

Простые оладьи из кабачков

Самые простые оладьи из кабачков получаются очень вкусными и сытными. Это отличный завтрак или дополнение к обеду или ужину. Готовятся за считанные минуты из самых доступных продуктов.



Продукты

Кабачки — 600 г Мука — 60 г Яйца — 2 шт . Соль — 0,5 ч. Ложки

Масло растительное — 40 мл

1. Подготовьте необходимые ингредиенты. Кабачки подойдут любого сорта. Специи подбирайте по вкусу.

2. Кабачки хорошо промойте под проточной холодной водой. Обрежьте края с двух сторон. Натрите кабачки на крупной терке. Переместите в глубокую миску.

3. Добавьте соль. Хорошо перемешайте. Оставьте на 10 минут, чтобы овощи отдали лишний сок.

4. Через 10 минут образуется много сока. Лишний сок слейте. Слегка отожмите кабачки руками, чтобы большая половина сока стекла.

5. К тертым кабачкам добавьте яйца. Хорошо перемешайте.

6. Всыпьте пшеничную муку. Хорошо перемешайте.

7. В сковороде разогрейте растительное масло. Выложите ложкой небольшие порции кабачкового теста.

8. Жарьте на умеренном огне по 2-3 минуты с каждой стороны.

9. Выложите на бумажное полотенце, чтобы удалить лишний жир. Простые оладьи из кабачков готовы.

Оладьи можно подать со сметаной либо другими соусами, свежими овощами, зеленью.

Приятного аппетита!

Рулетики из кабачков

Рулетики из кабачков с помидорами и зеленью - очень вкусное и простое блюдо из кабачков. Кабачки по этому рецепту получаются сочными и вкусными.



Продукты

Кабачки. Мука.
Соль. Масло
растительное. Помидор.
Зелень. Для соуса.
Сметана. Майонез.
Чеснок.

Как приготовить
рулетики из кабачков с
помидорами:

1. Кабачки тщательно моем, срезаем оба края и очищаем. Нарезаем кабачки длинными полосками толщиной 0,8 см. Посыпаем солью и оставляем на 10-15 минут, чтобы они пустили сок.
 2. Готовим соус. Сметану соединяем с майонезом и выдавливаем туда чеснок.
 3. С кабачков сливаем жидкость и обваливаем в муке.
 4. Жарим на растительном масле с обеих сторон до золотистого цвета. Даем остыть.
 5. У помидоров вырезаем жесткую плодоножку. Нарезаем тонкими дольками.
 6. Полоску кабачка смазываем соусом и у одного края выкладываем кусочек помидора и петрушку.
 7. Заворачиваем - и рулетики из жареных кабачков готовы!
- Приятного аппетита!

Нежная кабачковая икра



Продукты.

Кабачки- 2 кг. очищенных. Перец сладкий -0,5кг. Лук репчатый – 0, 5 кг. Томатная паста – 350 гр. Сахар – 0,5 стакана. Соль- 2ст. ложки. Уксус - 9%- 0,5 стакана. Масло растительное 0,5 стакана. Смесь молотых перцев – 2 ч.ложки.

Из указанного количества продуктов получается примерно 3 литра нежной кабачковой икры.

Как приготовить нежную кабачковую икру:

1. Кабачки очистить, нарезать кусочками.
2. Измельчить кабачки с помощью кухонного комбайна (или пропустить через мясорубку) до однородной массы. Переложить в кастрюлю (алюминиевую).
3. Перец очистить, нарезать, измельчить до однородной массы.
4. Лук очистить, нарезать, измельчить до однородной массы.
5. Добавить в кастрюлю с кабачками перец и лук. Перемешать.
6. Добавить томатную пасту. Перемешать.
7. Поставить кастрюлю на небольшой огонь и варить овощную массу, не накрывая крышкой, минут 30-40. Периодически помешивать, чтобы не подгорело (варить овощи желательнее в алюминиевой кастрюле или в кастрюлю с толстым дном, но не в эмалированной).
8. Добавить сахар. Всыпать соль. Добавить уксус. Влить масло. Оставить икру покипеть на небольшом огне еще примерно 15 минут.
9. Разложить кабачковую икру в подготовленные (предварительно стерилизованные) банки до самого верха, чтобы в банке не оставалось воздуха.
10. Закрывать (закатать) крышками, перевернуть, оставить на 5-6 часов для медленного остывания.

Нежная кабачковая икра на зиму готова.

Приятного аппетита!

Маринованные кабачки на зиму



Очень простой и быстрый способ заготовки кабачков на зиму, который не потребует от вас много усилий. Маринованные кабачки по-болгарски получаются вкусными - просто объедение!

Продукты. (на 4 литровые банки)

Кабачки- 3кг. Вода – 2 л. Сахар – 1 стакан. Соль – 3 ст. ложки. Уксус 9% - 250мл. укроп зонтики – 4шт. Листья хрена -2шт. Чеснок – 16 зубчиков. Черный перец горошком – 1ч л.

Душистый перец – 8 шт. лавровый лист- 6шт.

Как приготовить:

1.Простерилизовать 4 литровые банки и крышки к ним удобным для вас способом.

Молодые кабачки вымыть и нарезать шайбами толщиной примерно 1 см.

2. Для маринада в большой кастрюле вскипятить 2 л воды, добавить соль, сахар, перец, лавровый лист.

3. Погрузить в маринад кабачки и варить 5 минут с момента закипания, периодически перемешивая, чтобы все кабачки окунулись в маринад.

4. В стерильные банки разложить очищенный чеснок (по желанию порезать кусочками).

5. Зонтики укропа и листья хрена предварительно промыть, ошпарить кипятком и тоже разложить по банкам.

6. Плиту выключить. Горячие кабачки вынуть из маринада и разложить по банкам.

7. В маринад добавить столовый уксус, довести до кипения и залить маринадом кабачки в банках.

8. Сразу закрыть стерилизованными крышками, перевернуть банки, укутать и оставить до полного остывания.

9. Маринованные кабачки на зиму готовы.

Приятного аппетита!

Кабачки в духовке с сыром и чесноком.



Продукты:

Кабачки – 2шт. Сыр – 150гр. Специи сухие – по вкусу. Соль – по вкусу.
Оливковое масло – 1 ст. ложка. Зелень по вкусу.

Как запечь кабачки с сыром и чесноком в духовке?

1. Приготовьте все ингредиенты по списку. Кабачки для рецепта лучше взять молодые с тонкой кожицей. Сыр подойдёт любой на ваш вкус.

2. Сыр натрите на тёрке со средними или мелкими зубками. Чеснок очистите и пропустите через пресс. Смешайте тёртый сыр и измельчённый чеснок. Так будет удобнее распределять сыр и чеснок на поверхности кабачков.

3. Добавьте к сыру любимые специи. Можно использовать молотую паприку, сухой базилик и чабрец. Всё хорошо перемешайте до однородной массы.

4. Кабачки ополосните и обсушите. Срежьте места крепления плодоножки. Если у вас зрелые кабачки, то снимите с них кожуру и удалите семена внутри. Нарезьте овощ тонкими брусочками.

5. В форму для запекания выложите кабачки. Сверху сбрызните оливковым или растительным маслом. Посолите при необходимости по вкусу.

6. Посыпьте сверху ровным слоем сыра с приправами и чесноком. Отправьте форму для запекания в заранее разогретую духовку и оставьте до готовности. 200 градусов около 20 минут.

7. Готовое блюдо украсьте свежей зеленью и подавайте.

8. Кабачки в духовке с сыром и чесноком очень вкусны в горячем и холодном виде.

Приятного аппетита!