

Солянка

Категория: Из мяса | Кухня: Россия | Время: 45 мин | Сложность: средне

Описание

Солянка - русский суп с говядиной, колбасой, курицей, лимоном. Вкусная и сытная солянка очень полезна и взрослым и детям.

Ингредиенты

- Мясо Говядина — 400.00 г
- Лук репчатый — 2.00 шт.
- Морковь — 100.00 г
- Петрушка — 1.00 пуч.
- Огурцы — 3.00 шт.
- Томатная паста — 2.00 ст.л.
- Масло растительное — 50.00 г
- Колбаса — 200.00 г
- Колбаса копченая — 100.00 г
- Маслины — 75.00 г
- Лавровый лист — 2.00 шт.

Приготовление

- Варим бульон**
Мясо на кости залейте холодной водой, доведите до кипения и тщательно снимите пену. Убавьте огонь до минимума. Добавьте целую очищенную луковицу, морковь и коренья. Варите 1.5-2 часа при слабом кипении, пока мясо не начнет легко отходить от кости. За 20 минут до готовности добавьте лавровый лист и перец горошком. Готовый бульон процедите, мясо отделите от кости и нарежьте кубиками
- Готовим огуречную заправку**
Пока варится бульон, нарежьте соленые огурцы мелким кубиком или соломкой. Чтобы они не были слишком жесткими в супе, их можно припустить отдельно: залейте небольшим количеством воды или бульона и тушите под крышкой 15-20 минут. Если огурцы с крупными семечками, их лучше удалить
- Пассеруем лук с томатом**
Мелко нарежьте вторую луковицу. Обжарьте её на растительном масле до золотистого цвета. Затем добавьте томатную пасту и, помешивая, жарьте все вместе еще 3-4 минуты, чтобы паста отдала маслу свой цвет и ушла кислинка
- Подготавливаем мясной набор**
Нарежьте соломкой или кубиками все мясные продукты: вареное мясо из бульона, колбасу, сосиски, ветчину
- Собираем суп**

Процеженный бульон доведите до кипения. Отправьте в него томатную зажарку и подготовленные огурцы. Снова дайте закипеть.

Затем выложите в кастрюлю весь нарезанный мясной набор (вареное мясо, колбасу, сосиски). Варите все вместе на слабом огне 10-15 минут, чтобы вкусы "подружились"

6. Финальный аккорд и настаивание

За 5 минут до готовности добавьте в суп маслины (целиком или колечками), каперсы и, по желанию, немного огуречного или оливкового рассола для яркости

7. Выключите огонь, накройте кастрюлю крышкой и дайте супу настояться минимум 15–20 минут, а лучше — полчаса. В это время можно добавить лавровый лист, если вы его еще не клали

Теги

[#на праздник](#) [#сытное блюдо](#)

Рецепт из "Книги рецептов" | Автор: pavadmin | 27.10.2026