
◆ Супи ◆

Костен бульон

Продукти: 2 кг телешки кости, 2 глави лук, 8 л вода, 2 стръка целина, 2 моркова, 3 дафинови листа, черен пипер на зърна, сол.

Приготвяне: Фурната загрейте на 200 градуса. Костите раздробете. Сложете ги в намазнена тава и ги печете около час, докато добият златист цвят. Смесете в голяма тенджерата костите, соса от тавата, 5 л вода, нарязаните зеленчуци, подправките. Сложете да кипне и намалете котлона. Варете бульона непокрит 3 часа и редовно отпенвайте. Долейте 3 л вода, посолете на вкус, варете още час. Прецедете през гъсто сито и втори път – през влажен тензух. Оставете бульона да се охлади, оберете мазнината от повърхността. Поднесете веднага или съхранявайте в хладилник до 5 дни. Можете да го замразите във фризер за 3 месеца.

Класическо Варено

Продукти: 700-800 г телешки джолан, най-добре с кокал, 4-5 картофа, 3-4 глави кромид, 2-3 моркова, глава целина и листа, черен пипер на зърна, сол.

Приготвяне: Сварете месото заедно с нарязаните на едро зеленчуци в подсолена вода и черен пипер, най-добре в тенджера под налягане. Извадете месото, махнете кокала и нарежете на едри парчета. В горещата супа прибавете нарязани наситно листа от целина. Подправете с оцет.

Варено по португалски

Продукти: 500 г телешко месо, 1 глава кромид, 2 моркова, 6-7 картофа, 1 домати, 1 чушка, листа кервиз, магданоз, черен пипер, сол, олио.

Приготвяне: Нарезете месото на парчета. Сварете го в солена вода. Малко преди да е готово, прибавете всички зелунчуци, нарязани на парчета, и олиото. Накрая подправете с наситно нарязани кервиз и магданоз.

Сиренена с кайма

Продукти: 500 г телешка кайма, 1 с.л. олио, 500 г праз лук, 1 литър бульон, 400 г топено сирене, 3-4 картофа.

Приготвяне: Нарезете праз на малки парченца. Запържете каймата, добавете праз и задушавайте 5-10 минути. Налейте бульона. Щом заври, настържете вътре топеното сирене, предварително стегнато в хладилника. Разбърквайте, докато се разтвори. Обелете картофите, нарежете ги на кубчета и ги пуснете в супата. Оставете я да заври и гответе, докато картофите омекнат.

С фуге

Продукти: 300 г телешко месо, 1 глава кромид лук, 1 морков, 4 картофа, 100 г фиде, олио за пържене.

Приготвяне: Нарезете месото на малки парченца. В тенджера с дебело дъно го изпържете до златисто. Залейте с 2 л вода и оставете да заври. Лука нарежете на кубчета. Моркова рендосайте едро. В тиган сгорещете олио и изпържете в него лука и моркова. Картофите нарежете на кубчета и ги пуснете във врящия бульон с месото. Варете 10 минути. Добавете фидето. Сипете и запръжката от лук и моркови, след което варете супата още 5 минути.

С талятели

Продукти: 300 г телешко месо, 3 с.л. олио, 50 г гъби, 2 глави лук, 1/2 корен от магданоз, 1 морков, 300 г кисело мляко, 150 г брашно, 1 яйце, смлян черен пипер, сол, пресен магданоз.

Приготвяне: Нарезете месото на кубчета, запържете го в половината олио, посолете на вкус и го извадете в тенджерата. Нарезете наситно лука, магданозения корен и гъбите, настържете моркова. Задушете зеленчуците в останалото олио за 10 минути, посолете. Прехвърлете в тенджерата и налейте около 1,5 л вода. След като се свари, подправете супата с киселото мляко. За талятелите пресейте брашното и с яйцето и сол на вкус омесете твърдо тесто. Разточете тънка кора и я нарежете на дълги ленти. Сварете талятелите отделно в подсолена вода. Отцедете ги и ги сложете в супата. Оставете ги да киснат 30 минути. Поднесете с наситен магданоз.

С лимон

Продукти: 400 г телешко месо, 2 с.л. олио, 2 глави лук, 4 картофа, целина, настърганата кора от 1 лимон, 1 дафинов лист, 1/2 ч.л. кимион, чубрица, мащерка, 1 с.л. доматено пюре, 4 с.л. кисело мляко, 3 скилидки чесън, сол, накълцан магданоз.

