

БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

БЛЮДА ИЗ МЯСА



УДК 641.55
ББК 36.997
Б79

Авторы рецептов:

Дятлова Жанна, Кабанов Антон, Кайрис Сергей, Каленик Антон, Король Марина, Лисецкая Арина,
Савкова Раиса, Светов Денис, Тибилов Эдуард, Чикилевский Александр.

Фотографы: Рутковский Вячеслав, Демура Дарья

Большая энциклопедия. Блюда из мяса. — Москва : Эксмо, 2015. —
Б79 320 с. : ил. — (Кулинария. Готовят все! Подарочные издания).

ISBN 978-5-699-76167-8

В этой книге собраны рецепты мясных блюд на любой случай жизни, будь то семейный обед, Новый год или шашлыки за городом. Подробные описания способа приготовления и пошаговые иллюстрации позволят с легкостью справиться с любым выбранным блюдом: из птицы, свинины, говядины, субпродуктов, телятины, баранины или крольчатины. А кулинарные советы и рекомендации от шеф-поваров, сопровождающие рецепты, помогут вам усовершенствовать свое кулинарное мастерство.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-76167-8

© ООО «Айдиономикс», 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2015

Содержание

Введение.....	5
---------------	---

ПТИЦА

Салат с жареной курицей, гренками и сыром.....	8
Теплый салат из птицы с мандаринами.....	10
Салат из индейки с овощами и заправкой сальса.....	12
Салат с копченой курицей и гранатовой заправкой.....	14
Суп с домашней лапшой и куриными фрикадельками.....	16
Суп-пюре из тыквы с цыпленком и шампиньонами.....	18
Суп-крем из цыпленка, запеченный с сыром.....	20
Чихиртма.....	22
Курица, фаршированная блинами и черносливом.....	24
Руляда из курицы с омлетными блинчиками, морковью и зеленью.....	26
Курица на бутылке.....	28
Цыплята, запеченные в сметане.....	30
Крылышки в лимонно-медовом маринаде.....	32
Ножки, фаршированные грибами.....	34
Фаршированные куриные ножки в беконе.....	36
Окорочка, запеченные с луком и грибами по-домашнему.....	38
Куриные кармашки с начинкой из творога и зелени (с гарниром).....	40
Куриная грудка с шалфеем.....	42
Куриные рулеты с креветками.....	44
Куриные грудки, начиненные ароматным фаршем.....	46
Рубленые котлеты в сухарях, фаршированные маслом и сыром.....	48
Котлеты «Нежные».....	50
Пенне с курицей и овощами в сливочном соусе.....	52
Каннеллони с курицей, цукини и оливками.....	54
Оладьи из кабачков с припеком из мяса цыпленка.....	56
Бургер с курицей.....	58
Фрикадельки в сметанном соусе.....	60
Тефтели с начинкой в красном соусе.....	62
Зразы из курицы с грибами.....	64
Чахохбили с курицей.....	66
Жаркое из птицы.....	68
Куриные кусочки с лисичками в сливках.....	70
Плов из птицы.....	72
Баклажаны с куриным филе.....	74
Рулетики из индейки со сладким перцем и беконом в баклажанах.....	76
Муус из индейки с курагой и фисташками в беконе.....	78
Рулет из индейки с лисичками и шпинатом.....	80
Блинчатый пирог с индейкой.....	82
Киш с птицей.....	84
Сэндвичи с уткой.....	86
Рулет из утки.....	88
Утиные ножки, томленные с квашеной капустой.....	90
Утка с сухофруктами по-домашнему.....	92
Утиная грудка в картофельной шубке на яблоках с пряным соусом.....	94
Фаршированные перепела.....	96

СВИНИНА

Салат из свинины с виноградом.....	100
Теплый салат со свининой в яблоках.....	102
Салат с ветчиной, запеченным перцем, яблоком и корнишонами.....	104
Зеленые щи.....	106
Террин с беконом.....	108
Мясной рулет с яйцом, запеченный в фольге.....	110
Рулет из свинины и курицы по-тайски.....	112
Свиное филе в листьях савойской капусты.....	114
Свинина из графства Невер.....	116
Свиной рулет с орехами, булгуром и курагой.....	118
Блины с мясным припеком.....	120
Пряная рулька с овощами.....	122
Буженина с клюквой, яблоками и овощами.....	124
Шпигованный окорок.....	126
Карбонад в хлебном тесте.....	128
Подчеревина, фаршированная черносливом, орехами и изюмом.....	130
Свиная грудка, фаршированная блинами и белыми грибами.....	132
Свинные ребра в остро-сладкой глазури с соусом чимичурри.....	134
Свинина, томленная при низкой температуре.....	136
Жаркое из свинины в горшочке.....	137
Фрикадельки с каперсами в сливочном соусе с отварным картофелем.....	138
Буллеты по-берлински с овощами и тминным соусом.....	140
Домашняя мясная колбаса.....	142
Свинные медальоны с маринованными опятами и луковым соусом.....	144
Свиная вырезка со сладким перцем в лимонно-медовом маринаде.....	146
Свинина в кисло-сладком соусе.....	148
Филе на косточке с ароматным маслом.....	150
Свинные шницели со сладким перцем.....	152
Свинина по-шварцвальдски.....	154
Отбивная из свинины по-сицилийски со шпинатом.....	156
Свиная корейка на косточке, жаренная в панировке с чесночными шампиньонами.....	158
Свинина на шпажках в соево-медовой глазури.....	160
Пельмени с мясом.....	162
Пирог из ржаной муки со свининой.....	164
Тыквенно-пшеничная запеканка с мясом.....	166
Порк пай.....	168

ГОВЯДИНА

Салат с бастурмой, черемшой и яблоком.....	172
Теплый салат с говядиной и фасолевым соусом.....	174
Салат «Узбекистон».....	176
Щи с квашеной капустой.....	178
Томатный суп с баклажанами и говядиной.....	180
Солянка с мясом.....	182
Харчо.....	184
Мясной рулет в беконе.....	186

Гуляш с картофельными клецками.....	188
Котлеты с помидорами и стручковой фасолью.....	190
Стейк «Нью-Йорк».....	191
Антрекот с луковым конфитюром.....	192
Бифштекс с яйцом и картофельным пюре.....	194
Шницель по-датски.....	196
Бефстроганов с шанежками.....	198
Рагу по-вестфальски из говядины и свинины с фасолью.....	200
Жаркое из говядины с луком, бочковыми огурцами и лисичками.....	202
Говядина с соусом бешамель (вариант мяса по-французски).....	204
Говядина, тушенная с грибами и сладким перцем.....	206
Стейки из говядины на овощных оладушках с йогуртовым соусом.....	208
Тефтели в сливочном соусе.....	210
Зразы с гречневой кашей и грибами.....	212
Зразы из говядины со шпиком, зеленью и чесноком.....	214
Голубцы с мясом и овсяными хлопьями.....	216
Бочонки из цуккини, начиненные говядиной.....	218
Ризотто по-флорентийски.....	220
Плов с чесноком.....	222
Плов тонтарма (из прожаренного риса).....	224
Хинкали с мясом.....	226
Лагман.....	228

ПРОЧИЕ ВИДЫ МЯСА (телятина, баранина, крольчатина)

Салат с мясом, маринованными огурцами и маслинами.....	232
Салат с теплой телятиной, шампиньонами и овощами.....	234
Фрикадельки из телятины с хрустящей вермишелью и овощами на шпажках.....	236
Шницель кордон блю с гарниром из слайсов цуккини и картофеля.....	238
Телятина с грибами в тесте.....	240
Оссобуко с черносливом.....	242
Лопатка, запеченная в фольге.....	244
Тефтели (кёфте) с соусом из анчоусов.....	246
Баранина, запеченная в красном луке.....	248
Баранина с айвой.....	250

Бараньи котлеты на косточке.....	252
Бараньи ребра по-креольски.....	254
Бараньи ребрышки с гороховой кашей.....	256
Бешили жаркоп (жаркое с айвой).....	258
Баранья нога с сухофруктами.....	260
Люля-кебаб на лаваше.....	261
Плов по-самаркандски.....	262
Свадебный плов по-ташкентски.....	264
Террин из кролика.....	266
Рагу из кролика с овощами.....	268
Рагу из кролика по-русски.....	270
Кролик с белыми грибами.....	272

СУБПРОДУКТЫ

Салат-ассорти «Каприз» с языком и мясокопченостями.....	276
Крестьянский салат с беконом.....	278
Салат из зеленого лобio с куриными сердцами.....	280
Салат с куриной печенью, шампиньонами и рукколой.....	282
Салат на хлебе гриль с печенью, яйцом, редисом и томатным дипом.....	284
Маринованный язык на листьях салата.....	286
Рассольник с почками по-русски.....	288
Рулет из субпродуктов с чесноком.....	290
Холодец из свиных ножек и мяса.....	292
Крупеня с субпродуктами в шпике.....	294
Паштет из куриной печени.....	296
Паштет из печени с ягодным конфитюром.....	298
Телячья печень по-берлински.....	300
Гречневые блинчики с грибами и потрохами.....	302
Домашняя колбаса из куриных потрохов с гречневой крупой.....	304
Куриные потроха с тархуном.....	306
Старорусские вареники.....	308
Говяжий язык по-гусарски.....	310
Язык, запеченный в сметанном соусе, с хреном и картофелем.....	312
Острые уши к пиву.....	314
Говяжьи почки по-провански.....	316
Алфавитный указатель.....	318

Введение

Мясо — это вкусно. А еще питательно и полезно, конечно, при условии правильного приготовления и соблюдения умеренности в порциях. Запеченные куски ростбифа, сочные свиные отбивные, рубленые зразы со всевозможными начинками, повседневные блюда из курицы, диетические кролик и индейка, деликатесные баранина, перепела и субпродукты. Не счесть вариантов подачи и способов термической обработки мяса.

Попробуйте разнообразить мясное меню вашей семьи, удивляйте друзей и родственников на праздниках и совместных пикниках!

Вот несколько базовых правил относительно выбора и приготовления мяса, соблюдая которые вы обязательно научитесь хорошо готовить.

Выбор мяса. Определенные части туши подходят для приготовления конкретных мясных блюд.

Говяжью вырезку можно есть сырой в тар-таре или приготовить карпаччо либо медальоны с кровью. Для ростбифа лучше выбрать окорочную часть, а из филе сделать зразы. Из свиного подчерева получатся изумительные рулеты, из лопаточной части — сочные тефтели, а из окорока — ароматная буженина.

Баранью ногу лучше всего нашпиговать, завернуть в фольгу и долго запекать в духовом шкафу. А вот ценное мясо кролика максимально раскроет свой вкус и аромат при длительном тушении в толстостенной посуде.

Курица — неизменная часть ежедневного меню. Но жареная наверняка уже приелась. А вот с экзотическими мариладами, фаршированная, обернутая беконом или тушенная в вине разнообразит рацион и подарит новые вкусовые впечатления.

Покупка. Мясо следует выбирать, обращая внимание на его цвет, запах и внешний вид. Цвет должен быть ярким: говядина — красной, свинина — розовой, без серых и белесых налетов и темных обветренных участков. Запах не должен иметь никаких посторонних примесей

(для телятины допускается запах молока). Желательно проверить мясо, потрогав его. Оно должно оставаться упругим. Если вмятина от нажатия пальцем не восстановилась — мясо старое или перемороженное.

Созревание. Свежее мясо сразу не используют. Оно должно созреть, чтобы произошла ферментация, мышечные волокна расслабились, стали мягче. Свеже-нина, как вы ее ни готовьте, будет жесткой. Срок созревания — от одной до двух недель. Если вы приобрели полтуши свежего мяса, его необходимо порционировать и положить в холодильник (не морозильную камеру!) хотя бы на день, а лучше на три дня для созревания.

Хранение. Охлажденное мясо при правильном хранении может лежать в холодильнике четыре-пять дней без заморозки. Обязательно на дно емкости положите плотную натуральную ткань, сложенную в несколько слоев, чтобы она впитывала выделяемый сок. Продукт портится не сам по себе, а из-за выделяемой протухающей жидкости. Сверху также прикройте мясо салфеткой, раз в день меняйте ее. Повторное замораживание «убивает» мясо.

Купленный кусок туши до замораживания необходимо разделить: кости и жилы на бульон; отдельные куски мяса просушить бумажными полотенцами, завернуть в плотные салфетки или в пищевой целлофан и положить в морозильник.

За сутки до приготовления мясного блюда нужно переложить мясо из морозильника в холодильник, где оно медленно разморозится (и мясные волокна не повредятся). За два часа до приготовления продукт следует достать из холодильника, чтобы его температура приблизилась к комнатной. При размораживании лучше не пользоваться микроволновой печью.

Соль и перец. Солить и перчить мясные блюда предпочтительнее в конце готовки. Это касается цельных кусков мяса. Фарш солите в процессе вымешивания. Выбирайте крупную морскую соль. Перец же лучше использовать свежемолотый.

Бульон. В рецептах часто присутствуют бульоны — как овощные, так и мясные. Овощи для бульона: морковь, лук, сельдерей (корень или стебель), корень пастернака, несколько зубчиков чеснока — можно также добавить томаты (но в конце готовки). Традиционно в бульон кладут лавровый лист, петрушку и лук-порей. На 3 л воды берут примерно 2 кг костей. Время варки зависит от используемого мяса (на маленьком огне): курицу готовят 1,5 ч, говядину — 3 ч, овощи — 40 мин. Продукты нужно заливать холодной водой. Бульон не должен сильно кипеть, иначе он помутнеет. Не забывайте снимать пену. Овощи в мясные бульоны кладут за час до окончания варки.

Масло. Желательно использовать оливковое масло как наиболее полезное, но можно заменить его хорошим растительным, без ярко выраженного вкуса: рафинированным подсолнечным, рапсовым, кукурузным.

Не забывайте, что приправы придают любому блюду неповторимый аромат и изюминку.

Для жареных блюд идеально подходят черный, белый, красный острый, душистый перец, карри, розмарин, горчица, имбирь, эстрагон (тархун), цедра цитрусовых.

Для тушеных — тмин, тимьян, карри, мускатный орех, корица, шалфей, орегано (душица), майоран, лавровый лист, сушеные томаты и болгарский перец.

Для паровых и припущенных — смесь сушеных овощей (моркови, сельдерея, лука, чеснока, цветных перцев), лавровый лист, тимьян, орегано (душица), любисток, трава лимонника.

Наряду с традиционными специями к мясу в любом варианте обработки подойдут и комбинированные приправы: хмели-сунели, готовые букеты «Для мясных блюд», «Для блюд из фарша», «Для курицы».

Готовьте с любовью, радуйте и удивляйте близких людей произведениями кулинарного искусства!





ПТИЦА



Салат с жареной курицей, гренками и сыром

Этот салат — вариант средиземноморского блюда. Сочный и яркий, он подойдет для праздничного стола. При взбивании базилика добавьте немного чеснока. Он придаст гренкам пикантности.

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 2–5



Ингредиенты:

- 100–150 г куриного филе
- 50–100 г помидоров черри
- 100–300 г салата «айсберг»
- 20–40 г сыра (например, пармезана)
- приправа для курицы, соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Тосты:

- 2–3 ломтика хлеба для тостов
- 30 мл оливкового масла
- крупная веточка зеленого базилика
- соль — по вкусу

Заправка:

- 50–100 мл сливок 33%-ной жирности
- 1 ст. л. пастообразной горчицы
- 1 яичный желток

Совет шеф-повара

Вместо куриного филе подойдет мясо индейки, в качестве заправки — майонез, смешанный с каперсами, анчоусами и вустерским соусом.



1 Взбить блендером оливковое масло с базиликом и солью до однородной консистенции.



2 Срезать с хлеба корочки, нарезать мякиш ломтиками желаемой формы. Сверху нанести получившуюся массу, запекать 3–5 мин в духовом шкафу при 200 °С.



3 Нарезать филе вдоль кусками толщиной 1 см.



4 Натереть мясо приправой, посолить.



5 Обжаривать филе на сковороде на оливковом масле 3–6 мин до готовности.



6 Растереть для заправки желток с горчицей, добавить сливки, хорошо перемешать.



7 Произвольно нарезать листья салата, смешать с заправкой.



8 Разрезать помидоры черри пополам. Натереть сыр на мелкой терке. Нарезать курицу кусочками толщиной 5 мм. Выложить салатные листья на тарелку, на них — остальные компоненты.



Теплый салат из птицы с мандаринами

Этот салат подают теплым. Заправка усиливает вкус жареного баклажана и сыра в сочетании с птицей. Чтобы приготовить большое количество порций, запекайте блюдо на противне.

Время приготовления: 20–30 мин

Количество порций: 1–3



Ингредиенты:

- 50–150 г куриного филе
 - 1/4 баклажана
 - 20–50 г твердого сыра (например, российского)
 - 2 мандарина
 - 20–40 г очищенных грецких орехов
 - 1/2 ч. л. пастообразной горчицы
 - 1/2 консервированного персика
 - 1/2 небольшого стручка красного болгарского перца
 - свежемолотый черный перец, приправа для курицы, соль — по вкусу
 - растительное масло для жарки
- Заправка:**
- 1 маленькая луковица
 - 30–50 мл растительного масла
 - несколько веточек свежего укропа
 - сок 1 мандарина

Совет шеф-повара

Вместо куриного подойдет филе индейки или куриная ветчина. Равнозначной заменой мандаринам станут дольки апельсина, грецким орехам — фундук или миндаль.



1 Нарезать баклажан средними кубиками, болгарский перец — длинными брусочками.



2 Нарезать куриное филе поперек волокон длинными брусочками. Посолить, поперчить, добавить приправу.



3 Разобрать очищенные мандарины на дольки. Нарезать консервированный персик дольками. Обжаривать грецкие орехи 3–5 мин в духовом шкафу при 180 °С. Очистить от шелухи, мелко подробить.



4 Выложить баклажан, болгарский перец, куриное филе на разогретую с растительным маслом сковороду. Обжаривать 3–5 мин до готовности курицы.



5 Добавить горчицу, перемешать.



6 Выложить филе с овощами в форму для запекания. Посыпать дроблеными грецкими орехами.



7 Декорировать дольками мандарина и персика. Посыпать тертым сыром. Запекать 3–5 мин в духовом шкафу при 200 °С.



8 Измельчить для заправки блендером лук и укроп. Добавить масло, выдавить сок мандарина, перемешать до однородности. Подавать салат теплым, полив заправкой.



Салат из индейки с овощами и заправкой сальса

Вариант модного сегодня фреш-салата с заправкой сальса. Соотношение количества компонентов можно варьировать по вкусу. Чтобы сделать соус ароматным и немного резким, добавьте чеснок. Зелень выбирайте по вкусу — от рукколы до фризе. Салат можно выложить слоями или перемешать. Для украшения посыпьте блюдо кедровыми орехами.

Время приготовления: 20–30 мин

Количество порций: 3–5



Ингредиенты:

- 100–150 г филе индейки
- 4–8 помидоров черри
- 100–120 г огурцов
- 100–120 г сладкого болгарского перца
- 100–120 г салата «айсберг» или ромен-салата
- 50–60 г консервированной кукурузы
- приправа для курицы, соль — по вкусу
- растительное масло для жарки

Заправка:

- 30 г сладкого болгарского перца
- 30 г огурца
- 20 г лука
- 20 мл лимонного сока
- 10 мл меда
- 50 мл оливкового масла
- сухая паприка на кончике ножа
- веточка укропа или петрушки

Совет шеф-повара

Вместо меда в заправку можно добавить сахар. Хорошая замена огурца — молодой кабачок или яблоко, индейки — куриное филе.



1 Нарезать филе произвольными кусками толщиной 1–1,5 см, натереть солью, приправой.



2 Обжаривать 2–3 мин на хорошо разогретом растительном масле.



3 Нарезать промытые помидоры черри четвертинками, остальные овощи — произвольно. Нашинковать салат.



4 Нарезать мелко очищенный лук для заправки, смешать с лимонным соком.



5 Влить мед.



6 Добавить в заправку мелко рубленые овощи и зелень.



7 Влить оливковое масло, добавить паприку, смешать до состояния эмульсии.



8 Нарезать кусочки индейки ломтиками толщиной 5 мм. Смешать овощи, кукурузу, полить заправкой, сверху выложить кусочки индейки.



Салат с копченой курицей и гранатовой заправкой

Зимний салат, потому что именно в эту пору можно найти на прилавках магазинов и рынке сезонную хурму, входящую в его состав. Гранатовый сок в сочетании с йогуртом сделает заправку необычайно вкусной и очень полезной, авокадо насытит кожу необходимыми микроэлементами и поможет ей всегда выглядеть свежо и молодо.

Время приготовления: 10 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 200 г копченого куриного филе
- 200 г салата «айсберг»
- 1 авокадо
- 120 г моцареллы
- 1 небольшая хурма
- 1 ч. л. лимонного сока

Заправка:

- 200 мл йогурта
- 80 мл гранатового сока
- 40 г французской зерновой горчицы

Для подачи:

- 40 г миндальной стружки



3 Раздавить моцареллу ножом, разделить на кусочки.



7 Тщательно смешать все компоненты для заправки.



4 Обжаривать миндальную стружку на сухой сковороде в течение 1–2 мин до золотистого цвета.



8 Соединить нарезанную хурму, куриное филе, авокадо, салатные листья и перемешать с заправкой.



1 Нарезать копченое куриное филе кусочками.



5 Очистить авокадо, удалить косточку, нарезать соломкой. Сбрызнуть соком лимона, чтобы мякоть не потемнела.



9 Уложить кусочки моцареллы на готовый салат.



2 Помыть хурму, извлечь косточки и нарезать брусочками.



6 Промыть салат, отделить кочерыжку и нарвать листья.



10 Посыпать блюдо миндальной стружкой.



Суп с домашней лапшой и куриными фрикадельками

Этот традиционный домашний суп многим придется по вкусу. Приготовьте лапшу собственными руками и первое на ее основе. Вы убедитесь — результат стоит затраченного времени.

Время приготовления: 20 мин +
+ 3–4 ч на приготовление лапши

Количество порций: 3–5



Ингредиенты:

- 200–300 г куриного филе
- 30–50 г моркови
- 1 крупная луковица
- пучок укропа или петрушки
- лавровый лист, соль, приправа для курицы — по вкусу
- растительное масло для жарки

Лапша:

- 1 яйцо
- 200 г муки + на подпыл
- 25–50 мл воды (в зависимости от вязкости теста)
- 1/2 ч. л. соли

Совет шеф-повара

Чтобы разнообразить варианты приготовления этого супа, включите в состав ингредиентов стебли сельдерея, грибы, свежие или вяленые помидоры, кабачки. Добавьте в тесто измельченную блендером зелень или сухую паприку. Они придадут лапше желаемый оттенок.



1 Разбить яйцо в подсоленную воду, размешать, добавить муку, замесить крутое тесто. Оставить на 20–30 мин для набухания клейковины.



2 Раскатать тесто в пласт толщиной 1–2 мм.



3 Нарезать лапшу желаемой формы. Высушивать в течение 2–3 ч при температуре 30–40 °С.



4 Дважды пропустить филе и половину очищенного лука через мясорубку с мелкой решеткой. Добавить соль, приправу, тщательно вымесить и выбить.



5 Сформовать фрикадельки диаметром 2–3 см. Варить 6–8 мин в подсоленной воде при спокойном кипении, добавив лавровый лист и стебли зелени.



6 Нарезать оставшийся лук соломкой, натереть очищенную морковь на крупной терке.



7 Обжаривать овощи на растительном масле 6–8 мин.



8 Положить в бульон с фрикадельками лапшу, обжаренные овощи, варить 5–8 мин. За 1 мин до готовности добавить лавровый лист, соль, приправу, рубленую зелень.



Суп-пюре из тыквы с цыпленком и шампиньонами

Этот суп — хороший способ подачи богатой витаминами тыквы. Блюдо выглядит ярко и аппетитно, а также не имеет привкуса и запаха, характерного для сырого овоща. Если ребенка сложно заставить есть тыкву, приготовьте предлагаемый суп-пюре. Малышу обязательно понравится.

Время приготовления: 30–40 мин

Количество порций: 3–5



Ингредиенты:

- 100–150 г голени цыпленка
- 100 г тыквы
- 100 г лука
- 50 г моркови
- 50 г белокочанной капусты
- универсальная приправа, приправа для фарша, лавровый лист — по вкусу
- свежемолотый черный или душистый перец, соль — по вкусу

• растительное масло для жарки

Для подачи:

- 20–100 мл сметаны
- 50 г шампиньонов
- зелень укропа (петрушки)

Совет шеф-повара

Разнообразьте состав ингредиентов цветной капустой или стеблем сельдерея, замените шампиньоны белыми грибами — и вы получите новый вариант супа. Чтобы сделать блюдо более сытным, добавьте молоко или сливки.



1 Мелко нарезать очищенные овощи — половину лука, морковь, тыкву и капусту.



2 Обжаривать лук с морковью 5 мин. Добавить капусту, через 5 мин — тыкву. Обжаривать 5 мин.



3 Нарезать помытые шампиньоны.



4 Обжаривать грибы на растительном масле 10 мин до готовности.



5 Отделить цыпленка от кости, пропустить через мясорубку с оставшимся луком и половиной жареных шампиньонов. Выложить в сковороду.



6 Добавить соль, приправу для фарша, перец и обжаривать 10–15 мин до готовности. Выложить фарш на дно супницы или посуды для подачи.



7 Варить бульон на кости в течение 20–30 мин.



8 Выложить в бульон жареные овощи, довести до кипения и измельчить блендером. Добавить универсальную приправу, лавровый лист. Вылить пюре в супницу поверх фарша, украсить зеленью, сметаной и жареными шампиньонами.



Суп-крем из цыпленка, запеченный с сыром

Суп-крем назван так потому, что в качестве жидкой основы используются сливки. Предлагаемый рецепт — вариант приготовления блюда с куриным филе.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 1–2



Ингредиенты:

- 100–150 г филе цыпленка
- 100 мл молока
- 100 мл сливок
- 20–30 г твердого сыра (например, российского)
- 20 г муки
- 20 г сливочного масла
- щепотка мускатного ореха
- лавровый лист, белый перец, соль — по вкусу

Совет шеф-повара

Чтобы довести суп до желаемой густоты, влейте куриный бульон. Можно добавить выпаренное белое вино, тертый пармезан.



1 Нарезать мякоть филе небольшими кубиками или соломкой.



2 Варить филе в небольшом количестве подсоленной воды 8–10 мин, добавив лавровый лист, перец.



3 Обжаривать муку на сливочном масле 2–3 мин до появления орехового аромата, остудить.



4 Влить молоко и сливки, непрерывно помешивая.



5 Добавить мускатный орех, проваривать смесь 3–5 мин, непрерывно помешивая.



6 Влить бульон от варки филе, перемешать.



7 Поместить отварную мякоть курицы на дно посуды для подачи, залить горячим супом-кремом.



8 Посыпать тертым сыром и запекать 3–6 мин в духовом шкафу при 200 °С до появления золотистой корочки.



Чихиртма

Густой грузинский суп, рецепт которого имеет восточные корни. Блюдо довольно необычно, поскольку не похоже ни на суп-пюре, ни на привычный суп из нарезанных овощей. Чаще всего чихиртму готовят из курицы. Для густоты добавляют пшеничную или кукурузную муку и взбитые куриные яйца. Обогатить вкус блюда помогут молотая корица, кориандр и нарезанная свежая мята.

Время приготовления: 1 ч 20 мин

Количество порций: 10



Ингредиенты:

- 1 небольшая курица
- 2 луковицы
- 3 яйца
- 2 ст. л. муки
- 2 ст. л. белого винного уксуса
- сок 1 лимона
- пучок свежей кинзы
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки



3 Мелко нарезать очищенный лук.



7 Отделить куриное мясо от костей, мелко нарезать.



4 Обжаривать лук на раскаленном растительном масле до прозрачности.



8 Выложить мясо в бульон, варить 10 мин.



1 Удалить у курицы лишний жир. Варить на среднем огне около 1 ч.



5 Добавить муку, немного обжарить.



9 Добавить в кастрюлю мелко нарезанную кинзу.



2 Достать готовую курицу, процедить бульон.



6 Влить 200 мл куриного бульона. Тщательно перемешать, чтобы не было комков. Добавить полученную массу в кастрюлю с оставшимся бульоном, посолить, поперчить.



10 Взбить яйца, добавить к ним лимонный сок и уксус. Влить полученную смесь в кастрюлю, постоянно помешивая венчиком. Довести суп до кипения.



Курица, фаршированная блинами и черносливом

Фаршированная курица — традиционное и очень сытное блюдо праздничного стола. В качестве начинки подойдут потрошки, изюм и грибы.

Время приготовления: 1 ч 20 мин

Количество порций: 10–12



Ингредиенты:

- 1 курица
- 1 крупная луковица
- 1 небольшая морковь
- 50–60 г плодов чернослива
- 50 мл майонеза
- 1 ст. л. приправы для курицы
- соль — по вкусу

Блины:

- 200 мл молока
- 100 г муки
- 1 яйцо
- 1/2 ч. л. соли
- 1 ст. л. сахара
- пучок укропа (петрушки)
- растительное масло для жарки

Дополнительно:

- зубочистки



2 Снять с курицы кожу с частью мякоти, стараясь не повредить целостность кожи.



