубчета от хляба.

СУПА ОТ МАГДАНОЗ

(Хасковско)

Продукти: магданоз 2 връзки, картофи 0,5 кг (4–5 бр.), прясно масло 30 г (1/4 пакетче), маруля или салатка 1 бр., сол на вкус.

Картофите, нарязани на кубчета, се смесват с магданоза и салатата, нарязани на ситно. Заливат се с подсолена гореща вода и се варят на слаб огън. Към супата, преди да се свали от огъня се прибавя маслото.

Супата може да се подправи с черен пипер на вкус.

СУПА ОТ МИДИ ПО РИБАРСКИ

Продукти: миди с черъпките 1 кг, лук 50 г (1 глава), моркови 150 г (3 бр.), целина 30 г (1/2 глава), ориз 40 г (2 супени лъжици), домати 100 г (2 бр.), лимон 1 бр., яйце 1 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), дафинов лист 1–2 бр., сол на вкус.

Мидите се почистват и измиват добре, попарват се във вряща вода и се изваждат от черупките. Мидените ядки се измиват добре и се оставят в преценената през гъсто сито вода, в която са попарени мидите.

В мазнината се задушават до омекване ситно нарязаният лук и настърганите моркови и целина, заливат се с водата, в която са поставени мидените ядки, и се кипват. Прибавят се мидените ядки и дафиновият

лист. След като супата ври около 20 минути, се прибавят оризът, нарязаните домати и сол на вкус. Преди свалянето ѝ от огъня супата се застройва с брашното, яйцата и киселото мляко. Поднася се с резенчета от лимона.

СУПА ОТ ПИЛЕ

(Ломско)

Продукти: пиле 0,5 кг, моркови 50 г (1 бр.), корени от магданоз 60–75 г (2 бр.), кромид лук 100 г (2 глави), черен пипер 8–10 зърна, дафинов лист 2 бр., растително масло 50 мл (5 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), ориз 10 г (1 супена лъжица), яйца 2 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), лимон 1 бр., магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Пилето се нарязва на парчета, залива се с 6–7 чаени чаши студена вода и се слага на огъня да ври заедно с морковите, магданозовите корени, черния пипер, дафиновите листа и сол на вкус. В мазнината се поставят последователно и се задушават ситно нарязаният лук и брашното, разбъркват се с червения пипер, разреждат се с малко бульон и се изсипват в супата. След десетина минути се слага оризът и се вари до омекване. Супата след свалянето ѝ от огъня се застройва с яйцата, киселото мляко и лимоновия сок, поръсва се с черен пипер и ситно нарязан магданоз и се поднася.

СУПА ОТ ПИЛЕ С ДОМАТИ

(с. Мало Конаре, Пазарджишко)

Продукти: пиле 0,5 кг, домати 200 г (3–4 бр.), лук 50 г (1 глава), ориз 60 г (3 супени лъжици), краве масло 60 г (1/2 пакетче), яйца 1 бр., магданоз, сол и черен пипер на вкус.

Пилето се нарязва на дребни късчета и се задушава в мазнината заедно със ситно нарязаните лук и домати. Залива се с 6–7 чаени чаши топла вода, посолява се и се вари до омекване. Прибавя се оризът, след което супата се доварява, застройва се с яйцето и се поднася, поръсена с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

СУПА ОТ ПИЛЕ С ЛЮТИВИ ПИПЕРКИ

(с. Галиче, Врачанско)

Продукти: пиле 400 г (1/2 бр.), лютиви пиперки 100 г (4–5 бр.), домати 150 г (2–3 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), чесън 4–5 скилидки, магданоз и сол на вкус.

Пилето се залива със 7–8 чаени чаши подсолена вода и се слага на огъня да ври. Когато месото на пилето омекне, се прибавят лютивите пиперки, предварително опечени, обелени и почистени от семето и дръжките, ситно нарязаният лук и обелените и нарязани на ситно домати. След като ври още 10–15 минути, пилето се изважда и се обезкостява. Месото се нарязва на малки парченца и се прибавя в супата заедно със счукания чесън.

При поднасянето ѝ супата се поръсва със ситно нарязан магданоз.

СУПА ОТ ПИЛЕ СЪС ЗЕЛЕ

(Средногорието)

Продукти: пиле 400 г (1/2 бр.), прясно зеле 1/8 зелка, моркови 150 г (2–3 бр.), кромид лук 150 г (1 глава), брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), краве масло 30 г (1/4 пакетче), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Пилето се вари в подсолена вода заедно със зелето, нарязано на дребно, и морковите, нарязани на колелца. След сваряването им бульонът се прецежда и в него се слагат отделеното от костите пилешко месо, нарязано на ситно, лукът, нарязан на дребно и задушен в мазнината заедно с брашното, и прясното мляко. Супата се оставя да поври още малко. Поднася се поръсена с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

СУПА ОТ ПИЛЕ СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

(Странджанско)

Продукти: пиле 400 г (1/2 бр.), корени за супа 300 г (1 връзка), лук 50 г (1 глава), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), яйца 1 бр., прясно мляко 200 г (1 чаена чаша), черен пипер 10 зърна, магданоз и сол на вкус.

Пилето се залива със 7–8 чаени чаши подсолена вода и се сварява заедно със зърната черен пипер, след което се изважда от бульона и се нарязва на ситно.

В мазнината се задушават ситно нарязаните корени за супа и лукът, докато останат на мазнина. Прибавя се брашното, разбито в студена вода, и се налива бульонът от пилето. В супата, след като кипне, се слага нарязаното пилешко месо. След като ври още десетина минути, супата се сваля от огъня, застроява се с яйцето и прясното мляко и се поръсва със ситно нарязан магданоз.

СУПА ОТ ПРАЗ

(Елховско)

Продукти: праз лук 400 г (4 стръка), брашно 20 г (2 супени лъжици), краве масло 60 г (1/2 пакетче), сирене 150 г (3/4 чаена чаша), яйца 2 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), черен пипер и сол на вкус.

Празът, нарязан на ситно, се залива с 6 чаени чаши гореща подсолена вода и се вари до омекване. Прибавя се брашното, задушено в мазнината до златисто оцветяване. След 5–6 минути се прибавя настърганото сирене. Чорбата се сваля от огъня и се застроява с разбитите яйца и киселото мляко.

Поднася се поръсена с черен пипер.

СУПА ОТ ПРАЗ

(Кюстендилско)

Продукти: праз лук 600 г (3 стръка), картофи 150 г (3 бр.), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), краве масло 30 г (1/4 пакетче), яйца 1 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), лютив пиперки 1 бр., сол на вкус.

Празът се нарязва на ситно и се задушава в растителната мазнина до омекване. Залива се с 6 чаени чаши гореща вода и се посолява. Когато заври празът, се прибавят ситно нарязаните картофи. След сваряването на картофите супата се отстранява от огъня и се застроява с яйцето и киселото мляко. Накрая се прибавя кравето масло.

Към супата може да се прибави и лютива пиперка.

СУПА ОТ ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(Кюстендилско)

Продукти: зеле (1/4 зелка), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), моркови 150 г (2–3 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), домати 100 г (1–2 бр.), кости за приготвяне на бульон 0,5 кг, сол на вкус.

Зелето, нарязано на лентички, морковите, нарязани на кръгчета, и лукът, нарязан на ситно, се задушават в мазнината до омекване. Прибавят се нарязаните на ситно домати и също се задушават. Заливат се с 5–6 чаени чаши бульон, приготвен от сваряването на костите, и се посоляват. Супата се оставя да ври на тих огън 15–20 минути.

СУПА ОТ РАЦИ

(с. Белослав)

Продукти: раци 15–16 бр., кромид лук 50 г (1 глава), чесън 4–5 скилидки, брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), ориз 40 г (2 супени лъжици), яйца 2 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Раците се почистват добре и се измиват, заливат се с 6–7 чаени чаши студена подсолена вода и се сваряват, след което се отделя месото от опашките и щипките.

В мазнината се задушава ситно нарязаният лук заедно със скилидките чесън и брашното. Налива се бульонът от раците и се оставя да заври. Прибавят се оризът и месото от раците. Супата се доварява, застроява се с яйцата и киселото мляко и се поръсва с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

СУПА ОТ РИБА ПО МАНАСТИРСКИ

Продукти: дребна риба 300 г, растително масло 50 мл (5 супени лъжици), пресен кромид лук 1 връзка, червени домати 250 г (5 бр.), пиперки 250 г (5 бр.), картофи 250 г (5 бр.), маслини 20 бр., магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Почистената и измита риба се нарязва на парчета, залива се с 6–7 чаени чаши студена вода, посолява се и се вари 10–15 минути, след което се изважда с решетеста лъжица. Бульонът се прецежда и в него се

прибавят растителното масло и нарязаните на дребно лук, картофи, пиперки и домати. Когато омекнат зеленчуците, се прибавят попарените и очистени от костилките маслини и рибата. Супата се вари 10 минути, без да се разбърква, за да не се раздробят рибата.

Поднася се студена, поръсена със ситно нарязания магданоз и черен пипер.

СУПА ОТ СТЪРГАНИ ТИКВИЧКИ

(Севлиево)

Продукти: тиквички 400 г (2–3 бр.), пресен кромид лук 1 връзка, растително масло 40 мл (4 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), яйца 2 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), копър или магданоз и сол на вкус.

Лукът, нарязан на ситно, и тиквичките, настъргани на едро ренде, се задушават в мазнината. Поръсват се с брашното, разбъркват се няколко пъти и се заливат с 5–6 чаени чаши топла вода. Супата се посолява на вкус и се вари 20–30 минути, след което се застроява с яйцата и киселото мляко и се поръсва със ситно нарязан магданоз или копър. Поднася се гореща.

СУПА ОТ СУШЕНИ ГЪБИ

(Пирдопско)

Продукти: сушени гъби 3–4 бр., моркови 100 г (1–2 бр.), корени от магданоз 60 г (1–2 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), целина 30 г (1/2 глава), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), черен пипер, оцет и сол на вкус.

Гъбите се киснат 1/2 час в хладка вода, след това се нарязват на ситно, заливат се с 5 чаени чаши гореща вода и се слагат на огъня да заврят. Прибавят се нарязаните на дребно моркови, целина и корени от магданоз. Посоляват се и се варят до готовност. Лукът, нарязан на ситно, се задушава в мазнината, разбърква се с брашното и се слага във връщата супа. След 10–15 минути супата се отстранява от огъня. Поднася се студена, подправена на вкус с черен пипер и оцет.

СУПА ОТ СЧУКАН ЗРЯЛ ФАСУЛ И КОПРИВА

(Велинградско)

Продукти: шарена сланина 100 г, зрял фасул 200 г (1 чаена чаша), коприва 200 г (1 шеп), пресен кромид лук 1 връзка, домати 100 г (2 бр.), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), сол, джоджен, магданоз и джанки на вкус.

Във връща вода се пуска сланината, накълцана на ситно, а след това – счуканият и измит фасул. Когато се свари фасулът, се прибавят лукът, копривата и доматиите, нарязани на ситно и задушени в растителното масло, и джанките. Супата се посолява и се доварява. Поръсва се с магданоз и джоджен, нарязани на ситно, и се поднася.

СУПА ОТ ТЕЛЕШКИ ДЖОЛАН

(Берковско)

Продукти: телешки джолан 750 г, праз лук 100 г (1 стрък), гъби печурки 2–3 бр., пиперки 100 г (1–2 бр.), домати 100 г (2 бр.), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), кромид лук 50 г (1 глава), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и черен пипер.

Джоланът се разсича на три-четири парчета, залива се с 6–7 чаени чаши студена вода и се слага на огъня. Когато заври, се посолява. Като поомекне месото, се прибавят ситно нарязаните гъби и праз. След 30 минути се слагат пиперките, а към края на варенето – доматиите, нарязани на ситно.

Месото на сварения джолан се отделя от костите и се слага в бульона заедно със задушениите в мазнината лук, червен пипер и брашно. Супата се доварява и се сваля от огъня. Поднася се поръсена със ситно нарязан магданоз и черен пипер.

СУПА ОТ ТЕЛЕШКО МЕСО

(Средногорието)

Продукти: телешко месо 400 г, моркови 100 г (1–2 бр.), корени от магданоз 60 г (1–2 бр.), лук 100 г (1–2 глави), черен пипер 10 зърна, краве масло 60 г (1/2 пакетче), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен

пипер 5 г (1 чаена лъжичка), ориз 40 г (2 супени лъжици), яйца 2 бр., оцет 20 мл (2 супени лъжици), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета, залива се с 2 л студена вода и се слага на огъня. Посолява се, след като заври. Вари се до омекване заедно с морковите, корените от магданоз и няколко зърна черен пипер. Прибавя се лукът, нарязан на дребно и задушен в мазнината заедно с брашното и червения пипер. След това се слага оризът. Супата се вари още 15–20 минути. Застройва се с яйцата, разбити с оцета или сок от 1 лимон, и се поднася поръсена със ситно нарязан магданоз и счукан черен пипер.

СУПА ОТ ТЕЛЕШКО МЕСО С ГРАХ

(Лясковец)

Продукти: телешко обезкостено месо 400 г, грах консерва 400 г (1/2 буркан), лук 50 г (1 глава), брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), яйце 1 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз, копър и сол на вкус.

Месото се нарязва на малки парчета, залива се с 6–7 чаени чаши студена вода и се слага да ври на тих огън. Посолява се, след като кипне. Лукът, нарязан на ситно, се задушава в мазнината заедно с брашното, поръсва се с червения пипер и се прибавя в бульона, когато месото е вече омекнало. След 10–15 минути се прибавя и грахът. Супата се вари още десетина минути. Застройва се с чйцето и киселото мляко и се поднася със ситно нарязаните магданоз и копър.

СУПА ОТ ТЕЛЕШКО МЕСО СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

(Великотърновско)

Продукти: телешко месо с кости 400 г, краве масло 60 г (1/2 пакетче), гъби печурки 1 шепя, карфиол 100 г (1/4 глава), грах консерва 60 г (3 супени лъжици), яйце 1 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета, залива се с 6–7 чаени чаши студена вода, посолява се, като кипне, и се сварява. Прибавят се накъсаният на клонки карфиол, накъсаните на парчета и задушени в част ото маслото гъби, грахът и оризът. Супата се вари още 10–15 минути. Застройва се с

яйцата и киселото мляко и се залива с останалото масло. Поднася се поръсена с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

СУПА ПО ОВЧАРСКИ

(Берковско)

Продукти: овнешко месо 400 г, лук 50 г (1 глава), растително масло 40 мл (4 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), зелен фасул 0,5 кг (2 шепи), картофи 200 г (3–4 бр.), брашно 10 г (1 супена лъжица), кисело мляко 100 г (5 супени лъжици), чесън 2–3 скилидки, кимион, черен пипер и сол на вкус.

Месото, нарязано на парчета, се залива с 10 чаени чаши студена вода и се слага на огъня да ври. Прибавят се лукът, нарязан на ситно и задушен в мазнината заедно с брашното и червения пипер, кимионът, чесънът и солта. Когато омекне месото, се прибавят зеленият фасул, нарязан на малки парченца, и картофите, нарязани на кубчета. Супата се вари до готовност. Застройва се с киселото мляко и се поднася.

СУПА С ЯЙЦА

(Панагюрско)

Продукти: растително масло 50 мл (5 супени лъжици), лук 50 г (2 глави), фиде 60–70 г, домати 100 г (1–2 бр.), яйца 4–5 бр., магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Лукът, ситно нарязан, се задушава в мазнината до омекване, след което се залива със 7–8 чаени чаши вряща вода. Прибавят се фидето и настърганите домати. Яйцата се разбиват и през сито се пускат във врящата супа. Така те се пресичат и образуват конци. Супата се посолява и се оставя да ври още няколко минути. Поднася се поръсена със ситно нарязан магданоз и счукан черен пипер.

СУПА СЪС СИРЕНЕ ПО СЕЛСКИ

Продукти: сирене 150 г, краве масло 30 г (1/4 пакетче), прясно мляко 100 мл (1 чаена чаша), хляб 75 г (1 филия), яйца 2 бр., сол на вкус; месо-костен бульон 1 л (5 чаени чаши).

Натрошеното сирене се пуска във врящия бульон. След малко се

прибавя млякото. Супата се вари 10–15 минути. Застройва се с разбитите яйца и се подправя с маслото. Поднася се с препечени парчета от хляба.

СУПА ТОПЧЕТА ОТ ТЕЛЕШКО МЕСО

(Плевенско)

Продукти: смлян телешко месо 200 г, моркови 100 г (2 бр.), целина 30 г (1/2 глава), кромид лук 50 г (1 глава), пиперки 100 г (1–2 бр.), домати 100 г (1–2 бр.), грис 20 г (2 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), кашкавал 100 г, яйца 2 бр., растително масло 30 мл (3 супени лъжици), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Костите на месото се заливат със 7–8 чаени чаши студена вода и се варят на тих огън. Към precedentият бульон се прибавят лукът, морковите и целината, а по-късно пиперките и домите, нарязани на дребно, мазнината и сол на вкус.

От смляното месо, гриса, настъргаания кашкавал, ч яйце и черен пипер се оформят малки топчета, които се овалват в брашното и се пускат в супата. Супата се доварява на тих огън, застройва се с второто яйцев и киселото мляко и се поднася поръсена с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

СУПА-ПАЧА ОТ СВИНСКИ КРАКА, УШИ И ОПАШКА

(Севлиево)

Продукти: свински крака, уши и опашка 300–400 г, кромид лук 50 г (1 глава), чесън 10–12 скилидки, моркови 100 г (1–2 бр.), целина 50 г (1/2 глава), дафинов лист 2–3 бр., яйца 2 бр., оцет 25 мл (2 и 1/2 супени лъжици), хрян 1 супена лъжица, сол на вкус.

Свинските крака, уши и опашка се измиват добре, слагат се в дълбока тенджерата и се заливат с 5–6 чаени чаши студена вода. След завирането на водата се посоляват. Прибавят се едро нарязаните моркови и целината заедно с лука и дафиновите листа. Когато омекне месото, тенджерата се сваля от огъня. Изважда се месото, отделя се от костите и се нарязва на парчета, след което се връща в precedentия бульон. Супата се

застройва с яйцата и се подправя на вкус със ситно нарязания хрян и оцета.

СУПА-ПАЧА ПО СТРАНДЖАНСКИ

Продукти: говежди или телешки крака около 1,5 кг, свински крака, уши и опашки 500–600 г, брашно 10 г (1 супена лъжица), яйца 1 бр., прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), чесън, оцет, черен пипер и сол на вкус.

Телешките или говежди крака се изпърлят на огън или над пламъка на спиртна лампа и след олющването на копитата се разрязват на две и се разцепват. Измиват се добре и се поставят в съда за варене. Свинските крака и уши също се изпърлят, измиват се и се поставят в съда за варене. Заливат се със студена вода, посоляват се и се варят до омекване. Изваждат се от бульона и се обезкостяват. Бульонът се прецежда и в него се връща отделеното от костите месо, нарязано на парчета. Супата се застроява с брашното, яйцата и млякото и се доварява. Поръсва се с черен пипер и се поднася. В чиниите се слага от месото и се залива с горещ бульон а след това се добавя счукан чесън и оцет.

СУПА-ПАЧА ПО ШУМЕНСКИ

Продукти: телешки крака около 2 кг, ориз 50 г (5 супени лъжици), дафинов лист 1–2 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и бахар по 4–5 зърна, оцет 20 мл (2 супени лъжици), краве масло 60 г (1/2 пакетче), яйца 2 бр., чесън 5–6 скилидки, сол на вкус.

Краката се почистват, измиват и посоляват, заливат се с 5–6 чаени чаши студена вода и се варят на тих огън заедно с дафиновите листа, черния пипер и бахара. Когато се свари месото, бульонът се прецежда, а месото се отделя от костите и се нарязва на парчета, след което се слага отново в бульона заедно с ориза. Супата се доварява и се подправя със счукан чесън. В маслото се запързва леко червеният пипер и с него се залива чорбата.

ТАРАТОР

(Великотърновско)

Продукти: краставица 1 бр. (около 300 г), кисело мляко 500 г (2 и 1/2 чаени чаши), чеснов лук 7–8 скилидки, растително масло 1 супена лъжица, орехови ядки 10–12 бр., копър 1 връзка, сол 5 г (1 чаена лъжичка).

Разбива се киселото мляко и към него се прибавят счуканите скилидки на чесъна и орехови ядки, нарязаната на ситно, предварително обелена краставица, солта и растителното масло. Сместа се разбърква добре и се разрежда с 2 чаени чаши студена вода.

Тараторът се поднася студен, поръсен със ситно нарязания копър.

ТАРАТОР

(с. Атолово, Ямболско)

Продукти: чесън 10–12 скилидки, оцет 20 мл (2 супени лъжици), копър 1 връзка, сол на вкус.

Чесънят се счука със солта. Прибавят се 5 чаени чаши студена вода, оцетът и ситно нарязаният копър.

Тараторът се разбърква добре. Поднася се студен.

ТАРАТОР

(с. Владимирово, Ямболско)

Продукти: чеснов лук 12 скилидки, краставица 1 бр. (около 400 г), оцет 50 мл (5 супени лъжици), копър 1 връзка, сол на вкус.

Изчистените скилидки на чесъна се счукват със солта в дървена гаванка. Прибавя се обелената и нарязаната на кубчета краставица и леко се счука, за да омекне. Добавят се ситно нарязаният копър, оцетът и 5 чаени чаши студена вода.

Тараторът се понася студен.

ТАРАТОР ПО ЖЪТВАРСКИ

(Добруджанско)

Продукти: бял хляб 2 филии, чеснов лук 10 скилидки, оцет 15 мл (1–2 супени лъжици), орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), сол 5 г (1 чаена лъжичка), растително масло 20 мл (2 супени лъжици).

Хлябът, предварително накиснат в студена вода, се смачква на

каша. Към него се прибавят счуканите със солта орехови ядки и скилидки на чесъна, оцетът и растителното масло. сместа се разбърква добре и се разрежда със студена вода.

Тараторът се поднася студен.

ТАРАТОР ПО ПИРДОПСКИ

Продукти: чеснов лук 10–12 скилидки, краставица 1 бр. (около 400 г), хляб 2 филии, копър 1 връзка, растително масло 30 мл (3 супени лъжици), оцет 40 мл (4 супени лъжици), сол на вкус.

Скилидките на чесъна се счукват със солта. Хлябът (само средата) се надробява на трохички. Краставицата се обелва и се нарязва на дребно. Смесват се, разбъркват се с прибавените към тях растително масло и оцет и се заливат с 5 чаени чаши студена вода.

ТАРАТОР ПО СЕЛСКИ

(Мизия)

Продукти: краставица 1 бр. (около 300 г), маруля 1 бр., чесън 8–10 скилидки, орехови ядки (счукани) 2 супени лъжици, оцет 15 мл (1–2 супени лъжици), копър 1 връзка, сол на вкус.

Чесънът се счука със сол до побеляване. Прибавят се краставицата, обелена и нарязана на ситно, и листата на марулята, измити добре и също нарязани на ситно, ситно нарязаният копър, оцетът и сол на вкус. Разбъркват се и се заливат с 5 чаени чаши студена вода. Към таратора, преди поднасянето му, се прибавят счуканите орехови ядки и по желание няколко капки растително масло на порция.

Поднася се студен.

ТЕЛЕШКО ВАРЕНО

(Ловчанско)

Продукти: джолан (или гърди) 700 г, кромид лук 50 г (1 глава), моркови 100 г (2 бр.), целина 50 г (1/2 глава), магданозови корени 1–2 бр., картофи 100 г (2 бр.), домати 150 г (2–3 бр.), краве масло 60 г (1/2 пакетче), хрян, оцет, магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Джоланът се начуква, залива се със студена вода и се слага на

силен огън, докато кипне. Обира се пяната и се прибавя малко сол. След това варенето продължава на тих огън, като в бульона се прибавят морковите, целината и магданозовите корени, нарязани на кубчета, и лукът, нарязан на ситно. Когато поомекне месото, се слагат картофите, нарязани на едри парчета, а след 15–20 минути се прибавят доматиите, нарязани на едро. След отстраняването на съда от огъня се прибавя маслото.

При поднасянето във всяка чиния се слага от месото и се залива с бульона, а отгоре се поръсва ситно нарязан магданоз. В отделна чиния се слага настърган хрян, подправен с оцет и сол на вкус.

ЧОРБА ОТ АГНЕШКИ ДРЕБОЛИИ

(Асеновградско)

Продукти: агнешки дреболии 0,5 кг, растително масло 50 мл (5 супени лъжици), лук 100 г (1–2 глави), яйце 1 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз, джоджен и сол на вкус.

Агнешките вътрешности се измиват добре под течаща вода, попарват се с вряла вода и се нарязват на дребно. Заливат се с 5–6 чаени чаши гореща вода и се варят на тих огън. В мазнината се задушават дребно нарязаният лук, поръсва се с червения пипер и се прибавя към врящите дреболии. Чорбата се посолява и се доварява. Застройва се с разбитото яйце, поръсва се с дребно нарязани джоджен и магданоз и се поднася.

ЧОРБА ОТ АГНЕШКИ ЧРЕВЦА

(Ловеч)

Продукти: агнешки чревца 750 г, ориз 60 г (3 супени лъжици), кравето масло 30 г (1/4 пакетче), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), пресен кромид лук 1 връзка, черен пипер и сол на вкус.

В подсолена вода се сваряват предварително измитите чревца. Нарязват се на дребно и се връщат в бульона, като се прибавя очистеният и измит ориз. Ситно нарязаният лук се задушават в маслото, поръсва се с червения пипер и се изсипва при чревцата. Чорбата се посолява и се вари още 10 минути. При поднасянето ѝ се поръсва с черен пипер.

ЧОРБА ОТ АГНЕШКО МЕСО

(Кюстендилско)

Продукти: агнешко месо 400 г, моркови 50 г (2 бр.), целина 50 г (1/2 глава), картофи 150 г (2–3 бр.), брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 40 мл (4 аупени лъжици), лук 50 г (1 глава), доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), чесън 3–4 скилидки, магданоз, кимион, черен пипер и сол на вкус.

Месото се нарязва на късчета и се измива. Залива се с 6–7 чаши студена вода и се слага на огъня да ври. Когато заври, се посолява. Прибавят се морковите и целината, нарязани на дребно. В мазнината се задушават лукът, нарязан на ситно, размитото с малко вода доматиено пюре и брашното, след което се изсипват в чорбата. След малко се прибавят картофите, нарязани на кубчета, и ситно нарязаните домати. Малко преди свалянето на чорбата от огъня се слагат нарязаните скилидки на чесъна. Готовата супа се поръсва със ситно нарязан магданоз, черен пипер и кимион. Поднася се гореща.

ЧОРБА ОТ ГЪБИ

(Чепеларе)

Продукти: пресни гъби 250 г, лук 100 г (2 глави), краве масло 80 г (2/3 пакетче), брашно 30 г (3 супени лъжици), яйца 1 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Ситно нарязаният лук се задушават в мазнината заедно с брашното, след което се прибавят измитите и начупени гъби и също се варят на тих огън до омекване. Чорбата, след свалянето ѝ от огъня, се застроява с разбитите яйца и млякото и се поръсва със ситно нарязан магданоз и черен пипер.

Поднася се гореща.

ЧОРБА ОТ ГЪБИ ЧЕЛЯДИНКИ

(с. Светославово)

Продукти: пресни гъби челядинки 250 г, лук 2 глави, краве масло 90 г (3/4 пакетче), брашно 30 г (3 супени лъжици), червен пипер, черен пипер и сол на вкус.

Гъбите, след като се почистят и измият, се начупват на ситно и се варят в подсолена вода. В мазнината се задушават ситно нарязания лук, разбърква се с брашното и червения пипер и се прибавя към гъбите. добавят се още 4 чаени чаши гореща вода. Чорбата се вари още няколко минути. Поръсва се с черен пипер и се поднася.

ЧОРБА ОТ ЗЕЛЕН ФАСУЛ

(Велинградско)

Продукти: зелен фасул 750 г (3 шепи), кромид лук 100 г (2 глави), червени домати 100 г (2 бр.), чесън 2–3 скилидки, растително масло 40 мл (4 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

В сгорещената мазнина се прибавят последователно и се задушават лукът, нарязан на ситно, брашното и червеният пипер, фасулът, нарязан на парчета, и ситно нарязаните домати и чесън. Прибавят се 6 чаени чаши топла вода и сол на вкус. Чорбата се вари до омекването на зеленчука. Поръсва се със ситно нарязан магданоз и се поднася.

ЧОРБА ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ

(с. Малка Арда, Смолянско)

Продукти: зрял фасул 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), кромид лук 100 г (2 глави), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), джоджен и сол на вкус.

Почистеният и измит фасул се кисне няколко часа в студена вода, след което се вари около 30 минути. Отцежда се, залива се с 6 чаени чаши топла вода и отново се вари, като към него се прибавят ситно нарязаният лук и мазнината. Чорбата се посолява, след като се свари фасулът. Поднася се поръсена с джоджен.

ЧОРБА ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ В ГЪРНЕ

(Великотърновско)

Продукти: зрял фасул 200 г (1 чаена чаша), кромид лук 50 г (1 глава), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), сол на вкус.

Изчистеният и измит фасул се поставя в пръстено гърне и се залива с 5 чаени чаши студена вода. Прибавят се мазнината, едро нарязаният лук и червеният пипер. Гърнето се захлупва и се слага на тих огън. Чорбата се вари до сваряването на фасула. Посолява се на вкус и се поднася.

ЧОРБА ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ И ПУШЕНИ РЕБРА ПО КАРАКАЧАНСКИ

Продукти: зрял фасул 200 г (1 чаена чаша), лук 50 г (1 глава), пушени ребра 400 г, брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), джоджен и сол на вкус.

Фасулът, предварително наkisнат от вечерта, се вари 20–30 минути, след което се отцежда, залива се с 6–7 чаени чаши студена вода и отново се слага да ври заедно с пушените ребра до пълно омекване. След това месото се отделя от костите, нарязва се на късчета и се връща при фасула. Ситно нарязаният лук, червеният пипер и брашното се задушават в растителното масло и също се прибавят към фасула. Чорбата се вари още 15–20 минути. Поръсва се със ситно нарязан джоджен и се поднася.

ЧОРБА ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ ПО МАНАСТИРСКИ

(Великотърновско)

Продукти: зрял фасул 150 г (3/4 чаена чаша), моркови 150 г (2–3 бр.), целина 50 г (1/2 глава), лук 50 г (1 глава), домати 100 г (2 бр.), пиперки 100 г (2 бр.), лютиви пиперки 5 бр., растително масло 50 мл (5 супени лъжици), магданоз, джоджен и сол на вкус.

Почистеният и измит фасул се наkisва в студена вода за 6–7 часа, след което отново се измива, залива се с вода и се вари на умерен огън. Прибавят се растителното масло, лукът, морковите и целината, нарязани на дребно. По-късно се слагат пиперките, също нарязани на дребно. Към края на варенето се прибавят обелените и нарязани на дребно домати и джодженът. Готовата чорба се посолява и се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ЧОРБА ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ СЪС СЛАНИНА

(Берковско)

Продукти: зрял фасул 200 г (1 чаена чаша), солена сланина 100 г, кромид лук 200 г (1–2 глави), моркови 100 г (2 бр.), целина 50 г (1/2 глава), пиперки 150 г (2–3 бр.), лютиви пиперки 2 бр., растително масло 40 мл (4 супени лъжици), магданоз, джоджен и сол.

Изчистеният и измит фасул се накисва от вечерта, а на другия ден се вари. Към полуомекналия фасул се прибавят последователно морковите и целината, нарязани на дребно, пиперките, нарязани на дребно и задушени в растителното масло, и сланината, нарязана на парченца. Към края на варенето се прибавят солта и ароматизиращите подправки.

При поднасянето на чорбата се предлагат за допълнително овкусяване шарена сол, чубрица, червен пипер и оцет.

ЧОРБА ОТ КИСЕЛО ЗЕЛЕ ПО ПИРДОПСКИ

Продукти: кисела зелка 0,5 кг (1/2 бр.), праз лук 300 г (2–3 стръка), ориз 40 г (2 супени лъжици), брашно 20 г (2 супени лъжици), лютиви пиперки 2 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Зелето и празът се нарязват на ситно и се варят до имекване в 10 чаени чаши зелен сок. Прибавя се оризът и се вари 10–15 минути. През това време брашното се задушава в мазнината, оцветява се с червения пипер и се прибавя в чорбата. Чорбата се оставя да ври още 5–6 минути. Поръсва се с черен пипер и се поднася. По желание към нея могат да се прибавят леко препечени лютиви пиперки.

ЧОРБА ОТ КИСЕЛО ЗЕЛЕ С НАДЕНИЦА

(Горна Оряховица)

Продукти: корени за супа 250 г, кисело зеле 1/2 зелка, брашно 10 г (1 супена лъжица), доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), наденица 200 г, растително масло 30 мл (3 супени лъжици), чубрица и сол на вкус.

Корените за супа се заливат с 6–7 чаени чаши студена вода, сваряват се и се претриват през цедка, след което се връщат в бульона.

Прибавя се зелето, нарязано на ситно, и се вари до омекване. След това се прибавят брашното и доматиеното пюре, размити в малко студена вода. Накрая се пуска да ври наденицата, нарязана на колелца. Супата се опитва на вкус и ако е необходимо, се посолява. Вари се още 15–20 минути, поръсва се с чубрицата и се сваля от огъня. Поднася се топла.

ЧОРБА ОТ КОПРИВА

(с. Момчиловци)

Продукти: коприва 0,5 кг (3 шепи), лук 50 г (1 глава), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), домати 150 г (2–3 бр.), ориз (фиде) 40 г, прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и магданоз на вкус.

В мазнината се задушава нарязаният на ситно лук. Прибавят се червеният пипер и настърганите на ренде домати. След задушаването на доматиите се прибавя копривата, предварително измита и нарязана на ситно. Когато поомекне копривата, сместа се посолява, залива се с 5 чаени чаши топла вода и се кипва. Прибавя се оризът и се вари до готовност. Готовата чорба се подправя с топлото мляко, поръсва със ситно нарязани магданоз и се поднася.

ЧОРБА ОТ ЛЕЩА

(Чепеларе)

Продукти: леща 200 г (1 чаена чаша), моркови 50 г (1 бр.), кромид лук 100 г (2 глави), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), чесън 4–5 скилидки, чубрица, оцет и сол на вкус.

Лещата се почиства и измива добре, поставя се в съд със студена вода и се вари на тих огън заедно с мазнината и ситно нарязаните лук и моркови. След сваряването ѝ се прибавят нарязаните скилидки на чесъна, стрита яубрица и сол на вкус. Чорбата се вари още десетина минути. При поднасянето ѝ се подправя с оцет на вкус.

ЧОРБА ОТ ЛЕЩА И САЗДЪРМА

(Чепеларе)

Продукти: леща 250 г (3/4 чаена чаша), саздърма 250 г, кромид лук

100 г (2 глави), сол на вкус.

Лещата, след като се изчисти и измие, се залива с 6 чаени чаши топла вода, посолява се и се вари заедно с нарязания на ситно лук. Накрая се прибавя саздърмата. След 5–6 минути чорбата се сваля от огъня и се поднася.

ЧОРБА ОТ ПИПЕРКИ И СИРЕНЕ

(Велинградско)

Продукти: сирене 100 г, пиперки 200 г (5 бр.), кромид лук 100 г (1–2 глави), брашно 5 г (1 чаена лъжичка), растително масло 20 мл (2 супени лъжици), черен пипер и сол на вкус.

Лукът и пиперките, нарязани на дребно, се пускат в кипяща подсолена вода и се варят до омекване. Прибавя се мазнината, а след това сиренето, натрошено и оваляно в брашното. След десетина минути чорбата се отстранява от огъня, поръсва се с черен пипер и се поднася.

ЧОРБА ОТ ПРАЗ И СИРЕНЕ

(Берковско)

Продукти: праз лук 300 г (3 стръка), брашно 20 г (2 супени лъжици), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), сирене 150 г, яйца 2 бр., кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Празът се нарязва на парченца и се сварява в подсолена вода. Прибавят се леко препеченото брашно, размито в студена вода, и мазнината. След десетина минути се прибавя сиренето, натрошено на едри парченца. Супата се вари още 5–10 минути, сваля се от огъня и се застроява с яйцата и киселото мляко. Поднася се със ситно нарязан магданоз и черен пипер.

ЧОРБА ОТ ПРЕСЕН ЧЕСЪН

(Хасковско)

Продукти: пресен чесън 3 връзки, растително масло 40 мл (4 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), копър 1 връзка, сол на вкус.

Чесънът, нарязан на дребно, се вари до омекване с подсолена вода.

Прибавят се леко препеченото брашно и мазнината. Чорбата се вари още десетина минути. Отстранява се от огъня и се поръсва със ситно нарязания копър. Поднася се студена.

ЧОРБА ОТ ПРЯСНО ЗЕЛЕ СЪС СЛАНИНА

(Шуменско)

Продукти: прясно зеле 800 г, лък 50 г (1 глава), солена сланина 200 г, брашно 20 г (2 супени лъжици), свинска мас 50 г (5 супени лъжици), яйце 1 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), черен пипер, кимион и сол на вкус.

Нарязаното на дребно зеле се залива с 6 чаени чаши топла подсолена вода и се слага на огъня да ври. Като омекне зелето, към него се прибавят задушеният в мазнината ситно нарязан лук заедно с нарязаната на кубчета сланина и брашното. Чорбата се доварява на тих огън. Подправя се със ситно счуканите черен пипер и кимион, застроява се с чйцето и киселото мляко и се поднася.

ЧОРБА ОТ СВИНСКО МЕСО

(Кюстендилско)

Продукти: свинско нетлъсто месо 400 г, свинска мас 20 г (1 супена лъжица), яйца 2 бр., брашно 10 г (1 супена лъжица), лук 50 г (1 глава), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета и се посолява. Залива се със 7–8 чаени чаши студена вода и се оставя да ври на тих огън. В мазнината се задушава ситно нарязаният лук заедно с брашното и се прибавя към месото. Когато се сvari месото, чорбата се застроява с яйцата и киселото мляко и веднага се поднася.

ЧОРБА ПО ШОПСКИ

(Софийско)

Продукти: свинско месо, прошарено със сланина, 400 г, праз лук 100 г (2 стръка), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), картофи 100 г (1–2 бр.), ориз 150 г (7–8 супени лъжици), няколко зърна черен пипер, 1 лютива пиперка, сол на вкус.

Месото се нарязва на ситно и се пържи до зачервяване в собствена-та мазнина. Прибавя се ситно нарязаният праз и се задушава, а след това се слага червеният пипер и се наливат 3–4 чаени чаши зелен сок и 2–3 чаени чаши гореща вода. Когато заври течността, се прибавят оризът и картофите, нарязани на кубчета, едро счуканият черен пипер и сол на вкус. Чорбата се вари до готовност. Поднася се гореща. Към нея по желание се прибавя препечена лютива пиперка.

ШКЕМБЕ-ЧОРБА

Продукти: шкембе (говеждо, телешко, свинско) 1 бр. (около 500–600 г), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус, чесън и оцет за подправка.

Шкембето се попарва с вряща вода за 2–3 минути и веднага се остъртва с остър нож откъм вътрешната страна. След това се изчиства и откъм външната страна, като зацапаните места се измиват или се остъртват с нож заедно с ципата. Отново се измива, поставя се в тенджерата и се залива със студена вода. Вари се, като се долива постоянно вода. За сваряването на говеждо шкембе са необходими 3–7 часа, за телешко 2–3 часа, за агнешко – от 30 до 60 минути. Докато се вари, шкембето трябва да е покрито с вода. Свареното шкембе се изважда от тенджерата и се накълзва на парченца, а бульонът се посолява и се вари още 15–20 минути, като към него се прибавят червеният пипер, прясното мляко и мазнината. При поднасянето в чиниите се слага от накълзаното шкембе и се залива с горещия бульон. За подправка се поднася отделно счукан чесън и оцет.

ШОПСКА РЯДКА ЧОРБА

(Софийско)

Продукти: шарено свинско месо 250 г, праз лук 200 г (1–2 стръка), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), картофи 100 г (1–2 бр.), ориз 50 г (1/4 чаена чаша), лютива пиперка 1 бр., черен пипер и сол на вкус.

Месото се задушава в собствена мазнина. Прибавя се ситно нарязаният праз и също се задушава. Като омекне, празът се поръсва с червеният пипер и се залива с 3 чаени чаши зелен сок и 3 чаени чаши топла

вода. Щом заври течността, се прибавят картофите, нарязани на кубчета, оризът, сол, ако е необходимо, и лютивата пиперка. Чорбата се доварява, сваля се от огъня и се поръсва с черен пипер.

ЯСТИЯ СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

ВЕГЕТАРИАНСКИ КЮФТЕТА

(Пловдивско)

Продукти: карфиол 200 г (1 глава), грах консерва 200 г (1/4 буркан), целина 50 г (1 глава), брашно 200 г (1 чаена чаша), яйца 3 бр., сухар 150 г (2 филии), магданоз, сол, растително масло за пърженето.

В подсолена вода се сваряват карфиолът, накъсан на цветчета, грахът и целината, нарязана на парчета. Отцеждат се от водата и се претриват през цедка. Прибавят се брашното, двете яйца, ситно нарязаният магданоз и сол. От сместа се правят кюфтета, които се овалват в счукаения сухар, а след това в разбитото яйце и се изпържват в сторещената мазнина.

Поднасят се топли със салата от червени домати и магданоз.

ДОМАТИ С ЯЙЦА И СИРЕНЕ НА ФУРНА

(Тракия)

Продукти: домати 1 кг (10–12 бр.), масло 100 г (1/2 чаена чаша), лук 150 г (3 глави), сирене 150 г, прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), брашно 20 г (2 супени лъжици), яйца 3 бр., магданоз и сол на вкус.

Ситно нарязаният лук се задушават в част от маслото с 2–3 ситно нарязани домати. Прибавят се останалите домати, нарязани на едро, и брашното. Сместа се разбърква няколко пъти на огъня и се изсипва в съд, намазан с масло, заедно с натрошеното или настъргано сирене и разбитите в млякото яйца.

Ястието се посолява на вкус и се пече в средно силна фурна. Към края на печенето се поръсва с останалото масло и ситно нарязан магданоз. Поднася се топло.

ЗЕЛЕН ФАСУЛ НА ФУРНА

(Харманлийско)

Продукти: зелен фасул 1 кг, кисело мляко 200 г (1 чаена чаша),

сухар 75 г (1 филия), яйца 2–3 бр., краве масло 60 г (1/2 пакетче), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и магданоз на вкус.

Почистеният, измит и нарязан на дребно фасул се сварява в подсолена вода, след което се отцежда и се смесва със счукания сухар, червения пипер, яйцата и киселото мляко. Сместа се посолява и се изсипва в тавичка. Отгоре се поставят парченца от маслото и се поръсва със ситно нарязан магданоз. Ястието се пече във фурна. Поднася се с филийки от твърдо сварените яйца.

ЗЕЛЕН ФАСУЛ ПО МАНАСТРИСКИ

Продукти: зелен фасул 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (1–2 глави), чесън 1 глава, моркови 150 г (2–3 бр.), домати 200 г (2–3 бр.), джанки 100 г (1/2 чаена чаша), брашно 10 г (1 супена лъжица), магданоз 1/2 връзка, джоджен и сол на вкус.

Фасулът се почиства от връхчетата и конците, нарязва се и се измива, посолява се и се поставя в съда за готвене. Към него се прибавят растителното масло, лукът (кромид и чесън), нарязан на ситно, морковите, нарязани на кръгчета, доматиите, нарязани на ситно, и джанките. Разбъркват се и се заливат с топла вода (да ги покрие). Похлупват се плътно с капак и се сваряват на умерен огън. Накрая се прибавя брашното, размито с малко студена вода. След като поври още няколко минути, ястието се сваля от огъня и се поръсва със ситно нарязаните магданоз и джоджен.

ЗЕЛЕН ФАСУЛ С МАСЛО

(с. Малка Арда, Смолянско)

Продукти: зелен фасул 1,5 кг, краве масло 125 г (1 пакетче), сол и чесън на вкус.

Почистеният фасул се начупва и се измива, пуска се във вряща подсолена вода и се вари на тих огън до омекване. Маслото се запързва леко и се прибавя към сварения фасул. След малко ястието се сваля от огъня и се поднася със счукан чесън.

КАПАМА С ЛАПАД

Продукти: лапад 1,5 кг (8 шепи), краве масло 100 г (3/4 пакетче), джоджен 1/4 връзка, чубрица 1 срък, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сушени червени пиперки 5 бр., лютиви пиперки (по желание) и сол на вкус.

Листата на лапада се измиват добре и се почистват от дръжките. Наредват се на редове в широк плитък съд цели или едро нарязани, като се поръсват с чубрица, джоджен, сол и червен пипер и тук-там се слагат червени пиперки и по желание лютиви пиперки. Върху последния ред се слагат дребни бучици масло. Поливат се с малко вода, захупват се и се задушават на тих огън до пълно омекване. Накрая при отхлупен капак могат да се запекат на фурна.

КЮФТЕТА ОТ ТИКВИЧКИ

(Смолян)

Продукти: тиквички 1,5 кг, яйца 5 бр., галета 100 г (1 чаена чаша), растително масло 200 мл (1 чаена чаша), магданоз 1 връзка, сол и черен пипер, кисело мляко и чесън на вкус.

Тиквичките се обелват, настъргват се на ренде, посоляват се и се отцеждат 10–15 минути, след което се изтискват добре. Към тях се прибавят яйцата, галетата, ситно нарязаният магданоз и смленият черен пипер. Сместа се опитва на сол и се разбърква добре. От нея с лъжица се оформят кюфтета, които се пускат в сгорещената мазнина. След изпържането им от едната страна се обръщат да се изпържат и от другата страна.

Поднасят се с полученото с чесъна кисело мляко.

КЮФТЕТА ОТ ТИКВИЧКИ

(Варненско)

Продукти: тиквички 1 кг, яйца 2 бр., брашно 20 г (2 супени лъжици), краве сирене 200 г, магданоз 1/2 връзка, копър 1/2 връзка, кисело мляко 0,5 кг (1 кофичка), чесън 5–8 скилидки, растително масло за пърженето.

Тиквичките се обелват и се настъргват на едро ренде, посоляват се

и се изстискват от водата. Към тях се прибавят яйцата, брашното, магданозът и копърът, нарязани на ситно, и натрошеното сирене. С голяма супена лъжица се изсипва смес в сгорещената мазнина и се изпържват кюфтетата.

Поднасят се топли с киселото мляко, разбито със счукания чесън.

КЮФТЕТА ОТ ТИКВИЧКИ И КАРТОФИ

(Берковско)

Продукти: тиквички 800 г (3–4 бр.), картофи 300 г (5–6 бр.), яйца 3 бр., магданоз 1/2 връзка, брашно 20 г (2 супени лъжици), сол и черен пипер на вкус, растително масло за пърженето.

Картофите се сваряват, обелват се и се прекарват през преса. Тиквичките се обелват, настъргват се на ренде и се прибавят към картофите заедно със ситно нарязания магданоз, двете яйца, черен пипер и сол. От сместа се правят кюфтета, които се овалват в брашното, а след това в разбитото яйце и се изпържват в силно сгорещената мазнина.

Поднасят се топли със зелена салата.

МУСАКА С ТИКВИЧКИ

(Смолян)

Продукти: тиквички 1 кг (6–7 бр.), прясно мляко 400 мл (2 чаени чаши), яйца 3 бр., домати 150 г (2–3 бр.), растително масло 150 мл (2/3 чаена чаша), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, черен пипер и сол на вкус.

Тиквичките се остъргват и се нарязват на кръгчета, посоляват се и се оставят да се отцеждат 10–15 минути, след което леко се запържват в част от мазнината.

В останалата мазнина се задушават настърганите на ренде домати. Прибавя се оризът заедно с черния пипер, залива се с 1 чаена чаша топла вода и се вари, докато поеме водата, след което се разбърква със ситно нарязания магданоз.

В тавичка се нареждат на пластове тиквичките и оризът, като се започва и завършва с пласт от тиквички. Ястието се залива с разбитите с прясното мляко яйца и се пече в средно силна фурна.

ПЕЧЕНИ ТИКВИЧКИ С КРОМИД

Продукти: тиквички 1 кг (6–7 бр.), кромид лук 200 г (3–4 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), ориз 50 г (1/4 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, брашно 20 г (2 супени лъжици), домати 150 г (2–3 бр.), сок от сварени и прецедени домати 250 мл (1 чаена чаша), сол, червен и черен пипер на вкус.

Тиквичките се измиват, обелват се и се нарязват на колелца. В мазнината се задушава до златисто оцветяване ситно нарязаният лук, а след това се прибавят обелените и ситно нарязани домати. След задушаването на доматите се прибавят оризът заедно със ситно нарязаният магданоз, червеният пипер и черният пипер. Сместа се посолява на вкус, разбърква се и се изсипва в тавичка. Отгоре се нареждат керемидообразно посолените и оваляни в брашното тиквички.

Ястието се полива с доматения сок и се пече до зачервяване. Поднася се студено.

ПИПЕРКИ НА ФУРНА

(Великотърновско)

Продукти: пиперки 1,5 кг (15–20 бр.), растително масло 60 мл (3 супени лъжици), сирене 250 г, прясно мляко 600 мл (3 чаени чаши), яйца 3 бр., черен пипер и сол.

Пиперките се изчистват от семето и се нарязват на парченца. Задушават се в мазнината и се изсипват в тавичка. Заливат се с прясното мляко и разбитите яйца, поръсват се с настърганото сирене и черен пипер, посоляват се, ако е необходимо, и се пекат във фурната, докато повърхността на ястието се зачерви леко.

ПИПЕРКИ С ОРИЗ

(Берковско)

Продукти: сушени пиперки около 300 г (10 бр.), лук 150 г (2–3 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), брашно 10 г (1 супена лъжица), яйца 2 бр., ориз 200 г (1 чаена чаша), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Пиперките се изчистват от семето и се попарват във вряла вода.

Лукът се нарязва на ситно и се задушава в мазнината, след което се разбърква с червения пипер. Прибавят се оризът, залива се с 2 чаени чаши топла вода, посолява се и се вари, докато поеме водата. Сваля се от огъня и се оставя да се охлади, след което се смесва със ситно нарязания магданоз и счукания черен пипер. Със сместа се пълнят пиперките. Посипват се с малко брашно и се нареждат в тенджерата. Заливат се с топла вода и се варят на тих огън до готовност. Към края на варенето се поливат с разбитите заедно с киселото мляко яйца.

ПИПЕРКИ С ЧЕРВЕНИ ДОМАТИ И ЯЙЦА

(Кюстендилско)

Продукти: пиперки 1 кг (10–12 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 0,5 кг (5–6 бр.), яйца 5 бр., черен пипер, магданоз и сол.

Пиперките се изчистват от семето, нарязват се на ивици и се задушават в мазнината с малко сол, докато поомекнат. Прибавят се доматиите, нарязани на ситно, и се задушават, докато се изпари водата. След това се прибавят разбитите яйца, ситно нарязаният магданоз и черен пипер. Сместа се посолява на вкус и се доизпържва.

Готовото ястие се поднася топло.

ПИПЕРКИ СЪС СИРЕНЕ И ЯЙЦА

(Великотърновско)

Продукти: пиперки 1 кг (10–12 бр.), растително масло 100 мл (5 супени лъжици), яйца 5 бр., сирене 100 г, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и магданоз.

Пиперките се изпичат, обелват се и се почистват от семето, след което се нарязват на ивици и се запържват леко в мазнината. Прибавят се натрошеното сирене, яйцата, червения пипер и сол на вкус. Запичат се леко във фурната и се поднасят, поръсени със ситно нарязан магданоз.

ПЪРЖЕНИ ПИПЕРКИ И КАРТОФИ

(с. Забърдо, Смолянско)

Продукти: пиперки 1 кг (12–15 бр.), картофи 1 кг (10–12 бр.), растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), кисело мляко 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), брашно 50 г (5 супени лъжици), сол и чесън на вкус.

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семето и се посоловат, след което се овалват в брашното и се изпържват в мазнината.

Картофите се измиват, обелват се, нарязват се на четвъртинки и също се изпържват.

При поднасяне в чинията се нареждат пиперки и картофи, а в единия край се поставя подлукеното с чесъна кисело мляко.

ПЪРЖЕНИ ПИПЕРКИ СЪС СОС

Продукти: пиперки 1 кг (12–15 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), чесън 10 скилидки, сок от сварени и прецедени домати 200 мл (1 чаена чаша), оцет 10 мл (1 супена лъжица), магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Пиперките, предварително измити и подсушени, се изпържват в мазнината до зачервяване, след което се нареждат в чиния. В същата мазнина се пържат около 1 минута скилидките на чесъна. Прибавя се доматения сок заедно с оцета и се вари 1 минута. С получения сос, посолен на вкус, се заливат пиперките. Отгоре се поръсва ситно нарязания магданоз.

Поднасят се студени.

СПАНАК С КИСЕЛО МЛЯКО

Продукти: спанак 0,5 кг, кисело мляко 0,5 кг (1 кофичка), краве масло 50 г (2 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и чесън на вкус.

Спанакът се почиства и измива, след което се задушава до омекване, скълзва се на ситно и се разбърква със счукания чесън, киселото мляко и леко запърженото с червения пипер масло.

СПАНАК С ОРИЗ

(Пловдивско)

Продукти: спанак 750 г, кашкавал 100 г, ориз 300 г (1 и 1/2 чаени

чаши), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Изчистеният и измит спанак се сварява в подсолена вода, отцежда се и се сварява на ситно. Оризът се задушава в мазнината, след което се залива с топла вода и се вари до полуомекване. Прибавят се част от кашкавала, настърган на едро ренде, черният пипер и червеният пипер.