Приготвяне: Нарезете месото и го задушете в олиото с малко вода. Добавете накълцания лук. Когато омекне, долейте 1,5 л вода. Оставете да заври и варете 30 минути. Сложете нарязаните картофи, целината, лимоновата кора, дафиновия лист, кимиона, чубрицата, мащерката и доматеното пюре. Като се свари, добавете киселото мляко, счукания чесън, солта и накълцан магданоз.

С джинджифил и краставица

Продукти: 500 г телешко месо, 4 с.л. олио, 1 глава лук, 1 морков, 1 люта чушка, 1 с.л. настърган джинджифил, 300

мл телешки бульон, 300 мл вода, 2 с.л. тъмен соев сос, сол и черен пипер на вкус, 200 г краставици, 2-3 стръка прясна мента; сухи подправки – 1 дафинов лист, 2 зърна кардамон, 1 ч.л. кориандр на семена, 1 ч.л. семена от копър.

Приготвяне: Запържете в мазнината лука и нарязаното на хапки месо. Добавете моркова, нарязан на едро, чушката и джинджифила. В тензух вържете всички сухи подправки и ги сложете при месото. Залейте с бульона и водата, овкусете със сол и с пипер. Сипете соевия сос и сварете супата на бавен огън, докато месото омекне. Извадете го. Махнете сухите подправки, пасирайте моркова и джинджифила. Върнете месото, прибавете обелената краставица, нарязана на парченца, и прясната мента. Варете няколко минути, за да остане краставицата леко твърда.

Гулаш чорба

Продукти: 300 г телешко, 5 с.л. олио, 1 глава кромид, 2 моркова, 1 с.л. червен пипер, 1 с.л. брашно, 3 картофа, 3 скилидки чесън, 1 дафинов лист, сол.

Приготвяне: Загрейте олиото в тенджера. Нарезете лука и го запържете до златисто. Добавете нарязаните моркови и месо. Когато месото се запържи, поръсете с червения пипер, разбъркайте и свалете от огъня. Сипете брашното и върнете на котлона. Постепенно налейте 1,5 л вода. Сложете в супата нарязаните картофи, чесъна, дафиновия лист и солта. Оставете да се вари 15 минути. Преди сервиране извадете дафиновия лист.

С царевица

Продукти: 55 г пикантен колбас, 450 г телешко месо, по 1 консерва домати, зелен фасул и царевица, 250 г печени червени чушки, сушен риган, 2 люти червени чушки, сол, черен пипер, олио.

Приготвяне: Нарезете наситно колбаса и месото. Запържете първо салама за 5 минути. Извадете го в тенджерата и в същата мазнина запържете телешкото за 10 минути.

Сипете и него в тенджерата. Добавете доматиите, нарязаните червени чушки и 500 мл вода. Оставете да заври и намалете огъня. Сложете зеления фасул, царевичката, ригана, лютите чушки. Варете 30 минути. Ако е нужно, долейте вода. Накрая подправете със сол и с пипер.

С грах

Продукти: 400 г телешко месо, 400 г грах от консерва, 1 глава лук, 1 с.л. брашно, 3 с.л. олио, 1 ч.л. червен пипер, 1 с.л. доматино пюре, 1 яйце, 100 мл кисело мляко, копър, магданоз, сол.

Приготвяне: Нарезете месото на малки парчета, залейте го с 6-7 ч.ч. студена вода и го сложете да ври на тих огън. Посолете, след като кипне. Ситно нарязания лук задушете в олиото заедно с брашното, поръсете с червения пипер и прибавете в бульона, когато месото е вече омекнало. След 10-15 минути добавете граха. Варете супата още 10-ина минути. Застройте я с яйцето и киселото мляко. Поръсете с наситнените магданоз и копър.

С леща

Продукти: 300 г телешко месо, 300 г леща, 1 глава лук, сол на вкус, по 1-2 щипки смлян черен пипер и канела на прах, 2 с.л. разтопено масло, половин ч.ч. ориз, сок от 1 лимон, 2-3 с.л. ситно нарязан магданоз.

Приготвяне: Сложете нарязаното на късове месо в тенджера, посипете го с наситнения лук, три четвърти от разтопеното масло, подправките, половин ч.ч. вода. Задушавайте 10-ина минути на умерен огън. Долейте вода да покрие месото и варете още 30 минути. Лещата изсипете в друга тенджера и я варете 10 минути. Отцедете и я прехвърлете в тенджерата с месото. Добавете ориза, варете още 10-ина минути до готовност. Смесете магданоза с лимоновия сок и останалото масло, леко задушете сместа в горещ тиган и я излейте в чорбата. Свалете от огъня и я сервирайте гореща.