3 Натереть кожу изнутри и снаружи смесью приправы и майонеза, оставить на 10–20 мин для маринования.



4 Смешать для блинов муку, молоко, яйцо, соль, сахар до однородной консистенции.



5 Добавить в тесто мелко порубленную зелень, перемешать.



6 Испечь на растительном масле тонкие блины.



7 Отделить оставшееся на скелете мясо от костей. Пропустить с жареным луком через мясорубку. Добавить чернослив, морковь, соль, приправу, хорошо вымесить.



8 Распределить фарш на блинах слоем толщиной 5 мм и свернуть трубочками.



9 Нафаршировать трубочками кожу, скрепить зубочистками со стороны головы и задней части. Запекать в духовом шкафу 40–60 мин при 160 °С. Готовую закуску слегка прижать, нарезать для подачи.



1 Произвольно нарезать очищенный лук. Промыть чернослив, разрезать пополам или на четыре части. Обжаривать лук на растительном масле 6–8 мин. Отваривать морковь до готовности, нарезать кубиками.



Руляда из курицы с омлетными блинчиками, морковью и зеленью

Этот куриный рулет был неизменной составляющей мясного ассорти в кафе и ресторанах времен Советского Союза. В качестве начинки шеф-повара на выбор использовали сосиски, ветчину, фасоль или горошек.

Время приготовления: 2 ч +
+ время на застывание

Количество порций: 10



Ингредиенты:

- 1 средняя курица
- 100 мл молока
- 4 яйца
- 2 зубчика чеснока
- 1 пучок укропа
- 1 средняя морковь
- 1,5 л воды или куриного бульона
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Дополнительно:

- марля
- кулинарная нить или шпагат



1 Приготовить омлет из желтков с добавлением 50 мл молока.



2 Натереть очищенную морковь на крупной терке.



3 Приготовить омлет из белков с добавлением оставшегося молока.



4 Мелко порубить укроп.



5 Измельчить очищенный чеснок.



6 Снять мякоть с курицы вместе с кожей одним пластом, сделав разрез вдоль позвоночника и аккуратно подрезая вдоль костей.



7 Равномерно распределить на доске мякоть курицы. При необходимости в местах сильных утолщений отбить кухонным молотком. Выложить поочередно омлет из белков, желтков, морковь и укроп.



8 Посыпать рубленым чесноком. Посолить, поперчить.



9 Свернуть рулетом.



10 Завернуть в марлю, обвязать кулинарной нитью или шпагатом. Положить в кипящий куриный бульон или воду, варить 50 мин. Извлечь, на ночь поставить под гнет. Нарезать при подаче ломтиками толщиной 7 мм.



Курица на бутылке

Курица на бутылке — традиционное блюдо советского праздничного стола, приготовленное в духовом шкафу без вертела или гриля. Пиво, используемое при запекании, сделает блюдо ароматным.

Время приготовления: 40–50 мин

Количество порций: 5–6



Ингредиенты:

- 1 курица
- 500 мл пива
- 30–50 г сливочного масла
- 5–10 веточек тимьяна

Маринад:

- 2–5 зубчиков чеснока
- 100–150 мл майонеза
- 20 г приправы для курицы
- соль — по вкусу

Дополнительно:

- стеклянная бутылка
- шпагат

Совет шеф-повара

В курицу можно добавлять различные пряные травы, например базилик, эстрагон, розмарин; допустимо майонез заменить горчицей. Для наполнения тушки маслом удобно использовать кондитерский мешок или обычный полиэтиленовый пакет, срезав уголок.



1 Приготовить маринад: измельчить очищенный чеснок, соединить с майонезом, приправой и солью.



2 Удалить у курицы заднюю часть и бедерные кости.



3 Сделать ножом прорезы в филейной части изнутри.



4 Наполнить прорезы сливочным маслом.



5 Поместить в прорезы и в мякоть бедер веточки тимьяна.



6 Обмазать курицу маринадом.



7 Налить в бутылку немного пива. Надеть курицу на бутылку. Связать шпагатом ножки, крылышки завести назад и также связать.



8 Вылить на дно формы для запекания оставшееся пиво, поставить на 30–40 мин в духовой шкаф при 160 °С. Периодически поливать курицу выделившимся из нее соком.



Цыплята, запеченные в сметане

Нежные ароматные цыплята, приготовленные по этому рецепту, — ответ французскому фрикасе (тушенному в соусе мясу). Такое горячее сытное блюдо особенно хорошо со сметанным соусом. Если из цыплят достать кости и получившиеся карманы наполнить фаршем, блюдо будет удобно взять в качестве ссобойки или подать к праздничному столу.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 3



Ингредиенты:

- 3 куриных бедра
 - 150 г свиного сала
 - 5–6 зубчиков чеснока
 - небольшой пучок укропа и/или петрушки
 - соль, свежемолотый черный перец, приправа для жарки курицы — по вкусу
- Соус:

- 200 мл сметаны
- 30–50 г муки
- жир от запекания куриных бедер
- соль — по вкусу

Гарнир:

- 2 моркови
- 1 цукини
- 1/2 белокочанной капусты
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки

Вариант приготовления

Сало можно заменить сыро- или варено-копченой грудинкой, а фарш дополнить мелко нарезанными жареными грибами и специями по вкусу, например молотым тмином.



1 Удалить из вымытых куриных бедер кости и натереть мясо со всех сторон солью и приправой. Пропустить сало с очищенным чесноком дважды через мясорубку.



2 Всыпать предварительно порубленную зелень в хорошо перемешанное сало с чесноком.



3 Наполнить куриные бедра полученным фаршем.



4 Выложить куриные бедра в жаропрочную форму и запекать в разогретом духовом шкафу 20 мин при 200 °С. Собрать жир, выделившийся при запекании.



5 Обжаривать муку на хорошо разогретой сковороде на жире, выделившемся при запекании куриных бедер. Добавить сметану, посолить и, непрерывно помешивая, дождаться довольно густой консистенции соуса.



6 Полить куриные бедра соусом и запекать блюдо 5–8 мин при 220 °С.



7 Измельчить предварительно вымытый цукини с кожей, очищенную морковь и капусту.



8 Обжаривать овощи на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом до желаемой степени готовности, посолить и добавить перец. Подавать цыплят на овощной подушке.



Крылышки в лимонно-медовом маринаде

В блюде раскрывается классическое сочетание вкусов лимонно-медового маринада и мяса цыплят. Золотистая корочка придаст аппетитный вид этим простым в приготовлении и вкусным крылышкам.

Время приготовления: 20–30 мин +
+ время на маринование

Количество порций: 3–6



Ингредиенты:

- 6–9 куриных крылышек
- 100 мл меда
- 1 стручок свежего перца чили

Маринад:

- 1 лимон
- 2 зубчика чеснока
- 1 ч. л. пастообразной горчицы
- 1 ст. л. комбинированной приправы для курицы

- соль — по вкусу

Для подачи:

- микс-салат

Совет шеф-повара

Хороший вариант — приготовить блюдо на решетке. Подавать лучше с отварным рисом и свежими овощами.



1 Очистить крылышки. Сделать с внутренней стороны несколько надрезов до кости для лучшего маринования.



2 Мелко истолочь для маринада очищенный чеснок, выдавить сок половины лимона, добавить горчицу, соль, приправу.



3 Натереть крылышки маринадом, оставить мариноваться в течение 30–60 мин.



4 Карамелизовать мед: довести в сковороде до кипения, чтобы цвет стал более темным, добавить сок второй половины лимона.



5 Нарезать перец чили тонкими колечками, добавить к меду.



6 Запекать крылышки 10–15 мин в духовом шкафу при 160–180 °С. Полить половиной карамели. Отправить еще на 3–5 мин в духовой шкаф при 240 °С. При подаче полить оставшейся карамелью, украсить салатом.



Ножки, фаршированные грибами

Фаршированные ножки — традиционное блюдо из рубленого мяса птицы. Существует много вариантов его приготовления. Так, можно добавлять в фарш курагу, чернослив, рис с зеленью.

Время приготовления: 30–40 мин

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 2 куриных окорочка
- 40–50 г шампиньонов
- 50 г лука
- 2 ломтика белого хлеба
- пучок укропа (петрушки)
- сметана или майонез для смазывания
- соль, приправа для курицы, смесь перцев — по вкусу
- растительное масло для жарки

Совет шеф-повара

Если в начинку вместо жареных грибов добавить тертое яблоко, размоченный изюм и немного корицы, то получится блюдо «Ножки цыплят, фаршированные по-еврейски».



1 Снять кожу с окорочков, стараясь не повредить ее целостность. Оставить в коже нижний сустав.



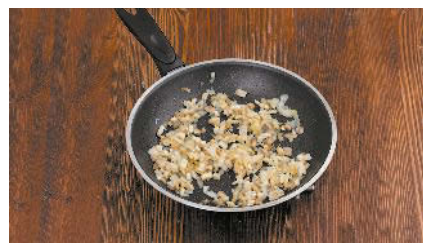
2 Срезать мякоть с кости.



3 Замочить хлеб в воде, отжать.



4 Нарезать очищенные лук и грибы кубиками.



5 Обжаривать лук и грибы на растительном масле 8–10 мин.



6 Дважды пропустить мясо с отжатым хлебом через мясорубку. Добавить в фарш обжаренные лук и грибы, рубленую зелень, соль, приправу, смесь перцев, хорошо вымесить.



7 Наполнить ножки полученным фаршем.



8 Аккуратно подвернуть края кожи, смазать ножки сметаной или майонезом и запекать 20–30 мин в духовом шкафу при 160 °С.



Фаршированные куриные ножки в беконе

Традиционно фаршированные ножки готовили следующим образом: полностью извлекали мякоть, пропускали ее через мясорубку, добавляли обжаренные грибы и лук. И нередко они получались сухими. Предлагаемый рецепт позволяет сохранить сочность нежного куриного мяса, и готовое блюдо будет очень выигрышно смотреться на срезе при подаче.

Время приготовления: 45 мин

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 2 куриных окорочка
- 1/2 сладкого болгарского перца
- 4 маслины без косточек
- 50 г стручковой фасоли
- 2 початка мини-кукурузы
- 4–5 ломтиков бекона
- 2 зубчика чеснока
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Для подачи:

- несколько веточек укропа

Дополнительно:

- зубочистки
- пергаментная бумага



2 При этом нужно оставить нижний сустав. Желательно использовать небольшой нож. Посолить, поперчить ножки с внутренней стороны.



6 Плотно утрамбовать, подвернуть свободную часть мяса.



3 Вложить в каждую ножку по початку кукурузы. Если нет маленькой кукурузы, положить по 1 ст. л. обычной консервированной.



7 Скрепить ножки зубочистками.



4 Разрезать половинку перца на четыре ломтика, вложить по два в каждую ножку.



8 Плотно обернуть ломтиками бекона.



1 Удалить из куриных ножек кость. Для этого максимально отодвинуть мякоть и сделать круговой надрез вокруг кости, освобождая ее: сначала в районе бедра, затем — в голени.



5 Вложить две целые маслины, фасоль и зубчик чеснока, нарезанного полосками, в каждую ножку.



9 Выпекать 25–30 мин при 180 °С, предварительно выстелив дно емкости пергаментной бумагой. При подаче украсить рубленным укропом.



Окорочка, запеченные с луком и грибами по-домашнему

На гарнир отварите картофель в подсоленной воде. Промойте шпинат, бланшируйте, добавьте сливочное масло. Измельчите шпинат и масло блендером до однородной консистенции, введите в картофель, пока горячий, разомните в пюре.

Время приготовления: 30–40 мин

Количество порций: 1–3



Ингредиенты:

- 1–2 куриных окорочка
- 50 г лука
- 40 г моркови
- 50 г шампиньонов
- 30 г твердого сыра (например, российского)
- 20 мл майонеза
- 10 мл сметаны
- 5–10 г пастообразной горчицы
- 1 зубчик чеснока
- несколько веточек укропа
- соль, комбинированная приправа для курицы, смесь перцев — по вкусу
- растительное масло для жарки



1 Отделить мякоть окорочков от кости.



2 Надсечь мякоть, добавить соль, приправу, смесь перцев, сформовать круглые лепешки.



3 Смешать очищенный тертый чеснок с горчицей.



4 Намазать лепешки горчицей с чесноком.



5 Натереть очищенную морковь на крупной терке, нарезать очищенный лук соломкой, шампиньоны — ломтиками.



6 Обжаривать овощи с грибами на растительном масле 10–12 мин.



7 Обжаривать окорочка с двух сторон на масле по 1,5–2 мин.



8 Мелко порубить укроп.



9 Выложить на окорочка рубленую зелень, жареные овощи с грибами.



10 Полить смесью майонеза и сметаны, посыпать тертым сыром. Запекать 6–8 мин в духовом шкафу при 180–200 °С.



Куриные кармашки с начинкой из творога и зелени (с гарниром)

Творожная начинка с травами и чесноком дает блюду сочность изнутри, позволяя сохранить кармашкам правильную форму шницеля. Если вы не любите блюда в панировке, скрепите готовые полуфабрикаты зубочистками и запекайте 20–25 мин в духовом шкафу, периодически поливая выделившимся соком.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500 г куриного филе
- 800 г картофеля
- 100 г ветчины
- 150 г нежирного творога
- 150 г свежемороженого гороха
- 150 г моркови сорта «беби»
- 7 ст. л. сливочного масла
- 6 ст. л. панировочных сухарей
- 4 ст. л. муки
- 1 яйцо
- 1 пучок петрушки
- 1/2 пучка зеленого лука
- 2 зубчика чеснока
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу



1 Мелко порубить половину петрушки и зеленого лука, измельчить очищенный чеснок. Смешать зелень и чеснок с творогом. Посолить и поперчить.



2 Нарезать ветчину ломтиками толщиной 2–3 мм.



3 Сделать надрез на филе вдоль и раскрыть его. Посолить, поперчить, слегка отбить.



4 Разделить творожную массу на равные части и выложить в середину каждой порции филе.



5 Положить сверху на творожную массу по ломтику ветчины.



6 Свернуть филе вокруг начинки, придать форму котлеты.



7 Обвалять каждую порцию в муке.



8 Обмакнуть во взбитое яйцо.



9 Запанировать в сухарях, плотно прижав их. Охладить в течение 10 мин, чтобы панировка хорошо прикрепилась к полуфабрикату.



10 Обжаривать по 2 мин в 2 ст. л. сливочного масла. Поставить запекаться в духовой шкаф на 20 мин при 180 °С.



11 Разделить каждый клубень картофеля на четыре дольки, отварить в подсоленной кипящей воде до готовности. Обжарить морковь с горошком на оставшемся сливочном масле.



12 Добавить к обжаренным моркови и горошку сваренный и обсушенный картофель и крупно порубленные петрушку и лук. Перемешать, посолить и поперчить. Перед подачей нарезать кармашки ломтиками толщиной 1,5–2 см.



Куриная грудка с шалфеем

В традиционной кухне Италии есть блюдо, которое называется «Салтимбocca». Это куриное филе, запеченное с беконом и прикрепленным листиком шалфея. В рецепте описан немного видоизмененный вариант приготовления этого блюда и предложен потрясающий овощной гарнир. При подаче на тарелку выложить перец, полить небольшим количеством соуса, сверху поместить нарезанное ломтиками (по 2 см толщиной) куриное филе. Украсить колечками острого перца.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 4 куриных филе
- 500 г сладкого болгарского перца
- 350 мл куриного бульона
- 100 мл сухого белого вина
- 12 ломтиков бекона
- 8 листиков шалфея
- 2 зубчика чеснока
- 4 ст. л. сливочного масла
- 2 зубчика чеснока
- 1 луковица
- 1 стручок острого перца
- 2 ст. л. меда
- 2 ст. л. бальзамического уксуса
- 1 ст. л. муки



2 Нарезать болгарский перец кружочками толщиной 5 мм, предварительно очистив его от семян и перегородок



6 Залить перец с луком соусом, добавить нарезанный колечками острый перец, томить на самом маленьком огне 10 мин.



3 Добавить перец к луку с чесноком, влить вино, томить 10 мин.



7 Смешать до однородной массы мед и бальзамический уксус.



4 Обжаривать на сухой сковороде муку. Добавить 1 ст. л. сливочного масла, перемешать.



8 Смазать филе смесью меда и бальзамического уксуса.



1 Очистить лук и чеснок. Измельчить чеснок. Нарезать лук мелкими кубиками. Пассеровать лук и чеснок в 2 ст. л. сливочного масла.



5 Постепенно тонкой струйкой ввести бульон и варить соус 5–7 мин.



9 Завернуть филе в два ломтика бекона, вложить между ними листики шалфея. Запекать в смазанной сливочным маслом форме 15 мин при 180 °С.



Куриные рулеты с креветками

Горячие блюда, приготовленные в виде порционных рулетов и украшенные зеленью, всегда очень выгодно смотрятся при сервировке. Куриные рулеты с креветками не только станут украшением стола, но и удивят необычным вкусом.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 1



Ингредиенты:

- 180 г куриного филе
- 3 королевские креветки
- 1/4 луковицы
- 1/2 небольшой моркови
- 500 мл овощного бульона
- 90 мл томатной пасты
- 10 г кукурузной муки или крахмала
- 1 лавровый лист
- 2 г орегано
- 2 г розмарина
- 1 зубчик чеснока
- сок 1/2 лимона
- пучок укропа
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Для подачи:

- веточка розмарина
- 1 г мака

Дополнительно:

- фольга



1 Распластать куриное филе и отбить с помощью кухонного молотка до одинаковой толщины.



2 Выложить на филе очищенные креветки (панцири не выбрасывать).



3 Посолить, поперчить, сбрызнуть креветки лимонным соком и посыпать рубленым укропом. Завернуть в фольгу, положить в глубокую сковороду и налить воды примерно на 2 см. Поставить на 30 мин в духовой шкаф, разогретый до 120 °С.



4 Нарезать очищенные морковь ломтиками произвольного размера, лук — полукольцами. Потушить лук, морковь, панцири креветок.



5 Добавить орегано, зубчик чеснока, розмарин и лавровый лист.



6 Добавить томатную пасту, влить бульон и соединить все с кукурузной мукой.



7 Снять с рулетов фольгу и обжаривать их на оливковом масле до золотистой корочки.



8 Достать лавровый лист, веточку розмарина и тщательно взбить соус в блендере. Разрезать рулет наискось на половинки и поставить на тарелку. Полить соусом, посыпать семенами мака и украсить зеленью розмарина.



Куриные грудки, начиненные ароматным фаршем

Итальянская кухня — существенный вклад в мировую культуру. На Западе, приглашая гостей, принято спрашивать, какую кухню они предпочитают на ужин: итальянскую или восточную. Благодаря простоте приготовления и знаниям о сочетаемости продуктов в семейном праздничном меню итальянцы превосходили даже французов.

Время приготовления: 35 мин

Количество порций: 4–6



Ингредиенты:

- 3 куриных филе
- 2–3 сырые свиные колбаски в натуральной оболочке
- 200 г говяжьего фарша
- 100–150 мл куриного бульона
- 125 мл сухого белого вина
- 1–2 ч. л. очищенных фисташек
- 3 зубчика чеснока
- цедра 1/2 лимона
- мускатный орех на кончике ножа
- по несколько веточек свежих или 1/4 ч. л. сушеных тимьяна и розмарина
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Гарнир:

- овощи (зеленый лук, 1 помидор, соцветие брокколи, лук-порей, 1 цукини)

Дополнительно:

- кулинарный пакет
- шпагат (или зубочистки)
- пергаментная бумага



2 Нарезать свиные колбаски, не снимая оболочку, мелкими кубиками.



3 Смешать колбаски и фарш. Очистить, раздавить чеснок, мелко порубить и добавить в фарш. Посолить, поперчить, добавить мускатный орех, всыпать фисташки и цедру лимона.



4 Начинить грудку фаршем с помощью кулинарного пакета.



5 Перевязать грудку шпагатом либо закрепить разрез зубочисткой.



6 Положить на сковороду пергаментную бумагу, сверху — грудку. Сбрызнуть оливковым маслом и обжаривать с двух сторон по 2 мин.



7 Влить бульон, приправить розмарином и тимьяном. Добавить вино и тушить еще 10 мин.



8 Переложить грудку в форму для запекания, сбрызнуть оливковым маслом и готовить в духовом шкафу 10 мин при 190 °С.



9 Произвольно порубить овощи. Тушить в бульоне с вином, оставшимся от курицы, до выпаривания вина.



1 Сделать в курином филе продольный глубокий надрез, чтобы образовался кармашек.



Рубленые котлеты в сухарях, фаршированные маслом и сыром

В белорусской кухне рубленая котлета именуется «Папараць-кветка» — по названию минского ресторана, в котором был изобретен рецепт ее приготовления.

Время приготовления: 30–40 мин

Количество порций: 4–6



Ингредиенты:

- 150–200 г мякоти цыплят
- 30–40 г белого хлеба
- 50–70 г твердого сыра (например, российского)
- 20–30 г сливочного масла
- 1/2 стакана молока или воды
- 1 яйцо
- 100 г панировочных сухарей
- пучок укропа (петрушки)
- соль, комбинированная приправа для курицы — по вкусу
- растительное масло для жарки

Совет шеф-повара

Чтобы изменить вкус начинки, используйте разные сыры. В панировку можно добавить семена кунжута либо толченые арахис или миндаль.



1 Замочить хлеб в воде или молоке.



5 Сформовать котлеты, положив внутрь сырную начинку.



2 Пропустить мякоть птицы и отжатый хлеб через мясорубку. Добавить соль, приправу, хорошо вымесить фарш.



6 Обвалять котлеты в панировочных сухарях.



3 Мелко порубить зелень.



7 Обмакнуть котлеты в яйцо. Затем вновь обвалять в сухарях.



4 Натереть сыр, смешать со сливочным маслом и рубленой зеленью.



8 Обжаривать в растительном масле 3–5 мин. Доводить 5–8 мин до готовности в духовом шкафу при 160 °С.



Котлеты «Нежные»

Эти котлеты полюбятся тем, кто предпочитает не мелко рубленное мясо, а нарезанное маленькими кусочками. Блюдо готовится быстро и просто.

Время приготовления: 20–30 мин +
+ время на созревание фарша

Количество: 3–5



Ингредиенты:

- 200–300 г куриного филе
- 2–3 зубчика чеснока
- 50 г твердого сыра (например, российского)
- 1 яйцо
- 30–40 мл майонеза
- 20–50 г муки
- зелень укропа или петрушки
- приправа для курицы, хмели-сунели, соль — по вкусу
- растительное масло для жарки

Совет шеф-повара

Если котлеты получились большие, следует довести их до готовности в духовом шкафу. Для приготовления блюда подойдет куриное филе или мякоть индейки. Варианты начинок могут быть разными, например измельченные грецкие орехи с зеленью.



1 Нарезать филе птицы мелкими кубиками.



2 Добавить яйцо, соль, специи.



3 Натереть сыр на мелкой терке.



4 Натереть очищенный чеснок на мелкой терке.



5 Добавить в фарш майонез.



6 Всыпать муку. Тщательно вымесить фарш, оставить на холоде на 20–40 мин.



7 Мелко порубить зелень, нафаршировать ею котлеты, сформовав их по 60–80 г.



8 Обжаривать котлеты на растительном масле 2–5 мин с каждой стороны.



Пенне с курицей и овощами в сливочном соусе

Пасту с курицей и овощами готовят во всех регионах Италии. На юге, особенно в теплое время года, используют облегченные варианты рецептов, в состав которых сливки не входят.

Время приготовления: 25 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 300 г сухой пасты пенне
- 2 куриных бедра
- 1/2 средней моркови
- 1 стебель сельдерея
- 1/2 луковицы
- 150 мл сливок 33%-ной жирности
- 100 мл сухого белого вина
- соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки

О продукте

Пенне (итал. *penne* — «перо») — вид короткой пасты, представляющей собой трубочки-перья различного диаметра и длины. Пенне широко распространены и любимы во всей Италии. Однако итальянцы разделены на два противоположных лагеря: одни выступают за ребристые перья (пенне ригате), аргументируя это тем, что они хорошо удерживают соус как внутри, так и на поверхности, другие — за гладкие (пенне лише), ратуя за их нежный и более деликатный вкус.



1 Нарезать очищенные морковь и лук мелкими кубиками.



2 Аналогично нашинковать очищенный стебель сельдерея.



3 Обжаривать овощи на оливковом масле до прозрачности.



4 Отделить мясо от кости, нарезать средними кубиками. Можно использовать и другие части курицы, но бедро — наиболее сочная и мясная часть тушки.



5 Добавить курицу к овощам, обжаривать в течение 2–3 мин.



6 Влить вино, тушить овощи и мясо до полного его выпаривания.



7 Добавить сливки к мясу и овощам, прогреть, упарить на треть.



8 Отварить пасту в подсоленной воде до состояния аль денте, добавить в сковороду, прогревать до смешения вкусов и ароматов.



Каннеллони с курицей, цукини и оливками

Каннеллони (*cannelloni*; итал. *canno* — «трубка», «тростник») исторически называют пасту в виде листов, которые при приготовлении сворачивают в трубочки. Маникотти (*manicotti*; итал. *manicotto* — «муфточка», «рукав») — паста в виде готовых трубочек, наполняемых начинкой. В русском и английском языках каннеллони и маникотти стали синонимами — и те и другие обозначают готовые трубочки пасты. Родиной каннеллони принято считать Сорренто, где в начале XX века шеф-повар ресторана *La Favorita* Сальваторе Колетта свернул трубочку из пасты, наполнил ее фаршем и закрепил зубочисткой.

Время приготовления: 25 мин

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 6 трубочек сухих каннеллони
- 150 г куриных бедер
- 100 г цукини
- 1–2 черешка сельдерея
- 1/2 красной луковицы
- 100 г соуса бешамель
- 50 мл коньяка
- 10 оливок
- 1 ч. л. маринованных каперсов
- 50 г твердого сливочного сыра (по желанию)
- 500 мл овощного бульона
- соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки



1 Отделить мясо курицы от кости, нарезать мелкими кубиками.



2 Нарезать очищенные лук, цукини, сельдерея мелкими кубиками.



3 Обжаривать лук до прозрачности на оливковом масле, добавить мясо, обжаривать в течение 3 мин.



4 Влить в сковороду коньяк, выпарить наполовину. Спирт испарится, а блюдо наполнится новыми оттенками вкуса и ароматом коньяка.



5 Всыпать в сковороду сельдерея, цукини, измельченные оливки и каперсы.



6 Влить бульон, посолить, тушить до готовности.



7 Начинить сухие каннеллони соусом из курицы и овощей.



8 Выложить пасту в форму для запекания, полить соусом бешамель, покрыть тонкими пластинками сыра. Залить каннеллони наполовину бульоном, запекать в духовом шкафу в течение 15 мин при температуре 170 °С.



Оладьи из кабачков с припеком из мяса цыпленка

В отличие от картофельных, оладьи из кабачков более легкие. Блюдо быстро готовится. Оригинальность его в том, что курица обжаривается с одной стороны, а не уваривается внутри, как начинка.

Время приготовления: 20–30 мин

Количество порций: 3–5



Ингредиенты:

- 1 небольшой кабачок
 - 30–50 г сыра
 - 30–50 г муки
 - 2–3 зубчика чеснока
 - 150–200 г мякоти курицы без кожи
 - 1/2 большой луковицы
 - 1 яйцо
 - маленький пучок укропа
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - растительное масло для жарки
- Сметанный соус:
- 200 мл сметаны
 - 100 г свежих или размороженных белых грибов
 - 1/2 луковицы

Совет шеф-повара

Для соуса можно использовать и другие виды грибов. Лесные сделают его более ароматным. В состав оладий добавьте цветную капусту, брокколи или тыкву. Овощи наполнят блюдо витаминами.



1 Нарезать половину очищенного лука и курицу мелкой соломкой. Посолить, поперчить, перемешать.



2 Натереть очищенный чеснок и сыр на мелкой терке, кабачок — на крупной. Добавить муку и яйцо.



3 Добавить мелко порубленный укроп. Перемешать.



4 Выложить овощную смесь в виде оладий на сковороду с разогретым растительным маслом.



5 Поверх выложить курицу с луком. Обжаривать по 6–10 мин с каждой стороны.



6 Выложить оладьи в форму для запекания. Доводить 8–12 мин до готовности в духовом шкафу при 160 °C в зависимости от толщины оладий.



7 Мелко нарезать для соуса очищенные лук и белые грибы.



8 Обжаривать 8–10 мин на растительном масле. Добавить сметану, тушить до загустения.



Бургер с курицей

Бургер — это сэндвич, состоящий из разрезанной булки, внутрь которой кладут рубленую жареную котлету. В этом рецепте мы нарушим устои американской кухни и приготовим интересный соус на основе кока-колы. Роль котлеты возьмет на себя ломтик куриного мяса.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 2 булочки для гамбургеров
- 1 куриный окорочок (бедро и голень)
- 4 ломтика сыра для тостов
- 250 мл кока-колы
- 60 г маринованных корнишонов
- 50 мл кетчупа
- 40 мл вустерского соуса
- 40 г французской зерновой горчицы
- 1/2 луковицы
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 30 мл растительного масла для жарки



3 Очистить лук и нарезать полукольцами.