В намазана с масло тавичка се изсипва половината от спанака. Върху него се разстила оризът. Отгоре се изсипва останалият спанак и се настъргва останалата част от кашкавала. След това ястието се запича в умерена фурна.

ТИКВИЧКИ НА ФУРНА

(Пловдивско)

Продукти: тиквички 1 кг (6–7 бр.), растително масло 40 мл (2 супени лъжици), брашно 20 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), кисело мляко 600 г (3 чаени чаши), чесън 7–8 скилидки, сол на вкус.

Тиквичките се обелват и се нарязват на колелца, посоляват се и се оставят да се отцедят от водата. В намазана с мазнина тавичка се нареждат тиквичките, като се застъпват, поръсват се с брашно, червен пипер и мазнина и се пекат в средно гореща фурна до зачервяване.

Ястието се поднася със счукания чесън и киселото мляко.

ТИКВИЧКИ С КАШКАВАЛ

(Варненско)

Продукти: тиквички 300 г (3–4 бр.), пиперки 200 г (3–4 бр.), кашкавал 100 г, прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), доматиено пюре 1 чаена лъжичка, яйца 2 бр., краве масло 1 супена лъжица, магданоз и сол на вкус, кисело мляко 0,5 кг (1 кофичка).

Тиквичките се обелват и се нарязват на колелца, след което се сваряват в подсолена вода. Пиперките се изпичат, обелват се и се изчистват от семето.

В намазана с масло тавичка се нареждат последователно редове от тиквички и пиперки, като се поръсват с настърган кашкавал. Завършва се с ред от тиквички.

Яйцата се разбиват с прясното мляко. Прибавят се доматиеното пюре, разтворено в малко студена вода, и ситно нарязаният магданоз. С получената смес се заливат тиквичките и пиперките. Отгоре се поставят парченца от маслото.

Ястието се запича в силна фурна до зачервяване. Поднася се с киселото мляко.

ТИКВИЧКИ С ОРИЗ

(с. Мало Конаре, Пазарджишко)

Продукти: тиквички 850 г (6–7 бр.), пресен кромид лук 200 г (1–2 връзки), ориз 200 г (1 чаена чаша), домати 200 г (2–3 бр.), растително масло 100 г (1/2 чаена чаша), копър, магданоз, черен пипер и сол на вкус.

В мазнината се задушават ситно нарязаният лук и нарязаните на кубчета тиквички. Прибавят се обелените и ситно нарязани домати и също се задушават леко. Сместа се залива с топла вода и се посолява. След като заври, към нея се прибавя оризът. Ястието се вари 5–6 минути, след което се изсипва в тавичка заедно със ситно нарязаните магданоз и копър и счукан черен пипер и се запича във фурна.

ЯХНИЯ С ТИКВИЧКИ

(Смолян)

Продукти: тиквички 1 кг (5–6 бр.), кромид лук 200 г (3–4 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 150 г (2–3 бр.), брашно 30 г (3 супени лъжици), копър 1 връзка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и черен пипер на вкус.

Ситно нарязаният лук се задушава в мазнината до златисто оцветяване. Прибавят се последователно червеният пипер, доматиите, настъргани на ренде, тиквичките, нарязани на кръгчета, сол и смлян черен пипер. Заливат се с топла вода (да се покрият) и се варят на тих огън, докато омекнат тиквичките. Прибавя се брашното, размито в малко студена вода. Ястието се доварява и се сваля от огъня. Поръсва се със ситно нарязания копър и се поднася.

Ястия с яйца, сирене и мляко

БЪРКАНИ ЯЙЦА

Продукти: яйца 10 бр., краве масло 125 г (1 пакетче), сол на вкус.

Яйцата се разбъркват предварително с малко сол, но така, че белтъкът и жълтъкът да не се размесят напълно. Изсипват се в сгорещеното масло и се пържат, докато се пресекат, без да прегорят. Готовите яйца трябва да са меки и рехви, като тук-там личи белтъкът. Могат да се поднесат върху сирене, кашкавал или колбаси, нарязани на кубчета или ивички и леко запържени в масло.

ЗАБУЛЕНИ ЯЙЦА ВЪРХУ ФИЛИЙКИ ОТ ХЛЯБ

Изрязват се правоъгълни филийки от бял хляб, които се потопяват в разбито яйце и се изпържват леко. Върху тях се поставят „забулени“ яйца, приготвени по описания по-горе начин. Поднасят се полети с топъл сос – доматиен, гъбен и др.

КЮФТЕТА С ЯЙЦА

(Странджанско)

Продукти: яйца 10 бр., кашкавал 300 г, магданоз 1 връзка, сухар 200 г (3 филии), сол и черен пипер, растително масло за пържене на кюфтетата.

Яйцата се разбиват и към тях се прибавят ситно смленият сухар, настърганият кашкавал, ситно нарязаният магданоз, сол и черен пипер на вкус. Сместа се разбърква добре. Със супена лъжица се сипва по малко от приготвената смес в сгорещената мазнина и се изпържват кюфтетата. Поднасят се с доматиен сос и салатата според сезона.

ПЪРЖЕНИ ЯЙЦА НА ОЧИ

Продукти: яйца 10 бр., мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), малко сол и червен пипер.

Мазнината се загръва леко и в нея се прибавя малко сол и червен пипер. Отгоре се счупват яйцата, като се внимава да не се разляят. Пържат се на умерен огън, докато желтъкът се забули леко от побелелия белтък. По желание могат да се поръсят с черен пипер.

СИРЕНЕ ПО БАНСКИ

Продукти: овче сирене 0,5 кг, червени домати 150 г (2–3 бр.), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), яйца 5 бр., газирана вода 250 мл, червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), лютиви пиперки 2 бр.

В пръстен съд се слага сиренето (натрошено или цяло). Върху него се поставят нарязаните на колелца домати и маслото. Захлупва се с капак и се задушава около 10 минути. Яйцата се разбиват с газираната вода и се изливат върху сиренето. Отново се поставя капакът и ястието се държи на огъня, докато повърхността му пожълтее. Поръсва се с черен пипер и се поднася.

СИРЕНЕ ПО ОВЧАРСКИ

Продукти: сирене 0,5 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), сол, червен пипер и черен пипер на вкус.

Лукът се нарязва на ситно, посолжава се и се претрива с ръце, изтиска се и се смесва с размачканото сирене, червен пипер и черен пипер. Сместа се разбърква, изсипва се в чиния и се оформя на купчинка.

Ако сиренето е много солено, се изкисва предварително. Най-добре е да се използва прясно неосолено сирене.

СИРЕНЕ ПО РОДОПСКИ

Продукти: сирене 0,5 кг, домати 150 г (3–4 бр.), кромид лук 100 г (1–2 глави), масло 100 г (1/2 чаена чаша), яйца 5 бр., зелени пиперки 5 бр., магданоз 1 връзка.

В глинен съд се задушават ситно нарязаният лук и част от доматиите, нарязани на дребно, като се прибавя част от маслото. След това се слага сиренето, нарязано на филийки, и се поръсва със ситно нарязаният магданоз. Отгоре се счупват яйцата и се оградят с нарязаните на колелца домати. Посолжават се, поливат се с останалото масло и пекат във фурна.

СИРЕНЕ С ЯЙЦА

(Смолян)

Продукти: сирене 0,5 кг, краве масло 125 г (1 пакетче), домати 150 г (2–3 бр.), яйца 5 бр., лютиви пиперки 5 бр., магданоз и сол на вкус.

На дъното на керамичен съд се поставя част от маслото, а над него – сиренето, нарязано на филийки. Поръсва се ситно нарязаният магданоз и се нареждат доматиите, нарязани на филийки. Върху тях се поставят бучици от останалото масло и лютивите пиперки. Отгоре се счупват яйцата, като се внимава да не се разлеят.

Ястието се похлупва с капак и се пече в средно силна фурна.

СИРЕНЕ С ЯЙЦА

(с. Мало Конаре, Пазарджишко)

Продукти: сирене 400 г, яйца 8 бр., краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка).

Маслото се сгорещява и в него се прибавят натрошеното сирене и червеният пипер. Когато омекне сиренето, се изсипват предварително разбитите яйца. Сместа се разбърква и се държи на огъня, докато побелее белтъкът на яйцата.

ЯЙЦА НА ОЧИ ПО ДОБРУДЖАНСКИ

Продукти: яйца 10 бр., краве масло 125 г (1 пакетче), оцет 1 супена лъжица, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол.

В съд с вряща, подсолена и подкиселена с оцета вода се пускат от ниско счупените яйца, веднага след което съдът се сваля от огъня. Когато белтъкът побелее и забули желтъка, съдът отново се слага на огъня. Яйцата се изваждат с решетеста лъжица и се поставят в широка чиния, заливат се с препърженото масло, оцветено с червения пипер, и се поднасят с качамак или пържени филии.

ЯЙЦА НА ОЧИ ПО ПАНАГЮРСКИ

Продукти: яйца 10 бр., сирене 400 г (2 чаени чаши), масло 125 г (1

пакетче), сол и червен пипер, кисело мляко 1 кг (2 кофички), малко оцет.

Яйцата се счупват от ниско в съд с вряща, леко подсолена и подкиселена вода и се варят до побеляване на белтъка. Изваждат се с решетеста лъжица и се поставят в чиниите за сервиране върху подложка от сиренето (натрошено или нарязано на правоъгълни парчета) и киселото мляко. Заливат се със сгорещеното масло, оцветено с червен пипер.

По желание киселото мляко се подлучва със счукан чесън.

ЯЙЦА НА ОЧИ С ГЪБИ ПО ПАНАГЮРСКИ

Продукти: яйца 8 бр., гъби 200 г, масло 80 г (2/3 пакетче), оцет 10 мл (2 чаени лъжички), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Гъбите, нарязани на ивички, се задушават в част от мазнината до омекване, изсипват се в чиния, посоляват се и се поръсват с черен пипер, след което на повърхността им се правят вдлъбнатини чрез натискане с лъжица.

Във вряща подсолена и подкиселена с оцет вода се пускат внимателно счупените от ниско яйца и се варят до забулване на желтъка. Изваждат се с решетеста лъжица и се поставят в направените в гъбите вдлъбнатини, след което се поливат с останалата част от маслото, сгорещено и оцветено с червения пипер.

ЯЙЦА НА ОЧИ С ПРЕСЕН ЛУК

(Пловдив)

Продукти: яйца 10 бр., пресен кромид лук 5 връзки, краве масло 50 г (2–3 супени лъжици), магданоз 1 връзка, сол на вкус.

Лукуът се измива и се нарязва на ситно, след което се смесва със ситно нарязания магданоз, разпределя се в 5 глинени гювечета и се задушават с добавка на сол и по 1 супена лъжица вода. Счупват се от ниско яйцата – по 2 в гювече, и ако има нужда, се добавя по малко вода. Похлупват се и се запичат във фурна до леко забулване на желтъка от втвърдения белтък.

ЯЙЦА НА ОЧИ С ПЮРЕ ОТ КАРТОФИ

(Великотърновско)

Продукти: яйца 10 бр., краве масло 60 г (1/2 пакетче), картофи 6–7 бр., прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), магданоз и сол.

Яйцата се изпържват на очи в маслото. Посоляват се и се нареждат в голяма широка чиния, като се поръсват със ситно нарязан магданоз.

Кртофите се сваряват, обелват се и се прекарват през преса. Полу-ченото пюре се залива с прясното мляко и се вари до сгъстяване. Подп-равя се с маслото и сол на вкус и се изсипва в чинията с яйцата във фор-ма на венец.

ЯЙЦА НА ОЧИ С ПЮРЕ ОТ КАРТОФИ НА ФУРНА

(Средногорието)

Продукти: яйца 10 бр., картофи 8–10 бр., прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), краве масло 60 г (1/2 пакетче), кашкавал 300 г, черен пи-пер, сол на вкус.

Картофите се сваряват, обелват се и се прекарват през преса. Към тях се прибавят настърганият кашкавал, прясното мляко, черен пипер и сол на вкус. Сместа се изсипва в намзана с масло тавичка и на повърх-ността ѝ се правят вдлъбнатини, в които се пуска по 1 яйце, счупено от ниско, и се поставят парченца от маслото. Ястието се запича в гореща фурна и се поднася топло.

ЯЙЦА НА ОЧИ СЪС СОС

(Средногорието)

Продукти: яйца 10 бр., пиперки 5–6 бр., брашно 30 г (3 супени лъ-жици), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сол, черен пипер, ли-монова киселина.

Във връща, подсолена и подкиселена вода се пускат внимателно счупените от ниско яйца и се варят, докато се стегне белтъкът. Изваж-дат се с решетеста лъжица и се нареждат в широка чиния. Между тях се слагат пиперките, предварително опечени, обелени и нарязани на ивици. В сгорещената мазнина се запържва до златисто оцветяване брашното, след което се разрежда с топла вода. Полученият сос се посолява и се

подправя на вкус с лимоновата киселина, вари се до сгъстяване и се изсипва върху яйцата и пиперките.

ЯЙЦА НА ОЧИ СЪС СТАР ЛУК

(Пловдив)

Продукти: кромид лук 0,5 кг (6–7 глави), яйца 5 бр., растително масло 50 мл (5 супени лъжици), черен пипер 10 зърна, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Лукът се обелва, нарязва се на филийки и се задушават в малко вода до омекване. Прибавят се мазнината и счуканият черен пипер. Сместа се разбърква и се изсипва в малка тавичка. Отгоре се счукват от ниско яйцата. Поръсват се с червен пипер и сол на вкус и се запичат във фурна.

ЯЙЦА ПО СЕЛСКИ

Продукти: яйца 10 бр., картофи 300 г (4–5 бр.), пиперки Сиврия 1 кг (10 бр.), масло 100 г (1/2 чаена чаша), сирене 200 г, домати 200 г (2–3 бр.), магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

В разтопеното масло се задушават нарязаните на ситно и леко посолени пиперки, домати и предварително сварени картофи. Към тях се прибавят натрошеното сирене и разбитите яйца. По желание може да се прибави и лютива пиперка. Яйцата се посоляват леко и се изпържват, без да се разбъркват. Поръсват се със ситно нарязания магданоз и се изсипват в чиния.

ЯЙЦА С КАРТОФИ

(Коприщанско)

Продукти: яйца 6 бр., картофи 6–7 бр., растително масло за пържене.

Картофите се нарязват на кубчета и се изпържват в мазнината до зачервяване. Изсипват се яйцата и леко се разбъркват, посоляват се и се изпържват. Поднасят се със салата според сезона.

ЯЙЦА С КАШКАВАЛ НА ФУРНА

(Ямболско)

Продукти: яйца 5 бр., кашкавал 250 г, прясно масло 50 г (по-малко от 1/2 пакетче), магданоз и сол на вкус.

Кашкавалът се нарязва на 5 правоъгълни, средно дебели филийки, които се слагат в 5 намзани с масло гювечета. Върху всяка филийка от ниско се счупва по 1 яйце и се добавят ситно нарязан магданоз, малко сол и парченца от маслото.

Ястието се пече във фурна 10–20 минути. Поднася се топло в гювечетата.

ЯЙЦА С ЛУК И СЛАНИНА

Продукти: яйца 10 бр., кромид лук 150 г (2–3 глави), сланина 200 г, черен пипер и сол на вкус.

Сланината се нарязва на кубчета и се слага на огъня да се пържи. Прибавя се нарязаният на тънки ивички лук и се задушава до омекване. Посоляват се и се заливат с разбитите яйца. Пържат се, без да се разбъркват. Накрая се поръсват със счукан черен пипер.

ЯЙЦА С ЧЕРВЕНИ ДОМАТИ НА ФУРНА

(Великотърновско)

Продукти: яйца 10 бр., домати 5–6 бр., сол, черен пипер, магданоз, растително масло за пържене.

Доматите се нарязват на дебели кръгчета, които се запържват в силно сгорещената мазнина само от едната страна и се нареждат в намазана с масло тавичка. Върху всяко кръгче се счупва по 1 яйце, посолява се и се поръсва с черен пипер.

Ястието се запича в умерена фурна. Поднася се поръсено със ситно нарязан магданоз.

ЯЙЦА СЪС СИРЕНЕ НА ФУРНА

(Ямболско)

Продукти: яйца 6 бр., прясно мляко 400 мл (2 чаени чаши), брашно 30 г (3 супени лъжици), натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), прясно масло 20 г (1 супена лъжица), магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Яйцата се разбиват и към тях се прибавя брашното, размито с малко студено мляко. Изсипва се и останалото мляко и се прибавят ситно нарязаният магданоз и сол на вкус. Сместа се разбърква добре, изсипва се в намазана с масло тавичка, поръсва се с натрошеното сирене и се пече във фурна.

Ястието се поднася топло в съда, в който е приготвено.

ЯЙЦА, ПЪЛНЕНИ СЪС СПАНАК

(Добруджанско)

Продукти: яйца 10 бр., спанак 0,5 кг, кашкавал 150 г, краве масло 125 г (1 пакетче), прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), брашно 10 г (1 супена лъжица), сол и черен пипер.

Яйцата се сваряват и обелват. Отрязва се капаче откъм заострената част и внимателно се изважда жълтъкът. В подсолена вода се сварява спанакът, отцежда се от водата, нарязва се на ситно и се смесва със стритите жълтъци, настъргания кашкавал и черен пипер. С получената смес се пълнят яйцата. Захлупват се капачетата и се нареждат в тавичка, намазана с масло. Останалата плънка се смесва с прясното мляко и брашното и се изсипва между яйцата. На всяко яйце се поставя бучица масло. След това яйцата се запичат за около 10 минути в силна фурна.

ЯСТИЯ С АГНЕСКО МЕСО

АГНЕ, ПЪЛНЕНО СЪС ЗРЯЛ ФАСУЛ

(Берковско)

Продукти: 1 агне, зрял фасул 1 кг (5 чаени чаши), пресен кромид лук 3 връзки, растително масло 200 мл (1 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), магданоз 2 връзки, черен пипер и сол на вкус, растително масло за намазване на агнето 100 мл (1/2 чаена чаша).

Фасулът се сварява до омекване и се посолява. В мазнината се задушават нарязаният на дребно лук, а след това се прибавят червеният пипер, черният пипер, сварените и нарязани на малки парченца вътрешности на агнето, фасулът, ситно нарязаният магданоз и сол на вкус. Със сместа, след като се разбърка добре, се пълни агнето, предварително измито и осолено отвътре и отвън. Зашива се коремният отвор, след което агнето се намазва с мазнината и се пече в умерено гореща фурна.

АГНЕСКИ ШИШ

(Странджанския край)

Продукти: агнешко месо 1 кг, агнешки дреболии 300 г, краве масло 50 г (2 супени лъжици), черен пипер 10 зърна, червен пипер 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус.

Месото и дреболиите се нарязват на дребни парченца, посоляват се и се поръсват с червения и черния пипер, разбъркват се и се оставят да престоят 1–2 часа. След това се нанизват на дървен шиш, като се слага месо, дробче, месо, бъбрек, месо, момица, месо, дробче и т.н., и се пекат на жар.

През време на печенето се мажат с разтопено масло.

АГНЕСКИ ШИШ-КЕБАП С ГЪБИ

(Смолян)

Продукти: агнешко месо 1 кг, пиперки 250 г (4–5 бр.), пресни гъби 250 г (1 и 1/2 чаени чаши), сол, червен и черен пипер на вкус.

Месото се нарязва на по-дребни парчета, посолява се, поръсва се с червения и черния пипер и се разбърква. Пиперките се почистват от дръжките и семето и се нарязват на парчета. Гъбите се почистват добре и се измиват.

На дървен шиш се нанизват последователно месо, гъба, пиперка, месо и т.н. Пекат се на жар, като шишът се върти бавно. Поднасят се с прясна салата.

АГНЕСКО ГОРСКИ КЕБАП

(Странджанско)

Продукти: агнешко месо 1 кг (от предната част), мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), моркови 50 г (1 бр.), целина 50 г (1/2 глава), пресен кромид лук 3–4 връзки, доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), вино 200 мл (1 чаена чаша), сол, джоджен, чубрица, черен пипер и магданоз на вкус.

Месото, нарязано на дребни парчета, се запържва леко в мазнината. В същата мазнина след изваждането на месото се задушават до омекване морковите и целината, нарязани на дребни кубчета. След това се прибавя ситно нарязаният лук и също се задушава до омекване. Слага се доматиеното пюре и се връща месото. Прибавят се брашното, виното и подправките. Ястието се залива с 1 чаена чаша бульон или топла вода, посолява се и се оставя да ври на тих огън. След свалянето му от огъня се поръсва със ситно нарязан магданоз.

АГНЕСКО КНИЖЕН КЕБАП

(Пловдив)

Продукти: агнешко месо 750 г, кромид лук 750 г, топено масло 100 г (1/2 чаена чаша), бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), черен пипер няколко зърна, джоджен 1/2 връзка, магданоз 1/2 връзка, лютивипиперки 5 бр., сол 10 г (1 супена лъжица).

Месото се почиства от ципите и костите, нарязва се на малки късчета, поръсва се със солта, смления черен пипер, дребно нарязаните лук, магданоз и джоджен, виното и част от маслото и се оставя да престои 2–3 часа на хладно място, като се прибавят и целите лютивипиперки. Разделя се на порции и се увива в намазана с масло пергаментова

хартия. Пакетчетата се нареждат в тава, намазана с масло. Ястието се полива с останалото масло и се пече във фурна.

При поднасянето пакетчетата от месото се разрязват по средата.

АГНЕСКО МАГДАНОЗЛИЯ

(Пловдив)

Продукти: агнешко месо 750 г, краве масло 150 г (3/4 чаена чаша), пресен кромид лук 1 връзка, моркови 100 г (2 бр.), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица) или червени домати 200 г (3–4 бр.), магданоз 5 връзки, лимон 1/2 бр., яйце 1 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), черен пипер и сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета, поставя се в загрятата мазнина и се задушава до омекване заедно със ситно нарязания лук и настърганите моркови. След това се прибавят доматиеното пюре или ситно нарязаните домати и черният пипер. Ястието се залива с малко топла вода, посолява се и се вари на тих огън около 10 минути. Преди свалянето му от огъня се прибавят магданозът, нарязан на ситно, лимонът, нарязан на тънки парченца, и яйцето, разбито с киселото мляко.

Според рецептата на П. Р. Славейков месото се нарязва на парчета, залива се с вода и се оставя да поври няколко минути, след което се почиства от дребните кости. Нарязаният на кръгчета лук се поставя заедно с маслото върху месото. Ястието се залива с преценената вода, в която е вряло месото, посолява се и се вари на тих огън. Когато уври месото, се прибавя магданозът. След 5–6 минути ястието се сваля от огъня и се подправя с яйце и лимон.

АГНЕСКО МЕСО С ОРИЗ

(Пазарджик)

Продукти: агнешко месо 750 г, ориз 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), краве масло 50 г, сол и черен пипер на вкус.

Месото се нарязва на късчета, посолява се и се задушава в мазнина до полуготовност. Залива се с 4 и 1/2 чаени чаши вода (в съотношение 3:1 спрямо ориза) и се оставя да заври. Прибавя се почиственият и измит ориз и се вари 2–3 минути. Ястието се посолява, ако е

необходимо, изсипва се в тавичка и се пече в средно силна фурна. Изважда се от фурната, преди оризът да е поел всичката вода. Покрива се с кърпа и хартия, за да се задуши оризът, и се поднася.

АГНЕСКО С ГРАХ

(Пазарджик)

Продукти: агнешко месо 750 г, грах пресен 1,750 кг или грах консерва 1,200 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 150 г (2–3 бр.), кромид лук 150 г (2–3 глави), брашно 20 г (2 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета и се задушава в мазнината и малко вода. Прибавят се ситно нарязаният лук, червеният пипер, очистеният грах, обелените и нарязани на дребно домати и малко топла вода. Ако се използва грах консерва, той се прибавя, след като месото е почти готово. Ястието се оставя да ври на тих огън до готовност. Тогава се прибавят брашното, размито с малко студена вода, и сол на вкус. След като поври 10–12 минути, ястието се сваля от огъня и се поръсва със ситно нарязан магданоз.

АГНЕСКО С КАРТОФИ

(Кюстендилско)

Продукти: агнешко месо 750 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 50 г (1 глава), моркови 150 г (2–3 бр.), картофи 1 кг (10 бр.), сол, черен пипер, магданоз.

Месото се нарязва на парченца, слага се в тавичка заедно с лука, нарязан на ситно, морковите, нарязани на колелца, и мазнината. Посолява се, залива се с топла вода и се пече в умерена фурна, като от време на време се обръща. Когато е почти готово, се слагат картофите, нарязани на дължина. Ястието отново се пече до готовност. Поднася се поръсено с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

АГНЕСКО С ЛАПАД

(Пловдив)

Продукти: агнешко месо 750 г, лапад 1 кг (5 шепи), пресен кромид

лук 15–20 стръка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), брашно 20 г (2 супени лъжици), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), джоджен 2–3 стръка.

Месото се нарязва на парчета и се запързва в сторещената мазнина заедно със ситно нарязания лук. Прибавят се брашното и червеният пипер и се разбъркват няколко пъти. Изсипва се едро нарязаният лапад и също се задушава, докато омекне. Ястието се залива с топла вода, посолява се и се оставя да поври няколко минути на тих огън. Изсипва се в тавичка, поръсва се със ситно нарязания джоджен и се пече под връшник или във фурна.

АГНЕСКО С ТИКВИЧКИ

(Великотърновско)

Продукти: агнешко месо 750 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), лук 50 г (1 глава), брашно 10 г (1 супена лъжица), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), тиквички 700 г, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), сол и копър.

Месото се нарязва на парченца и се запързва в по-голяма част от мазнината. В същата мазнина след изваждането на месото се задушава лукът, нарязан на ситно, и брашното. Прибавят се доматиеното пюре и червеният пипер. Месото се връща отново, залива се с топла вода и се оставя да ври. Когато месото поомекне, се прибавят тиквичките, нарязани на кубчета и задушени в останалата част от мазнината. Ястието се вари още 20–30 минути. Поднася се с кисело мляко и ситно нарязан копър.

БАРДЕ-КЕБАП

(Хасковско)

Продукти: агнешко месо 750 г, кромид лук 350 г (5–6 глави), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), бяло вино 20 мл (2 супени лъжици), магданоз, чубрица, черен пипер, лютиви пиперки, джоджен, сол на вкус, брашно 20 г (2 супени лъжици).

Месото се почиства от костите, нарязва се на късчета, разбърква се със ситно нарязаните лук, магданоз, чубрица и джоджен, поръсва се с черен пипер и сол и се слага в гърне (барде) с голям отвор. Прибавят се

лютивите пиперки, виното, маслото и брашното. Ястието се похлупва с капака на гърнето, който се замазва с тесто, и се задушава до готовност във фурната. Поднася се с гърнето.

ГЕРГЪОВСКО АГНЕ

(Плиска)

Продукти: агне 1 бр., пресен кромид лук 3–4 връзки, булгур 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), магданоз 1 връзка, масло 200 г (1 чаена чаша), червен пипер, черен пипер на зърна, джоджен и сол на вкус.

Агнето се измива и се посолява отвътре и отвън. Дреболиите на агнето се измиват добре, възваряват се в подсолена вода и се нарязват на дребно, след което се задушават в мазнината заедно със ситно нарязаните магданоз и джоджен, заливат се с малко топла вода и се посоляват. Готовата смес се изсипва в тавичка, а върху нея се слага агнето, набодено тук-там със зърна от черен пипер, и се покрива с булото. Пече се в умерено гореща фурна до готовност.

ГЕРГЪОВСКО АГНЕ ПО АТОЛОВСКИ

(Ямболско)

Продукти: агне 1бр., краве масло 125 г (1 пакетче), пресен кромид лук 5–6 връзки, червен пипер 30 г (2–3 супени лъжици), сол на вкус.

Агнето се почиства и измива, посолява се отвън и отвътре, намазва се с маслото и червения пипер и се пече в умерено гореща фурна, като от време на време се полива с отделения в тавичката сос. Когато омекне месото, в тавичката се прибавят ситно нарязаният лук и малко вода. След това агнето се допича до готовност.

ГЕРГЪОВСКО АГНЕ ПО ЛОВЕШКИ

Продукти: 1 цяло агне с дреболиите, пресен кромид лук 5 връзки, ориз 100 г (1/2 чаена чаша), стафиди 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз 1 връзка, копър 1 връзка, джоджен 3–4 стръка, червен пипер 20 г (2 супени лъжици), масло 150 г (3/4 чаена чаша), сол на вкус.

Сварените в подсолена вода агнешки дреболии се нарязват на дребни парченца. В част от мазнината се задушават ситно нарязаният лук и

към него се прибавят червеният пипер, дреболиите, стафидите, ситно нарязаните магданоз, копър и джоджен, предварително свареният до омекване ориз и сол на вкус. С така приготвената смес се пълни предварително изчистеното, измито и осолено агне. След зашиването на отвора, през който е сложена плънката, агнето се намазва с масло, покрива се с булото и се поставя в тава, на дъното на която са наредени пръчици. В тавата се налива малко вода, за да остане агнето сочно при печенето. След поставяне на агнето в пещта, вратата ѝ се замазва.

ГОРСКИ ГЮВЕЧ

(Пиринския край)

Продукти: агнешко (овнешко, телешко) месо 750 г, мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), червени домати 0,5 кг (6–7 бр.), гъби 300 г (2 чаени чаши), пиперки 0,5 кг (8–10 бр.), лютиви пиперки 4–5 бр., ориз 100 г (1/2 чаена чаша), чесън 1 глава, чубрица, копър, магданоз и сол на вкус.

Месото се нарязва на дребни парчета и се запържва в сгорещената мазнина заедно със ситно нарязания кромид лук, след което се задушава с част от нарязаните на дребно червени домати, залива се с бульон или топла вода и се вари на умерен огън, докато омекне. Тогава се прибавят нарязаните на ивички гъби и пиперки, целите лютиви пиперки, обелените скилидки на чесън и сол на вкус. След 15–20 минути се прибавят оризът и останалите домати, нарязани на кръгчета. Ястието се залива с малко вода и се доварява на тих огън. Поръсва се със ситно нарязаните чубрица, копър и магданоз и се поднася.

ДРОБ-САРМА

(Пловдив)

Продукти: агнешки дреболии от 1 агне, агнешко було 1 бр., пресен кромид лук 2 връзки, мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), яйца 2 бр., доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), джоджен 1/2 връзка, черен пипер и сол на вкус.

Агнешките дреболии се сваряват в подсолена вода, след което се изваждат и се нарязват на ситно, а бульонът се прецежда в отделен съд. Ситно нарязаният лук се запържва леко в мазнината и към него се

прибавят оризът, дреболиите, черният пипер, ситно нарязаният джоджен и 1–2 чаши от бульона. След 15–20 минути съдът се отстранява от огъня.

Агнешкото було, предварително накиснато в хладка вода, се нарязва на парчета, в които се разпределя сместа от месото и ориза. Сармите се нареждат в тавичка, като загънатите краища на булото се оставят отдолу, заливат се с малко бульон и по 1 лъжичка от размитото с вода доматено пюре и се пекат в умерена фурна. Готовото ястие се полива с разбитите яйца и киселото мляко и се запича 10–15 минути в по-силна фурна.

ДРОБ-САРМА НА СКАРА ПО КРИЧИМСКИ

Продукти: агнешко було 1 бр., агнешки черен дроб 250 г, агнешки бърбечета 250 г, агнешки момици 250 г, агнешки далачета 250 г, джоджен 1/2 връзка, пресен кромид лук 1 връзка, сол и черен пипер на вкус.

Агнешките дреболии, нарязани на кубчета, и ситно нарязаният кромид лук се посоляват и се поръсват със счукан черен пипер, след което се разбъркват добре, увиват се в булото и се пекат на скара до зачервяване.

ЗАДУШЕНО АГНЕШКО МЕСО

(Пловдив)

Продукти: агнешко месо 750 г (за предпочитане е да бъде от плешката), магданоз с коренчетата 2 връзки, масло 100 г (1/2 чаена чаша), сол и червен пипер на вкус.

Месото се измива и се нарязва, като за кебап. Слага се в тенджерата заедно с маслото, пипера, солта, коренчетата от магданоза, нарязани на кръгчета, и 2 супени лъжици вода. Захлупва се с капак и след като заври, се оставя да се задушава бавно на слаб огън. Когато месото е почти готово, се прибавят ситно нарязаните магданозови листа.

КАПАМА ОТ АГНЕШКО МЕСО

Продукти: агнешко (телешко) месо 750 г, мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), пресен кромид лук 5–6 връзки, моркови 150 г (2–3 бр.),

доматено пюре 20 г (1 супена лъжица), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), червени домати 250 г (3–4 бр.), картофи 300 г (3–4 бр.), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), спанак 0,5 кг, магданоз и сол на вкус.

Месото се запържва леко в мазнината и се изважда. В същата мазнина се задушава част от ситно нарязания лук заедно с морковите, нарязани на кубчета. След омекването на морковите се прибавят доматеното пюре, брашното и червеният пипер. Заливат се с топла вода или бульон и се разреждат на сос, в който след кипването му се връща месото. Когато омекне месото, се слагаостаналата част от лука, нарязан на едро, а след това през промеждутъци от десетина минути се прибавят картофите, спанакът и доматиите, нарязани на едро. Ястието се доварява на слаб огън. Поръсва се със ситно нарязания магданоз и се поднася с кисело мляко.

КАПАМА ОТ АГНЕШКО МЕСО ПО ШУМЕНСКИ

Продукти: агнешко месо 1 кг, краве масло 100 г (4–5 супени лъжици), пресен кромид лук 4–5 връзки, пресен чесън 2–3 стръка, магданоз 1 връзка, джоджен 3–4 стръка, черен пипер 10–15 зърна, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус.

Почистеното, измито и нарязано на парчета месо се поставя в тенджерата и се задушава на тих огън заедно със ситно нарязаните лук и чесън, магданоз и джоджен, червеният пипер, мазнината и сол на вкус. Няколко минути преди да се снесе ястието от огъня, се прибавя брашното, размито с малко студена вода.

КАСАПСКИ ГЮВЕЧ

(Пловдивско)

Продукти: агнешки дреболии без бял дроб 300 г, агнешко месо 700 г, мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), червени домати 400 г (7–8 бр.), зелени пиперки 400 г (8–10 бр.), картофи 0,5 кг (6–7 бр.), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз, черен пипер и сол на вкус, лютив пиперки 5–6 бр.

Месото и дреболиите се нарязват на парчета и се пържат в мазнината заедно със ситно нарязания лук. Когато омекне лукът, се прибавят

2–3 ситно нарязани домата. След задушаването на доматиите се слага червеният пипер. Ястието се залива с бульон или гореща вода, посолява се и се оставя да ври. Когато омекне месото, се прибавят пиперките, изчистени от семето и нарязани на едро, и целите лютиви пиперки. След като ястието заври отново, се прибавят нарязаните на едро картофи и останалите червени домати. След десетина минути се слага изчистеният и измит ориз. Ястието се изсипва в тавичка, посолява се допълнително, ако е необходимо, и се слага в умерена фурна. След изпичането му се поръсва със ситно нарязан магданоз и счукан черен пипер.

КАША С АГНЕШКО МЕСО

(Пазарджишко)

Продукти: агнешко месо 750 г, брашно 50 г (5 супени лъжици), краве масло 125 г (1 пакетче), чесън 10 скилидки, оцет 10 мл (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Месото се отделя от костите, нарязва се на късчета и се слага да ври в съд с 4–5 чаени чаши подсолена вода. Брашното се запързва до порозовяване в половината от мазнината, след което при непрекъснато разбъркване се разрежда на каша с бульона от месото. Към кашата, след като поври десетина минути, се прибавят месото, черният пипер, счуканият чесън и оцетът. Ястието се вари още 10–15 минути. При поднасянето се полива с останалото масло, оцветено с червеният пипер.

МЛЕЧЕН КЕБАП ПО КАСАПСКИ

(Пловдивско)

Продукти: агнешко месо 750 г, агнешки дреболии 0,5 кг, краве масло 200 г (1 чаена чаша), пресен кромид лук 5 връзки, яйца 5 бр., прясно мляко 500 мл (2 и 1/2 чаени чаши), малки пиперки 2–3 бр., бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), джоджен, магданоз и сол на вкус.

Месото и дреболиите се нарязват на парчета и към тях се прибавят дребно нарязаните лук, пиперки, магданоз и джоджен. Поръсват се с червения и черния пипер, заливат се с виното, посоляват се и се слагат в пръстен гювеч. След изпичането ястието се полива с разбитите в млякото яйца и отново се запича.

МЛЕЧНИК С АГНЕШКО МЕСО

(Пиринския край)

Продукти: агнешко месо 750 г, овче кисело мляко 2 кг, яйца 8 бр., масло 125 г (1 пакетче), сол на вкус.

Месото се измива, посолява се, слага се в тавичка, полива се с мазнината и се пече, като от време на време се сипва по малко вода. Когато месото е вече опечено, в тавичката се изсипва млякото, разбито заедно с яйцата. След това ястието се запича в силна фурна.

ПЪЛНЕНО АГНЕ С ДРЕБОЛИИ И БУЛГУР

(Родопите)

Продукти: агне 1 бр., дреболиите на агнето, пресен кромид лук 10 връзки, булгур 1 кг (5 чаени чаши), мазнина 200 г (1 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), джоджен, черен пипер и сол на вкус.

Агнето се измива и се посолява отвътре и отвън. Дребнолите се измиват и се сваряват в подсолена вода. В мазнината се задушва ситно нарязаният лук и се разбърква с червения пипер, а след това се прибавят ситно нарязаните дреболии и джоджен, булгурът, предварително измит и запарен, черен пипер и сол на вкус. С тази смес се пълни агнето. Зашива се коремният отвор, през който е поставена плънката, след което агнето се покрива с булото, листа от лапад и др., за да се предпази от изгаряне, и се пече в пещ, вратата на която се замазва с пръст.

ПЪЛНЕНО ЯРЕ

(с. Настан, Смолянско)

Продукти: яре (агне) 1 бр., дреболиите на ярето (или агнето), пресен кромид лук 1–2 връзки, ориз 600 г (3 чаени чаши), масло 200 г (1 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), магданоз, джоджен и сол на вкус.

Ситно нарязаният лук се задушва в мазнината до омекване. Прибавят се предварително почистеният и измит ориз, сварените и нарязани на дребно дреболии, ситно нарязаните магданоз и джоджен. Сместа се залива с 3 чаени чаши бульон от дреболиите, посолява се и се вари, докато оризът поема водата. С така приготвената смес се пълни ярето,

предварително измито и осолено. След като се зашие коремния отвор, през който е поставена плънката, ярето се намзва с масло и червен пипер, покрива се с кърпата (булото) и се поставя в тава върху дървена скара (в тавата се сипва малко топла вода). Пече се до пълна готовност, като от време на време се полива с отделения в тавата сос и се обръща.

САРМА-КЕБАП

(Пловдив)

Продукти: агнешко месо 0,5 кг, агнешки дреболии 0,5 кг, агнешко було 1 бр., пресен кромид лук 3 връзки, домати 200 г (3–4 бр.), джоджен 1 връзка, краве масло 50 г (5 супени лъжици), черен пипер няколко зърна, сол на вкус.

Месото и дреболиите се скълцват със сатър и се разбъркват със ситно нарязаните лук и джоджен, обелените и изстискани от сока домати, счукания черен пипер, мазнината и сол. Сместа се оставя да отлежо 5–6 часа, след което се разпределя в нарязаното на парчета було. Порциите се увиват отделно като сарми и се пекаат на скара или в умерена фурна.

САРМА-КЕБАП

(Пловдивско)

Продукти: агнешко месо 750 г, агнешки дреболии 300 г, свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), краве масло 50 г, агнешко було 1 бр., пресен кромид лук 4 връзки, червени домати 200 г (3–4 бр.), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), джоджен и магданоз по 1/4 връзка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол 20 г (1 супена лъжица), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), черен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка).

Месото и дреболиите (бъбречета, момици, ядки) се нарязват на дребно и се изпържват в 1/2 от маста, след което се изваждат. В същата мазнина се запържва бялата част на лука, нарязана на дребно, разбърква се с доматиеното пюре и червения пипер и се залива с малко топла вода. В получения сос се връща месото и се прибавят зелените пера на лука, нарязани на едро, и обелените и нарязани на едро домати. Сместа се задушавя, докато остане на мазнина, посолява се, подправя се със смления черен пипер и дребно нарязаните джоджен и магданоз и се отстранява от огъня. Прибавя се оризът, предварително задушен в останалата част

от маста и малко вода, без да омекне напълно. Сместа се разбърква добре и се разпределя в нарязаното на парчета було, предварително накиснато във вода. Увитите в булото сарми се нареждат в тавичка, поливат се с разтопеното масло и се пекат във фурната. През време на печенето в тавичката отстрани се долива малко бульон или вода.

Готовото ястие се поднася с пържени картофи или кисело мляко.

САРМА-КЕБАП

(Хасково)

Продукти: агнешко месо или агнешки дреболици 1 кг, агнешко було 1 бр., пресен кромид лук 5 връзки, барашино 10 г (1 супена лъжица), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер няколко зърна, джоджен, магданоз, яйца 3–4 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Дреболиците или месото се нарязват на дребно и се запържват в стогрещената мазнина. След това се прибавят ситно нарязаният лук, брашното, червеният пипер, оризът, размитото в малко вода доматиено пюре. Сместа се посолява, залива се с 1 чаена чаша гореща вода или бульон и се оставя да ври, докато водата се поеме от ориза. Тогава се прибавя счукания черен пипер и ситно нарязаните джоджен и магданоз.

Булото се накисва в хладка вода и се нарязва на 5 парчета. Всяко парче се разстила в малка купичка или черпак и върху него се изсипва 1/5 част (1 шепя) от сместа. След това краищата на булото се загъват.

Така приготвените сарми се нареждат в намазана с масло тавичка, като загърнатите краища на булото се оставят отдолу, заливат се с малко топла вода и се пекат в умерено гореща фурна. Когато булото придобие приятен златистожълт цвят, сармите се заливат с разбитите яйца и млякото. Кебапът се пече още десетина минути в силна фурна. Когато стане готов, се наръсва със счукан черен пипер и ситно нарязан магданоз.

СЛАВЯНСКИ ГЮВЕЧ

(Добруджанско)

Продукти: агнешко (овнешко, телешко, свинско) месо 750 г,

кромид лук 200 г (4–5 глави), пиперки 0,5 кг (8–9 бр.), червени домати 0,5 кг (7–8 бр.), ориз 200 г (1 чаена чаша), мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и сол на вкус.

Месото се нарязва на пориции и се изпържва в мазнината, след което се изважда. В същата мазнина се запържва до златисто оцветяване лукът, нарязан на едро, а след това се задушават 1–2 червени домата, нарязани на ситно. Разбъркват се с червения пипер и се заливат с топла вода или бульон. Връща се месото, посолява се и се вари на тих огън до полуомекване. Прибавят се последователно ситно нарязаните пиперки, останалите домати, нарязани на ситно, изчистеният и измит ориз. Ястието се прехвърля в гювеч, залива се с топла вода и се пече до готовност. След изваждането му от фурната се поръсва със ситно нарязан магданоз. Поднася се топло.

СТОМНА-КЕБАП

(Хасковско)

Продукти: агнешко месо от плешката или гърдите 750 г, краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), пресен кромид лук 3 връзки, червени домати 250 г (3–4 бр.), брашно 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз 1 връзка, чубрица 1/4 връзка, джоджен 1/2 връзка, черен пипер няколко зърна, сол на вкус.

Месото се нарязва на малки късчета и се поставя в стомна. Към него се прибавят нарязаните на ситно лук, магданоз, чубрица и джоджен, домати, нарязани на дребно, мазнината, черният пипер, брашното и сол на вкус. Всичко това се разбърква и се залива с топла вода. След това стомната се запушва и се заравя в жар. Така ястието се задушава до готовност.

ХАЙДУШКИ КЕБАП

(Странджанско)

Продукти: агнешко (овнешко) месо 750 г, гъби 100 г (1 чаена чаша), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), пресен кромид лук 2 връзки, червени домати 200 г (4–5 бр.), картофи 250 г (4–5 бр.), лютиви пиперки 5 бр., чеснов лук 5–6 скилидки, чубрица 1/4 връзка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лозови листа 10 бр., сол на вкус.

Към месото, нарязано на дребни късчета, се прибавят лукът, нарязан на кръгчета, гъбите, нарязани на ивички, картофите, нарязани на кубчета, обелените скилидки на чесъна, целите лютивипиперки, ситно нарязаната чубрица и доматиите, нарязани на кубчета. Сместа се посолява на вкус и се разбърква с маслото, поставя се върху пергаментова хартия и се загъва, а след това се увива в лозовите листа. Така приготвеният кебап се намазва отгоре с глина, поставя се върху каменна плоча, покрива се с пепел и силно разгоряна жар и се задушават около 3 часа. След това се счупва засъхналата глинена обвивка, отстраняват се лозовите листа и кебапът се поднася в чиния.

ХАЙДУШКИ КЕБАП

(Странджанско)

Продукти: агнешко месо 1 кг (от предната част заедно с костите), мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 250 г (4–5 глави), картофи 0,5 кг (6–7 бр.), пиперки 0,5 кг (4–5 бр.), пресни гъби 200 г (1 чаена чаша), червени домати 0,5 кг (5–6 бр.), чесън 1 глава, брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер 6–7 зърна, магданоз, копър, чубрица, сол на вкус.

Месото се нарязва на малки парчета и се пържи в 3/4 от мазнината заедно със ситно нарязания кромид лук. Когато омекне лукът, се прибавят половината домати, нарязани на дребно, и се задушават, докато се изпари водата. След това се прибавят брашното, червеният пипер, малко бульон или топла вода, черният пипер и обелените скилидки на чесъна. Ястието се посолява и се слага във фурната. Когато омекне месото, се прибавят нарязаните на едри кубчета картофи, изчистените от семето и нарязани на едро пиперки и предварително задушените в останалата мазнина гъби. Накрая се прибавят останалите домати, нарязани на кръгчета. Ястието се пече още 15 минути. Преди изваждането му от фурната се поръсва със ситно нарязаните магданоз, копър и чубрица.

ЧОМЛЕК-КЕБАП

(Сапарева баня)

Продукти: агнешко (телешко, свинско) месо 750 г, кромид лук 250 г (4–5 глави), мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), картофи 250 г (3–4 бр.),

чесън 10 скилидки, вино 100 мл (1/2 чаена чаша), чубрица 1 стрък, дафинов лист 1 бр., черен пипер 10 зърна, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лютиви пиперки 5 бр., сол на вкус.

Месото, почистено от костите, се нарязва на кубчета и се запържва в мазнината. В същата мазнина след изваждането на месото се задушава до златисто оцветяване ситно нарязаният лук, а след това – брашното. Прибавя се червеният пипер и се връща месото. Ястието се залива с малко бульон или топла вода, посолява се и се оставя да ври на тих огън. Когато месото е почти готово, се прибавят нарязаните на кръгчета картофи и чесън, подправките, целите лютиви пиперки и виното. Ястието се вари, докато остане на мазнина.

ЧОМЛЕК-КЕБАП

(Пиринския край)

Продукти: агнешко месо 1 кг, пресен кромид лук 4 връзки, краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), зелени лютиви пиперки 3 бр., джоджен 1/2 връзка, черен пипер и сол на вкус.

Месото се нарязва на парченца и се поставя заедно със ситно нарязаният лук в пръстен съд. Прибавят се маслото, лютивите пиперки, нарязаният на ситно джоджен, черен пипер и сол на вкус. Съдът се похлупва с капак, който се замазва с тесто. След това ястието се пече в умерена фурна до готовност.

ЯСТИЕ С АГНЕШКО МЕСО ПО ГРАДИНАРСКИ

(Пловдивско)

Продукти: агнешко (овнешко) месо 750 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), краве масло 25 г (1/5 пакетче), кромид лук 50 г (1 глава), брашно 15 г (1 и 1/2 супени лъжици), доматиено пюре 15 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), червени домати 100 г (1–2 бр.), картофи 200 г (2–3 бр.), грах (зърна) 50 г (2 супени лъжици), зелен фасул 50 г (1 шена), моркови 50 г (1 бр.), пресни гъби 50 г (5–6 бр.), целина 50 г (1/2 глава), магданоз 1/2 връзка, лютиви пиперки 5 бр., черен пипер и сол на вкус.

Месото се нарязва на парченца и се изпържва в растителната мазнина, към която се прибавят ситно нарязаният лук, брашното и

доматеното пюре. Залива се с бульона или топла вода, посолява се и се вари на тих огън. Прибавят се целината, морковите, зеленият фасул, грахът и гъбите, нарязани на ивички и задушени в кравето масло. След 15–20 минути се прибавят картофите, нарязани на филийки. Накрая се слагат обелените и нарязани на дребно червени домати, лютивите пиперки и магданозът, нарязан на ситно. Ястието се пече 10–15 минути във фурна, след което се поднася поръсено с черен пипер.

ЯХНИЯ ОТ АГНЕШКО МЕСО СЪС СИНИ СЛИВИ

(Пазарджик)

Продукти: агнешко месо 750 г, сушени сини сливи 300 г, краве масло 125 г (1 пакетче), брашно 10 г (1 супена лъжица), кромид лук 200 г (4–5 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), захар и сол на вкус.

Месото се нарязва на парченца, залива се с 1 чаена чаша вода и се полусварява, след което се слага в сгорещеното масло и се изпържва до зачервяване. В същата мазнина се задушава ситно нарязаният лук, а след това се прибавят червеният пипер и сливите, предварително киснати в топла вода. Разбъркват се и се заливат с бульона от месото. Ястието се подправя на вкус със сол и захар и се оставя да ври на тих огън. Когато е почти готово, се прибавя брашното, размито с охладен сос от ястието. След прибавянето на брашното ястието ври още 10–12 минути. Поднася се топло.

ЯСТИЯ С ОВНЕШКО МЕСО

ГЮВЕЧ ПИРИНЧЛИЯ С ОРИЗ

Продукти: овнешко по-тлъсто месо (от поясната или предната част) 750 г, ориз 200 г (1 чаена чаша), масло 100 г (1/2 чаена чаша), черен пипер и сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета, посолява се и се поръсва със ситно счукан черен пипер, залива се с малко топла вода и се пече във фурната, докато започне да се къса. Прибавят се оризът и маслото. Ястието се залива с 3 чаени чаши топла вода, разбърква се и се допича.

ГЮВЕЧ С ОРИЗ И МЕСО

(Пазарджик)

Продукти: овнешко (телешико или свинско) месо 750 г, ориз 200 г (1 чаена чаша), кромид лук 50 г (1 глава), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 0,5 кг (5–6 бр.), сол и черен пипер на вкус.

Месото се нарязва на парчета, посолява се и се поставя в пръстен гювеч или тавичка заедно с мазнината. Пече се в средно силна фурна, като от време на време се разбърква. Когато месото се зачерви и поомекне, се прибавя ситно нарязаният лук, а малко по-късно се слагат доматите, обелени и нарязани на дребно. Полученият сос се разрежда с 3 чаени чаши топла вода и в него се слага почистеният и измит ориз. Гювечът се изважда от фурната, преди оризът да е поел всичката вода. Поръсва се с черния пипер и се покрива с кърпа, за да се задуши оризът.

Гювечът става много по-вкусен, когато месото е тлъсто. Тогава се взема 900 г месо и не се прибавя мазнина.

ДУПНИШКИ КЕБАПЧЕТА

Продукти: овнешко месо 1 кг, кимион 3 г (1 чаена лъжичка), черен пипер 3 г (1 чаена лъжичка), кромид лук 150 г (2–3 глави), сушени червени лютиви пиперки 5–6 бр., сол на вкус.

Месото се обезкостява, измива се и се скълзва ситно със сатър.

Посолява се и се смесва със ситно нарязаният кромид лук, ситно счуканите кимион и черен пипер и натрошените лютивни пиперки, предварително затоплени върху печката. Остава се да престои едно денонощие на хладно място. На другия ден, преди да се оформи за кебапчета, сместа отново се омесва.

ЗАДУШЕН ОВНЕШКИ БУТ

Продукти: овнешки бут около 1 кг, чеснов лук 5–6 скилидки, черен пипер 10 зърна, кромид лук 50 г (1 глава), магданоз 1 корен, мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), солена сланина 100 г, сол и червен пипер, моркови 50 г (1 бр.).

Бутът, осолен и отлежал 2–3 дни, се измива, а след това се посушава с чиста кърпа и се промушва на десетина места с остър нож. Във всеки разрез се поставят резенче от сланината, овалано в червен пипер, скилидка от чесън и зърно от черен пипер. След това бутът се оставя да престои 1 час и се изпържва в мазнината до зачервяване от всички страни. Прибавят се около 1 чаена чаша топла вода, обеленият кромид лук, остърганите моркови и магданозов корен. Захлупва се с капак и се задушва 2–3 часа на тих огън до омекване.

ЗАДУШЕНО ОВНЕШКО

(Кюстендилско)

Продукти: 1/2 овнешки бут (около 1 кг), мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), чесън 10 скилидки, пушена сланина 100 г пиперки 150 г (2–3 бр.), домати 100 г (2 бр.), моркови 100 г (2 бр.), целина 50 г (1/2 глава), доматено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), черен пипер 10–12 зърна, бахар 5–6 зърна, дафинов лист 1 бр., лимон 1/2 бр., бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), картофи 0,5 кг (7–8 бр.), магданоз и сол.

