



Дифференциация салатов

A close-up photograph of a fresh salad in a white bowl with a red rim. The salad consists of sliced cucumbers, cherry tomatoes, and fresh dill. The text is overlaid on the image.

Салат

(от итал. Salato, Salata, т. е. соленое) — холодное блюдо, приготавливаемое из различных овощей с приправой уксусом, растительным маслом, майонезом, сметаной, лимонным соком, солью, перцем или специальными салатными заправками; подаётся большей частью к жареному мясу, иногда же в виде закуски. Готовят салаты обычно непосредственно перед подачей к столу.

Под салатом также понимается кушанье в виде смеси измельчённых разнородных продуктов. Одним из самых популярных салатов является «Оливье».

Существуют также тёплые салаты, в которых измельчённое горячее (мясо, рыба, морепродукты) смешивается с холодными свежими овощами.

Салаты

Фруктовые

Овощные

Рыбные

Мясные

Продукты для фруктового салата

- ✓ Яблоки;
- ✓ Груши;
- ✓ Апельсины;
- ✓ Бананы;
- ✓ Киви;
- ✓ Ананас;
- ✓ Ягоды.



Овощные

салатик

- ✓ Помидор;
- ✓ Огурец;
- ✓ Капуста;
- ✓ Картофель;
- ✓ Перец;
- ✓ Морковь;
- ✓ Свекла.



Рыбные салаты

- ✓ Рыба;
- ✓ Креветки;
- ✓ Крабовое мясо;
- ✓ Мидии;
- ✓ Осьминоги;
- ✓ Кальмары.

Мясные

салаты

Мясо

- ПТИЦЫ;
- ГОВЯДИНЫ;
- СВИНИНЫ.
- ✓ Колбасы;
- ✓ Мясные консервы.

Грибные используемые в салатах

- ✓ Бобовые;
- ✓ Яйца;
- ✓ Кукуруза;
- ✓ Зелень;
- ✓ Грибы;
- ✓ Сыр;
- ✓ Лук;
- ✓ Маслины;



Заправки

- Майонез;
- Соусы;
- Масло;
- Сметана;
- Специи;
- Уксус;
- Йогурты;
- Свещенное молоко;

Сюрприз

Нше

- ✓ Красиво оформленный салат вызывает аппетит,
- ✓ Поднимает настроение;
- ✓ Создает романтическую обстановку







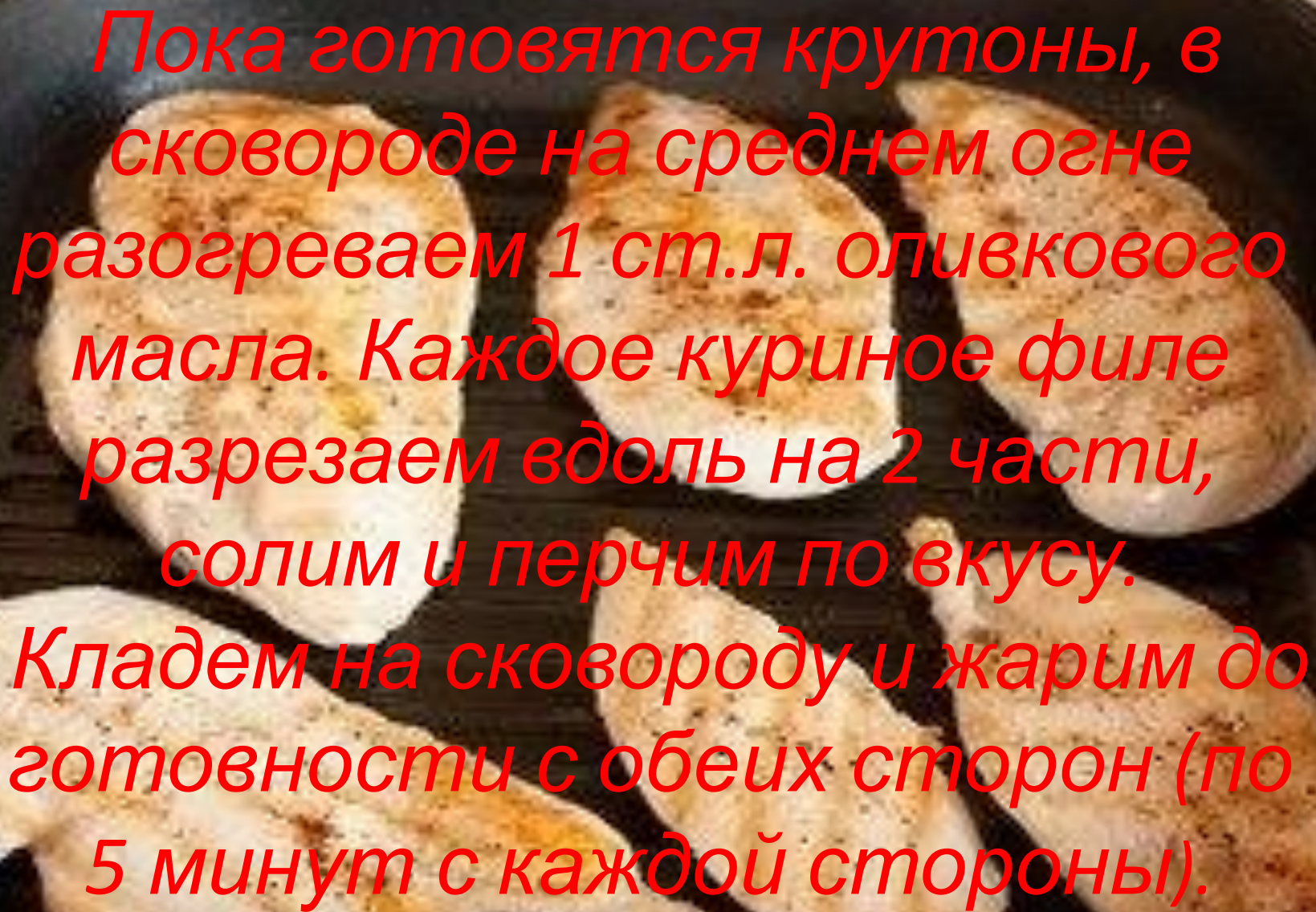


Цезарь

Багет нарезаем на кубики.

На противень наливаем 2 ст.л. оливкового масла, кладем кусочки багета и перемешиваем так, чтобы масло покрыло все кубики.

Ставим противень в разогретую до 200 градусов духовку и запекаем около 8-10 минут.



Пока готовятся крутоны, в сковороде на среднем огне разогреваем 1 ст.л. оливкового масла. Каждое куриное филе разрезаем вдоль на 2 части, солим и перчим по вкусу. Кладем на сковороду и жарим до готовности с обеих сторон (по 5 минут с каждой стороны).

Готовим заправку

Чеснок трем на очень мелкой терке. Кладем в миску, добавляем желтки, горчицу, лимонный сок и вустерский соус. Солим и перчим, хорошо перемешиваем. Непрерывно взбивая венчиком, тонкой струйкой вливаем 3 ст.л.

оливкового масла



*Листья салата рвем
руками на кусочки и
кладем в салатник.*

Приятного аппетита!

Куриное филе нарезаем
ломтиками.

Кладем к салату. Поливаем
заправкой, сверху посыпаем
сухариками и пармезаном.

Подаем.



Спасибо

за