7 Нарезать корнишоны продольными пластинками.



4 Сначала обжарить куриное филе на растительном масле на сковороде, затем добавить лук и пассеровать до золотистого цвета лука.



8 Промазать булочки для гамбургеров соусом, в котором тушилась курица.



1 Отделить мякоть куриного мяса от кости.



5 Добавить кетчуп, кока-колу, вустерский соус, горчицу и тушить в течение 8–10 мин.



9 Уложить на нижние части булочек корнишоны, ломтики сыра.



2 Разделить получившееся мясо пополам. Поперчить и посолить курицу.



6 Разрезать булочки для гамбургеров, подрумянить на сухой сковороде.



10 Выложить сверху курицу, снова ломтики сыра и накрыть оставшимися половинками булочек.



Фрикадельки в сметанном соусе

Маленькие мясные шарики, тушенные в соусе, придутся по вкусу многим. Начинки могут быть разнообразными, например из отварного риса и тушеных потрохов.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 3–4



Ингредиенты:

- 200–300 г мякоти птицы
- 50 г свежемороженых лесных грибов
- 20 г твердого сыра (например, российского)
- 1 луковица
- 1 морковь
- 1 яйцо
- пучок укропа
- мука для панировки
- приправа для курицы, соль — по вкусу

Соус:

- 50–60 г муки
- 200 мл сметаны
- 20 г твердого сыра (например, российского)
- растительное масло для жарки



2 Обжарить грибы с луком на растительном масле.



6 Обжаривать 10–12 мин на сковороде на растительном масле.



3 Натереть для начинки сыр, мелко порубить зелень. Смешать с обжаренными грибами и луком.



7 Приготовить сметанный соус: обжаривать муку на растительном масле до кремового цвета.



4 Сформовать из фарша лепешки, начинить грибами с зеленью и сыром, придать круглую форму.



8 Ввести сметану и тертый сыр.



1 Произвольно нарезать половину лука с морковью, обжаривать на растительном масле. Пропустить мякоть птицы с овощами через мясорубку. Добавить яйцо, соль, приправу, тщательно вымесить. Мелко нарезать грибы и оставшийся лук.



5 Панировать фрикадельки в муке.



9 Варить 1–2 мин до загустения. Выложить фрикадельки в горшочек, залить соусом и запекать 6–8 мин в духовом шкафу при 200 °С.



Тефтели с начинкой в красном соусе

Если верить Астрид Линдгрен, тефтели — любимое блюдо Карлсона. Со всей тарелки Малышу досталась лишь одна тефтелька, которую он нашел на вершине башни из кубиков. Неудивительно, ведь блюдо как никакое другое передает теплоту и аромат домашней кухни.

Время приготовления: 30–40 мин

Количество порций: 3–6



Ингредиенты:

- 300–400 г мяса птицы на кости
- 50 г ветчины или грудинки
- 50 г твердого сыра (например, российского)
- 30 мл кетчупа
- 1 небольшая луковица
- 1 небольшая морковь
- 2 зубчика чеснока
- зелень укропа или петрушки
- душистый перец, соль — по вкусу
- растительное масло для жарки

Соус:

- 100 мл бульона или воды
- 30 мл томатной пасты
- 2–3 лавровых листа

Совет шеф-повара

Тефтели можно готовить из различных видов мяса птицы, с разнообразными начинками (овощными, из субпродуктов) и тушить в разных соусах (от молочного до густого мясного с овощами).



1 Натереть очищенную морковь на крупной терке, нарезать лук соломкой.



2 Обжаривать половину овощей на растительном масле 8–10 мин.



3 Дважды пропустить оставшуюся часть овощей с отделенной от кости мякотью птицы через мясорубку. Добавить соль, перец, вымесить фарш.



4 Мелко порубить для начинки зелень, нарезать ветчину маленькими кубиками.



5 Натереть сыр на мелкой терке, добавить измельченный чеснок, рубленую зелень, ветчину, кетчуп. Перемешать.



6 Сформовать из фарша шарики. Наполнить их начинкой, не закрывая ее полностью фаршем сверху. Запекать тефтели на смазанном маслом противне 10–12 мин при 160–180 °С.



7 Добавить в обжаренные лук с морковью томатную пасту, воду или бульон, лавровый лист. Варить 10 мин.



8 Полить полученным соусом тефтели и продолжать запекать еще 10 мин при 160–180 °С.



Зразы из курицы с грибами

Зразами называют кушанье в виде небольших котлет, приготовленных из мясного или рыбного фарша, с начинками из овощей, грибов, круп, вареных яиц, сыра, грудинки, корнизонов. На гарнир можно подавать картофель, каши, овощные салаты.

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 10



Ингредиенты:

- 200 г грибов (моховиков, боровиков, подосиновиков)
- 500 г куриного фарша
- 300 г панировочных сухарей
- 150 мл молока
- 2 луковицы
- 1 яйцо
- 1 зубчик чеснока
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки



1 Очистить грибы, нарезать тонкими пластинками.



2 Нарезать очищенный лук тонкими полукольцами. Разогреть сковороду с растительным маслом, выложить лук, обжаривать на умеренном огне 5 мин до золотистого цвета.



3 Добавить грибы, обжаривать на умеренном огне 15–20 мин.



4 Измельчить грибы и лук с помощью блендера до однородности.



5 Залить молоком 150 г панировочных сухарей, перемешать.



6 Очистить чеснок, пропустить через пресс. Выложить фарш в емкость, добавить яйцо, смесь из сухарей и молока, чеснок, соль, перец, перемешать.



7 Смочить руки в холодной воде, сформовать зразы, начиная каждую луково-грибной смесью.



8 Обвалять в сухарях каждую зразу.



9 Разогреть сковороду с растительным маслом, обжаривать зразы на умеренном огне 5 мин с обеих сторон.



10 Сложить зразы в форму для запекания, накрыть крышкой либо фольгой, запекать в духовом шкафу 40 мин при 180 °С.



Чахохбили с курицей

Одно из самых популярных грузинских блюд, которое давно стало интернациональным. В старину его готовили в основном из фазана. В наши дни используется мясо домашней птицы. Неотъемлемыми атрибутами правильного чахохбили являются помидоры, лук, чеснок и свежая зелень (кинза и базилик).

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 1 курица (до 1,5 кг)
- 4 сладких болгарских перца (2 красных и 2 желтых)
- 4 луковицы
- 4 помидора
- 1 красный острый перец
- 4 зубчика чеснока
- 2 ч. л. хмели-сунели
- 1/2 ч. л. шафрана
- небольшие пучки кинзы и базилика
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 1 ст. л. сливочного масла для жарки
- 1 ст. л. растительного масла для жарки



1 Нарезать мясо птицы небольшими кусочками.



2 Положить курицу в кипящую воду. Отваривать в течение 40 мин. Охладить.



3 Выложить кусочки курицы в кастрюлю с толстым дном (бульон не выливать). Обжаривать на смеси растительного и сливочного масел до образования корочки.



4 Нарезать очищенный лук кубиками, добавить в кастрюлю с курицей. Обжаривать, пока мясо не подрумянится.



5 Очистить болгарский перец от семян и перегородок, нарезать тонкими полосками.



6 Добавить нарезанный перец в кастрюлю.



7 Влить 200 мл бульона, который остался от варки курицы. Тушить до готовности овощей.



8 Сделать на помидорах крестообразный надрез. Обдать их кипятком, быстро переложить в холодную воду. Снять кожицу, крупно нарезать и добавить к остальным ингредиентам.



9 Мелко нарезать очищенный чеснок, острый перец, кинзу и базилик, добавить в кастрюлю.



10 Посолить готовое блюдо, добавить специи.



Жаркое из птицы

Жаркое из птицы — блюдо домашней кухни. Обычно его готовят в большом количестве. Вид готового жаркого различается в зависимости от тепловой обработки картофеля. Овощ может быть полностью разваренным, печеным или жареным. В жаркое можно добавлять капусту и стебель сельдерея.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 3–5



Ингредиенты:

- 400–500 г голени цыплят
- 400–600 г картофеля
- 1 луковица
- 1 маленькая морковь
- 2–3 лавровых листа
- 3 зубчика чеснока
- 30–50 мл томатной пасты
- 1 ст. л. муки
- 1 ч. л. приправы для курицы
- 1/2 ч. л. приправы для картофеля
- зелень укропа и петрушки
- соль — по вкусу
- растительное масло для жарки

Совет шеф-повара

Чтобы сделать блюдо порционным, приготовьте его в керамических или чугунных горшочках в печи. Хорошим дополнением станут шампиньоны или лесные грибы.



1 Нарезать очищенный картофель крупными дольками или ломтиками. Посолить, полить растительным маслом, приправить. Запекать 20–30 мин в духовом шкафу при 160 °С.



2 Нарезать очищенные лук и морковь соломкой. Мелко порубить зелень.



3 Посолить и натереть голени измельченным чесноком.



4 Обжаривать 10–15 мин на раскаленном растительном масле.



5 Пассеровать лук с морковью на сковородах от жарки голеней.



6 Добавить томатную пасту. Ввести 200 мл воды, загустить полученный соус мукой. Положить в него голени, прогреть 5 мин, ввести приправу для курицы, лавровый лист.



7 Залить печеный картофель полученным соусом с курицей.



8 Посыпать жаркое рубленой зеленью, запекать 8–10 мин в духовом шкафу при 160–180 °С.



Куриные кусочки с лисичками в сливках

Сочетание грибов, сливочного белого соуса и мяса птицы считается одним из лучших в европейской кухне. Для приготовления нежного соуса не жалейте сливочного масла и используйте хорошее вино — блюдо от этого только выиграет.

Время приготовления: 1 ч 20 мин

Количество порций: 5



Ингредиенты:

- 600 г куриного филе
 - 400 г лисичек
 - 200 мл сухого белого вина
 - 1 луковица
 - 1 зубчик чеснока
 - 1 веточка тимьяна (или щепотка сушеного)
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - 2 ст. л. оливкового масла для жарки
 - 30 г сливочного масла для жарки
- Соус:
- 500 мл куриного бульона
 - 250 мл сливок 10%-ной жирности
 - 40 г сливочного масла
 - 20 г муки
 - 1 ч. л. пастообразной горчицы



1 Нарезать куриное филе длинными кусочками поперек волокон.



2 Отваривать 100 г куриного филе в подсоленной воде, сохранить бульон и отложить мясо в сторону.



3 Разогреть сковороду с оливковым и сливочным маслом, выложить очищенные и измельченные лук и чеснок. Обжаривать на медленном огне 10 мин.



4 Выложить к луку и чесноку куриное филе, обжаривать на умеренном огне 10 мин.



5 Выложить в сковороду лисички, обжаривать на сильном огне 5 мин, помешивая. Добавить соль, перец, вино, выпаривать на слабом огне 5–7 мин.



6 Приготовить соус. Растопить в кастрюле сливочное масло. Всыпать муку, перемешать.



7 Влить куриный бульон, перемешать до однородности. Довести до кипения, варить на медленном огне 3 мин, постоянно помешивая.



8 Добавить в соус куриное филе с грибами, перемешать. Положить горчицу.



9 Влить сливки, варить несколько минут, пока соус не загустеет. Снять с огня, добавить тимьян и подавать.



Плов из птицы

Плов готовят практически везде, где есть рис. На протяжении многовековой истории это блюдо мигрировало из стран Азии в Европу, собрав в копилку всевозможные варианты приготовления. В плове смешиваются вкусы и ароматы компонентов. И это главный секрет блюда. Крупу обязательно нужно прижарить в жире, в таком случае рис получится рассыпчатым.

Время приготовления: 30–40 мин

Количество порций: 6–10



Ингредиенты:

- 500–1000 г курицы на кости
- 200–400 г риса
- 1–2 крупных помидора
- 60–80 мл томатной пасты
- 1 крупная луковица
- 1 крупная морковь
- 2–5 зубчиков чеснока
- 20–50 г изюма
- 1/2 ч. л. хмели-сунели
- 1/2 ч. л. сушеных ягод барбариса
- 1/2 ч. л. зиры (кумина)
- 1–2 лавровых листа
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки

Совет шеф-повара

Плов должен «дозреть» под закрытой крышкой без перепадов температуры, чтобы в нем осталось нужное количество влаги.



1 Порубить курицу с костью на небольшие кусочки по 30–50 г.



2 Добавить соль, немного хмели-сунели и толченый чеснок. Замочить изюм в холодной воде.



3 Обжаривать курицу 5–6 мин на растительном масле. Добавить очищенные и произвольно нарезанные лук и морковь. Готовить еще 2–3 мин.



4 Добавить рис и обжаривать еще 2 мин.



5 Ввести томатную пасту и обжаривать еще 2–3 мин.



6 Выложить изюм.



7 Добавить специи, лавровый лист, прогреть плов 2–3 мин.



8 Залить водой в количестве, в два раза превышающем объем риса. Выложить сверху дольки помидора. Посолить, поперчить. Накрывать крышкой. Поставить на 20–30 мин в духовой шкаф, разогретый до 200 °С.



Баклажаны с куриным филе

Курица с баклажанами — прекрасное сочетание, которое пользуется в Грузии особой популярностью. Эта вариация на тему запеканок доставит истинное удовольствие гурманам.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 8



Ингредиенты:

- 800 г баклажанов
- 400 г куриного филе
- 300 мл сметаны
- 150 г сливочного масла
- 100 г сулгуни
- 3 луковицы
- по несколько веточек тархуна, укропа, кинзы, базилика, петрушки
- щепотка молотой гвоздики
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки



3 Мелко нарезать лук.



7 Обжарить кусочки курицы на сливочном масле. Посолить, поперчить.



4 Обжаривать лук и баклажаны на растительном масле.



8 Натереть на крупной терке сулгуни. Выложить в форму для запекания слой баклажанов с луком, посыпать частью сыра, уложить сверху кусочки курицы.



1 Нарезать баклажаны брусочками.



5 Добавить к обжаренным овощам мелко нарезанную зелень.



9 Залить сметаной.



2 Посолить, выдержать 30 мин, чтобы ушла горечь. Промыть и обсушить.



6 Нарезать куриное филе небольшими брусочками.



10 Посыпать оставшимся сыром и молотой гвоздикой. Запекать до золотистой корочки в духовом шкафу 15–20 мин при температуре 180 °С.



Рулетики из индейки со сладким перцем и беконом в баклажане

Такие рулетики подойдут для праздничного стола. Блюдо интересно в приготовлении, богато ароматами и даже в холодном виде не теряет вкусовых качеств.

Время приготовления: 20–30 мин

Количество порций: 2–4



Ингредиенты:

- 200 г филе индейки
- 1/2 баклажана
- 50–60 г цукини или молодого кабачка
- 1/2 сладкого болгарского перца
- 30–40 г бекона
- 1–2 зубчика чеснока
- зелень укропа или петрушки
- приправа для курицы, соль — по вкусу
- растительное масло для жарки

Совет шеф-повара

Мясо индейки, так же как и куриное филе, во время приготовления важно не пересушить. Баклажан при жарке впитывает много масла, а после отдает его. Масло из овоща уходит в индейку, благодаря чему мясо становится более сочным. Блюдо подают в холодном и горячем виде.



1 Нарезать баклажан вдоль слайсами толщиной 1–2 мм.



5 Натереть солью, приправой, тертым чесноком.



2 Обжаривать 1–2 мин на разогретом растительном масле.



6 Выложить на филе жареные цукини и перец. Свернуть рулетиком.



3 Нарезать болгарский перец и цукини крупной соломкой. Обжаривать 1–2 мин на том же масле.



7 Обернуть рулетик беконом и слайсом баклажана.



4 Разрезать филе индейки на четыре части. Слегка отбить.



8 Обжаривать на сковороде 3–5 мин, доводить до готовности 8–10 мин в духовом шкафу при 160 °С. Украсить зеленью.



Мусс из индейки с курагой и фисташками в беконе

Индейка — не слишком распространенный продукт на столах российских кулинаров, что не совсем правильно. В рецепте максимально раскрывается вкус этого диетического мяса благодаря оптимальному сочетанию жировой, белковой и водной составляющих. Блюдо может подаваться в горячем и холодном виде, при этом вкусы будут немного различаться, но так интереснее.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4–6



Ингредиенты:

- 300–400 филе индейки
- 150 г сырокопченого бекона
- 50–60 мл сливок 33%-ной жирности
- 30–50 г кураги
- 20 г очищенных фисташек
- 2 средние моркови (по желанию)
- 1 яйцо
- 1 среднее зеленое яблоко
- небольшой пучок петрушки и укропа
- свежемолотый черный перец, соль — по вкусу

Дополнительно:

- пищевая пленка
- фольга

Варианты приготовления

Курагу можно заменить на свежемороженые или свежие ягоды (например, черную смородину, хорошо сочетающуюся с мясом птицы).



1 Пропустить филе индейки через мясорубку, дополнительно измельчить получившийся фарш с помощью погружного блендера, чтобы получить более пушистую и воздушную текстуру.



2 Очистить яблоко от кожуры, нарезать крупными дольками, а затем мелкими кубиками. Таким же способом нарезать морковь и добавить в фарш.



3 Смешать мясо, яблоки, сливки. Поперчить и посолить. Отдельно взбить яйцо, также добавить в фарш и тщательно вымесить.



4 Выложить фарш на пищевую пленку, распределить в форме прямоугольника слой одинаковой толщины.



5 По центру выложить начинку: разрезанную брусочками курагу, очищенные и раздавленные фисташки, зелень петрушки и укропа.



6 Скрутить с помощью пищевой пленки рулет круглой формы.



7 Завернуть рулет в тонкие слейсы бекона, выложенные внахлест.



8 Положить рулет в лодку из фольги и запекать при температуре 160–180 °С в течение 20–30 мин (время зависит от толщины ролла). При подаче нарезать мусс на «бочонки» толщиной 4–5 см.



Рулет из индейки с лисичками и шпинатом

Индейку по этому рецепту можно приготовить одним основным блюдом или порционно. В последнем случае запекать рулеты нужно 10 мин, а не 30. Подойдет для приготовления блюда и свиное филе.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 5



Ингредиенты:

- 600–700 г филе индейки
 - 300 г лисичек
 - 60 г тонко нарезанного бекона
 - 10 см лука-порей (светлая часть)
 - 2 зубчика чеснока
 - 1 пучок шпината (200 г замороженного)
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - 4–5 ст. л. растительного масла для жарки
- Дополнительно:
- кулинарная нить



3 Нарезать лук-порей кольцами.



7 Добавить нарезанный лук-порей, обжаривать 2 мин.



4 Разогреть масло, обжарить в нем чеснок.



8 Добавить промытый и нарезанный шпинат (или размороженный) и обжаривать 1 мин. Посолить, поперчить.



1 Мелко порубить очищенный чеснок.



5 Срезать с филе все ненужное и развернуть мясо, разрезая вдоль рулетом, в равномерный пласт.



9 Посолить и поперчить мясо. Выложить равномерным слоем начинку на филе индейки, оставляя 2–3 см от края незакрытыми. Свернуть плотным рулетом.



2 Мелко нарезать промытые лисички произвольными кусочками.



6 Добавить к чесноку нарезанные лисички, обжаривать 5–7 мин.



10 Выложить на поверхность ровным слоем бекон. Связать рулет кулинарной нитью. Запекать в предварительно разогретом до 180 °С духовом шкафу примерно 30 мин.



Блинчатый пирог с индейкой

В таких пирогах основой выступают блины, хорошо промазанные взбитым яйцом. Они образуют корочку выпечки. Если блины многократно перекладывать начинкой и смазывать соусом, можно приготовить торт. Сформированное блюдо нужно запечь в глубокой форме, посыпав тертым сыром. На Руси блинчатые пироги и торты делали закрытыми, используя в качестве начинки творог со сливами, грибы, тушеную квашеную капусту или другие овощи, картофельное пюре, и подавали теплыми со сметаной.

Время приготовления: 50–60 мин

Количество порций: 6



Ингредиенты:

Начинка:

- 200 г филе индейки
- 100–200 мл сметаны
- 50 г твердого сыра (например, российского или пошехонского)
- 1 большая луковица
- 3 яйца
- соль, смесь молотых перцев — по вкусу

Тесто:

- 400 мл теплого молока или воды (35–40 °C)
- 200 г муки
- 1 яйцо
- 20 г сахара
- небольшой пучок укропа и/или петрушки
- щепотка соли
- растительное масло для жарки



2 Обжаривать индейку с луком на разогретой сковороде с растительным маслом 5–6 мин, добавив соль и смесь перцев. Остудить начинку до комнатной температуры.



6 Испечь тонкие блины на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом.



3 Выложить индейку с луком в смесь сметаны и двух яиц, перемешать.



7 Выложить начинку на промазанные взбитым яйцом и уложенные в смазанную растительным маслом форму для запекания блины. Накрывать начинку блинами.



4 Влить молоко или воду в смесь муки, соли, сахара и яйца. Перемешать, добиваясь однородной консистенции жидкой сметаны и избавляясь от комочков.



8 Смазать верх и бока пирога взбитым яйцом.



1 Нарезать филе индейки небольшими полосками, а очищенный лук — соломкой.



5 Всыпать в тесто мелкорубленую зелень и перемешать.



9 Натереть на терке сыр на верхний блин. Запекать пирог в разогретом духовом шкафу 15–20 мин при 180 °C.



Киш с птицей

Киш — блюдо французской кухни. К этому открытому пирогу с заливкой на основе сливок или сметаны отлично подойдут разнообразные начинки. По сути, киш — «родственник» пиццы.

Время приготовления: 40–50 мин

Количество порций: 3–6



Ингредиенты:

Тесто:

- 200 г муки
- 100–120 г сливочного масла
- 1 яичный желток
- соль — по вкусу

Заправка:

- 200 мл сметаны
- 2 яйца

Начинка:

- 100–150 г куриного филе
- 100 г копчено-вареной грудинки
- 1/3 сладкого болгарского перца
- 1/2 луковицы
- несколько перьев зеленого лука
- соль, приправа для курицы — по вкусу
- растительное масло для жарки и смазывания формы

Совет шеф-повара

Чтобы сделать киш более похожим на пиццу, посыпьте его тертым сыром. Приготовьте пирог с богатой белком начинкой (яичной, с различными видами мяса, креветок), и он станет отличным ужином.



1 Слегка растопить сливочное масло. Всыпать муку и соль, добавить яичный желток.



2 Тщательно замесить тесто. Поставить в холодильник на 20 мин.



3 Нарезать грудинку, очищенные сладкий перец, лук крупной соломкой. Измельчить зеленый лук. Нарезать куриное филе поперек волокон соломкой. Посолить, добавить приправу.



4 Обжаривать в сковороде на растительном масле 10 мин.



5 Смешать для заправки сметану с яйцами, слегка взбить.



6 Раскатать тесто толщиной до 1 см. Смазать форму растительным маслом. Распределить тесто по форме с нахлестом на бортики. Подпекать 5–6 мин в духовом шкафу при 200 °С.



7 Смешать начинку с яично-сметанной заправкой.



8 Выложить начинку на тесто. Отправить на 12–15 мин в разогретый до 160 °С духовой шкаф.



Сэндвичи с уткой

Предлагаемый рецепт позволяет приготовить праздничные сэндвичи с восхитительно ароматной уткой. Такую закуску хорошо делать на Новый год или особенно торжественные праздники. Аромат трав и сок фруктов пропитывают мясо, отдавая ему лучшие вкусовые оттенки.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 8–10



Ингредиенты:

- 1 утка
 - 1 багет
 - 70 мл меда
 - 30 г свежего корня имбиря
 - 1 яблоко
 - 1 лимон
 - 1 луковица
 - 2 мандарина
 - 5 слив
 - 5 зубчиков чеснока
 - 1 ч. л. свежей измельченной мяты
 - 1 ч. л. беби-шафрана
 - 1 ч. л. сушеного или несколько веточек свежего розмарина
 - 1 ч. л. сушеного или несколько веточек свежего тимьяна
 - 1 ч. л. молотой корицы
 - 1 ч. л. сушеного майорана
 - 1/2 ч. л. острого красного перца
- Соус:
- 100 г свежей или свежемороженой черной смородины
 - 100 г сливочного масла
 - 50 г сахара
- Дополнительно:
- фольга
 - пергаментная бумага
 - зубочистки



1 Нарезать неочищенные мандарины крупными дольками.



2 Нарезать яблоко крупными дольками.



3 Аналогично нарезать сливы и половину лимона.



4 Очистить и нарезать лук мелкими кубиками.



5 Мелко порубить чеснок, натереть корень имбиря на мелкой терке.



6 Снять цедру с оставшейся половины лимона (только желтую часть, так как белая сильно горчит) и мелко порубить.



7 Смешать все фрукты, лук, имбирь и цедру в глубокой миске. Добавить мед, пряные травы и специи.



8 Нафаршировать и зашить утку.



9 Застелить форму пергаментной бумагой, обернуть фольгой ноги утки. Положить птицу в форму и накрыть фольгой. Запекать в духовом шкафу 1 ч 30 мин при 180 °С. За 20 мин до готовности снять с утки фольгу и увеличить температуру до 200 °С.



10 Растопить для соуса в сотейнике сливочное масло, добавить черную смородину, сахар и варить на среднем огне 10 мин.



11 Срезать края с хлеба и запекать в духовом шкафу при 180 °С 3–4 мин.



12 Достать начинку из утки. Подавать, выложив на хлеб, зубочисткой прикрепив мясо, полив соусом.



Рулет из утки

Рулет из утки — банкетная закуска. Подавать ее можно самостоятельно или в составе мясного ассорти. Отличным наполнением рулета станут копченая грудинка, жареный грецкий орех и кислый изюм.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 10–20



Ингредиенты:

- 1 утка средней величины
- 100–150 г куриных потрохов
- 150 г шампиньонов
- 2–3 зубчика чеснока
- 30 г желатина
- 1 маленькая морковь
- 1 ч. л. хмели-сунели
- соль — по вкусу

Блины:

- 30 г муки
- 1 яйцо
- 70–100 мл воды
- зелень укропа или петрушки
- растительное масло для жарки

Дополнительно:

- пищевая пленка
- шпагат

Совет шеф-повара

В рулет можно добавлять также чернослив и курагу. Чтобы усилить грибной аромат, используйте боровики или любые другие лесные грибы.



1 Промыть потроха в холодной воде, нарезать. Натереть очищенную морковь на крупной терке, мелко порубить очищенный чеснок.



2 Крупно нарезать шампиньоны. Обжаривать на растительном масле 2–3 мин до готовности.



3 Тушить потроха с морковью на растительном масле 15 мин до готовности.



4 Смешать яйцо с мукой, добавить воду и рубленую зелень.



5 Испечь на растительном масле блины для рулета.



6 Отделить мякоть утки от кости, стараясь не повредить кожу. Равномерно распределить мышечный слой по всей площади кожи.



7 Посолить, добавить хмели-сунели, посыпать чесноком и желатином. Выложить поверх грибы и потроха.



8 Накрывать начинку блинами, свернуть рулетом, завернуть в пищевую пленку, стянуть шпагатом. Варить 1–1,5 ч. Охладить под прессом, нарезать кусочками толщиной 1 см.



Утиные ножки, томленные с квашеной капустой

Тушить утку или гуся, предварительно порубив тушку на куски, можно таким же способом, как и ножки по этому рецепту. Перед готовкой птицу для придания ее мясу нежности и дополнительного оттенка вкуса нужно замариновать в яблочном соке на сутки. Время вымачивания зависит от жирности и возраста утки или гуся. Тушенная с квашеной капустой птица будет очень сочной и мягкой. Порадовать гурманов можно, добавив мед или чернослив.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 2–3



Ингредиенты:

- 2–3 утиные ножки
- 300–400 г квашеной капусты
- 1 среднее яблоко
- 1 небольшая луковица
- 1 средняя морковь
- 2 ст. л. пастообразной горчицы
- 1 ч. л. хмели-сунели
- 2 лавровых листа
- соль — по вкусу



1 Обжаривать предварительно натертые специями и солью утиные ножки на хорошо разогретой сковороде без добавления масла до хрустящей корочки.



4 Переложить мясо с овощами в емкость для тушения, добавить горчицу и лавровый лист.



2 Очистить и нарезать лук дольками, морковь — ломтиками.



5 Натереть на крупной терке вымытое яблоко и добавить к овощам и утке.



3 Добавить овощи к утиным ножкам, чтобы они тушились с выделяющимся от птицы жиром.



6 Положить квашеную капусту. Тушить под крышкой в разогретом духовом шкафу или на плите 1–2 ч до мягкости утки. Подать блюдо горячим.



Утка с сухофруктами по-домашнему

При длительном томлении утки с сухофруктами продукты обмениваются ароматами, что делает блюдо еще более аппетитным. Лучше выбирать кислые яблоки и чернослив. Кроме того, разнообразят вкус лесные грибы, малина или смородина. Используйте их немного, до 100 г.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 6–10



Ингредиенты:

- 1 средняя утка
- 50–100 г чернослива
- 50–100 г сухофруктов (груша, яблоко)
- 2–3 зубчика чеснока
- 1 крупная морковь
- 1 крупная луковица
- 30–50 г пастообразной горчицы
- 1/2 ч. л. хмели-сунели
- 6–10 горошин душистого перца
- 3–5 лавровых листов
- мед, соль, свежемолотый черный перец — по вкусу



1 Опалить утку для удаления волосков, разрубить вдоль и нарезать крупными кусками, посолить, приправить перцем и горчицей.