Бутът се измива, а след това се подсушава с кърпа. Пробожда се на десетина места с остър нож и във всеки разрез се поставят парченце сланина и скилидка чесън. Посолява се и се изпържва в мазнината до зачервяване. Прибавят се едро нарязаните зеленчуци и се задушват до омекване. Накрая се прибавя доматеното пюре, разрежено със студена вода.

Ястието се залива с топла вода и виното, посолява се и се оставя да ври на тих огън заедно с подправките (черен пипер, бахар, дафинов

лист) и лимона, нарязан на парченца (без кората). След като се свари, месото се изважда и се нарязва на филийки, а сосът се претрива през цедка.

Поднася се със ситно нарязан магданоз.

КИЛИФАРЕВСКИ КАРНАЧЕТА

Продукти: овнешко месо 1 кг, свински обрезки 0,5 кг, черен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), суха мляна чубрица 3 г (1/2 чаена лъжичка), вода 300 мл (1 и 1/2 чаени чаши), сол на вкус; тънки овнешки черва 5 м.

Добре почистеното и измито месо се смила, след което се омесва много добре с подправките, като се добавя сол на вкус и водата. Със сместа, след като престои няколко часа на хладно място, се пълнят червата.

Карначетата се пекат на скара непосредствено преди консумацията.

ОВНЕШКО МЕСО НА ШИШ ПО ПИРДОПСКИ

Продукти: овнешко месо 1,250 кг, крехка сланина 300 г, пиперки Сиврия 1 кг (10–15 бр.), кромид лук 250 г (3–4 глави), черен пипер и сол на вкус.

Обезкостеното и измито месо се нарязва на средно големи парчета. Сланината се нарязва на тънки парченца, а пиперките се почистват от семето и се разрязват на половина. Нанизват се на шиш, като се редуват парче сланина, парче месо, 1/2 пиперка, сланина и т. н. Посоляват се, поръсват се със счукал черен пипер и се пекат на жар.

Когато се изпече месото, шишът се изнизва в съд, на дъното на който е поставен едро нарязаният лук. Похлупва се с капак и се поднася.

ОВНЕШКО С БУЛГУР

(с. Чокманово, Смолянско)

Продукти: овнешко месо 750 г, краве масло 125 г (1 пакетче), пшеничен булгур (или ориз) 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), сол на вкус.

Месото се нарязва на по-дребни парчета, посолява се и се задушават на тих огън с малко вода почти до омекване. Залива се с 3 чаени чаши топла вода и се оставя да ври 10–15 минути. Прибавят се булгурът и

маслото. Ястието се отстранява от огъня, преди булгурът да е поел всичката вода, покрива се с кърпа и капак и се оставя да се задушава.

ОВНЕШКО С ГЪБИ

(Юндола)

Продукти: овнешко месо 750 г, свинска мас 40 г (2 супени лъжици), бяло вино 200 мл (1 чаена чаша), лук 100 г (2 глави), гъби печурки 400 г, домати 200 г (2 бр.), картофи 600 г (5–6 бр.), черен и червен пипер, сол, чубрица и чесън.

Месото се нарязва на малки парченца, поръсва се със сол и черен пипер, залива се с виното и се оставя да престои 15–20 минути. През това време ситно нарязаният лук се задушава в мазнината до омекване. Към него се прибавят последователно червеният пипер, месото с подправките и ситно нарязаните домати, гъби, чесън и чубрица. Ястието се залива с 1 чаена чаша топла вода, посолява се на вкус и се оставя да ври на тих огън, докато се изпари водата. Поднася се топло със салата от картофи.

ОВНЕШКО С КАРТОФИ

(с. Чокманово, Смолянско)

Продукти: овнешко месо 750 г, краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), картофи 1 кг (8–10 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Предпочите се по-тлъсто месо. Тогава ястието се приготвя без масло.

Месото се нарязва на дребни парчета и се слага в съд с малко вода. Като заври, се посолява. Прибавя се маслото, с което месото се задушава до полуомекване. След това се прибавят обелените, измити и нарязани на филийки картофи, червеният пипер и топла вода (да покрие продуктите). Ястието се опита на сол и се оставя да къкри на тих огън до готовност.

ОВНЕШКО С КАРТОФИ

(с. Забърдо, Смолянско)

Продукти: овнешко месо 750 г, картофи 1 кг (10–12 бр.),

растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), домати 300 г (3–4 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и сол на вкус.

Месото се нарязва на дребни парчета и се задушава с малко вода до полуомекване, като се посолява след завирането. В мазнината се задушава до омекване ситно нарязаният лук, след което се разбърква няколко пъти с червения пипер и доматиите, обелени и нарязани на дребно, и се изсипва в съда с месото. Щом като месото заври отново, се прибавят картофите, обелени и нарязани на кръгчета, и сол на вкус. Ястието се разбърква, залива се с малко топла вода (да се покрият картофите) и се оставя да заври на силен огън, а след това се доварява на тих огън. След свалянето му от огъня се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ОВНЕШКО С КРОМИД ЛУК

(с. Малка Арда, Смолянско)

Продукти: овнешко месо 750 г, кромид лук 1,250 кг, пастителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 150 г (2–3 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Ако месото е по-тлъсто, се взема 850 г, но не се добавя мазнина.

Месото се нарязва на дребни парчета и се задушава в малко вода. Като заври, се посолява. Когато поомекне месото, се прибавят ситно нарязаният лук и червения пипер, а малко по-късно – ситно нарязаните домати. Ястието се задушава на тих огън, докато остане с малко сос.

ОВНЕШКО С ПРАЗ

(с. Забърдо, Смолянско)

Продукти: овнешко месо 850 г, праз лук 1,200 кг (7–8 стръка), кравето масло 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), яйца 3 бр., сол на вкус.

Месото се нарязва на късчета и се вари с малко вода до полуомекване. Посолява се, след като заври. Празът, нарязан на едро, се вари до полуомекване заедно с маслото и малко вода, посолява се и се разбърква с червения пипер. Прибавя се месото, след което ястието се вари до пълното омекване на месото. Изсипва се в сахан (бакърен съд) или тавичка, притиска се с дървена лъжица, залива се с разбитите яйца и се запича

във фурната. Поднася се студено в празнични случаи.

ОВНЕШКО С ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(Софийско)

Продукти: овнешко месо 750 г, мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), прясно зеле 1,5 кг, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), лютиви пиперки 5 бр., кромид лук 50 г (1 глава), сол на вкус.

Месото се измива, нарязва се на неголеми парчета и се запържва леко в мазнината заедно със ситно нарязания лук, поръсва се с червения пипер, залива се с малко топла вода, посолява се и се вари на тих огън, докато омекне. Прибавя се зелето, нарязано на едри парчета, и се вари, като се прибавя по малко топла вода. Когато омекне зелето, се прибавят доматиеното пюре, размито с мало студена вода, и целите лютиви пиперки. След това ястието се оставя да къкри на тих огън, докато остане на мазнина.

ОВНЕШКО С ПРЯСНО ЗЕЛЕ НА ФУРНА

(Пловдивско)

Продукти: овнешко месо 750 г, краве масло (мас) 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (1–2 глави), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), прясно зеле 1,5 кг, червени домати 300 г (4–5 бр.), сол и винена киселина на вкус.

Месото се измива със студена вода, подсушава се с чиста кърпа, нарязва се на средно големи парчета и се изпържва в мазнината. В същата мазнина след изваждането на месото се задушва до омекване ситно нарязаният лук, а след това се прибавят доматиеното пюре, червеният пипер и малко топла вода. Връща се месото и се оставя да ври на тих огън. Зелето се нарязва на дребно, посолява се и се претрива с ръце, поръсва се с разтвор на винената киселина и се нарежда в тава. Върху него се слага месото. Ястието се пече в умерено гореща фурна. Десетина минути преди изваждането му от фурната върху зелето се нареждат нарязаните на кръгчета домати.

ОВНЕШКО ЧЕВЕРМЕ

(с. Чокманово, Смолянско)

Заколва се по-гълст млад овен, т. нар. брав. Одира се и се почиства от вътрешностите. Измива се и се посолява. Между трупа и краката се правят отвори с нож, в които се посипва сол. Зашива се коремният отвор и овенът се набожда на дървен шиш. Единият заден крак се отрязва до колянната става, а другият се прерязва така, че да се държи на сухожилията. Между костите и сухожилията на коленните стави се пробиват широки отвори. Задните крака се извиват назад успоредно на опашката и се скопчват с шина, като полупрерязаният крак се намушква в направената дупка на другия крак.

Изгарят се дърва, за да се получи много жар. На 30–40 см от жарта се забиват 2 чатала, на които се поставя шишът с овена. Шишът се върти бавно и непрекъснато на 25–30 см над жарта. От време на време овенът се намазва с парче лой, набодено на пръчка, за да не прегори. Печенето продължава от 3 до 5 часа (в зависимост от големината и възрастта на животното и от силата на огъня). За да се познае дали чевермето е готово, с върха на ножа се пробожда месото около плешката. Ако излиза бял сок, чевермето и опечено. След изпичането чевермето се свлича от шиша върху букови или елови клонки или над широк съд. Консумира се топло.

ПОДЛУЧЕНА КАВЪРМА С КИСЕЛО МЛЯКО

Продукти: овнешко месо 750 г, пресен кромид лук 2 връзки, чеснов лук 3 връзки, кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), масло 100 г (5 супени лъжици), сол и черен пипер на вкус.

Месото се нарязва на парчета, посолява се и се поръсва със ситно счукан черен пипер, залива се с малко топла вода и се пече във фурната, докато започне да се къса. Прибавят се оризът и маслото. Ястието се залива с 3 чаени чаши топла вода, разбърква се и се допича.

ПЪСТРА ЯХНИЯ С ОВНЕШКО МЕСО

(Пловдивско)

Продукти: овнешко месо 750 г, мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша),

кромид лук 100 г (1–2 глави), червени домати 400 г (4–5 бр.), пиперки Сиврия 700 г (10–12 бр.), патладжани 300 г (2 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и сол на вкус.

Нарязаното на парченца месо се запържва леко в част от мазнината и се изважда. В същата мазнина се задушава до омекване ситно нарязаният кромид лук, а след това се прибавят червеният пипер и дребно нарязаните домати. Когато омекнат доматиите, се връща месото, залива се с топла вода (да се покрие) и се вари на умерен огън. Когато месото е почти готово, се прибавят пиперките, нарязани на едро, и патладжаните, нарязани на кубчета и изпържени в останалата част от мазнината. Ястието се посолява и се оставя да ври на слаб огън още 10–15 минути. Поръсва се със ситно нарязан магданоз и се поднася.

СТАРОЗАГОРСКИ ТЮРЛЮ-ГЮВЕЧ

Продукти: овнешко тлъсто месо 750 г, краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2 глави), бамя 150 г (2 шепи), пиперки 200 г (5–6 бр.), картофи 350 г (4–5 бр.), тиквички 300 г (2 бр.), патладжани 200 г (1 бр.), яйца 2 бр., магданоз 1/2 връзка, ягорида 25 г (2 супени лъжици), черен пипер и сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета, поръсва се със сол и счукан черен пипер, залива се с малко вода и се вари заедно със ситно нарязания лук, докато се изпари водата, а след това се задушава до омекване в прибавеното масло и се изсипва в гювеч. Върху него се поставят картофите, обелени и нарязани на колелца, тиквичките, нарязани на тънки филийки, патладжаните, нарязани на кубчета, осолени и изстискани, пиперките, нарязани на ивици, бамята, почистена от дръжките, ягоридата и дребно нарязаният магданоз. Гювечът се пече, докато омекне зеленчукът. Залива се разбитите яйца и се слага отново във фурната за 5–10 минути.

ТЮРЛЮ-ГЮВЕЧ С МЕСО

(Пазарджик)

Продукти: овнешко (телешко, свинско) месо 750 г, растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), кромид лук 200 г (3–4 глави), домати 300 г (4–5 бр.), зелени пиперки 250 г (4–5 бр.), патладжани 250 г (1–2 бр.), бамя 100 г (1 шепя), картофи 300 г (3–4 бр.), зелен фасул 150 г (1 шепя),

червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лютиви пиперки 2–3 бр., магданоз и сол на вкус.

Ако се употреби говеч консерва, се вземат 1 буркан (850 г), картофи 300 г, кромид лук 200 г.

Месото се нарязва на парчета, посолява се и се слага в пръстен говеч или тавичка заедно с мазнината. Пече се в средно силна фурна до полуготовност. Разбърква се с прибавените към него червен пипер и нарязаните зеленчуци (без картофите) и отново се поставя във фурната. Когато поомекне зеленчукът, се прибавят картофите, нарязани на колелца, и малко топла вода. Гювечът се посолява на вкус и се пече, докато остане с малко сос. След изваждането му от фурната се прибавя ситно нарязаният магданоз.

Гювечът става много вкусен, когато месото е тлъсто и не се прибавя допълнителна мазнина. тогава се взема 900 г месо.

По желание гювечът, преди да се извади от фурната, може да се залее с 1–2 предварително разбити яйца.

ШИШ-КЕБАП ПО ПИРДОПСКИ

Продукти: обезкостено овнешко месо 1 кг, кромид лук 350 г (4–5 глави), черен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и сол на вкус.

Към нарязаното на парченца месо се прибавят едро нарязаният кромид лук, ситно нарязаният магданоз, счуканият черен пипер и сол на вкус. Сместа престоява едно денонощие на хладно място. След това се нанизва на шишчета и се пече. Готовите шишчета се изнизват в съда, в който е лукът, и се поднасят.

ЯХНИЯ С МЕСО ПО ОВЧАРСКИ

(Странджанско)

Продукти: овнешко месо 1 кг, кромид лук 350 г (4–5 глави), масло 65 г (1/2 пакетче), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз, джоджен и сол на вкус.

Месото се нарязва на средно големи парчета и се слага в пръстено гърне. Отгоре се поставят нарязаните на дребно лук, магданоз и джоджен. Прибавят се червеният пипер, мазнината, малко вода и сол на вкус. Съдът се похлупва и капакът му се замазва с тесто. Така

пригответеното ястие се задушава на тих огън до готовност.

ЯХНИЯ С ОВНЕШКО МЕСО

(Пазарджик)

Продукти: овнешко месо 750 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 400 г (4–5 бр.), кромид лук 300 г (4–5 глави), пиперки 250 г (3–4 бр.), патладжани 300 г (2–3 бр.), бамя 150 г (1 шепя), лютивипиперки 1–2 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и сол на вкус (или гювеч консерва 1 буркан и кромид лук 300 г).

Яхнията става по-вкусна, ако месото е тлъсто. Тогава се взема 900 г месо и не се прибавя мазнина.

Месото, нарязано на средно големи парчета, се слага в съд с малко вода и се вари на тих огън, като се посолява, след като заври. Когато омекне месото, се прибавят последователно ситно нарязаният лук, червеният пипер, нарязаните на дребно домати, патладжани и пиперки, почистените от дръжките бамя и лютивипиперки и малко топла вода. Ястието се опитва на сол и се задушава до готовност на тих огън. След свалянето му от огъня се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ЯСТИЯ С ТЕЛЕШКО МЕСО

ВИНЕН КЕБАП

(Хасковско)

Продукти: телешко (говеждо или свинско) месо от ябълката, бута, шола или плешката 1 кг, мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 250 г (4–5 глави), моркови 50 г (1 бр.), целина 30 г (1/2 глава), доматено пюре 20 г (1 супена лъжица), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), вино 200 мл (1 чаена чаша), дафинов лист 1–2 бр., черен пипер 5–6 зърна, сол и магданоз.

Месото се почиства от костите и се нарязва на малки парчета, след което се задушават в мазнината заедно със ситно нарязания лук и нарязаните на кубчета целина и моркови. Когато омекнат месото и зеленчукът, се прибавят доматеното пюре, брашното и червеният пипер. Ястието се залива с бульона от костите (или гореща вода) и виното, посолява се и се оставя да ври на тих огън заедно с дафиновия лист и черния пипер. След свалянето му от огъня се поръсва със ситно нарязания магданоз.

ГОРНООРЯХОВСКО ГЪРНЕ

Продукти: телешки джолан 1,5 кг, телешки опашки 0,5 кг, моркови 0,5 кг, целина 50 г (1 глава), дребен кромид лук 400 г, червено вино 300 мл (1 и 1/2 чаени чаши), брашно 20 г (2 супени лъжици), чеснов лук 10 скилидки, дафинов лист 2 бр., доматено пюре 20 г (1 супена лъжица), вода 200 мл (1 чаена чаша), бахар 5–6 зърна, сол.

Джоланът и опашките се нарязват на парчета и се слагат в пръстено гърна заедно с морковите и целината, нарязани на кубчета, целите, обелени главички кромид лук, необелените скилидки на чесъна, доматеното пюре и брашното, размити с малко вода, дафиновият лист, бахара и сол на вкус. Заливат се с виното и водата, похлупват се с капака на гърнето, който се замазва с тесто, и се задушават 2 и 1/2 часа във фурна.

ГЮВЕЧ С ОРИЗ

(Пловдив)

Продукти: тлъсто месо от поясната или предната част 1 кг, ориз 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), сол 5 г (1 чаена лъжичка), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), счукан черен пипер, магданоз.

Месото се нарязва на парченца, посолява се, слага се в гювеч или тавичка и се пече. Когато започне да се къса, се прибавят оризът, маслото, черният пипер и 4 и 1/2 чаени чаши гореща вода (3 пъти повече от ориза). Ястието се разбърква и отново се слага във фурната да се пече, докато оризът набъбне и омекне напълно. Накрая се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ЗАДУШЕНО ТЕЛЕШКО С ДОМАТИ

(Софийско)

Продукти: телешко месо от шола 750 г, домати 750 г (7–8 бр.), сланина 50 г, масло 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 50 г (1 глава), чесън 10–12 скилидки, брашно 10 г (1 супена лъжица), червено вино 50 мл (1/2 кафена чаша), черен пипер 4–5 зърна, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), дафинов лист 1 бр., сол.

Месото се пробжда на няколко места с остър нож и в разрезите се поставят парченце сланина и скилидка чесън. Посолява се и се запързва до зачервяване в мазнината, след което се изважда. В същата мазнина се задушава ситно нарязаният лук, а след това се прибавят последователно брашното, червеният пипер, доматиите нарязани на дребно, месото, 1 чаена чаша топла вода, подправките и виното. Ястието се посолява на вкус и се вари на слаб огън до готовност.

КЮФТЕТА СЪС ЗРЯЛ ФАСУЛ

(Великотърновско)

Продукти: зрял фасул 400 г (2 чаени чаши), картофи 150 г (3–4 бр.), смяно телешко месо 250 г, лук 100 г (2 глави), яйца 2 бр., хляб 150 г (2 филии), галета 100 г, сол, черен пипер и магданоз на вкус, растително масло за пържене.

Фасулът се сварява до пълно омекване и се претрива през цедка.

Отделно се сваряват и претриват картофите. Смесват се фасулът и картофите и към тях се прибавят лукът, настърган на ренде, месото, яйцата, хлябът, предварително накиснат в студена вода и изстискан, ситно нарязан магданоз, черен пипер и сол на вкус. Сместа се омесва добре и от нея се правят кюфтета, които се овалват в галетата и се изпържват в сгорещената мазнина. Поднасят се с гарнитура от червени домати, нарязани на кръгчета.

МАНАСТИРСКИ ГЮВЕЧ

(с. Бачково)

Продукти: телешко (агнешко или свинско) месо 1 кг, кромид лук 150 г (2–3 глави), пресни гъби 0,5 кг (3 чаени чаши), червени домати 150 г (2–3 бр.), пиперки 150 г (3–4 бр.), мазнина 150 мл (3/4 чаена чаша), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), вино 100 мл (1/2 чаена чаша), магданоз 1 връзка, сол и черен пипер на вкус.

Месото се нарязва на парчета и се запържва леко в 2–3 супени лъжици от мазнината, след което се изважда. В същата мазнина се запържва леко ситно нарязаният лук и се прибавя част от ситно нарязаните червени домати и червеният пипер. Връща се месото, посолява се, залива се с гореща вода и виното и се оставя да заври. Тогава се прибавят гъбите, а след десетина минути – пиперките, нарязани на ивички. Като омекнат месото и гъбите, се прибавят останалата мазнина и изчистеният и измит ориз. Ястието се прехвърля в гювеч и се пече. Десетина минути преди изваждането му от фурната се прибавят останалите домати, нарязани на едро. Готовият гювеч се поръсва със счукан черен пипер и ситно нарязан магданоз.

ПОПСКА ЯХНИЯ

(Великотърновско)

Продукти: телешко месо 750 г, масло или мас 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (1–2 глави), чесън 10 скилидки, дребни лукчета (арпаджик) 1 кг, домати 200 г (2–3 бр.), доматено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), дафинов лист 2–3 бр., вино 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер 10–15 зърна, сол на вкус.

Месото се нарязва на дребни парчета и се запържва леко в част от мазнината, след което се изважда. В същата мазнина се запържва до златисто оцветяване ситно нарязаният лук, а след това се прибавят брашното, което също се запържва, доматиеното пюре и червеният пипер. връща се месото, залива се с виното и топла вода, посолява се и се вари заедно с черния пипер и дафиновия лист. Когато омекне месото, се прибавят дребните лукчета, предварително варени в две води, а след това задушени в останалата част от мазнината, обелените скилидки на чесъна и дребно нарязаните домати. Ястието се вари още няколко минути и се сваля от огъня.

ТАС-КЕБАП

(Тракия)

Продукти: телешко (свинско или говеждо) месо 1 кг, мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 200 г (3–4 глави), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), вино 100 мл (1/2 чаена чаша), черен пипер 10–12 зърна, бахар 5–6 зърна, магданоз и сол на вкус.

Месото се почиства от костите, нарязва се на дребни парчета и се пържи в мазнината заедно със ситно нарязания лук. Когато лукът омекне, се прибавят последователно при разбъркване доматиеното пюре, брашното и червеният пипер. Ястието се залива с бульон или гореща вода, посолява се и се оставя да ври на умерен огън. Когато омекне месото, се прибавят черният пипер, бахарът и виното. Готовото ястие трябва да остане почти на мазнина. Поднася се поръсено със ситно нарязан магданоз.

ТЕЛЕШКИ ЗАВИВИ

(Средногорието)

Продукти: телешко месо без кости 750 г, сланина 150 г, брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 80 мл (1/3 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), корени от магданоз 75 г (2–3 бр.), целина 50 г (1 глава), моркови 100 г (2 бр.), червен пипер, черен пипер, магданоз и сол, мазнина за пържене.

Месото се нарязва на тънки филийки, които се начукват и се

поръсват със сол, червен и черен пипер. Във всяка филийка се поставя парченце сланина. След това филийките се увиват като рулца, забождат се с клечка за зъби или се връзват с конец, овалват се в брашното и се изпържват до зачервяване. Нарездат се в тенджерата, покриват се със смес от ситно нарязаните и задушени в растителното масло лук, моркови, целина, магданозови корени, заливат се топла вода и се варят на тих огън. След сваряването се освобождават от клечките или конците и се нарязват на кръгчета. Заливат се със соса, в който са врели, и се поднасят с пюре от картофи (или със задушени картофи).

ТЕЛЕШКО КЕБАП

(Пловдивско)

Продукти: месо 800 г, масло 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 300 г (5–6 глави), брашно 10 г (1 супена лъжица), лютиви пиперки 5 бр., магданоз 1/2 връзка, чубрица на вкус, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер 10 г (2 чаени лъжички), сол 5 г (1 чаена лъжичка), доматино пюре 20 г (1 супена лъжица).

Месото се нарязва на дребно и се запържва леко в стгорешената мазнина. Към него се прибавят последователно лукът, нарязан на дребно, брашното, червеният пипер, доматиеното пюре, малко бульон и сол на вкус. Когато омекне месото, се прибавят лютивите пиперки, черният пипер и чубрицата. Ястието се оставя на тих огън още десетина минути. Поръсва се със ситно нарязания магданоз и се отстранява от огъня.

ТЕЛЕШКО С БАМЯ

(Великотърновско)

Продукти: телешко месо 750 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), лук 50 г (1 глава), брашно 10 г (1 супена лъжица), бамя 0,5 кг, оцет 60 мл (3–4 супени лъжици), червени домати 250 г (3–4 бр.), лимон 1 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, сол.

Месото се нарязва на порции и се запържва в мазнината. Прибавя се ситно нарязаният лук и се задушава до омекване, разбърква се с червения пипер и се залива с топла вода. Сосът се посолява и месото се оставя да ври на тих огън.

Бамята се изчиства от дръжките и се кисне около 30 минути в

подсолена и подкиселена вода, след което се отцежда и се прибавя при месото. След 20 минути се прибавят домати, нарязани на ситно, и брашното, размито в малко студена вода. Ястието се опитва на сол и се оставя да ври още 20 минути. Поднася се с резенчета от лимон.

ТЕЛЕШКО С КРОМИД ЛУК

(с. Лъджа, Смолянско)

Продукти: телешко месо 1 кг, кромид лук 1,200 кг, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), домати 300 г (3–4 бр.), сол на вкус.

Взема се по-глъсто месо, нарязва се на средно големи парчета и се задушава в собствената мазнина, след което се залива с топла вода (да се покрие), посолява се и се вари на тих огън до полуомекване. Прибавят се изчистеният, измит и нарязан на едро лук, червеният пипер и домати, нарязани на дребно. Ястието се вари, докато остане с малко сос.

ТЕЛЕШКО С ПАТЛАДЖАНИ

(Великотърновско)

Продукти: телешко месо 0,5 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), бахар 5–6 зърна, чесън, черен пипер и сол на вкус.

Месото, нарязано на ситно, се сварява в малко количество вода заедно с бахара. Патладжаните се нарязват на филийки и се изпържват в мазнината. Оризът се сварява в подсолена вода.

В тенджера, на дъното на която е сипана мазнината, се нареждат последователно патладжани, месо, ориз и отново патладжани. Ястието се залива с бульона от месото и се вари на тих огън, докато остане на мазнина. Поръсва се с черен пипер и се поднася с подлукеното с чесън кисело мляко.

ТЕЛЕШКО С ПИПЕРКИ ПО ГРАДИНАРСКИ

(Пловдивско)

Продукти: телешко крехко месо 750 г, пиперки 1 кг (14 бр.), пресен кромид лук 2 връзки, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), червени домати 0,5 кг (6–7 бр.), масло 100 г (1/2 чаена чаша), сол 5 г (1 чаена

лъжичка) оцет 20 мл (2 супени лъжици), чесън 5–6 скилидки, магданоз 1/2 връзка.

Месото се измива и обезкостява, нарязва се на малки късове, поставя се в пръстена тенджерата заедно с дребно нарязания лук, солта и червения пипер, залива се с оцета и малко вода и се вари на умерен огън. Когато поизври водата, се прибавят част от мазнината и нарязаните на дребно домати.

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семето, разрязват се на две, посоляват се и се изпържват в останалата част от мазнината, след което се прибавят към ястието, останало почти на мазнина, заедно с очистените скилидки на чесъна. Ястието се залива с малко топла вода и се задушава десетина минути на тих огън. Поднася се поръсено със ситно нарязания магданоз.

ТЕЛЕШКО С ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(Пазарджик)

Продукти: телешко месо 750 г, прясно зеле 1,5 кг, домати 0,5 кг (6–7 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Месото се нарязва на късове, посолява се и се задушава в мазнината и малко вода до полуомекване. Прибавят се ситно нарязаното зеле, червеният пипер, дребно нарязаните домати. Ястието се посолява на вкус и се вари на тих огън до готовност.

ТЕЛЕШКО С ТИКВИЧКИ ПО СЕЛСКИ

Продукти: телешко месо 750 г, тиквички 1 кг (5 бр.), пресен кромид лук 2 връзки, червени домати 250 г (5 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), копър 1 връзка, магданоз 1 връзка, сол 5 г (1 чаена лъжичка), оцет 20 мл (2 супени лъжици), лютиви пиперки 5 бр.

Месото се измива и обезкостява, нарязва се на средно големи парчета и се поставя в тенджерата заедно с нарязаните на дребно лук и домати, червения пипер, солта, оцета и вода, колкото да се покрие, и се вари до омекване. Тиквичките се остъргват и се нарязват на парчета, посоляват се и се изпържват в мазнината. Свареното месо се слага в тава и

около него се нареждат изпържените тиквички и целите лютивипиперки. Ястието се залива с млякото, разбито с разбитото в малко вода брашно, поръсва се с дребно нарязаните копър и магданоз и се пече под връшник (или във фурна) десетина минути.

ТЮРЛЮ-ГЮВЕЧ ПО ДОБРУДЖАНСКИ

Продукти: телешко месо от гърдите или гърба заедно с бърбреците 750 г, прясно зеле 250 г, кромид лук 200 г (4–5 глави), зелени пиперки 300 г (5–6 бр.), патладжани 200 г (1 бр.), бамя 100 г (1 шепя), зелени домати 200 г (3–4 бр.), червени домати 300 г (5–6 бр.), растително масло 80 мл (8 супени лъжици), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), ягоридата (зелено грозде) 300 г, магданоз 1/2 връзка, черен пипер и сол на вкус.

Месото и бърбреците, нарязани на парчета, и бърбечната лой, нарязана на дребно, се посоляват и се задушават в част от мазнината, заедно със ситно нарязания лук. Разбъркват се с червения пипер и се поставят в гювеч заедно с нарязаните на дребно пиперки и патладжани, ягоридата, бамята, зелените и червените домати, предварително обелени и нарязани на кръгчета. Гювечът се посолява на вкус, поръсва се със ситно нарязания магданоз, полива се с останалата мазнина и се пече, докато остане на мазнина.

ФАЛШИВ ЗАЕК ПО СВЕЖЕНСКИ

Продукти: телешко месо 1 кг, кромид лук 0,5 кг, чеснов лук 2 глави, краве масло 150 г (3/4 чаена чаша), бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), черен пипер, дафинов лист и сол на вкус.

Почистеното от костите и глъстините месо се нарязва на по-големи парчета и се слага в пръстен съд. Върху него се поставят изчистените и нарязани на четири парчета глави на лука, обелените скилидки на чесъна, дафиновият лист, черният пипер и маслото. Ястието се посолява на вкус и се залива с виното и вода (да се покрият продуктите), похлупва се с пръстен капак, на който има малка дупчица, и се пече в умерена фурна около 2 часа, като капакът се замазва с тесто.

ФИЛЕ-ВРЕТЕНО С ОРЕХИ И ГЪБИ

Продукти: телешко филе 1 кг, орехови ядки 30 г (2 супени лъжици), гъби мариновани 30 г (10 бр.), пресен кромид лук 1/2 връзка, краве масло 20 г (1 супена лъжица), сол 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер на вкус.

Филето се начуква с дървено чукче и се поръсва със сол, черен пипер и част от маслото. Отгоре се разстилат ситно нарязаният лук, ситно скълцаните орехови ядки и гъбите, нарязани на ивички. След това месото се навива на вретено, намазва се с останалото масло и се пече на скара.

Поднася се с гарнитурa от пържени картофи или печени пиперки.

ЧОМЛЕК ПО БАНСКИ

Продукти: телешки джолан 3–4 кг, картофи 1 кг, кромид лук 300 г (5–6 глави), вино 600 мл (3 чаени чаши), чеснов лук 10–15 скилидки, лютививи пиперки 2–3 бр., червен пипер 10 г (1 супена лъжица), черен пипер 15–20 зърна, дафинов лист 2–3 бр., сол на вкус.

Джоланът се нарязва и се кисне във вода около 1 час. След това всички продукти се слагат в пръстена тенджерa. Капакът се замазва с тесто и ястието се вари на умерен огън около 5 часа. Поднася се топло.

ЧОМЛЕК-КЕБАП

(Пиринския край)

Продукти: телешко (свинско, говеждо, агнешко) месо 1 кг, мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), вино 200 мл (1 чаена чаша), вода 200 мл (1 чаена чаша), дафинов лист 2–3 бр., няколко зърна бахар и няколко зърна черен пипер, стрък чубрица, арпаджик 750 г, чесън 2 глави, магданоз 1 връзка, сол на вкус.

Месото се измива, нарязва се на парчета като за кебап и се пържи в мазнината заедно със ситно нарязания лук. След омекването на лука се прибавят доматиеното пюре, брашното, червеният пипер и сол на вкус. След това месото се залива с виното и водата и се вари заедно с прибавените към соса подправки – дафинов лист, бахар, черен пипер и чубрица. Изчистеният арпаджик и обелените скилидки на чесъна се прибавят,

когато месото е почти омекнало. ястието се доварява на тих огън и се поръсва със ситно нарязания магданоз. Поднася се топло.

ЯСТИЯ СЪС СВИНСКО

ГЮВЕЧ ПО ГУШАНСКИ

(Монтана)

Продукти: свинско месо 750 г, краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (2 глави), червени домати 150 г (2–3 бр.), картофи 300 г (4–5 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), яйца 5 бр., кашкавал 250 г, магданоз и сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета и се запържва леко в мазнината. Прибавя се едро нарязаният лук и се задушава до омекване, а след това се слага червеният пипер. В пръстен гювеч се поставя месото заедно с картофите и доматиите, нарязани на кръгчета. Ястието се залива с малко топла вода, посолява се и се пече във фурната. Когато е почти готово, се залива със смес от разбитите яйца и настъргания кашкавал. Допича се, поръсва се със ситно нарязания магданоз и се поднася.

ДРУСАН КЕБАП

(Исперих)

Продукти: свинско месо 750 г, краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 300 г (4–5 глави), лютив пиперки 5 бр., черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Месото, нарязано на малки парченца, се слага в тенджера и се задушава в маслото до полуомекване. След това се прибавят дребно нарязаният лук, лютивите пиперки, черен пипер и сол на вкус.

Всичко това се задушава, докато поомекне лукът, като от време на време тенджерата се тръска при затворен капак. Готовият кебап се понася поръсен със ситно нарязан магданоз.

ДРУСАН КЕБАП

(Софийско)

Продукти: свинско месо 1 кг, кромид лук 100 г (2 глави), чубрица 1 стрък, сол и черен пипер на вкус.

Месото се нарязва на кубчета и се посолява, нанизва се на шиш и се пече на жар до готовност. Изнизва се от шиша и веднага се поставя в тенджерата заедно с много дребно нарязания кромид лук, стритата чубрица и смления черен пипер. Тенджерата се похлупва с капак и се тръска (друса) с две ръце. Така лукът омеква от горещото месо, а месото се овкусява от лука и подправките.

Забележка: Вместо на жар месото може да се изпече във фурна с малко мазнина (50 г) и малко вода.

ДРУСАН КЕБАП ПО САМОКОВСКИ

Продукти: крехко свинско месо 750 г, кромид лук 0,5 кг (6–7 глави), червени домати 400 г (5–6 бр.), червени лютивипиперки 2 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), червено вино 50 мл (5 супени лъжици), свинска мас 20 г (1 супена лъжица), чубрица и сол на вкус.

Нарязаното на дребни късчета месо се запържва леко в мазнината, след което се прибавят ситно нарязаният ук и обелените и нарязани на дребно червени домати. Похлупват се и се задушават до омекване, като от време на време тенджерата се тръска с двете ръце. Добавят се виното, нарязаните лютивипиперки, червеният пипер, чубрицата и сол на вкус. След 2–3 минути кабапът е готов за поднасяне.

ЗАДУШЕНА СКАРА ПО СОПОТСКИ

Продукти: свинско месо 750 г, гъби 250 г, краве масло 100 г, червени домати 100 г (2 бр.), праз лук 100 г (1 стрък), няколко зърна черен пипер, сол и чубрица на вкус.

Празът, нарязан на колелца, и доматите, нарязани на дребно, се задушават в мазнината. След това се прибавят гъбите, нарязани на ивички, поръсват се със сол и чубрица и се задушават до омекване. Сместа се изсипва в гювеч и към нея се прибавят месото, предварително приготвено като шишчета и опечено на скара, и черният пипер. Гювечът се похлупва с капак и ястието се задушава около 10 минути на слаб огън.

КАВЪРМА НА ПЛОЧА

(Странджанския край)

Продукти: свинско месо от филето 750 г, кромид лук 150 г (2 глави), лютивипиперки 5 бр., пресни гъби 150 г (1 чаена чаша), мазнина 50 г (1/4 чаена чаша), вино 50 мл (1/4 чаена чаша), червени домати 150 г (2–3 бр.), магданоз 1 връзка, чубрица, черен пипер и сол на вкус.

Месото (за предпочитане е да бъде прясно осолено) се начуква, както за шницел, посолява се и се пече върху плочата на печката, предварително намазана с мазнина.

Лукът, нарязан на ситно, се задушава в мазнината до омекване. Прибавят се ситно нарязаните гъби, домати и лютивипиперки и също се задушават до омекване. Посоляват се и се разбъркват с виното, чубрицата и магданоза.

Изпеченото филе се нарязва на ивици, върху всяка от които се поставя по малко от задушената смес.

КАВЪРМА ПО ВАРНЕНСКИ

Продукти: свинско месо 750 г, свинска мас 75 г (3–4 супени лъжици), пиперки от туршия 0,5 кг (12–15 бр.), праз лук 350 г (2–3 стръка), яйца 5 бр., червен пипер 10 г (1 супена лъжица), черен пипер и сол на вкус.

Месото се обезкостява, измива се, нарязва се на дребни късчета и се запържва в свинската мас, след коет се изважда. В същата мазнина се задушават до омекване пиперките, нарязани на ивици, и допълнително прибавеният ситно нарязан праз лук. Прибавя се и червеният пипер и се връща запърженото месо. Сместа се посолява и се разбърква, залива се с разбитите яйца, поръсва се със счукания черен пипер и се запича във фурната.

КАВЪРМА ПО ВОДЕНИЧАРСКИ

Продукти: свинско месо 750 г, свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 250 г (4–5 глави), телешки дроб 0,5 кг, гъби 250 г (1 и 1/2 чаени чаши), вино 50 мл (1/4 чаена чаша), лютивипиперки 5 бр., чубрица 1/2 чаена лъжичка, сол, яерен пипер на вкус.

Месото се почиства от костите, нарязва се на късчета и се изпържва леко в мазнината. Прибавя се лукът, нарязан на филийки, а след омекването му се слагат черния дроб, нарязан на кубчета, гъбите, нарязани на

ивички, лютивите пиперки, черният пипер, чубрицата, виното, малко топла вода и сол на вкус. Сместа се разбърква добре и се разпределя в пръстени гювечета. Ястието се пече във фурна. Поднася се в гювечетата.

КАВЪРМА ПО КЮСТЕНДИЛСКИ

Продукти: свинско месо 750 г, свинска мас 50 г (2–3 супени лъжички), пиперки от туршия 1 кг (10–12 бр.), праз лук 400 г (3–4 стръка), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), яйца 5 бр., черен пипер и сол.

Месото се нарязва на малки парченца, изпържва се в мазнината и се изважда. В същата мазнина се задушават пиперките, предварително киснати в студена вода и нарязани на парченца, а след това – празът, нарязан на кръгчета. Когато омекнат зеленчуците, се прибавят червеният пипер, месото, черният пипер и сол на вкус.

Ястието се разбърква и се залива с разбитите яйца. Вари се на тих огън до сгъстяването на яйцата.

КАВЪРМА ПО РАДОМИРСКИ

Продукти: свинско месо 750 г, яйца 5 бр., свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), праз лук 700 г (5 стръка), пиперки от туршия 250 г (4–5 бр.), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус.

Месото се обезкостява, измива се, нарязва се на дребни късчета и се запържва леко в маста, след което се изважда. В същата мазнина се задушават нарязаните на ивици пиперки, а след това се прибавя нарязаният на дребно праз. Когато омекне и лукът се прибавя червеният пипер, а след това се връща месото, посолява се и се задушава до готовност. Накрая ястието се залива с разбитите с малко сол яйца и се оставя да къкри на тих огън 2–3 минути. Поднася се веднага.

КЕБАП ПО ШОПСКИ

Продукти: свинско месо 1 кг, растително масло 10 мл (1/2 чаена чаша), доматиено торе 10 г (1 чаена лъжичка), лютиви пиперки 5 бр., кромид лук 200 г (2–3 глави), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), брашно 20 г (2 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), яйца 2 бр.,

магданоз, чубрица, черен пипер и сол на вкус.

Месото се почиства от костите и се нарязва на малки парчета, които се поръсват със сол и черен пипер и се нанизват на шишчета по 5–6 бр., като помежду им се слага късче от лютив пиперка. Така пригответе шишчетата се изпърбват леко в мазнината, след което се изваждат в тавичка. В същата мазнина се задушават ситно нарязаният лук, а след това се прибавят доматиеното пюре, брашното, червеният пипер и се налива топла вода или бульон. Полученият сос се посолява на вкус и след като кипне, се изсипва в тавичката с месото. Залива се с разбитите с киселото мляко яйца, поръсва се с чубрицата и отново се пече 10–15 минути. Поднася се поръсено със ситно нарязан магданоз.

КАСАПСКА ЯХНИЯ

(Плиска)

Продукти: нетлъсто свинско месо 1 кг, кромид лук 350 г (3–4 глави) или малки лукчета 350–400 г, свинска мас 8 г (4 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз 1/2 връзка, сол и черен пипер на вкус.

Месото, нарязано на парчета, се задушават в мазнината заедно с едно нарязания кромид лук (или обелените цели лукчета). Когато лукът омекне, се прибавя брашното, а малко по-късно – червеният пипер. Ястието се залива с топла вода, посолява се и се вари на тих огън до готовност. Към края на варенето се прибавя ситно нарязаният магданоз. При поднасянето ястието се поръсва със счукан черен пипер.

КЕБАП С ГЪБИ

(Пирдопско)

Продукти: свинско месо 750 г, свинска мас 20 г (1 супена лъжица), кромид лук 200 г (3–4 глави), чесън 50 г (1 глава), гъби печурки 300 г, домати 250 г (4–5 бр.), брашно 10 г (1 супена лъжица), бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), лимон 1 бр.

Месото се нарязва на дребни парчета и се задушават в мазнината заедно със ситно нарязания лук. След това се прибавят последователно червеният пипер, гъбите, нарязани на ивички, обелените скилидки на чесъна, брашното, настърганите домати, черният пипер, чубрицата и

резенчетата от лимона. Ястието се залива с топла вода, посолява се и се вари на тих огън, докато остане на мазнина.

Поднася се със сварен ориз или пюре от картофи.

КНИЖЕН КЕБАП ПО ПЛЕВЕНСКИ

(с. Пелово)

Продукти: свинско месо от филето 1 кг, гъби 250 г (1 и 1/2 чаени чаши), кромид лук 250 г (4–5 глави), бяло вино 50 мл (1 кафена чашка), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), червени домати 50 г (1 бр.) или лютиница 10 г (1 чаена лъжичка), чубрица 1 стрък, лютиви пиперки 5 бр., сол и черен пипер на вкус.

Месото се нарязва на хапки, като за шишчета, и към него се прибавят ситно нарязаните лук, домати и гъби, черният пипер, чубрицата, виното и сол на вкус. Сместа се оставя да престои 24 часа на хладно място. В 5 хартии, намазани с масло, се слага по 1/5 част от сместа и се добавя по 1 лютива пиперка и 1/5 от маслото. Кебапът се увива в хартията и се пече. Поднася се топъл

КРУМОВГРАДСКИ КЕБАП

Продукти: свинско месо от филето 900 г, кромид лук 300 г (4–5 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), бяло вино 50 мл (1 кафена чашка), лютиви пиперки 1–2 бр., чубрица 1 стрък, гъби печурки 200 г (1 чаена чаша), домати 150 г (2–3 бр.), яйца 5 бр., черен пипер и сол на вкус.

Месото се нарязва на дребни кусчета и се запържва леко в мазнината. След това се прибавят последователно и се задушават лукът, нарязан на ситно, гъбите, нарязани на ивички, доматиите и пиперките, нарязани на дребно, виното и подправките. Сместа се посолява на вкус и се разпределя в пръстени гювечета, които се слагат в силно сгорещена фурна. Към края на печенето във всяко гювече се счупва от ниско по 1 яйце. Гювечетата се захлупват и ястието се допича. Поднася се топло.

МЕШАНА СКАРА ПО ПРЕСЛАВСКИ

Продукти: свински пържоли 750 г (5 бр.), домашна наденица 200 г,

месо за шишчетата 250 г, гъби 150 г, лимон 1/2 бр., кромид лук 50 г (1 глава), чубрица 1 стрък, черен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лютиви пиперки 5 бр., сол на вкус.

Полуопечените пържоли и шишчетата, наденицата и лютивите пиперки се слагат в гювеч, покриват се с нарязаните на дребно гъби и лук, поръсват се със счукания черен пипер и ситно стритата чубрица, заливат се с 2 и 1/2 чаени чаши вода, посоляват се и се задушават със фурната или върху печката, като се похлупват с капак. Поднасят се топли, като се поръсват със сока от лимона.

ПЪРЖЕНО МЕСО В САХАН ПО ШОПСКИ

Продукти: прясно осолено свинско месо 750 г, пиперки от турция 10 бр., свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), праз лук 700 г (6 стръка), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Месото се нарязва на по-едри парчета и се пържи до омекване в част от мазнината, след което към него се прибавят задушени в останалата мазнина дребно нарязан праз лук и нарязаните на кръгчета пиперки. Ястието се изсипва в сахан, поръсва се с червения пипер, посолява се, ако месото не е достатъчно осолено и се похлупва с капак, за да се задуши.

СВИНСКИ ПЪРЖОЛИ ПО ТЪРНОВСКИ

Продукти: свински пържоли 750 г (5 бр.), пиперки 100 г (2 бр.), гъби печурки 0,5 кг, доматиено пюре 40 г (2 супени лъжици), бяло вино 120 мл (1 винена чаша), дафинов лист 1 бр., черен пипер и сол на вкус.

Пържолите се начукват с дървено чукче, посоляват се и се поръсват с черен пипер. Изпържват се в мазнината и се изваждат. В същата мазнина се задушават гъбите и пиперките, нарязани на ситно. След омекването им се прибавя и се запързва брашното. Сместа се залива с виното и се вари 15–20 минути, като накрая се прибавя дафиновият лист. С така приготвения сос се заливат пържолите.

Поднасят се с подходяща гарнитура.

СВИНСКИ ПЪРЖОЛИ ПО ШОПСКИ

Продукти: свински пържоли 1 кг (5 бр.), кромид лук 150 г (1–2 глави), домати 250 г (4–5 бр.), мас 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз 1 връзка, лютиви пиперки 5 бр., сол и черен пипер на вкус.

Пържолите се изпичат на плоча.

Доматите и лукът, нарязани на дребно, се задушават в мазнината до омекване. Прибавят се лютивите пиперки, ситно нарязаният магданоз, черният пипер и сол на вкус.

При поднасянето на пържолите под и над тях се слага от задушена-та смес.

СВИНСКИ ПЪРЖОЛИ С ЧЕСЪН

(Кюстендилско)

Продукти: свински пържоли 750 г (5 бр.), чесън 8–10 скилидки, брашно 20 г (2 супени лъжици), сол и черен пипер на вкус.

Пържолите се начукват с дървено чукче, поръсват се със сол и черен пипер, овалват се в брашното и се изпържват. След изваждането им в същата мазнина се запържват ситно нарязаните скилиди на чесъна. Връщат се пържолите, захлупват се с капак и се задушават 8–10 минути на слаб огън.

Поднасят се с пържени картофи.

Пържолите стават по-вкусни и по-крекки, ако при задушаването им се прибави 1/2 чаена чаша червено вино.

СВИНСКИ РЕБРА С КИСЕЛО ЗЕЛЕ И ОРИЗ

(с. Ореш, Свищовско)

Продукти: свински ребра 2 кг, кисело зеле 1,5 кг (1 зелка), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), свинска мас 80 г (4 супени лъжици).

Ситно нарязаното зеле се сварява заедно с нарязаните парчета ребра, а отделно в мазнината се запържва до порозовяване оризът. В тавичка се изсипват зелето и оризът и се разбъркват. Върху тях се нареждат ребрата. След това ястието се залива с 1 чаена чаша топла вода и се пече в умерена фурна.

СВИНСКО МЕСО С ПРАЗ

(Мизия)

Продукти: свинско месо 750 г, свинска мас 40 г (2 супени лъжици), кромид лук 50 г (1 глава), червени домати 100 г (2 бр.) или доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), праз 1 кг (10 стръка), 3–4 листа от целина, брашно 10 г (ч супена лъжица), черен пипер, лимонова киселина.

Месото се нарязва на средно големи парчета и се запържва леко в мазнината, след което се изважда. В същата мазния се прибавят последователно и се задушават лукът, нарязан на ситно, целината и доматиите, нарязани на дребни кубчета. Разбъркват се с червения пипер и се заливат с 1/2 чаена чаша топла вода. Сосът се посолява и в него се връща месото. Ястието се оставя да ври на тих огън, докато омекне месото. Тогава се прибавят празът, нарязан на парчета с дължина 3–4 см, предварително препеченото брашно, размито с малко студена вода, и нарязаните на ситно листа от целината. Ястието се вари още около 20 минути. Преди поднасянето се поръсва с черен пипер и разредена лимонова киселина.

СВИНСКО НА ФУРНА

(Момчилградско)

Продукти: свинско месо 1,5 кг, кромид лук 0,5 кг (около 10 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), доматиено пюре 200 г (1 чаена чаша), чубрица 1/2 връзка, картофи 0,5 кг, черен пипер 20 зърна, червено вино 50 мл (1/4 чаена чаша).

Обезкостеното и нарязано на парчета месо се запържва леко в мазнината. Прибвя се ситно нарязаният лук и се задушва до омекване. След това се прибавят доматиеното пюре, разбито с вода, черният пипер, виното, ситно нарязаната чубрица и сол на вкус. Ястието се изсипва в тавичка и се пече във фурната до омекването на месото.

Поднася се с гарнитура от пържените картофи.

СВИНСКО С КИСЕЛО ЗЕЛЕ

(Карловско)

Продукти: свинско месо 750 г, свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), кисело зеле 1,5 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), 4–5 лютиви пиперки, черен пипер и сол на вкус.

Месото се измива, нарязва се на големи парчета и се запържва в част от мазнината, след което се изважда. В същата мазнина се запържва леко ситно нарязаният кромид лук. Прибавя се червения пипер и се връща месото. Залива се с гореща вода и се оставя да ври на умерен огън. Зелето се почиства от твърдите части и се нарязва на тънки ивички или се скълзва със сатър, изсипва се в тава заедно с останалата част от мазнината и се задушават във фурната до омекване. Тогава се прибавят свареното месо и лютивите пиперки. Ястието се слага отново във фурната и се пече до готовност. Поднася се със счукан черен пипер.

СВИНСКО С КИСЕЛО ЗЕЛЕ

(Софийско)

Продукти: свинско месо 750 г, кисело зеле 2 кг (1 зелка), свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), зелев сок 200 мл (1 чаена чаша), лютиви пиперки 2–3 бр., сол на вкус.

Месото се нарязва на средно големи парчета и се поръсва с червен пипер, а киселото зеле се нарязва на тънки ивички.

В пръстен гювеч се нареждат на последователни редове зелето и месото, а върху тях се слагат лютивите пиперки. Поръсват се с останалия червен пипер, поливат се с мазнината, зелевия сок и малко топла вода, покриват се с 2–3 зелеви листа и се задушават в умерена фурна до готовност.

СВИНСКО С НАХУТ

(Пещера)

Продукти: нахут 400 г (2 чаени чаши), свинско месо 750 г, растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (1–2 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), брашно 30 г (3 супени лъжици), магданоз, сол на вкус.

Нахутът се кисне във вода 10–12 часа, след което се измива в няколко води, като се трие между двете ръце, за да се олющят люспите. Залива се с вода и се слага да ври на умерен огън заедно с половината

лук, нарязан на ситно, и 1–2 супени лъжици мазнина. Като поомекне нахутът, се прибавя месото, нарязано на средно големи парчета. След сваряването на нахута се прибавя запръжка, приготвена от останалата мазнина, останалата част от ситно нарязания лук, брашното и червения пипер. След прибавянето на запръжката ястието се посолява и се вари още 1/2 час. Сваля се от огъня и се поръсва със ситно нарязания магданоз.

СВИНСКО С ОРИЗ

(с. Плодовитово, Старозагорско)

Продукти: свинско месо 750 г, ориз 200 г (1 чаена чаша), свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), зелен сок 200 мл (1 чаена чаша), черен пипер и сол на вкус.

Измитото и нарязано на порции месо се запръжва леко в мазнината, след което се посолява и се задушава на тих огън до омекване, като от време на време се сипва по малко вода. Прибавят се 2 чаени чаши топла вода. Като заври водата, се пуска оризът. След 10–15 минути ястието се изсипва в тавичка, поръсва се с черния пипер и се запича във фурната. Изважда се, залива се със зеления сок и се покрива с кърпа, за да се задуши оризът.

СВИНСКО С ПИПЕРКИ ОТ ТУРСИЯ

(Радомирско)

Продукти: крехко свинско месо 1 кг, пиперки от турция 1 кг, царевично брашно 50 г (1 кафена чашка), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), мас 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 200 г (4–5 глави), сол на вкус.

Почистеното от костите месо се нарязва на малки късчета, посолява се, поръсва се с червения пипер и се слага в пръстено гърне. Прибавят се нарязаният на ситно лук и се налива малко вода. Гърнето се похлупва с капак и се слага на умерен огън. Пиперките се нарязват на дребни парчета и се задушават в мазнината до омекване, поръсват се с царевичното брашно, разбъркват се няколко пъти и се прибавят към почти свареното месо. Ястието се оставя да ври още 30 минути на тих огън.

