

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

РУЛЕТЫ ИЗ ЛАВАША С САЛАТОМ ИЗ ФАСОЛИ И АВОКАДО



Рулеты из лаваша всегда очень выручают хозяйку. Они украсят ваш новогодний стол.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 тонких лаваша или тонкие лепешки;
- 450 г консервированной фасоли;
- 2 средних авокадо;
- 2 средних помидора;
- 2 большие горсти плотных салатных листьев (шпинат, пекинская капуста);
- 4 веточки кинзы;
- половина острого перчика чили;
- 1 зубчик чеснока;
- 1 ст. ложка соевого соуса;
- 1 ст. ложка уксуса из белого вина;
- 2 ст. л. сока лайма;
- 1 ч. ложка сладкой паприки;

— соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.

ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шаг 1

Фасоль откиньте на дуршлаг и промойте холодной водой. Переложите в сковороду с оливковым маслом и жарьте на среднем огне 2 мин. Добавьте соевый соус и уксус и продолжайте жарить, помешивая, пока жидкость полностью не испарится. Снимите фасоль с огня и слегка разомните вилкой.

Шаг 2

Авокадо нарежьте пополам, удалите косточку и очистите. Нарежьте мякоть маленькими кубиками. Сбрызните соком лайма. Измельчите кинзу, чеснок порубите. Перчик чили

освободите от семян и мелко нарежьте. Помидоры нарежьте маленькими кубиками.

Шаг 3

Смешайте фасоль, авокадо, чили, кинзу и чеснок. Добавьте паприку, соль и черный перец. Выложите салат на листы лаваша и разровняйте. Затем положите слой из помидоров, последним слоем выложите салатные листья.

Шаг 4

Скатайте лаваша в плотные рулеты, заверните в фольгу или пленку и оставьте на 30 мин. в холодильнике. Затем разрежьте каждый рулет на три части или порционные куски высотой 5 см.

По материалам www.gastronom.ru

Торт в микроволновке ЗА 5 МИНУТ

Предлагаем приготовить «быстрый тортик» к новогоднему столу.

ИНГРЕДИЕНТЫ НА 12 ПОРЦИЙ

Для теста:

- Мука — 8 ст. ложки.
- Сахар — 6 ст. ложки.
- Какао-порошок — 3 ст. л.
- Молоко — 6 ст. ложки.
- Яйца — 2 шт.
- Разрыхлитель — 1 ч. ложка.
- Ванильный сахар — 10 г
- Растительное масло — 6 ст. л.

Для крема:

- Шоколад — 200 г
- Грецкие орехи — 150 г

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Разбиваем яйца в миску, туда же добавляем молоко, сахар, масло и взбиваем. Затем добавляем муку, какао, ванилин и разрыхлитель. Муку до-



бавляем постепенно, до нужной густоты теста.

Смазываем форму сливочным маслом и прокладываем дно пекарской бумагой. Перекладываем тесто в форму, сделав углубление посередине. Это нужно для того, чтобы бисквит не поднялся горбом, а был ровным. Выпекаем 4 минуты в микроволновке при 900 W. Минуты через три проверяем готовность лунчиком.

печенный бисквит. Проводим ножом по краю формы, затем извлекаем бисквит.

Разрезаем бисквит на два равных коржа и смазываем шоколадной пастой. Верх и края тоже смазываем шоколадом. Всю свободную поверхность обсыпаем орехами или бисквитной крошкой. Тортик готов!

По материалам сайта 1000.menu

ПАМЯТКА ПО ПРИМЕНЕНИЮ ГРАЖДАНАМИ БЫТОВЫХ ПИРОТЕХНИЧЕСКИХ ИЗДЕЛИЙ



Внимательно прочитайте инструкцию.

Помните, что даже знакомое и обычное на вид пиротехническое изделие может иметь свои особенности



Фитиль следует поджигать на расстоянии вытянутой руки. Изделие должно быть надежно закреплено от опрокидывания

Зрители должны находиться за пределами опасной зоны, указанной в инструкции по применению конкретного пиротехнического изделия, но не менее 30 метров



КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:



1. Использовать пиротехнические изделия в помещении, а также в непосредственной близости от зданий, сооружений, деревьев, автостоянок, линий электропередач и на расстоянии меньшем радиуса опасной зоны

2. Наклоняться над работающим пиротехническим изделием и после окончания его работы, а также в случае его несрабатывания



3. Держать работающие пиротехнические изделия в руках



4. Производить запуск пиротехнических изделий в направлении людей, а также в места их возможного появления



5. Использовать поврежденные пиротехнические изделия и с истекшим сроком годности



УПРАВЛЕНИЕ НАДЗОРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ГЛАВНОГО УПРАВЛЕНИЯ МЧС РОССИИ ПО Г. МОСКВЕ



МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

НЕ ОТКРЫВАЙТЕ ДВЕРЬ незнакомым людям, даже если они представляются работниками социальных, газовых, электроснабжающих служб, полиции, поликлиники, ЖКХ и т.д. Перезвоните и уточните, направляли ли к Вам этого специалиста!

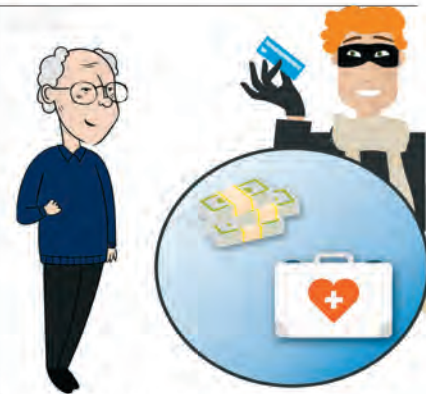


НЕ ДОВЕРЯЙТЕ, если Вам звонит и сообщают, что Ваш родственник или знакомый попал в аварию, за решетку, в больницу или совершил ДТП, и теперь за него нужно внести залог, штраф, взятку, купить дорогие лекарства - в общем откупиться. **Это ОБМАН!**



**БУДЬТЕ
БДИТЕЛЬНЫ!**
Звоните в полицию
02/102

Бесплатная
"горячая линия МВД России"
8-800-222-74-47



Незнакомец сообщает о выигрыше, блокировке банковской карты, о пересчете квартплаты, срочном обмене денег на дому или предлагает приобрести товары и таблетки по низким "льготным" ценам? **НЕ ВЕРЬТЕ - ЭТО МОШЕННИЧЕСТВО!**