4 Обжаривать лук и морковь на оставшемся от утки жире.



2 Обжаривать 10–15 мин на сухой раскаленной сковороде.



5 Поместить куски птицы в утятницу. Ввести в обжаренные овощи толченый чеснок, добавить все к утке.



3 Нарезать очищенные лук и морковь крупными произвольными кусочками, чернослив — половинками.



6 Перебрать сухофрукты, промыть, залить водой, добавить к утке вместе с черносливом. Всыпать хмели-сунели. Тушить 1–2 ч в духовом шкафу при 160 °С или на плите в утятнице. Добавить в конце тушения мед для выравнивания вкуса, лавровый лист и душистый перец.



Утиная грудка в картофельной шубке на яблоках с пряным соусом

Белорусско-польское блюдо. Пряные ягодные соусы с кислинкой прекрасно дополняют вкус утки. Можно готовить утиную грудку без торчащей кости, но с кожей, которая защитит мясо от пересыхания с одной стороны. С другой стороны барьером выступит картофельная шубка.

Время приготовления: 20–30 мин

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 2 средние утиные грудки с кожей
- 100–120 г картофеля
- 50 г твердого сыра (например, российского)
- 50 г муки
- 20 г свежего шпината
- 1 морковь
- 1 яйцо
- 2 ч. л. пастообразной горчицы
- 1/2 яблока
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Соус:

- 100 мл портвейна
- 100 г ягод черной смородины
- 3–4 бутона гвоздики
- 1 звездочка бадьяна

Гарнир:

- 1 зеленое яблоко
- растительное масло для жарки

Совет шеф-повара

В ягодный соус можно добавить соки, оставшиеся после жарки мяса, чтобы он приобрел мясной вкусовой оттенок. Вместо черной смородины используйте клюкву, бруснику, красную смородину, вишню.



1 Сделать в утином филе продольный несквозной надрез, на коже — неглубокие ромбообразные надрезы. Посолить, поперчить, натереть горчицей.



2 Обдать кипятком шпинат. Смешать с тертым на крупной терке сыром и половинкой яблока, очищенного от кожуры и семян и нарезанного мелкими кубиками.



3 Начинить утку получившимся фаршем.



4 Натереть очищенные картофель и морковь на крупной терке. Смешать с мукой, солью и яйцом.



5 Обвалять утиную грудку в муке и со стороны мяса — в картофельной шубке.



6 Обжаривать (запечать) на сковороде на раскаленном растительном масле по 5–6 мин с обеих сторон. Запекать в духовом шкафу при температуре 160 °C в течение 8–10 мин.



7 Для гарнира нарезать яблоко кружочками, удалить сердцевину, обжарить на растительном масле с обеих сторон.



8 Измельчить 50 г черной смородины в блендере с 50 мл воды. Уварить наполовину портвейн, положить в него протертые ягоды, проварить, добавить специи и целые ягоды.



Фаршированные перепела

Фаршированные перепела — трудоемкое в процессе приготовления, но очень эффектное при подаче блюдо. Оно может стать настоящим украшением праздничного стола. Перепела идеально сочетаются с кисло-сладкими ягодными соусами — брусничным, клюквенным, а в качестве начинки хорошо подходят мелко нарезанные блинчики или мясо птицы, смешанное с курагой, изюмом или яблоками.

Время приготовления: 1 ч +
+ время на маринование перепелов

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 4 крупных перепела
- 100–120 г филе индейки или курицы
- 50 мл сливок 22–33%-ной жирности или 50 мл сметаны
- 50 г чернослива без косточек
- соль, приправа для запекания птицы — по вкусу
- растительное масло для смазывания противня

Маринад:

- 500 мл яблочного сока
- 3 ч. л. пастообразной горчицы

Для подачи:

- 2 средних яблока
- 100 г черной смородины
- 4 отварных перепелиных яйца

Дополнительно:

- полиэтиленовый пакет или кондитерский мешок
- деревянные шпажки



1 Извлечь кости из перепелов, сохраняя целостность тушки, необходимую для фаршировки.



2 Смешать яблочный сок и горчицу. Замочить перепелов в маринаде минимум на 6 ч.



3 Нарезать филе индейки или курицы и вымытый чернослив.



4 Соединить филе птицы с черносливом и добавить сметану или сливки, оставив немного для смазывания. Хорошо перемешать, посолить, добавить приправу.



5 Наполнить перепелов фаршем с помощью кондитерского мешка (полиэтиленового пакета) и скотать шпажками.



6 Смазать перепелов сметаной и запекать на противне с растительным маслом в разогретом духовом шкафу 10–15 мин при 160–180 °С.



7 Отрезать у вымытого неочищенного яблока четыре толстых кружочка и удалить семена и плодоножку. Очистить второе яблоко и нарезать мякоть кусочками. Смешать измельченные яблоки с промытой смородиной.



8 Выложить кружочки яблок в смазанную растительным маслом форму, поместив сверху измельченные яблоки и смородину. Запекать в духовом шкафу 10–15 мин при 160–180 °С. Подавать перепелов с яблоками и очищенными перепелиными яйцами.







СВИНИНА



Салат из свинины с виноградом

Сочетание свинины и винограда очень часто используется в кулинарии для приготовления салатов и горячих блюд.

Время приготовления: 45 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 400 г нежирной свинины (филе или окорек)
- 400 г винограда
- 100 г арахиса
- небольшой кочан салата «айсберг» или ромен-салата
- 2 зубчика чеснока
- 2 небольших пучка кинзы
- соль, белый перец — по вкусу
- 2 ст. л. оливкового масла
- 2 ст. л. сливочного масла для жарки

Заправка:

- 1 ст. л. соевого соуса
- 2 ст. л. меда
- 1 лимон

Совет шеф-повара

Для сервировки салата смешать все ингредиенты и выложить на закусочную тарелку. В качестве заправки полить салат соком, который остался после глазировки винограда и орехов.

Глазировка усиливает сладкий вкус винограда. Если это вам кажется излишним, вы можете заправить нарезанные «айсберг» и кинзу смесью для глазировки и оливковым маслом.



1 Нарезать свинину небольшими кубиками со стороной примерно 1,5 см. Посолить. Поперчить.



2 Обжаривать свинину с очищенным и мелко порубленным чесноком до готовности в сливочном масле (примерно 3 мин, помешивая).



3 Натереть цедру лимона на мелкой терке.



4 Для приготовления заправки смешать соевый соус, мед, цедру.



5 Обжарить в оливковом масле виноград и влить смесь из соевого соуса, меда и цедры. Перемешать так, чтобы виноград стал глазированным.



6 Добавить к винограду арахис и прогреть 1 мин.



7 Нарезать салат шашечками.



8 Мелко порубить кинзу. Сервировать салат.



Теплый салат со свининой в яблоках

Этот салат можно приготовить для барбекю-вечеринки, когда гости не сидят за столом, а располагаются в уютных креслах-качалках или шезлонгах, могут взять в одну руку салат в половинке яблока, в другую — бокал легкого белого вина и наслаждаться окружающей природой и душевной компанией.

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 350 г свиной вырезки
- 150 г варено-копченой грудинки
- 100 мл сметаны
- 100 г маринованных огурцов (корнишонов)
- 2 крупных яблока
- 1 луковица
- 1 средняя морковь
- 30 г зелени укропа
- 100 мл растительного масла

Совет шеф-повара

Вместо вырезки можно использовать свиное филе. Чтобы не пережарить мясо, кусочки нужно обжаривать не дольше минуты. Большую сочность салату придадут сладкие сорта яблок (например, ананасное или штрифель).



1 Нарезать очищенные лук и морковь средними кубиками. Обжарить на растительном масле.



2 Вымыть свиную вырезку, обсушить, очистить от пленок, нарезать поперек волокон средними кубиками.



3 Вынуть овощи из сковороды. На ней же в 1 ст. л. растительного масла обжаривать мясо в течение 1 мин.



4 Добавить к мясу сметану, прогреть, не давая ей закипеть и свернуться, лишь немного загустеть. При желании можно добавить немного муки.



5 Нарезать варено-копченую грудинку средними кубиками.



6 Мелко нарезать маринованные огурцы. Порубить «в пыль» зелень укропа.



7 Разрезать яблоко пополам вдоль, удалить сердцевину. Ложкой выскоблить мякоть, добавить ее в начинку.



8 Смешать овощи, мясо, грудинку. Начинить получившимся фаршем яблоки. Запекать в разогретом духовом шкафу 20–25 мин при температуре 180 °С.



Салат с ветчиной, запеченным перцем, яблоком и корнитошами

Традиционно большинство салатов хозяйки подают с майонезом, особенно если в них входят мясо, сыр и консервированные овощи. Измененный состав заправки придаст блюду совершенно новый вкус.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 200 г постной ветчины (например, карбонада)
- 100 г маринованных корнитош
- 150 г маринованной мини-кукурузы
- 70 г сыра эмменталь
- 1 среднее зеленое яблоко
- 3–4 перышка зеленого лука
- 1 сладкий болгарский перец

Заправка:

- 60 мл оливкового масла
- 2 зубчика чеснока
- 2 ч. л. белого винного уксуса
- 1 ч. л. пастообразной горчицы
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Варианты приготовления

Початки мини-кукурузы можно заменить на обычную консервированную в таком же соотношении. Старайтесь использовать нежирную ветчину.



1 Нарезать ветчину ломтиками толщиной примерно 2 мм, затем — квадратными ломтиками шириной примерно 1 см.



4 Разрезать яблоко пополам, удалить сердцевину, нарезать тонкими ломтиками, затем — квадратиками.



2 Нарезать корнитоши кружочками толщиной 1–2 мм, сыр — квадратными ломтиками.



5 Разрезать початки кукурузы пополам.



3 Очистить болгарский перец от кожуры, вынуть сердцевину, нарезать полосками, затем — квадратиками. Запекать 10 мин при 180 °С, остудить.



6 Для заправки мелко порубить чеснок, смешать его с горчицей, уксусом до однородной консистенции и тонкой струйкой влить оливковое масло. Посолить, поперчить. Выложить салат в порционные тарелки. Украсить нарезанным наискось зеленым луком.



Зеленые щи

Щи — хорошо известное и распространенное первое блюдо русской кухни, очень любимое в народе. Приготовленное на основе щавеля, оно хорошо утоляет жажду из-за кислоты и голод благодаря сытному мясному бульону. Чтобы щи были погуще, их заправляют обжаренной мукой и сырыми яйцами. Подайте блюдо в горшочке, сделанном из хлебной буханки, — и равнодушных не останется.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500 мл воды
- 300 г свежего щавеля
- 200–300 г жирной свинины с ребрами
- 100–200 г свежего шпината
- 150 г картофеля
- 50 г стебля сельдерея
- 1/2 луковицы
- небольшой пучок петрушки и/или укропа

• соль, смесь молотых перцев — по вкусу

Для подачи:

- 2 отварных яйца
- сметана — по вкусу

Совет шеф-повара

Для хлебного горшочка нужно взять круглую высокую буханку, срезать с нее верхушку и вынуть мякиш. Затем запекать горшочек в разогретом духовом шкафу 5 мин при 200 °С, наполнить его щами и подать. Хлебный мякиш также можно подсушить и добавить в блюдо.



1 Нарезать свинину на ребрах кусочками по 20–40 г. Посолить и поперчить. Запекать свинину в разогретом духовом шкафу 10 мин при 180 °С.



2 Нарезать очищенный и промытый картофель.



3 Мелко порубить очищенный лук и стебель сельдерея.



4 Всыпать сельдерея и лук к свинине с вытопленным жиром. Запекать смесь в разогретом духовом шкафу 10 мин при 180 °С.



5 Сложить мясо с луком и сельдеем в кастрюлю, добавить картофель и влить воду. Варить после закипания 10 мин.



6 Всыпать в кастрюлю предварительно вымытые и нарезанные щавель, зелень и шпинат, добавить соль и перец, варить 5 мин. Дать настояться 20–30 мин. Подать, положив в каждую тарелку половинку отварного яйца и сметану.



Террин с беконом

Французскую закуску — террины — готовят из мяса, птицы, рыбы и придают форму хлеба. Жирная оболочка — обязательное условие при запекании: она не дает начинке потерять сочность. Чтобы проверить готовность блюда по окончании запекания, проткните бекон зубочисткой. Если вытекает прозрачный сок — террин готов.

Время приготовления: 40–45 мин

Количество порций: 10



Ингредиенты:

- 250 г ветчины
- 250 г постного свиного фарша
- 120 г тонко нарезанного бекона (хамон)
- 100 г панировочных сухарей
- 100 г кедровых орехов
- 25 мл сливок 20%-ной жирности
- 1 яйцо
- 11 ч. л. пастообразной горчицы
- 1 ст. л. хрена
- 1 пучок петрушки



3 Нарезать ветчину кубиками 7×7 мм. Мелко порубить петрушку. Смешать фарш, ветчину и зелень.



7 Добавить горчицу и хрен.



4 Добавить кедровые орехи.



8 Влить в фарш сливки и тщательно все перемешать.



5 Высыпать панировочные сухари.



9 Равномерно заполнить форму фаршем.



1 Выстелить подготовленную форму (например, для выпекания кекса) по всему периметру ломтиками бекона.



6 Вбить яйцо.



10 Прикрыть оставшимися ломтиками бекона. Запекать в предварительно разогретом до 190 °С духовом шкафу примерно 20 мин.



Мясной рулет с яйцом, запеченный в фольге

Мясные рулеты — это отличный вариант для пикника, завтрака, ужина; универсальное блюдо, которое можно приготовить заранее. Для рулетов берут цельные куски или рубленое мясо. Как правило, используют окорок, лопатку, пузанину.

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 500 г свинины (окорок)
- 500 г говядины (окорок)
- 300 г свиного сала без кожи
- 4–5 яиц
- 2 средние луковицы
- 3–4 зубчика чеснока
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

• оливковое масло для смазывания

Соус:

- 1 луковица
- 100 мл полусухого красного вина
- 50 мл кетчупа
- 50 г сливочного масла
- оливковое масло для жарки
- веточка розмарина

Дополнительно:

- фольга

Варианты приготовления

Вместо сырого сала в рулет можно добавить мелко рубленную сырокопченую или варено-копченую грудинку, копченое сало (учтите, что эти продукты соленые), а также баранину или птицу.

Рулет можно начинить кусками цельного мяса, например куриного или кроличьего, обжаренными на оливковом масле овощами (морковью, сельдереем, болгарским перцем, чесноком) или грибами с луком.



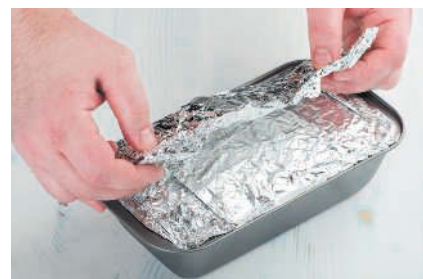
1 Вымыть мясо и сало, обсушить, перекрутить в мясорубке. Там же измельчить лук. Мелко порубить чеснок ножом. Посолить, поперчить. В фарш можно добавить сырое яйцо для клейкости. Тщательно вымесить в течение 5–7 мин. Сварить вкрутую остальные яйца.



2 Застелить форму фольгой так, чтобы оставался ее запас. Смазать оливковым маслом. На дно можно выложить пластинки сырокопченого бекона.



3 Выложить на дно половину фарша. Равномерно распределить. Поместить сваренные яйца вдоль формы, чуть вдавливая их в фарш. Сверху выложить оставшийся фарш. Уплотнить руками, слегка прижимая.



4 Закрыть рулет фольгой. Поставить запекаться на 35–50 мин при 180 °С. Затем раскрыть фольгу и дать подрумяниться рулету еще 5–10 мин. Если рулет все еще бледный, достать его из фольги и обжаривать на сковороде 1–2 мин с каждой стороны.



5 Приготовить соус. Для этого нарезать очищенный лук мелкими кубиками и обжарить на оливковом масле до легкого золотистого цвета.



6 Влить вино в сковороду с луком и упарить наполовину. Добавить кетчуп, веточку розмарина, при необходимости посолить и поперчить. Загустить сливочным маслом. Подавать рулет с соусом.



Рулет из свинины и курицы по-тайски

Тайская кухня многогранна, но блюда из свинины, курицы и очень острых соусов — ее визитная карточка. Предлагаемый рецепт — вариант для праздничного обеда или мини-банкета. Рулет можно сделать с вечера, а вот соус и рис лучше подавать свежеприготовленными. Манговый соус, сладкий на первую пробу и стремительно перерастающий в обжигающе острый, уравнивает вкус мясного рулета.

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 300 г свиной вырезки
- 200 г филе курицы
- 1/4 манго
- 1 апельсин
- 1/2 лимона
- 1/2 острого перца чили
- 10 бутонов гвоздики (по желанию)
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Дополнительно:

- пищевая пленка
- шпагат



3 Посолить, поперчить, посыпать половиной цедры лимона и тонко нарезанными кружочками перца чили, оставив часть для соуса.



4 Свернуть мясо в рулет. По желанию аккуратно нашпиговать рулет бутонами гвоздики.



7 Отделить для соуса мякоть манго от косточки и кожуры.



8 Снять с апельсина цедру (только желтую часть, так как белая сильно горчит). Измельчить.



1 Сделать продольный надрез в свинине и выложить мясо бабочкой на пленку.



5 Обернуть рулет пищевой пленкой и перевязать шпагатом.



9 Выжать сок апельсина в емкость с манговой мякотью.



2 Вложить филе курицы в середину свинины.



6 Опустить в кипящую воду и варить 40 мин. Остудить.



10 Добавить перец чили, влить апельсиновый сок и всыпать цедру половины лимона. Пюрировать блендером. Посолить и выварить наполовину. Полить соусом нарезанные ломти рулета.



Свиное филе в листьях савойской капусты

В рецепте описан своеобразный вариант приготовления жаркого. Плотные листья савойской капусты не дадут потерять мясу сочность при запекании и сделают вид блюда оригинальным.

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 5



Ингредиенты:

- 400 г свиной вырезки
- 300 г фарша из телятины
- 400 мл овощного бульона
- 10 внешних листьев савойской капусты
- 1 яйцо
- 1 пучок кинзы
- 30 г топленого сливочного масла
- 2 ст. л. растительного масла
- 3 ст. л. сметаны
- 1 ст. л. муки
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Дополнительно:

- кулинарная нить или жгут



2 Мелко порубить листья кинзы. Перемешать фарш с яйцом, кинзой, солью и перцем.



6 Обмазать оставшимся фаршем.



3 Обжарить на растительном масле вырезку, посолить, поперчить.



7 Завернуть в рулет и перевязать кулинарной нитью или жгутом.



4 Срезать с листьев капусты толстые прожилки, положить внахлест.



8 Обжарить рулет в топленом сливочном масле. Влить бульон. Тушить под крышкой примерно 20 мин. Вынуть рулет и переложить в теплое место.



1 Бланшировать листья капусты 3–5 мин.



5 Выложить треть фарша, сверху — вырезку.



9 Смешать соус, оставшийся после жарки, со сметаной, дать закипеть, добавить подсушенную муку. Посолить, поперчить. Разрезать рулет на порции и подать с соусом.



Свинина из графства Невер

Этот рецепт родом из французской провинции Невер. Здесь, в соседних с Бургундией и Бурбонне землях, кухня развивалась особым образом: каждое блюдо подбиралось под вино, а не наоборот. Данный рецепт специально создан под Шато Марго (фр. Château Margaux), которое принадлежит к Premier Grand Cru Classé, то есть высшей категории в классификации.

Время приготовления: 55 мин

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 400–500 г свиной вырезки (одним куском)
 - 150 г сыра с голубой плесенью (например, дорблю)
 - 1 груша
 - 5 ст. л. меда
 - 4 ст. л. кедровых орехов
 - 30 мл оливкового масла
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- Дополнительно:
- фольга



3 Нарезать грушу ломтиками толщиной 3 мм.



7 Добавить мед к орехам и сыру.



4 Вставить ломтики груши в прорези.



8 Полить мясо оливковым маслом.



1 Срезать ножом с мяса жилы и жир.



5 Добавить в прорези сыр с помощью чайной ложки.



9 Посолить, поперчить. Выложить в форму для запекания.



2 Сделать в мясе надрезы с промежутком в 5–6 см.



6 Вложить ложкой орехи в прорези.



10 Накрывать фольгой, запекать 30 мин при 200 °С, затем, сняв фольгу, 15 мин при 180 °С.



Свиной рулет с орехами, булгуром и курагой

Восточные нотки булгура (пшеничной крупы специальной обработки), орехов и сухофруктов идеально сочетаются с мясом, а мятный соус с базиликом позволит ощутить невообразимое волнение от приготовленного вами блюда. Гости непременно оценят зрелищность подачи, если рулет выложить на прямоугольное блюдо и украсить листиками мяты.

Время приготовления: 50 мин

Количество порций: 8



Ингредиенты:

- 350–400 г свиной вырезки (одним куском)
- 70 г булгура
- 50 г кураги
- 50 г кешью
- 50 г миндаля
- 30 г кедровых орехов

Соус:

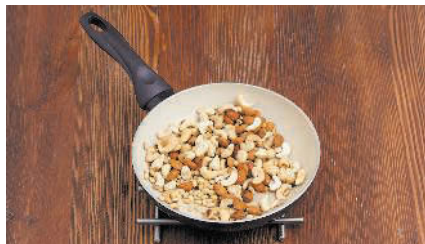
- 200 мл сухого белого вина
- 100 г сливочного масла
- 2 ч. л. сахара
- пучок свежей мяты
- пучок свежего базилика
- соль — по вкусу

Дополнительно:

- пищевая пленка

Совет шеф-повара

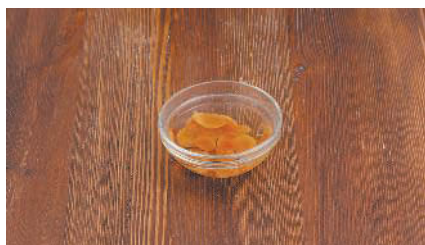
Если вы не едите свинину, замените ее телятиной.



1 Слегка обжарить орехи на сковороде без масла. Отварить булгур. Остудить.



5 Скатать вырезку в рулет и обернуть пищевой пленкой.



2 Замочить курагу в кипятке.



6 Варить рулет 40 мин в кипящей воде. Остудить, нарезать поперек.



3 Разрезать свиную вырезку «книжкой», уложить на пищевую пленку.



7 Порубить для соуса мяту и базилик.



4 Выложить на середину куска мяса смешанные булгур, нарезанную курагу и рубленые орехи.



8 Тушить мяту и базилик на сливочном масле с сахаром и солью. Влить вино и выпарить его наполовину. При подаче полить мясо соусом.



Блины с мясным припеком

Пышный ноздреватый дрожжевой блин, пропитанный маслом, — старинное русское блюдо, история которого начинается с народного празднования Масленицы. Тесто для блинов хозяйки замешивали за 5–6 ч до выпечки, начиная с дрожжевой опары и постепенно добавляя все необходимые ингредиенты. Блины можно приготовить из разных видов муки, делая мясные, овощные, рыбные или фруктовые припеки.

Время приготовления: 30 мин +
+ время на созревание теста

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

Тесто:

- 400 мл теплого молока (35–40 °C)
- 300 г муки
- 1 яйцо
- 20–40 г свежих дрожжей
- 20 мл растопленного сливочного масла (можно заменить растительным) или свиного жира
- 20 г сахара
- 1 ч. л. соли
- растительное масло для жарки

Припек:

- 300–500 г жирной свинины (шейной части)
- 1 крупная луковица
- 1 ч. л. приправы для жарки мяса (смесь молотых перцев, молотый кориандр)
- соль — по вкусу

Для подачи:

- сметана или сливочное масло

Вариант приготовления

Другой способ выпекания блинов с припеком — выложить на хорошо разогретую сковороду порцию начинки и залить ее равномерно тестом. Когда низ поджарится, перевернуть.



1 Всыпать муку в молоко с растворенными солью, сахаром и размятыми в нем дрожжами. Перемешать до однородности.



4 Добавить приправу и соль. Обмять, чтобы лук выделил сок.



2 Добавить яйцо и растопленное масло или жир, перемешать. Оставить тесто на 1–2 ч в теплом месте. Вновь перемешать в конце.



5 Вылить немного блинного теста на хорошо разогретую сковороду, смазанную растительным маслом. Быстро выложить сверху свинину с луком.



3 Нарезать свинину брусочками, очищенный лук — тонкой соломкой.



6 Перевернуть блин и обжарить 5–6 мин до готовности. Подать со сливочным маслом или сметаной.



Пряная рулька с овощами

Рулька — часть свиного окорока, прилегающая к коленному суставу. Из нее готовят классическую сытную холодную закуску, которая прекрасно подходит к крепким спиртным напиткам и пиву. Рулька хорошо сочетается с хреном или горчицей, а также квашеной капустой. Приготовьте домашний рулет по этому рецепту: квас придает блюду «банный» аромат и карамельные оттенки вкусу, а его кислота размягчает соединительную ткань окорока, делая закуску особенно нежной и тающей во рту.

Время приготовления: 3 ч 35 мин +
+ время на остывание рульки
под гнетом

Количество порций: 8–10



Ингредиенты:

- 800–1500 г свиной рульки
- 1 л домашнего кваса
- 300 г свиного окорока или лопаточной части
- 1 крупная луковица
- 1 средняя отварная морковь
- 5 зубчиков чеснока
- небольшой пучок зелени укропа и/или петрушки
- 10–20 г желатина
- 5 горошин черного перца
- 1 лавровый лист
- 1/2 ч. л. молотого кориандра
- 1/2 ч. л. молотого тмина
- 1/2 ч. л. приправы для мясных блюд
- соль — по вкусу
- растительное масло для жарки

Для подачи:

- столовый хрен

Дополнительно:

- пищевая пленка
- гнет

О продукте

Для приготовления этого блюда больше подойдет задняя свиная рулька — она более мясистая и с меньшим количеством хрящей. Из передней можно сварить холодец или концентрированный бульон.



1 Очистить и промыть свиную рульку, залить водой, чтобы она покрывала свинину, посолить, положить лавровый лист и перец-горошек. Отваривать рульку 1 ч. Слить бульон и удалить пряности.



2 Залить рульку квасом и водой, чтобы они покрывали свинину. Отваривать мясо 1 ч 30 мин. Слить бульон, сохранив его. Немного остудить рульку.



3 Нарезать свинину брусочками, очищенный лук — полукольцами.



4 Обжаривать мясо с луком на раскаленной сковороде с растительным маслом 10 мин.



5 Разрезать рульку вдоль и, сохраняя шкуру целой, вынуть кости и мясо. Расстелить пищевую пленку, разложить шкуру и мясо поверх нее.



6 Посыпать мясо предварительно измельченной зеленью и чесноком. Нарезать брусочками отварную очищенную морковь.



7 Сверху выложить морковь и жареную свинину с луком. Посыпать желатином и специями.



8 Сформовать рулет, приподнимая пленку за край. Плотнo обернуть рулет этой же пленкой и зафиксировать концы узелками. Опустить рулет в кастрюлю с сохраненным бульоном и варить 30 мин после закипания. Положить рульку под гнет до полного остывания. Снять пленку, нарезать рульку ломтиками и подать с хреном.



Буженина с клюквой, яблоками и овощами

Буженина — блюдо русской кухни. Это большой кусок мяса, приготовленный целиком со специями. Для буженины лучше брать окорочную часть свинины с салом, которое придаст блюду сочности. Лопатка также подойдет.

Время приготовления: 2 ч 30 мин

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 1–1,5 кг свинины (окорок, желательно с кожей)
- 3–4 моркови
- 3–4 стебля сельдерея
- 2 головки чеснока
- 2–3 яблока (лучше кислых — антоновка и прочие зимние сорта)
- 100–150 г клюквы или брусники
- 2–3 репчатые и красные луковицы
- 200 мл бульона (мясного или овощного)
- морская соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- черный перец-горошек, бадьян, гвоздика, можжевельник — по желанию
- оливковое масло для смазывания

Варианты приготовления

Свежие стебли сельдерея можно заменить корнем, нарезанным брусочками, или зубчиками чеснока. Можно дополнительно нашить мясо полосками свежего сала — это сделает его более сочным. Можно запекать буженину одновременно с картофелем, нарезанным крупными дольками, — вы получите аналог белорусского печисто. Подают буженину и как основное горячее блюдо, и как холодную закуску, например с соусом из хрена.



1 Нарезать очищенную морковь и сельдерей длинными брусочками, разделить чеснок на зубчики, половину очистить.



4 В каждый надрез дополнительно поместить по брусочку сельдерея и зубчику чеснока.



2 Вымыть мясо, обсушить. Со стороны кожи сделать надрезы в виде ромбов — так кусок лучше пропечется. Срезать кожу и подкожный жир не рекомендуется — они помогут сохранить мясо сочным, вкус — насыщенным. Посолить и поперчить.