СВИНСКО С РЯПА

(Разлог)

Продукти: ряпа 0,500 кг (5–6 бр.), прясно свинско месо 750 г, сушени червени пиперки 10 бр., растително масло 50 мл (5 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Ряпата се обелва, измива се и се нарязва на парчета. Месото също се нарязва на парчета и се измива. Слагат се в тенджерата, посоляват се, поливат се с малко вода и част от мазнината и се варят на тих огън до омекване. Малко по-късно се добавят останалата мазнина, препържена с червения пипер, и пиперките.

СВИНСКО С ЧЕКАНЕ И БУЛГУР

(Разлог)

Продукти: прясно свинско месо 750 г, чекане (червено цвекло, приготвено в саламура, като кисело зеле) 2 глави, булгур 200 г (1 чаена чаша), сушени червени пиперки 5 бр., сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета и се слага на огъня да ври с малко вода и сол на вкус. Прибавя се цвеклото, настъргано на едро ренде и измито в топла вода (водата се оставя, за да се покисели при нужда ястието). Като омекне месото, се слагат пиперките и булгурът. Ястието се залива с малко вода и се вари на тих огън до готовност.

СВИНСКО СЪС ЗЕЛЕНИ ДОМАТИ

(Кюстендилско)

Продукти: свинско месо 750 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (2 глави), картофи 0,5 кг (8–10 бр.), зелени домати 800 г (10 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и черен пипер.

Месото, нарязано на средно големи парчета, и лукът, нарязан на ситно, се слагат в тенджерата заедно с мазнината. Посоляват се, похлупват се плътно с капака и се задушават на тих огън, без да се бъркат. Когато омекне лукът, се прибавят червеният пипер и нарязаните на филийки картофи и зелени домати. Ястието се залива с топла вода, посолява се и се оставя да ври на тих огън. При поднасянето се поръсва с черен

пипер.

СВИНСКО ФИЛЕ, ВАРЕНО В ЗЕЛЕВ СОК

(с. Свежен, Пловдивско)

Продукти: свинско месо от филето 1 кг, зелев сок 2 л, червен пипер, чеснов лук 10 скилидки, черен пипер, кимион и сол на вкус.

Месото се измива и се вари на тих огън в зелевия сок. След сваряването, докато е топло, се намазва със счукания чесън и се наръсва обилно с червения пипер и ситно счуканите черен пипер и кимион. Поднася се студено, нарязано на тънки филийки.

СТРАНДЖАНСКИ КЕБАП

Продукти: свинско месо 750 г, мас 75 г (3–4 супени лъжици), кромид лук 0,5 кг (6–7 глави), домати 300 г (4–5 бр.), брашно 20 г (2 супени лъжици), вино 50 мл (1/2 винена чаша), чесън 1–2 глави, лютиви пиперки 5–6 бр., лимон 1 бр., сол на вкус.

Месото се измива със студена вода, нарязва се на кубчета и се пържва леко в сгорещената мазнина. Прибавят се последователно и се задушават дребно нарязаните кромид лук, чесън и обелени домати. Поръсва се брашното и се разбърква няколко пъти. След това се прибавят червеният пипер, лютивите пиперки, нарязаният на филийки лимон, виното и сол на вкус. Кебапът се задушава във фурна до пълно омекване на месото.

ТЕПСИ КЕБАП

(Карловско)

Продукти: тлъсто месо от слабинната част и гърдите на прясно заклано прасе 1 кг, вътрешности на прасето 400 г, кисело зеле 1,5 кг (1 зелка), сол на вкус.

Месото се нарязва на парчета, малко по-големи от тези за кебап, и се пържи в собствената мазнина. Прибавят се нарязаните вътрешности и полусвареното кисело зеле, нарязано на парчета. Ястието се изсипва в тавичка и се запича във фурната.

ТЕПСИ-КЕБАП С ПРАЗ И ОРИЗ

(с. Габровница, Пазарджишко)

Продукти: свинско месо 750 г, праз лук 0,5 кг (2–3 стръка), ориз 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), мас 100 г, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), чесън 1/2 глава, оцет 30 мл (3 супени лъжици), сол на вкус.

Месото се нарязва на дребни парченца (хапки), слага се в тепсия (тавичка), в която ще се приготвя ястието, и се запържва в мазнината. Прибавя се ситно нарязаният праз и също се запържва. След това се слагат червеният пипер и оризът. Ястието се залива с 4 чаени чаши топла вода, посолява се, разбърква се и се слага във фурната да се пече. Готовото ястие се полива със счукания чесън и оцета.

ТЕПСКИ-КЕБАП С КИСЕЛО ЗЕЛЕ

(с. Габровница, Пазарджишко)

Продукти: свинско месо 750 г, прясна неосолена сланина 200 г, кисело зеле 1,5 кг, кромид или праз лук 100 г (1 глава), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лютиви пиперки и сол на вкус.

Месото и сланината се нарязват на дребни парченца (хапки), посоляват се и се поставят в тавичка заедно със ситно нарязаният лук. Пържат се до златисто оцветяване на лука, а след това се разбъркват със зелето, нарязано на ситно, и червения пипер. Ястието се пече във фурната, без да се прибавя вода. Така зелето и месото се задушват в собствения сос.

ЯХНИЯ ОТ СВИНСКО МЕСО И ЗРЯЛ ФАСУЛ

(с. Мало Конаре)

Продукти: по-тлъсто свинско месо 850 г, зрял фасул 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), лук 100 г (1–2 глави), домати 200 г (3–4 бр.) или доматино пюре 15 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, джоджен, чубрица и сол на вкус.

Фасулът, след като се почисти и измие, се залива със студена вода и се вари в гърне на тих огън.

Месото се нарязва на средно големи парчета и се задушава заедно със ситно нарязания лук, докато се стопят тлъстините. Прибавят се

червеният пипер и доматите, нарязани на ситно, малко топла вода и сол на вкус. Когато омекне месото, се прибавя свареният фасул. Ястието се посолява допълнително, ако е необходимо, и се вари още няколко минути. Поръсва се със ситно нарязаните джоджен и чубруца и счукан черен пипер и се поднася. По желание може да се прибави и лютива пиперка.

Ястието може да се приготви със свински пушени гърди.

ЯСТИЯ СЪС СМЛЯНО МЕСО (КАЙМА)

ГОЛИ САРМИ

(Чепеларе)

Продукти: смляно месо 600 г, ориз 150 г (3/4 чаена чаша), брашно 60 г (6 супени лъжици), яйца 3 бр., масло 125 г (1 пакетче), лимон 1 бр., целина 100 г (1 глава), червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Към смляното месо се прибавят изчистеният и измит ориз, белтъците на двете яйца, черен пипер и сол на вкус. Сместа се омесва добре и от нея се оформят дребни продълговати кюфтета. Овалват се в брашно и без да се разплескват, се оставят да престоят 1/2 час.

Във вряща подсолена вода се пуска целината, предварително обелевана, измита и нарязана на осминки. След като поври целината, се прибавят 3 супени лъжици масло и кюфтетата, като се пускат едно по едно. Варят се на тих огън, за да не се разкъсат, до пълното омекване на ориза.

Трите яйца се разбиват със сока от лимона и към тях се прибавя постепенно и при непрекъснато разбъркване сосът от ястието. С получения яйчен сос се заливат кюфтетата, наредени в чиния.

Останалото масло се запържва с червения пипер и се изсипва върху кюфтетата.

КЮФТЕНЦА НА ФУРНА

(Хасковско)

Продукти: смляно телешко месо 0,5 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кисело мляко 400 г (2 чаени чаши), яйца 3 бр., чесън 4–5 скилидки, кромид лук 50 г (1 глава), хляб 75 г (1 филия), черен пипер и сол на вкус.

Месото се омесва със ситно нарязания лук, предварително накуснатия хляб, 1 яйце, черен пипер и сол на вкус. От сместа се правят кюфтенца, които се изпържват в мазнината. Нарезждат се в намазана с масло тавичка и се заливат с киселото мляко, разбито с останалите 2 яйца, счукания чесън и сол, поръсват се с мазнината от пърженето и се пекат в

силна фурна.

КЮФТЕТА С ВАРЕН ОРИЗ

(Смолян)

Продукти: смляно месо 0,5 кг, ориз 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 200 г (3–4 глави), масло 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 150 г (2–3 бр.), брашно 50 г (5 супени лъжици), яйце 1 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и черен пипер на вкус.

Към смляното месо се прибавят оризът, почистен и измит, яйцето, черният пипер, 1/5 от маслото и сол на вкус. Сместа се омесва добре и от нея се оформят по-дребни, но еднакви по големина кюфтета. Овалват се в брашното и без да се разплескват, се оставят да отлежат.

В останалата част от маслото се задушава ситно нарязаният лук, а след това се прибавят червеният пипер и доматиите, обелени и настъргани на ренде. Когато сместа остане на мазнината, се прибавя топла вода. В полученият сос, след като заври, се пускат с лъжица едно по едно кюфтетата (сосът трябва да ги покрива). Ястието се вари на тих огън до готовност, като от време на време се разклаща, за да не загори.

КЮФТЕТА С ДОМАТЕН СОС

(Пазарджик)

Продукти: за кюфтетата – смляно месо 0,5 кг, бял хляб 75 г (1 филия), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), яйце 1 бр., кромид лук 50 г (1 глава), растително масло 75 г (1/3 чаена чаша), брашно 50 г (5 супени лъжици), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

за соса: кромид лук 100 г (2 глави), брашно 30 г (3 супени лъжици), домати 300 г (4–5 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), сол, черен пипер, магданоз и чесън на вкус.

Приготвяне на кюфтетата. Месото се омесва със ситно нарязания лук, натопения в млякото хляб, яйцето, нарязания на дребно магданоз, черен пипер и сол на вкус. От сместа, след като престои 1 час, се оформят еднакви по големина кюфтета. Овалват се в брашното и се изпържват в сгорещената мазнина. Поставят се в затоплен съд и се похлупват, за да се запазят топли до поднасянето им.

Вместо да се пържат кюфтетата могат да се опекаат на фурна в

тавичка, намазана обилно с мазнина.

Приготвяне на соса. Лукът, нарязан на дребно, се задушават в мазнината до омекване, след което се прибавят доматиите, настъргани на ренде. Когато се изпари водата от доматиите, се прибавя брашното и се запържва леко. След това се налива по малко студена вода, докато се получи рядък сос. Сосът се посолява и се оставя да ври на тих огън, докато се сгъсти, колкото е необходимо. Преди свалянето му от огъня се подправя на вкус с черен пипер, счукан чесън и ситно нарязан магданоз.

При поднасянето на ястието във всяка чиния се поставят по 2 кюфтета и се заливат със соса.

КЮФТЕТА С ОРИЗ

Продукти: смляно месо 750 г, яйца 4 бр., мас 100 г (1/2 чаена чаша), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), сол и черен пипер на вкус, галета.

Към смляното месо се прибавят двете яйца, свареният ориз и подправките. Сместа се омесва добре и се оформя на кюфтета, които се потапят в другите две разбити яйца, овалват се в галетата, отново се потапят в яйцата и се изпържват в сгорещената мазнина.

КЮФТЕТА С ПАТЛАДЖАНИ И ЛУК

(Великотърновско)

Продукти: телешко смляно месо 0,5 кг, хляб 150 г (2 филии), лук 50 г (1 глава), патладжани 1 кг, дребни лукчета 250 г, домати 0,5 кг, яйца 1 бр., сол, черен пипер, магданоз, растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша).

Месото се омесва със ситно нарязаните лук и магданоз, черния пипер, яйцето, предварително накиснатия във вода хляб и сол на вкус. От сместа се правят кюфтета, които се изпържват в част от мазнината.

Патладжаните се нарязват на филийки, посоляват се и се оставят да се отцедят от горчивия сок, след което се изпържват.

Отделно в останалата мазнина се задушават дребните лукчета до розово оцветяване.

В голяма чиния се нареждат патладжаните, а върху тях се слагат кюфтетата и лукчетата. Околовръст се подреждат кръгчета от доматиите и стръкчета магданоз.

КЮФТЕТА С ПРАЗ НА ФУРНА

(Великотърновско)

Продукти: телешко смяно месо 0,5 кг, кромид лук 50 г (1 глава), праз 100 г (5–6 стръка), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), хляб 75 г (1 филийка), яйца 4 бр., лимонена киселина, черен пипер и сол.

Месото се омесва с настъргания на ренде кромид лук, предварително наикиснатия във вода хляб, 1 яйце, черен пипер и сол на вкус. Правят се малки кюфтенца, които се изпържват. В същата мазнина се задушават до омекване празът, нарязан на ситно, след което се изсипва в тавичка. Върху праза се нареждат кюфтенцата. Ястието се залива с малко топла вода и се пече във фурната, докато се изпари водата. Залива се с останалите 3 яйца, разбити с лимонената киселина, и отново се запича. Поднася се топло.

КЮФТЕТА ЯХНИЯ

(Варненско)

Продукти: смяно месо 0,5 кг, кромид лук 100 г (2 глави), картофи 1 кг, домати 200 г (3–4 бр.), магданоз 1 връзка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), черен пипер и сол на вкус.

Месото се омесва със ситно нарязаните лук и магданоз, черен пипер и сол на вкус. От сместа се оформят малки топчици, които се изпържват в мазнината. В същата мазнина след изваждането на месото се запържват доматиите, настъргани на ренде, а след това се прибавят червеният пипер и брашното. Налива се топла вода и в полученият сос, след като заври, се пускат изпържените топчици и картофите, нарязани на кубчета.

Ястието се посолява на вкус и се вари около 20–30 минути или се пече във фурна.

МУСАКА С КИСЕЛО ЗЕЛЕ

(Пазарджик)

Продукти: смяно месо 750 г, кисело зеле 1,5 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (1–2 глави), червен пипер 5 г (1

чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), яйца 2 бр., сол и черен пипер на вкус.

Към смляното месо се прибавят ситно нарязаният лук, червеният пипер, брашното и половината мазнина. Сместа се посолява и се пържи 2–3 минути. В останалата мазнина се задушава няколко минутизелето, нарязано на ситно.

В тавичка се нареждат на пластове месото и зелето, като се започне от месото. Ястието се залива с вода (да се покрие), и се пече в средно гореща фурна. След като изври водата и омекне зелето, се прибавят разбитите яйца. Ястието отново се запича и се поднася поръсено с черен пипер.

МУСАКА С ПАТЛАДЖАНИ И ЯЙЦА НА ОЧИ

Продукти: смляно месо 0,5 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), патладжани 800 г, кромид лук 100 г (1–2 глави), червени домати 300 г (4–5 бр.), доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), яйца 5 бр., червен пипер, черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Патладжаните се обелват и се нарязват на дълж на филийки, посоляват се и се оставят около час да се отдели горчивият сок, след което леко се запържват в част от мазнината. В останалата мазнина се задушава ситно нарязаният лук, а след това се прибавят червеният пипер, доматиеното пюре, месото, черният пипер, ситно нарязаният магданоз, сол на вкус и малко топла вода.

В тавичка се нареждат последователно филии от патладжаните, изпърженото месо, отново филии от патладжаните, месо и т.н. Ястието се залива с обелените и настъргани на ренде домати и се запича до зачервяване. Изважда се от фурната и на повърхността му се правят вдлъбнатини с лъжица, в които се счупва от ниско по 1 яйце. Ястието отново се запича. При поднасянето се нарязва така, че във всяка порция да остане по 1 яйце.

ПЕЧЕНО СМЛЯНО МЕСО

(Средногорието)

Продукти: телешко смляно месо 300 г, свинско смляно месо 200 г, гъби печурки 300 г, прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), яйца 2 бр.,

картофи 150 г (3 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сол и черен пипер.

В подсолена вода се сваряват поотделно гъбите и картофите. След това гъбите се нарязват на ивички, а картофите се стриват с вилица. Към тях се прибавят смяното месо, яйцата, млякото, сол и черен пипер. Сместа се омесва добре и се разстила в намазана с масло тавичка, поръсва се с мазнина и се пече в умерена фурна.

Поднася се с гарнитурата от пържени картофи.

ПЪЛНЕНА ЗЕЛКА

(Средногорието)

Продукти: 1 средно голяма зелка, кромид лук 50 г (1 глава), моркови 100 г (1–2 бр.), домати 200 г (3–4 бр.), чесън 8–10 скилидки, брашно 10 г (1 супена лъжица), растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), доматен сок 200 мл (1 чаена чаша), телешко смяно месо 750 г, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Зелката се изчиства и се издълбава с остър нож. Лукът се нарязва на ситно и се задушава в мазнината заедно с морковите, нарязани на ситно, и доматиите, настъргани на ренде. Прибавят се червеният пипер, месото и оризът. Сместа се залива с 1 чаена чаша топла вода, за да набъбне оризът, а след това се разбърква с черния пипер, нарязания магданоз и сол на вкус. Зелката се напълва със сместа и отворът ѝ се поръсва с малко брашно. Слага се в дълбок съд, залива се с доматиения сок и 2 чаени чаши топла вода и се вари на тих огън. Към края на варенето се прибавя счуканият чесън.

ПЪЛНЕНА ПРЯСНА ЗЕЛКА

Продукти: смяно свинско месо 750 г, 2 неголеми пресни зелки, ориз 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), червени домати 200 г (3–4 бр.), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), яйца 1 бр., магданоз, сол и черен пипер на вкус.

Зелките се издълбават откъм кочана.

В част от мазнината се запързва до златисто оцветяване ситно нарязаният кромид лук, а след това се прибавят и се задушават част от

доматите, обелени и нарязани на ситно. Свалят се от огъня и се разбъркват с изчистения и измит ориз, месото, свареното и нарязано на дребно яйце, ситно нарязан магданоз, счукан черен пипер и сол на вкус.

С така приготвената смес се пълнят зелките, като отворът им се покрива с резенчета от домати. Поставят се в тенджера, заливат се с малко вода и се задушават на тих огън до готовност. Десетина минути преди свалянето им от огъня се поливат с оатаналата мазнина, запържена с червения пипер.

ПЪЛНЕНА ЦЕЛИНА СЪС СВИНСКО МЕСО ПО ГРАДИНАРСКИ

(София)

Продукти: свинско смяно месо 250 г, хляб 75 г (1 филия), яйце 1 бр., сланина 50 г, целина 250 г (5 средно големи глави), гъби печурки 200 г, кашкавал 150 г, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лимон 1 бр., черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Главите на целината се обелват, а след това се натриват с лимона, варят се в подсолена вода 15–20 минути, разрязват се на половинки и се издълбават с малка лъжичка. Издълбаната вътрешност на целината се нарязва на ситно и се смесва със смяното месо, натопения във вода хляб, нарязаните на ситно гъби и магданоз, червения и черния пипер, яйцето и сланината, нарязана на малки парченца и леко запържена.

Със сместа се пълнят издълбаните половинки на целината. Нареждат се в намазана тавичка, поръсват се с настъргания кашкавал, заливат се с мазнината и 1 кафена чашка топла вода и се пекат в умерена фурна.

Ястието се поднася топло.

ПЪЛНЕНИ КАРТОФИ

(с. Симеоново, Софийско)

Продукти: едри картофи 1,200 кг, смяно месо 400 г, ориз 50 г (1 кафена чашка), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), чубрица 2–3 стръка, джоджен 2–3 стръка, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), червени домати 200 г (3–4 бр.), сол на вкус.

В мазнината се задушава ситно нарязаният лук, а след това се

прибавят оризът, месото, червеният пипер и ситно нарязаните джоджен и чубрица. Сместа се посолява и се разбърква, след което с нея се пълнят обелените, измити и издълбани картофи. Нарездат се в тавичка, като отворът им се покрива с филия от домати, и се заливат с вода. Пекат се в умерено гореща фурна до зачервяване.

ПЪЛНЕНИ ПАТЛАДЖАНИ С ТЕЛЕШКО МЕСО

(Пловдивско)

Продукти: патладжани 0,5 кг (5 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), телешко смяно месо 0,5 кг, домати 300 г (6 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), чесън 10 скилидки, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Патладжаните се разрязват на пловинки, издълбават се с чаена лъжичка, посоляват се и се оставят да се отцедят, след което леко се запъжват в част от мазнината. В останалата мазнина се задушава ситно нарязаният лук, а след това се прибавят червеният пипер, 1 настърган домати, месото, черният пипер, нарязаните скилидки на чесъна, ситно нарязаният магданоз и сол на вкус. Със сместа, след като се разбърка добре, се пълнят патладжаните. Нарездат се в намазана с масло тавичка, покриват се с филийки от останалите червени домати и се пекат в умерено загрята фурна.

ПЪЛНЕНИ ПИПЕРКИ ОТ ТУРСИЯ

(Ловешко)

Продукти: смяно свинско месо 750 г, кромид лук 100 г (2 глави), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), черен пипер 10 г (1 супена лъжица), магданоз 1/2 връзка, копър 1/2 връзка, черен пипер 10–15 зърна, джоджен 2 стръка, яйца 2 бр., чесън 1 глава, пиперки от турция около 20 бр., сол на вкус.

Към смяното месо се прибавят ситно нарязаният кромид лук, червеният пипер, счуканият черен пипер, оризът, ситно нарязаните магданоз, копър и джоджен. Сместа се посолява и се разбърква, след което с нея се пълнят пиперките, почистени от дръжките и семето. Нарездат се в тенджерата, в която се сипва малко вода, и се варят на тих огън. Десетина минути преди свалянето им от огъня се поливат с разбитите яйца и

счукания чесън.

ПЪЛНЕНИ ПИПЕРКИ С МЕСО

(Пазарджик)

Продукти: кълцано или смляно месо 0,5 кг, пиперки 750 г (10–12 бр.), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), домати 150 г (2–3 бр.), яйца 2 бр., брашно 20 г (2 супени лъжици), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Лукът се нарязва на ситно и се задушава в мазнината. Прибавят се последователно очистеният и измит ориз, червеният пипер, доматиите, настъргани на ренде, 1 кафена чашка топла вода и месото. Сместа се посолява, разбърква се добре и се сваля от огъня, след което се прибавят черният пипер и ситно нарязаният магданоз.

Пиперките се измиват, почистват се от дръжките и семето и се пълнят с пълнката. Захлупват се с капаче откъм отрязаната дръжка, нареждат се изправени в тенджерата, заливат се с 1 чаена чаша топла вода и се варят на тих огън. Ако е необходимо, долива се по малко топла вода.

Жълтъците на яйцата се разбиват с киселото мляко, препеченото брашно и малко топла вода или сос от ястието. С получения сос, след като заври, се поливат пиперките при поднасянето им.

ПЪЛНЕНИ СУШЕНИ ПИПЕРКИ ПО ЛОВЕШКИ

Продукти: смляно месо 750 г, свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), сушени червени пиперки 0,5 кг (15–20 бр.), кромид лук 100 г (2 глави), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), магданоз 1/2 връзка, копър 1/2 връзка, джоджен 1–2 стръка, черен пипер 10–15 зърна, 1 кисела зелка, сол на вкус.

Към смляното месо се прибавят ситно нарязаният кромид лук, червеният пипер, счуканият черен пипер, ситно нарязаните магданоз, копър и джоджен и сол на вкус. Сместа се разбърква добре и с нея се пълнят пиперките, предварително киснати във вода.

Зелето се накълцва на ситно.

В тавичка се нареждат ред зеле, ред пиперки, като най-отгоре се поставя зеле. Ястието се залива с топла вода и разтопената мазнина и се

пече във фурната, докато остане с малко сос.

ПЪЛНЕНИ ТИКВИЧКИ

(Пазарджик)

Продукти: кълцано или смляно месо 0,5 кг, тиквички 1 кг, ориз 50 г (1/2 кафена чашка), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (1–2 глави), домати 150 г (2–3 бр.), яйца 2 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), брашно 30 г (3 супени лъжици), черен пипер, копър и сол на вкус.

Лукът се нарязва на ситно и се задушава в мазнината заедно с издълбаната вътрешност на тиквичките. Прибавят се последователно почищеният и измит ориз, нарязаните на дребно домати, 1 чаена чашка топла вода и сол на вкус. Когато оризът поеме водата, сместа се сваля от огъня и се разбърква с месото, черния пипер и копъра. С тази смес се пълнят тиквичките. Нарездат се в тенджера, покриват се с чиния, за да се задушат, заливат се с малко топла вода и се варят на тих огън до готовност.

Жълтъците на яйцата се разбиват с киселото мляко и препеченото брашно, като се прибавя и сосът на ястието. С този сос, след като заври, се заливат тиквичките при поднасянето им.

ПЪРЖЕНИ КЮФТЕТА С ОРИЗ

(Кюстендилско)

Продукти: телешко смляно месо 250 г, яйца 3 бр., хляб 75 г (1 филия), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), галета 200 г (1 чаена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), черен пипер, чубрица и сол на вкус.

За гарнитура: 1 буркан туршия, 1/3 буркан зелен фасул консерва, краве масло 1/4 пакетче.

Месото се омесва с жълтъците на яйцата, предварително накисната във вода хляб, чубрицата, черния пипер и сол на вкус. Оформят се кюфтетата, в които се слга по малко от предварително сварения в подсолена вода ориз. Потапят се в разбитите белтъци, овалват се в галетата и се изпържват в мазнината.

Поднасят се с туршията и зеления фасул, попарен с маслото.

РУЛО ОТ СМЛЯНО МЕСО

(Варна)

Продукти: смляно телешко месо 750 г, яйца 4 бр., моркови 150 г (2–3 бр.), сухар 75 г (1 филия), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), гъби печурки 150 г, картофи 1 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), червен и черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Смляното месо се смесва с едро настъргания лук, 1 яйце, червения и черния пипер, ситно нарязан магданоз и сол на вкус и се разстила върху мокра дъска. Върху месото се изсипва предварително приготвената плънка от морковите и гъбите, нарязани на ситно и сварени в подсолена вода, сухара, наkisнат във вода, трите яйца, сварени до твърдо и нарязани на малки кубчета, и малко сол.

От месото и плънката се оформя руло, което се поставя в намазана с масло тавичка, полива се с мазнината и се пече в силно сгорещена фурна.

Отстрани на рулото се поставят картофите, нарязани на дължина и посолени на вкус.

САРМИ С БУЛГУР И КИСЕЛО ЗЕЛЕ – ГАЛУШКИ

(Тракия)

Продукти: кисело зеле 1,5 кг, свинско месо 0,5 кг, булгур 400 г (2 чаени чаши), свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус.

Булгурът се задушава в мазнината и се разбърква с червения пипер, след което се прибавя към нарязаното на кубчета свинско месо. Сместа се посолява на вкус и с нея се свиват сарми в зелевите листа. Поставят се в тенджерата, залива т се с вода и малко зелев сок и се варят на тих огън, докато останат на мазнина.

САРМИ С КИСЕЛО ЗЕЛЕ ПО БАНСКИ

Продукти: свинско смляно месо 1 кг, свински ребра 300 г, кокошка 1 бр., кисело зеле 2 малки зелки, кървавица 300 г, ориз 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), кромид лук 150 г (3–4 глави), сланина 250 г, черерн пипер 10 г (1 супена лъжица), черен пипер 15–20 зърна, сол на вкус.

Смляното месо се смесва със ситно нарязания кромид лук, ориза, червения пипер и сол на вкус. С част от сместа се напълва предварително изчистената и измита кокошка, а с останалата смес се увиват сарми в по-големи зелени листа.

На дъното на голяма тенджера се поставят нарязаната на филийки сланина, ребрата и ситно нарязаната сърцевина на зелките. Върху тях се слага кокошката, а около нея сармите. Най-отгоре се поставя кървавицата.

Ястието се поръсва със счукания черен пипер, покрива се със зелени листа и се залива с 1 и 1/2 чаена чаши топла вода. Капакът на тенджерата се замазва с тесто. След като заври, ястието се пече в умерено гореща фурна около 3 часа. Поднася се в тава, като в средата се слагат кокошката и кървавицата, а наоколо – сармите.

САРМИ С КИСЕЛО МЕСО И КИСЕЛО ЗЕЛЕ

(Пазарджик)

Продукти: кълцано месо 0,5 кг, ориз 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (1–2 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кисело зеле 1 кг, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Лукът се нарязва на ситно и се запържва в мазнината до златисто оцветяване. Прибавя се почистеният и измит ориз, разбърква се няколко пъти, поръсва се с червения пипер, залива се с 1/2 чаена чаша топла вода и се посолява. След поемането на водата се сваля от огъня и се оставя да се охлади. Прибавят се месото, черният пипер и сол на вкус. Зелените листа се почистват от грубите части и в тях се слага по малко от плънката. Свиват се дребни сарми, които се нареждат в тенджерата, заливат се с вода, колкото да се покрият, и се варят на тих огън до готовност.

По желание към края на варенето може да се добави малко зелен сок.

САРМИ С ЛОЗОВ ЛИСТ

(Пловдив)

Продукти: смляно месо 750 г, масло 100 г (1/2 чаена чаша), пресен кромид лук 1 връзка, ориз 100 г (1/2 чаена чаша), лозови листа 30–40 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), магданоз 1/4 връзка, джоджен

1/4 връзка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Лукът се нарязва на ситно и се задушават до златисто оцветяване в част от мазнината, разбърква се с червения пипер и се сваля от огъня. Прибавят се оризът, черния пипер и ситно нарязаните магданоз и джоджен. Сместа се посолява на вкус, залива се с малко топла вода и се задушават няколко минути на огъня, докато оризът поеме водата.

Лозовите листа, ако са пресни, се попарват с вряла подсолена вода, а ако са от саламура, се измиват добре. Във всеки лист се поставя по 1 чаена лъжичка от плънката. Свиват се правоъгълни сармички, които се нареждат в гювеч, заливат се с 1 и 1/2 чаени чаши топла вода и 1 супена лъжица мазнина, похлупват се и се варят на тих огън. Поднасят се полети с разбити кисело мляко и останалото масло, запържено с червен пипер.

САРМИ С ЛОЗОВ ЛИСТ

(Асеновград)

Продукти: сляно телешко месо 0,5 кг, ориз 200 г (1 чаена чаша), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), лук 50 г (1 глава), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз, сол, черен пипер, кисело мляко и джоджен на вкус лозови листа.

Месото се разбърква с ориза, настъргания на ренде лук, червения и черния пипер, ситно нарязаните магданоз и джоджен, 2 супени лъжици от мазнината и сол на вкус. От сместа се свиват сарми в лозовите листа, предварително попарени в солена вода, за да омекнат. Сармите се нареждат в тенджерата, като на дъното ѝ се поставят костите от месото, заливат се с топла вода и останалата мазнина, притискат се с чиния и се варят 2–3 часа на тих огън. Поднасят се с кисело мляко.

САРМИ С МЕСО ОТ ПУЙКА ПО КАРЛОВСКИ

Продукти: месо от гърдите на пуйката 1 кг, сланина 100 г, кисело зеле 1 кг, черен пипер 10 зърна, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Месото от пуйката се нарязва на правилни парчета, а сланината – на тънки правоъгълни парчета. Посоляват се и се поръсват със ситно

счукания черен пипер.

В листа от зелето се поставят по 1 парче месо и по 1 парче сланина, след което листата се увиват на сарми.

Сармите се нареждат в тенджерата, на дъното на която са поставени зелени листа, и след като заврят, се поливат със сгорещаната мазнина, оцветена с червения пипер, и по 1 и 1/2 чаени чаши вода и зелен сок. Варят се на умерен огън до готовност.

САРМИ С ОВНЕШКО МЕСО НА ПАРЧЕНЦА

(с. Стойките, Смолянско)

Продукти: овнешко месо 350 г, ориз 200 г (1 чаена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (1–2 глави), домати 250 г (3–4 бр.), моркови 50 г (1 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, кимион и сол на вкус, листа по желание.

Оризът се почиства и измива, лукът се нарязва на ситно, а доматиите и морковите се настъргват на ренде. Към тези продукти се прибавят мазнината, червеният пипер, подправките и сол на вкус.

Месото се нарязва на дребни парченца, а листата се попарват, за да омекнат.

Във всеки лист се слагат по 1–2 парченца месо и по 1 лъжичка от оризовата смес. Свиват се сарми, които се нареждат в тенджерата, заливат се с вода или бульон от костите на месото, притискат се с чиния и се варят на тих огън, докато останат на мазнина.

Вместо с овнешко месо сармите могат да се приготвят със сланина или свинско месо, нарязани на парченца.

САРМИ С ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(с. Настан, Смолянско)

Продукти: прясно зеле 1 кг, ориз 150 г (3/4 чаена чаша), смляно месо 750 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), домати 150 г (2–3 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол, черен пипер, кисело мляко и чесън на вкус.

Листата на зелето се попарват с вряла вода, за да омекнат. Ситно нарязаният лук се задушавя в мазнината до златисто оцветяване, разбърква се с червения пипер, ориза и ситно нарязаните домати и се смесва

със смяното месо. Сместа се посолява на вкус, поръсва се с черният пипер и се разбърква добре. От нея се приготвят средно големи сарми, увити в зелевите листа. Нарездат се в тенджерата, заливат се с вода, притискат се с чиния и се варят на тих огън до пълна готовност. Поднасят се с подлучено с чесън кисело мляко.

САРМИ С ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(Кюстендилско)

Продукти: смяно месо смес 750 г, ориз 200 г (1 чаена чаша), домати 300 г (5–6 бр.), лук 100 г (1–2 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, сол, магданоз, 1 средно голяма зелка, лимон 1 бр.

Изважда се кочанът на зелката и тя се пуска да ври няколко минути в подсолена и подкиселена вода, след което листата се отделят. Месото се омесва с ориза, настърганите на ренде домати и лук, ситно нарязания магданоз, червения и черния пипер и сол на вкус. От сместа се свиват сарми в подготвените зелеви листа. Сармите се нареждат в дълбока тенджерата, на дъното на която се поставят костите от месото и ситно нарязаното зеле (от твърдата част на зелката), заливат се с 1 чаена чаша топла вода (или отварата на зелката), сока от лимона и мазнината, притискат се с чиния и се варят 2–3 часа на тих огън.

САРМИ С ПРЯСНО ЗЕЛЕ ПО ОВЧАРСКИ

(Юндола)

Продукти: прясно зеле – 1 средно голяма зелка, смяно овче месо 0,5 кг, кромид лук 100 г (2 глави), ориз 50 г (1/5 чаена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 200 г (4 бр.), черен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Изважда се кочанът на зелката и тя се пуска да ври няколко минути в подсолена и подкиселена вода, след което се отделят листата ѝ. Лукът, нарязан на ситно, се задушават в част от мазнината до омекване. Прибавят се червеният пипер, месото, оризът, черният пипер, ситно нарязаният магданоз и сол на вкус. От сместа се свиват сарми в зелевите листа. Нарездат се в тавичка, намазана с мазнина, полриват се с настърганите домати, поливат се с останалата мазнина и малко вода и се пекат в

умерена фурна.

САРМИ С РЯЗАНО СВИНСКО МЕСО И КИСЕЛО ЗЕЛЕ

(Пазарджик)

Продукти: свинско месо 750 г, сланина 200 г, кисело зеле 1,5 кг, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Месото и сланината се нарязват на дребни парчета, поръсват се със сол и червен пипер и се разбъркват. Зелевите листа се почистват от грубите части и във всяко от тях се увиват по 2–3 парченца от сланината и месото. Сармите се нареждат в тенджерата, като помежду им се поставят парченца от сланината, заливат се с топла вода (да се покрят) и се задушават на тих огън до готовност.

САРМИ СЪС СЛАНИНА И КИСЕЛО ЗЕЛЕ

(Пазарджик)

Продукти: сланина 300 г, ориз 200 г (1 чаена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кисело зеле 750 г, кромид лук 100 г (1–2 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Лукът се нарязва на дребно и се запържва в мазнината. След това се прибавя очистеният и измит ориз, поръсва се с червения и черния пипер, залива се с 1 кафена чашка топла вода, посолява се и се държи на огъня, докато поеме водата.

Листата на зелето се почистват от грубите части, а сланината се нарязва на дребни парченца.

В листата се увиват по 1–2 парченца от сланината и 1 супена лъжица от плънката.

Сармите се наеждат в тенджерата, на дъното на която се поставят по 2–3 зелени листа, и се покриват с листа, за да се задушат по-добре. Заливат се с топла вода (да се покрят) и се варят на тих огън до готовност.

ЧОРБАДЖИЙСКИ САРМИ

(с. Перуцица, Пловдивско)

Продукти: месо от кокошка (пуйка) 850 г, кисело зеле 1,5 кг, растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и черен пипер на вкус.

Месото се разпределя на порции и се задушава в мазнината, след което се посолява, поръсва се с червения пипер и се изважда. В същата мазнина се задушава няколко минути нарязаната на много ситно сърцевина на зелката, след което се сваля от огъня. Външните листа на зелката се почистват от твърдите части и се попарват с вряла вода. Във всеки лист се увива по 1 парче месо. Сармите се нареждат в тенджера върху задушеното зеле, похлупват се с чиния, заливат се с топла вода и се оставят да врят на тих огън, докато останат на мазнина.

Поднасят се, като във всяка чиния се слага по 1 сарма и задушено зеле наоколо.

ЯЙЦА В ГНЕЗДО

(Смолян)

Продукти: смяно месо 0,5 кг, яйца 6 бр., кромид лук 100 г (1–2 глави), масло 50 г (3 супени лъжици), кимион 3 г (1 чаена лъжичка), магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Месото се омесва със ситно нарязаният лук, 1 яйце, маслото, хляба, предварително накиснат във вода или прясно мляко, ситно счукания кимион, дребно нарязания магданоз и сол на вкус и се оставя да престои от 1/2 до 1 час.

Останалите 5 яйца се сваряват до твърдо, обелват се и се разрязват напречно на половинки. Омесената кайма се разделя на 10 равни части, всяка от които се сплесква на питка с дебелина около 1 см. В средата на питката се поставя по 1 половинка от яйцата, обърната с разрязаната част надолу, и се увива с месото. Така приготвените „гнезда“ се постявят в тавичка, намзана леко с мазнина, и се пекат в средно силан фурна. При изпичането месната смес се азпуква и част от белтъка на яйцето се открива.

Поднасят се топли с пресни червени домати и печени пиперки.

ЯСТΙΑ С КАРАНТИЯ

АГНЕСКИ ЧРЕВЦА НА ФУРНА

Продукти: агнешки чревца (или шерденчета), 1,5 кг, бульон 300 мл (1 и 1/2 чаени чаши), краве масло 125 г (1 пакетче), доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), пресен кромид лук 2–3 връзки, джоджен 2–3 стръка, магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Чревцата се измиват много добре в студена вода, сплитат се на плитки и се нареждат в тавичка. Във врящия бульон се слагат маслото и доматиеното пюре, а след това постепенно и при разбъркване се прибавя брашното. Чревцата се заливат с получения сос, поръсват се с червения пипер, ситно нарязаните лук, джоджен и магданоз и се пекат във фурната до готовност. При поднасянето се поливат със суса.

АГНЕСКИ ЧРЕВЦА НА ФУРНА

(Смолян)

Продукти: агнешки чревца 1 кг, масло 100 г, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и черен пипер на вкус.

Агнешките чревца се измиват в обилна вода, обръщат се и се измиват повторно, като се трият със сол, за да се отстранят лигавите части. Сплитат се на плитка и се попарват във вряща вода. Изваждат се, поръсват се със сол, червен и черен пипер и се поставят в тавичка. Върху плитката от червата се слага нарязаното на парченца масло.

Пекат се на средно силна фурна до готовност. Поднасят се топли, нарязани напречно.

БЪБРЕЦИ С ДОМАТЕН СОС

Продукти: телешки бъбреци 1 кг, кромид лук 2 глави, краве масло (маргарин) 1 пакетче, брашно 20 г (2 супени лъжици), доматиено пюре 10 г (1 супена лъжица), бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, черен пипер и сол на вкус.

Бъбреците се попарват и после се изплакват със студена вода. Нарязват се на ивици, поръсват се с черен пипер и се оставят да престоят 1 час. Ситно нарязаният лук се задушава в маслото. Сипват се бъбреците, оваляни в брашно, и се задушават под капак. Като се позапържат, се прибавя виното, доматеното пюре, разтворено в чаша вода, и се посолява. Доварява се на тих огън. Ястието се сервира, поръсено с магданоз.

ВИТО ШКЕМБЕ

(Чепеларе)

Продукти: телешко шкембе 1 кг, тънки черва 250 г, краве масло 60 г (1/2 пакетче), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и черен пипер на вкус.

Шкембето се попарва, остъргва се и се кисне в студена вода, след което се измива много добре и се вари на тих огън до омекване. Нарязва се на квадрати, които се навиват на рула и се увиват с тънките черва, предварително добре почистени и измити. Рулата се нареждат в тава, намазана с масло, заливат се с малко вода, поръсват се с червен и черен пипер и се пекат във фурната.

Поднасят се с пържени картофи.

ДРОБ В ПИКАНТЕН СОС

Продукти: дроб 1 кг, бяло вино 400 мл (2 чаени чаши), брашно 20 г (2 супени лъжици), краве масло 60 г (1/2 пакетче), бульон 400 мл (2 чаени чаши), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), кисели краставички 3 бр., магданоз, копър, дафинов лист и сол на вкус.

Дробът, без да се реже, се залива с вода и 1 чаена чаша вино, поръсва се със сол и се слага дафиновият лист. Ври около 20–25 минути.

За соса изпържваме брашното до златисто оцветяване в маслото, добавяме останалото вино и бульонът, в който е врял дробът. Разбърква се и се добавя киселото мляко. Остава се да поври 10–15 минути. Прибавят се нарязаните на ситно краставички, магданозът и копърът.

Дробът се сервира, нарязан на филийки и полят със соса.

ДРОБ С ЛУК

Продукти: телешки или свински дроб 0,5 кг, кромид лук 5–6 глави, моркови 2–3 бр., растителна мазнина 50 мл (5 супени лъжици), сол и черен пипер на вкус

Лукът и морковите се нарязват на филийки и се задушават в олиото, докато омекнат. Дробът се нарязва на тънки резени. Поръсва се със сол и черен пипер и се нарежда върху лука и морковите. Похлупва се и се задушават 15–20 минути. Сервира се със салатата или туршия.

ЕЗИК С КАРТОФИ

Продукти: говежди език 1 бр., краве масло (маргарин) 80 г (8 супени лъжици), бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), дафинов лист 1 бр., ким 5 г (1 чаена лъжичка), картофи 1 кг, препечено брашно 10 г (1 супена лъжица).

Езикът се натрива със сол и после се измива. Сварява се в подсолена вода и още топъл се обелва. Задушават се в половината от маслото. Прибавят се виното, 1 чаена чаша от бульона, в който е врял езикът, дафиновият лист и половин лъжичка ким. Ври, докато омекне. Нарязва се на филийки. Картофите се сваряват, нарязват се на филийки, посоляват се и се поръсват с останалия ким. Заливат се с останалото масло и се запечат на фурна. Сосът от езика се сгъстява с брашното и се оставя да поври няколко минути. Езикът се сервира с картофите, полят със сос.

ЗАДУШЕН ДРОБ

Продукти: дроб 1 кг, сланина 100 г, краве масло 100 г, червено вино 100 мл (1/2 чаена чаша), бульон 100 мл (1/2 чаена чаша), дафинов лист 2 бр., черен пипер, бахар и сол на вкус.

Дробът, без да се нарязва, се шпикова със сланината и се изпържва в маслото. Прибавят се виното, бульонът, дафиновият лист, черният пипер на зърна, бахарът и солта. Захлупва се и се задушават във фурна, като от време на време се полива със соса. Поднася се нарязан на филийки и полят със соса. За гарнитура – картофено пюре и грах с масло.

ЗАДУШЕНО ШКЕМБЕ

Продукти: телешко шкембе 1,5 кг, краве масло 125 г (1 пакетче), черен пипер 10 зърна, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), дафинов лист 2 бр., бяло вино 300 мл (1 и 1/2 чаени чаши), чесън 15 скилидки, сол на вкус.

Шкембето се почиства, измива и нарязва на парчета. В пръстена тенджера или гърне се редят парчетата от шкембето, като между редовете се слагат късчета от маслото, скилидки от чесъна, дафинов лист и зърна черен пипер. Отгоре се поръсва червеният пипер и се изсипва виното. Ястието се похлупва с капак, който се замазва с тесто, и се вари на слаб огън най-малко 6–8 часа.

КАВЪРМА С ЧЕРЕН ДРОБ

Продукти: черен дроб 600 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), зелен сок 600 мл (3 чаени чаши), брашно 20 г (1 супена лъжица), червен пипер и сол на вкус.

Черният дроб се измива и се нарязва на парчета, които се овалват в брашното и се изпържват в мазнината, а след това се заливат със зеления сок и вода, поръсват се с червения пипер и се варят на тих огън до готовност. Накрая се прибавя сол на вкус.

КОЛЕДАРСКИ ТОПКИ

Продукти: свински дроб 0,5 кг, свинско по-тлъсто месо 0,5 кг, кромид лук 50 г (1 глава), краве масло 20 г (2 супени лъжици), кърпа (було) 1 бр., черен пипер 10 зърна, чубрица 1 стрък, сол на вкус.

Дробът се скълзва на дребно и към него се прибавят месото, нарязано като за кебап, ситно нарязаният лук и подправките. Сместа се посолява, разбърква се добре и се слага на топки по около 200 г в булото. Така приготвеното ястие се слага в тава, намазана с маслото, и се пече във фурна, като се покрива с хартия, за да не прегори.

ПОПСКА ЯХНИЯ ОТ СВИНСКИ КРАКА

Продукти: свински крака 2–3 бр., свинска мас 40 г (4 супени лъжици), кромид лук 2 глави, брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), доматиено пюре 10 г (1 супена лъжица), червено вино 100 мл (1/2 чаена чаша), дребни лукчета 1 кг, моркови 2 бр., дафинов лист 1 бр., чесън 2–3 флави, черен пипер на зърна, сол на вкус.

Свинските крака се разцепват по дължина и се задушават в 2 лъжици мас. Изваждат се и в мазнината се задушават лука, нарязан на ситно, след което се поръсва с брашното и леко се запържва. Прибавят се червеният пипер, доматиеното пюре, разтворено в малко вода, и виното. Слагат се краката и се долива вода, докато ги покрие. Посолява се и се оставя да ври на умерен огън. Лукчетата се задушават в останалата мас, заедно с нарязаните на колелца моркови. Прибавят се към краката. Добавя се дафиновият лист, черният пипер и чесънът на цели скилидки. Задушават се на тих огън около два часа. Ястието може да се запече на фурна.

ПОПСКА ЯХНИЯ С ШКЕМБЕ И ДАМАР

Продукти: говеждо или телешко шкембе и дамар 1,5 кг, манина 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 250 г (3–4 глави), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), червени домати 0,5 кг (5–6 бр.), дребни лукчета 1 кг, чесън 2 глави, вино 200 мл (1 чаена чаша), лимон 1/2 бр., брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), дафинов лист 1–2 бр., магданоз и сол на вкус.

Шкембето се измива добре и се сварява на силен огън без сол. В част от мазнината се запържва лукът, нарязан на дребно, а след това се прибавя доматиеното пюре. Като се изпари водата, се прибавят брашното, червеният пипер, лукчетата, предварително обелени и задушени в останалата мазнина, скиидките на чесъна и дафиновият лист. Сместа се посолява и се залива с виното и бульона от шкембето. След кипването ѝ се прибавя свареното шкембе, нарязано на едри парчета. Ястието се похлупва и се вари на тих огън. Когато поомекнат лукчетата, се прибавят едро нарязаните червени домати, лимонът, нарязан на филийки, и ситно нарязаният магданоз.

ПЪЛНЕН ДАЛАК

(с. Ветрен, Пазарджишко)

Продукти: телешки далак 1 бр., смляно месо (свинско и телешко 1:1) 750 г, кромид лук 800 г, червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), джоджен, магданоз, лютива пиперка и сол на вкус.

Далакът се измива, след което с остър дълъг нож се прави разрез от по-дебелия му край навътре, като се внимава да не се пробие. Пълни се с плънка, предварително приготвена от смляното месо, дребно нарязаните лук, магданоз, джоджен и лютива пиперка, червеният пипер и сол на вкус. Зашива се със здрав конец откъм отвора, поставя се в тавичка, намазана с мазнина, и се пече в слаба фурна 1 и 1/2 – 2 часа. В силна фурна далакът се пука и плънката изтича, поради което ястието е с лош външен вид и недобри вкусови качества.

ПЪЛНЕНИ АГНЕШКИ ШЕРДЕНЧЕТА ПО ШУМЕНСКИ

Продукти: агнешки шерденчета 1 кг (10 бр.), агнешко месо 1 кг, пресен кромид лук 4 връзки, ориз 60 г (1 кафена чашка), краве масло 150 г (1 и 1/4 пакетче), магданоз 1 връзка, джоджен 1–2 стръка, черен пипер, червен пипер и сол на вкус.

Шерденчетата се измиват много добре в студена вода, посоляват се и се оставят да престоят 10–15 минути, отново се измиват в обилно количество вода и отново се посоляват, но с по-малко сол.

В част от мазнината се задушават ситно нарязаният кромид лук. Когато омекне лукът, се прибавя нарязаното на дребни парчета, осолено и наръсено с червен пипер агнешко месо. След като се зачерви месото, се прибавят изчистения и измит ориз, а 2–3 минути след това 1 чаена чаша вода. Когато оризът омекне, сместа се сваля от огъня, поръсва се със счукания черен пипер и ситно нарязания джоджен и се разбърква добре. С нея се пълнят шерденчетата. Нарездат се в тавичка, като краищата им се повиват, заливат се с останалото масло, поръсват се с червен пипер и се пекат в умерено гореща фурна, като се обръщат, за да се зачервят от всички страни.

ТЕЛЕШКИ ДРОБ СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

Продукти: телешки дроб 1 кг, моркови 50 г (1 бр.), зелен грах 200 г (1 чаена чаша), кромид лук 200 г (3–4 глави), магданоз 1/4 връзка, краве масло 60 г (1/2 пакетче), солена сланина 60 г (3–4 резенчета), червени домати 150 г (2–3 бр.), брашно 20 г (2 супени лъжици), лимон 1/2 бр., сол и черен пипер на вкус.

Дробът се измива, а след това се подсушава със суха кърпа, набожда се (шпикова) с парченца от сланината, посолява се и се поръсва с червен пипер.

В съда за готвене се поставят грахът и нарязаните на дребно лук и магданоз. Прибавя се черният дроб и се налива топла вода, колкото да покрие зеленчука. Ястието се захлупва и се вари на слаб огън около 1 час.

В сгорещеното масло се слага брашното и се пържи до златисто оцветяване, след което се залива със соса от ястието. Към получения сос се прибавят домати, нарязани на филийки. След като vri още няколко минути, сосът се подправя с лимоновият сок, посолява се, ако е необходимо, и се отстранява от огъня.

При поднасянето на ястието, дробът се нарязва на филийки, поставя се в топли чинии и се залива със соса, а околвърст се нареждат зеленчуците.

ШКЕМБЕ ЯХНИЯ

Продукти: телешко или говеждо шкембе 1 кг, кромид лук 1,250 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), доматиено пюре 15 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), домати 0,5 кг (5–6 бр.), дафинов лист 1–2 бр., малки лютиви пиперки 3–4 бр., магданоз и сол на вкус.

Шкембето се измива, остъргва се и се сварява на силен огън в неподсолена вода.

В мазнината се задушава част от лука, нарязан на ситно, а след това последователно се прибавят доматиеното пюре, брашното и червеният пипер. Сместа се разрежда на сос с бульона от шкембето. Прибавят се останалият лук, нарязан на филийки, дафиновият лист, лютивите пиперки, свареното шкембе, нарязано на малки парчета, и сол на вкус. След около 10 минути се прибавят ситно нарязаните червени домати. Ястието

се доварява на тих огън. След свалянето му от огъня се поръсва със ситно нарязания магданоз.

ШКЕМБЕ ЯХНИЯ

Продукти: шкембе 1 кг, корени за супа 1 връзка, кромид лук 3–4 глави, растително масло (маргарин) 4–5 супени лъжици, брашно 20 г (2 супени лъжици), доматиено пюре 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), дафинов лист 1 бр., настърган кашкавал 100 г (1/2 чаена чаша), черен пипер на зърна, магданоз и сол на вкус.

Шкембето се сварява с корените за супа и се нарязва на лентички. В сгорещената мазнина се задушава лукът, нарязан на ситно, прибавя се брашното и леко се запържва. Сипват се доматиеното пюре, разтворено във вода, и червеният пипер. Разрежда се с бульон от шкембето и се оставя да възври. Прибавят се шкембето, дафиновият лист, черен пипер и сол на вкус. Ври на слаб огън още десетина минути. Шкембето се сервира, поръсено с кашкавал и магданоз.

ЯСТИЯ С КОЛБАСИ

ГЪБИ С ОРИЗ И НАДЕНИЦА

(Пирдопско)

Продукти: гъби печурки 300 г, ориз 100 г (1/2 чаена чаша), наденица 300 г, домати 600 г (6–7 бр.), сол и захар на вкус.

Гъбите се нарязват на парченца и се задушават в част от мазнината до омекване. Прибавят се оризът и наденицата, нарязана на ситно. Заливат се с 1 чаена чаша вода и се варят до сваряването на ориза.

Отделно в останалата мазнина се задушават доматиите, настъргани на ренде, посоляват се и се поръсват със захар на вкус.

В широка чиния се изсипват гъбите и оризът, а около тях се изсипва доматиеният сос.

ЗРЯЛ ФАСУЛ С КЪРВАВИЦА

(Средногорието)

Продукти: кървавица 0,5 кг (5 парчета), зрял фасул 600 г (3 водни чаши), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша).

Фасулът и нарязаната на парчета кървавица се слагат в пръстено гърне. Заливат се с мазнината и малко вода и се варят на тих огън до готовност. Ако кървавицата не подсоли достатъчно фасула, накрая се прибавя сол на вкус.

