2. Кусочки хлеба переворачиваем и теперь разбиваем яйца. Посолим и поперчим их и далее можно посыпать теми приправами, которые у вас есть и которые вам больше всего нравятся. Теперь не нужно накрывать сковороду крышкой, так как белки и желтки должны быть яркого цвета.

3. Теперь зажариваем яйца до того состояния, когда они вам больше всего нравятся. У вас может быть жидкий желток и также модно его зажаривать до твердого состояния. Теперь натираем на терке пармезан. Если у вас такого сыра нет, то моно использовать любой сыр твердого сорта. После высыпаем сыро в сковороду и при этом высыпаем его равномерно. Так еще оставляем все на огне, чтобы сыр расплавился, но снова не стоит накрывать крышкой, так как сыр должен расплавится и оставаться сухим. А под крышкой у вас обязательно скопится конденсат.

4. Простое и очень вкусное блюдо нужно переложить на тарелку. Теперь все посыпаем зеленью и украшаем свежими овощами. Выкладывает на тарелку также помидоры и огурцы и посыпаем все зеленью, но при этом обязательное мелко нашинковать. Такое блюдо стоит кушать только горячим и дополнят его горячим кофе.

**Котлеты, а к ним макароны.**

Была молодой и зеленой

И сытой бывала не слишком.

О "Хилтонах" и "Шератонах"

Читала в заманчивых книжках.

А лучшей едою считала

Котлеты, а к ним макароны.

И даже во сне не мечтала

О "Хилтонах" и "Шератонах".

Отель "Шератон",

Лакей откроет двери.

Отель "Шератон",

Сама себе не верю.

Отель "Шератон",

Подхватит чемоданы.

Отель "Шератон",

Неведомые страны.

Ведет меня в горку кривая,

В Парижах бываю и в Боннах.

И запросто там проживаю

И в "Хилтонах",

И в "Шератонах".

По белому свету летаю

За йены, за марки, за кроны,

Но лучшей едою считаю

Котлеты, а к ним макароны!

**Лариса Рубальская**

**МКУК «Болотнинская ЦБС»**

****

**2022 г.**

**Дорогие гости! Мы угощаем вас блюдами, приготовленными по рецептам Ларисы Рубальской.**

Лариса Рубальская — это известная российская поэтесса и переводчица, заслуженный деятель искусств Российской Федерации и член Союза писателей Москвы. Автор более 600 стихов и текстов популярных песен, таких, как «Доченька», «Живи спокойно, страна» (А.Пугачева), «Виноват я, виноват», «Ночной бал» (Ф.Киркоров), «Транзитный пассажир», «Темная лошадка», «Угонщица» (И.Аллегрова), «Свет в твоем окне» (Алсу), «Напрасные слова» (А.Малинин), «Безнадега» (А.Добронравов), «Зря говорят» (Я.Евдокимов) и многих других.

**Чахан от Ларисы Рубальской**

Ингредиенты:

300 г белого риса

2-3 моркови

2-3 репчатые луковицы

2 яйца

пучок зеленого лука

немного ветчины

соевый соус

кетчуп

Что делать:

Рис отварить. Морковь натереть, лук порезать и обжарить вместе с нарезанной соломкой ветчиной, вбить яйца.

Перемешать все с рисом, добавить по вкусу соевый соус и кетчуп. Подержать на огне до застывания яичной смеси. Подать, посыпав мелко нарезанным зеленым луком.

**Салат «Люби меня»**

Ингредиенты:

Морковь - 300 грамм

Яблоки - 400 грамм

Грецкие орехи - 150 грамм

Сырую морковь натираем на крупной терке. Яблоки берем кисло-сладкие, чистим от кожицы и семян и нарезаем соломкой. Добавляем к моркови и яблокам измельченные грецкие орехи, заправляем майонезом и все перемешиваем. Украшаем зеленью и дольками грецких орехов.

**Крупеник «Дальняя дорога»**

1 стакан гречки

1 пачка творога

2 столовые ложки сахара, соль по вкусу

[](http://vkus-recepty.ru/wp-content/uploads/2017/11/2a2eee2be339f168576bd04270b0e619.jpg)2 столовые ложки сметаны

Варим гречневую крупу до полуготовности. Творог смешиваем с яйцами, добавляем соль, сахар и гречку. Всю смесь выкладываем на смазанную маслом и разогретую форму и сверху смазываем сметаной. Выпекаем в духовке 20-30 минут.

**«Куриное филе в кляре»**

Ингредиенты:

Куриное филе — 500 г

Соль — по вкусу

Перец — по вкусу

Масло растительное — для жарки

Розмарин - Веточка

Чеснок — 1 зубчик

Кукурузная мука — 2 ст.л.

Яйцо — 2 шт.

Молоко — опционально

Приготовление:

1. Подготовить ингредиенты.

2. Филе курицы помойте, высушите полотенцем, нарежьте на продолговатые кусочки, посолите и поперчите с двух сторон.

3. Приготовление.

**«Рыба под соусом из сметаны, овощей и пармезана»** Ингредиенты:

Филе белой рыбы по 200 г каждое (треска, палтус, хек) — 2 шт.

Сметана — 4 ст. л.

Тертый пармезан — 2 ст. л. Большой помидор — 1 шт.

Укроп — 5 веточек

Зеленый лук — 3 веточки

Чеснок — 1 маленький зубчик

Соль — по вкусу,

Черный перец.

**«Гренки с яйцом и пармезаном»**

Ингредиенты:

Яйца — 4 шт.

Хлеб — 4 шт.

Сыр — 50 г

Чеснок — 4 шт.

Укроп — по вкусу

Базилик — по вкусу

Соль — по вкусу

Перец — по вкусу

Приготовление:

Простое блюдо начинаем готовить с хлеба. Для этого просто нарезаем его небольшими кусочками и потом выкладываем на сковороду и зажариваем. Можно хлеб зажарить сильно, а можно получить только легкую корочку. За хлебом нужно следить, так как он зажаривается очень быстро.