5 Налить на противень несколько ложек оливкового масла, выложить оставшиеся морковь, сельдерей, нарезанный дольками очищенный репчатый и красный лук, неочищенный чеснок. Добавить специи (по желанию), выложить мясо и поставить на 45–60 мин в духовой шкаф, разогретый до 180 °С.



3 Сделать в мясе поперечные надрезы тонким ножом почти на всю длину. Нож необходимо проворачивать так, чтобы надрез был достаточно большим. У вас должно получиться шесть надрезов. Нашпиговать мясо брусочками моркови.



6 Периодически необходимо добавлять в мясо горячий бульон, чтобы он покрывал овощи наполовину. За 20 мин до конца запекания добавить разрезанные на шесть долек яблоки, а также бруснику либо клюкву. Перед подачей разрезать мясо на куски толщиной 2 см.



Шпигованный окорок

Окорок, запеченный целиком, или буженину, можно подавать и в горячем, и в холодном виде. Варианты его шпигования разнообразны: сухофрукты (сушеные яблоки, груши, изюм, курага, чернослив), ветчина, сырокопченые мясные изделия, корни пряных трав (петрушки, сельдерея, пастернака). Чтобы мясо не было пресным, начинку нужно посолить, а для придания аромата и оттенков вкуса — добавить специи.

Время приготовления: 1 ч 20 мин

Количество порций: 10–12



Ингредиенты:

- 1 кг свинины (окорок или шейная часть)
- 50–100 г полузамороженного свиного сала с мясной прослойкой (или грудинки)
- 40–60 г чернослива без косточек
- 1 крупная отварная морковь
- 2–3 зубчика чеснока
- 2 лавровых листа
- небольшой пучок укропа и/или петрушки (можно использовать сушеные)

и/или петрушки (можно использовать сушеные)

Глазурь:

- 50 г пастообразной горчицы
- 2 ст. л. растительного масла
- 3 зубчика чеснока
- 1 ч. л. приправы для запекания (молотый душистый перец, хмели-сунели)

Дополнительно:

- соль — по вкусу
- фольга для запекания

Технология шпигования

Чтобы хорошо нашпиговать мясо, вам понадобится острый нож. Воткните его в мякоть вдоль волокон и, не вытаскивая, вложите с обеих сторон лезвия начинку.



1 Смешать горчицу, растительное масло, предварительно очищенный и измельченный чеснок, приправу для запекания и соль.



2 Нарезать полузамороженное сало или грудинку брусочками.



3 Промыть чернослив, разрезать вдоль на части.



4 Нарезать очищенную морковь брусочками. Натереть очищенный чеснок на терке и порубить зелень.



5 Смешать в емкости измельченные сало или грудинку, чернослив, морковь, чеснок, зелень и соль.



6 Сделать длинным острым ножом в вымытой и обсушенной свинине проколы вдоль волокон и вложить туда полученную смесь.



7 Смазать окорок глазурью. Сверху выложить лавровый лист.



8 Завернуть мясо в фольгу и положить в жаропрочную форму. Запекать окорок в разогретом духовом шкафу 1 ч (при толщине мяса 12–15 см) при 160–170 °С. Подавать окорок горячим или холодным, предварительно нарезав ломтиками.



Карбонад в хлебном тесте

Для теста можно взять только ржаную муку без примеси пшеничной. В нем допустимо запекать не только карбонад, но и свиную шею, говяжью вырезку. К праздничному столу готовое блюдо подают в горячем виде цельным куском.

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 5



Ингредиенты:

- 1 кг свиной корейки без костей
- 50 мл соевого соуса
- 3–4 веточки свежего или 1/2 ч. л. сушеного тимьяна
- 3–4 веточки свежего или 1/2 ч. л. сушеного розмарина
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Тесто:

- 375 г ржаной муки грубого помола
- 375 г пшеничной муки грубого помола с отрубями
- 200 мл воды
- 42 г сухих дрожжей
- 10 г сахара
- 1 яичный желток



1 Натереть мясо солью и перцем.



2 Выложить свинину в миску, влить соевый соус.



3 Добавить веточки розмарина и тимьяна. Мариновать в холодильнике 1 ч.



4 Приготовить тесто. Смешать в миске ржаную и пшеничную муку. Сделать в муке углубление.



5 Всыпать дрожжи. Влить воду.



6 Добавить сахар и замесить тесто. Накрыть полотенцем и поставить в теплое место на 1 ч.



7 Раскатать тесто в прямоугольник, оставив небольшой кусок для украшения.



8 Завернуть карбонад в тесто. Сформовать в виде кирпичика.



9 Нарезать оставшееся тесто длинными полосками шириной 7 мм. Выложить сеткой на кирпичик.



10 Смазать желтком. Запекать в духовом шкафу при 180 °С 40–60 мин.



Подчеревина, фаршированная черносливом, орехами и изюмом

Подчеревина, или пузанина (черево — чрево, живот), — свиное сало с большим включением мяса, часть туши, аналогичная брюшине. Мышечные (мясные) слои чередуются с прослойками сала и имеют выраженную волокнистую структуру. Не путать с беконом. Если соленая грудинка плохо жуется, тянется, то можете быть уверены: в засолке использовалась пузанина.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 1 кг пузанины (подчеревок)
- 200–250 г плодов чернослива без косточек
- 200 мл бульона (мясного или овощного)
- 150 г грецких орехов
- 100 г изюма (лучше белого)
- 3–4 зубчика чеснока
- 2–3 лавровых листа
- небольшой пучок укропа
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Совет шеф-повара

Блюдо можно подавать и в виде рулета. В этом случае подчеревину разрезают на тонкий пласт, равномерно смазывают начинкой, скручивают в рулет и связывают нитками. Последующая технология приготовления не меняется.

Также обязательно попробуйте запечь подчеревок с другими начинками, например с кашами (гречневой, пшенной или рисовой). Для этого сваренную крупу (подсоленную) необходимо смешать с панировочными сухарями и сырым яйцом, чтобы начинка не выпала, ароматизировать пряными травами и специями. Начинить пузанину и отправить в духовой шкаф до готовности.

Хороша начинка из кислых яблок и клюквы — классическое сочетание со свиной.



1 Тщательно промыть чернослив и изюм. Обсушить на бумажном полотенце. Лучше выбирать более сладкий чернослив, без кислинки. Измельчить грецкие орехи ножом или с помощью блендера, но не в муку, пусть останутся кусочки.



2 Мелко порубить половину чеснока и укроп.



3 Приготовить начинку. Тщательно смешать измельченный чернослив, изюм, рубленые орехи, чеснок и укроп.



4 Промыть, обсушить подчеревок. Далее возможны варианты приготовления. **Первый вариант.** Разрезать кусок с одной стороны полностью, с другой — оставить соединение двух пластов. Равномерно смазать пастой из сухофруктов, свернуть рулет шкурой наружу, обвязать ниткой.



5 **Второй вариант.** Прорезать в подчеревке карман, нафаршировать его пастой. Посолить и поперчить.



6 Положить подчеревок в емкость для запекания. Добавить лавровый лист, оставшийся чеснок. Налить на дно воду или овощной бульон. Запекать в духовом шкафу 1 ч 30 мин при 180 °С.



Свиная грудинка, фаршированная блинами и белыми грибами

Эта аппетитная сытная закуска никого не оставит равнодушным. Она может подаваться и в горячем, и в холодном виде. На срезе блюдо выглядит очень празднично благодаря красиво сложенной начинке, которая может быть самой разнообразной: блинная с овощами, грибная с томленой квашеной капустой или гречневой кашей, из куриного фарша с черносливом. Выбирайте по вкусу любую!

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 8–10



Ингредиенты:

- 600–1000 г свиной грудинки с ребрами
- 2–3 ч. л. пастообразной горчицы
- 1/3 ч. л. смеси молотых перцев
- соль для натирания

Блины:

- 400 мл теплого молока или воды (35–40 °C)
- 200 г муки
- 1 яйцо
- 40 мл растительного масла
- 20 г сахара
- щепотка соли

Начинка:

- 200 г отварных белых грибов
- 1 средняя морковь
- 1 небольшая луковица
- 1 яйцо
- 1 ст. л. рубленого укропа (петрушки)
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

- растительное масло для жарки

Дополнительно:

- зубочистки

Совет шеф-повара

Запекать грудинку нужно из расчета 1 кг — 1 ч.



1 Смешать все ингредиенты для блинного теста.



2 Испечь 10–15 тонких блинов на смазанной растительным маслом сковороде.



3 Очистить и промыть лук и морковь. Натереть морковь на крупной терке. Нарезать лук и грибы соломкой.



4 Обжаривать овощи с грибами на раскаленной сковороде с растительным маслом 10 мин. Снять с огня и остудить.



5 Добавить зелень и яйцо к овощам и грибам, посолить, поперчить и перемешать.



6 Разложить блины и равномерно распределить на них начинку. Свернуть блины (можно оставить трубочками или нарезать произвольно).



7 Обмыть грудинку, обсушить, срезать жиры и пленки. Сделать надрез в толще мяса перед реберными пластинками, чтобы получился карман. Натереть мясо горчицей, солью и смесью перцев внутри и снаружи.



8 Нафаршировать грудинку блинами. Сколоть края кармана зубочистками. Запекать грудинку в разогретом духовом шкафу при 160–180 °C до готовности.



Свинные ребра в остро-сладкой глазури с соусом чимичурри

Соус чимичурри родом из Аргентины. Британцы, воевавшие с Аргентиной за земли, привезли рецепт к себе на родину и стали широко использовать при мариновании мяса, в особенности ребер. Так в рецепте острого соуса из зелени укоренился вустерский (вустерский) соус, который придает пикантность блюду и помогает мясу лучше промариноваться.

Время приготовления: 1 ч +
+ время на маринование

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 1,5 кг свиных ребрышек
- 250 мл сухого белого вина
- 250 мл оливкового масла
- 4 зубчика чеснока
- 2 ст. л. вустерского соуса
- 2 ч. л. мелко нарезанного перца чили (или по вкусу)
- 1 ч. л. сушеного орегано
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Соус:

- 125 мл оливкового масла
- 80 мл свежего лимонного сока
- 2 зубчика чеснока
- 2 ч. л. мелко нарезанного перца чили или по вкусу
- 1/2 ч. л. сушеного орегано
- 1/2 ч. л. соли
- средний пучок петрушки
- маленький пучок кинзы

Гарнир:

- 1 цукини
- 1 помидор
- 2–3 сладких болгарских перца разных цветов
- растительное масло для жарки



1 Положить ребра в миску. Добавить мелко нарезанный перец чили без слишком острых семян.



2 Влить оливковое масло.



3 Добавить вустерский соус и вино.



4 Посолить, поперчить. Добавить очищенный и измельченный чеснок.



5 Добавить сушеный орегано.



6 Втереть маринад в мясо. Накрыть крышкой и мариновать ночь в холодильнике.



7 Для соуса измельчить «в пыль» петрушку и кинзу. Смешать с оливковым маслом.



8 Добавить лимонный сок, измельченные очищенный чеснок, перец, орегано и соль, перемешать.



9 Обжаривать ребра по 30 с с каждой стороны на раскаленной сковороде до золотистого цвета.



10 Запекать ребра 30–40 мин в духовом шкафу при 190 °С. Переложить в тарелку и накрыть фольгой на 5 мин.



11 Очистить болгарский перец от семян и перегородок. Нарезать овощи для гарнира крупными кусками.



12 Обжаривать овощи на сковороде-гриль, смазанной растительным маслом. Подавать мясо с гарниром.



Свинина, томленная при низкой температуре

Технологию томления можно назвать возвращением к истокам приготовления мяса на Руси. Его ставили в горячую печь, шел процесс запечатывания, затем температура медленно падала — мясо томилось.



1 Крупно нарезать очищенные лук, морковь, сельдерей.



2 Обжаривать овощи в небольшом количестве оливкового масла или без него. Выложить на тарелку.



3 На этой же сковороде со всех сторон обжаривать мясо до румяной корочки (в результате поры запечатываются).



4 Переложить овощи на дно жаропрочной кастрюли. Сверху выложить мясо. Добавить специи, чеснок (можно в кожуре), посолить. Залить водой так, чтобы она не покрывала мясо полностью, и поставить запекаться (томиться) в духовой шкаф на 4 ч 30 мин при 70 °С. Сверху накрыть крышкой или фольгой.

Ингредиенты:

- 1–1,2 кг свинины (окорок, лопаточная часть)
- 200 г корня сельдерея
- 1 морковь
- 1 луковица
- 1/2 головки чеснока
- душистый перец-горошек, лавровый лист, соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Время приготовления: 5 ч

Количество порций: 4



Жаркое из свинины в горшочке

Жаркое встречается практически во всех кухнях мира. Ранее его готовили так: ингредиенты (мясо и овощи) складывали в одну (обычно глиняную) емкость, заливали водой и ставили с утра в горячую печь, к вечеру блюдо доходило и теплым подавалось к столу.



1 Вымыть, обсушить и нарезать мясо крупными кубиками.



2 Обжаривать мясо на раскаленной сковороде в небольшом количестве оливкового масла до образования корочки. Выложить на тарелку.



3 Нарезать очищенные морковь и картофель крупными кубиками, очищенный лук — дольками, очистить и порубить чеснок.



4 Обжаривать в масле, оставшемся после жарки мяса, сначала морковь, затем картофель до золотистой корочки, далее лук до прозрачности. Добавить черный перец-горошек, лавровый лист, гвоздику и розмарин, затем — размороженные и отжатые опята. Выложить в сковороду мясо, посолить, все перемешать, влить бульон, тушить почти до готовности. Переложить в жаропрочный горшок и запекать в духовом шкафу 30 мин под крышкой или фольгой при 160–180 °С.

Ингредиенты:

- 400 г свинины (окорок, можно лопаточную часть)
- 300 г замороженных опят
- 100 мл бульона
- 3–4 клубня картофеля
- 2–3 луковицы
- 2–3 моркови
- 1 головка чеснока
- 2 лавровых листа
- 3–4 бутона гвоздики
- 3–4 веточки розмарина (по желанию)
- соль, черный перец-горошек — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 4



Фрикадельки с каперсами в сливочном соусе с отварным картофелем

Фрикадельки (от итал. *frittatella* — «жареное») — мясные шарики размером с грецкий орех. Их жарят, варят или тушат. Блюдо присутствует во многих кухнях мира. В Швеции, например, во фрикадельки (шметтбулляр) добавляют мелко рубленный обжаренный лук. В немецкой кухне *Frikadelle* больше напоминают русские котлеты, имеют форму шайбы и жарятся на растительном масле.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 600 г свинины (окорок)
- 300 г свежей грудинки
- 100 мл сливок 22%-ной жирности и более
- 200 мл бульона (мясного или овощного)
- 1 яйцо
- 1 луковица
- 2–3 ч. л. каперсов
- 1–2 ст. л. муки
- 3–4 ст. л. панировочных сухарей (по желанию)
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Гарнир:

- 4–6 молодых клубня картофеля
- 1–2 лавровых листа

Для подачи:

- 50 г сливочного масла

Совет шеф-повара

Идеальным гарниром к фрикаделькам станут картофельное пюре и всевозможные каши. Вместо каперсов в сливочный соус можно добавить, например, тертый сыр (любой твердый или с голубой или белой плесенью). При добавлении каперсов не пересолите фарш, так как они имеют кисло-солёный вкус.



1 Вымыть и обсушить мясо. Отделить окорок от шкуры, нарезать крупными кусками, перекрутить в мясорубке с грудинкой и очищенным луком.



2 Добавить в фарш яйцо, панировочные сухари, 20 мл сливок, соль и перец. Вымешивать фарш не менее 10 мин. Положить на 30 мин в холодильник (накрыть пленкой или крышкой, чтобы не обветрил).



3 Сформовать фрикадельки величиной с грецкий орех. Руки можно смачивать в воде, чтобы фарш не прилипал, а фрикадельки не развалились при жарке.



4 Обжаривать фрикадельки на раскаленном оливковом масле до образования корочки. Добавить бульон или воду и тушить до готовности. Влить оставшиеся сливки и выпарить наполовину.



5 Добавить каперсы и прогреть. Добиться желаемой густоты соуса выпариванием. Если вы использовали нежирные сливки, можно всыпать 1–2 ст. л. муки.



6 На гарнир отварить молодой картофель в кожуре в подсоленной воде с лавровым листом. При подаче можно сбрызнуть сливочным маслом.



Буллеты по-берлински с овощами и тминным соусом

Слово «буллеты» сохранилось только в берлинской региональной кухне. Так называют круглые мясные шарики, поданные с различными соусами. Приготовив это горячее блюдо, вы попробуете необычное сочетание мяса и рыбы, дополненное тминным соусом. Буллеты, поданные в форме для запекания, станут центральным блюдом на любой семейной трапезе.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 200 г смешанного фарша (свинина и говядина)
 - 100 г помидоров черри
 - 100 г стручковой фасоли
 - 50 г консервированного тунца
 - 50 мл молока
 - 30 г багета
 - 1 яйцо
 - мука для панировки
 - соль, лавровый лист, душистый перец-горошек, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - 2 ст. л. растительного масла для жарки
- Соус:
- 50 г сливочного масла
 - 50 мл сливок 10%-ной жирности
 - 1 ч. л. муки
 - соль, свежемолотый черный перец, тмин — по вкусу

Технология

Буллеты особенно хороши, если пожарить их на барбекю. Для этого нужно сделать конверт из нескольких слоев фольги, положить туда овощи, буллеты с небольшим количеством соуса и держать их на среднем жару, постоянно переворачивая.



1 Вымочить багет в молоке и отжать. Разогреть духовой шкаф до 200 °С.



2 Размять рыбные консервы вилкой.



3 Выложить в миску с размятым тунцом яйцо, отжатый багет, фарш, соль и перец. Тщательно перемешать.



4 Скатать небольшие шарики, обвалять их в муке.



5 Обжаривать шарики на хорошо разогретой сковороде, смазанной растительным маслом, до золотистой корочки.



6 Растопить для соуса сливочное масло, добавить муку и обжаривать ее, постоянно помешивая, в течение 2–3 мин.



7 Добавить тмин, сливки, соль и перец. Довести до кипения. Немного выпарить при необходимости (соус должен быть средней густоты), снять с огня.



8 Выложить буллеты с помидорами и стручковой фасолью в глубокую форму для запекания, полить соусом, добавить лавровый лист, душистый перец и запекать в духовом шкафу 10–12 мин.



Домашняя мясная колбаса

Шипящая пряная колбаса, приготовленная дома и поданная прямо в сковороде, сразу обретет поклонников. По этому рецепту ее можно сделать и для завяливания, только предварительно следует добавить в фарш немного водки или коньяка (50 г на указанное количество) и щепотку острого перца в качестве консервантов для созревания мяса. Такую колбасу нужно повесить в сухом прохладном месте на четверо суток.

Время приготовления: 40–50 мин

Количество порций: 2–4



Ингредиенты:

- 300 г жирной свинины (шейная часть)
- свиные черева (из расчета 1 м на 1 кг фарша)
- 200 г нежирной говядины
- 100 мл воды
- 5 зубчиков чеснока
- 1/2 ч. л. тмина
- 1/2 ч. л. кориандра
- 1/2 ч. л. смеси молотых перцев
- соль — по вкусу

Гарнир:

- отварной или обжаренный картофель

Дополнительно:

- насадка для фаршировки черевов
- нитки

Совет шеф-повара

При добавлении в фарш говяжьей печени ее нужно предварительно вымачивать, увеличив время до 3 ч. Запекать такую колбасу следует на 10–15 мин дольше.



1 Мелко нарезать свинину.



2 Нарезать говядину мелкими кусочками. Соединить мясо в емкости.



3 Добавить соль и специи в фарш.



4 Добавить очищенный и измельченный чеснок в фарш.



5 Влить воду.



6 Тщательно вымесить фарш. Оставить на 30 мин для маринования.



7 Наполнить промытые черева фаршем с помощью специальной насадки, зафиксировать концы нитками.



8 Обжаривать колбасу на сковороде под крышкой или в разогретом духовом шкафу 20 мин при 180 °С. Подавать с картофелем.



Свинные медальоны с маринованными опятами и луковым соусом

Свиная вырезка, так же как и говяжья, — самая нежная и диетическая часть туши. Однако есть один нюанс: отсутствие жира в ней приводит к моментальному пересушиванию мяса при жарке. Самый простой способ приготовить вырезку — обернуть ее беконом, который придаст отбивной дополнительные вкусовые ноты и аппетитный запах дыма.

Время приготовления: 15 мин

Количество порций: 1



Ингредиенты:

- 1 небольшая свиная вырезка
- 50 г нарезанного тонкими ломтиками сырокопченого бекона
- 2 веточки свежего розмарина
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 20 мл растительного масла для жарки

Соус:

- 30 мл сливок 22–33%-ной жирности
- 40 г лука
- 15 мл сухого белого вина
- 15 г сливочного масла для жарки

Для подачи:

- зерна горчицы
- 50 г маринованных опят



1 Очистить свиную вырезку и промыть. Обсушить бумажными салфетками.



2 Разрезать мясо поперек волокон пополам, слегка отбить, придав форму цилиндра.



3 Слегка посолить и поперчить свинину. Обернуть вырезку пластинками сырокопченого бекона.



4 Закрепить бекон, проткнув свободный край розмарином.



5 Обжаривать полученные медальоны до готовности на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом.



6 Очистить лук и мелко нарезать.



7 Обжаривать лук на сливочном масле до золотистого цвета, влить вино, выпарить соус до средней густоты.



8 Влить сливки, дать закипеть, снять с огня и измельчить до однородного состояния с помощью блендера.



9 Слегка обжарить зерна горчицы на сухой сковороде. Полить тарелку соусом, выложить медальоны из свинины, украсить их опятами и посыпать зернами горчицы.



Свиная вырезка со сладким перцем в лимонно-медовом маринаде

Плюс этого блюда — в скорости приготовления. Вкусный и беспроигрышный вариант как горячего основного блюда, так и горячей мясной закуски можно приготовить сравнительно быстро. А выглядит кушанье довольно нарядно. Вместо перца можно использовать брусочки сала (более брутальный вариант).

Время приготовления: 20–30 мин

Количество порций: 3–4



Ингредиенты:

- 250–300 г свиной вырезки
- 3/4 сладкого болгарского перца (красного и желтого)
- 50 г семян кунжута
- 20 мл соевого соуса
- 1 яйцо
- 1–2 ч. л. меда
- сок 1/2 лимона
- свежий тимьян и/или розмарин
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Гарнир:

- 300 г картофеля
- растительное масло для жарки



1 Разрезать вырезку поперек волокон на медальоны толщиной 1 см.



5 Продеть по два брусочка красного и желтого перцев и веточки тимьяна или розмарина в прорези каждого медальона.



2 Посолить, поперчить. Сделать по два отверстия в каждом медальоне.



6 Обвалять изделия во взбитом яйце и семенах кунжута.



3 Мариновать мясо в смеси меда, сока лимона и соевого соуса в течение 5–10 мин.



7 Обжаривать на раскаленном растительном масле по 2–4 мин с каждой стороны.



4 Нарезать очищенный от семян болгарский перец длинными брусочками.



8 Для гарнира сварить картофель, нарезать дольками, обжаривать на растительном масле до золотистой корочки.



Свинина в кисло-сладком соусе

Основные принципы приготовления мяса в восточной кухне — мелкая нарезка и последующая быстрая, но тщательная термическая обработка продукта при высоких температурах.

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 250–300 г свинины (окорок)
- 1 луковица
- 3 зубчика чеснока
- 10 г свежего имбиря
- 5 г сахара-песка
- 2 ч. л. соевого соуса
- 1/2–1 ч. л. бальзамического уксуса
- несколько капель кунжутного масла (по желанию)
- 1 морковь
- 50 г початков консервированной кукурузы
- 1 сладкий болгарский перец
- оливковое масло для жарки

Гарнир:

- рис «жасмин»

Для подачи:

- 2–3 пера зеленого лука
- горсть семян кунжута

Технология приготовления

Классический вариант приготовления мяса в китайской кухне предполагает наличие вока — глубокой сковороды, которая быстро нагревается и в которой мясо жарится моментально. Практически такого же эффекта можно добиться и с обычной сковородой. Процесс готовки распределяется следующим образом: 70 % времени уходит на подготовку ингредиентов, 10 % — собственно на готовку (термическую обработку), оставшиеся 20 % — на сервировку.



1 Вымыть мясо, обсушить бумажными полотенцами. Удалить весь жир и соединительную ткань. Нарезать достаточно крупными кусками.



2 Обжаривать мясо до полуготовности на раскаленной чугунной сковороде в небольшом количестве оливкового масла.



3 Очистить имбирь, лук и чеснок. Нарезать тонкой соломкой, чтобы быстрее пассеровались.



4 Нарезать очищенную морковь, початки кукурузы косыми брусочками (в восточной кухне важны все детали, в том числе и способ нарезки овощей). Молодую морковь можно нарезать прямо в кожуре. Допустимо заменить обычную морковь на маленькую сорта «беби».



5 Отрезать у стручка перца чашечку с плодоножкой и доньшко, разрезать его вдоль и развернуть. Удалить сердцевину и пленки. Получившуюся ленту нарезать длинными брусочками.



6 Добавить к мясу лук, чеснок, имбирь и обжаривать до прозрачности лука. Выложить содержимое сковороды в тарелку, накрыть фольгой и оставить доходить.



7 В той же сковороде обжарить морковь, кукурузу, болгарский перец. Добавить соевый соус.



8 Выложить в сковороду мясо, добавить бальзамический уксус, сахар. Довести до готовности и капнуть кунжутное масло. Украсить зеленым луком, посыпать кунжутными семечками. Подавать с отварным рисом.



Филе на косточке с ароматным маслом

Филе на кости — это разновидность котлеты в том варианте, в каком ее понимают в Европе. Слово «котлета» произошло от французского *côtele* — «ребристый» — или *côte*. Котлета — это кусок мяса на реберной, реже бедренной кости. По предлагаемому рецепту можно готовить свинину, говядину, баранину.

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500 г свинины (филе на косточке или тонкий край)
 - 200 г зеленого стручкового гороха
 - 100 г сливочного масла
 - 2–3 зубчика чеснока
 - 1 луковица
 - 3–4 помидора черри
 - 3 веточки тимьяна
 - небольшой пучок укропа
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - оливковое масло для жарки
- Дополнительно:*
- пищевая пленка

Варианты приготовления

Со вкусом и цветом ароматного сливочного масла можно смело экспериментировать. Тут уж насколько вашей фантазии хватит. Вот несколько вариантов:

- с мелко нарубленными вялеными томатами, свежим базиликом и чесноком (традиционное итальянское сочетание);
- с лимонной или лимонно-апельсиновой цедрой и чесноком (очень «нарядное» масло, которое украсит любой кусок мяса и придаст ему легкую цитрусовую ноту);
- с китайскими соусами.



1 Вымыть мясо, убрать осколки кости, если они есть. Нарезать филе по кости кусочками шириной 2,5–3 см. Обсушить бумажным полотенцем. Филе легко пересушить, но с костью и жиром оно дольше останется сочным.



2 Нашинковать очищенный лук соломкой, раздавить чеснок плоской стороной ножа (можно неочищенный — так он не сгорит и во вкусе не появится горечь).



3 Обжаривать свинину до полуготовности в небольшом количестве оливкового масла, добавить лук, чеснок, посолить и поперчить. Довести мясо до готовности (обжаривать по 3–4 мин с каждой стороны).



4 Добавить к мясу на 2–3 мин промытый и обсушенный горох (чтобы не потерялись яркий цвет овоща и приятный хруст, а также сладость во вкусе). Туда же положить половинки черри.



5 Приготовить ароматное сливочное масло. Для этого мелко порубить укроп (без веточек), добавить в размягченное масло и тщательно вымесить.



6 Выложить масло в пищевую пленку, сложенную вдвое, скрутить плотную «колбаску» и положить в морозильную камеру до замерзания. Перед подачей нарезать масло на кружочки толщиной 1,5–2 см. Выложить на горячий кусок мяса, украсить веточками тимьяна.



Свинные шницели со сладким перцем

У большинства шницель ассоциируется с большой котлетой из фарша, которую часто подают в столовой. Однако такое представление ошибочно. Шницелем вполне может называться блюдо из натурального мяса, имеющее своеобразную овальную форму.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 700 г свинины (полендвица, корейка на косточке)
- 500 г сладкого болгарского перца
- 150 г сельдерея (корень)
- 150 мл белого вина
- 20 мл водки
- 1 зубчик чеснока
- 1 ст. л. муки
- 2 ст. л. апельсинового сока
- несколько семян аниса
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 1 ст. л. растительного масла для жарки



3 Надрезать по жирной части вдоль косточки, оставив ее прикрепленной примерно на 2 см, для того чтобы мясо не деформировалось при жарке.



7 Обжаривать в течение 2 мин чеснок и сельдерей в оставшемся мясном соке.



4 Мариновать свинину в водке 10–15 мин.



8 Добавить перец, тушить в течение 2 мин. Добавить муку, перемешать.



1 Добавить анис в водку и дать постоять 15–20 мин.



5 Нарезать очищенный от семян и перегородок перец кубиками примерно 2×2 см, сельдерей — тонкими ломтиками со стороной 2–3 см. Мелко порубить очищенный чеснок.