КАРТОФИ С БАБЕК И КИСЕЛО МЛЯКО

Продукти: картофи 1 кг (8–10 бр.), бабек 250 г, кисело мляко 400 г (2 чаени чаши), краве масло 60 г (1/2 пакетче), сол и червен пипер на вкус.

Картофите се измиват и сваряват, а след това се обелват и се нарязват на филийки. Бабекът се нарязва на ситно.

В тавичка, намазана с масло, се нареждат 1/3 от картофите и се поръсват с червен пипер. Тук-там се слагат парченца от бабека. Нарежда се втори ред от картофи и се поръсва с червен пипер. Поставят се

парченца от бабека и се нареждат останалите картофи. Върху ястието се слагат парченца от маслото и се изсипва разбитото кисело мляко.

Ястието се пече във фурна до зачервяване.

КАРТОФИ С БАБЕК НА ФУРНА

(Средногорието)

Продукти: картофи 1 кг (10–12 бр.), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), кромид лук 100 г (2 глави), бабек или наденица 250 г, брашно 10 г (1 супена лъжица), яйца 2 бр., кисело мляко 80 г (4 супени лъжици), кашкавал 150 г, черен пипер и сол на вкус.

Картофите се сваряват, обелват се и се нарязват на филийки. В мазнината се задушават ситно нарязаният лук, а след това се прибавят брашното и бабекът, нарязан на парченца. Заливат се с 2 чаени чаши топла вода и се кипват. Тогава се прибавят картофите и черният пипер. Ястието се посолява на вкус, разбърква се и се изсипва в тавичка. Залива се с разбитите заедно с киселото мляко яйца, поръсва се с настъргания кашкавал и се пече в умерена фурна до зачервяване.

КАРТОФИ С НАДЕНИЦА

(Великотърновско)

Продукти: картофи 800 г (6–8 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), яйца 2 бр., брашно 10 г (1 супена лъжица), наденица 150 г, черен пипер и сол.

Картофите се сваряват, обелват се и се нарязват на кубчета. Половината от тях се изсипват в намазана с мазнина тавичка. Отгоре се нарежда наденицата, нарязана на колелца, и се покрива с останалите картофи. Ястието се залива с млякото и разбитите заедно с брашното яйца, поръсва се с черен пипер и сол на вкус и се пече до зачервяване.

КАРТОФИ СЪС САРФАЛАДИ НА ФУРНА

Продукти: сарфалади (салам) 250 г, картофи 1 кг (10–12 бр.), кравето масло 100 г (4 супени лъжици), кромид лук 100 г (1–2 глави), магданоз, черен пипер и сол на вкус

Картофите се измиват и се сваряват, след което се обелват, нарязват

се на филийки и се посоляват. В намазан с масло съд се нареждат ред картофи, ред сарфалади, отново картофи, сарфалади и картофи. Отгоре се поставят парченца от маслото. Поръсват се със счукан черерн пипер и ситно нарязаните лук и магданоз, заливат се с 1 чаена чаша топла вода и се пекат на фурна около 1/2 час.

Ястието се поднася топло.

КИСЕЛО ЗЕЛЕ С КЪРВАВИЦА

Продукти: кисело зеле 1,5 кг, кървавица 750 г, сланина 200 г.

На дъното на пръстено гърне се слага сланината, нарязана на дребно. Върху нея се нареждат последователно зеле, нарязано на дребно, и кървавица, нарязана на кръгчета. Най-отгоре трябва да остане пласт зеле. Прибавя се малко вода и гърнето се захлупва, след което ястието се вари.

ЛЕЩА С НАДЕНИЦА

(Великотърновско)

Продукти: леща 250 г, сланина 100 г, брашно 10 г (1 супена лъжица), наденица 150 г, сол и оцет.

Лещата се сварява, изсипва се в гевгир, за да се отцеди, посолява се, поръсва се с оцет и се слага в широка чиния. Сланината се нарязва на ситно и леко се запържва. Прибавя се брашното и също се запържва леко. Разрежда се с отвара от лещата и се изсипва върху лещата. Наоколо във форма на венец се нареждат парченца от наденицата.

ЛЕЩА С ПУШЕНИ ГЪРДИ

(Плевенско)

Продукти: пушени свински гърди 600 г, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), хляб 300 г (4 филии), чесън 2–3 скилидки, леща 200 г (1 чаена чаша), лук 100 г (2 глави), чубрица, сол и оцет.

Пушените гърди се нарязват на малки парченца и се запържват в мазнината. В същата мазнина се запържват хлябът, нарязан на малки кубчета, заедно с чесъна.

Лещата се сварява, отцежда се и се посолява. Разбърква се със

ситно нарязаният лук, подправя се на вкус с оцет и чубрица и се изсипва в широка чиния. Наоколо се нареждат изпържените пушени гърди и хлебни кубчета.

ПАСТЪРМА СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

(с. Змеица, Смолянско)

Продукти: картофи 0,5 кг (5–6 парчета), овча пастърма 400 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз и сол на вкус, гювеч консерва 1 буркан или домати 300 г (3–4 бр.), пиперки 350 г (4–5 бр.), патладжани 200 г (1 бр.), зелен фасул 200 г (2 шепи).

Пастърмата, предварително изкисната във вода, се нарязва на дребни парченца и се сварява.

Картофите се обелват, измиват се и се нарязват на филийки, след което се задушават в част от мазнината, като се добавя и малко вода. Прибавят се последователно консервата гювеч, запръжка, приготвена от останалата мазнина, ситно нарязаният лук, червеният пипер и пастърмата. Ястието се оставя да ври на тих огън до готовност. Накрая се прибавя ситно нарязаният магданоз.

Ако ястието се приготвя от пресни зеленчуци, те се нарязват и се задушават с малко вода и тогава се прибавят картофите.

САЗДЪРМА С ПРАЗ

(Кюстендилско)

Продукти: праз лук 400 г (3–4 стръка), саздърма 300 г, краве масло 30 г (1/4 пакетче), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол.

Празът се нарязва на ситно и се задушава в мазнината, след което се поръсва с червеният пипер. Прибавя се нарязаната на парчета саздърма и се задушава няколко минути. Ястието се поднася топло, поръсено с черен пипер. Отделно се поднася кисела туршия.

ФИЛНИК СЪС САЗДЪРМА

(с. Кремене, Смолянско)

Продукти: картофи 1 кг (10–12 бр.), саздърма 0,5 кг, растително масло 50 мл (5 супени лъжици), кромид лук 150 г (2–3 глави), домати 200 г (3–4 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз, джоджен, сол и черен пипер на вкус.

В тавичка се поставя мазнината и се задушава лукът, нарязан на ситно, а след това се прибавят червеният пипер и доматиите. Когато се задушат и доматиите, се прибавят картофите, обелени и нарязани на филийки, саздърмата, нарязана на парчета, и подправките. Ястието се посолява, залива се с малко вода, разбърква се и се пече във фурната до готовност.

ЯХНИЯ С БАБЕК

(Средногорието)

Продукти: бабек 250 г, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), кромид лук 50 г (1 глава), зелени пиперки 1 кг (10–12 бр.), чесън 3–4 скилидки, червени домати 1 кг, яйца 5 бр. червен и черен пипер, сол и магданоз на вкус.

Ситно нарязаният лук се задушава в мазнината до омекване и се разбърква с червеният пипер. Прибавят се нарязаният на парченца бабек, пиперките, нарязани на ивици, доматиите, нарязани на ситно, и обелените скилидки на чесъна. Ястието се посолява на вкус, залива се с разбитите яйца и се оставя да къкри на тих огън, докато се стегнат яйцата. Поднася се поръсено с черен пипер и ситно нарязан магданоз.

ЯХНИЯ С ЛУКАНКА И ПРАЗ ЛУК

(Хасково)

Продукти: праз лук 1 кг (7–8 стръка), домати 250 г (4–5 бр.), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), луканка (суджук) 300 г, мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Празът се почиства и измива, нарязва се на ситно и се запържва в мазнината, след което се разбърква с червеният пипер и се задушава заедно с нарязаните на дребно домати. Залива се с топла вода (да го покрие), и се вари до омекване. Прибавя се нарязаната на малки парченца луканка.

Ястието се посолява на вкус и се оставя да ври до омекването на

луканката.

ЯСТИЯ СЪС СЛАНИНА

ИЗСУШЕН ЗЕЛЕН ФАСУЛ СЪС СЛАНИНА

(Разлог)

Продукти: изсушен зелен фасул 0,5 кг (2–3 шепи), сланина 200 г, 1 свински крак, 1 свинско ухо, кървавица 200 г, сушени червени пиперки 10 бр., сол на вкус.

Фасулът се измива добре с топла вода. Кракът и ухото се изкисват в хладка вода. Сланината се измива, но не се кисне във вода.

В по-голяма тенджерата се слага фасулът, а над него се прибавят свинският крак, сланината, нарязана на няколко парчета, свинското ухо и кървавицата. Заливат се с вода и се варят на тих огън. Към края се прибавят сушените червени пиперки.

КАРТОФИ СЪС СЛАНИНА

(Средногорието)

Продукти: сланина (по-добре опушена) 100 г, картофи 1 кг (7–8 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), брашно 20 г (2 супени лъжици), сол на вкус.

Картофите се сваряват необелени, без да се разваряват, обелват се и се нарязват на филийки.

Сланината се нарязва на парченца и се изпържва. В отделената от нея мазнина се задушава до златисто оцветяване ситно нарязаният лук, а след това се прибавя брашното и се пържи до златисто оцветяване. Запържката се разрежда с 1 и 1/2 чаени чаши топла вода. След като кипне сосът, се прибавят картофите. Ястието се посолява на вкус и се оставя да се задушава на слаб огън няколко минути.

КАРТОФИ СЪС СЛАНИНА НА ФУРНА

(Средногорието)

Продукти: картофи 1 кг, сланина 200 г, мазнина 40 г (4 супени лъжици), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), лютив пиперки 2 бр., сол

на вкус.

Картофите се нарязват на кръгчета, поставят се в глинен съд, посоляват се, поръсват се с червеният пипер, заливат се с мазнината и вода и се слагат във фурната да се пекаат. Когато се позапекаат, върху тях се нареждат филийки от сланината. Всичко се пече до зачервяване. Към края на печенето в картофите се забождат лютивите пиперки.

КАРТОФИ СЪС СЛАНИНА НА ФУРНА

(Средногорието)

Продукти: картофи 1 кг (8–10 бр.), сланина 150 г, мазнина 40 г (4 супени лъжици), кромид лук 200 г (3–4 глави), яйца 2 бр., сол на вкус.

Картофите се сваряват цели, обелват се и се нарязват на кръгчета. Половината от тях се нареждат в тавичка и върху тях се поставят резенчета от сланината. Над сланината се нареждат останалите картофи и се покриват с нарязания на кръгчета и изпържен в мазнината лук. Ястието се слага във фурната и се пече до зачервяване. Залива се с разбитите яйца и отново се слага във фурната да се запече. Поднася се топло.

КАРТОФИ СЪС СЛАНИНА НА ФУРНА

(Самоков)

Продукти: картофи 0,5 кг (5–6 бр.), сланина 150 г, свинска мас 20 г (1 супена лъжица), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), лютиви пиперки 1–2 бр., сол на вкус.

Обелените и нарязани на филийки картофи се посоляват и се поръсват с червен пипер, нареждат се в пръстен гювеч, заливат се с мазнината и вода и се пекаат 15–20 минути във фурната. Върху тях се нареждат филийки от сланината и се пекаат до зачервяване. Ястието, преди да се извади от фурната, се поръсва с парченца от лютивите пиперки.

КЕБАП ОТ СЛАНИНА, ПЕЧЕН НА ЖАРАВА

(Пирдоп)

Продукти: сланина 0,5 кг, пиперки Сиврия 0,5 кг (7–8 бр.), кромид лук 100 г (2 глави), сол на вкус.

Нарязаната на парчета сланина се нарежда по 2 парчета заедно

върху едро нарязаният лук, като между сланинените парчета се слагат парчета от пиперките, предварително леко посолени. Увиват се в дебела хартия и се заравят в топла пепел. Когато лукът омекне, кебапът е готов за консумиране.

ПЪРЖЕНА СЛАНИНА С ЯЙЦА

(Пирдопско)

Продукти: солена шарена сланина 0,5 кг, яйца 10 бр., оцет 50 мл (5 супени лъжици), чесън 1–2 глави, сол на вкус.

Нарязаната на кубчета сланина се пуска във вряща вода за 2–3 минути, след което се отцежда, запържва се до златисто оцветяване и се залива с предварително разбитите яйца. Изпържените яйца се разпределят в чинии и се заливат със счукания чесън, разбъркан с оцета.

ШИШЧЕТА ОТ СЛАНИНА И ПИПЕРКИ

(Пирдоп)

Продукти: солена сланина 850 г, пиперки Сиврия 1 кг (10–15 бр.), кромид лук 250 г (4–5 глави).

Сланината се нарязва на парченца, дълги 4–5 см и дебели 1 см, които се нанизват плътно на шиш, като помежду им се поставя парче от пиперка. Пекат се на жар, като от време на време шишът се потапя в студена вода. Когато се изпекат, се изнизват в съд с едро нарязаният кромид лук и се захлупват, за да се задуши лукът.

ЯХНИЯ СЪС СЛАНИНА И ПРАЗ

(Средногорието)

Продукти: сланина 200 г, праз 1 кг (7–8 стръка), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лимон 1/2 бр., сол на вкус.

Сланината се нарязва на филийки и се пържи до златисто оцветяване. Изважда се и ако не е солена се посолява. В отделената от нея мазнина се прибавя и се задушава дребно нарязаният праз, като се добавя по малко топла вода. Когато празът омекне, се прибавя червеният пипер и сол. При поднасянето върху прازа се забождат запържените филийки от сланината и се поръсват със сок от лимона.

ЯСТИЯ С МЕСО ОТ ПТИЦИ

ЗАДУШЕНИ ПИЛЕШКИ ДРЕБОЛИИ

(Лясковец)

Продукти: пилешки дреболии 300 г, кромид лук 100 г (2 глави), свинска мас 40 г (4 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), пиперки 100 г (2–3 бр.), домати 120 г (2–3 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз 1/2 връзка, черен пипер и сол.

Лукът, нарязан на ситно или на филийки, се задушава в част от мазнината. Като омекне лукът, се прибавят ситно нарязаните дреболии, а след това брашното. Отделно в останалата мазнина се задушават пиперките, настъргани на ренде. Разбъркват се с червеният пипер и се прибавят към дреболиите. Ястието се залива с малко топла вода, подправя се на вкус с черен пипер и сол и се оставя да ври на тих огън, докато остане на мазнина. Накрая се поръсва със ситно нарязания магданоз.

ЗАДУШЕНО ПИЛЕ С ГЪБИ

(Пирдопско)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), гъби 0,5 кг, краве масло 30 г (1/2 пакетче), бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), черен пипер и сол.

За гарнитурата: ориз 100 г (1/2 чаена чаша), краве масло 30 г (1/4 пакетче), лимон 1 бр.

Пилето се нарязва на парчета и се задушава в растителната мазнина заедно със ситно нарязания лук и нарязаните на лентички гъби. Прибавят се сол, черен пипер и виното. Съдът се захлупва плътно с капак и ястието се оставя да къкри на тих огън, докато омекне месото. Преди свалянето му от огъня се прибавя кравето масло.

Поднася се със задушен ориз и резенчета лимон.

ЗАДУШЕНО ПИЛЕ С ЦЕЛИНА

(Пловдивско)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), лук 50 г (1 глава), моркови 150 г (2–3 бр.), целина 50 г (1 средно голяма глава), бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), брашно 10 г (1 супена лъжица), лимон 1/2 бр., черен пипер, сол.

Пилето се нарязва на парчета и се пържи в мазнината до зачервяване, а след това се задушава заедно с лука, нарязан на ситно, целината, нарязана на кубчета и морковите, настъргани на едро ренде. Като омекнат зеленчуците, се прибавят червеният пипер, черният пипер, виното и 1 чаена чаша топла вода. Ястието се посолява на вкус и се оставя да къкри на тих огън. Накрая сосът се сгъстява с брашното, предварително размито в студена вода. След като поври десетина минути, ястието се сваля от огъня. Поднася се с резенчета от лимона.

ЗАДУШЕНО ПИЛЕ С ЧЕСЪН

(Великотърновско)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), кромид лук 100 г (2 глави), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер 5–6 зърна, чесън 10 скилидки, домати 0,5 кг (6 бр.), червено вино 60 мл (1/2 винена чаша), сол.

В мазнината се задушава до златисто оцветяване ситно нарязаният лук, а след това се прибавят и задушават брашното и нарязаните на ситно домати и скилидки чесън. Сместа се поръсва с червения и черния пипер, посолява се и се разбърква добре.

Пилето се нарязва на парчета, посолява се, поставя се в тенджерата, покрива се със задушените продукти, залива се с 1 чаена чаша топла вода и виното и се вари на тих огън до омекване.

ЗАДУШЕНО ПИЛЕ СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

Продукти: 1 пиле около 1 кг, мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 50 г (1 глава), моркови 50 г (1 бр.), домати 80 г (1 бр.), картофи 80 г (1 бр.), целина 40 г (1/2 глава), брашно 15 г (1 и 1/2 супени лъжици), вино 50 мл (5 супени лъжици), чесън 2–3 скилидки, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), чубрица, черен пипер, дафинов лист и сол на вкус.

Пилето се посолява отвътре и отвън и се запържва леко в загрята

мазнина, след което се изважда. В същата мазнина се прибавят последователно настърганият морков, лукът, нарязан на филийки, домати и целината, нарязани на кубчета, и се задушават по няколко минути, разбъркват се с брашното и червения пипер и се заливат с топла вода или бульон. В получения сос се слага пилето заедно с нарязаният картоф, чубрицата, дафиновият лист, черния пипер и сол на вкус и се задушава на тих огън 10 минути. След това се прибавят скилидките на чесън и виното. Ястието се оставя на тих огън до готовност. При поднасяне пилето се нарязва на порции, залива се с прецедения сос и се гарнира с пюре от картофи.

ЗАДУШЕНО ПИЛЕ СЪС САРМИ

(Плиска)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, кисело зеле 1,5 кг, смляно крехко свинско месо 0,5 кг, ориз 40 г (4 супени лъжици), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), свинска мас 50 г (2 супени лъжици), зелев сок 1 л (5 чаени чаши), черен пипер и сол на вкус.

Смляното месо се задушава на тих огън заедно със ситно нарязания лук, след което се разбърква с изчистения и измит ориз и червения пипер. След 5–6 минути сместа се сваля от огъня и от нея се свиват сарми в зелевите листа.

Сърцевината на зелето се нарязва на ситно и се поставя в пръстен гювеч заедно с мазнината. Върху зелето се слага почистеното, измито и наръсено с черен пипер пиле. Около и над пилето се нареждат готовите сарми.

Ястието се залива със зелевия сок, похлупва се с капак и се оставя да къкри на тих огън до готовност.

КАВЪРМА ОТ КОКОШКА

Продукти: 1 кокошка около 1 кг, краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), брашно 60 г (6 супени лъжици), кромид лук 100 г (1–2 глави), чубрица 2 стръка, червен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), сол на вкус.

Кокошката се измива и почиства, а след това се нарязва на парчета, които се слагат в съд с малко вода и се варят около 1/2 час, като при кипването се посоляват. Изваждат се с лъжица и се поставят в

затопленото масло заедно със ситно нарязания лук, задушават се до златистото оцветяване, разбъркват се с червения пипер и се заливат с водата, в която е вряло месото. Когато омекне месото, сосът от ястието се изсипва в друг съд и към него се прибавя на тънка струя и при непрекъснатото разбъркване брашното, размито с малко студена вода. В полученият сос, след като ври 5 минути, се връща месото и се слага чубрицата. Ястието се оттегля в края на печката. Преди поднасянето му се изважда чубрицата.

Като гарнитурa за ястието се приготвя пюре от картофи.

КАПАМА С ПИЛЕ

(Панагюрско)

Продукти: 1 пиле около 800 г, ориз 50 г (1/4 чаена чаша), свинска мас 3–4 супени лъжици, 1 средно голяма кисела зелка, лук 100 г (2 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол.

Дреболиите на пилето се нарязват на ситно и заедно със ситно нарязаният лук се задушават в част от мазнината. Прибавят се червеният пипер и оризът, леко сварен в подсолена вода. В пръстен гювеч се слага зелето, нарязано на едро, поръсва се с червения пипер и се залива с останалата мазнина. В средата се поставя напълненото пиле с оризовата смес.

Ястието се пече в умерена фурна.

КАША С ПИЛЕ

(с. Мало Конаре, Пазарджишко)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, кромид лук 300 г (4–5 глави), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), брашно 150 г (3/4 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Пилето се нарязва на парчета, посолява се и се сварява в малко вода. В мазнината се задушава ситно нарязаният лук, а след това се запържва до златисто оцветяване брашното. Прибавя се червения пипер и се налива по малко бульон от пилето, докато се получи рядка каша. След като заври кашата, се прибавя месото. Вари се още няколко минути, като често се разбърква, за да не загори.

КОКОШКА ПО СЕЛСКИ

(с. Караш, Врачанско)

Продукти: 1 кокошка от 1 кг, краве масло 150 г (3/4 чаена чаша), пиперки 200 г (2–3 бр.), домати 300 г (3–4 бр.), кромид лук 350 г (4–5 глави), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Кокошката се почиства и измива, а след това се нарязва на парчета, които се изпържват в мазнината до златисто оцветяване. Прибавят се последователно и се задушават при непрекъснато разбъркване ситно нарязаният лук и дребно нарязаните пиперки и обелените домати. Накрая се слагат червеният пипер и сол на вкус. Наливат се 2–3 чаени чаши топла вода и ястието се вари на умерен огън, докато поомекне месото. Изсипва се в гювеч заедно с изчистения ориз. Ако е необходимо се долива малко топла вода. Пече се в умерено гореща фурна. Накрая се поръсва със ситно нарязания магданоз и счукания черен пипер.

КОКОШКА СЪС СОС

(Банско)

Продукти: 1 кокошка около 800 г, яйца 3 бр., брашно 20 г (2 супени лъжици), краве масло 60 г (1/2 пакетче), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), чесън 4–5 скилидки, лимон 1 бр., оцет и сол.

Кокошката се сварява в подсолена вода.

Отмерва се 0,5 л от бульона и в него се разбиват яйцата и брашното, а след това се прибавят счуканият чесън, малко оцет и кравето масло. Сосът се вари, докато получи желаната гъстота, като непрекъснато се разбърква, за да не се пресече.

Кокошката се полива с растителното масло и се запича във фурната до зачервяване. Постава се в широка чиния и се залива със соса. Околвръст се нареждат резенчета от лимона.

КОКОШКА, ПЪЛНЕНА СЪС ЗЕЛЕ И БУЛГУР

(Тракия)

Продукти: 1 кокошка около 1,5 кг, зеле 1 кг, булгур (ориз) 200 г (1 чаена чаша), дребнолите от кокошката, мазнина 100 мл (1/2 чаена

чаши), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), джоджен, сол на вкус.

Кокошката се почиства, измива се и се посолява. В част от мазнината се задушава зелето, нарязано на ситно, а след това се прибавят булгурът и дреболиите. Сместа се разбърква с червения пипер и ситно нарязания джоджен, залива се с малко топла вода и се вари 10 минути. С тази смес се пълни кокошката. Отворът се зашива с конец и кокошката се слага в тавичка, в която е изсипана останалата част от мазнината и малко вода. Пече се до готовност.

КОКОШКА, ШПИКОВАНА СЪС СЛАНИНА

(Врачанско)

Продукти: 1 кокошка около 1 кг, сланина 100 г, кромид лук 100 г (2 глави), растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), грах консерва 300 г (1/3 буркан), краве масло 30 г (1/4 пакетче), чесън 3–4 скилидки, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол.

Кокошката се сварява цяла в подсолена вода. Изважда се и се шпикова с парченца от сланината, намазва се отвътре и отвън с кравето масло, смесено с черен пипер и счукан чесън, и се слага в тавичка. Лукът, нарязан на ситно, се задушава в част от растителното масло, оцветява се с червения пипер и се изсипва в тавичката. Кокошката се пече, като от време на време се залива със соса от тавичката. Поднася се с грах, задушен в останалата част от растителното масло.

КЮФТЕТА ОТ КОКОШЕ МЕСО И ГЪБИ

(Пирдопско)

Продукти: 1 кокошка около 1 кг, лук 100 г (2 глави), гъби 5–6 бр., яйца 3 бр., черен пипер, сол, магданоз, галета, картофи 400 г (6–8 бр.), растително масло за пърженето на кюфтетата.

Кокошката се сварява в подсолена вода. Отделя се бялото месо и се накълзва на ситно. Отделно се сваряват гъбите и се накълзват на ситно. Смесват се месото, гъбите, ситно нарязаният магданоз, двете яйца и черният пипер. Сместа се посолява на вкус и се омесва. От нея се правят кюфтета, които се потапят в разбит белтък, а след това в галета и се пържат в сгорещена мазнина. Поднасят се топли с пържени картофи.

ЛУЧНИК С ПИЛЕ

(с. Борован, Врачанско)

Продукти: пиле около 1 кг, брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), сода бикарбонат 1 чаена лъжичка, кромид лук 350 г (5–6 глави), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), копър 1 връзка, чубрица 2–3 стръка, червен пипер 10 г (1 супена лъжица), растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

От пресятото брашно, содата, малко сол и вода се омесва тесто, което се разточва на два дебели листа, от които единият да бъде по-голям от тавичката, в която ще се приготвя лучникът.

В мазнината се задушава до омекване ситно нарязаният лук, а след това се прибавят изчистеният и измит ориз, ситно нарязаните копър и чубрица, червеният пипер и сол на вкус.

Тавичката се намазва с мазнина и в нея се поставя по-големият лист от тестото, но така, че краищата му да излизат вън от тавичката. Отгоре се разстила плънката и се нареждат порциите от пилето. С висящите краища на листа се похлупва плънката. Отгоре се поставя другият лист и се притиска в краищата.

Така приготвеният лучник се намазва с мазнина и се пече в средно силна фурна.

ПЕЧЕНА ПУЙКА СЪС ЗЕЛЕ

(Пазарджик)

Продукти: 1 пуйка 2–2,5 кг, кисело зеле 3 кг, мас (или растително масло) 300 мл (1 и 1/2 чаени чаши), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), сол и чесън на вкус.

Пуйката се посолява отвътре и отвън и се поставя в пръстен гювеч или тавичка върху част от зелето, нарязано на дребно. Пече се в средно силна фурна, като се обръща няколко пъти, а в зелето се налива по малко топла вода. За да не прегори, добре е пуйката да бъде покрита с цели зелеви листа. Опечената пуйка се познава по това, че лесно се набожда с вилица и от мястото на пробождането изтича светъл прозрачен сок.

Останалата част от зелето, нарязано на дребно, се вари на тих огън заедно с мазнината, червеният пипер, вътрешностите, крилата и шията на пуйката. Накрая свареното зеле се смесва със зелето, върху което е опечена пуйката. Прибавя се оризът и се добавя малко вода. След 15

минути ястието е готово за поднасяне. Във всяка чиния се слага зеле, а отстрани – парче от пуйката. По желание зелето се полива с малко зелев сок, смесен със счуканият чесън.

Ако пуйката е много тлъста, намалява се количеството на мазнината.

ПЕЧЕНО ПЪЛНЕНО ПИЛЕ

(Пирдопско)

Продукти: 1 пиле заедно с дреболиите около 800 г, наденица 150 г, бял хляб 75 г (1 филия), яйце 1 бр., гъби печурки 250 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), подправки по вкус, сол и черен пипер.

Дреболиите от пилето се сваряват, след което заедно с наденицата и гъбите се нарязват на ситно и се задушават в част от мазнината. Прибавя се хлябът, предварително накиснат във вода, яйцето, черен пипер и сол на вкус. Със сместа се пълни посоленото пиле.

Напълненото пиле се пече в умерена фурна, като от време на време се полива с останалата мазнина. Поднася се студено с гарнитура от задушен ориз.

ПИЛЕ В ТЕСТО

(Банско)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, кромид лук 200 г (3–4 глави), брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), краве масло 200 г (1 чаена чаша), ориз 60 г (1 кафена чаша), черен пипер 15–20 зърна, магданоз 1/2 връзка, яйца 3 бр., сол на вкус.

Добре изчистеното, измито пиле се пълни със смес от нарязаните на дребно пилешки дреболийки, 4 супени лъжици краве масло, ситно нарязания лук, изчистения и измит ориз, счукания черен пипер, ситно нарязания магданоз, 1 сварено и нарязано на парчета яйце, 1/2 чаена чаша вода и сол на вкус.

От пресялото брашно, 1 яйце, малко сол и вода се омесва тесто, което се разточва на лист, дебел 0,5 см. Листът се намазва с 2 супени лъжици масло, прегъва се няколко пъти и отново се разточва; намазва се с 1 супена лъжица масло, прегъва се, разточва се и се намазва с 1 супена лъжица масло.

Върху тестения лист се поставя налълненото пиле и се покрива с краищата му, намазва се с останалата мазнина и разбитото яйце и се пече в умерено гореща фурна в продължение на 1 и 1/2 часа.

ПИЛЕ МАГДАНОЗЛИЯ

(Тракия)

Продукти: пиле около 1 кг, брашно 20 г (2 супени лъжици), краве масло 125 г (1 пакетче), кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), яйце 1 бр., кромид лук 60 г (1 глава), целина 50 г (1/2 глава), магданоз 2–3 връзки, лимон 1 бр., черен пипер и сол на вкус.

Пилето се нарязва на парчета и се изпържва леко в маслото. След изваждането му в мазнината се задушават до омекване ситно нарязаният лук и целината, нарязани на кубчета. Порусват се с брашното, разбъркват се няколко пъти, заливат се с топла вода или бульон и се кипват. Прибавя се месото, след което ястието се посолява и се оставя да ври на тих огън. Когато омекне месото, се прибавя ситно нарязаният магданоз, а няколко минути след това – черния пипер, сокът от лимона и киселото мляко, разбито с яйцето.

ПИЛЕ ПАПРИКАШ ПО ШОПСКИ

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), лук 100 г (2 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), пиперки 400 г (7–8 бр.), патладжани 150 г (1 бр.), домати 300 г (5–6 бр.), черен пипер няколко зърна, магданоз и сол.

Пилето се нарязва на парчета и се задушава в мазнината. По-късно се прибавят последователно лукът, доматите, пиперките и патладжана, нарязани на ситно, и червеният пипер. Ястието се залива с 1 и 1/2 чаени чаши топла вода, посолява се и се оставя да ври на тих огън. Към края на варенето се прибавя едро счуканият черен пипер. Готовото ястие се поръсва със ситно нарязан магданоз и се поднася.

ПИЛЕ ПО ЛОВДЖИЙСКИ

(Средногорието)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена

чаша), гъби печурки 3–4 бр., лук 100 г (2 глави), бяло вино 200 мл (1 чаена чаша), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), наденица 150 г, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, сол.

Пилето се нарязва на парчета и се задушва в мазнината до зачервяване, след което се изважда. В същата мазнина се задушават ситно нарязаният лук, а след това – гъбите, нарязани на ивички. Прибавят се червеният пипер, 1 чаена чаша топла вода, виното, доматиеното пюре, размито в студена вода, и черният пипер. Сосът се посолява на вкус и се вари около 20 минути, след което се прибавя пилето. Когато омекне месото, се прибавя наденицата, нарязана на малки колелца. След няколко минути ястието се сваля от огъня.

ПИЛЕ С ВИНО

(Пловдив)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), моркови 100 г (1–2 бр.), лук 50 г (1 глава), бяло вино 200 мл (1 чаена чаша), домати 150 г (2–3 бр.), пиперки 100 г (2–3 бр.), магданоз 1/2 връзка, копър 1/2 връзка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол.

Пилето, нарязано на порции, се задушва в мазнината заедно с морковите, нарязани на кубчета, и лука, нарязан на филийки. Като се зачерви месото, се прибавят червеният пипер, доматиите, нарязани на ситно, пиперките, нарязани на ивици, магданозът и копърът, нарязани на едро, и черният пипер. Ястието се залива с виното и 1 чаена чаша топла вода, посолява се и се оставя да ври на тих огън, докато остане на мазнина.

Поднася се с пържени картофи.

ПИЛЕ С ГРАХ

(Великотърновско)

Продукти: пиле около 800 г (1 бр.), моркови 100 г (2–3 бр.), грах консерва 1 буркан (850 г), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Пилето се нарязва на парчета и се изпържва леко в мазнината. В същата мазнина след изваждането му се прибавят последователно и се задушават ситно нарязаните лук и морковите, нарязани на кубчета. Когато

омекнат морковите, се прибавят грахът, червеният пипер, черният пипер, 1 чаена чаша топла вода и месото.

Ястието се посолява на вкус и се оставя да врти на тих огън до готовност. Преди свалянвто му от огъня се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ПИЛЕ С ГЪБИ И МАСЛИНИ

(Поморийско)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), краве масло 30 г (1/4 пакетче), домати 150 г (2–3 бр.), гъби печурки 3–4 бр., маслини 10–15 бр., бяло вино 200 мл (1 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, сол, магданоз.

Пилето се нарязва на парчета, които се задушават в мазнината до зачервяване, а след това се изваждат, посоляват се и се поръсват с черен пипер. В същата мазнина се задушават последователно доматиите, нарязани на ситно, и гъбите, нарязани на кръгчета. Когато омекнат гъбите, се прибавят червеният пипер, виното, маслините и месото. Ястието се посолява и се доварява на тих огън. Преди свалянето му от огъня се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ПИЛЕ С ДОМАТЕН СОС

(Великотърновско)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), наденица 100 г, кромид лук 50 г (1 глава), домати 400 г (7–8 бр.), захар 10 г (1 чаена лъжичка), чесън 3–4 скилидки, магданоз и сол.

Пилето се изпържва цяло в мазнината, изважда се и се посолява. В същата мазнина се задушава ситно нарязаният лук, а след това се прибавят последователно наденицата, нарязана на парченца, чесънът, нарязан на ситно, доматиите, нарязани на едри парчета, захарта и сол. Сместа се оставя да къкри на тих огън, докато се изпари водата, след което се прибавя пилето. Ястието се вари още 15–20 минути, поръсва се със ситно нарязан магданоз и се сваля от огъня.

ПИЛЕ С ДОМАТИ

(Кюстендилско)

Продукти: пиле около 800 г (1 бр.), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), домати 200 г (3–4 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, сол, ким и магданоз.

Пилето се задушава цяло в мазнината до златисто оцветяване, след което се посолява. Прибавят се домати, нарязани на едри парчета и се задушават до омекване. След това се слагат червеният пипер и кимът. Ястието се залива с 1 чаена чаша топла вода, посолява се на вкус и се оставя да ври на тих огън. Поръсва се със ситно нарязан магданоз и се поднася с пюре от картофи.

ПИЛЕ С КАРТОФИ

(Пиринския край)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, кромид лук 300 г (4–5 глави), червени домати 200 г (2–3 бр.), картофи 400 г (4–5 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Обелените и нарязани на филийки картофи се изпържват в мазнина-та. В същата мазнина се запържва до златисто оцветяване ситно нарязаният лук, а след това се задушават обелените и нарязани на дребно домати, като се прибавя малко вода. В получения гъст сос се поставят изпържените картофи и предварително свареното пиле. Ястието се залива с бульон от пилето, посолява се и се оставя да ври на тих огън 10 минути, без да се похлупва и без да се разбърква. При поднасянето се поръсва с едро счукан черен пипер и ситно нарязан магданоз.

ПИЛЕ С ЛУК

(с. Попица, Врачанско)

Продукти: 1 пиле около 1,200 кг, кромид лук 350 г (4–5 глави), растително масло 80 мл (8 супени лъжици), магданоз 1 връзка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Изчистеният и нарязан на филийки лук се поставя в съд, в който ще се поднася ястието, посолява се и се разбърква със ситно нарязаният магданоз, червеният пипер, счуканият черен пипер и мазнината. Върху

лука се слага свареното с малко сол пиле и докато е още топло, се накъсва на парчета. Всичко се разбърква отново и съдът се похлупва с капак. След 30–50 минути лукът поомеква от топлината на пилето и ястието е готово за консумиране.

Бульонът на пилето може да се използва за приготвянето на супа.

ПИЛЕ С ЛЮТИКА

(Врачанско)

Продукти: пиле около 1 кг (1 бр.), краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (1–2 глави), червени домати 300 г (3–4 бр.), червени пиперки 100 г (1 бр.), лютив пиперки 2–3 бр., магданоз, черен пипер и сол на вкус.

Пилето се почиства и измива, задушва се до омекване в малко масло и вода, нарязва се на парчета, поръсва се със сол и черен пипер и се запържва в останалото масло.

Пиперките се изпичат, обелват се, изчистват се от семето и се нарязват на малки парченца. Доматите се нарязват на дребно. Лукът се нарязва на ситно и се счуква.

Към месото се прибавят последователно лукът, пиперките и доматите, запържват се леко и се заливат със соса от задушаването на месото. След това ястието се оставя да къкри на тих огън до готовност. Поръсва се с дребно нарязаният магданоз и се поднася.

ПИЛЕ С ОРИЗ

Продукти: 1 пиле около 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), ориз 200 г (1 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), зелени пиперки 150 г (2–3 бр.), домати 750 г (7–8 глави), кашкавал 50 г, чесън 1–2 скилидки, сол на вкус.

В затоплената мазнина се поставя ситно нарязаният кромид лук, а след това се задушават няколко минути ситно нарязаните домати. Прибавят се червеният пипер, обелените скилидки на чесъна, нарязаните на дребно пиперки и пилето, нарязано на порции. Ястието се посолява и се задушва 15–20 минути. Прибавя се изчистеният и измит ориз. След това се прибавят 2 и 1/2 чаени чаши топла вода. Ястието се оставя на тих огън 20–30 минути, без да се разбърква, поръсва се с настъргания

кашкавал и се поднася.

ПИЛЕ С ОРИЗ

(Оряховско)

Продукти: 1 пиле около 800 г, ориз 200 г (1 чаена чаша), краве масло 60 г (1/2 пакетче), чубрица, черен пипер и сол.

Пилето се сварява цяло в подсолена вода.

Оризът се задушават в мазнината, след което се залива с 3 чаени чаши бульон от пилето и се вари, докато поомекне.

В намазана с мазнина тавичка се изсипва оризът, а върху него се поставя пилето. Поръсва се с черен пипер, чубрица и сол и се запича във фурната. Поднася се със салата според сезона.

ПИЛЕ С ОРИЗ НА ФУРНА

(с. Яхиново, Станкедимитровско)

Продукти: пиле около 1 кг, пресен кромид лук 4–5 стръка, листа от цвекло 10–15 бр., ориз 200 г (1 чаена чаша), краве масло 125 г (1 пакетче), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), магданоз 1/2 връзка, джоджен 3–4 стръка, сол и черен пипер на вкус.

Измитото и почистено пиле се нарязва на парчета и се сварява във вода с малко сол. В част от маслото се задушават ситно нарязаният кромид лук, а след това се прибавят нарязаните листа на цвеклото, оризът и червеният пипер. Сместа се залива с 3 чаени чаши бульон от пилето и се изсипва в тавичка. Отгоре се нарежда месото и се поръсват ситно нарязаните магданоз и джоджен и счуканият черен пипер. Ястието се пече до готовност в умерена фурна.

ПИЛЕ С ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(с. Плодовитово, Старозагорско)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, прясно зеле 1,5 кг, домати 0,5 кг (6–7 бр.), растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус.

Пилето се нарязва на парчета, които се запържват леко в мазнината, посоляват се и се изваждат. В същата мазнина се задушават ситно

нарязаното и претритото със сол зеле. Преди да е напълно омекнало зелето, се прибавят червеният пипер и месото. След това се добавят доматите, нарязани на ситно. Ястието се оставя да ври на тих огън, докато остане почти на мазнина.

ПИЛЕ С ТРАХАНА

(Тракия)

Продукти: пиле около 1 кг (1 бр.), кромид лук 100 г (1–2 глави), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), краве масло 125 г (1 пакетче), трахана 100 г (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Пилето се сварява в подсолена вода и се накъсва на парчета.

Лукът се запържва в маслото до златисто оцветяване и се залива с малко вода. Прибавя се траханата и се разбърква. Залива се с 1 и 1/2 чаени чаши от пилешкия бульон и се вари на тих огън 1/2 час, като се разбърква, за да не загори. След това се прибавя месото от пилето.

Ястието се поднася, като във всяка чиния се слага парче месо и наоколо се сипва от траханата.

ПИЛЕ С ЦВЕТНО ЗЕЛЕ

(Великотърновско)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), кромид лук 50 г (1 глава), брашно 10 г (1 супена лъжица), домати 200 г (3–4 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), цветно зеле 400 г (2 средно големи глави), кашкавал 100 г, магданоз и сол.

Пилето се нарязва на парчета, които се пържат в мазнината до розово оцветяване, а след това се изваждат. В същата мазнина се задушава до омекване ситно нарязаният лук, разбърква се с червеният пипер и се залива с топла вода. Полученият сос, след като кипне, се посолява и в него се пуска да ври месото. Когато омекне месото, се прибавя накъсаното на цветчета зеле. Ястието се доварява и се поднася, като се поръсва с настъргания кашкавал и ситно нарязания магданоз.

ПИЛЕ СЪС ЗЕЛЕНЧУК

(Пазарджик)

Продукти: пиле (кокошка или пуйка) около 1 кг, стар кромид лук 200 г (3–4 глави), зелени пиперки 200 г (3–4 бр.), домати 300 г (3–4 бр.), патладжани 200 г (1–2 бр.), картофи 300 г (3–4 бр.), бамя 100 г (1 шепна), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз 1 връзка, лютиви пиперки и сол на вкус.

В мазнината се задушава до омекване ситно нарязаният лук, а след това се прибавят последователно брашното, червеният пипер, домати, нарязани на дребно, и нарязаното на парчета пиле. Месото се посолява, залива се с малко топла вода и се задушава на тих огън, докато поомекне. Тогава се прибавят пиперките и патладжаните, нарязани на дребно, бамята, почистена от дръжките, картофите, обелени и нарязани на кръгчета, и лютивите пиперки. Ястието се посолява и се оставя да ври на тих огън до готовност. След свалянето му от огъня се поръсва със ситно нарязания магданоз.

ПИЛЕ, ПЕЧЕНО ПО СЕЛСКИ

(Тракия)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, червени домати 400 г (4–5 бр.), лютиви пиперки 2–3 бр., краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), копър 1 връзка, чесън 5–6 скилидки, пресен кромид лук 2 връзки, джоджен 1 връзка, черен пипер и сол на вкус.

Дреболиите на пилето се измиват добре, нарязват се на дребно и се поставят в тенджера, заливат се с вода, посоляват се и се сваряват. В част от мазнината се задушават дребно нарязаните домати, лук и чесън. Разбъркват се с черния пипер и се заливат с малко бульон от дреболиите. В соса, след като кипне, се прибавят сварените дребилийки, а малко по-късно опечените, обелени и нарязани на парченца пиперки и ситно нарязаният джоджен. Сместа се задушава на тих огън, докато остане на мазнина.

Пилето се разрязва на две половини, посолява се, намазва се с останалото масло от двете страни и се пече на скара върху жар. Поднася се със задушените дреболии.

ПОДЛУЧЕНО ПИЛЕ С ОРИЗ

(с. Мало Конаре, Пазарджишко)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, ориз 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), краве масло 125 г (1 пакетче), кромид лук (или праз) 200 г (3–4 глави), сол, черен пипер, чесън и оцет на вкус.

Пилето се нарязва на парчета и се сварява, като се посолява след кипването на водата.

Ситно нарязаният лук се задушават до омекване в 2/3 от мазнината, залива се с 4 и 1/4 чаени чаши бульон от пилето (ако е необходимо се долива топла вода) и се кипва. Прибавя се оризът и се вари 2–3 минути, след което се изсипва в тавичка. Отгоре се нарежда месото и се поръсва с черния пипер. Ястието се слага във фурната да се запече. Изважда се, преди оризът да е поел всичката вода, и се покрива с хартия и кърпа, за да се задуши. Полива се със счукания чесън, разреден с малко оцет и 2–3 супени лъжици бульон, и с останалото леко запържено масло и се поднася.

ПУЙКА СЪС ЗЕЛЕ ПО КАРЛОВСКИ

Продукти: 1 средно голяма пуйка около 1,5 кг, кисело зеле 2 кг, сланина 200 г, сушени червени пиперки 5 бр., червен пипер 10 г (1 супена лъжица), масло 125 г (1 пакетче), черен пипер и сол на вкус.

Добре изчистената пуйка се нарязва на големи парчета. Киселото зеле се нарязва на дребно и се задушават на тих огън, докато омекне. Тогава се прибавят месото от пуйката, парченцата от сланина, червените пиперки, част от мазнината, червеният и черният пипер. Ако пуйката е по-стара, в тенджерата първо се поставя зеле, след това месото на пуйката и отново зеле заедно със сланината и подправките. Ястието се задушават на тих огън, докато омекнат зелето и месото, залива се със сгорещеното масло и се запича във фурната.

ПЪЛНЕНА КОКОШКА

(Юндола)

Продукти: 1 кокошка около 800 г, корени от магданоз 100 г (3–4 бр.), моркови 150 г (2–3 бр.), целина 50 г (1/2 глава), хляб 75 г (1 филия),

бабек 100 г, чесън 3–4 скилидки, краве масло 60 г (1/2 пакетче), брашно 10 г (1 супена лъжица), черен пипер, лимонена киселина, магданоз и сол на вкус.

Кокошката заедно с дреболиите, магданозените корени, целината и морковите се сваряват в подсолена вода, след което се изваждат от бульона. Дреболиите и зеленчукът се нарязват на ситно и се смесват със ситно нарязания бабек, предварително натопения в малко вода хляб, ситно нарязания магданоз, счукания чесън, черен пипер и сол на вкус. Със сместа се напълва кокошката. След зашиването на отвора кокошката се слага в тавичка и се пече в умерена фурна, като от време на време се полива с бульона. След като ври до стъстяване, сосът се подкиселява с лимонена киселина.

ПЪЛНЕНА КОКОШКА

(Пловдивско)

Продукти: 1 кокошка около 1 кг, кромид лук 50 г (1 глава), растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), ориз 100 г (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, сол, магданоз и джоджен, картофи 750 г (10 бр.), мазнина за пържене.

Дреболиите на кокошката се сваряват и се нарязват на ситно. В част от мазнината се задушава до омекване ситно нарязаният лук, а след това се прибавя оризът и червеният пипер. Оризът се залива с бульон и се държи на огъня, докато набъбне. След това се прибавят дреболиите, магданозът и джодженът, нарязани на ситно, черен пипер и сол на вкус. С тази смес се пълни кокошката, предварително осолена отвътре и отвън. Зашива се отворът и напълнената кокошка се слага в тавичка. Залива се с 1/2 чаена чаша топла вода и се пече, като от време на време се полива с отделения в тавичката сос.

Поднася се с пържени картофи.

ПЪЛНЕНА ПУЙКА ЗА НОВА ГОДИНА

(Поморийско)

Продукти: 1 пуйка около 1,5 кг, лук 50 г (1 глава), ориз 200 г (1 чаена чаша), стафиди 100 г (1/2 чаена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сол и черен пипер.

Дреболиите на пуйката се сваряват в подсолена вода и се нарязват на ситно. Лукът, нарязан на ситно, се задушава в част от мазнината до омекване. Прибавят се оризът и дреболиите, заливат се с малко бульон и се варят до полусваряването на ориза. Свалят се от огъня и се смесват със стафидите и черния пипер. Със сместа се пълни пуйката, предварително осолена отвътре и отвън, зашива се, слага се в намазана с мазнина тава, залива се с част от бульона и се пече във фурната, като от време на време се полива с отделения в тавата сос.

Поднася се с гарнитура от задушено и запечено във фурна кисело зеле.

ПЪЛНЕНО ПИЛЕ

(Пиринския край)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, кромид лук 750 г (8–9 глави), ориз 80 г (1 кафена чашка), краве масло 125 г (1 пакетче), магданоз 1/2 връзка, сол и черен пипер на вкус.

Ситно нарязаният кромид лук се задушава в маслото до златисто оцветяване. Прибавя се изчистеният и измит ориз и леко се запържва, залива се с 1 чаена чаша топла вода, посолява се и се вари докато набъбне. Добавят се счуканият черен пипер и ситно нарязаният магданоз. Сместа се разбърква добре и с 2/3 от нея се пълни пилето.

Напълненото пиле се зашива и се вари във вода, докато омекне.

В тавичка, намазана с масло, се изсипва останалата част от оризовата смес и върху нея се слага свареното пиле. Пече се до зачервяване, като се внимава да не прегори.

ПЪРЖЕНО ПИЛЕ

(Пазарджишко)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), моркови 100 г (2 бр.), лук 100 г (2 глави), бяло вино 200 мл (1 чаена чаша), чесън 3–4 скилидки, дафинов лист 1 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер и сол на вкус.

Пилето се разрязва на четвъртинки, които се натриват със сол, черен и червен пипер и счукан чесън и се пържат в мазнината до зачервяване. В същата мазнина се задушават до омекване ситно нарязаният лук

и нарязаните на кубчета моркови, а после се прибавят виното и дафиновият лист. Връща се месото и се задушава на тих огън около 30–40 минути.

Поднася се с гарнитура според сезона.

ЧЕЛАМИЧКА – ПЪРЖЕНО ПИЛЕ С ЧЕСЪН

(Родопите)

Продукти: 1 пиле около 1 кг, краве масло 100 г (1/2 чаена чаша), сол, оцет и чесън на вкус.

Почистеното и измито пиле се разрязва на 4 парчета, посолява се и се пържи до зачервяване в мазнината, след което се похлупва плътно с капак и се задушава на тих огън, като се прибавя по малко топла вода. Поднася се със счукания чесън, подправен със сол и оцет.

ЯХНИЯ ОТ ПЕТЕЛ

(Смолян)

Продукти: месо от петел 850 г, стар кромид лук 1 кг (10–12 глави), домати 150 г (2–3 бр.), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), пречено брашно 20 г (2 супени лъжици), краве масло 125 г (1 пакетче), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, магданоз и сол на вкус.

Лукът, след като се почисти и измие, се нарязва на тънки филийки и се задушава в маслото, докато остане на мазнина. Прибавят се червеният пипер, доматиите, настъргани на ренде и месото, нарязано на порции. Ястието се залива с 1–2 кафени чашки топла вода, посолява се и се задушава на тих огън, докато омекне месото. Прибавят се брашното, размито в малко студена вода, и счукан черен пипер. След като поври още десетина минути, ястието се сваля от огъня и се поръсва със ситно нарязан магданоз.

ЯХНИЯ ОТ ПИЛЕ ПО СЕЛСКИ

(с. Ореш, Свищовско)

Продукти: 1 пиле около 1,200 кг, брашно 30 г (3 супени лъжици), растително масло 60 мл (6 супени лъжици), кромид лук 200 г (3–4 глави), зелени пиперки 50 г (1 бр.), домати 200 г (3–4 бр.), магданоз 1/2

връзка, червен пипер 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус.

Пилето се почиства и измива, нарязва се на парчета и се изпържва в мазнината заедно с нарязания на филийки кромид лук. Прибавя се брашното и се запържва. След това се слага червеният пипер и се налива вода. Като заври месото, се прибавят ситно нарязаната пиперка и обелените и нарязани на четвъртинки домати. Ястието се посолява и се оставя да ври на тих огън. Преди свалянето му от огъня се поръсва със ситно нарязания магданоз.

ЯХНИЯ С ПИЛЕ

(Асеновград)

Продукти: 1 пиле около 800 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 100 г (2 глави), домати 300 г (5–6 бр.), брашно 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер 5–6 зърна, лютив пиперка 1 бр., чубрица, магданоз, сол на вкус.

Пилето се нарязва на парчета, които се изпържват в мазнината, а след това се изваждат. В същата мазнина се задушават ситно нарязаният лук, а след това доматиите, нарязани на четвъртинки. Прибавят се брашното и червеният пипер и се налива топла вода. В соса, след като кипне, се слага месото заедно с черния пипер и чубрицата. Ястието се посолява на вкус и се оставя да ври на тих огън, като от време на време се долива по малко топла вода. Към края се прибавя брашното, размито в студена вода. След като поври още няколко минути, ястието се поръсва със ситно нарязан магданоз, сваля се от огъня и се поднася.

ЯХНИЯ С ПИЛЕ ПО КОПРИВЩЕНСКИ

Продукти: 1 пиле около 1 кг, кромид лук 0,5 кг (6–7 глави), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), краве масло 50 г (1/4 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), червени пиперки 150 г (2–3 бр.), черен пипер няколко зърна и сол на вкус.

Почистеното и измито пиле се нарязва на парчета, залива се с топла вода и се оставя на огъня да ври. Когато заври, се посолява. Лукът, нарязан на тънки филийки, се задушава в мазнината до златисто оцветяване, след което се разбърква с доматиеното пюре и червения пипер и се

залива с 2 чаени чаши бульон от пилето. В соса, след като заври, се прибавят месото, червените пиперки, нарязани на парчета, черният пипер и сол на вкус. Ястието се доварява на тих огън.

