МОМЕНТАЛЬНЫЕ Салаты



УДК 641/642
ББК 36.997
М 76

Дизайн макета и обложки
А. Мусина

Фото на обложке К. Моргуновой

Моментальные Салаты

М 76 Моментальные Салаты. – М. : Эксмо, 2012. – 54 с. : ил.

УДК 641/642
ББК 36.997

Издание для досуга

ISBN 978–5–699–56544–3

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2012

Содержание

Салат из огурцов и помидоров
3–4

Салат «Пинкертон»
5–6

Салат из курицы,
грейпфрута и риса
7–8

Пикантный салат
из овощей и яблок
9–10

Салат с яблоками и апельсином
11–12

Салат «Радуга»
13–14

Салат «Наполеон из свеклы»
15–16

Салат из репчатого лука и яблок
17–18

Розовый салат
19–20

Салат из редьки с морковью
и яблоками
21–22

Теплый салат из фенхеля
с помидорами
23–24

Овощной салат с крыжовником
25–26

Салат из капусты и хрена
27–28

Овощной салат по-китайски
29–30
Салат из капусты и ветчины
31–32
Салат с капустой и перцем
33–34
Винегрет из свежей капусты
35–36
Овощной салат с опятами и кукурузой
37–38
Закуска из ананаса с сыром
39–40
Салат из цикория с голубым сыром
41–42
Салат из инжира с моцареллой
43–44
Салат с миндалем и «Рокфором»
45–46
Салат из арбуза и ветчины
47–48
Салат из персика и моркови
49–50
Салат «Восточные сказки»
51–52
Фруктовый салат
53–54

Салат из огурцов и помидоров

2 огурца, 2 помидора
1 зубчик чеснока
2 ст. л. растительного масла
соль

Для украшения:

70 г сыра
зелень петрушки



Салат из огурцов и помидоров

1 Чеснок растолочь в ступке с солью и растительным маслом. Огурцы и помидоры нарезать тонкими ломтиками.

2 Выложить на тарелку, полить чесночной заправкой. Сыр нарезать тонкими ломтиками.

3 Узким ножом вырезать из сыра «бабочек».

4 Украсить салат листиками петрушки и фигурками из сыра.