9 Влить вино, тушить 5 мин.



2 Нарезать мясо пластинами толщиной примерно 1,5 см.



6 Обжаривать мясо на растительном масле до золотистого цвета с каждой стороны по 1 мин 30 с. Посолить, поперчить, накрыть фольгой, поставить в теплое место.



10 Выложить овощи в форму для запекания, сверху — мясо, залить апельсиновым соком и поставить на 4–5 мин в духовой шкаф при 180 °С.



Свинина по-шварцвальдски

Кусок отварной свинины подается в горячем или холодном виде, например как горячее в немецкой кухне — вместе с тушеной кислой капустой, в холодном виде — как закуска со сладкой баварской горчицей, пивом, хлебом или брецелем (немецкий крендель). Простое, но очень вкусное и ароматное благодаря добавляемым специям блюдо.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 1 кг свинины (окорок или лопаточная часть)
- 250–300 мл сухого белого вина
- 1 крупная морковь
- 1 луковица
- 1 ч. л. сушеных ягод можжевельника
- 8 бутонов гвоздики
- 10 горошин черного перца
- 2 звездочки бадьяна
- 2–3 лавровых листа
- соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Для подачи:

- пикули

Совет шеф-повара

Свинину по-шварцвальдски хорошо подавать со всевозможными соусами: ягодным, сливочным, сырным (тот же сливочный, но с расплавленным сыром), луковым (обжарить на растительном масле лук-порей, либо шалот, либо репчатый лук, добавить сливки, белое вино, немного загустить мукой, можно «пробить» блендером или оставить кусочки).



1 Вымыть окорок, обсушить. Прорезать шкуру сеточкой, чтобы мясо лучше прожарилось. Обжаривать на сковороде в небольшом количестве оливкового масла со всех сторон до образования золотистой корочки (запечатывание).



2 Нарезать очищенную морковь крупными брусочками.



3 Разрезать лук на крупные части, можно прямо в кожуре, так вкус бульона и мяса будет более насыщенным. Кроме того, луковая кожура придаст блюду дополнительный цвет.



4 Обжаривать лук и морковь в небольшом количестве оливкового масла до золотистого цвета.



5 Выложить в кастрюлю овощи, мясо, добавить все специи, посолить, залить водой.



6 Добавить сухое белое вино. Довести до кипения, уменьшить огонь до минимума и оставить томиться в течение 4,5–5 ч под крышкой. Вынуть из бульона мясо, нарезать на порционные куски. Подавать с пикулями: молодыми маринованными початками кукурузы, корнишонами, жемчужным луком, каперсами и т. д.



Отбивная из свинины по-сицилийски со шпинатом

Отбивная — хорошая, добротная свинина на костьке. Почему по-сицилийски? Потому что именно этот регион Италии вобрал в себя массу кулинарных традиций разных стран. В данном рецепте представлены традиционные продукты, используемые для приготовления пищи на Сицилии.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 1



Ингредиенты:

- 250 г свиной корейки на ребре
- 20 г варено-копченой грудинки
- 20 г свежего или свежемороженого шпината
- 20 г моцареллы
- 10 г сливочного масла
- 1 веточка свежего базилика
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 20 мл растительного масла для жарки

Соус:

- 50 мл сухого красного вина
- 20 мл меда
- 10 г французской зерновой горчицы

Дополнительно:

- зубочистки



2 Промыть базилик, отделить листья от стеблей и измельчить их. Измельчить шпинат.



3 Нарезать грудинку мелкими кубиками.



4 Смешать сливочное масло, грудинку и размятую моцареллу. Добавить измельченные шпинат и базилик, перемешать.



6 Обжаривать корейку на раскаленном растительном масле до готовности, периодически переворачивая.



7 Посолить и поперчить готовую корейку, дать постоять в течение 3–4 мин.



8 Смешать вино с медом.



1 Обмыть свиную корейку под проточной водой и отбить. Сделать боковой надрез в виде кармана для фарширования.



5 Нафаршировать корейку полученной смесью, скрепить карман зубочистками.



9 Добавить горчицу, нагревать на слабом огне до полного растворения меда, помешивая. Выложить мясо на тарелку, полить пряным соусом.



Свиная корейка на косточке, жаренная в панировке с чесночными шампиньонами

Мясо получается мягким, сочным и с хрустящей корочкой. В сочетании с грибами, зеленью и чесноком вкус блюда становится очень нежным и ярким. На гарнир можно подавать картофель. Блюдо идеально и для повседневного меню, и для праздничного стола.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 250 г шампиньонов
- 4 ломтика свиной корейки
- 50 мл сухого белого вина
- 2 зубчика чеснока
- небольшой пучок петрушки
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- мука для панировки
- оливковое масло для жарки



3 Очистить чеснок, раздавить ножом.



7 Добавить петрушку, соль и перец. Тушить на умеренном огне 3 мин.



4 Разогреть сковороду с оливковым маслом, выложить чеснок, обжаривать на слабом огне 2 мин.



8 Немного посолить ломтики корейки, обвалять в муке.



1 Очистить шампиньоны, промыть в холодной воде. Нарезать тонкими ломтиками.



5 Достать чеснок, положить грибы, обжаривать на умеренном огне 5 мин.



9 Обжаривать мясо на разогретой с оливковым маслом сковороде с обеих сторон до готовности.



2 Вымыть петрушку, мелко нарезать.



6 Влить вино, тушить на сильном огне 3 мин.



10 Выложить грибы на мясо, закрыть сковороду крышкой. Тушить на умеренном огне 5 мин.



Свинина на шпажках в соево-медовой глазури

Мы привыкли, что если свинина на шпажках — значит, шашлык, если отбивная — значит, по-французски. Пора ломать стереотипы! Из этого рецепта вы узнаете один из традиционных в китайской кухне способов маринования мяса. Овощи же приготовим по-европейски. В результате получится блюдо в панзиатском стиле. Яркая подача и вкус понравятся детям и взрослым, а возможность готовить свинину на природе оценят любители активного отдыха.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 600 г свинины (шея)
- 1 небольшой цукини
- 16 помидоров черри
- 16 маленьких шампиньонов
- 30 мл растительного масла
- 30 г корня имбиря
- 1 зубчик чеснока
- уксус — по вкусу
- соль — по вкусу

Глазурь:

- 50 мл соевого соуса
- 30 мл кунжутного масла
- 30 мл меда
- соль, смесь черного и душистого перцев — по вкусу

Для подачи:

- горсть семян кунжута

Дополнительно:

- шпажки



2 Слегка отбить свинину тыльной стороной ножа.



6 Добавить к овощам и грибам растительное масло, очищенный и измельченный чеснок.



3 Соединить соевый соус, кунжутное масло, мед, соль и смесь перцев. Полить свинину полученной смесью.



7 Влить уксус, посолить и добавить имбирь. Тщательно перемешать.



4 Вымыть цукини и нарезать его крупными ломтиками.



8 Нанизать мясо, грибы и овощи на шпажки, чередуя их друг с другом.



1 Срезать со свинины избыточный жир, промыть ее под проточной водой, нарезать средними кусочками.



5 Вымыть помидоры черри, очистить шампиньоны от кожицы.



9 Запекать в духовом шкафу при температуре 180 °С до готовности в течение 8–10 мин. Подавать на шпажках, посыпав блюдо семенами кунжута.



Пельмени с мясом

Такие пельмени — прекрасное горячее блюдо и отличная закуска под крепкие спиртные напитки. Оптимальный размер каждого из них такой, чтобы было удобно есть целиком. Для ускорения лепки используйте пельменницу или подключите домочадцев — это отличный способ провести время вместе и приготовить вкусное угощение для всей семьи. В старину замораживать пельмени не было возможности, поэтому их сразу варили: всплыли — и готово.

Время приготовления: 1 ч 10 мин

Количество порций: 2–3



Ингредиенты:

Тесто:

- 350 г муки + на подпыл
- 130 мл теплой воды (35–40 °C)
- 2 яйца
- 1 ч. л. соли

Начинка:

- 500–600 г смешанного фарша (жирная свинина, например шейная часть, и говядина в равных частях)
- 50–100 г лука
- 50–100 мл воды или молока
- 10–15 г соли
- 1 ч. л. молотых черного и душистого перцев

- 2–3 лавровых листа

Для подачи:

- зелень укропа (петрушки)

Вариант подачи

Горячие пельмени с мясом можно подавать со сливочным маслом, сметаной или небольшим количеством столового уксуса.



1 Влить воду в смесь муки, соли и 1 яйца и замесить однородное эластичное тесто. Поставить его в холодильник на 30–40 мин для набухания клейковины. Достать и раскатать тесто на посыпанной мукой рабочей поверхности в пласт не толще 2 мм.



2 Мелко порубить очищенный лук и добавить в фарш.



3 Посолить фарш, добавить перец и влить воду или молоко, тщательно вымесить.



4 Раскатать тесто, выложить на него фарш, скатанный шариками. Смазать тесто вокруг фарша слегка взбитым яйцом. Накрывать фарш противоположным от себя краем теста.



5 Вырезать пельмени стаканами, прижимая тесто вокруг начинки.



6 Варить пельмени в подсоленной воде с лавровым листом 4–5 мин после всплытия. Подать, посыпав рубленой зеленью.



Пирог из ржаной муки со свининой

Такой пирог отлично подойдет в качестве основного блюда на каждый день, перекуса для выезда на природу или ссобойки на работу или учебу. Важно помнить, что тесто из ржаной муки получается более вязким и тягучим. Пирог можно печь с разными начинками.

Время приготовления: 30 мин +
+ время на созревание теста

Количество порций: 10–12



Ингредиенты:

Тесто:

- 400–500 г ржаной муки
- 200 мл теплой воды (35–40 °C)
- 20–30 мл растительного масла
- 20–50 г сахара
- 2 яйца
- 5–10 г сухих дрожжей
- 5–10 г соли

Начинка:

- 300–500 г свинины (лопаточная или тазобедренная часть)
- 200 мл сметаны
- 1 крупная луковица
- 1 средняя морковь
- 1 ч. л. смеси молотых перцев
- несколько веточек укропа
- соль — по вкусу
- растительное масло для жарки



2 Тщательно вымесить тесто и оставить на 1–1,5 ч, чтобы оно подошло, дважды обминая его за это время.



6 Измельчить укроп и добавить в сковороду. Остудить смесь.



3 Измельчить свинину, добавить соль и смесь перцев. Мелко нарезать очищенные морковь и лук.



7 Раскатать тесто в лепешку толщиной 1 см.



4 Обжаривать свинину с овощами на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом 5–8 мин.



8 Выложить начинку на одну половину лепешки.



1 Растворить в воде сахар и дрожжи, оставить на 10 мин в теплом месте для активации дрожжей. Добавить 1 яйцо, масло, соль и муку.



5 Добавить в сковороду сметану и програвать смесь 5–8 мин.



9 Накрывать второй половиной. Смазать края слегка взбитым яйцом и запечатать. Выпекать пирог в разогретом духовом шкафу 10–15 мин при 200 °C.



Тыквенно-пшенная запеканка с мясом

Тыква — невероятно полезный и вкусный овощ, который может храниться всю зиму, не теряя полезных свойств и оставаясь источником витаминов, минералов и пищевых волокон. Он особенно хорош в сочетании с пшеном. Такая комбинация продуктов часто используется для приготовления каш и запеканок и является кулинарной классикой.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 200–400 г тыквы
- 300 мл молока
- 100 мл воды
- 100 г пшенной крупы
- 2 яйца
- 50 г сливочного масла
- соль — по вкусу

Начинка:

- 200–300 г свинины
- 1 крупная луковица
- соль — по вкусу
- растительное масло для жарки

Совет шеф-повара

Это блюдо можно готовить и без мясной начинки или заменить свинину птицей. Если посыпать его перед запеканием тертым твердым сыром, например российским (100 г), вкус будет еще ярче.



1 Очистить тыкву от семян и кожуры и произвольно нарезать.



4 Обжаривать мелкорубленые свинину и лук на раскаленной сковороде с растительным маслом, посолить.



2 Всыпать хорошо промытое пшено и нарезанную тыкву в кипящее молоко с водой. Добавить соль и сливочное масло, оставив немного для смазывания формы. Варить кашу до загустения. Остудить до комнатной температуры, добавить яйца и тщательно перемешать.



5 Выложить в смазанную сливочным маслом форму для запекания половину каши, затем — начинку и сверху — оставшуюся половину каши.



3 Измельчить свинину. Нарезать очищенный лук мелкими кубиками.



6 Разровнять поверхность каши лопаткой. Запекать в разогретом духовом шкафу 15–20 мин при 160 °С.



Порк пай

Порк пай — так называется шляпа, которая была популярна в 1930-х годах в США. И правда, если перевернуть пирог, можно заметить сходство. Придумали блюдо в Британии жены шахтеров. Они готовили сытные (чтобы энергии хватило на весь день) и закрытые (чтобы не испачкались в шахтах) пироги. Спустя время порк пай стал традиционным блюдом для домашнего праздничного стола. Во Франции, кстати, тоже делают мясные пироги, но есть одно важное отличие. В Британии начинка обязательно состоит из мягкого фарша, во Франции используют рубленое мясо.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 8



Ингредиенты:

Тесто:

- 500 г муки
- 250 г сливочного масла

Начинка:

- 500 г свиного фарша
- 2 луковицы
- растительное или сливочное масло для жарки и смазывания



3 Очистить лук, нарезать его мелкими кубиками. Обжаривать на растительном масле до золотистости и мягкости. Остудить.



7 Выложить фарш.



4 Смешать лук со свиным фаршем.



8 Раскатать оставшееся тесто, накрыть им пирог, скрепить края.



1 Порубить сливочное масло. Перетереть его с мукой.



5 Раскатать 2/3 теста скалкой. Смазать форму для выпечки сливочным или растительным маслом.



9 Можно сделать по центру небольшое отверстие, через которое будет выходить лишняя жидкость от тушения мяса и пар, так пирог не порвется.



2 Замесить тесто, скатать в шар и положить в холодильник на 30 мин. Разделить тесто на 2/3 и 1/3 части.



6 Застелить форму раскатанным тестом.



10 Выпекать в духовом шкафу при 190 °C 45 мин.







ГОВЯДИНА



Салат с бастурмой, черемшой и яблоком

Салат имеет сезонный характер — в нем присутствует свежая молодая черемша. Поэтому у вас совсем мало времени, чтобы насладиться его вкусом.

Время приготовления: 10 мин

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 200 г бастурмы или сырокопченой говядины
- 200 г свежего шпината
- 2 средних яблока
- 1/2 перца чили
- средний пучок свежей черемши
- пучок салатных листьев

Заправка:

- несколько перьев зеленого лука
- сок 1 лайма
- 50 мл оливкового масла
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

О продукте

Бастурма — это вяленая говяжья вырезка. Для ее приготовления мясо натирают солью и кладут под пресс. Через несколько дней смазывают смесью из чеснока, молотого перца различных видов и пажитника. Смесью имеет достаточно жидкую консистенцию. Получившийся полуфабрикат подвешивают и вялят в прохладном, хорошо вентилируемом помещении примерно неделю. Мясо достаточно острое, ароматное. Поэтому когда будете класть в этот салат кусочки острого перца, не увлекайтесь.



1 Вымыть листья зеленой черемши, обсушить, довольно крупно нарезать.



2 Вымыть шпинат, обсушить, довольно крупно нарезать.



3 Нарезать яблоки пластинками. Для этого салата нужно выбирать сладкие сорта, например ананасные. Можно заменить яблоко на манго — салат получится более изысканным, сочетание сладкого фрукта и соленого пикантного мяса очень выигрышно по вкусу.



4 Вымыть салатные листья, обсушить, порвать руками.



5 Приготовить заправку: смешать оливковое масло, сок лайма, мелко порубленный зеленый лук. Посолить, поперчить.



6 Нарезать бастурму тонкими ломтиками. Собрать салат: заправить соусом зелень, добавить яблоки. Сверху положить ломтики мяса и тонко порезанный острый перец.



Теплый салат с говядиной и фасолевым соусом

Вырезку (или пастрому) получают из мышц, которые находятся в спинном отделе туши и практически не испытывают нагрузки в течение жизни животного. Благодаря этому такое мясо считается самым нежным. При покупке обратите внимание на цельность вырезки и минимальное количество прожилок, иначе после жарки мясо потеряет свою нежность и станет жестким.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 200 г говяжьей вырезки
- 150 г салата «айсберг»
- 100 г рукколы
- 8 помидоров черри
- 2 яйца
- 30 мл растительного масла для жарки
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Заправка:

- 100 г консервированной фасоли вместе с жидкостью
- 30 г лука
- 50 мл кетчупа
- 30 мл сливок 22–33%-ной жирности
- 2 веточки базилика
- сахар, соль, острый молотый перец — по вкусу



2 Разрезать помидоры черри пополам.



6 Промыть базилик и отделить листья от стеблей.



3 Выложить ломтики говядины на раскаленную сковороду с растительным маслом, обжаривать по 20 с с каждой стороны.



7 Произвольно нарезать очищенный лук и обжаривать его на растительном масле до золотистого цвета.



4 Быстро обжарить на той же сковороде помидоры черри. Сварить яйца вкрутую и разрезать их пополам.



8 Добавить сливки, кетчуп, фасоль и листья базилика к луку. Тушить в течение 5 мин.



1 Очистить мясо и нарезать тонкими ломтиками поперек волокон. Посолить и поперчить.



5 Промыть рукколу и отделить жесткие стебли. Промыть салат «айсберг», отделить кочерыжку и нарвать листья руками.



9 Добавить соль, сахар, перец. Измельчить компоненты заправки до состояния пюре с помощью блендера. Выложить говядину на тарелку и полить 2/3 заправки, сверху — помидоры, яйца, салатные листья, рукколу и оставшуюся заправку.



Салат «Узбекистон»

В советские годы этот салат был самым популярным в Москве в ресторане «Ташкент». В этом блюде сельдерей иногда заменяют на редьку.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 3



Ингредиенты:

- 300 г говяжьей вырезки
- 3 стебля сельдерея
- 1 крупная луковица
- 1 морковь
- 2 зубчика чеснока
- 1 ст. л. муки
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 100 мл растительного масла для жарки

Заправка:

- 1 яичный желток
- 1 ч. л. пастообразной горчицы
- 75 мл растительного масла
- сок 1/2 лимона
- 1 ч. л. сахара
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Дополнительно:

- фольга для запекания



2 Нарезать говядину поперек волокон пластинами толщиной 2 см, посолить и поперчить. Тонко отбить мясо.



3 Мясо разложить внахлест, на него выложить очищенные зубчики чеснока и морковь, нарезанную соломкой.



4 Скатать мясо в рулет. Завернуть в фольгу. Готовить в духовом шкафу 35 мин при 200 °С.



6 Разогреть в сковороде масло, обжаривать лук до золотистого цвета.



7 Взбить венчиком желток, горчицу, лимонный сок, сахар, соль, перец для заправки.



8 Ввести тонкой струйкой растительное масло до получения соуса однородной консистенции.



1 Очистить сельдерей от жестких волокон, нарезать тонкой соломкой.



5 Нарезать очищенный лук тонкими кольцами, обвалять в муке.



9 Нарезать рулет поперек тонкими ломтиками. Смешать сельдерей, жареный лук и заправку в большой миске. Сверху положить говядину.



Щи с квашеной капустой

Кислые щи — классика русской кухни. Они могут быть богатыми (с мясом и зажаркой на свином сале) и постными. Такое первое блюдо готовится долго: его нужно томить (в идеале в печи, но можно и в духовом шкафу в толстостенной емкости), чтобы ингредиенты приобрели цвет и пропитались насыщенным ароматом друг друга, но это того стоит. Используйте в сезон для приготовления щей свежие помидоры — в отличие от томатной пасты они придадут блюду более нежный вкус.

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 1 л горячей воды или бульона
 - 400–600 г квашеной капусты
 - 200–300 г говядины
 - 100 г белых грибов
 - 2 клубня картофеля
 - 2 стебля сельдерея
 - 1–2 небольших помидора
 - 1 крупная луковица
 - 1 средняя морковь
 - 1 ст. л. пастообразной горчицы
 - 2 зубчика чеснока
 - 1/2 ч. л. хмели-сунели
 - 1/2 ч. л. смеси молотых перцев
 - вода или капустный рассол для тушения
 - небольшой пучок петрушки (укропа)
 - соль — по вкусу
 - растительное масло для жарки
- Для подачи:
- 150 г сметаны

Совет шеф-повара

Если добавить в щи ржаные сухарики, они размякнут и сделают блюдо более густым.



1 Добавить в квашеную капусту горчицу и томить на среднем огне 30 мин, подливая при необходимости рассол или воду.



2 Измельчить очищенные и вымытые стебли сельдерея, лук и морковь.



3 Нарезать говядину небольшими кусочками.



4 Добавить сельдерей к мясу, моркови и луку и обжаривать смесь на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом до полуготовности.



5 Добавить в сковороду нарезанные грибы и обжаривать 10 мин.



6 Выложить жареную смесь к капусте и тушить 20 мин. Залить бульоном или водой.



7 Добавить в кастрюлю очищенный, вымытый и нарезанный кубиками картофель и варить 10 мин.



8 Положить в кастрюлю вымытые и нарезанные дольками помидоры, предварительно порубленную зелень, оставив немного для подачи, и очищенный истолченный чеснок. Посолить по вкусу, добавить специи и томить 5–10 мин. Подавать со сметаной и рубленой зеленью.



Томатный суп с баклажанами и говядиной

Густой суп на основе баклажанов и томатов в собственном соку популярен в западных регионах Грузии. Небольшое количество ингредиентов делает это блюдо легким в приготовлении.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 400 г говядины (желательно вырезки)
- 400 г томатов в собственном соку
- 1 баклажан
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- 1 л воды
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 2 ст. л. растительного масла для жарки

Для подачи:

- 150 г сметаны
- зелень петрушки (укропа)



3 Мелко нарезать очищенные лук и чеснок.



7 Измельчить томаты в собственном соку до однородной консистенции с помощью блендера.



4 Разогреть в кастрюле растительное масло. Обжаривать лук до прозрачности.



8 Добавить в кастрюлю чеснок и измельченные томаты.



1 Нарезать говядину небольшими кусочками.



5 Добавить нарезанное мясо. Обжаривать 10 мин.



9 Посолить, поперчить.



2 Нарезать баклажан кубиками.



6 Выложить баклажаны. Готовить еще 7 мин.



10 Влить воду. Готовить 20 мин на слабом огне. Подавать со сметаной и рубленой зеленью.



Солянка с мясом

Сытное, густое, согревающее первое блюдо, которое подарит ощущение тепла и комфорта в холодное время. В зависимости от рецепта количество мясных продуктов в его составе может достигать десятка наименований: отварные язык и почки, копченые сосиски, колбаски, вяленый окорок и др. Название солянки произошло от слова «селянка», и изначально это был деревенский острый суп, который совмещал в себе и первое, и второе блюдо.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 1 л воды
- 300–400 г соленых бочковых или маринованных огурцов с рассолом
- 300 г копченых мясoproductов
- 150–200 г говядины или свинины
- 100–150 мл томатной пасты
- 100 мл маринада от консервированных маслин
- 2 крупные луковицы
- 2–3 лавровых листа
- 1–1,5 ст. л. смеси сушеных овощей для первых блюд
- 1 ч. л. смеси молотых перцев
- небольшой пучок укропа (петрушки)
- соль — по вкусу
- растительное масло для жарки и смазывания

Для подачи:

- сметана
- рубленая зелень
- консервированные маслины без косточек



1 Нарезать свинину или говядину поперек волокон ломтиками. Разрезать, не очищая, одну луковицу на четыре части.



2 Выложить рубленую зелень и лук с мясом на смазанный растительным маслом противень. Запекать в разогретом духовом шкафу 30 мин при 200 °С, периодически переворачивая.



3 Томить предварительно измельченные огурцы в рассоле на слабом огне 15–30 мин.



4 Добавить томатную пасту ко второй луковице, очищенной, измельченной и обжаренной на растительном масле до прозрачности. Тушить 10 мин.



5 Нарезать копчености небольшими кубиками и обжаривать в глубокой кастрюле без добавления масла. Залить водой.



6 Влить в кастрюлю с водой сок, выделившийся после запекания лука и мяса, добавить огурцы, лук в томатной пасте и довести до кипения.



7 Добавить в кастрюлю нарезанное кубиками запеченное мясо.



8 Влить рассол от маслин, всыпать специи и соль при необходимости.



9 Измельчить блендером очищенный запеченный лук с небольшим количеством бульона от солянки и добавить в суп. Добавить лавровый лист за 5 мин до готовности. Подавать солянку с маслинами, сметаной и рубленой зеленью.



Харчо

В каждом районе Грузии этот густой суп готовят по своему рецепту. Так, в классическом варианте используется говядина, однако кое-где ее могут заменить птицей, бараниной, телятиной или свиной. А в Имеретии, например, в харчо не кладут орехи. Характерный пряный вкус блюду придает большое количество зелени, чеснока и соуса.

Время приготовления: 2 ч 20 мин

Количество порций: 10



Ингредиенты:

- 500 г говяжьей грудки
 - 1,5 стакана очищенных грецких орехов
 - 1/2 стакана риса
 - 1 луковица
 - 200 мл соуса ткемали
 - 50 мл томатной пасты
 - 1 ч. л. кориандра
 - 1 ч. л. хмели-сунели
 - чеснок — по вкусу
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - растительное или сливочное масло для жарки
- Для подачи:
- небольшой пучок кинзы
 - 1 острый перец чили



2 Достать мясо, разрезать на кусочки. Процедить бульон.



6 Добавить обжаренный с томатной пастой лук.



3 Мелко порубить грецкие орехи.



7 Всыпать грецкие орехи и чеснок.



4 Мелко нарезать очищенные лук и чеснок. Обжаривать лук на растительном масле до прозрачности. Добавить к нему томатную пасту, прогреть.



8 Влить соус ткемали. Варить еще 5–10 мин.



1 Очистить мясо от пленок. Варить на слабом огне в течение 1 ч 30 мин.



5 Всыпать в бульон промытый рис и нарезанное мясо. Посолить, поперчить. Варить 15 мин.



9 Добавить хмели-сунели и кориандр. При подаче положить мелко нарезанные кинзу и острый перец.



Мясной рулет в беконе

Сетка из бекона не только является оригинальным украшением рулета, она придает блюду сочность за счет плавления жира при запекании. Подавать горячий рулет следует цельным, чтобы нарядная сетка украсила праздничный стол.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 5



Ингредиенты:

- 500 г бекона или сала с прослойками
- 500 г мясного фарша (смесь свинины и говядины)
- 300 г свежих шампиньонов
- 1 луковица
- 100 г салата «айсберг»
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки

Дополнительно:

- пергаментная бумага

Совет шеф-повара

Фарш можно использовать не только мясной, но и куриный, сочетая в нем различные начинки. Вместо грибов допустимо взять овощи (перец, морковь, баклажан, цукини, шпинат), куриную печень, вареные яйца.



1 Нарезать бекон тонкими полосками. Сложить из них на пергаментной бумаге сетку.



2 Вымыть и очистить шампиньоны (молочные грибы можно не чистить), нарезать пластинками.



3 Нарезать очищенный лук полукольцами. Нарвать салат на кусочки.



4 Обжаривать лук с грибами на растительном масле до прозрачности лука.



5 Посолить и поперчить фарш.



6 Выложить фарш на сетку из бекона. В центр поместить кусочки листьев салата. Выложить начинку из грибов и лука.



7 Свернуть рулет с помощью пергамента.



8 Запекать в духовом шкафу, разогретом до 180 °С, 25 мин.



Гуляш с картофельными клецками

Гуляш — национальное венгерское блюдо из говядины, тушенной со шпиком, репчатым луком, сладким болгарским перцем (паприкой) и картофелем. Блюдо относится к густым супам. Мы предлагаем вариант без картофеля, но с гарниром из картофельных клецок. Можете добавить немного томатной пасты, свежих помидоров либо томатов в собственном соку.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 1 кг говядины (окорок)
- 1/2 большой луковицы
- 200 мл бульона (мясного или овощного)
- 1 сладкий болгарский перец
- 3–4 зубчика чеснока
- 2 ст. л. молотой паприки
- 2 ст. л. молотого острого перца
- 2 звездочки бадьяна
- соль — по вкусу

Гарнир:

- 150–160 г муки
- 4 клубня картофеля
- 1 яйцо
- 1/2 большой луковицы
- лавровый лист
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки

О продукте

Клецки (от нем. *Klofichen* — «комочек») подают к супам и как гарнир ко вторым блюдам. В состав клецок входят мука или мелкая крупа любых зерновых и/или пюре овощей, богатых крахмалом (чаще картофель), яйца, жидкий жирный компонент (сливки, масло). В картофельные клецки добавляют натертый свежий картофель и картофельное пюре, но можно и упростить рецепт — готовить клецки из готового пюре.



1 Сварить очищенный картофель для клецок с добавлением лаврового листа и половины луковицы.



2 Замесить тесто для клецок. Для этого картофель пюрировать с помощью деревянного толкачика, добавить муку, яйцо, соль и перец. Оставить постоять 20 мин, чтобы разошлась клейковина.



