PRZ Pelmeni пельмени вегетарианский

**environ 120 pièces**

*Pâte:* 400cl d’eau

1 c. À thé de sel

800 g de farine

*Farce:* 400 g de chou

600 grammes de pommes de terre

350 g de fromage fromage Adygei

5c . à soupe d'huile végétale

1 cuillère à thé de sel

*Epices* : [asafoetida](http://translate.googleusercontent.com/translate_c?depth=1&hl=fr&prev=search&rurl=translate.google.fr&sl=ru&u=http://vegetarianrecept.ru/specii/asafetida.html&usg=ALkJrhjHtiDB1YInW5H_Pb_o6gpLuk6fWA) , coriandre moulue, poivre noir ,beurre

Préparer la pâte, mélanger l'eau et le sel. Ajouter la farine et pétrir la pâte qui devra être élastique et dense. Couvrir.

Emincer la garniture : chou et pommes de terre au robot.

Râper à gros trous le fromage Adygei .

Mettre le chou, les pommes de terre, le fromage ajouter le sel, les épices, l'huile de cuisson et pétrir.

La pâte est divisée en trois parties. Prenez un morceau de pâte et étaler en couche mince.

Couper des cercles d'un diamètre de 7 cm.

Remplir de farce.Fermez sous la forme de raviolis.

Placer sur un plateau parsemé de farine.

Faire bouillir nos [raviolis à la vapeur](http://translate.googleusercontent.com/translate_c?depth=1&hl=fr&prev=search&rurl=translate.google.fr&sl=ru&u=http://vegetarianrecept.ru/vtorye-blyuda/vareniki-s-vishnej.html&usg=ALkJrhjuPBYkc4mxgsJFkybot4_GzIofEQ) 40 minutes.

Graisser avec du beurre ou du ghee.

Servir avec de la crème sure ou de la sauce à la crème avec de la sauce de soja (sauce de soja + crème sure).

**PRZ Russie : Вегетарианские пирожки** Pirojki végétariens

250 grammes de farine de blé entier  
125 ml de crème sure (crème 10%) 1 oeuf  
1 cuillère à soupe beurre  
1/2 c sel de mer  
 **Garniture**  
oignons, 1 pc. choucroute, 100 grammes  
champignons, 500 grammes  
beurre, 20 g 1/2 c sel de mer  
poivre noir moulu noix de muscade râpée  
paprika doux (poudre)  
2 cuill à s persil haché 2 cuill à s crème sure (crème 10%)

Mélanger la farine avec l'oeuf, la crème sure, le beurre et le sel. Pétrir la pâte, l'envelopper dans une pellicule de plastique et mettre dans le réfrigérateur toute la nuit.

Préparez la **farce :** Hacher finement les oignons pelés et le chou et les champignons.

Laisser évaporer l'eau et versez la crème sure. À la fin, ajouter le persil haché. Mélanger.  
  
Etaler la pâte finement. Couper l'aide d'un verre.   
Humidifier légèrement le bord d'un peu d'eau, mettre ensemble et bien sculpter les bords.  
 Cuire au four préchauffé à 220° pendant 15 min.

**Borchtch végétarien**

- 3 betteraves crues de taille moyenne

- 2 pommes de terre

- 2 carottes

- 1 litre de bouillon de légumes

- sel, poivre

- 1 gros oignon ou 2 moyens

- 3 gousses d'ail

- 500 ml de passata

- 200 g de chou

- 1 cs de vinaigre - 1 cs de sucre roux

- crème aigre: mélanger un petit pot de crème fraîche avec le jus d'1/2 citron. Laisser reposer à température ambiante pendant au moins 1/2h, puis mettre au frais.

- 1 cs de beurre et 1 cs d'huile d'olive **aneth**

Faire chauffer l'huile et le beurre dans une sauteuse ou une cocotte. Y faire revenir les oignons puis au bout de 10 min, ajouter les betteraves, les carottes découpées en tout petits cubes (1/2 cm de côté) et l'ail pressé. Les faire revenir également pendant 5 min, puis ajouter le bouillon, la passata, le sucre. Après ébullition, laisser mijoter à feu doux. Après 1/2 h, ajouter les pommes de terre découpées en petits cubes de la même taille et le chou finement émincé. Laisser mijoter encore1/2 h , ajouter le vinaigre, le poivre. Servir avec l'aneth hâché et la crème aigre. On peut accompagner cette soupe de pirojki .

[**Salade de betteraves à l'ail**](http://translate.googleusercontent.com/translate_c?depth=1&hl=fr&prev=search&rurl=translate.google.fr&sl=ru&u=http://gotovim-doma.ru/view.php%3Fr%3D241-recept-Salat-iz-svekly-s-chesnokom&usg=ALkJrhi-EyBIrxXYXScghMtUyr9CCrzeXg) **свекла рецепт салата**

betteraves - 2 pièces,

Ail - 2 clous de girofle,

Fromage - 70-100 g,

mayonnaise,

Râper les betteraves , l’ail, et le fromage.Mélanger .  
Assaisonner la salade avec de la mayonnaise.   
 *…vous pouvez ajouter des raisins secs ou cuits à la vapeur et des pruneaux hachés* .

**Salade tomates et concombre, sauce yaourt**

450 g de tomates mûres et fermes 1/2 concombre

1 oignon 1 poivron rouge ou vert, épépiné et haché

ciboulette fraîche ciselée

*Pour la sauce:*

6 cuil. à soupe de yaourt grec épais

2 cuil. à soupe de persil frais haché ou de ciboulette

4 cuil. à soupe d'huile d'olive

1/2 cuil. à café de vinaigre

sel et poivre noir du moulin

Pelez les tomates, épépinez-les et coupez-les en morceaux.

Détaillez le concombre et l'oignon en morceaux de même taille. Mettez le tout dans un saladier.

Mélangez tous les ingrédients de la sauce et assaisonnez à votre goût. Versez sur la salade et remuez bien.

Saupoudrez de poivre noir et décorez avec le piment haché ou la ciboulette. Servez avec du pain croustillant.