

Постный стол совсем не скучный! |

Author: Архивы, [Архивы](#) , 14.03.2008.

У православных начался Великий пост, который длится 40 дней. Пост соблюдают в наше время немногие, зато вегетарианцев и просто любителей овощей становится все больше, поэтому мы думаем, что рецепты несколько вкусных постных блюд порадуют многих.

Большой популярностью во время поста пользуются разные виды. Грибную икру, например, когда-то готовили в каждом доме, специально заготавливая грибы с осени. Часто готовили и баклажанную икру, а вот тыквенную делали немногие. Любая овощная икра, поданная с поджаренным в тостере хлебом - прекрасная закуска. Любителям чеснока советую натереть им хлеб. Икра сохраняется в холодильнике по крайней мере неделю, если ее плотно уложить в стеклянную посуду и залить тонким слоем растительного масла.

Грибная икра

150 г сушеных грибов 8 луковиц 150 г растительного масла (лучше всего рапсовое, т.е. из сурепки, colza) 2 ст. ложки оливкового масла пучок зеленого лука 2 чайные ложечки сахара 2 ст. ложки уксуса соль, перец

Намочить сушеные грибы в теплой воде за несколько часов до приготовления икры, затем варить в той же воде 30-40 мин. Вынуть шумовкой и порубить как можно мельче (лучше не в миксере).

Почистить и мелко нарезать лук. Слегка подрумянить его на половине предусмотренной порции растительного масла (примерно 15 мин.), затем перемешать с грибами. Посолить, поперчить, заправить оставшимся растительным маслом, уксусом, сахаром и оливковым маслом. Перемешать и поставить в холодильник на 2 часа.

Подавая на стол, посыпать зеленым луком.

Между прочим: На воде, оставшейся от варки грибов, можно сварить суп.

Баклажанная икра

У каждой хозяйки свой рецепт баклажанной икры и варьировать его можно сколько

угодно. Больше или меньше уксуса, жареный лук или сырой. Я, например, люблю добавлять лук и жареный и сырой, на мой взгляд, получается еще вкуснее. Помидоров в русской кухне кладут в баклажанную икру больше, чем во французской, но и это на вкус.

1 кг баклажанов 3 луковицы 600 г помидоров 6 ст. ложек подсолнечного или рапсового масла 2 ст. ложки оливкового масла соль, перец по вкусу

Помыть баклажаны, завернуть в фольгу и положить в горячую духовку (210°C) на 20-30 минут. Затем вынуть, завернуть в полотенце и дать остыть.

Тем временем почистить лук и порезать на куски. Залить кипятком помидоры, снять с них кожицу и крупно нарезать.

Как только баклажаны остыли, срезать плодоножку, снять кожицу, а мякоть смолоть в овощной мельнице вместе с луком и помидорами. Заправить растительным маслом, солью и перцем (довольно много). Перемешать, положить в стеклянную посуду и поставить в холодильник.

Пюре из баклажанов

Очень похожее на баклажанную икру, это вкусное пюре делать еще проще, так как баклажаны и помидоры даже чистить не надо.

2 баклажана 2-3 луковицы 3-4 больших помидора 2 ст. ложки майонеза 100 г оливкового масла (можно наполовину с рапсовым) 1 лимон щепотка сахара соль, перец

Помыть баклажаны, помидоры и почистить лук. Баклажаны разрезать пополам в длину. Положить на сковороду, которую можно поставить в духовку. Помидоры и 2 луковицы нарезать на ломти толщиной в 1 см., уложить слоями на баклажаны и запекать в горячей духовке (220°C) 30 минут. Последнюю луковицу нарезать на кусочки и положить в миксер со всеми запеченными овощами. Посолить, поперчить, добавить сахар, лимонный сок, растительное масло и сделать пюре. Приправить майонезом и поставить в холодильник по крайней мере на 1 час перед подачей на стол.

Икра из тыквы

1,5 кг тыквы 500 г лука 1 баночка томатной пасты (150 г) 150 г растительного масла (рапсовое и оливковое наполовину) соль, перец по вкусу

Почистить тыкву и нарезать кубиками. Почистить и мелко нарезать лук и на горячем растительном масле протомить его 10 минут. Подложить на сковороду тыкву и тушить 30 минут на малом огне без крышки, время от времени помешивая. Посолить, поперчить, добавить томатную пасту, перемешать и тушить еще 10-15 мин. Затем снять с огня, дать остыть, переложить в стеклянную посуду и поставить в холодильник.