3 Вымыть и обсушить окорок. Нарезать мясо крупными кубиками, измельчить очищенный лук. Обжаривать мясо с луком до золотистой корочки на растительном масле.



4 Нарезать очищенный от семян и перегородок болгарский перец крупными кубиками.



5 Переложить обжаренное мясо и лук в кастрюлю.



6 В той же сковороде обжарить болгарский перец и добавить к мясу. Всыпать раздавленный очищенный чеснок, бадьян. Залить горячей водой или бульоном, чтобы продукты полностью покрылись жидкостью. Оставить томиться на маленьком огне в течение 2 ч. Через 1 ч 30 мин добавить молотую паприку.



7 Нарезать тесто небольшими кусочками. Отваривать их в подсоленной воде, пока не всплывут (около 8–10 мин). Переложить в холодную воду, чтобы остановить процесс варки.



8 Обжаривать клецки в горячем растительном масле до образования золотистой корочки.



Котлеты с помидорами и стручковой фасолью

Чтобы получить вкусные рубленые котлеты, нужно уделить больше времени приготовлению фарша. В процессе вымешивания можно добавить несколько столовых ложек ледяной воды или колотого льда — мясо станет сочнее.



1 Перекрутить в мясорубке говядину, свинину и сало. Мелко порубить или пропустить через мясорубку очищенный лук.



2 Вымешивать фарш в течение 7 мин. Посолить, поперчить. Завернуть в пленку или накрыть крышкой и положить в холодильник на 30 мин.



3 Сформовать шайбочки. Обжаривать котлеты на раскаленном масле по 2 мин с каждой стороны. Довести до готовности в духовом шкафу или под крышкой в сотейнике на маленьком огне.



4 Запечь для гарнира помидоры на сковороде с котлетами. Припустить спаржевую фасоль в бульоне. Выложить в прогретую порционную чугунную сковороду фасоль, сверху котлеты и помидоры. Сбрызнуть маслом. Запекать в духовом шкафу 5 мин при 180 °С.

Ингредиенты:

- 250 г говядины (тазобедренной части)
- 200 г свинины (тазобедренной части)
- 150 г свиного сала
- 1 луковица
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Гарнир:

- 200 г стручковой (спаржевой) фасоли
- 12 помидоров черри

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 4



Стейк «Нью-Йорк»

В Америке стейки стали культовым блюдом. Названия они получили от той части туши, из которой вырезаны: риб, или рибай, — мясо из туши до 13-го позвонка; стрип-плойн, или «Нью-Йорк», — ниже 13-го; клаб-стейк — из толстого края длиннейшей мышцы, имеет реберную кость; филе миньон — поперечный тонкий срез вырезки; шатобриан — толстый ее край; тибон (из т-образной кости) — состоит из филе миньон с одной стороны и косточки «Нью-Йорк» с другой. Основные степени прожарки стейка: rare (рэ) — с кровью, medium (медиум) — розовое в центре, мясной сок прозрачный, well done (вел дан) — полностью прожаренное.



1 Вымыть мясо, обсушить бумажным полотенцем, сделать поперечные надрезы на всю глубину жировой прослойки.



2 Сделать надрезы через каждые 3–4 см вдоль всего куска мяса. Так стейк лучше пропечется, не деформируется и не перекрутится в процессе жарки.



3 Посолить и поперчить стейк. Обжаривать на раскаленном оливковом масле по 1 мин с каждой стороны, добавив чеснок и порубленный тимьян. Доводить до готовности в духовом шкафу в течение 6 мин при 180 °С.



4 Подавать целиком, с чесноком и помидорами черри, украсив веточкой тимьяна, или нарезать на несколько слайсов. На срезе хорошо видна степень прожарки медиум — с розовой серединой.

Ингредиенты:

- 300 г стейка «Нью-Йорк» (стрип-плойн)
- 3–4 веточки свежего тимьяна
- 2–3 помидора черри
- 3–4 зубчика чеснока
- крупная морская соль, смесь перцев (черный, красный, белый) — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Время приготовления: 15 мин

Количество порций: 1



Антрекот с луковым конфитюром

Антрекот (от фр. *entre* — «между» и *côte* — «ребро») — блюдо французской кухни, кусок говяжьего или воловьего мяса, срезанный между ребрами и хребтом. Это то же, что сейчас называют ребай-стейком (от англ. *rib* — «ребро» (часть туши, откуда вырезается кусок) и *eye* — «глаз»). Мясо получается сочным, с ярким вкусом, так как имеет большое количество жировых вкраплений. В настоящее время антрекотом принято называть любой кусок говядины без кости толщиной 1–1,5 см и величиной с ладонь.

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500 г говядины (толстый край, филе)
- 200 мл сухого красного вина
- 3 красные луковицы
- 150 г сахара
- 2 звездочки бадьяна
- 1 палочка корицы
- 3–4 горошины душистого перца
- соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Совет шеф-повара

Луковый конфитюр или мармелад можно сделать впрок, разложить в стерилизованные банки и хранить в холодильнике. Также его употребляют со свежим хлебом.

Для конфитюра подойдет лук-порей, шалот, белый или репчатый лук. Не давайте ему гореть, иначе конфитюр получится с горчинкой. Вместо сухого красного вина можно добавить сухое белое или даже с мускатом, но оно должно быть качественным, иначе мармелад будет кислым. В качестве альтернативных приправ подойдет букет гарни (розмарин, тимьян, порей, сельдерей, лавровый лист). В соус можно добавить бальзамический уксус и соус табаско. Сахар вы вправе заменить медом.



1 Нарезать очищенный лук дольками.



2 Сложить лук в кастрюлю, добавить бадьян, корицу, душистый перец. Обжаривать на оливковом масле до прозрачности лука.



3 Добавить к луку сахар, обжаривать до его полного растворения.



4 Как только сахар растворится, добавить вино, щепотку соли. Томить до тех пор, пока вино полностью не выпарится, а луковый конфитюр не станет густым.



5 Вымыть и обсушить мясо. Нарезать филе поперек волокон на куски толщиной примерно 6 см.



6 Разрезать каждый кусок посередине, не дорезая до конца. Должна получиться «бабочка».



7 Сделать еще несколько надрезов, менее глубоких, перпендикулярно срединному (тем самым мы надрезаем жилы и не даем мясу свернуться в процессе приготовления).



8 Обжаривать антрекот в сковороде на оливковом масле по 2 мин с каждой стороны до образования румяной корочки. Оставить доходить в теплом месте. Подавать с луковым конфитюром.



Бифштекс с яйцом и и картофельным пюре

Бифштекс (от англ. *beef* — «говядина» и *steaks* — «куски») — традиционное блюдо английской кухни, распространившееся по всему миру. В России стало известно в XVIII в. Для приготовления бифштекса берут вырезку (идеальный вариант — головная часть или филе). Различают натуральный (из цельного куска мяса) и рубленый бифштексы, по степени прожарки — с кровью и прожаренный.

Время приготовления: 30 мин +
+ время на варку картофеля

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 1 кг говядины (вырезка или филе)
- 4 яйца
- 1 луковица
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

• оливковое масло для жарки

Гарнир:

- 500 г картофеля
- 50 мл сливок (от 22%-ной жирности и выше)
- 1–2 лавровых листа
- 100–150 г сливочного масла
- 1/2 луковицы

Совет шеф-повара

Бифштекс с яйцом — наиболее привычный для советского человека вариант. Оригинальна подача бифштекса с яйцом пашот. В 2 л кипящей воды добавить 3 ст. л. уксуса и 1 ст. л. соли. Яйца разбить в плоски, в кастрюле ложкой создать воронку, аккуратно вылить в нее яйца по одному. Помешать, не касаясь яиц. Варить 2–3 мин, чтобы белок схватился, а желток остался жидким, достать шумовкой.



1 Вымыть и обсушить мясо, зачистить от лишнего жира и сухожилий. Нарезать на порционные куски толщиной 2–2,5 см поперек волокон.



2 Слегка размягчить мясо, раздвинуть волокна, разминая мясо между ладонями или между ладонью и разделочной доской, придавить.



3 Очистить картофель от кожуры. Отваривать с добавлением лаврового листа и половины луковицы (можно прямо в кожуре) до готовности.



4 Пюрировать картофель с помощью деревянного толкачика. Добавить подогретые сливки и растопленное сливочное масло, постоянно взбивая.



5 Обжаривать мясо на оливковом масле по 2 мин с каждой стороны. Поставить доходить в теплое место на 3–5 мин.



6 Очистить луковицу. Нарезать кольцами. Можно сделать и больше гарнира, все зависит от ваших предпочтений.



7 Обжаривать лук до прозрачности и светло-золотистого цвета на той же сковороде, где жарили мясо. Добавить лук к мясу.



8 На этой же сковороде поджарить яйца, не разбивая желток и оставив его жидким. Можно делать это с помощью сервировочного кольца, чтобы получить идеально круглую форму. Посолить. Поперчить, подавать бифштекс с яйцами и картофельным пюре.



Шницель по-датски

Шницель (от нем. *schnitzen* — «нарезать») — тонкий ломтик жареного мяса. Это блюдо немецкой и австрийской кухни. В настоящее время шницели готовят из говядины, свинины, баранины, птицы. Они отличаются начинками и панировочными смесями (бывают шницели без панировки).

Время приготовления: 25 мин

Количество порций: 1



Ингредиенты:

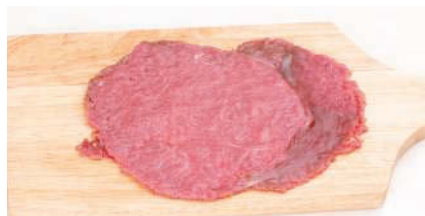
- 300 г говядины (вырезка)
 - 80–100 г твердого сыра (например, гауды, тильзитера, маасдама)
 - 3 яйца
 - небольшой пучок петрушки
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - мука для панировки
 - 70 г сливочного масла для жарки
- Дополнительно:**
- пищевая пленка
 - зубочистки

Из истории

Родоначальником шницелей можно назвать венский шницель — очень тонкий, хорошо отбитый, большой в диаметре кусок телятины, обжаренный в панировке в большом количестве масла. Считается, что сам венский шницель произошел от отбивной по-милански (*milanesa*) — широко распространенного и очень популярного блюда не только в Италии, но и в Португалии, а также странах Латинской Америки.



1 Вымыть вырезку, обсушить. Срезать пленки и сухожилия. Нарезать мясо поперек волокон на шайбы толщиной 1 см. Накрывать пищевой пленкой.



2 Отбить мясо молотком до толщины 3 мм, придавая куску овальную форму.



3 Посолить, поперчить (желательно свежемолотым в крупной мельнице черным перцем, чтобы отдельные крупинки соли и перца хорошо чувствовались).



4 Отварить яйца вкрутую (7 мин после закипания воды), быстро остудить, очистить. Нарезать поперек кружочками. Желток не должен иметь синего ободка (следствие переварки).



5 Выложить на середину куска мяса несколько ломтиков сыра (нарезать как можно более тонко или взять уже нарезанный на слайсере). Сверху выложить яйца.



6 Положить на яйца несколько веточек петрушки без стеблей. Накрывать мясом — закрыть шницель, подворачивая свободные от начинки участки мяса. Края можно скрепить зубочистками.



7 Запанировать шницель в муке. Стряхнуть лишнюю, чтобы не подгорала в сковороде при жарке.



8 Обжаривать шницель на раскаленном сливочном масле до золотистой корочки в течение 2–2,5 мин с каждой стороны. Начинать обжарку со стороны шва.



Бефстроганов с шанежками

Бефстроганов сочетает в себе компоненты двух кулинарных традиций: французской (обжаренные в панировке кусочки говядины) и русской (сметанно-томатный соус, который не подается отдельно). Залог успеха при приготовлении этого блюда заключен в быстрой обжарке (запечатывании) мяса до золотистой корочки и дальнейшем тушении его в соусе. Говядина получается нежной, ароматной, тающей во рту. К бефстроганову прекрасно подойдут шанежки — несладкие пирожки с начинкой.

Время приготовления: 1 ч +
+ время на созревание теста

Количество порций: 3–4



Ингредиенты:

Тесто:

- 300 г муки + на подпыл
- 100 мл теплого молока (35–40 °C)
- 1 яйцо
- 30–40 мл топленого сливочного масла
- 30 г сахара
- 5–8 г сухих дрожжей
- соль — по вкусу

Начинка:

- 2 клубня отварного картофеля
- 50–80 г свиного сала
- 1/2 луковицы
- 2 зубчика чеснока
- небольшой пучок петрушки (укропа)
- соль — по вкусу

Бефстроганов:

- 300–400 г говядины (вырезка или длинная мышца)
- 1 крупная луковица
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки

Соус:

- 200 мл сметаны
- 1 ч. л. томатной пасты (по желанию)

Совет шеф-повара

Начинку на шанежки можно выкладывать с помощью кондитерского мешка.



1 Развести дрожжи в молоке, всыпать муку. Добавить сахар, соль, яйцо и перемешать.



2 Влить сливочное масло. Вымесить тесто до однородности, пока не начнет отставать от стенок емкости. Оставить на 1,5–3 ч, делая обминки за это время 2–3 раза. Разделить готовое тесто на небольшие шарики, выложить на посыпанную мукой поверхность и дать постоять им 30 мин.



3 Обжаривать в хорошо разогретой сковороде очищенные и измельченные лук и чеснок на мелко нарезанном сале до готовности. Размять картофель. Порубить зелень.



4 Переложить смесь из сковороды в картофельное пюре, добавить зелень, соль и тщательно перемешать. Сделать в шариках теста углубления.



5 Наполнить шанежки картофельной начинкой и выпекать на посыпанном мукой противне в разогретом духовом шкафу 8–10 мин при 200 °C.



6 Нарезать говядину полосками шириной 1,5–2 см. Измельчить очищенный лук. Посыпать перцем и солью и с усилием перемешать мясо с луком, чтобы выделился сок.



7 Обжаривать мясо с луком на раскаленном растительном масле 2–3 мин.



8 Добавить сметану и томатную пасту (по желанию) и прогревать 2–3 мин. Подавать мясо с испеченными шанежками.



Рагу по-вестфальски из говядины и свинины с фасолью

Ragu (от фр. *ragouter* — «возбуждать аппетит») — блюдо из кусочков обжаренного, а затем тушеного мяса. Употреблять в пищу лучше на следующий день. В настоящее время рагу готовят из рыбы, птицы, овощей и прочее. Русский бефстроганов, немецкий айнтопф, британский стью и венгерский гуляш можно смело относить к разновидностям рагу. В странах бывшего СССР к рагу чаще относят тушеное мясо на костях. В ряде источников указано, что для данного блюда принято брать молодое мясо.

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 300 г говядины (окорок или лопатка)
- 300 г свинины (окорок или лопатка)
- 400 г консервированной фасоли
- 1 большая морковь
- 1 луковица
- 2 клубня картофеля
- 2–3 зубчика чеснока
- 2 лавровых листа
- 250 мл светлого пива
- 100 мл воды или бульона
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Совет шеф-повара

Здесь есть широкий простор для экспериментов. Попробуйте взять смесь баранины и свинины, баранины и птицы. К базовым моркови, луку и картофелю вместо консервированной фасоли можно добавить бланшированную спаржевую фасоль, цветную капусту или брокколи, обжаренную репу, стебель сельдерея, цукини и баклажаны. При желании соус можно дополнительно загустить мукой. Для более яркого вкуса вы вправе добавить и обжаренную сырокопченую грудинку, но не пересолите.



1 Вымыть и обсушить мясо, очистить от пленок, сухожилий. Нарезать крупными кубиками (3–3 см).



2 Обжаривать мясо на сковороде в небольшом количестве оливкового масла. Переложить в кастрюлю, добавить горячую воду (лучше бульон), лавровый лист, соль, перец и светлое пиво. Тушить под крышкой в течение 1 ч до мягкости.



3 Нарезать очищенные морковь и лук крупными кубиками. Раздавить зубчики чеснока плоской стороной ножа, можно прямо в кожуру.



4 Обжаривать овощи в той же сковороде на том соке, в котором жарилось мясо, после чего добавить к мясу в кастрюлю во время варки.



5 Нарезать картофель кружочками и разрезать их пополам (молодой можно в кожуру). Обжаривать до золотистой корочки. Добавить картофель в кастрюлю к мясу за 15 мин до окончания варки.



6 За 5 мин до готовности добавить к мясу и овощам консервированную фасоль, чтобы она только прогрелась, но не превратилась в кашу.



Жаркое из говядины с луком, бочковыми огурцами и лисичками

В обед принято подавать два сытных кушанья: первое и горячее второе, для которого идеально подойдет ароматное жаркое. Это полноценное комплексное блюдо с мясом и картофелем в качестве гарнира. Лучшим вариантом будет жаркое, томленное в печи. Томатная паста и соленые огурцы в его составе способствуют размягчению говядины при тушении и дополнению вкусового букета блюда.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 3–5



Ингредиенты:

- 600–1000 мл воды или бульона
- 600–800 г картофеля
- 500–600 г говядины (тазобедренной или лопаточной части)
- 150–300 г бочковых соленых огурцов
- 100–200 г отварных лисичек
- 50–60 мл томатной пасты
- 1 средняя луковица
- 1 небольшая морковь
- 2–3 зубчика чеснока
- 1 ч. л. смеси приправ для тушения мяса
- 3 лавровых листа
- несколько веточек укропа (петрушки)
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки



1 Обжаривать очищенный и нарезанный дольками картофель на разогретом растительном масле 10 мин.



2 Измельчить очищенные и вымытые лук и морковь.



3 Обжаривать овощи на разогретом растительном масле до размягчения моркови.



4 Добавить отварные и при необходимости нарезанные лисички и обжаривать 5–8 мин.



5 Нарезать предварительно вымытую и обсушенную говядину поперек волокон кубиками размером 3–3 см.



6 Обжаривать мясо на раскаленном растительном масле до румяной корочки, добавить соль, перец, томатную пасту и бульон или воду. Тушить мясо на медленном огне 1–1,5 ч.



7 Добавить нарезанные кружочками огурцы за 30 мин до окончания тушения. Переложить смесь в емкость с крышкой для тушения жаркого.



8 Добавить овощи с грибами, картофель и лавровый лист. Порубить зелень и очищенный чеснок.



9 Всыпать в жаркое чеснок, зелень, приправу к мясу, накрыть крышкой и тушить в разогретом духовом шкафу 30 мин при 200 °С.



Говядина с соусом бешамель (вариант мяса по-французски)

Попробуйте приготовить новый вариант мяса по-французски. Не стоит портить хороший кусок мяса, заливая его майонезом, — он не сделает мясо нежнее, не обогатит его вкус, а только добавит блюду лишние калории. И это не говоря о том, что готовый майонез из магазина сам по себе продукт сомнительный.

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 700 г говядины (вырезка)
- 150 г твердого сыра (например, российского)
- 2–3 луковицы
- 1 ч. л. оливкового масла + для смазывания формы
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Соус бешамель:

- 250 мл сливок 22%-ной жирности и выше (можно заменить сметаной, но вкус будет более кислым)
- 200–400 мл бульона
- 100 г сливочного масла
- 80 г муки

О продукте

Соус бешамель — один из базовых во французской кухне, основа для других соусов, подается ко многим блюдам. Бешамель готовится из обжаренной в жире муки и молока. Термически обработанная в жире мука называется ру. В качестве жировой основы чаще всего используется растопленное сливочное масло, иногда применяют растительные и смалец. Различают белую, золотистую и красную ру в зависимости от степени прожарки муки.



1 Нарезать вырезку поперек волокон на шайбы толщиной 1 см (кусочки около 60 г). Посолить, поперчить. Обжаривать в оливковом масле с обеих сторон до золотистой корочки.



2 Переложить мясо в огнеупорную форму в один слой. Можно выложить на дно предварительно смазанной маслом формы картофель кружочками — дополнительный гарнир к мясу.



3 Приготовить соус бешамель. В сковороде, где ранее обжаривали вырезку, распустить сливочное масло, добавить муку, обжаривать до золотистого цвета.



4 Добавить небольшими порциями до 400 мл бульона. Тщательно перемешать, чтобы вся мука разошлась и не было комочков. Уварить наполовину.



5 Добавить сливки, уварить еще наполовину, до густоты жирной сметаны, постоянно помешивая.



6 Нарезать очищенный лук кольцами. При желании его можно обжарить на сковороде до прозрачности.



7 Выложить лук на мясо. Репчатый лук можно заменить на красный или белый — вкус будет более сладким.



8 Залить говядину и лук соусом бешамель. Сверху посыпать тертым сыром и запекать 20 мин при 180 °C до образования золотистой корочки.



Говядина, тушенная с грибами и сладким перцем

Тушеное мясо имеет насыщенный вкус и всегда получается мягким и сочным. Овощи, грибы и специи придают блюду яркий аромат и пикантность. На гарнир можно отварить картофель, рис или овощи.

Время приготовления: 2 ч 20 мин +
+ 30 мин на маринование

Количество порций: 5



Ингредиенты:

- 1 кг говядины
- 300 г грибов (боровиков, лисичек, подосиновиков)
- 200 мл воды
- 1 сладкий болгарский перец
- 1 ст. л. яблочного уксуса
- 3 ст. л. муки
- 1 ст. л. томатной пасты
- 2 зубчика чеснока
- 2 лавровых листа
- соль, сахар — по вкусу
- растительное масло для жарки



2 Запанировать замаринованное мясо в муке.



3 Разогреть сковороду с растительным маслом, обжаривать мясо на сильном огне с обеих сторон в течение 10 мин. Выложить в форму для запекания.



4 Очистить грибы. Промыть холодной водой. Довести до кипения, варить 10 мин. Слить отвар, снова залить водой, варить на умеренном огне 1 ч. Откинуть на дуршлаг.



6 Вымыть сладкий перец, нарезать крупной соломкой, удалив семена и перегородки.



7 Добавить перец в сковороду с грибами, обжаривать на умеренном огне 5 мин.



8 Добавить в сковороду томатную пасту, уксус, лавровый лист, воду, соль и сахар. Довести до кипения и снять с огня.



1 Нарезать мясо порционно. Очистить чеснок, пропустить через пресс. Мариновать мясо с чесноком и солью 30 мин.



5 Разогреть сковороду с растительным маслом, выложить грибы, обжаривать на умеренном огне 10 мин.



9 Выложить грибы и перец в форму с мясом. Накрывать фольгой. Запекать в духовом шкафу 10 мин при 150 °С.



Стейки из говядины на овощных оладушках с йогуртовым соусом

Приготовив стейки по этому рецепту, вы получите мясо медиум (средней прожарки с розовым соком). Увеличивая время, вы прожариваете мясо так, как вам нравится. Оладьи, предложенные в качестве гарнира, можно приготовить не поштучно, а запечь в духовом шкафу всю массу целиком (при 180 °С 15–20 мин). Получится запеканка «рёсти».

Время приготовления: 35 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500 г говядины (толстый край)
- 200 г картофеля
- 200 г цукини
- 175 г йогурта без добавок
- 2–3 зубчика чеснока
- 1 пучок укропа
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Для подачи:

- 1 маленький острый перец чили



2 Натереть очищенный картофель на крупной терке.



6 Посолить, поперчить мясо, оставить в теплом месте.



3 Очистить цукини и натереть так же, как и картофель.



7 Испечь во второй сковороде овощные оладьи.



4 Смешать картофель и цукини, посолить, поперчить, оставить на 2 мин.



8 Мелко порубить очищенный чеснок.



1 Нарезать мясо порционными кусками толщиной 1,5 см.



5 Разогреть по 2 ст. л. растительного масла в двух сковородах. В одной обжаривать мясо по 1 мин с каждой стороны на сильном огне, затем уменьшить огонь в два раза и готовить еще по 2,5 мин с каждой стороны.



9 Измельчить зелень укропа, удалив стебли, и смешать с чесноком и йогуртом, добавить соль, перец. При подаче нарезать мясо брусочками, выложить горкой рядом с оладьями. Украсить кружочками перца чили.



Тефтели в сливочном соусе

Тефтели — в самом общем смысле шарики фарша (мясного или рыбного) размером с грецкий орех или яблоко. Это потомки мясных шариков с начинками из турецкой кухни (кюфте), которые распространились в австрийскую и балканскую и уже оттуда в прочие национальные кухни.

Время приготовления: 30 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 400 г говядины (тазобедренная часть)
- 100 г свиного сала
- 200 мл молока
- 80 мл бульона
- 30 мл сливок
- 2 ломтика черствого белого хлеба
- 1 луковица
- 1 яйцо
- 3–4 зубчика чеснока
- 3–4 веточки розмарина
- 3 ст. л. оливкового масла
- 2 ст. л. муки
- горсть риса
- соль, свежемолотый черный перец, черный перец-горошек — по вкусу

Совет шеф-повара

Тефтели отличаются от котлет и фрикаделек размерами, панируются в муке, а не в сухарях, подаются традиционно с соусом, в котором готовились. Добавлять к тефтелям другой соус не рекомендуется, так как вкус будет привнесенным, чуждым блюду. В фарш для тефтелей добавляют значительное количество круп (чаще отварного риса, но можно экспериментировать с гречкой, пшеном, овсяными хлопьями), кусочки овощей (моркови, лука, помидоров), сухофруктов и орехов. Благодаря этим добавкам фарш становится более рыхлым, а время готовки сокращается.



1 Срезать корки на хлебе и замочить мякиш в молоке. Отваривать рис аль-денте (засыпать промытую крупу в кипящую воду, варить до твердой точки в зернышке, откинуть на дуршлаг).



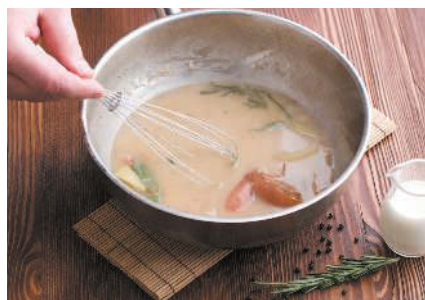
2 Перекрутить на мясорубке мясо, отделенное от жил и пленок, сало, отделенное от кожи, и очищенный лук. Вымесить фарш, добавить отжатый от лишнего молока хлеб, рис, яйцо, соль и свежемолотый перец.



3 Влажными руками сформировать тефтели, обвалять в муке, чтобы не разваливались при жарке.



4 Обжаривать тефтели на раскаленном оливковом масле с добавлением чеснока в шкурке, веточек свежего розмарина и черного перца-горошка.



5 В мясном соке и жире обжаривать муку до светло-коричневого цвета и орехового аромата, добавить горячий бульон. Тщательно перемешать, чтобы не осталось ни одного комочка.



6 Добавить сливки, уваривать до загустения. Выложить тефтели в жаропрочную емкость, полить соусом и поставить запекаться в духовой шкафу или тушить с соусом под крышкой в сковороде.



Зразы с гречневой кашей и грибами

Зразы — мясные, чаще всего говяжьи, натуральные или рубленые рулеты с начинкой. Встречаются в белорусской, польской, литовской и украинской кухне. Иногда варианты мясных рулетов с начинками из цельного мяса называют завиванцами.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 800 г говядины (филе)
- 200 г сырокопченой грудинки (бекона)
- 150 мл сухого белого вина
- 1 морковь
- 2 луковицы
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Гарнир:

- 200 г свежих или 350 г свежемороженых белых грибов
- 200 г гречневой крупы

Дополнительно:

- зубная нить или зубочистки

Совет шеф-повара

Этот рецепт можно использовать для зраз из свинины, курицы. Для начинки вместо бекона берут соленую грудинку, соленые огурцы и припущенную морковь, нарезанную брусочками; бланшированную цветную и брюссельскую капусту; всевозможные жареные грибы; вареные яйца с зеленым луком и без него; рисовую, перловую, гречневую кашу; картофельное пюре; крупно нарезанные баклажан, цукини, болгарский перец; сельдерей, яблоко.



1 Нарезать говядину на пластины толщиной 4 мм. На порцию идет две зразы.



2 Отбить зразы молотком. Придать ломтикам прямоугольную форму. Поперчить и посолить с внутренней стороны.



3 Нарезать для начинки грудинку мелкой соломкой, очищенный лук — полукольцами, морковь — тонкой соломкой. Половину лука, морковь и грудинку обжаривать в 1 ст. л. оливкового масла.



4 В середину отбитого куска мяса положить начинку. Свернуть рулетом, подворачивая мясо с краев, чтобы начинка не выпадала. Перевязать в двух местах нитью или скрепить зубочистками. Обжаривать с каждой стороны по 1 мин, залить белым вином и тушить около 20 мин до готовности. Начинать обжарку со стороны шва (швом вниз).



5 Промыть гречневую крупу, варить в подсоленной воде 10–15 мин.



6 Протереть влажной салфеткой свежие белые грибы, но не мыть, чтобы они не впитали в себя много воды (мороженые грибы отжать от лишней воды). Обжаривать с оставшимся луком в той же сковороде, где жарили овощи. Вареную гречку добавить в сковороду с грибами, прогревать для смешения вкусов. По желанию можно добавить сливочное масло.



Зразы из говядины со шпиком, зеленью и чесноком

Рецепт можно использовать для приготовления зраз из свинины или курицы. Если взять не говяжью вырезку, а более жесткое мясо, то зразы необходимо протушить в духовом шкафу или сковороде под крышкой.