ЯХНИЯ С ПИЛЕ ПО САМОКОВСКИ

Продукти: 1 пиле около 1 кг, кромид лук 200 г (3–4 глави), моркови 150 г (2–3 бр.), червени домати 250 г (4–5 бр.), зелени пиперки 200 г (3–4 бр.), ориз 60 г (1 кафена чашка), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), брашно 10 г (1 супена лъжица), магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Изчистеното и измито пиле се нарязва на парчета, които се варят 30 минути в подсолена вода заедно с 1 глава лук и 1 морков. В мазнината се прибавят последователно и се задушават ситно нарязаният лук, настърганите моркови, обелените и нарязани на дребно домати, ситно нарязаните пиперки, брашното и изчистеният и измит ориз. Заливат се с бульона и се оставят на тих огън до омекването на зеленчуците. Прибавят се месото и ситно нарязаният магданоз. След като поври още 10–15 минути, ястието се сваля от огъня.

ЯСТΙΑ С МЕСО ОТ ДИВЕЧ

ЗАЕК ПО ЛОВДЖИЙСКИ

Продукти: 1 заек (750 г), моркови 150 г (2–3 бр.), кромид лук 150 г (2 глави), лимон 1/2 бр., брашно 15 г (1 и 1/2 супени лъжици), арпаджик 250 г, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сланина 100 г, доматено пюре 15 г (1 супена лъжица), пресни гъби 250 г (2 чаени чаши), вино 100 мл (1/2 чаена чаша), оцет 100 мл (1/2 чаена чаша), целина 50 г (1/2 глава), дафинов лист 1–2 бр., сол и черен пипер на вкус.

Заекът след одирането на кожата и изваждането на вътрешностите се измива със студена вода и се накисва за 3 до 5 часа в студена вода, а след това се залива в марината, приготвена от оцет, вода, черен пипер и дафинов лист, и престоява в нея до 12 часа (ако е млад) или до 24 часа (ако е стар). Най-младите зайци не се мариноват. След изваждането от маринатата заекът се измива обилно със студена вода и се нарязва на парчета, които се изпържват в сгорещена мазнина. В същата мазнина след изваждането на месото се задушават, като се прибавят последователно, ситно нарязаният лук, морковите и целината, нарязани на кубчета, доматеното пюре и брашното. Заливат се с виното и малко топла вода. Прибавят се нарязаните на ивички гъби, почистеният арпаджик, нарязаната на кубчета сланина, дафиновия лист, резенчетата от лимона, черен пипер и сол на вкус. Отгоре се нарежда изпърженото месо. Капакът на съда се замазва с тесто и ястието се задушава във фурна за 1 и 1/2 часа.

ЗАЕК С ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(с. Габровница, Пазарджишко)

Продукти: 1 заек (1,500 – 2 кг) заедно с вътрешностите, прясно зеле 3 кг, растително масло 250 мл (1 и 1/4 чаени чаши), домати 400 г (5–6 бр.), кромид лук 150 г (1–2 глави), червен пипер 10 г (2 чаени лъжички), чесън 3–4 скилидки, черен пипер и сол на вкус.

В сгорещената мазнина се поставят последователно и се запържват ситно нарязаният кромид лук и зелето, нарязано на ситно (като слама). След това се прибавят червеният пипер и сол на вкус. Част от

запърженото зеле се смесва със сварените и нарязани на малки парченца вътрешности, черният пипер и ситно нарязаните скилидки на чесъна. С тази смес се напълва заекът, предварително осолен отвътре и отвън. Отворът се зашива и заекът се поставя в тавичка, покрива се с останалото зеле и се пече в средно силна фурна.

ЗАЕШКО МЕСО С ЛУК

(с. Малка Арда, Смолянско)

Продукти: месо от див заек 750 г, кромид лук 1 кг (10–12 глави), краве масло 150 г (3/4 чаена чаша), домати 150 г (2–3 бр.), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), дафинов лист, бахар, черен пипер и сол на вкус.

Заекът се кисне 1 нощ в студена течаща вода, а след това се нарязва на парчета, които се задушават в мазнината, като се добавя по малко вода. Когато поомекне месото, се прибавят червеният пипер и доматиите, нарязани на дребно, а 10–15 минути след това се слага едро нарязаният лук. Ястието се посолява и се задушава на тих огън до готовност. Накрая се прибавят подправките – дафинов лист, черен пипер и бахар. След като поври още няколко минути, ястието се сваля от огъня и се поднася.

КАПАМА СЪС ЗАЕК

Продукти: 1 заек (1,500 – 2,000 кг), вътрешностите на заека, булгур 200 г (1 чаена чаша), мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), вино 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), бахар, черен пипер и сол на вкус.

Заекът се кисне в студена вода 10–12 часа, като местата със съсирена кръв се нарязват, за да се отдели по-лесно кръвта. След това се измива и се подсoliaва. Вътрешностите се измиват и се варят 1/2 час в подсолена вода, след което се нарязват на кубчета. В част от мазнината се задушава булгурът. След това се посолява и се разбърква. С нея се напълва заекът. Заекът, след като се зашие коремният отвор, се слага в съд с малко вода, залива се с виното и останалата мазнина и се задушава на тих огън, като капакът на съда се замазва с тесто.

ПОПСКА ЯХНИЯ СЪС ЗАЕК

Продукти: месо от заек 750 г, арпаджик 0,5 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), чесън 10 скилидки, брашно 10 г (1 супена лъжица), домати 100 г (1–2 бр.), вино 50 мл (1/4 чаена чаша), лимон 1/2 бр., дафинов лист 2 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер няколко зърна, сол

Месото на заека, нарязано на парчета, се пържи в сгорещената мазнина, след което се изважда. В същата мазнина се задушава дребно нарязаният лук, а след това се прибавят доматиеното пюре, брашното, червеният пипер, дафиновият лист, черният пипер, половината от виното, малко бульон или топла вода и сол. В соса, след като заври, се прибавя месото. Когато поомекне месото, се прибавя арпаджикът, предварително задушен в останалата мазнина, чесънът и обелените домати, нарязани на дребно, резенчетата от лимона и останалото вино. Ястието се оставя да къкри на тих огън до готовност.

ПЪЛНЕН ЗАЕК

Продукти: 1 заек (1,500 – 2 кг), смяно телешко месо 100 г, гъби 100 г (1 чаена чаша), яйце 1 бр., кромид лук 60 г (1 глава), магданоз 1 връзка, хляб 75 г (1 филия), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сланина 100 г, червен пипер 10 г (1 супена лъжица), черен пипер и сол на вкус.

Заекът (без главата и вътрешностите) се измива много добре и се поръсва отвън и отвътре със сол и черен пипер.

От смяното месо, предварително накиснатия във вода хляб, нарязаните на ивички гъби, свареното и нарязано на дребно яйце, ситно нарязаните лук и магданоз, червения пипер, черен пипер и сол на вкус се приготвя плънка за заека.

Напълненият заек след зашиването на коремния отвор се намазва с мазнината, поставя се в тавичка върху тънки филийки от сланината, покрива се отгоре с филийки от сланината и се пече около 75 минути в предварително затоплена фурна. По време на печенето в тавичката се налива по малко вода или месен бульон.

Изпеченият заек се полива със соса, отделен в тавичката, и се поднася с гарнитура от грах, моркови и зеле.

ЯСТИЯ С РИБА

ГЮВЕЧ ОТ РИБА

(Смолян)

Продукти: риба 1 кг, кромид лук 150 г (2–3 глави), чеснов лук няколко скилидки, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), лимон 1 бр., сухар (счукан и пресят) 50 г (1 кафена чашка), черен пипер, бахар, дафинов лист и сол на вкус.

Рибата, след като се почисти и измие, се посолява и се иставя да престои 30 минути. Лукът (кромид и чесън) се почиства и се нарязва на тънки филийки, след което се слага в гювеч или в тавичка заедно с подправките. Отгоре се нареждат рибите една до друга (без глави), поливат се с мазнината и се посипват със сухара.

Ястието се пече в средно силна фурна. Поднася се студено, като отгоре се полива със сока от лимона.

ГЮВЕЧ ОТ РИБА

(Пловдив)

Продукти: риба 1 кг, топено масло 100 г (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), доматино пюре 10 г (1/2 супена лъжица), домати 150 г (2–3 бр.), пиперки 300 г (6–7 бр.) или 1/2 буркан паприкаш, лютиви пиперки 1–2 бр., ориз 100 г (1/2 чаена чаша), картофи 600 г (6–7 бр.), лимон 1 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), магданоз 1 връзка, сол на вкус.

Ситно нарязаният лук и доматиното пюре се задушават в мазнината, поръсват се с червения пипер, разбъркват се и се заливат с вода или рибен бульон. Към полученият сос, след като заври се прибавят последователно нарязаните на едро пиперки, нарязаните на кубчета картофи, лютивите пиперки, оризът и сол на вкус. Когато омекне оризът, се прибавят нарязаните домати. Отгоре се нарежда рибата, предварително почиствена, измита, нарязана на порции и оцолена.

Ястието се пече във фурна 15–20 минути. Изважда се, поръсва се с изстискания от лимона сок и отново се пече, докато остане на мазнина. Накрая се поръсва със ситно нарязания магданоз.

ГЮВЕЧ ОТ РИБА ПО НИКОПОЛСКИ

Продукти: шаран 1 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), лимон 1 бр., чесън 1 глава, сухар 1 филия, бахар, черен пипер, дафинов лист и сол на вкус.

Лукът, нарязан на тънки колелца, се слага в гювеч заедно с обелените скилидки на чесъна, малко сол и мазнина и се задушава на тих огън. Прибавят се подправките и рибата.

Ястието се залива с останалата част от мазнината, поръсва се със счукания и пресят сухар и се пече във фурната. След изваждането му от фурната се поръсва с изстискания от лимона сок. Поднася се студено.

ГЮВЕЧ ОТ РИБА С ДОМАТИ

(Смолян)

Продукти: риба 1 кг (по-дребна), домати 1 кг (10 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), лимон 1 бр., сол на вкус.

Рибите се почистват и измиват, след което се посоляват и се оставят да престоят 30 минути. Доматите се измиват, обелват се, нарязват се на дребно и се поставят в гювеч или тавичка. Над тях се нареждат рибите (цели) и се заливат с мазнината. Пекат се в средно силна фурна.

ЗАДУШЕНА РИБА СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

(Плевенско)

Продукти: риба 1 кг, моркови и домати по 150 г (2–3 бр.), лартофи 1 кг (10–12 бр.), кромид лук 50 г (1 глава), целина 50 г (1/2 глава), растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), оцет 10 мл (1 супена лъжица), магданоз, черен пипер, дафинов лист и сол на вкус.

В съд, намазан с мазнина, се нарежда рибата, почиствена измита и нарязана на порции. Отгоре се поставят предварително задушени в част от мазнината ситно нарязани моркови, лук и целина. Поръсват се със ситно нарязан магданоз и се покриват с нарязаните на дребно домати. Прибавят се подправките, растителното масло, оцетът и сол на вкус. Ястието се задушава на слаб огън около половин час.

Поднася се със сварените картофи.

КЕБАП ОТ РИБА С ЛУКЧЕТА

(Варна)

Продукти: риба 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), краве масло 20 г (1 супена лъжица), кромид лук 200 г (2–3 глави), лукчета (арпаджик) 400 г, чесън 10 скилидки, брашно 20 г (2 супени лъжици), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), вино 50 мл (5 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), гъби 100 г (1/2 чаена чаша), магданоз, чубрица, сол и черен пипер на вкус.

Почистената и измита риба се обезкостява, нарязва се на кубчета, посолява се, овалва се в брашното и се изпържва в растителното масло. В същата мазнина се запържва до златисто оцветяване ситно нарязаният лук. Прибавят се последователно доматиеното пюре, червеният пипер, лучетата и гъбите, предварително нарязани на ивички и задушени до полуготовност. Налива се малко топла вода или рибен бульон. Сместа се задушавана на тих огън, докато остане почти на мазнина, залива се с виното и малко бульон и се оставя да ври няколко минути. Прибавят се рибата, чубрицата, черният пипер, чесънът и кравето масло. Задушаването продължава още няколко минути. Готовото ястие се поръсва със ситно нарязан магданоз и се поднася.

МОНАСТИРСКИ ГЮВЕЧ ОТ РИБА

Продукти: риба 1,5 кг, растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), кромид лук 200 г (2–3 глави), домати 0,5 кг (6–7 бр.), гъби 200 г (1 чаена чаша), пиперки 250 г (4–5 бр.), ориз 150 г (3/4 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка и сол на вкус.

Рибата, след като се почисти и измие, се нарязва на порции, посолява се и се запържва леко в мазнината. В същата мазнина се запържва леко ситно нарязаният лук, а след това се прибавят последователно и се задушават до омекване половината домати, нарязани на ситно, пиперките, нарязани на кубчета, гъбите, нарязани на ивички, и оризът. Сместа се залива с топла вода или бульон, посолява се и се изсипва в тавичка. Отгоре се нареждат рибите и се прибавят останалите домати, нарязани на колелца.

Ястието се пече във фурна, докато остане на мазнина. Преди поднасянето се поръсва със ситно нарязания магданоз.

МЕСЕНИЦА С РИБА

(Врачанско)

Продукти: за тестото: брашно 400 г (2 чаени чаши), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), вода 100 мл (1/2 чаена чаша), растително масло 50 мл (5 супени лъжици), мая 15 г, сода букарбонат 1/2 чаена лъжичка, сол 4 г (1 чаена лъжичка).

за пльнката: риба 400 г, червени домати 250 г (4–5 бр.), краве масло 60 г (1/2 пакетче), кашкавал 100 г, черен пипер 5–6 зърна, копър и сол на вкус.

Приготвя се тесто от посочените продукти и се разточва кора, която се поставя в тавичка и леко се запича. Върху нея се поставя почистената и нарязана на парченца риба, посолява се и се поръсва с копър и черен пипер. Отгоре се нареждат обелените и нарязани на парченца прясно масло и настърганият на едро ренде кашкавал.

Така приготвената месеница се изпича в средно силна фурна. Поднася се топла, нарязана на парчета.

МИДИ В СОС

(Варненско)

Продукти: миди 3 кг (с черупките), лук 60 г (1 глава), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), моркови 50 г (1 бр.), целина 30 г (1/4 глава), брашно 20 г (2 супени лъжици), доматиено пюре 40 г (2 супени лъжици), червени домати 150 г (2–3 бр.) чесън 5 скилидки, дафинов лист, магданоз и сол на вкус.

Мидите се попарват с вряща вода, за да се извадят по-лесно от черупките. Измиват се добре и се слагат да се варят няколко минути в подсолена вода заедно с дафиновия лист.

В мазнината се задушават до омекване ситно нарязаните лук, моркови и целина. Прибавят се брашното, доматиеното пюре и нарязаните на дребно домати и чесън. Заливат се с 1 чаена чаша от мидения бульон и се варят на тих огън 10–15 минути, след което се претриват през гъста цедка. Полученият сос се изсипва в тавичка и в него се пускат мидите. Пекат се на фурна около 1/2 час. Поднасят се топли, като се поръсват със ситно нарязан магданоз.

МИДИ НА ФУРНА

(Бургас)

Продукти: миди 3 кг (с черупките), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 60 г (1 глава), домати 750 г (8–10 бр.), моркови 200 г (4–5 бр.), брашно 20 г (2 супени лъжици), дафинов лист, винена киселина и сол на вкус.

Добре измитите миди се пускат във вряща вода, за да се разтворят черупките им. Изваждат се мидените ядки (месестата част), измиват се и се пускат да заврят заедно с дафиновия лист в малко количество подкиселена вода.

Лукът, нарязан на ситно, се задушават в мазнината. Прибавят се настърганите моркови и също се задушават. Поръсват се с брашното и се разбъркват. Заливат се с мидения бульон и сока от 4–5 домати, претрити през цедка.

Извадените от бульона миди се поставят в тава. Върху тях се изсипват задушените зеленчуци и се нареждат кръгчета от останалите домати. Ястието се посоява на вкус и се пече във фурна при умерена температура.

МИДИ С ОРИЗ

(Бургас)

Продукти: миди 3 кг (заедно с черупките), целина 50 г (1/2 глава), моркови 100 г (1–2 бр.), дафинов лист 1–2бр., лимон 1/2 бр., растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 150 г (2–3 глави), ориз 200 г (1 чаена чаша), черен пипер 8–10 зърна, сол на вкус.

Мидите се измиват и се попарват във вряща вода, за да се разтворят черупките им. Изваждат се мидените ядки, измиват се и се варят в подсолена вода заедно с целината, морковите, дафиновия лист и лимона.

В растителното масло се задушават до омекване ситно нарязаният лук. Прибавя се очистеният и измит ориз, задушават се 2–3 минути и се залива с мидения бульон (на 1 чаша ориз – 2 чаши бульон). Прибавят се сварените мидени ядки, черният пипер и сол на вкус, след което ястието се оставя да ври на тих огън.

НИКУЛДЕНСКИ ШАРАН

(с. Попица, Врачанско)

Продукти: 1 шаран от 2 кг, растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), ориз 50 г (1/4 чаена чаша), кромид лук 300 г (5–6 глави), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус.

Ситно нарязаният кромид лук се запържва в мазнината до златисто оцветяване. Прибавя се оризът и също леко се запържва, след което се разбърква с червеният пипер и сол на вкус, залива се с топла вода и се изсипва в тавичка. В средата на сместа се слага предварително изчистеният, измит и посолен шаран. Пече се в немного гореща фурна.

ПЕЧЕНА РИБА

(Поморийско)

Продукти: филе от риба 750 г (5 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), червени пиперки 400 г (5–6 бр.), кромид лук 100 г (1–2 глави), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), чесън 10 скилидки, лимон 1 бр., червено вино 100 мл (1/2 чаена чаша), сланина 100 г, черен пипер 10–15 зърна, магданоз и сол на вкус.

Рибените филета се поръсват със сол и изстискания от лимона сок и се оставят да престоят 1 час, след което се лсагат в намазана с мазнина тавичка и се запичат от двете страни.

В сгорещеното растително масло се задушават 5–6 минути кромидът, нарязан на филийки и чесънът, нарязан на ситно. Прибавят се пиперките, нарязани на ивички, червеният и черният пипер, виното, ситно нарязаният магданоз и сол на вкус. Варят се 10–15 минути и се изсипват върху опечената риба. Отгоре се поставят парченца от изпържената сланина.

ПЪЛНЕН ШАРАН НА ФУРНА

(Батак)

Продукти: 1 шаран около 2 кг, пресен кромид лук 1 връзка, червени домати 300 г (5–6 бр.), орехови ядки 100 г (1/2 чаена чаша), пресни гъби 100 г (5–6 бр.), бяло вино 100 мл (1/2 чаена чаша), масло 125 г (1 пакетче), черен пипер 10 зърна, магданоз 1/2 връзка, сол на вкус.

Шаранът се почиства, измива се и се поръсва със сол и счукан черен пипер.

Нарязаните на ситно кромид лук и гъби се задушават в част от мазнината, след което към тях се прибавят част от доматиите, нарязани на ситно, смлените орехови ядки, ситно нарязаният магданоз, няколко зърна черен пипер, виното и сол на вкус. С тази смес се напълва шаранът. След това шаранът се зашива и се поставя в намазана с масло тавичка, покрива се с ктърчета от останалите домати и се полива с останалото масло и 1/2 чаша вода. Пече се в умерена фурна.

ПЪРЖЕНА РИБА С КАША

(Пиринския край)

Продукти: риба 1 кг, брашно 20 г (2 супени лъжици), растително масло 140 мл (3/4 чаена чаша), орехи 15 бр., сол, чесън и оцет на вкус.

Почистената, измита и посолена риба се изпържва в част от мазнината. В останалата част от мазнината се запържва брашното до златисто оцветяване, след което при непрекъснато разбъркване се налива вода, докато се получи рядка каша. Към кашата след отстраняването ѝ от огъня се прибавят счуканите орехови ядки, счуканият чесън, сол и оцет на вкус. Рибата се залива с кашата и се поднася.

ПЪРЖЕНА РИБА С ПОДЛУЧЕН СОС

(Пловдив)

Продукти: риба 1 кг, чеснов лук 1 малка глава, орехи 10 бр., растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), кисело мляко 400 г (2 чаени чаши), сол и черен пипер на вкус.

Рибата се почиства, измива се и се поръсва със сол и черен пипер, след което се изпържва в мазнината.

Чесънът се счука с малко сол. Прибавят се ореховите ядки и се чука, докато се получи гъста каша. Киселото мляко се разбърква с 2 супени лъжици от прецедената мазнина, в която е изпържена рибата, и се прибавя към ореховата каша. Сместа се разбърква добре, след което с нея се залива изпържената риба.

ПЪРЖЕНА РИБА СЪС ЗАДУШЕНИ ЗЕЛЕНЧУЦИ

(Смолянско)

Продукти: риба скумрия 1 кг (5 бр.), растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), червени домати 150 г (2–3 бр.), пиперки Сиврия 200 г (3–4 бр.), чесън 1 глава, бяло вино 20 мл (2 супени лъжици), царевично брашно 40 г (4 супени лъжици), картофи 800 г (7–8 бр.), сол и черен пипер на вкус.

Почистените от кожата и костите риби се овалват в царевичното брашно и се изпържват в мазнината. В същата мазнина се задушават ситно нарязаните зеленчуци заедно с подправките. Изпържените риби се слагат върху задушения зеленчук, поливат се с виното и се изпичат във фурната.

Поднасят се със сварените картофи, обелени, нарязани и поставени в отделен съд.

ПЪСТЪРВА С ДОМАТЕН СОС

(с. Чокманово, Смолянско)

Продукти: пъстърва 1 кг, домати 750 г (8–10 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сол и черен пипер на вкус.

Пъстървата се почиства и измива, посолява се и се оставя да престои 1 час, за да поеме солта. След това се нарязва на парчета и се задушават в мазнината и малко вода, докато остане на маазнина. През това време доматиите се настъргват на ренде и се претриват през цедка, за да се отделят семките и люспите. С получения доматиен сос се залива рибата. Ястието се оставя да ври още няколко минути, докато се сгъсти соcът. Накрая се прибавя черният пипер.

РИБА КАВЪРМА-КЕБАП

(Силистра)

Продукти: риба (без глава) 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), праз лук 700 г (5–6 стръка), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), вино 1 супена лъжица, лютиви пиперки 3 бр., червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), черен пипер, чубрица, магданоз и сол на вкус.

Рибата се почиства и обезкостява, нарязва се на кубчета и се

поръсва със сол и черен пипер. Остава се да престои на хладно място 2 часа и се запързва леко в мазнината. В същата мазнина се задушава до омекване ситно нарязаният праз. После се прибавят червеният пипер, доматиеното пюре, виното и малко вода (или рибен бульон). Полученият сос се подправя на вкус със сол, черен пипер и чубрица и се кипва. Тогава се прибавя рибата. Ястието се вари ба тих огън 15–20 минути. Поднася се поръсено със ситно нарязан магданоз.

РИБА НА ФУРНА

(Варненско)

Продукти: риба 1 бр. (около 800–1000 г), кромид лук 600 г (7–8 бр.), моркови 100 г (1–2 бр.), растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), чесън 10–12 скилидки, черен пипер 10–12 зърна, дафинов лист 2–3 бр., доматиено пюре 10 г (1 чаена лъжичка), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), лимон 1 бр., сол на вкус.

В мазнината се задушават до омекване ситно нарязаният лук и морковите, нарязани на колелца, след което към тях се прибавят червеният пипер, размитото в студена вода доматиено пюре, чесънът, черният пипер, дафиновият лист и сол на вкус.

Рибата се почиства, измива се и се поставя в тава. Върху нея се изсипва задушената смес.

Пече се в умерена фурна. Поднася се студена с резенчета от лимона.

РИБА ПО ГРАДИНАРСКИ

(Пазарджик)

Продукти: риба 1 кг, малки лукчета (арпаджик) 0,5 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), целина 50 г (1/2 глава), пресни гъби 200 г (8–10 бр.), червени домати 150 г (2–3 бр.), моркови 60 г (1 бр.), магданоз 1 връзка, растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), маслини 10–15 бр.

Мазнината се затопля и в нея се задушават до омекване нарязаните на дребно лук, моркови и целина. Прибавят се нарязаните на филийки гъби и червени домати и се задушават до изпаряване на водата. Прибавят се червеният пипер, маслините и почистените лукчета. Сместа се

посолява, разбърква се и се залива с вода или рибен бульон. Вари се на тих огън около 1/2 час, след което се изсипва в тавичка. Отгоре се поставя почистената, нарязана на порции риба. Ястието се поръсва със ситно нарязания магданоз и се пече във фурна до готовност.

РИБА ПО КРУМОВГРАДСКИ

Продукти: риба 1 кг, растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша) и прясно масло 40 г (1/3 пакетче), кромид лук 250 г (3–4 глави), целина 50 г (1/2 глава), домати 150 г (2–3 бр.), чесън 10 скилидки, картофи 250 г (3–4 бр.), джоджен и сол на вкус.

Рибата се почиства, измива се, нарязва се на парчета и се посолява. Мазнината се загръва в тавичка и в нея се задушават до омекване ситно нарязаните лук и целина. Прибавят се доматите, нарязани на ситно, и рибата. Картофите се обелват, измиват се, нарязват се на колелца, посоляват се и се нареждат върху рибата. Ястието се слага във фурната и се пече до готовност. Подправя се със счукания чесън и джоджен. Поднася се топло.

РИБА ПО МЕЛНИЧАРСКИ

(Пловдивско)

Продукти: риба 1 кг, брашно 50 г (5 супени лъжици), растително масло 50 мл (5 супени лъжици) и краве масло 25 г (1 супена лъжица), брашно 30 г (3 супени лъжици), кисели краставички 50 г (1–2 бр.), гъби 50 г, салам 50 г, яйца 2 бр., лимон 1/2 бр., сол и черен пипер на вкус.

За соса: прясно масло 25 г (1 супена лъжица), брашно 25 г (2 и 1/2 супени лъжици), рибен бульон 200 мл (1 чаена чаша), бяло вино 1 супена лъжица, сол и черен пипер на вкус.

Рибата се почиства и измива, посолява се и се оставя да престои 10–15 минути, след което се овалва в брашното и се изпържва.

В същата мазнина се задушават леко киселите краставички, предварително изкиснати, нарязани и изстискани, саламът и гъбите, нарязани на ивички, след което се поръсват с черен пипер и част от истискания от лимона сок.

От предвидените продукти се приготвя сос по следния начин: В затоплената мазнина се запържва брашното до златисто оцветяване и се

разрежда с рибен бульон. Сосът се подправя с виното и счукан черен пипер и се вари, докато получи необходимата гъстота.

Изпържената риба се слага в чинията за поднасяне. Върху нея се разстила сместа с гъбите и се изсипва сосът. Отгоре се настъргват твърдо сварените яйца.

Ястието може да се поднесе с пюре от картофи, лимониви резенчета, парченца мариновани червени пиперки.

РИБА ПО СИЛИСТРЕНСКИ

Продукти: риба (без глави) 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), картофи 800 г (8–10 бр.), червени домати 150 г (2–3 бр.), лимон 1/2 бр., магданоз, чесън, сол и черен пипер на вкус, вода 1 л.

Във връщата подсолена вода се пускат да врят картофите, нарязани на кубчета, и доматиите, нарязани на ситно, заедно с няколко зърна черен пипер, няколко скилидки чесън и растителното масло. След няколко минути се прибавя нарязаната на парчета риба и се вари 10–15 минути. Готовата риба се изважда внимателно и се слага в съда, в който ще се поднася. Бульонът се прецежда и се застроява с яйцата. Полученият сос се подправя със сока на лимона и счукан черен пипер и се изсипва върху рибата. Отгоре се поставят сварените заедно с рибата картофи. Ястието се поръсва с магданоз и се поднася.

РИБА ПО ТЕПАВИЧАРСКИ

(Тракия)

Продукти: риба (без глави) 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), пресен кромид лук 1 връзка, пресен чеснов лук 1 връзка, червени домати 300 г (3–4 бр.), лютив пиперки 2–3 бр., лимон 1/2 бр., сол, черен пипер и магданоз на вкус.

Кромидът и чесънът, нарязани на ситно, се задушават в мазнината. Прибавят се последователно доматиите, нарязани на ситно, магданозът, нарязан на ситно, лютивите пиперки и нарязаната на парчета риба. Ястието се посолява и се поръсва с черен пипер, след което се задушава, като от време на време се прибавя малко топла вода. Готовото ястие трябва да остане на мазнина. При поднасянето върху всяко паерче риба се поставя резенче лимон.

РИБА ПО ТЕТЕВЕНСКИ

Продукти: прясна дребна речна риба 300 г, червени домати 150 г (2–3 бр.), чесън 8–10 скилидки, лютивя пиперка 1 бр., растителна мазнина 50 мл (5 супени лъжици), сол и магданоз на вкус.

Измитите, обелени и нарязани на ситно домати се задушват в мазнината, след което се заливат с вода и се посоляват. Когато заврят, към тях се прибавят препечената и ситно нарязана лютивя пиперка и рибата, предварително измита, посолена и препечена на жар. Ястието се вари 10–15 минути на умерен огън, подправя се със ситно нарязания магданоз и счукания чесън и се поднася.

РИБА ПО ЦАРЕВСКИ

Продукти: риба (скумрия или сафрид) 1 кг, растителна мазнина 50 мл (1/4 чаена чаша) и краве масло 25 г (1/5 пакетче), кромид лук 150 г (2–3 глави), пресни гъби 300 г, магданоз 1/2 връзка, чубрица 1–2 стръка, черен пипер 10–15 зърна, лютивя пиперка 4–5 бр., вино 100 мл (1/2 чаена чаша), доматиено пюре 20 г (1 супена лъжица), сол на вкус.

Филетата от рибата се нарязват на парчета, посоляват се, поръсват се със счукания черен пипер и се оставят да престоят 1–2 часа на хладно, след което се изпържват в силно сгорещената мазнина. В същата мазнина се задушават до омекване ситно нарязаният лук, нарязаните на филийки гъби и лютивите пиперки. Прибавят се доматиеното пюре, ситно нарязаните магданоз и чубрица и виното. Връщат се и изпържените парчета от рибата.

Ястието се разбърква, разпределя се в гърненца с похлупак, които се поставят в тава с вода, и се задушава във фурна 20–25 минути.

РИБА С ДОМАТЕН СОС НА ФУРНА

(Пазарджик)

Продукти: риба 1 кг, червени домати 600 г (6–7 бр.), кромид лук 150 г (2–3 глави), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), галета 20 г (2 супени лъжици), брашно 10 г (1 супена лъжица), магданоз 1 връзка, настърган кашкавал 20 г (2 супени лъжици), червен пипер, дафинов лист, сол на вкус.

Рибата се почиства и измива, след което се вари в подсолена вода.

Лукът, нарязан на ситно, се задушава до златисто оцветяване в част от мазнината и се разбърква с червения пипер. Прибавят се домати, предварително обелени и нарязани на дребно, и се задушават до изпаряването на водата им.

Отделно в останалата мазнина се запържва брашното до златисто оцветяване и се залива с бульона от рибата. Кум получения сос се прибавят задушени домати, дафиновият лист и сол на вкус. Сосът, след като заври, се изсипва в тавичка. Прибавя се сварената риба и се запича. Поръсва се със ситно нарязания магданоз, галетата и настъргания кашкавал и се допича.

РИБА С КИСЕЛО ЗЕЛЕ И ОРИЗ

(Панагюрище)

Продукти: риба 750 г, кисело зеле 1 кг, ориз 50 г (1 кафена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша).

Зелето, нарязано на ситно, се задушва до омекване в мазнината, като от време на време се сипва по малко вода. Прибавя се оризът и се добавя малко топла вода. Сместа се разбърква и се изсипва в тавичка. Отгоре се нареждат почистените, измити и посолени риби. Ястието се пече в средно силан фурна.

РИБА С КИСЕЛО МЛЯКО

(Поречието на Росица)

Продукти: риба 1 кг, растително масло 40 мл (4 супени лъжици), яйца 4 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), лимон 1 бр., магданоз, копър, черен пипер и сол на вкус.

Рибата се почиства, измива и посолява, а след това се слага в намазана с мазнина тавичка и се пече в умерена фурна. Към разбитите яйца се прибавя киселото мляко заедно със ситно нарязания магданоз. Сместа се подправя на вкус със сол и черен пипер и се изсипва върху рибата. Ястието се запича и се изважда от фурната. Украсява се с резенчета от лимона и ситно нарязания копър.

РИБА С ЛАПАД

(Пловдив)

Продукти: дребна речна риба 1 кг, джоджен 1 връзка, магданоз 1 връзка, сланина 150 г, листа от лапад 20 бр., сол на вкус.

Рибките се измиват и се посоляват, след което заедно със сланината, нарязана на парченца, и ситно нарязаните магданоз и джоджен се увиват в листата от лапада. Завързват се със зелени клонки и се затрупват в жаравата за около 1/2 час. При поднасянето им обвивката се отстранява.

РИБА С МАГДАНОЗ

(Пловдив)

Продукти: риба мерлуза 1 кг, магданоз 3 връзки, лимон 1 бр., растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), чеснов лук 3 скилидки, вода 400 мл (2 чаени чаши), няколко маслини, сол, черен и червен пипер на вкус.

Рибата се почиства, измива и нарязва на порции, посолява се, поръсва се с черен пипер и се оставя за 1 час. Половината мазнина се загрява и в нея се задушава няколко секунди ситно нарязания магданоз. Прибавя се рибата заедно с чесъна, нарязан на малки кръгчета, залива се с вода и се вари около 15 минути. Изважда се внимателно, слага се в чиниите за сервиране, залива се с магданозовия сос и се поръсва с малко лимонов сок и червен пипер. Останалата мазнина се загрява до завиране и от нея с лъжица се сипва по малко вършу червения пипер.

Ястието се гарнира с резенчета от лимон и маслините. Поднася се студено.

РИБА С ПРЕСЕН ЛУК

(Тракия)

Продукти: риба 1 кг, пресен лук 400 г (4 връзки), домати 0,5 кг (5–6 бр.), моркови 250 г (5–6 бр.), целина 100 г (1 глава), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), магданоз 1 връзка, дафинов лист, черен пипер и сол на вкус.

Рибата се почиства, измива се и се нарязва на порции, след което се посолява и се вари до полуготовност. (8–10 минути) заедно с

подправките. В сгорещената мазнина се задушават до омекване ситно нарязаният лук и нарязаните на кубчета моркови и целина. Прибавят се част от доматиите, нарязани на ситно, и малко от рибния бульон.

Рибата се нарежда в тавичка, покрива се със задушения зеленчук и останалата част от доматиите, залива се с останалия рибен бульон и се пече. След изваждането ѝ от фурната се поръсва със ситно нарязания магданоз.

РИБА С ПРЯСНО ЗЕЛЕ

(Варненско)

Продукти: риба 1 кг, прясно зеле 1,5 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), брашно 30 г (3 супени лъжици), кромид лук 50 г (1 глава), червени домати 200 г (2–3 бр.), лимон 1/2 бр., сол, червен пипер и черен пипер на вкус.

Рибата се почиства, измива и нарязва на порции, след което се овалва в брашното и се изпържва в мазнината. В същата мазнина се поставя ситно нарязаният лук и се задушава до омекване, след което се прибавя нарязаното на ивички зеле заедно с половината домати, нарязани на ситно. Когато зелето омекне, се прибавят подправките и праченцата от лимона.

Половината от задушеното зеле се изсипва в тавичка. Върху него се поставя рибата, изсипва се и останалото зеле и се покрива с филии от останалите домати. Ястието се пече без вода в силна фурна.

РИБА СЪС СТАР ЛУК

(Пловдивско)

Продукти: риба 1 кг, кромид лук 300 г (3–5 глави), домати 1 кг (10–12 бр.), моркови 350 г (5–6 бр.), целина 150 г (1 глава), растителна мазнина 150 мл (3/4 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, дафинов лист, черен пипер и сол на вкус.

Рибата се почиства, измива и нарязва на порции. Морковите, лукът и целината, нарязани на ситно, се задушават в мазнината до омекване, като от време на време се сипва по малко топла вода. Прибавят се част от доматиите, нарязани на ситно, и също се задушават, след което се слагат подправките.

Рибата се нарежда в тава и се покрива със задушените зеленчуци и филийки от останалите домати, залива се с малко топла вода и се пече, докато остане на мазнина. Поръсва се със ситно нарязания магданоз и се поднася.

РИБА, ПЕЧЕНА В ХАРТИЯ

(Чепеларе)

Продукти: риба (пъстърва или скумрия) 1 кг (5 бр.), растително масло 25 мл (2–3 супени лъжици), сол на вкус.

Рибата се почиства, измива се и се посолява. Всяка риба поотделно се увива в пергаментова хартия, намазана с мазнина. Увитите риби се подреждат в тава, намазана с мазнина, и се пекат в по-силна фурна.

Поднасят се със салата от варени картофи и резенчета от лимон.

РИБА, ПЕЧЕНА НА КЕРЕМИДА

(Бургас)

Продукти: риба (лефер или карагъоз) 1 кг (5–6 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), домати 100 г (1–2 бр.), пресен кромид лук 2 връзки, магданоз 1 връзка, лимон 1/2 бр., черен пипер 10 зърна, сол на вкус.

Рибата се почиства, измива и посолява.

Лукът, нарязан на ситно, се запързва леко в мазнината. Прибавят се домоатите и магданозът, ситно нарязани, и черният пипер. Задушават се до омекване, след което се разпределят върху предварително загрети специални керемиди, намзани с мазнина. Отгоре се поставят рибите. Пекат се във фурната. Сервират се топли с резенчета от лимон.

РИБА, ПЕЧЕНА НА СКАРА

(Чепеларе)

Продукти: риба (пъстърва, скумрия) немного едра, но по-тлъста 1 кг, сол на вкус.

Рибите се почистват, измиват и осоляват, след което престояват 10–15 минути, за да поемат солта. Поставят се на добре затоплена скара и се пекат от двете страни на жар.

Поднасят се топли с варени картофи, резенчета от лимон и магданоз.

РИБА-КАПАМА

(Пиринския край)

Продукти: риба 1,200 кг, кромид лук 200 г (3–4 глави), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), доматиено пюре 40 г (2 супени лъжици), черен пипер 15–20 зърна, магданоз 1/2 връзка, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), лимон 1 бр., петмез 100 г (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Изчистената и измита риба се нарязва на парчета, посолява се и се поставя в обилно намзана с мазнина тавичка. Ситно нарязаният лък се задушава в мазнината до омекване, след което се разбърква с червеният пипер, доматиеното пюре, счукания черен пипер и ситно нарязания магданоз. Сместа се посолява и се изсипва върху рибата, като се прибавя и малко вода. върху всяко парче риба се поставя по едно резенче от лимона.

Ястието се пече в умерено силна фурна. След изпичането се залива с петмеза и се поднася.

РИБАРСКИ ГЮВЕЧ

(Бургас)

Продукти: по-дребна риба 1 кг, кромид лук 150 г (2–3 глави), моркови 100 г (1–2 бр.), целина 100 г (1 глава), чесън няколко скилидки, домати 0,5 кг (6–7 бр.), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), галета 50 г (4 супени лъжици), лимон 1 бр., черен пипер, бахар, дафинов лист и сол на вкус.

Рибата, след като се почисти и измие, се посолява и се оставя да престои около 1/2 час. През това време лукът (кромид и чесън) се нарязва на тънки филийки, морковите и целината се нарязват на кубчета, а доматиите се обелват и се нарязват на дребно. Нарязаният зеленчук (без доматиите) се поставя в гювеч или тавичка, посолява се, разбърква се добре и се задушава до полуомекване. Към него се прибавят подправките, доматиите, рибата и филийка от лимона. Ястието се полива с Мазнината и виното, поръсва се с галетата и се пече в средно силна фурна.

РИБЕН КЕБАП В ГЮВЕЧЕТА

(Стара Загора)

Продукти: рибено филе 700 г, растително масло 50 мл (1 кафена чашка), праз лук 0,5 кг (4–5 стръка), червени домати 300 г (4–5 бр.), брашно 20 г (2 супени лъжици), яйца 2 бр., кисело мляко 50 г (1 кафена чашка), магданоз 1/2 връзка, мариновани червени пиперки 5 бр., бяло вино 200 мл (1 чаена чаша), кашкавал 50 г, лимон 1 бр., лютив пиперки 2–3 бр., няколко зърна черен пипер и сол на вкус.

Рибеното филе се нарязва на едри парчета, които се посоаяват, овалват се в брашното и се изпържват в сгорещената мазнина.

В същата мазнина се запържва леко празът, нарязан на колелца, след което се прибавят нарязаните на дребно домати и мариновани пиперки, виното, черният пипер и ситно нарязаният магданоз. смаста се посолява на вкус и се разпределя в гювечета. Отгоре се слага робата и се залива с разбитите с киселото мляко яйца, а след това се добавя настърганият кашкавал.

Ястието се пече, докато остане почти на мазнина. Поднася се с парченце лимон и лютив пиперка.

РИБЕН КЕБАП В СТОМНА

(Смолянско)

Продукти: риба 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша) и краве масло 25 г (1 супена лъжица), стар кромид лук 150 г (2–3 глави) или пресен кромид лук 2 връзки, доматено пюре 20 г (1 супена лъжица), брашно 15 г (1 и 1/2 супени лъжици), лютив пиперки 3–4 бр., магданоз 1/2 връзка, чубрица, черен пипер, джоджен, червен пипер и сол на вкус.

Дребно нарязаният лук се задушава в мазнината до златисто оцветяване, след което се разбърква няколко пъти с брашното и доматеното пюре и се залива с малко вода или рибен бульон. Към получения сос се прибавят нарязаната на порции риба, целите лютив пиперки, подправките и сол на вкус. Ястието се задушава до готовност в пръстен съд, капакът на който се замазва с тесто.

РИБЕН КЕБАП С ГЪБИ

(Варна)

Продукти: риба 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), краве масло 50 г (2 супени лъжици), кромид лук 0,5 кг (7–9 глави), доматено пюре 30 г (2 супени лъжици), гъби 200 г (1/2 чаена чаша), вино 50 мл (4–5 супени лъжици), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), брашно 30 г (3 супени лъжици), лимон 1/2 бр., чубрица, сол и черен пипер на вкус.

Рибата се почиства от главата и вътрешностите и се измива. Почиства се след това от кожата и костите и се нарязва на кубчета (по 5–6 бр. за порция). Посолява се, овалва се в брашното и се изпържва леко в сгорещеното растително масло.

В същата мазнина се задушава до омекване ситно нарязаноят лук. Прибавят се червеният пипер и доматеното пюре. Разбъркват се и се заливат с малко вода или рибен бульон. Прибавят се нарязаните на ивички гъби, посоляват се и се задушават на тих огън. Накрая се прибавят виното и подправките. Към готовия сос се прибавят рибата и кравето масло. При сервирането във всяка порция се добавя резенче от лимона.

РИБНИК ОТ РЕЧНА РИБА С БУЛГУР

(Свицовско)

Продукти: речна риба 1 кг, булгур 0,5 кг (3 чаени чаши), пресен кромид лук 5 връзки, растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), джоджен и сол на вкус.

Булгурът се почиства и измива, след което се сварява във вода и се изсипва в тавичка. Отгоре се нарежда почистената и измита риба и се посипва със ситно нарязаните лук и джоджен. Мазнината се загрива до завиране, оцветява се с червения пипер, и се изсипва върху рибата. Ястието се посолява, разбърква се, залива се с вода и се пече във фурна.

РИБНИК ПО САДОВСКИ

Продукти: риба 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), чесън 10 скилидки, хлябно тесто 750 г, оцет 5 мл (1 кафена лъжичка), лютив пиперки 2–3 бр., магданоз 1/2 връзка, сол и черен пипер на вкус.

Рибата, след като се почисти и измие, се нарязва на средно дебели

филийки, посолява се и се остава да престои 2 часа. Тестото се разточва на дебел лист, по-голям от тавичката, в която ще се пече рибникът, за да може да се покрие с краищата му плънката. Тестеният лист след поставянето му в тавичката се поръсва със сол, черен пипер, оцет, мазнина и ситно нарязани чесън и магданоз. Прибавят се лютивите пиперки и рибата и отново се поръсват черен пипер, оцет, мазнина и ситно нарязани магданоз и чесън. След това плънката се покрива с висящите вън от тавичката краища на тестения лист. Така приготвеният рибник се пече в умерена фурна.

РИБНИК С ОРИЗ

(с. Плодовитово, Старозагорско)

Продукти: риба 1 кг, праз лук 200 г (1–2 стръка), ориз 200 г (1 чаена чаша), растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол и черен пипер на вкус.

В мазнината се задушва до омекване ситно нарязаният праз. Посолява се, разбърква се с червения пипер, залива се с топла вода и се остава да заври. Прибавя се оризът и се вари 2–3 минути, след което сместа се изсипва в тавичка. Отгоре се нарежда предварително измитата, нарязана на парчета и посолена риба. Ястието се поръсва със счукан черен пипер и се пече във фурната до готовност.

СКУМРИЯ НА ФУРНА

(Созопол)

Продукти: риба (скуприя) 1 кг (5 бр.), кромид лук 100 г (1–2 глави), домати 250 г (4–5 бр.), пиперки 150 г (3–4 бр.), краве масло 60 г (1/2 пакетче), лимон 1 бр., сол, черен пипер, оцет и магданоз на вкус.

Рибите се почистват, измиват се и се посоляват отвътре и отвън, след което се поръсват със счукан черен пипер и няколко капки оцет.

От лука, нарязан на филийки, домати, пиперките и магданоза, нарязани на ситно, и разтопеното масло се приготвя плънка, с която се напълват рибите. След това рибите се увиват в пергаментова хартия и се пекат във фурна 20–30 минути. Поднасят се с резенчета от лимона.

ТЕТЕВЕНСКА МОРА

Продукти: прясна дребна речна риба 0,5 кг, речни раци 4–5 бр., изсушени червени пиперки 4–5 бр., червени домати 400 г (5–6 бр.), магданоз 1/2 връзка, целина 150 г (1 глава), сол на вкус.

Почистените и измити риби и раци се пекат на скара, след което заедно със ситно нарязаната целина се пускат във вряща вода. След като врят 10–15 минути, към тях се прибавят обелените и настъргани на ренде домати, препечените на скара червени пиперки, магданозът и солта. След 4–5 минути ястието се отстранява от огъня и се поднася.

ТРАКИЙСКИ ГЮВЕЧ ОТ РИБА

Продукти: риба 1 кг, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), моркови 150 г (2–3 бр.), целина 100 г (1 глава), пиперки 0,5 кг (8–10 бр.), червени домати 200 г (4–5 бр.), кромид лук 150 г (2–3 глави), ориз 150 г (3/4 чаена чаша), магданоз 1/2 връзка, лимон 1 бр., сол и черен пипер на вкус.

В сгорещената мазнина се прибавят и се задушават последователно ситно нарязаните лук, целина и моркови, едро нарязаните пиперки, нарязаните на кубчета червени домати и оризът. Сместа се залива с рибен бульон или топла вода, посолява се и се вари на тих огън 10–15 минути, след което се изсипва в тавичка. Прибавя се предварително почистената, измита и осолена риба.

Ястието се пече във фурна около половин час. Поднася се поръсено със ситно нарязания магданоз и черен пипер. Отделно в чинийка се поднасят резенчета от лимона.

ШАРАН В ТЕСТО

(Средногорието)

Продукти: 1 шаран около 1 кг, лук 100 г (1–2 глави), магданоз 1/2 връзка, орехови ядки 250 г (1 и 1/2 чаени чаши), брашно 400 г (2 чаени чаши), растителна мазнина 200 мл (1 чаена чаша), сол и черен пипер на вкус.

От брашното, хладка вода и малко сол се приготвя тесто, което се разточва на дебел лист.

Лукът се нарязва на филийки и се задушава в мазнината до омекване. Отстранява се от огъня и се смесва със ситно нарязания магданоз, едро счуканите орехови ядки, смлян черен пипер и сол на вкус.

Шаранът се измива, почиства се и се посолява, напълва се с ореховата плънка, зашива се и се увива в тестения лист. Слага се в намазана тавичка и се пече в умерена фурна. Поднася се топъл.

ТЕСТЕНИ ХРАНИ

АЙНАДЖИЙСКИ ЗЕЛНИК

(с. Яхиново, Станкедимитровско)

Продукти: брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), свинска мас 60 г (1/4 чаена чаша), краве масло 60 г (1/2 пакетче), сирене 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), яйца 4 бр., кромид лук 200 г (2–3 глави), кисело зеле 0,5 кг (1/3 зелка).

От брашното, малко сол и вода се приготвя тесто, което се разделя на 9 топки. Тестените топки се отгъхват на питки, които се съединяват по 3 заедно, като помежду им се намазва свинска мас, и се разточват на кори. Едната кора се поставя в намазана с мазнина тепсия. В средата ѝ се разстила нарязаното зеле, а наоколо – ситно нарязаният и задушен кромид лук, размесен с част от сиренето и 2 от яйцата. След това се слага втората кора. Третата кора се посипва с останалата част от натрошеното сирене, размесено с другите 2 яйца, и се навива на руло, което се поставя покрай ръба на тепсията.

Баницата се полива с разтопеното краве масло и се изпича в умерено гореща фурна.

АТОЛОВСКИ ЛАНГИДИ

(Ямболско)

Продукти: брашно 150 г (3/4 чаена чаша), прясно масло 60 г (1/2 пакетче), прясно мляко 150 мл (3/4 чаена чаша), яйца 2–3 бр., сода бикарбонат 3 г (1/2 чаена лъжичка), сол на вкус.

Брашното се пресеява и към него се прибавят содата, солта, разбитите яйца и прясното мляко. Сместа се разбива, докато се превърне в гъста каша. От нея се гребе с лъжица и се пуска в сгорещената мазнина. Лангидите се пържат до зачервяване от двете страни.

БАНИЦА С ТИКВА

Продукти: готови кори 0,5 кг, тиква 1 кг, краве масло 250 г (2

пакетчета), захар 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), орехови ядки 100 г (1/2 чаена чаша), галета 100 г (1/2 чаена чаша), канела и ванилия на вкус, пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша).

Обелената и настъргана на едро ренде тиква се задушават в част от маслото до полуомекване, след което се смесват със счуканите орехови ядки, галетата и канелата. В тавичка, намазана с масло, се нареждат няколко листа от готовите кори, като се поръсват с разтопеното масло. Върху тях се разстила част от тиквата и се поръсва със захар. Отново се слагат листа, плънка и т.н. Завършва се с 2–3 кори, поръсени само с мазнина. Баницата се нарязва на парчета и се пече в средно силна фурна. Поднася се поръсена с пудрата захар и ванилията.

БИДА

(Пловдивско)

Продукти: брашно 600 г (3 чаени чаши), счукани орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), захар 200 г (1 чаена чаша), жълтък 1 бр., бадемови ядки 100 г (10–15 бр.), карамфил 1–2 бр., прясно краве масло 125 г (1 пакетче).

От брашното с малко сол и вода се приготвя тесто за баница, което се разточва на тънки листа (като за баклава). Листата се нареждат в намазана с масло тава, като се поръсват с разтопеното масло и сместа от ореховите ядки, захарта и счукания карамфил. Най-горният лист се поръсва само с масло.

Преди да се извади от фурната, баницата се намазва с разбития жълтък и се набожда с обелените бадемови ядки.

БРАЦИГОВСКА ПИТА

Продукти: брашно 250 г (3 и 1/2 чаени чаши), сол 10 г (2 чаени лъжички), хладка вода 200 мл (1 чаена чаша), мая 6 г (1 чаена лъжичка), яйца 4 бр., сирене натрошено 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), масло 250 г (2 пакетчета).

Приготвя се тесто от брашното, водата, маята и солта. Разделя се на 10–15 топчета и се разточва на питки с диаметър 15–20 см, които се намазват обилно с масло. Половината от питките се нареждат една върху друга и общо се разточват на кора, голяма колкото тавичката, в която

ще се пече питата. Тази кора се слага в обилно намазаната с масло тавичка и се покрива с равномерен пласт от натрошеното сирене, смесено с трите яйца. Останалите питки също се нареждат една върху друга и се разточват на кора, която се поставя върху плънката. Така оформената пита се намазва с разбито яйце и се пече в средно силна фурна.

БУЛГУРНИЦА С ПЕЧЕНИ КОРИ

(Тракия)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), булгур 400 г (2 чаени чаши), яйца 3 бр., натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), мазнина 100 г (1/2 чаена чаша), малко сол и вода.

От пресяното брашно, малко сол и вода се омесва тесто, което се разточва на кори. Корите се запичат на връшник или върху плочата на печката и се покриват с кърпа, за да омекнат.

Булгурът се сварява с част от мазнината и сол на вкус. След като изстине, към него се прибавят яйцата и натрошеното сирене.

В тава, намазана с мазнина, се слагат корите една по една, като се ръсят с мазнина и плънка.

Баницата се пече върху плочата на печката. Като се зачерви от едната страна, се обръща да се изпече и от другата страна (при обръщането се поставя специално дъска или друга тава). Готовата баница се похлупва, за да омекне, нарязва се и се поднася с яйран (кисело мляко).

БУРМА-БЮРЕК – КЪПАНИ ОХЛЮВИ

(Пловдив)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), вода 100 мл (1/2 чаена чаша), оцет 10 мл (1 супена лъжица), краве масло 125 г (1 пакетче), захар 150 г (3/4 чаена чаша), счукани орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), растително масло 10 мл (1 супена лъжица), яйца 2 бр., канела 3 г (1/2 чаена лъжичка);

за сироп: 1 кг захар и 1 л вода.

От брашното, яйцата, растителното масло, оцета, водата и солта се замесва тесто за баница, което се разточва на тънки листове. Всеки лист се поръсва с разтопено масло и смес от счуканите орехови ядки, захарта и канелата и се свива от двата края към средата. Образованата лента се

разрязва на две части, всяка от които се навива като охлюв. Пекат се до порозовяване.

От захарта и водата се приготвя сироп, в който се пускат да врят няколко минути опечените „охлюви“, като се обръщат от време на време („кърпят се“), докато омекнат. Изваждат се в съда за поднасяне и се заливат със сиропа.

При по-дълго съхраняване в сиропа се прибавя малко винена (лимонена) киселина, за да не се захароса.

БУХТИ

(Пловдив)

Продукти: яйца 3 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), растително масло 200 мл (1 чаена чаша), брашно 200 г (1 чаена чаша), сода бикарбонат 5 г (1 чаена лъжичка), пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша), ванилия 1 прах, растително масло за пържене.

Яйцата се разбиват с киселото мляко. Прибавят се брашното, малко сол и содата. Сместа се разбива добре. С дървена лъжица, намокрена с вода, се гребе от сместа и се пуска в сгорещената мазнина. бухтите се изпържват от двете страни до зачервяване. Поднасят се поръсени с пудрата захар (или залети с плодов сироп).

БУХТИ

(Родопите)

Продукти: кисело мляко 0,5 кг (1 кофичка), яйца 5 бр., захар 200 г (1 чаена чаша), брашно 1 кг (5 чаени чаши), сода бикарбонат 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус, растително масло за пържене.

В киселото мляко се разбъркват содата и захарта, а след това се прибавят разбитите яйца, солта и брашното. Замесва се тесто, по-меко от банично. От него се източват кори, дебели 0,5 см, които се нарязват на ромбове. Изпържват се в сгорещената мазнина и се поднасят топли с кисело мляко.

БЪРЗА БАНИЦА

(Пловдивско)

Продукти: яйца 3 бр., кисело мляко 0,5 кг (1 кофичка), сода за хляб 3 г (1/2 чаена лъжичка), натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), брашно колкото е необходимо за получаването на немного гъсто тесто, масло 125 г (1 пакетче).

Разбиват се яйцата и към тях се прибавят киселото мляко, содата, разтопеното масло, натрошеното сирене и брашното. Сместа се разбърква добре, изсипва се в намазана с масло тавичка и се пече.

ВИТА БАНИЦА С ИЗВАРА

(Тракия)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), извара 400 г (2 чаени чаши), масло 250 г (2 пакетчета), вода 500 мл (2 и 1/2 чаени чаши), 1 щипка сол.

От брашното, малко сол и 1 и 1/2 чаши вода се омесва твърдо тесто, което се разточва на листа. Всеки лист се поръсва с разтопено масло и подсолена извара, навива се на руло и се поставя в тавичка, намазана с масло. Баницата се пече при умерена температура. След изваждането ѝ от фурната се поръсва със смес от 2 супени лъжици запържено масло и 1 чаша вода и се покрива с кърпа. Поднася се след като се охлади.

ВИТА БАНИЦА С ТИКВА

(Тракия)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), растително масло 50 мл (1/4 чаена чаша), прясно краве масло 125 г (1 пакетче), тиква около 1 кг (1/2 бр.), галета 100 г (1/2 чаена чаша), малко канела;

за сиропа: захар 400 г (2 чаени чаши) и вода 2 и 1/2 чаени чаши.

От брашното, малко вода и сол се приготвя тесто за точене. Тиквата се обелва, настъргва се на едро ренде и се задушва в растителното масло, след което се смесва с канелата и галетата.

От тестото се разточват листа, които се наръсват с разтопеното масло. На всеки лист се слага от плънката. Листата се навиват на рула с помощта на чиста хартия и се поставят в кръг в тавата за печене, предварително намазана с мазнина. Баницата се поръсва отгоре с малко масло и се пече. След като изстине, се залива със сироп, приготвен от предвиденото количество захар и вода.

ВИТА СЛАДКА БАНИЦА С ПЛЪНКА ОТ ОРЕХОВИ ЯДКИ

(Пловдивско)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), мазнина 200 мл (1 чаена чаша), счукани орехови ядки 400 г (2 чаени чаши);

за сиропа: захар 400 г (2 чаени чаши) и вода 400 мл (2 чаени чаши).

От брашното, малко вода и сол се замесва тесто за баница, което се разточва на кори. Всяка кора се поръсва с мазнина и счукани орехови ядки и се навива на руло. Рулата се нареждат в кръг в тава, намазана с мазнина.

Баницата, след като се опече и истине, се залива със сироп, приготвен от захарта и водата.

ДЖИДЖИПАЛО ПО ШУМЕНСКИ

Продукти: брашно 100 г (1/2 чаена чаша), яйца 4 бр., сода бикарбонат 3 г (1/2 чаена лъжичка), прясно мляко 300 мл (1 и 1/2 чаени чаши), сол 3 г (1/2 чаена лъжичка), прясно масло 250 г (2 пакетчета), стар бял хляб 1 бр., пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша).

В голям супник се разбиват яйцата. Прибавят се брашното, солта, содата, млякото на тънка струя, като сместа се разбива добре, докато стане гъста като боза (ако е много гъста, може да се добави и малко вода). Хлябът се нарязва на правилни филии с дебелина около 1 см, които се потапят в сместа и се изпържват до зачервяване от двете страни. Поднасят се поръсени с пудра захар или намаани с мед.

ДОБРУДЖАНСКА КАВЪРМА

Продукти: брашно 300 г (2 и 1/2 чаени чаши), яйца 5 бр., прясно масло 125 г (1 пакетче), прясно мляко 500 мл (2 и 1/2 чаени чаши), сол 5 г (1 чаена лъжичка), оцет 5 мл (1 чаена лъжичка).

От брашното, солта, оцета и малко хладка вода се замесва средно твърдо тесто. От него се правят топки, които се оставят да престоят 1/2 час, а след това се разточват на тънки кори. Щом поизпърхнат, корите се прегъват на половина и двата им дълги края се надиплят един към друг. Така образуваната лента с широчина 5–6 см се нарязва на 4–5

части, които се нареждат една до друга в намазана с масло тава, напръскват се с разтопеното масло и се заливат с леко подсолената смес от разбитите яйца и прясното мляко. Пекат се под връшник или във фурна до бледорозово оцветяване.

Забележка: Прасното мляко може да се замени с прясна сметана или с подсирено прясно мляко.

ДУДНИК

(с. Кремена)

Продукти: яйца 5 бр., кисело мляко 0,5 кг (1 кофичка), брашно 700 г (3 и 1/2 чаени чаши), масло 125 г (1 пакетче), сол 1 щипка, сода бикарбонат 5 г (1 чаена лъжичка).

Към добре разбитите яйца се прибавят последователно киселото мляко, солта, содата и брашното при непрекъснато разбъркване. Сместа се изсипва в тава, намазана обилно с половината количество масло, и се пече на печката, като се покрива с друга тава. Като се опече от едната страна, се обръща в тавата на другата страна, която предварително се намазва с масло. Консумира се топъл с кисело мляко.

ЗЕЛНИК ПО КЮСТЕНДИЛСКИ

Продукти: брашно 400 г (2 и 1/2 чаени чаши) или готови кори 0,5 кг, праз 5 стръка, сирене 250 г, кисело зеле 1 глава, растително масло 200 мл (1 чаена чаша).

Празът и зелето се нарязват на ситно и се задушават поотделно в мазнината, след което се смесват и се разбъркват с натрошеното сирене. От брашното и малко сол и вода се замесва тесто, което се разточва на кори.

Корите се нареждат в тавичка, намазана с мазнина, като се ръсят с част от сместа и по-малко мазнина. Най-горната кора се поръсва с останалата мазнина. Зелникът се пече в силна фурна.

ЗЕЛНИК ПО ПЕЩЕРСКИ

Продукти: за тестото – брашно 1 кг (5 чаени чаши), сол 5 г (1 чаена лъжичка), вода 300–350 мл (1 и 1/2 чаени чаши);

*мас 200 г (1 чаена чаша) за разточване и поръсване на корите;
за плънката: кисело зеле 1 кг, яйца 2–3 бр., мас 150 г (3/4 чаена
чаша).*

От брашното, водата и солта се замесва тесто, по-твърдо от обикновено банично тесто. От него се разточват 2 по-големи кори и 18 по-малки. В двете по-големи кори се загъват по 9 от по-малките кори, намазани с размекнатата мас и поставени една върху друга. Получените по този начин питки се разточват на кори с диаметър по-голям от този на тавата, в която ще се пече зелникът.

В тавата, обилно намазана с мас, се слага една кора, но така, че краищата ѝ да висят във водата. Върху нея се разстила предварително приготвената плънка. Отгоре се слага втората кора, но тя се нагърчва, за да се събере в тавата. След това краищата на първата кора се обръщат върху втората кора и се навиват на руло покрай ръба на тавата. При навиването ръцете се топят в мас, за да не залепне рулото върху кората и да стане по-сипкаво.

Зелникът се полива с останалото количество мас и се пече в умерена фурна.

Плънката се приготвя по следния начин: нарязаното на ситно зеле се задушават до омекване в маста, след което се охлажда и се разбърква с прибавените към него яйца.

ЗЕЛНИК С ПЕЧЕНИ КОРИ

(Тракия)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), малко сол и хладка вода за замесване на тестото, булгур 200 г (1 чаена чаша), спанак (лапад, киселец, коприва) 0,600 кг (2 шепи), мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша).

От брашното, сол и вода се замесва тесто за баница. Разточват се кори, всяка от които се запича леко върху плочата на печката, а след това се покрива с кърпа, за да омекне.

Зеленчукът се почиства и измива, след което се отцежда, нарязва се на ситно и се задушават заедно с булгура в малко мазнина и вода.

Корите се нареждат една по една в тавата за печене, като се ръсят с мазнина и приготвената плънка. Зелникът се пече върху плочата на печката. Като се зачерви от долната страна, се обръща, за да се опече и от другата страна. Готовият зелник се похлупва, за да омекне, нарязва се и се поднася с кисело мляко или айран.

ЗЕЛНИК С ПРАЗ

(Средногорието)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), растително масло 200 мл (1 чаена чаша), булгур 200 г (1 чаена чаша), праз лук 600 г (5–6 стръка), малко джоджен.

Празът се нарязва на ситно и се задушавя в мазнината заедно с почищения и измит булгур, като от време на време се прибавят по малко вода и зелен сок. Накрая се прибавя ситно нарязаният джоджен.

От брашното с малко сол и вода се приготвя тесто за точене. От него най-напред се разточва една дебела кора. Тя се слага на дъното на намазана с мазнина тава и се запича леко. След това се разточват няколко тънки кори, които, след като се запекат, се начупват леко върху дебелата кора. Поставя се плънката и се покрива с друга дебело разточена кора.

Зелникът се пече в умерено гореща фурна.

ЗМИГАЛ ПО АТОЛОВСКИ

(Ямболско)

Продукти: бял сух хляб 10 филийки, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сол на вкус, червен пипер 10 г (1 супена лъжица).

Хлябът се натрошава на малки зальци, пуска се в сгорещената мазнина и се пържи до леко зачервяване. Посолява се и се отцежда от мазнината. Поръсва се с червения пипер и се поднася.

КАРТАЛАЧКИ

(Казанлък)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), вода 500 мл (2 и 1/2 чаени чаши), прясно масло 250 г (2 пакетчета), натрошено сирене 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), кисело мляко 0,5 кг (1 кофичка), сол на вкус.

От брашното, вода и малко сол се омесва банично тесто. След като престои малко, тестото се разточва на тънки кори. Корите се поръсват с разтопеното масло и натрошеното сирене, прегъват се като плик (бохча) и се запичат във фурна. Поръсват се с вода, в която е прибавено разтопено масло, и се допичат. Изваждат се от фурната и се поднасят с

КИСЕЛОТО МЛЯКО.

КАТМИ

(Хасково)

Продукти: брашно 200–400 г (1–2 чаени чаши), вода 400 мл (2 чаени чаши), масло 60 г (1/2 пакетче), щипка сол, мая 5–10 г (1 малка бучка), жълтък 1 бр.

Маята се размива с малко хладка вода и към нея се прибавят брашното, солта и останалата част от водата. Приготвя се тесто, малко погъсто от палачинково, което се оставя да втаса, докато обемът му се увеличи 2–3 пъти. От него върху сач се изпичат катми. За всяка катма сачът се намазва с мазнина и разбит жълтък и отгоре с черпаче се сипва от тестото. Като се запекат от едната страна (това се познава по появяването на дупчици по повърхността), катмите се обръщат, за да се запекат и от другата страна. След изпичането катмите се намазват с масло и се поднасят топли с кисело мляко, яйран или мед.

КАЧАМАК

(Пловдивско)

Продукти: царевично брашно 1 кг (5 чаени чаши), вода 3 л, малко сол, натрошено сирене 600 г (3 чаени чаши), краве масло 200 г (1 чаена чаша), сланина 100 г.

Във врящата вода се слага солта и се изсипва наведнъж брашното, като в средата му с помощта на точилка се прави дупка, през която за излиза парата. След като ври 1 и 1/2 часа, качамакът се сваля от огъня и се бърка с точилка, докато започне да се отлепва от съда. Изсипва се в широк съд, разстила се на равномерен пласт и се поръсва с натрошеното сирене и разтопеното масло. Отгоре се прибавят запържените до златистото оцветяване пръжки на сланината.

Втори начин на приготвяне: Брашното се изсипва във врящата подсолена вода на тънка струя при постоянно бъркане. След като се свари добре в продължение на около 1 час, качамакът се изсипва върху чиста маса и се нарязва със здрав конец на порции, които се слагат в чинии, като се поръсват с натрошеното сирене, маслото и пръжките (през зимата), или се заливат с прясно мляко.

Трети начин на приготвяне: Качамакът след сваряването му се разстила в тава на редове, които се поръсват с масло и натрошено сирене. Върху най-горния ред се слагат пръжките от сланината. Пригответият по този начин качамак се нарича наложен качамак.

КАЧАМАК С МЕСО

(Смолян)

Продукти: качамак на топки 1,5 кг, тлъсто овче месо 1 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), сол на вкус.

Месото, нарязано на дребни парченца, се залива с вода (да се покрие) и заедно с лука и сол на вкус се вари на слаб огън до омекване (да може лесно да се отделя от костите), след което се изсипва в сахани. Качамакът се консумира топъл вместо хляб, като се топи в соса от свареното месо.

КЛИН С КИСЕЛО МЛЯКО

(с. Чокманово)

Продукти: брашно 750 г (3 и 1/2 чаени чаши), кисело мляко 350 г (1 и 3/4 чаени чаши), яйца 6 бр., краве масло 250 г (2 пакетчета), грис 60 г (1/3 чаена чаша), сода бикарбонат 3 г (1/2 чаена лъжичка), сол на вкус.

От брашното, малко сол и вода се замесва тесто за баница. Разточват се 6 кори, които се поставят една върху друга, като помежду им се слага чиста хартия или кърпа.

Яйцата се разбиват с киселото мляко и към тях се прибавят грисът, содата и сол на вкус.

В тава, обилно намазана с масло, се нареждат корите, като се поръсват с разтопеното масло и плънката. Най-горната кора се поръсва само с масло. Клинът се нарязва на квадрати или ромбоиди и се слага в средно силна фурна. Като се запече, полива се с останалото масло и се допича. След изваждането му от фурната се покрива с кърпа.

КОЛАЦИ

(Смолян)

Продукти: брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), кисело мляко 600 г (3

чаени чаши), мая 10 г (1 пълна чаена лъжичка) или сода за хляб 3 г (1/2 чаена лъжичка), сол на вкус, масло 200 г (1 чаена чаша).

От брашното, киселото мляко, содата (или маята) и солта се приготвя тесто, малко по-гъсто от това за палачинки (ако тестото е приготвено с мая, то се оставя 2–3 часа на топло, за да бухне).

Затопля се тикла (керамична плоча), намазана с масло и се поставя върху плочата на печката или котлона. С по-голяма лъжица се изсипва пласт от тестото, дебел 2–3 мм. След опичането му от едната страна се обръща с плоска лъжица да се изпече и от другата страна.

Опечените колаци се намазват с тесто, нареждат се един върху друг в подходящ съд и се похлупват, за да омекнат. Поднасят се топли с кисело мляко, захар, сладко или мед.

КРАИЩНИК С ОВЧЕ МЛЯКО

(Пиринския край)

Продукти: прясно овче мляко 1 л (5 чаени чаши), яйца 6 бр., краве масло 125 г (1 пакетче), брашно 200 г (1 чаена чаша), натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), сол 3 г (1/2 чаена лъжичка).

От брашното, малко сол и вода се приготвя обикновено тесто за баница, от което се разточват 4 кори. Първата от тях, която ще се постави на дъното на тавата за печене, трябва да бъде по-голяма, за да висят краищата ѝ извън тавата. Върху нея се редят следващите 3 кори, като се ръсят с мазнината и натрошеното сирене. Висящите краища на долната кора се увиват на руло и в средата се изсипва смесеното с разбитите яйца мляко. Баницата се пече в умерена фурна.

КЪПАНА ПИТА

(Видинско)

Продукти: брашно 0,5 кг (2 чаени чаши), мая 15 г, прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), яйца 2 бр., сол 1/2 чаена лъжичка, захар 1 чаена лъжичка, растително масло 1 супена лъжица.

Маята се размива в малко хладка вода и се оставя да втаса, след което се прибавя към брашното заедно с прясното мляко, яйцата (без 1 жълтък), солта и захарта. Омесва се меко еластично тесто, оформя се на топка, поставя се в тензух, завързва се добре и се пуска в кофа с хладка

вода. Отначало тестото пада на дъното, но когато втаса, изплува на повърхността. Изважда се и се разстила в намазана с масло тавичка, надупчва се с вилица, намазва се с разбития жълтък и се пече в умерена фурна.

Изпечената питка се навлажнява с мокра ръка и се завива в кърпа, за да поомекне.

ЛУЧНИК

(Монтана)

Продукти: брашно 400 г (2 чаени чаши), сол 3 г (1/2 чаена лъжичка), вода 100 мл (1/2 чаена чаша), натрошено сирене 100 г (1/2 чаена чаша), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 400 г (5–6 глави), яйца 2 бр.

Ситно нарязаният кромид лук се задушават до омекване с малко вода и половината количество мазнина, след което се разбърква със сиренето и разбитите яйца.

От брашното, солта и водата се омесва тесто, от което се разточват 5 кори.

Корите се нареждат една по една в намазана с мазнина тава, като четирите от тях се поръсват с мазнина и част от плънката, а най-горната кора се поръсва само с мазнина. Лучникът се пече в силна фурна до зачервяване.

ЛУЧНИК

(с. Караи, Врачанско)

Продукти: брашно 400 г (2 чаени чаши), сол 5 г (1 чаена лъжичка), сода бикарбонат 3 г (1/2 чаена лъжичка), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), кромид лук 200 г (3–4 глави), магданоз 1/2 връзка, копър 1/2 връзка, джоджен 2–3 стръка, червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка).

От брашното, содата, част от солта и вода се омесва тесто, което се оставя да почива. През това време се приготвя плънката, като се смесват, без да се слага мазнина, ситно нарязаните кромид лук, магданоз, копър и джоджен, останалата сол и червеният пипер.

От тестото се разточва по-дебела кора. В средата на кората се

поставя плънката и се загъва с краищата на кората. Оформеният като плик лучник се поставя в обилно намазана с масло тава със събраните краища отдолу, намазва се с мазнината и се пече в гореща фурна до зачервяване.

МАКАРОНИ С ОРЕХОВИ ЯДКИ НА ФУРНА

(Смолян)

Продукти: макарони 0,5 кг, прясно мляко 1 л (5 чаени чаши), яйца 5 бр., масло 100 г (по-малко от 1 пакетче), смлени орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), лимон 1 бр., захар 200 г (1 чаена чаша), сол 5 г (1 чаена лъжичка).

Макароните се сваряват в подсолена вода, промиват се със студена вода, отцеждат се и се изсипват в тавичка, обилно намазана с масло. Прибавят се ореховите ядки, настърганата кора на лимона, млякото, в което са разбити яйцата и захарта. Отгоре се слагат бучици от маслото. Пекат се в средно силна фурна. Като изстинат, се нарязват на квадрати и се поднасят.

МАСЛЕНИК

(Пловдивско)

Продукти: брашно 1 кг, яйца 3 бр., растително масло 20 мл (2 супени лъжици), кисело мляко 200 мл (1 чаена чаша), мая 15 г, сирене 150 г, свинска мас 250 г, сол 3 г (1/2 чаена лъжичка).

Замесва се тесто от брашното, растителното масло, едното яйце, киселото мляко, маята, разтворена в малко хладка вода, и солта. Меси се до образуване на мехури и се разделя на 10–12 топки. Тестените топки се омесват отново и се оставят покрити с кърпа да отлежат 30–40 минути. През това време сиренето се натрошава и се смесва с останалата 2 яйца, а маста се затопля. Всяка тестена топка се потопява в сгорещената мазнина и се разтегля на лист, който се слага в тавичка и се поръсва с натрошеното сирене. Последният (горният) лист се поръсва само с останалата мазнина. Така приготвеният масленик се пече в силно сгорещена фурна до зачервяване. Поднася се цял в тавичката или нарязан на парчета. Може да се поръси и със захар.

МАСЛЕНИК

(с. Плодовитово)

Продукти: брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), свинска мас 250 г (1 и 1/4 чаени чаши) или краве масло 250 г (2 пакетчета), яйца 1 бр., мая 20 г.

От брашното, маята и хладка вода се замесва хлебно тесто, което, след като втаса, се разделя на 4–5 топки. Тестените топки се отгняват на питки, които се потапят в разтопената мазнина, разтеглят се с ръце и се поставят в намазана с мазнина тава, като помежду им се поръсва натрошеното сирене. След това разтеглените кори се навиват заедно на руло, което се разтегля отново в тавата, намазва се отгоре с жълтъка на яйцето и се пече в средно силна фурна.

През зимата се поднася със зелен сок, в който се надробяват праз лук и лютива пиперка, или с кисело мляко или мътеница.

МЕКИЦИ

(Пловдив)

Продукти: брашно 600 г (3 чаени чаши), яйца 1 бр., мая 15 г (1 пълна чаена лъжичка), прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), захар 50 г (1/4 чаена чаша), малко сол и мазнина за пържене.

Маята, размита на кашица с малко вода и брашно, се разбърква със захарта и се оставя да втаса, след което се прибавя заедно с яйцето, млякото и солта към останалата част от брашното. От приготвеното тесто, след като втаса, се оформят мекици, които се пържат в обилно количество вряща мазнина. Поръсват се с пудра захар и се поднасят.

МЕКИЦИ

(Пловдив)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), яйца 3 бр., кисело мляко 0,5 кг (1 кофичка), сода бикарбонат 5 г (1 чаена лъжичка), хладка вода 200 мл (1 чаена чаша), щипка сол, растително масло за пържене, пудра захар 200 г (1 чаена чаша).

Към башното се прибавят разбитите с киселото мляко яйца, содата, солта и водата. Приготвя се рядко тесто (ако има нужда, се прибавя

малко вода), което се оставя да отлежи около 30 минути. От него с мокри ръце се оформят кръгли мекици, които се изпържват в гореща мазнина (да ги покрива при пърженето). Отцеждат се от мазнината и се поднасят поръсени с пудрата захар.

МЕКИЦИ СЪС СИРЕНЕ

(Тракия)

Продукти: брашно 800 г (4 чаени чаши), яйца 2 бр., натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), мая 10 г (1 пълна чаена лъжичка), пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша), вода 100 мл (1/2 чаена чаша), сол 5 г (1 чаена лъжичка), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), мазнина за пържене.

От маята, размита в затоплената вода, и малко брашно се приготвя рядко тесто, което се поръсва с брашно и се оставя на топло да втаса. Към втасалото тесто се прибавят разбитото заедно с яйцата кисело мляко, солта и останалото количество брашно. Към полученото меко тесто, след като се омеси добре, се прибавя натрошеното или настъргано сирене. Сместа се омесва отново и се разточва на лист, от който с чаена чаша се изрязват кръгове. Пържат се до златисто оцветяване от двете страни в много мазнина. Поръсват се с пудрата захар и се поднасят. Кансумират се топли.

МИЛИНКИ

(Ботевград)

Продукти: прясно мляко 500 мл, яйца 4 бр., мая 20 г (1 супена лъжица), захар 20 г (1 супена лъжица), растителна мазнина 30 мл (2–3 супени лъжици), брашно около 750 г (3 и 1/2 чаени чаши);

за заливката: масло 180 г (1 и 1/2 пакетче), сирене натрошено 100 г (1/2 чаена чаша) по желание, сол 10 г (2 чаени лъжички), брашно 60 г (5–6 супени лъжици).

Млякото се сварява и се оставя да изстине. Към него се прибавят маята, размита с малко мляко, захарта, добре разбитите яйца и пресялото брашно. Получава се средно меко тесто, което се оставя 1/2 – 1 час на топло да втаса. От него се оформят топчета колкото орех, като ръцете се топят в мазнината. Нарездат се едно до друго в тава, намазана с мазнина, и се оставят да втасат (около 1/2 час). заливат се с приготвената през

това време заливка от препърженото масло, солта, брашното и сиренето и се слагат да се пекат в средно силна фурна.

МЛЕЧНА БАНИЦА

(Великотърновско)

Продукти: за тестото: брашно 400 г (2 чаени чаши), яйце 1 бр., растително масло 1 супена лъжица, оцет 1 супена лъжица, сол 3 г (1/2 чаена лъжичка);

за заливката: прясно мляко 1 л, захар 3 супени лъжици, прясно краве масло 180 г (1 и 1/2 пакетчета), грис 200 г (1 чаена чаша), яйца 8 бр.

От посочените продукти се замесва тесто, от което се разточват кори. Те се нареждат в намазана с масло тава, като се напръскват с мазнина.

Млякото се възварява и към него при непрекъснато разбъркване се прибавят захарта, маслото и грисът. Към сместа, след като се охлади, се прибавят предварително разбитите яйца. Сместа отново се разбърква и се изсипва върху корите.

Баницата се пече в умерена фурна. Поднася се топла, като се нарязва на парчета, които се поръсват с пудра захар.

Забележка: Баницата може да се приготви с готови кори (0,5 кг).

НОВОГОДИШНА БАНИЦА С КЪСМЕТИ

(Тракия)

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), мазнина 200 мл (1 чаена чаша), булгур 400 г (2 чаени чаши), натрошено сирене 400 г (2 чаени чаши), сол на вкус.

От брашното, малко вода и сол се омесва тесто. От него се разточват кори, които се изпичат.

Приготвя се плънка от сварения булгур и натрошеното сирене.

Корите се слагат една по една в тава, намазана с мазнина, като се ръсят с мазнина и плънка. След нареждането на половината от корите се слагат клончета от дряново дърво, които означават различни неща – например къща, щастие, любов и т. н. Слага се и метална пара, която носи най-голямо щастие. Последната кора се поръсва само с мазнина. Баницата се пече в умерена фурна.

НОВОГОДИШНА ПИТА

(Пловдивско)

Продукти: прясно мляко 400 мл (2 чаени чаши), яйца 4 бр., краве масло 180 г (1 и 1/2 пакетчета), захар 400 г (2 чаени чаши), мая 20 г (1 супена лъжица), бадеми няколко броя, брашно около 1 кг (5 чаени чаши).

Маята се размива от вечерта в 1 кафена чашка леко затоплено прясно мляко и се разбърква с 1/2 кафена чашка брашно. На сутринта към бухналата мая се прибавят останалото количество мляко, 1/2 кафена чашка захар, 2 цели яйца и 2 жълтъка, малко сол и брашно, колкото се поеме от сместа. Замесва се средно меко тесто, което се слага в поръсена с брашно тавичка и се оставя на топло да втаса. Когато тестото бухне, към него се прибавя разтопеното масло. Тестото се меси, докато поеме маслото, поставя се в намазана с масло форма и се оставя отново да втаса. Отгоре се забождат обелените бадемови ядки.

Питата се пече в средно силна фурна. След изпичанети ѝ се залива с горещ сироп, приготвен от захарта и 2 чаши вода.

В тази пита се поставя новогодишната пара.

Преди поднасянето питата може да се посипе с пудра захар – 100 г (1/2 чаена чаша), ароматизирана с 1/2 чаена лъжичка канела.

ПАЛАЧИНКИ

(Пловдив)

Продукти: яйца 3 бр., брашно 100 г (1/2 чаена чаша), прясно мляко 250 мл (1 чаена чаша), конфитюр или сладко, масло 40 г (2 супени лъжици), пудра захар за ръсене 20 г (2 супени лъжици), щипка сол, ванилия, плодов сироп за заливане.

Яйцата се разбиват и към тях се слага по малко от брашното и млякото, докато се получи гладка каша. Прибавя се постепенно при разбъркване останалото мляко. В тиган, намазан с масло, се изсипва по 1–2 лъжици от сместа (според тигана). След като се изпържат от двете страни, палачинките се намазват с конфитюр, навиват се на руло или се прегъват на триъгълници, поръсват се с пудрата захар, ароматизирана с ванилията, заливат се със сироп и се поднасят.

ПИТА ПО ОВЧАРСКИ

(Юндола)

Продукти: брашно 600 г (3 чаени чаши), мая 15 г, прясно краве масло около 1/2 пакетче (4 супени лъжици), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), яйца 3 бр., захар 100 г (1/2 чаена чаша), сол 1/2 чаена лъжичка.

От брашното, маята, предварително размита в малко хладка вода, млякото и солта се замесва тесто, което се оставя да бухне. След това се прибавят яйцата и половината захар. Тестото се омесва отново и се оставя да бухне повторно, а след това се разстила в намазана с масло тавичка.

Питата се пече в силан фурна около 30 минути, изважда се, намазва се с маслото, поръсва се с останалата захар и се допича при умерена температура.

ПИТА СЪС СЛАНИНА

(Кюстендилско)

Продукти: брашно 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), мая 15 г, прясно мляко 200 мл (1 чаена чаша), свинска мас 3 супени лъжици, захар 1 чаена лъжичка, сол 1/2 чаена лъжичка., растително масло 2 супени лъжици, домати 5–6 бр., сланина 150 г, сол, чубрица, черен пипер и магданоз.

От брашното, маята, размита в хладка вода, прясното мляко, захарта, солта и растителното масло се замесва тесто. Оставя се да втаса и се разстила в намазана с масло тавичка. Отгоре се нареждат доматиите, нарязани на филийки, и сланината, нарязана на парченца, и се поръсват със ситно нарязаният магданоз и черен пипер. Питата се пече в силна фурна. Поднася се топла с чубрица и сол.

ПИТКИ ПО СЕЛСКИ

(Средногорието)

Продукти: за тестото: брашно 400 г (2 чаени чаши), мая 15 г, сол 1 чаена лъжичка, захар 1 чаена лъжичка, растително масло 150 мл (3/4 чаена чаша), доматиен сок 200 мл (1 чаена чаша);

за плънката: 1) сирене 200 г (1 чаена чаша), пиперки 2–3 бр.,

растително масло 2 супени лъжици, черен пипер на вкус;

2) наденица 200 г, сирене 100 г (1/2 чаена чаша), растително масло 2 супени лъжици, черен пипер и магданоз на вкус.

Приготвя се твърдо тесто и се оставя да втаса, докато се удвои обе-мът му, след което се разделя на две половини. Всяка половина се раз-точва на пита с диаметър 30–35 см. Питите се поставят в две намазани с масло тавички, като краищата им се издърпват по ръба на тавата. Върху едната пита се разстила първият вид пълнеж, а върху втората – пълне-жът с наденицата. Поръсват се с растително масло и черен пипер и се пекат във фурна. Поднасят се топли.

ПОПАРА С ТАХАН

(Тракия)

Продукти: тахан 100 г (1/2 чаена чаша), вода 1 л (5 чаени чаши), сух хляб 0,5 кг (1/2 бр.), сол на вкус.

Хлябът, надробен на зальци, се поставя в купа, залива се с тахана и врящата вода, посолява се и се поднася.

ПОПАРА СЪС СИРЕНЕ

(с. Мало Конаре)

Продукти: бял сух хляб 750 г (3/4 бр.), сирене натрошено 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), краве масло 125 г (1 пакетче), червен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), сол на вкус, вода 1 л (5 чаени чаши).

Хлябът се натрошава на хапки и се слага на редове в дълбок съд, като между редовете и отгоре се поставя натрошеното сирене. Маслото се запържва, отдръпва се от огъня и се разбърква с червения пипер, след което се залива с подсолената вода, оставя се да заври и се изсипва вър-ху хляба. Попарата се похлупва, за да се задуши. Поднася се топла.

РОДОПСКА БАНИЦА

Продукти: ориз 400 г (2 чаени чаши), брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), яйца 8 бр., настъргано сирене 200 г (1 чаена чаша), краве масло 250 г (2 пакетчета), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша).

Оризът се поставя във вряща, леко подсолена вода, сварява се и се

оставя да изстине. Разбиват се яйцата и към тях се прибавят настърганото сирене, киселото мляко и оризът.

От брашното, щипка сол и вода се приготвя тесто за баница от което се разточват 3 кори. В намазана с масло тава се слага първата кора и се поръсва с мазнина. Върху нея се разстила половината от сместа за пълнката. Слага се втората кора, поръсва се с мазнина и се покрива с останалата част от пълнката. Постава се третата кора и се полива обилно с масло. Баницата, след като се опече от едната страна, се обръща и от другата страна, като в тавата се добавя малко масло.

САМОКОВСКА ПИТКА

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), яйца 2 бр., 1 жълтък, кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), пудра захар 70 г (1 винена чаша), сода бикарбонат 5 г (1 чаена лъжичка), сол 10 г (2 чаени лъжички), мазнина 40 г (2 супени лъжици).

Към пресятото брашно се прибавят разбитите заедно с киселото мляко яйца, мазнината, захарта, содата и солта. Добавя се по малко хладка вода, докато се получи меко тесто. Тестото се омесва добре (да стане гладко) и се оформя на кръгла питка, която се намазва с жълтъка и се оставя да престои 30 минути. Пече се в умерена фурна. След изваждането ѝ от фурната се завива с чиста кърпа.

САМОКОВСКИ ЗЕЛНИК

Продукти: брашно 1 кг (5 чаени чаши), оцет 10 мл (1 супена лъжица), сол 3 г (1 чаена лъжичка), вода 200 мл (1 чаена чаша), натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), растителна мазнина 200 мл (1 чаена чаша), свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), сланина 1 парче около 150 г;

за пълнката: праз лук 1,5 кг (12–15 стръка, а ако е по-дебел, 8 стръка) или спанак 1 кг и 5 връзки пресен лук, яйца 3 бр., кисело мляко 200 г (1 чаена чаша).

От брашното, солта, оцета, 1 супена лъжица от растителната мазнина и водата се приготвя тесто за точене, като се омесва добре и се разделя на 10 топки. Всяка тестена топка се разточва на питка. Питките се намазват с маста и се залепват по 2 заедно, след което се разточват на 5 листа, по-големи от тавата за печене. Тавата се намазва с мазнина и в

нея се слагат 3 от разточените листа, като се ръсят с растителната мазнина. По края във форма на венец се слага натрошеното сирене, а в средата се поставя плънката от праза (почистен, измит, нарязан на колелца и задушен в мазнина и малко вода) или от спанака (спанакът се почиства, измива и нарязва и към него се прибавят ситно нарязаният лук, разбитите с киселото мляко яйца и щипка сол). Върху плънката се нареждат останалите 2 кори, които се поръсват с мазнина. С висящите навън от тавата краища на долния лист се покрива венецът от сирене.

Зелникът се поръсва с останалата мазнина и се пече в средно силна фурна. Към края на печенето отгоре се добавя нарязаната на парченца сланина.

Поднася се горещ с кисело мляко.

СИРЕНЕНА ПИТКА

(Троянско)

Продукти: брашно 400 г (2 чаени чаши), натрошено сирене 100 г (1/2 чаена чаша), растително масло 20 мл (2 супени лъжици), яйца 2 бр., кисело мляко 20 г (1 супена лъжица).

От брашното, малко сол и вода се приготвя тесто за точене, което се разделя на две части и се разточва на 2 кори с дебелина 7–8 мм. Първата кора трябва да бъде по-голяма от втората. Тя се поставя в намазана в намазнена тавичка така, че краищата ѝ да останат навън от ръба на тавичката. Върху нея се разстила плънката от натрошеното сирене, киселото мляко, яйцата и растителното масло. Отгоре се слага втората кора. Върху нея се обръщат краищата на долната кора и се притискат.

Питката се пече в умерена фурна. След изваждането ѝ от фурната се завива в чиста кърпа, като горната кора леко се навлажнява. Поднася се на закуска или вечеря с кисело мляко, яйран или компот.

СОЛЕНКИ

(Пловдив)

Продукти: яйца 2 бр., сол 10 г (1 супена лъжица), ким 20 г (2 супени лъжици), свинска мас 200 г (1 чаена чаша), сода бикарбонат 5 г (1 чаена лъжичка), прясно мляко 150 мл (3/4 чаена чаша), брашно, колкото поеме, натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша).

От брашното, маста, млякото, едното яйце, содата, малко сол и вода се замесва меко тесто, което се разточва на лист с дебелина 0,5 см. Нарязва се на квадратчета, в които се слага плънка от сиренето. Прегъват се по диагонал и се прищипват в краищата. Намазват се с яйце, поръсват се със сол и ким и се пекат.

СОЛЕНКИ

(Кюстендилско)

Продукти: брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), мая 5 г, мас 100 г (1/2 чаена чаша), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), яйце 1 бр., сол 5 г (1 чаена лъжичка), ким.

От брашното, маста, маята, размита в млякото, и солта се замесва тесто, което се оставя да втаса. От него се разточва лист с дебелина 1 см, намазва се с разбитото яйце, поръсва се с ким и се нарязва на лентички, които се нареждат в тавичка и се пекат в умерена фурна до зачервяване.

СОЛЕНКИ С КАШКАВАЛ

(Великотърновско)

Продукти: брашно 200 г (1 чаена чаша), кашкавал 200 г, прясно краве масло 125 г (1 пакетче, кисело мляко 7 супени лъжици, яйца 2 бр., сол на вкус.

Към брашното се прибавят настърганият кашкавал, яйцата (без 1 жълтък), млякото, маслото и сол на вкус. Омесва се твърдо тесто, което се оставя да почива 2 часа, а след това се разточва на лист с дебелина 0,5 см. От него се изрязват лентички, които се увиват като спирала, намазват се с разбития жълтък и се пекат в умерена фурна.

СОЛЕНКИ СЪС СИРЕНЕ

(Великотърновско)

Продукти: брашно 0,5 кг (2 чаени чаши), растителна мазнина 100 мл (1/2 чаена чаша), прясно мляко 100 мл (1/2 чаена чаша), ситно натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), яйце 1 бр., сол 3 г (1/2 чаена лъжичка), ким или сусам за поръсване.

От вечерта се замесва меко тесто. На другия ден тестото се разточва на лист, дебел около 1 см, който се нарязва на дълги пръчици. Соленките се намазват с разбитото яйце, поръсват се с ким или сусам и се пекат в силна фурна.

ТАТАРСКА МИЛИНА

(Добруджа)

Продукти: брашно 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), свинска мас 100 г (1/2 чаена чаша), яйца 2 бр., свинско и телешко месо по 250 г, праз 50 г (1/2 стрък), лютив пиперки 2 бр., червени сушени пиперки 15 бр., лютив пиперки 2 бр., сол, черен пипер, бахар, червен пипер, кимион на вкус.

Свинското месо се почиства от тлъстините и се смिला заедно с телешкото месо. Прибавят се дребно нарязаните праз, червени и лютив пиперки и подправките. Сместа се омесва добре и се оставя да престои 2–3 часа.

От брашното, яйцата, малко сол и хладка вода се замесва тесто за баница. Разточва се лист, дебел 2–3 мм, който се нарязва на квадрати със страна 6 см. В средата на всяко квадратче се слага от плънката. Слепват се две от противоположните страни на квадрата, а след това и двете къси страни на образувания правоъгълник. Нареждат се в намазана тава плътно един до друг с ръба нагоре, поръсват се с гореща мазнина, покриват се с лист от тесто, в средата на който е направен отвор, и се пекат в умерена фурна до зачервяване. От време на време през отвора се сипва по малко мазнина, разредена с вода. Като се опекаат, се заливат с мазнина, разредена с вода. Като се опекаат, се заливат с мазнина, разредена с малко подсолена вода, и се покриват с кърпа, за да се задушат и омекнат.

ТУТМАНИК

(Хасково)

Продукти: яйца 3 бр., натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), кравето масло 125 г (1 пакетче), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), сода бикарбонат 5 г (1 чаена лъжичка), малко ким, брашно.

Разбиват се яйцата и се разбъркват с киселото мляко, содата,

сиренето и разтопеното масло, като същевременно се прибавя и брашно, докато се получи немного гъсто тесто. Тестото се изсипва в намазана с масло тава, поръсва се с ким и се пече. Опеченият тутманик се нарязва на квадрати и се поднася с кисело мляко или компот. След изваждането му от фурната може да се поръси с пудра захар.

ТУТМАНИК

(Средногорието)

Продукти: брашно 800 г (4 чаени чаши), извара 400 г (2 чаени чаши), мазнина 200 мл (1 чаена чаша), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), малко квас (мая).

Квасът се размива с малко вода, смесва се с брашно и се оставя да престои до сутринта. Прибавя се към останалото количество брашно. Замесва се тесто, от което се правят 4 топки. От тях, след като престоят няколко минути, се разточват 4 листа. Поставят се един по един в намазана с мазнина тава, като се ръсят с мазнината и изварата. Тутманикът се нарязва на ромбове, намазва се отгоре с киселото мляко и се пече до зачервяване.

ТУТМАНИК ПО ДУПНИШКИ

Продукти: брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), прясно мляко 150 мл (3/4 чаена чаша), мая 10 г (1 чаена лъжичка), яйце 1 бр., натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), прясно краве масло 200 г (1 чаена чаша), сол на вкус.

От брашното, размитата в прясното мляко мая и солта се омесва тесто, което се оставя на топло да втаса. Втасалото тесто се омесва отново с част от разтопеното масло, разделя се на 5 части, и се разтегля на 5 листа. Листата се нареждат последователно в тавичка, като помежду им се поставя плънка от сиренето и разбитото яйце. Тутманикът се нарязва на квадрати, залива се с останалото разтопено масло и се пече в силна фурна до зачервяване.

ТУТМАНИК ПО ПИРДОПСКИ

Продукти: брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), мая 10 г (1 пълна

чаена лъжичка), сол 10 г (2 чаени лъжички), масло 125 г (1 пакетче), натрошено сирене 250 г (1 пълна чаена чаша).

От брашното, маята, солта и вода се замесва тесто, което, след като втаса, се разделя на 18 топки. Всяка топка се потапя в разтопеното масло и се изтегля на лист, който се поставя в тавичка, намазана с мазнина, като се ръси с масло и натрошено сирене. В средата на наредените един върху друг листа се прави отвор, в който се сипва останалата мазнина.

Тутманикът се пече в умерена фурна до зачервяване. Поднася се с кисело мляко, мътеница, ошаф.

ТУТМАНИК С КИСЕЛО МЛЯКО ПО ОВЧАРСКИ

Продукти: брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), яйца 4 бр., растително масло 200 мл (1 чаена чаша), натрошено сирене 200 г (1 чаена чаша), кисело мляко 200 г (1 чаена чаша), сода бикарбонат 1 чаена лъжичка.

Разбиват се трите яйца и към тях се прибавят млякото, в което е разтворена содата, мазнината, сиренето и брашното. Полученото средно твърдо тесто се разстила в намазана с масло тавичка, намазва се с разбитото яйце и се пече в умерена фурна.

ЧОРБАДЖИЙСКИ КАЧАМАК

(Смолян)

Продукти: царевично брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), краве масло 200 г (1 чаена чаша), натрошено сирене 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), сол на вкус, овче кисело мляко 1 кг (2 кофички), вода 1,500 л (7 и 1/2 чаени чаши).

В тенджерата се слага водата заедно със солта и 100 г масло. След завирането ѝ тенджерата се отстранява от огъня и в нея се прибавя брашното, като се ръси с шепи на равномерен пласт. С бъркачка за качамак или точилка в брашното се правят няколко дупки, за да ври водата равномерно и да излиза през тях парата. Варенето продължава, докато през тези дупки започне да клокочи каша. Тогава качамакът се сваля от огъня и се бърка докато се превърне в гъста еднородна маса. Отгоре се настъргва сиренето. Сместа се разбърква добре и се разстила в тава или плоски чинии, намазани с масло, полива се със запърженото масло и се поднася

с кисело мляко.

ЮФКА С МЛЯКО И ЯЙЦА ПО ШУМЕНСКИ

Продукти: юфка 0,5 кг, прясно мляко 1 л (5 чаени чаши), яйца 6 бр., захар 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), ванилия 1 прах, прясно масло 100 г (по-малко от 1 пакетче).

В намазана с масло тавичка се разстила юфката и се пече във фурната до леко порозовяване. Яйцата се разбиват с млякото, захарта и ванилията и се изсипват върху запечената юфка. Сместа се пече в немного силна фурна до зачервяване.

ЯБЪЛКОВ ЩРУДЕЛ

(Кюстендилско)

Продукти: за тестото: брашно 200 г (1 чаена чаша), яйца 1 бр., растително масло 1 супена лъжица, оцет 1 супена лъжица, сол 1 щипка, малко хладка вода;

за пълнката: растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сухар 2 филии, ябълки 1 кг, захар 100 г (1/2 чаена чаша), канела 1 чаена лъжичка, пудра захар, ароматизирана с 1 прах ванилия – за поръсване на щрудела.

Замесва се средно меко тесто, което, след като престои 20 минути, се разстила на средно дебел пласт върху хартия, поръсва се с мазнината, счукания сухар, настърганите ябълки, захарта и канелата и се навива на руло. Рулото се слага в тавичка и се изпича в гореща фурна, след което се поръсва с пудрата захар, смесена с ванилията.

ЯБЪЛКОВ ЩРУДЕЛ

(Варненско)

Продукти: брашно 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), прясно краве масло 180 г (1 и 1/2 пакетчета), яйца 1 бр., ябълки 6–7 бр., захар 100 г (1/2 чаена чаша), канела 1 чаена лъжичка, стафида 3–4 супени лъжици, орехови ядки 4–5 супени лъжици, ванилия 1 прах, пудра захар за поръсване.

Към брашното се прибавят нарязаното на парченца масло, яйцето, захарта и малко топла вода. Замесва се тесто, което се оставя да престои

на студено 1 час. Половината тесто се разстила на дъното на намазана с масло тавичка. Отгоре се нареждат нарязаните на колелца ябълки, поръсват се с канелата, стафидите и счуканите оехови ядки и се покриват с втората половина от тестото. Щруделът се пече в умерена фурна до зачервяване. Поднася се поръсен с пудра захар, ароматизирана с ванилия.

ДЕСЕРТИ И СЛАДКИШИ

ВАРЕНО ЖИТО

(с. Владимирово, Ямболско)

Продукти: жито за варене 1 кг (5 чаени чаши), кромид лук 50 г (1 малка главичка), растително масло 30 мл (3 супени лъжици), сол на вкус.

Житото се навлажнява и леко се счуква (без да се чупят зърната), след което се изсушава, за да се издухат люспите. Отново се измива и се вари до пълно омекване, като водата трябва да бъде 2 пръста над повърхността му.

В растителното масло се задушава до златисто оцветяване ситно нарязания лук, прибавя се при житото и се разбърква добре. Съдът се покрива плътно с кърпа, за да не излиза парата. Като изстине, житото се посолява на вкус и се поднася.

ВЛАДИШКИ ХЛЯБ

(Пловдив)

Продукти: захар 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), едро нарязани орехови ядки 400 г (2 чаени чаши), канела 5 г (1 чаена лъжичка), брашно 400 г (2 чаени чаши), яйца 5 бр., захаросани плодове 200 г, нарязани на кубчета (или стафиди 1 чаена чаша), сол на върха на ножа.

Яйцата се разбиват със захарта до побеляване. Прибавят се брашното, ореховите ядки, канелата и солта. Сместа се разбърква леко и се изсипва на 3 пласта в намазана с масло тава, като между пластове се разпределят захаросаните плодове, овалани в брашното. Сладкишът се пече в умерена фурна около 45 минути.

ГЕВРЕЧЕТА

(Севлиево)

Продукти: брашно 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), яйца 3 бр., пудра захар 3 супени лъжици, прясно краве масло 2 супени лъжици, амонячна

сода 1 чаена лъжичка, кисело мляко 100 г (1/2 чаена чаша), ванилия 1 прах, смлени орехови ядки 3–4 супени лъжици.

От брашното, маслото, двете яйца, захарта, киселото мляко, содата и ванилията се замесва средно твърдо тесто. Разточва се лист, дебел около 1 см, от който с по-голяма и с по-малка чашка се изрязват гевречета. Намазват се с разбитото яйце, поръсват се със счукани орехови ядки и се пекат в умерено гореща фурна.

ГОЛ ТИКВЕНИК

(Странджанско)

Продукти: тиква около 1 кг, прясно мляко 500 мл (2 и 1/2 чаени чаши), яйца 2 бр., захар 200 г (1 чаена чаша), брашно 30 г (3 супени лъжици), растително масло 50 мл или краве масло 50 г (1/4 чаена чаша), малко канела (на върха на ножа).

Тиквата се обелва, нарязва се на парченца, нарежда се в намазана с масло тавичка, поръсва се с част от мазнината и се слага на слаб огън да се задуши. След това се залива с разбърканите на средно гъста каша яйца, захар, мляко и брашно, поръсва се с останалата мазнина и се пече до зачервяване.

ГРИС-ХАЛВА

(Пловдив)

Продукти: грис 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), масло 125 г (1 пакетче), захар 200 г (1 чаена чаша), вода 400 мл (2 чаени чаши), счукани орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), канела 3 г (1/2 чаена лъжичка).

Грисът се пържи в маслото до златисто оцветяване, залива се със сирпо, приготвен от захарта и водата, и се бърка, докато заври. След 2–3 минути се сваля от огъня, покрива се с чиста дебела кърпа, похлупва се плътно с капак и се оставя да престои 15–20 минути. Разбърква се леко с вилица и отново се похлупва, докато изстине. Поръсва се със счуканите орехови ядки, смесени с канелата, и се поднася.

ДЕСЕРТ ОТ ГРИС И ВИШНЕВО СЛАДКО

(Силистра)

Продукти: сладко от вишни 150 г (3/4 чаена чаша), прясно мляко 600 мл (3 чаени чаши), грис 50 г (1/4 чаена чаша), захар 100 г (1/2 чаена чаша), сироп от вишни 100 мл (1/2 чаена чаша).

Сладкото се разрежда с топлото мляко. Прибавят се грисът и захарта. Сместа се вари на слаб огън, като се разбърква постоянно, докато се сгъсти. Изсипва се в чинийки и като изстине, се полива със сироп и се поднася.

ДЕСЕРТ ОТ ЖИТО

(Хасковско)

Продукти: едро, счукано жито 1 кг (5 чаени чаши), вода 7 л, захар 200 г (1 чаена чаша), счукани орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), малко канела.

Житото се залива с водата и се вари до гъстота на супа. Прибавят се захарта, счуканите орехови ядки и канелата. Сместа се изсипва в чинийки и се поднася, след като изстине.

ДЕСЕРТ ОТ ТИКВА, НАСТЪРГАНА НА РЕНДЕ

(Пловдивско)

Продукти: тиква около 1 кг, яйца 4 бр., брашно 150 г (3/4 чаена чаша), масло 30 г (1/4 пакетче), захар 200 г (1 чаена чаша), мляко 400 мл (2 чаени чаши), канела на прах 1/2 чаена лъжичка.

Тиквата се обелва и се настъргва на едро ренде, след което се прибавя към загрялото масло и се задушава до омекване. Поръсва се с брашното, разбърква се и се държи на огъня още няколко минути. Към изстиналата тиква се прибавят захарта, канелата, млякото и яйцата. Сместа се разбърква добре, изсипва се в тавичка, намазана с масло, и се пече на фурна до зачервяване.

При поднасянето десертът може да се поръси с пудра захар.

КАДАИФ

(Пловдив)

Продукти: кадаиф 0,5 кг, счукани орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), канела 5 г (1 чаена лъжичка), прясно масло 125 г (1 пакетче);

за сироп: вода 1 л (5 чаени чаши), захар 1 кг (5 чаени чаши), сок от 1/2 лимон и лимонена киселина 1 г (на върха на ножа).

Кадаифът се разделя на две равни половини. Едната половина се разстила в намазана с масло тавичка и се поръсва със счуканите орехови ядки, примесени с канелата. Отгоре се слагат парченца от маслото и се разстила останалият кадаиф. Пече се в слаба фурна до розово оцветяване. В това време се рпиготвя сиропът от захарта и водата, в който, след като ври 20 минути, се прибавя сокът от лимона и разтворената лимонена киселина. Изваденият от фурната кадаиф се залива с охладения сироп.

КАДАИФ С МЛЯКО

(Пловдив)

Продукти: кадаиф 0,5 кг, орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), прясно масло 125 г (1 пакетче), прясно мляко 1 л (5 чаени чаши), захар 1 кг (5 чаени чаши), ванилия 2 праха.

Половината кадаиф се нарежда в намазана с масло тавичка и се поръсва със счуканите орехови ядки. Отгоре се слага останалият кадаиф и се покрива с парченца от маслото. Пече се в слаба фурна до порозовяване.

Млякото се сварява със захарта, сваля се от огъня, ароматизира се с ванилията и се изсипва върху изпеченият кадаиф. Тавата се захлупва. На другия ден кадаифът се обръща в подходящ съд. Поднася се нарязан на квадрати.

КАДАИФ-САРМА

(Пловдив)

Продукти: 1 пакет кадаиф-сарма, масло 125 г (1 пакетче), орехови ядки 200 г (1 чаена чаша);

за сироп: захар 1 кг (5 чаени чаши), вода 1 л (5 чаени чаши).

Кадаифът се нарежда в тавичка, като върху всяка сарма се поставят едро счукани орехови ядки, и се запича до прозояване, след което се залива с предварително приготвения сироп от захарта и водата, в който се прибавя и маслото.

КАШИК-ХАЛВА

(с. Атолово, Ямболско)

Продукти: брашно 400 г (2 чаени чаши), захар 200 г (1 чаена чаша), вода 400 мл (2 чаени чаши), прясно масло 125 г (1 пакетче), розова вода 10 мл (1 супена лъжица).

Сварява се сироп от водата и захарта, в който след свалянето му от огъня се прибавя розовата вода. Брашното се запържва в сгорещеното масло до зачервяване и се залива със сиропа. Сместа се разбърква добре и се разстила в тавичка, а като изстине, се нарязва на парчета.

КИФЛИ С МАЯ

(Смолян)

Продукти: брашно 750 г (3 и 1/4 чаени чаши), мас 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), яйце 1 бр., мая 15 г, прясно мляко 150 мл (3/4 чаена чаша), пудра захар 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), мармалад 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), орехови ядки 100 г (1/2 чаена чаша), ванилия 2 праха.

Маста се разбива с 8 супени лъжици от захарта, докато се получи еднородна смес. Прибавят се предварително пресятото брашно, яйцето и маята, разтворена с леко затоплено прясно мляко. Замесва се тесто, което се оставя да престои 1/2 час. От него се разточва лист с дебелина 4–5 мм, който се нарязва на квадрати със страна 7–8 см. Във всеки квадрат се поставя част от плънката, приготвена от мармалада и едро смлените орехови ядки. След това всеки квадрат се прегъва по диагонал. Получените триъгълни кифли се пекат в средно силна фурна. След изпичането им се поръсват с останалата пудра захар, ароматизирана с ванилията.

КРАВАЙЧЕТА ЗА ЧАЙ СЪС СУСАМ

(Смолян)

Продукти: свинска мас 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), захар 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), яйца 4 бр., амонячна сода 5 г (1 чаена лъжичка), брашно около 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), сусам и лимонов сок.

Маста и захарта се разбиват с дървена лъжица, докато се получи еднородна маса. Прибавят се яйцата – едно по едно, а след това –

амонячната сода, разтворена в малко лимонов сок, и брашното. От тестото, след като се омеси добре, се правят малки кравайчета, които се посипват със сусам, нареждат се в тавичка и се пекат в средно силна фурна. Поднасят се с чай.

КРЕМ С ПЛОДОВЕ

(Варненско)

Продукти: плодове (ягоди, череши, вишни, пъпеш) 0,5 кг, захар 6 супени лъжици, каймак 1 чаена чаша, яйца 5 бр.

Плодовете се претриват през гевгир. Получената каша се подслажда със захарта. Прибавят се при леко разбъркване разбитите на сняг белтъци, а след това и каймакът, предварително добре разбит. Сместа се изстудява и се украсява с цели плодове, посипани със захар.

МАЛЕБИ

(Пловдив)

Продукти: оризово нишесте 100 г (1/2 чаена чаша), прясно мляко 1 л (5 чаени чаши), захар 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), розова вода 2 супени лъжици.

Пряското мляко се сварява със захарта. Прибавя се при непрекъснато разбъркване нишестето, разтворено с малко студено мляко. Вари се 5–6 минути, разбърква се и се изсипва в купички.

Може да се поднесе:

- 1) залято с плодов сироп – по 2 супени лъжици на порция;
- 2) залято с петмез в същото количество или със сироп, приготвен по следния начин: 200 г захар (1 чаена чаша), се поставя на огъня в съд, за да се карамелизира; залива се с 400 мл (2 чаени чаши) вода и се остава да ври 5–8 минути, след което се ароматизира с малко розова вода;
- 3) залято с червен сироп, приготвен от 200 г (1 чаена чаша) захар и 300 мл (1 и 1/2 чаени чаши) вода, оцветен в розово с безвредна сладкарска боя и ароматизиран с малко розова вода;
- 4) с пудра захар – по 15 г (3 чаени лъжички), на всяка порция и подсладено прясно мляко, ароматизирано с малко розова вода – на 200 мл (1 чаена чаша) прясно мляко 50 г (1/4 чаена чаша) захар и 5 мл (1 чаена лъжичка) розова вода.

МАСЛЕНИ БИСКВИТИ

(Пазарджик)

Продукти: пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша), краве масло 150 г (3/4 чаена чаша), брашно 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), яйца 2 бр. (само жълтъците), лимон 1 бр. или ванилия 1 прах.

Маслото се затопля, за да омекне. Към него се прибавят последователно захарта, жълтъците, настърганата кора на лимона (ванилията) и брашното. Замесва се тесто, от което се шприцват бисквити в тавичка, леко намазана с масло.

Пекат се в средносилна фурна.

МАСЛЕНИ БИСКВИТИ С МАРМАЛАД

(Великотърновско)

Продукти: брашно 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), прясно краве масло 200 г (1 и 1/2 пакетчета), яйца 3 бр., прясно мляко 5 супени лъжици, мармалад 10 супени лъжици, пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша).

Към брашното се прибавят нарязаното на парченца масло, жълтъците и прясното мляко. Омесва се тесто, което се разточва на лист с дебелина около 0,5 см. От него се изрязват кръгчета, които се слепват по две заедно с мармалад и се пекат в умерена фурна. Изпечените бисквити се посипват с пудрата захар.

МАСЛЕНИ КУРАБИИ

(Пловдив)

Продукти: масло 400 г (2 чаени чаши), ситна захар 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), брашно 800 г (4 чаени чаши), малко сол, карамфил (според броя на курабиите).

Маслото се разбива много добре с дървена лъжица. Към него постепенно (по лъжичка) се прибавят захарта и брашното, като сместа постоянно се бърка. Накрая се прибавя малко сол. Тестото се омесва добре и от него се оформят малки топченца, върху които се бодва по едно карамфилче. Нареджат се в тава и се пекат до златисто оцветяване.

МЛЯКО С ОРИЗ

(Пловдив)

Продукти: прясно мляко 1 л (5 чаени чаши), ориз 250 г (1 препълнена чаена чаша), вода 1 л (5 чаени чаши), захар 400 г (2 чаени чаши), канела 5 г (1 чаена лъжичка), 1 щипка сол.

Оризът се изсипва във врящата подсолена вода и се вари до омекване. Прибавя се млякото, а след завирането му се прибавя захарта. Сместа ври до сгъстяване, изсипва се в купички, поръсва се с канелата и като се охлади, се поднася.

ОРЕХОВ КОЛАЧ

(Смолян)

Продукти: яйца 5 бр., брашно 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), захар 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), орехови ядки 100 г (1/2 чаена чаша), ванилия 1 прах, сода бикарбонат 2 г (1/4 чаена лъжичка), краве масло 25 г (1 супена лъжица).

Жълтъците и захарта се разбиват до побеляване. Прибавят се брашното, смлените орехови ядки, ванилията, содата и накрая разбитите на сняг белтъци. Полученото тесто се разстила в тавичка, намазана с маслото и леко поръсена с брашно, и се пече в умерена фурна.

Изпеченият сладкиш се поръсва с пудра захар и се нарязва на ромбове.

ОРЕХОВКИ

(Пловдивско)

Продукти: брашно 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), прясно краве масло 125 г (1 пакетче), пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша), чйце 1 бр., счукани орехови ядки 100 г (1/2 чаена чаша), бакпулвер 1 пакетче, ванилия 2 праха.

От продуктите се замесва тесто, което се разточва на дебел лист. От него с винена чаша се изрязват полумесци. Пекат се в умерен фурна.

ПИЛАФ СЪС ЗАХАР

(Пловдив)

Продукти: ориз 400 г (2 чаени чаши), прясно масло 60 г (1/2 пакетче), вода 800 мл (4 чаени чаши), захар на пясък 100 г (1/2 чаена чаша), пудра захар за поръсване 50 г (1/4 чаена чаша), сол 3 г (1/2 чаена лъжичка).

Почистеният и измит ориз се задушавя в маслото 6–7 минути, залива се с врящата вода, в която са разтворени захарта на пясък и солта, и се вари на слаб огън 20–25 минути или се слага във фурната, докато поеме водата. Поднася се поръсен с пудрата захар.

РЕВАНЕ

(Пловдив)

Продукти: за тестото: яйца 5 бр., захар 50 г (4 супени лъжици), брашно 100 г (1/2 чаена чаша), грис 25 г (5 чаени лъжички), вода за разбиване на жълтъците 5 мл (1 чаена лъжичка), ванилия 1 прах за сиропа: захар 200 г (1 чаена чаша), вода 200 мл (1 чаена чаша).

Жълтъците се отделят от белтъците и се разбиват на топло с част от захарта и водата. Като се стопи захарта, съдът се отстранява от огъня, но биенето продължава, докато сместа изстине и побелее.

Белтъците се разбиват отделно на твърд сняг с останалата част от захарта и се прибавят към жълтъците при леко разбъркване, като същевременно се ръси по малко от пресятото брашно и гриса. Сместа се ароматизира с ванилия и се изсипва в тава, намазана с масло и поръсена с брашно или покритя с хартия, и се пече в умерена фурна.

Докаато се пече реването, се приготвя сиропът. Реването се залива със сиропя, докато той е още топъл.

РУЛО С МАРМАЛАД

(Варненско)

Продукти: брашно 100 г (1/2 чаена чаша), краве масло 65 г (1/2 пакетче), яйца 5 бр., пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша), мармалад 200 г, счукани орехови ядки 100 г (1/2 чаена чаша), канела 1 чаена лъжичка, пудра захар за поръсване.

Жълтъците се разбиват със захарта до побеляване. Прибавят се брашното, разтопеното масло и накрая белтъците, разбити на сняг. Сместа се изсипва в намазана с масло тавичка и се пече в умерена фурна. Опечената платка се поставя върху кърпа, намазва се с мармалада, поръсва се с ореховите ядки и канелата и се навива на руло. Като изстине, рулото се поръсва с пудра захар.

ТИКВА НА ФУРНА

(Тракия)

Продукти: тиква 1 кг, масло 60 г (1/2 пакетче), яйца 4 бр., захар 200 г (1 чаена чаша), прясно мляко 1 л (5 чаени чаши), канела 3 г (1/2 чаена лъжичка), пудра захар 100 г (1/2 чаена чаша).

Обелената и почистена тиква се настъргва на едро ренде и се разстила на равномерен пласт в намазана с масло тавичка. Яйцата се разбиват със захарта и към тях се прибавят топлото мляко и канелата. Тиквата се залива с яйчено-млечната смес и се пече на фурна. Поднася се поръсена с пудрата захар.

ТИКВА С МЛЯКО

(Пловдивско)

Продукти: тиква около 1 кг, кромид лук 30 г (1/2 глава), растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), прясно мляко 400 мл (2 чаени чаши), захар 100 г (1/2 чаена чаша).

Тиквата се обелва и се нарязва на кубчета, след което се задушава в съвсем малко вода до пълно омекване. Ситно нарязаният лук се задушава в мазнината до златисто оцветяване и се прибавя към тиквата заедно със свареното мляко и захарта. Всичко се разбърква добре, за да се получи гладка смес.

ТОРТА С МЕД

(Хасково)

Продукти: орехови ядки 200 г (1 чаена чаша), захар 200 г (1 чаена чаша), мед 100 г (1/2 чаена чаша), вода 300 мл (1 и 1/2 чаени чаши), брашно 400 г (2 чаени чаши), сода бикарбонат 5 г (1 чаена лъжичка),

канела 5 г (1 чаена лъжичка), карамфил 1–2 бр., пудра захар 50 г (1/2 чаена чаша).

Към водата, след като заври, се прибавят медът и захарта. Съдът се сваля от огъня и течността се оставя да поизстине. Прибавят се скълцаните орехови ядки, брашното, содата, канелата и карамфилът. Сместа се разбърква добре, изсипва се в във форма, намазана с масло, и се пече. Тортата се нарязва, след като изстине, и се поднася поръсена с пудрата захар.

ТУРШИИ

АРМИЯ

(Старозагорско)

Продукти: краставици 0,5 кг (5 бр.), сол за саламурата 50 г (2 и 1/2 супени лъжици) на 1 л (5 чаени чаши) вода.

Краставиците се почистват, измиват се, надупчват се с вилица и се поставят в предварително приготвената саламура от вода и сол. Съдът се захлупва и се оставя на слънце. След няколко дни армията е готова за консумация.

ПИПЕРИЦА

(Старозагорско)

Продукти: пиперки 2–3 кг, моркови 5 бр., зелка 1/2 бр., целина 1/2 глава, сол за саламурата 50 г (2 и 1/2 супени лъжици) на 1 л (5 чаени чаши) вода.

Пиперките се измиват, почистват се от семето и дръжките и се нарязват на ивици. Морковите се измиват, остъргват се и се нарязват на колелца. Зелето се нарязва на ивички. Нарездат се в глинен съд или в буркан, като помежду им се слага ситно нарязаната целина, и се заливат със саламура, приготвена от вода и сол. Саламурата се претака през ден до готовност.

ПЪЛНЕНИ КАМБИ

(Асеновград)

Продукти: червени камби 10 кг, бяло зеле 4 кг, моркови 1 кг, целина 2–3 глави с листата, сол 600 г (3 чаени чаши), оцет 2 л (10 чаени чаши), захар 600 г (3 чаени чаши).

Камбите се измиват и се почистват от семките, след което се натриват отвътре със смес от 400 г (2 чаени чаши) захар и 400 г (2 чаени чаши) сол и се оставят да престоят така 10–12 часа.

Плънката се приготвя по следния начин: Добре почистените и

нарязани на ситно зеле и целина и настърганите моркови се поръсват с останалото количество от солта и захарта и също се оставят да престоят 10–12 часа.

Отцедилият се сок от камбите и плънката се възварява 2–3 минути и след като изстине, се смесва с оцет.

Камбите се напълват с плънакта и се нареждат в буркани, поливат се с изстиналата заливка и се притискат с вишневи клонки и добре измит речн камъ. Съхраняват се на хладно.

ПЪЛНЕНИ ПАТЛАДЖАНИ

(Смолян)

Продукти: патладжани 10 кг, моркови 1 кг, зеле 4 кг, магданоз 4–5 връзки, чесън 8–10 глави, оцет 2 л, сол.

Избират се средно големи патладжани, измиват се и се почистват от дръжките. С остър нож им се прави надлъжен разрез, като се внимава да не се пробие отсрещната страна, след което се изважда с лъжичка семенната част. Така приготвените патладжани се пускат по няколко заедно във вряща подсолена вода (солта се прибавя във водата на порции, за да се осолят равномерно всички патладжани) и се варят до омекване. Изваждат се, охлаждат се и се отцеждат.

Зелето се почиства от горните листа и се нарязва на ситно. Морковите се почистват, измиват се и се настъргват на ситно. Магданозът се почиства и се накъсва на листенца. Чесънът се разделя на скилидки и се обелва (само половината от магданоза и чесъна се нарязват на ситно и се слагат в плънката). Всичко това се смесва, осолява се на вкус (около 100–150 г сол) и се разбърква добре.

Патладжаните се напълват с плънката и се нареждат плътно в стъклени буркани, като между редовете се поръсват останалата част от чесъна и магданоза и по малко от сламурата, приготвена от 150 г сол, оцет и преварена вода (в съотношение 1:1). Притискат се отгоре с клонки от вишня или дюля и добре измит речен камък. Съхранява се на хладно и проветриво място.

СМЕСЕНА ТУРШИЯ

(Пазарджик)

Продукти: зелени пиперки 5 кг, зелени домати 10 кг, моркови 2 кг, цветно зеле 4 кг, бяло зеле 10 кг, целина 2 глави с листата, сол 1 кг, оцет 1 л.

Пиперките се измиват и се цепват на върха. Морковите се остъргват и се нарязват на кръгчета. Цветното зеле се накъсва на цветчета, а бялото зеле се нарязва на 8–10 парчета. Целината се измива и се нарязва на едро. Доматите се измиват.

Така приготвените зеленчуци се нареждат в каче, събиращо 50 л вода, като най отдолу се поставят пиперките, а над тях – домати, зелето, морковите и целината.

Солта се разтваря във вода и заедно с оцета се изсипват върху зеленчука. Добавя се още вода (да се напълни качето), след което туршията се притиска с добре измит и изварен речен камък. Сокът се претака през ден до пълната ферментация на туршията. След 15–20 дни туршията е готова за консумация.

СМЕСЕНА ТУРШИЯ

(Смолян)

Продукти: зелени пиперки от сорта Кози рог 2 кг, зеле 10 кг, моркови 1 кг, целина 2–3 глави с листата, сол 350 г (1 и 3/4 чаени чаши), чесън (по желание).

Пиперките се измиват и се оставят да престоят 10–15 дни в саламура, приготвена от 5 л вода и 250 г сол. След това те се нареждат в каче заедно с посолената и добре разбъркана смес от нарязаните на ситно зеле и целина и настърганите моркови. Туршията се притиска силно с ръка, докато отделеният от нея сок излезе на 2–3 см над повърхността ѝ. След това върху нея се слага кръстачка и се притиска с добре измит и изварен речен камък. Качето се захлупва плътно с капак и се оставя на хладно място.

СТЕРИЛИЗИРАНА ЗЕЛЕНЧУКОВА САЛАТА

(Асеновград)

Продукти: червени камби 5 кг, моркови 2 кг, зелени домати 2 кг, червен кромид лук 1 кг, оцет 500 мл, захар 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), растително масло 400 мл (2 чаени чаши).

След грижливо измиване камбите се почистват от семената и се нарязват на ивици, морковите се настъргват на ренде, зелените домати се нарязват на ивици, а лукът (обелен) се нарязва на колелца.

Така приготвените зеленчуци се разбъркват много добре със солта, оцета, растителното масло и захарта и се слагат в буркани с вместимост 800 мл. Бурканите се затварят с капачки и се стерилизират 30 минути (след завирането на водата).

СТЕРИЛИЗИРАНИ МАРИНОВАНИ ГЪБИ

(Смолян)

Продукти: гъби (пачи крак, симитка, манатарка), сол, оцет, растително масло, черен пипер, дафинов лист, бахар.

Гъбите, след като се почистят и измият в обилно количество вода, се пускат във вряща подсолена вода и се варят до омекване. Отцеждат се, нарязват се на ивички и се поставят в буркани с вместимост 800 мл, в които предварително са сложени 1 дафинов лист, 3–4 зърна черен пипер, 2–3 зърна бахар, 2 г (1/2 чаена лъжичка) сол, 10 мл (1 супена лъжица) растително масло, 50 мл (1 кафена чашка) оцет. Бурканите се доливат с вода, затварят се с капачки и се стерилизират в продължение на 1 час (след завирането на водата).

СТЕРИЛИЗИРАНИ МАРИНОВАНИ КАМБИ

(Асеновград)

Продукти: червени камби, почистени от семената 0,5 кг, черен пипер 3–4 зърна, дафинов лист 1 бр., захар 10 г (1 супена лъжица), бахар 2–3 зърна, сол 5 г (1 чаена лъжица), оцет 50 мл (1 кафена чашка), слънчогледово масло 10 г (1 супена лъжица) по желание.

Дозата е за един буркан с вместимост 800 мл.

бурканите се напълват с посочените продукти и се доливат с вода, след което се затварят с капачки и се стерилизират в продължение на 15 минути (след завирането на водата).

СТЕРИЛИЗИРАНИ МАРИНОВАНИ КРАСТАВИЧКИ

(Асеновград)

Продукти: краставички корнишони 12 кг, оцет 2 л, сол 400 г (2 чаени чаши), захар 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), черен пипер 10 г, кромид лук 250 г (4–5 глави), стръкчета от копър, вода 6 л.

Корнишоните се измиват, почистват се от дръжките и се нареждат плътно в буркани с вместимост 800 мл, в които предварително са поставено по няколко зърна черен пипер, стръкчета от копъра и парченца от едро нарязания кромид лук, и се заливат с марината.

Маринатата се приготвя по следния начин: Водата се възварява за 1–2 минути заедно със захарта и солта, охлажда се и се смесва с оцета.

Напълнените буркани се затварят с капачки и се стерилизират в продължение на 15 минути (след завирането на водата).

Дозата е за 24 буркана.

ТУРШИЯ ОТ ЧЕРВЕНИ ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ

(Смолян)

Продукти: червени пиперки 10 кг, 6%-ов оцет 1,5–2 л, растително масло около 1 л, магданоз 2 връзки, сол на вкус, чесън 5–6 глави (по желание).

Пиперките се изпичат, обелват се, почистват се от семките, поставят се в емайлиран съд и се заливат със заливка от оцета и солта. След 3–4 часа се изваждат от заливката и се оставят за 24 часа в наклонен съд или цедка, за да се отцедят добре. Нареждат се в стъклен буркан, като между редовете се сипва по малко растително масло и се поръсва ситно нарязан магданоз и чесън. Отгоре се налива растителното масло на пласт, дебел 1–2 см. Туршията се притиска с клонки от вишня и измит речен камък, похлупва се плътно с капак и се съхранява на хладно и проветриво място.

ТУРШИЯ ПО СЛИВЕНСКИ

Продукти: здрави зелени пиперки от сорта Сиврия 5 кг, здрави зелени домати 5 кг, средно голяма зелка 1 бр., целина 2 глави, моркови 2 кг, магданоз 2 връзки, черен пипер 25–30 зърна;

За саламурата: вода и оцет по равни количества, сол по 60 г (1 кафена чашка) на литър течност, захар по 10 г (1 супена лъжица) на литър течност.

Смесват се нарязаното на ивици прясно зеле, нарязаните на кубчета или пръчици моркови и целина, едро нарязаният магданоз и черният пипер. Измитите домати и пиперки се нареждат в буркани, като между редовете се слага от сместа.

Към сместа от вода и оцет се прибавят захарта и солта. Течността се сварява и се оставя да изстине, след което се залива туршията. Бърканите се затварят плътно и се прибират на хладно място.

ЦАРСКА ТУРШИЯ

(Нови Кричим)

Продукти: червени пиперки 5 кг, цветно зеле 5 кг, моркови 1,5 кг, целина 1–2 глави с листата, сол 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), захар 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), оцет 1 л (5 чаени чаши).

Почистеният и измит зеленчук се нарязва, смесва се със захарта и солта и се оставя да престои 24 часа. Отцедилият се сок се смесва с оцета и се възварява. Зеленчукът се нарежда в стъклени буркани, залива се с изстиналата заливка и се притиска с вишневи клонки и измит речен камък.

ЦАРСКА ТУРШИЯ

(Нови Кричим)

Продукти: червени пиперки 5 кг, зелени домати 2 кг, моркови 2 кг, цветно зеле 2 кг, кромид лук 0,5 кг, целина 1 глава с листата, сол 250 г (1 и 1/4 чаени чаши), захар 0,5 кг (2 и 1/2 чаени чаши), оцет 1 л (5 чаени чаши), черен пипер 10 г (1 пакетче).

Почистеният и измит зеленчук се нарязва, поръсва се със солта и захарта и се оставя да престои. Отцедилият се сок се смесва с оцета и се възварява. Зеленчукът се нарежда в стуклени буркани, в които са поставени по 3–4 зърна черен пипер, залива се с изстиналата заливка и се притиска с вишневи клонки и измит речен камък.

ЛЮТЕНИЦИ

ЛЮТЕНИЦА „АПЕТИТКА“

(Софийско)

Продукти: млади пиперки 20 бр., домати 400 г (6 бр.), лютиви пиперки 2 бр., чесън 4 скилидки, магданоз 1 връзка, растително масло 100 мл (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Пиперките се почистват от семето, поръсват се отвътре леко със сол и се пускат в обилно количество вряща мазнина, за да се „изприщи“ кожицата им и лесно да се обели след това. Доматите се измиват, нарязват се на ситно и се задушават в растителното масло. В получения сос се прибавят нарязаните люти пиперки, чесън и магданоз.

В буркани се нареждат на редове обелените пиперки, като заливат с приготвения сос. Бурканите се затварят с капачки и се варят 50 минути, за да се стерилизира лютеницата.

ЛЮТЕНИЦА

(Ст. Димитров)

Продукти: червени пиперки от сорта Капия 10 кг, червени домати 1 кг, растителна мазнина 500 мл (2 и 1/2 чаени чаши), захар 400 г (2 чаени чаши), лютиви пиперки 20–25 бр., сол на вкус.

Червените пиперки се изпичат, обелват се и се почистват от семето, след което се смилат в месомелачка е едра решетка и се запържват в растителната мазнина. Доматите, след като се измият и нареждат на четвъртинки, също се смилат и се прибавят към пиперките заедно със захарта. Сместа се посолява на вкус и се вари на тих огън до сгустяване. Към края на варенето се прибавят лютивите пиперки.

Готовата лютеница се изсипва в бурканчета и се затваря с капачки. За по-голяма трайност може да се стерилизира в продължение на 50 минути.

ЛЮТЕНИЦА

(Софийско)

Продукти: червени пиперки от сорта Капия 5 кг, домати 1/2 кг, оцет 100 мл (1/2 чаена чаша), растително масло 400 мл (2 чаени чаши), захар 200 г (1 чаена чаша), магданоз 2 връзки, чесън 2 глави, лютиви пиперки 10 бр., сол на вкус.

Пиперките се изпичат, обелват се и се смилат.

Доматите се измиват и се нарязват, след което се смилат и се варят до полусваряване заедно с растителното масло, оцета, солта и захарта. Прибавят се смлените пиперки. Сместа се вари докато остане на мазнина. Малко преди свалянето ѝ от огъня се добавят лютивите пиперки и нарязаните на ситно магданоз и скилидки на чесъна. Лютеницата се изсипва в буркани, затваря се с капачки и се стерилизира.

ЛЮТЕНИЦА С ЦЕЛИ ЛЮТИВИ ПИПЕРКИ

(Пловдивско)

Продукти: червени домати 10 кг, лютиви пиперки 0,5 кг, оцет 200 мл (1 чаена чаша), растително масло 400 мл (2 чаени чаши), захар 300 г (1 и 1/2 чаени чаши), копър и сол на вкус.

Доматите се измиват добре, смилат се и се поставят на огъня да врят. Когато полученото от тях пюре се сгъсти, се прибавят лютивите пиперки, почистени от дръжките и набодени на 2–3 места, оцетът, растителното масло, захарта, солта и копърът. Сместа се оставя да ври, докато започне лесно да се отделя от стените на съда.

Готовата лютеница се изсипва във буркани, докато е още топла. Отгоре се налива по 1 пръст растително масло.

СУДЖУЦИ И ЛУКАНКИ

БАБЕК

(с. Мало Конаре)

Продукти: свинско нетлъсто месо 1 кг, сол 20 г (2 супени лъжици), счуван копър 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 20 г (2 супени лъжици), шкембе 1 бр.

Месото се скълзва на ситно със сатър или се смела в машина с едра решетка и се омесва с подправките. С него се пълнят свински мехури (пуски), като се натъпкват много добре, за да не остане вътре въздух. Завързват се и се оставят 5–6 дни над огнището, за да се опушат, след което се окачват на сухо проветриво място. Така приготвеният бабек е готов за консумация след 3–4 месеца.

БАБЕК

(Карловско)

Продукти: свинско месо 1 кг, сол 20 г (1 супена лъжица), черен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), пресен лук 2 връзки, кимион 3 г (1/2 чаена лъжичка), свинско шкембе 1 бр.

Месото се нарязва на дребно, осолява се и се оставя да престои 1 нощ. Прибавят се ситно нарязаният лук и подправките. Със сместа, след като се омеси добре, се пълни шкембето, което предварително се кисне във вода и се измива добре. Напълненото шкембе се зашива и се окачва на проветриво място да съхне. Поднася се студено или пържено с яйца.

БАБЕК ПО ПЛЕВЕНСКИ

Продукти: телешко месо 1 кг, свинско месо 1 кг, овнешко или свинско шкембе 0,5 кг (1 бр.), сол 10 г (1 супена лъжица), черен пипер 3 г (1 чаена лъжичка), чубрица 1/2 връзка.

Избира се тлъсто месо и от двата вида, нарязва се на дребни късчета или ивички и се полуизпързва. Прибавят се подправките. Със сместа се напълва шкембето, което се слага в дълбок съд, залива се с вода и се

вари до готовност. Остава се да престои 1–2 дни под тежест, за да се оформи, след което се държи на проветриво място. Поднася се студено или подгрято с настърган хрян, подправен със сол и оцет.

БАБЕК ПО ПЛЕВЕНСКИ

Продукти: овнешко шкембе 1 бр., телешко месо от глави 1 кг, сланина 300 г, черен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), сол на вкус.

Шкембето се попарва, почиства се много добре и се остъргва. Месото и сланината се нарязват на късчета и се разбъркват с подправките. С тази смес се напълва шкембето. Вари се до готовност, слага се под тежест, за да се оформи, и се оставя на проветриво място да се суши. Поднася се студено или пържено с яйца и домашна питка.

БАХУР

(Пловдивско)

Продукти: бял и черен свински дроб 1 кг, месо 1 кг, сланина от главата 1 кг, сърце 1 бр.; на всеки килограм от сместа се прибавят ориз 50 г (1/4 чаена чаша), сол 25 г (2 и 1/2 супени лъжици), стрита чубрица 10 г (1 супена лъжица), бахар 10 зърна, черен пипер 15 зърна; дебели свински черва.

Месото, сланината, белият и черният дроб и сърцето се скълцват на ситно. Прибавят се солта, подправките и оризът. Сместа се разбърква добре, като се прибавя и малко вода. С нея се напълват почисените и измити черва.

Бахурът се вари на тих огън в леко подсолена вода. Отцежда се и се прибира на студено място. Поднася се суров или варен.

БУТ ПО ЕЛЕНСКИ

Приготвя се от бутове на млади прасета (от 80–100 кг) с добре развита мускулатура. Закланото прасе не се дере, а се пърли. Бутът се оформя със сланината.

Отделят се кръстната и тазовите кости и на бута се придава елипсовидна форма. Прави се вътрешен разрез покрай бедрената и пищялната кост, който се напълва със сол. Бутът се слага в подходящ съд и се

оставя да престои около 20 дни. След това се изкисва във вода, поставя се върху маса или върху чиста, гладка дъска и се притиска отгоре с друга дъска и тежест. Остава се така 5–6 дни на хладно място. След това се окачва на проветриво място. Може да се съхранява 5–6 месеца.

БУТ ПО ЕЛЕНСКИ

(Дряново, Габровско)

Използват се бутове от млади, нетлъсти прасета. Бутът, след като се обезкости, се осолява в саламура, а след това се оставя на проветриво място да се изсуши. Може и да се опуши. По вкус е сходен на шунката и луканката.

КЕМИК-ПАСТЪРМА

(Чепеларе)

Приготвя се през есента от стари, слаби овце.

Овчият труп се нарязва на дълги по-тънки късове, които се поръсват обилно със сол и се натрупват един върху друг. След 10–15 дни пастърмата е готова.

КОПРИВЩЕНСКА ЛУКАНКА

Продукти: свинско и говеждо месо по равни части; на килограм от месото се прибавят: сол 20 г (1 супена лъжица), селитра 1 г, захар 1 г, счукан черен типер и счукан кимион по 3 г (1/2 чаена лъжичка), чесън 1 г, ром или коняк 50 мл (1/4 чаена чаша); говежди сухи черва.

Месото се нарязва на късчета, осолява се и се оставя 6–8 часа на хладно, за да се отцеди водата, след което се смила в месомелачка с едра решетка или се скълзва със сатър и се омесва добре с подправките. Със сместа, след като престои 24 часа на хладно място, се пълнят червата. Луканките се окачват на проветриво място. След 3–4 дни започва пресоването им, като нощем се притискат между две дъски с тежест, а денем се окачват на проветриво място да съхнат.

След изсъхването се съхраняват увити в хартия и наредени в сандъчета, покрити с дървена пепел.

КЪРВАВИЦА

(Пловдивско)

Продукти: кръв 3 л, месо (от обрезки) 2 кг, сол 40 г (2 супени лъжици), черен пипер 20 зърна, бахар 10 зърна, кимион 3 г (1/2 чаена лъжичка), карамфил 4–5 бр., дебели свински или говежди черва.

Съвсем прясната кръв от закланото прасе се разбърква с дървена лъжица и се осолява. Обрезките се нарязват на парчета, осолят се и се размесват със счуканите подправки. Прибавя се кръвта. Сместа се разбърква много добре. С нея се напълват почистените и добре измити черва. Така приготвените кървавици се завързват в краищата, надупчват се с игла, заливат се със студена вода и се варят на тих огън, докато при надупчване с игла от тях не изтича кръв. Отцеждат се в гергир и се оставят на хладно и проветриво място. Консумират се горещи или студени.

КЪРВАВИЦА

(Тракия)

Продукти: свински бял дроб 1 бр., гръклян 1 бр., обрезки от врата 1,5 кг, сърце 1 бр., ориз 200 г (1 чаена чаша), сол 30 г (1 и 1/2 супени лъжици), черен пипер 10–15 зърна, бахар 3 зърна, карамфил 1–2 бр., кимион 3 г (1/2 чаена лъжичка), дебели свински черва.

Дробът и гръклянът се възваряват в подсолена вода и се нарязват на дребни парчета. Прибавят се сърцето и обрезките, също нарязани на дребно, солта и едро счуканите подправки. Сместа се разбърква и с нея се напълват добре почистените и измити черва. Напълнените черва се завързват в краищата с конец, надупчват се с игла, нареждат се в съд, на дъното на който са сложени летвички, и се заливат със студена вода. След 6–8 часа тази вода се излива. Заливат се отново със студена вода, притискат се с чиния и се варят на тих огън, докато омекнат. Отцеждат се и се съхраняват до 15 дни на хладно и проветриво място.

КЪРВАВИЦА

(Средногорието)

Продукти: свински черен дроб 1 кг, сланина 1 кг, крехко свинско месо 1 кг, кромид лук 100 г (1–2 глави), черен пипер 5–10 зърна, сол на

вкус, дебели свински черва.

Черният дроб се възварява заедно с лука, след което се изважда и се нарязва на дребно. Нарязват се на дребно сланината и крехкото месо. Всичко това се размесва, осолява се и се поръсва с едро счукания черен пипер. Със сместа се пълнят червата. Така приготвената кървавица се завързва в краищата, надупчва се с игла и се вари в същата вода, в която е врял дробът, като се притиска с чиния, за да се облива от бульона. Изважда се, когато червата омекнат и се изтрива от бульона и мазнината. Остава се да изстине и се прибира на хладно място.

КЪРВАВИЦА С ОРИЗ

(Пловдивско)

Продукти: свинска глава, свински бял дроб, ориз 100 г (1/2 чаена чаша), черен пипер 20–25 зърна, сол на вкус, дебели свински черва.

Червата се измиват най-напред отвън, а след това и отвътре, като се обръщат и се натриват с царевично брашно, отново се обръщат и се изплакват много добре на течаща вода. Дробът се възварява в леко подсолена вода и се нарязва на малки късчета. Отделно в подсолена вода се сварява свинската глава. Отделеното от нея месо се нарязва на ситно. Към него се прибавят нарязаният дроб, почистеният и измит ориз, счуканият черен пипер и сол на вкус. Сместа се разбърква добре, след което с нея се пълнят червата (немного плътно, защото оризът набъбва). Така приготвените кървавици се завързват с конец през 25–30 см, набождат се с игла и се варят на тих огън до пълното им сваряване.

ЛОВДЖИЙСКИ СУДЖУК

(Средногорието)

Продукти: свинско и говеждо месо по 1 кг, сол 50 г (1/4 чаена чаша), черен пипер 20 зърна, захар 10 г (1 супена лъжица), селитра 2 г (1/3 чаена лъжичка), тънки свински черва.

Месото се смила или се накълтва със сатър. Прибавят се солта счуканият черен пипер, захарта и селитрата. Сместа се омесва добре, разстила се на пласт, дебел до 10 см, и се оставя да престои на хладно място 10–12 часа. След това с нея се пълнят червата, като се усукват през 10–15 см.

Суджуците се окачват на проветриво място да се съшат, като през два дни се пресоват с точилка или бутилка. Докато са сурови, се консумират печени на скара, а след като изсъхнат добре, могат да се консумират, без да се пекат.

ЛУКАНКА

(Пирдон)

Продукти: прясно телешко месо 4 кг, прясно свинско месо 4 кг, сол 200 г (1 чаена чаша), черен пипер 20 г (2 пакетчета по 10 г), кимион 5 г (1 чаена лъжичка), газирана вода 500 мл (2 бутилки), говежди сухи черва.

Месото се почиства от костите, измива се, отцежда се и се нарязва на късове, след което се смилва два пъти. Омесва се добре с подправките, като се прибавя постепенно едната бутилка газирана вода, и се оставя на хладно място за 24 часа. Отново се омесва, като се прибавя и другата бутилка газирана вода, и отново се оставя за 24 часа на хладно място. На третия ден след ново омесване на сместа се пълнят червата, като туктам се надупчват, за да излезе въздухът. Луканките се държат на прохладно място 3 дни. След това 5 дни се пресоват с дебела точилка и се поставят за 15 дни под тежест (дъска и върху нея камък), а после се окачват да съхнат 30 дни на проветриво място.

ЛУКАНКА

(Средногорието)

Продукти: крехко свинско месо 1 кг, сланина 250 г, телешко месо 0,5 кг, сол 25 г (2 супени лъжици), черен пипер 20–25 зърна, кимион 3 г (1/2 чаена лъжичка), захар 5 г (1 чаена лъжичка), сухи говежди или свински черва.

Месото се скълзва на ситно, а сланината се нарязва на кубчета. Към тях се прибавя солта, захарта и ситно счуканите черен пипер и кимион. Сместа се омесва добре и се оставя да престои 24 часа на хладно място. С нея се напълват предварително нарязаните черва, след което краищата се завързват със здрав конец. Луканките се окачват на проветриво място да съхнат, като през 1–2 дни се валират с дебела точилка или бутилка, докато добият плоска форма. След изсушаването се увиват в хартия и се

посипват с дървена пепел или сухи стърготини. Съхраняват се 6–8 месеца.

НАДЕНИЦА

(Пиринския край)

Продукти: крехко свинско месо 750 г, сланина 150 г, праз лук 100 г (1 стрък), джоджен 1 стръкче, чубрица 1 стръкче, черен пипер 20 зърна, червен пипер 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус, пресни свински черва.

Месото, сланината и празът се нарязват на ситно. Към тях се прибавят ситно счуканите подправки. Сместа се посолява и се омесва добре. С нея се пълнят почистените и измити черва, като през 15–20 см се пристягат с дебел конец. Така се получават 5 наденици. Пекат се в съд, намазан със сланина, и се поднасят топли с пържени картофи.

НАДЕНИЦА

(Карловско)

Продукти: шарено свинско месо (заедно със сланината) 1 кг, черен пипер 15 зърна, сол 15 г (1 супена лъжица), кимион 3 г (1/2 чаена лъжичка), чубрица 5 г (1 чаена лъжичка), тънки свински черва.

Месото (без кожата) се скълзва на ситно. Прибавят се солта и ситно счуканите черен пипер, кимион и чубрица. Сместа се омесва добре и се оставя да отлежи 24 часа на хладно място. След това с нея се напълват червата. Надениците се окачват на проветриво място да съхнат, като през 1–2 дни се пресоват с точилка или бутилка. Поднасят се печени или пържени с яйца или без яйца.

НАДЕНИЦА

(Средногорието)

Продукти: тлъсто и крехко свинско месо по 1 кг, кромид лук 200 г (3 глави), свинска мас 20 г (1 супена лъжица), сол 50 г (1/4 чаена чаша), кимион 10 г (2 чаени лъжички), чубрица 10 г (1 супена лъжица), червен пипер 10 г (1 супена лъжица), черен пипер 20–25 зърна, чесън 1 глава, лютиви изсушени пиперки 50 г (5–6 бр.), тънки свински черва.

Месото се смила и към него се прибавят задушеният в свинската мас лук, червеният пипер и ситно счуканите черен пипер, кимион, чубрица, лютивипиперки и чесън. Добавя се и 1 чаена чаша бульон, получен от сваряването на костите. Сместа се омесва добре и се оставя да престои едно денонощие, след което се напълват червата. Надениците се пускат във вряща вода и като заврят, се изваждат. Отцеждат се и се окачват на проветриво място да съхнат. Поднасят се пържени или печени.

НАДЕНИЦА ОТ СВИНСКО И ГОВЕЖДО МЕСО

(Пловдивско)

Продукти: шарено свинско месо 3 кг, говеждо месо 250 г; на свеки 1 кг месо се прибавят сол 20 г (1 супена лъжица), бахар 10–15 зърна, черен пипер 10–15 зърна, стрита чубрица 10 г (1 супена лъжица), 1 скилидка чесън.

Свинското и говеждото месо се смилат заедно. Към тях се прибавят подправките. Сместа се омесва добре и се оставя да престои една нощ. След това с нея се напълват плътно добре изчистените и измити черва. Надениците се окачват на проветриво място да съхнат. Поднасят се печени, както и пържени с яйца или без яйца. Не са трайни.

ОВЧА ПАСТЪРМА

(с. Чокманово)

Приготвя се от слаби, стари овце. Овчийят труп се начупва в гръбначната кост, за да може да се разгъне добре, и се вари на силен огън в силно подсолена вода около 1/2 час. Изважда се и се отцежда, след което между предните и задните крака се поставя по една дървена пръчка, и се разпъва на кръст. Окачва се близо до огнището, за да се изпари водата по-бързо. За същата цел на по-дебелите места се правят нарезки с нож. След това се поставя на проветриво, хладно място, за да съхне добре.

Готовата пастърма се съхранява окячена на сухо и проветриво място. Преди готвене се изкисва във вода.

ПОКРЕКЛО

(с. Лазар Станево, Ловешко)

Продукти: свинско месо 3 кг, вътрешностите на прасето, джоджен 1 връзка, черен пипер 25–30 зърна, сол на вкус.

Месото се нарязва на късчета, измива се и се слага да ври в подсолена вода. Червата, предварително киснати във вода, се измиват добре отвън и отвътре и се поставят да врят заедно с измитите вътрешности около 10 минути, след което се отцеждат от водата и се нарязват на ситно. Смесват се с месото, вътрешностите, ситно нарязаният джоджен и счуканият черен пипер. Сместа се разбърква добре, изсипва се в буркани и се залива с мазнината. Бурканите се затварят плътно и се прибират на студено и сухо място.

ПОКРЕКЛО

(с. Праужда, Белоградчишко)

Продукти: свинско месо 3 кг, вътрешностите на прасето, магданоз 1 връзка, джоджен 1/2 връзка, червен пипер 100 г (1/2 чаена чаша), сол на вкус.

Месото се нарязва на късчета, измива се и се вари в подсолена вода. Добре измитите вътрешности се възваряват за десетина минути, нарязват се на ситно и се прибавят към месото заедно със ситно нарязаните магданоз и джоджен, червеният пипер и сол на вкус. Сместа се изсипва в тавичка и се пече в немного силан фурна.

ПУШЕНА ЛУКАНКА

(Великотърновско)

Продукти: свинско месо от плешката 2/3 части, говеждо месо 1/3 част; на килограм месо се прибавят сол 20 г (1 супена лъжица), захар 1 г, селитра 0,5 г, черен пипер 3 г (1/2 чаена лъжичка), кимион и бахр по 3 г (1/2 чаена лъжичка); говежди сухи черва.

Свинското и говеждото месо се очистват от ципите, нарязват се на парчета, поръсват се със солта, захарта и селитрата и се оставят в наклонен съд в продължение на две денонощия, за да се орцеди водата, след което се смилат ситно и се омсват с останалите подправки. Със сместа

се напълват червата, предварително нарязани на парчета с дължина 30–40 см. Луканките се завързват здраво в двата края с канап или конец и се окачват на проветриво място. След 3–4 дни се опушват, докато добият червенокафяв цвят. Пресоват се и се сушат окачени на проветриво място.

ПУШЕНА СЛАНИНА

(Великотърновско)

Продукти: сланина 3 кг; За саламурата: по 160 г сол (2/3 чаена чаша), черен пипер 5–6 зърна, дафинов лист 1 бр., карамфил 1–2 бр., чесън 1/2 глава, червен пипер 100 г (1/2 чаена чаша) на 1 л течност.

Сланината се нарязва на квадратни парчета и се нарежда в подходящ съд. Приготвя се саламурата, като в необходимото количество вода се прибавят сол, черен пипер, дафинов лист, карамфил, чесън. Сланината се залива с изстиналата саламура и се оставя да отлежи 15–18 дни, като се обръща всеки ден, за да се осоли равномерно. След това се изплаква със студена вода, завързва се с канап и се оставя на хладно и проветриво място за 24–48 часа. Отцедената сланина се опушва до тъмнозлатисто оцветяване и още топла, се натрива с червен пипер и счукан чесън. Съхранява се окачена на сухо и хладно място. Трява да се пази от насекоми.

ПЪЛНЕНО ШКЕМБЕ ПО ТЕТЕВЕНСКИ

Продукти: свинска глава около 0,5 кг, свинско месо 250 г, свинско шкембе 1 бр., чесън 1 глава, черен пипер 20–25 зърна, дафинов лист 2–3 бр., сол на вкус.

Свинската глава се почиства и измива добре, сварява се с малко сол и се почиства от костите. Отделеното от нея месо се нарязва на парчета. Свинското също се нарязва на малки парчета. Смесват се двата вида месо и се разбъркват с подправките. Шкембето се почиства и измива добре, посолява се отвътре и се напълва с приготвената плънка, след което се зашива, надупчва се с игла и се вари във вода около 1 час. Отцежда се, поставя се между две чисти дъски и се притиска с камък за няколко дни. След това се оставя на сухо проветриво място.

САЗДЪРМА

(с. Чокмаково)

Продукти: месо от по-тлъста овца 5 кг, лой 250 г, сол 20 г на 1 кг месо, шкембе 1 бр.

Месото се обезкостява, нарязва се на по-дребни парчета и се смесва с лойта, също нарязана на дребно. Посолява се, залива се с малко вода и се вари на тих огън, докато остане само на мазнина. През време на варенето се разбърква с дървена лъжица, за да не загори. С така пригответеното месо се напълва шкембето, предварително лиснато във вода о добре почистено отвън и отвътре. Напълненото шкембе се завързва и се оставя да изстине. Съхранява се на сухо и хладно място.

Вместо в шкембе саздърмата може да се приготи в стъклени буркани и да се стерилизира.

САЗДЪРМА

(Пловдивско)

Продукти: овнешко или говеждо месо 5 кг, сол 100 г (1/2 чаена чаша), черен пипер 50 г (5 супени лъжици), дафинов лист 2–3 бр., мас (лой) 100 г (1/2 чаена чаша), шкембе (или дебел черва).

Месото се нарязва на късчета и се сварява, след което се изпържва в мазнината, посолява се и се разбърква с подправките. С тази смес се напълва шкембето (или дебелия черва). Така пригответсаздърма се възварява, отцежда се от водата и се оставя под тежест около 15–20 часа за оформяне, след което се суши на проветриво място няколко дни.

САЗДЪРМА

(Средногорието)

Продукти: шилешко (овнешко) месо от предната част 1,5 кг, сол на вкус, вода 200 мл (1 чаена чаша).

Месото, нарязано на едри късове, се залива със студена вода и се вари на тих огън, докато започне да се пържи. Охлажда се, посолява се и се поднася като разядка. Може да се поднесе разбъркано с няколко яйца.

САЛАМ

(Великотърновско)

Продукти: свинско месо (от обрезки) и говеждо (или овче) месо по 1 кг, кромид лук 250 г (3–4 глави), чесън 2 глави, карамфил 2–3 бр., черен пипер 10–15 зърна, сол на вкус, сухи говежди черва.

Свинското месо се вари до полусваряване заедно с чесъна, кромида, карамфила и сол, след което се отцежда и се скълзва на дребно заедно с говеждото (овчето) сурово месо. Прибавя се едро счукания черен пипер. Сместа се опитва на сол и се омесва добре. С нея се пълнят червата, като се превързват през 15–20 см с дебел конец.

Така приготвеният салам се пуска във вряща вода да ври около 20 минути на тих огън, след което се оставя на сухо и проветриво място. Може и да се опуши на горещ пушек в продължение на 5–6 часа. Поднася се суров, печен, пържен с яйца или без яйца.

СОЛЕНА СЛАНИНА

(Средногорието)

Избира се най-крехката сланина откъм гърба. Нарязва се на парчета, широки до 10 см и дълги 25–30 см, които се натриват добре със сол от всички страни. нареждат се плътно едно до друго с кожата надолу в сандъче, дъното на което е покрито с пласт от сол, дебел около 3 мм, а страните му са обвити в пергаментова хартия. Всеки ред се посипва обилно със сол. Най-горният пласт от солта трябва да бъде около 5 мм. Така наредената сланина се покрива с пергаментова хартия и се затваря с капак. След 20 дни тя е готова за консумация.

Сланината може да се осоли, като се постави в буре и се залее с гъста саламура. Изолирана по този начин от въздуха, тя издържа 6–9 месеца.

Готовата сланина трябва да е твърда, с приятен вкус.

СПЪРЖА

(с. Яхиново, Станкедимитовско)

Продукти: белият и черният дроб, червата, бъбреците и сърцето на закланото прасе, праз лук 3 кг (20–25 стръка), лютив пиперки 4–5

бр., дафинов лист 3–4 бр., черен пипер 30 зърна, свински пръжки 300 г (2 чаени чаши), сол на вкус.

Червата и бъбреците, измити много добре (в 9 води), се възваряват заедно с белия и черния дроб в подсолена вода. Накълцват се на дребно и се смесват със ситно нарязания праз и ситно счуканите подправки. Сместа се посолява на вкус и се вари на слаб огън, докато остане само на мазнина. Накрая се прибавят пръжките, с които готовата спържа вари още десетина минути. Изсипва се в буркани, които се затварят с капаци, и се прибира на хладно място.

СТАРЕЦ

(Пловдивско)

Продукти: свинско месо 1 кг, сол 20 г (2 супени лъжици), черен пипер 5 г (1 чаена лъжичка), бахар 10 зърна, кимион 3 г (1/2 чаена лъжичка), чесън 2 глави, шкембе 1 бр.

Към месото, нарязано на късчета, се прибавят солта и подправките. Сместа се омесва добре и се оставя да престои няколко часа, за да се осоли и ароматизира равномерно. С нея се пълни шкембето, като се внимава да не остане вътре въздух. Напълненото шкембе се завързва здраво, надупчва се на няколко места и се оставя 24 часа на хладно място. След това се окачва на проветриво място, като през 4 дни се пресова с тежест, поставена върху дъска, за да добие плоска форма. Това продължава 20 дни, докато изсъхне. Съхранява се до 1 година на проветриво място. Поднася се сурово или пържено с яйца с домашна питка.

СТАРЕЦ ПО БАНСКИ

Продукти: прясно свинско месо от филето 2 кг, сланина 300–400 г; на килограм месо се прибавят 22–25 г сол (2 супени лъжици), черен пипер и кимион по 5 г (1 чаена лъжичка), шкембе от прасе 1 бр.

Към месото, нарязано на тънки филийки, се прибавят тънко нарязаната сланина, солта и едро смлените черен пипер и кимион. Сместа се разбърква добре, след което с нея се напълва плътно, почистеното шкембе. Напълненото шкембе се зашива със здрав конец, натрива се със ситна сол, поставя се между две дъски и се притиска отгоре с тежест. Така престоява един месец, като от време на време се обръща. След това

се измива със студена вода, поръсва се с дървена пепел и се окачва на проветриво място. Поднася се нарязано на филийки.

СУШЕНА СЛАНИНА

(Средногорието)

Избира се най-крехката сланина откъм гърба. Нарязва се на парчета, широки до 10 см и дълги 25–30 см, които се натриват добре със сол от всички страни. нареждат се плътно едно до друго с кожата надолу в сандъче, дъното на което е покрито с пласт от сол, дебел около 3 мм, а страните му са обвити в пергаментова хартия. Всеки ред се посипва обилно със сол. Най-горният пласт от солта трябва да бъде около 5 мм. Така наредената сланина се покрива с пергаментова хартия и се затваря с капак. След 20 дни тя се изважда и се поръсва с малко червен пипер, а след това се суши на проветриво място.

СУШЕНО МЕСО – КАКАЧ

(с. Чокманово)

Използва се говеждо месо от по-слаби животни.

Говеждият труп се нарязва на по-едри парчета, които се варят в солена вода до полуомекване. Изваждат се, оставят се да се отцедят, слагат се в тави и се сушат 2–3 пъти в по-слаба пещ до пълно изсушаване.

Изсушеното месо се съхранява на сухо място в платнени чувалчета. Преди готвене се изкисва във вода. В приготвяните с него ястия не се поставя сол.

ТЕТЕВЕНСКА НАДЕНИЦА

Продукти: прясно свинско месо 750 г, сланина 250 г, чубрица 10 г (1 супена лъжица), черен пипер 20 зърна, червен пипер 10 г (1 супена лъжица), сол на вкус, тънки свински черва.

Обезкостеното и измито месо се скълзва със сатър заедно със сланината. Прибавят се ситно счуканите подправки. сместа се посолява и се омесва добре. С нея, след като престои няколко часа, се пълнят червата. Така приготвените наденици се консумират пържени или печени на скара.

КРАЙ

© Л. Петров
© Н. Джелепов
© Е. Йорданов
© С. Узунова

„БЪЛГАРСКА НАЦИОНАЛНА КУХНЯ“
ЗЕМИЗДАТ – СОФИЯ – 1978

Свалено от „Моята библиотека“ [<http://purl.org/NET/mylib/text/2282>]