Время приготовления: 20–40 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 400–600 г говядины (вырезка)
- 100–200 г свежего свиного сала
- 100–150 г свежих шампиньонов
- 2 луковицы
- 1/2 головки чеснока
- небольшой пучок свежей зелени (петрушки и укропа)
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Гарнир:

- 1 цукини
- 1 зубчик чеснока
- растительное масло для жарки

Варианты приготовления

Вместо свежего сала можно взять сырокопченый бекон, в этом случае солить говядину необходимо меньше, так как бекон придаст всему блюду соленый вкус. С начинками можете смело экспериментировать: соленые огурцы и припущенная морковь, нарезанная брусочками; бланшированная цветная и брюссельская капуста; жареные грибы; вареные яйца с зеленым луком и без него; каши рисовая, перловая, гречневая; крупно нарезанные баклажан, цукини, болгарский перец; сельдерей, яблоко.



1 Прокрутить свежее сало через мясорубку, смешать с очищенным и измельченным в кашу чесноком..



2 Нарезать очищенные грибы дольками, нашинковать очищенный лук, обжаривать все на растительном масле до готовности.



3 Нарезать говядину поперек волокон на медальоны толщиной 1–1,5 см, отбить плоской стороной ножа, придать удлиненную форму.



4 Посолить, поперчить, выложить слой шпика с чесноком.



5 Выложить на сало остальную начинку — рубленую зелень, обжаренные с луком грибы.



6 Свернуть рулеты, натягивая мясо на скрутку.



7 Обжаривать (запечатаť) зразы на раскаленной сковороде в небольшом количестве растительного масла.



8 В качестве отличного гарнира подойдет жареный цукини. Можно нарезать его длинными брусочками, обжарить на растительном масле, посолить и добавить мелко порубленный чеснок.



Голубцы с мясом и овсяными хлопьями

Голубцы широко известны не только в русской кухне. Его аналог — армянская долма (в маринованных виноградных листьях) — популярен на Балканах и в Турции. Начинка для голубцов не обязательно должна быть мясной: фарш можно приготовить на основе овощей, грибов и даже рыбы. Попробуйте добавить в него овсяные хлопья вместо традиционной рисовой или гречневой крупы — и насладитесь новым вкусом этого блюда.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 4–5



Ингредиенты:

- 1 небольшой кочан белокочанной капусты
- 200 г жирной свинины (шейная часть)
- 200 г нежирной говядины
- 100 г отварных овсяных хлопьев (40 г сухих)
- 1/2 крупной луковицы
- 1/2 крупной моркови
- 1/2 ч. л. хмели-сунели
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Заливка:

- 500 мл воды или бульона
- 200 мл сметаны
- 1/2 крупной луковицы
- 1/2 крупной моркови
- соль — по вкусу
- растительное масло для жарки

Вариант приготовления

Вместо овсяных хлопьев можно использовать пшеничную, рисовую или гречневую кашу, а белокочанную капусту заменить пекинской или савойской.



1 Измельчить очищенные лук и морковь.



2 Обжаривать овощи на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом до готовности. Дважды пропустить через мясорубку пассерованные овощи и мясо.



3 Добавить в фарш предварительно заваренные кипятком овсяные хлопья, соль, перец и хмели-сунели. Тщательно перемешать.



4 Отваривать капусту в подсоленной воде, постепенно снимая листья.



5 Выложить на листья фарш и свернуть их конвертом. Выложить голубцы в жаропрочную форму, залить водой или бульоном. Тушить 40–60 мин.



6 Обжарить для заливки очищенные лук и морковь на раскаленном растительном масле.



7 Добавить сметану, посолить и прогреть.



8 Открыть крышку, полить голубцы сметанно-овощным соусом и запекать в разогретом духовом шкафу 15–20 мин при 180 °С.



Бочонки из цукини, начиненные говядиной

Фаршированные овощные блюда хороши в качестве холодной, теплой и горячей закуски или основного блюда для семейного праздника. Подготовить овощи для фарширования и сделать начинку лучше заранее. В таком случае перед подачей на стол останется лишь выложить ее в бочонки и запечь.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 400 г мясного фарша (говядина и свинина)
- 2 средних цукини
- 1 луковица
- 1 зубчик чеснока
- 200 г томатов в собственном соку
- 100 г твердого сыра гауда
- соль, свежемолотый черный перец – по вкусу

• растительное масло для жарки

Для подачи:

- 3–4 веточки свежего базилика



2 Извлечь сердцевину, оставив с одной стороны 1 см мякоти (доньшко). Насыпать в каждый столбик соль и перец.



3 Откинуть томаты на дуршлаг, сохранив сок и мякоть.



4 Очистить лук, нарезать мелкими кубиками. Очистить и мелко порубить чеснок.



6 Смешать мякоть помидоров с пассерованными овощами. Измельчить блендером до однородной массы.



7 Добавить в готовое пюре сок помидоров. Посолить и поперчить. Перемешать.



8 Обжаривать фарш с добавлением соуса 3–4 мин.



1 Нарезать цукини столбиками высотой 3–4 см.



5 Пассеровать лук на растительном масле 4–5 мин. Добавить измельченный чеснок. Обжаривать еще 2–3 мин.



9 Начинить столбики цукини фаршем. Запекать при 180 °С в течение 20 мин. За 3 мин до готовности посыпать тертым сыром. Украсить рубленым базиликом.



Ризотто по-флорентийски

Очень старый рецепт ризотто из Флоренции, регион Тоскана. В отличие от большинства других рецептов здесь вместо сухого белого вина используют красное. Зеленый горох добавляют в конце приготовления вместе с сыром. Замороженный горох предварительно не размораживают, он должен согреться от жара ризотто и остаться максимально свежим.

Время приготовления: 16 мин

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 200 г сырого риса карнароли
- 70 г куриной или утиной печени
- 50 г говядины (вырезка)
- 50 г свежего или свежемороженого зеленого гороха
- 500 мл овощного бульона
- 100 мл сухого красного вина
- 1/2 луковицы
- 1/2 свежей моркови (или 50 г свежемороженой моркови «беби»)
- 30 г сливочного масла
- 5 ч. л. тертого пармезана
- 1 стебель сельдерея
- 2 веточки свежего тимьяна
- соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки

О продукте

Изначально по всей Италии выращивали и использовали в приготовлении ризотто рис двух сортов: арборио и виалоне нано. Последний отличается более ярким вкусом и повышенным содержанием клейковины, однако стоит намного дороже, поскольку культивируется не повсеместно и требует больших усилий по уходу в процессе роста, в переработке и хранении. Позднее был выведен третий сорт — карнароли. Сейчас существуют и другие сорта риса, но именно названные наиболее распространены и есть в продаже.



1 Мелко нарезать очищенные лук, морковь, стебель сельдерея.



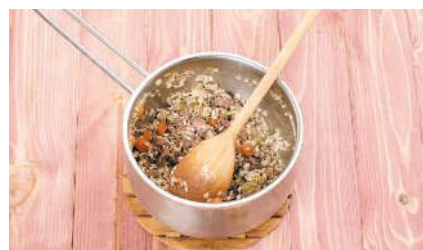
2 Обжаривать овощи вместе с веточками тимьяна в сотейнике с толстым дном на оливковом масле до прозрачности лука.



3 Нарезать печень и говядину мелкими кубиками.



4 Добавить нарезанное мелкими кубиками мясо и субпродукты в сотейник к овощам, обжаривать в течение 1–2 мин.



5 Добавить рис, обжаривать, пока дно сотейника не станет сухим, а рис не впитает масло и мясные соки.



6 Влить сухое красное вино. Когда рис впитает всю жидкость, добавить бульон.



7 Отварить рис до состояния аль денте (при необходимости долить бульон), всыпать зеленый горох.



8 Остановить процесс варки риса добавлением сливочного масла, перемешать. Снять с огня, посыпать 4 ч. л. тертого пармезана и вновь перемешать. Посыпать оставшимся пармезаном при подаче.



Плов с чесноком

Плов с чесноком — изысканное и очень вкусное блюдо. Из готового плова чеснок вынимают, после этого плов перемешивают и выкладывают в пиалу или на блюдо. Зубчики чеснока кладут на плов при подаче, к этому времени они уже теряют свою остроту и приобретают сладость, сохраняя целебные свойства.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 200 г говядины (тазобедренной части)
- 500 г риса
- 200 г чеснока
- 500 мл воды
- 3 луковицы
- 2 моркови
- 1,5 ч. л. смеси специй для плова
- соль — по вкусу
- 150 мл растительного масла для жарки

Совет

Лук в плове необходим прежде всего для ароматизации масла. Если нарезать его поперек, то он лучше будет отдавать в масло свой вкус и аромат.



1 Раскалить казан и влить масло. Разогреть 8 мин до появления слабого дымка.



2 Нарезать мясо поперек волокон средними кусочками.



3 Добавить мясо в казан. Обжаривать в течение 15 мин на сильном огне до образования корочки.



4 Нарезать очищенный лук толстыми кольцами.



5 Добавить лук в казан. При обжаривании следить, чтобы все ингредиенты сохраняли свой первоначальный вид.



6 Нарезать очищенную морковь соломкой.



7 Добавить морковь в казан. Обжаривать еще 10 мин.



8 Добавить смесь специй для плова и соль.



9 Залить небольшим количеством воды. Уменьшить огонь. Варить 20 мин.



10 Промыть половину риса, всыпать в казан ровным слоем.



11 Выложить на рис очищенный чеснок.



12 Выложить вторую половину риса.



13 Аккуратно налить воду, чтобы она на 1–1,5 см закрывала рис.



14 Довести плов до кипения. Плотно накрыть крышкой и уменьшить огонь. Варить до выпаривания воды (около 50 мин). Аккуратно перемешать готовый плов.



Плов тонтарма (из прожаренного риса)

Узбекский плов различается не только по историко-географическим провинциям, составу ингредиентов, но и по способу обработки продуктов. Так, для плова тонтарма используют прожаренный рис. При этом до обжарки рис не промывают.

Время приготовления: 1 ч 20 мин

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 250 г говядины
- 500 г риса
- 250 г моркови
- 3 луковицы
- 1,5 ч. л. смеси специй для плова
- соль — по вкусу
- 250 г сливочного масла для жарки
- 125 мл растительного масла для жарки



3 Нарезать говядину небольшими кусочками.



7 Добавить морковь. Обжаривать 15 мин.



4 Нарезать очищенную морковь соломкой.



8 Выложить поверх зирвака ровным слоем рис, не перемешивать.



1 Обжаривать непромытый рис в сковороде со сливочным маслом до красноватого оттенка.



5 Приготовить зирвак: обжаривать мясо и лук на раскаленном растительном масле 3–4 мин.



9 Залить водой, чтобы она на 1–1,5 см покрывала рис.



2 Нарезать очищенный лук кубиками.



6 Разровнять зирвак. Добавить соль и специи для плова.



10 Довести до кипения, уменьшить огонь, накрыть крышкой и готовить 35–40 мин. Перед подачей равномерно перемешать.



Хинкали с мясом

Хинкали можно смело назвать гордостью Грузии. От пельменей их в первую очередь отличают форма и вкус. В начинку из сочного мяса обязательно добавляют ледяную воду и мелко рубленную кинзу.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4



Ингредиенты:

Тесто:

- 300 г муки
- 100 мл воды
- соль — по вкусу

Начинка:

- 500 г говядины (лопаточная часть)
- 2 луковицы
- 50–70 мл ледяной воды
- пучок кинзы + для подачи
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу



3 Влить немного ледяной воды, чтобы начинка получилась сочной.



7 Раскатать каждый кусок теста в тонкий круглый пласт.



4 Просеять муку. Посолить, добавить воду.



8 Выложить на середину каждого пласта фарш (около 50 г).



1 Вымыть говядину, обсушить, удалить жилы и пленки. Нарезать небольшими кусочками. Пропустить вместе с очищенным луком и кинзой через мясорубку или измельчить с помощью блендера.



5 Вымесить тугое тесто.



9 Защипнуть края теста по кругу.



2 Добавить в полученный фарш соль и перец.



6 Разделить тесто на порции (примерно по 50 г каждая).



10 Отваривать хинкали в кипящей воде в течение 10–15 мин. При подаче посыпать перцем и рубленой кинзой.



Лагман

Узбеки называют это блюдо чузма-лагмон — от узбекского слова, означающего «тянуть». В виртуозных руках мастера лапша достигает 5 м в длину. Существует менее трудоемкий и быстрый способ приготовления лапши, когда тесто не растягивают, а раскатывают и нарезают.

Время приготовления: 1 ч 20 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 300 г говядины
- 2 помидора
- 2 зубчика чеснока
- 1 сладкий болгарский перец
- 1 средняя морковь
- 2 луковицы
- 1 редька
- 1 клубень картофеля
- 200 мл воды
- 100 мл растительного масла
- соль — по вкусу

Лапша:

- 200 г муки
- 1 яйцо
- 75 мл воды
- соль — по вкусу

Для подачи:

- небольшой пучок кинзы
- небольшой пучок укропа



2 Раскатать тесто в тонкий пласт толщиной 4 мм. Нарезать тонкой лапшой.



3 Отваривать лапшу в подсоленной воде 7 мин. Откинуть на дуршлаг, обдать холодной водой.



4 Нарезать мясо небольшими кусочками.



6 Нарезать очищенный картофель, редьку, морковь мелкими кубиками, а лук — средними.



7 Обжаривать на раскаленном растительном масле мясо и овощи до полуготовности в течение 10 мин, постоянно помешивая.



8 Влить 200 мл горячей воды. Тушить на слабом огне 40 мин.



1 Смешать воду, муку, яйцо, соль. Замесить крутое тесто для лапши.



5 Нарезать очищенный от семян и перегородок болгарский перец и помидоры небольшими кубиками.



9 Закинуть целые зубчики очищенного чеснока за 5 мин до готовности. Перед подачей обдать лапшу кипятком, выложить в глубокую тарелку. Сверху положить мясо с овощами, украсить рубленой зеленью.







ПРОЧИЕ ВИДЫ МЯСА (телятина, баранина, крольчатина)



Салат с мясом, маринованными огурцами и маслинами

Этот легкий салат обладает пикантным вкусом благодаря входящим в его состав пряным листочкам базилика.

Время приготовления: 20 мин +
+ время на варку телятины

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500 г мякоти телятины (вырезка, филе)
- 180 г маринованных огурцов
- 100 г маслин без косточек
- 1 средняя красная луковича
- 1 пучок базилика
- 2 пучка салатных листьев или небольшой кочан салата латук
- щепотка соли

Заправка:

- 1 ч. л. меда
- 1,5 ч. л. зерновой горчицы
- сок 1/2 лимона
- 100 мл оливкового масла



2 Очистить лук, нарезать средними кубиками (7×7 мм).



6 Выжать в заправку лимонный сок.



3 Нарезать огурцы кубиками.



7 Тонкой струйкой влить оливковое масло.



4 Нарезать маслины кружочками.



8 Нарвать салатные листья, смешать с листочками базилика, оставив несколько для украшения.



1 Отваривать в подсоленной воде мясо до готовности (30 мин после закипания). Нарезать готовую телятину ломтиками толщиной не более 3 мм.



5 Соединить для заправки горчицу с медом.



9 Полить листья заправкой, выложить на тарелку. Отдельно смешать телятину, лук, огурцы, маслины, выложить на листья. Украсить базиликом.



Салат с теплой телятиной, шампиньонами и овощами

Овощи придают этому салату легкость и свежесть. При этом он остается весьма сытным благодаря тонким ломтикам теплой телятины.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500 г свежей телячьей вырезки
- 1 кочан салата латук
- 6–8 крупных свежих шампиньонов
- 1 средний свежий огурец
- 1 сладкий болгарский перец
- 5 шт. свежего красного редиса
- 12 маслин без косточек
- 1 ч. л. каперсов
- оливковое масло для жарки

Заправка:

- 1 ст. л. зерновой горчицы
- 3 ст. л. белого винного уксуса
- 4 ст. л. оливкового масла
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Совет шеф-повара

Вырезка — самая нежная часть туши, так как данная мышца при жизни животного не нагружается физически. Расположена над почками вдоль поясничных позвонков. Поэтому и термически вырезка обрабатывается недолго. Вырезку часто называют пастромой, но это неверно. Пастрома — уже готовый продукт, подкопченное соленое мясо.



1 Вымыть телячью вырезку, обсушить бумажными полотенцами, очистить от соединительной ткани и пленок.



2 Нарезать телятину тонкими (5 мм) ломтиками поперек мышечных волокон.



3 Протереть шампиньоны влажной салфеткой, при необходимости очистить, нарезать тонкими пластинками.



4 Обжаривать грибы в оливковом масле на сковороде. Нельзя жарить одновременно слишком много грибов, иначе они будут тушиться, а не жариться. Шампиньоны можно заменить на опята, лисички и другие грибы.



5 Очистить болгарский перец от семян. Нарезать тонкими полукольцами.



6 Нарезать огурец и редис кружочками.



7 Приготовить заправку: смешать винный уксус и горчицу, затем тонкой струйкой влить оливковое масло. В итоге должна получиться устойчивая эмульсия. Посолить, поперчить.



8 В раскаленном оливковом масле обжаривать телятину с каждой стороны по 30 с. Смешать грибы с овощами, салатными листьями, сверху выложить вырезку, украсить каперсами и маслинами. Полить заправкой. Подавать теплым.



Фрикадельки из телятины с хрустящей вермишелью и овощами на шпажках

Мясная закуска с хрустящей вермишелью. Для ее приготовления допустимо использовать любой вид мяса, а также всевозможные свежие или маринованные овощи. Попробуйте поэкспериментировать с различными специями, чтобы изменить вкус и аромат готового блюда.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 300 г телятины (лопаточная часть)
- 100 г свежей брюссельской капусты
- 50 г стеклянной вермишели
- 1 луковица
- 1 морковь
- щепотка тмина
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки

Дополнительно:

- шпажки



2 Очистить мясо от пленок и нарезать небольшими кусочками.



3 Измельчить кусочки мяса и лука с помощью блендера или несколько раз пропустить через мясорубку.



4 Посолить и поперчить полученный фарш, добавить щепотку тмина.



6 Обжаривать фрикадельки в разогретом растительном масле до золотистой корочки.



7 Нарезать очищенную морковь кружочками толщиной до 1 см.



8 Выложить в кастрюлю морковь и брюссельскую капусту, влить несколько ложек воды, посолить и припускать на небольшом огне в течение 5 мин.



1 Нарезать очищенный лук кусочками.



5 Сформировать из фарша небольшие шарики. Наломать стеклянную вермишель и обвалить их в ней.



9 Нанизать на шпажки поочередно фрикадельки, капусту и морковь.



Шницель кордон блю с гарниром из слайсов цукини и картофеля

Кордон блю (от фр. *cordon bleu* — «синяя лента») — традиционный французский шницель из телятины с начинкой из твердого сыра и нежирной ветчины. Панируется в сухарях и жарится на сливочном масле. Сейчас кордон блю готовят и из свинины, и из курицы. Версий о происхождении названия множество, но к знаменитой кулинарной школе *Le Cordon Bleu* отношения не имеет.

Время приготовления: 25 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 600 г телятины (филе)
- 100 г ветчины
- 100 г сыра (лучше эмменталь, маасдам)
- 2 яйца
- панировочные сухари
- мука для панировки
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Гарнир:

- цукини
- 2–3 клубня отварного картофеля
- горсть микс-салата
- оливковое масло для жарки

Дополнительно:

- пищевая пленка

Совет шеф-повара

Чтобы шницель получился более нарядным, золотым, лучше приготовить панировочные сухари самостоятельно. Для этого с тостового хлеба или нарезного батона срезать все корки, нарезать мякиш на пластинки и оставить сохнуть при комнатной температуре. Когда хлеб высохнет, натереть его на мелкой терке или измельчить в блендере.



1 Вымыть и обсушить мясо. Нарезать филе телятины поперек волокон на порционные куски толщиной около 4 см.



2 Надрезать карман в каждом медальоне почти на всю длину куска, вернуть «бабочку».



3 Накрыть пищевой пленкой в два слоя и отбить молотком до толщины 5 мм. Натереть мясо перцем и солью.



4 Нарезать ветчину и сыр тонкими слайсами. Выложить на половинку шницеля сначала ветчину, затем сыр, накрыть второй половинкой шницеля. Смазать края взбитым яйцом для лучшего скрепления.



5 Взбить венчиком яйцо. Всыпать в отдельные емкости муку и панировочные сухари. Сначала обвалять шницель в муке, затем в яйце и в последнюю очередь в панировочных сухарях.



6 Обжаривать в сковороде на нагретом оливковом масле с двух сторон в течение 5 мин. Подавать с гарниром из обжаренных в масле колец свежего цукини и картофеля. Украсить салатом.



Телятина с грибами в тесте

Это великолепное жаркое приготовлено по мотивам блюда английской кухни — филе «Веллингтон». Русским его делает гречка.

Время приготовления: 45–50 мин

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 800 г филе телятины
- 450 г шампиньонов
- 250 г слоеного теста
- 4 ст. л. гречневой крупы
- 1 яйцо
- 1 ст. л. молока
- 2 ст. л. панировочных сухарей
- 2 луковицы-шалот
- 1 пучок петрушки
- 2 ст. л. томатной пасты
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 3–4 ст. л. растительного масла для жарки

Дополнительно:

- бумага для выпечки



1 Мелко нарезать вымытые грибы.



2 Нарезать очищенный лук мелкими кубиками.



3 Мелко порубить петрушку.



4 Обжаривать грибы с луком в течение 10–15 мин до готовности в разогретых 2 ст. л. масла.



5 Добавить рубленую петрушку и томатную пасту.



6 Отварить гречневую крупу до готовности, смешать с грибами.



7 Разогреть 1–2 ст. л. масла, обжаривать в нем со всех сторон филе 5–6 мин. Посолить, поперчить. Слегка остудить.



8 Застелить противень бумагой для выпечки, раскатать тесто, отрезать с одной стороны от него 2–3 полоски шириной 1 см. Присыпать половину теста панировочными сухарями, выложить половину начинки, отступая по 2 см от краев теста.



9 Выложить на начинку обжаренную телятину. Отделить белок от желтка. Промазать края теста яичным белком.



10 Выложить на мясо вторую часть начинки, накрыть тестом и прижать края. Взбить желток с молоком и обмазать тесто. Украсить полосками из теста и запекать 20 мин при 200 °С.



Оссобуко с черносливом

Оссобуко — блюдо итальянской кухни. Представляет собой телячью голень, разрубленную поперек и имеющую в центре куска мозговую кость, из которой при жарке выделяется жир. Он придает мясу характерный аромат. В предлагаемом рецепте оссобуко готовится с черносливом и пряностями — они придают мясу сладость и терпкий привкус.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 2 куска телятины с мозговой костью
- 500 мл куриного бульона
- 200 г чернослива
- 100 мл сухого белого вина
- цедра 1 апельсина
- 2 красные луковицы
- 3 зубчика чеснока
- 3 веточки тимьяна
- 3–4 бутона гвоздики
- 2–3 лавровых листа
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки



3 Очистить лук, нарезать крупными дольками.



7 Добавить промытый чернослив.



4 Очистить и крупно порубить чеснок.



8 Добавить апельсиновую цедру, рубленый тимьян, гвоздику и лавровый лист.



1 Посолить и поперчить телятину.



5 Натереть цедру апельсина (без белой части — она горчит).



9 Влить вино и бульон. Готовить 5 мин на среднем огне.



2 Обжаривать мясо с двух сторон на раскаленном оливковом масле до появления золотистой корочки. Переложить в глубокий сотейник.



6 Сложить лук и чеснок в сковороду, где жарилось мясо.



10 Залить телятину полученным соусом. Тушить 40 мин на слабом огне.



Лопатка, запеченная в фольге

Баранина — неотъемлемая часть ежедневной кухни народов Средней Азии. Сейчас она популярна и в Европе, особенно когда стало доступно мясо из Новой Зеландии. Запах баранины довольно специфичен и нравится далеко не всем. Молодое или тщательно зачищенное мясо пахнет слабее и используется чаще. Мясо зрелых животных жесткое, с более насыщенным запахом.

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 1–1,2 кг баранины (лопаточная часть)
- 8–10 веточек свежего розмарина
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Гарнир:

- 3–4 клубня картофеля
- 3 головки чеснока (желательно молодого)
- соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Дополнительно:

- фольга для запекания

Совет шеф-повара

Употреблять баранину рекомендуется с насыщенными соусами: чесночным, мятно-уксусным, а в процессе запекания добавлять розмарин, тархун. Важно не пересушить мясо. Идеальный и самый простой способ избежать этого — использовать кулинарный термометр. Как только температура внутри куска мяса достигнет 72–73 °С, нужно достать его из духового шкафа, накрыть фольгой, и мясо дойдет. Температура коагуляции белка — 78 °С.

Вариант соуса для баранины: в кефир, ряженку или мацони добавить зеленый лук, укроп, кинзу, можно порубить чеснок. Кислая среда убирает лишнюю жирность.



1 Вымыть мясо, обсушить. Зачистить от сухожилий, срезать твердые части.



2 Сделать в мясе неглубокие надрезы (этот процесс называется карбонажем) с обеих сторон лопатки. Прорезать сухожилия, чтобы смягчить мясо, не дать ему деформироваться, чтобы соль и перец глубже проникли внутрь.



3 Обильно посолить и поперчить. Хорошо втереть специи в мясо.



4 Расстелить несколько слоев фольги внахлест. Разложить половину веточек розмарина на фольге. Полить оливковым маслом. Распределить масло по фольге веточкой розмарина.



5 Выложить на фольгу лопатку, на нее оставшийся розмарин и еще немного полить маслом.



6 Завернуть лопатку в фольгу, поставить запекаться в духовой шкаф на 40–45 мин при 180 °С. Разрубить поперек чеснок и добавить к мясу за 15 мин до готовности.



7 Нарезать очищенный картофель довольно толстыми кружочками (если молодой, то можно в кожуре).



8 Обжаривать картофель на оливковом масле. В сковороду для аромата и более яркого вкуса можно добавить несколько веточек розмарина, раздавленные зубчики чеснока. Не забудьте посолить!



Тефтели (кёфте) с соусом из анчоусов

Кёфте — турецкие тефтели, для приготовления которых чаще всего используется баранина (в каждом регионе свои традиционные рецепты). Кёфте жарят на углях, гриле, сковороде, варят, тушат, запекают. Это целый мир блюд из рубленой баранины или говядины: и привычные нам котлеты, и тефтели, и мясные рулеты, и рубленые зразы. Отличие их от обычных рубленых котлет — в используемых специях (в фарш добавляют большое количество зелени и овощей: болгарский перец, томаты без зерен). Предлагаемый вариант кёфте можно смело отнести к кухне фьюжн, то есть смешению традиций нескольких кухонь, в частности турецкой и французской.

Время приготовления: 40–45 мин

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 1 кг баранины (окорок)
- 200 мл молока
- 150 г черствого белого хлеба
- 1 луковица
- небольшие пучки укропа и петрушки
- мука на подпыл
- оливковое масло для жарки

Соус:

- 200 мл сметаны
- 4–5 анчоусов
- сок 1/2 лимона
- небольшой пучок укропа

Для подачи:

- овощной салат
- белое вино
- лаваш

О продукте

Анчоусы (хамса) — совокупное название нескольких видов морских рыб, объединенных в один род семейства анчоусовых, близкие родственники сельди. Эти небольшие рыбки длиной 10–13 см уникальны высоким содержанием омега-3 жирной кислоты, в их составе — до 25 % жиров. Анчоусы солят сухим способом в течение длительного времени. Происходит процесс ферментации, лишняя вода уходит из рыбы, а ее мясо становится плотным и бордовым. В процессе выдержки вырабатывается глутамат натрия — натуральный усилитель вкуса. Поэтому анчоусы умножают вкус других компонентов блюда.



1 Срезать корки с хлеба, залить молоком и дать настояться. Перед добавлением к фаршу отжать.



2 Нарезать укроп и петрушку.



3 Отделить мясо от кости, перекрутить в мясорубке. Можно вместе с мясом перекрутить и очищенный лук. Добавить хлеб, размоченный в молоке, и рубленую зелень.



4 Тщательно вымесить фарш. Влажными руками сформовать тефтели. Если руки будут сухими, то тефтели будут разваливаться, а мясо прилипать. Выложить на влажную или присыпанную мукой доску.



5 Разогреть сковороду. Добавить немного оливкового масла. Обжаривать тефтели до готовности. Проткнуть: если выходит прозрачный сок, блюдо готово.



6 Приготовить соус. Промыть в воде анчоусы, обсушить. Мелко порубить.



7 Мелко порубить укроп. Баранину принято подавать с большим количеством свежей зелени, поэтому стоит добавить ее и в соус.



8 Смешать сметану, зелень, анчоусы, выдавить сок половины лимона. Перемешать. При подаче полить тефтели соусом или подавать его отдельно в соуснике. Подавать с легким овощным салатом, белым вином и лавашом.



Баранина, запеченная в красном луке

Баранина, запеченная в луке, — национальное азербайджанское блюдо. Луковые чашечки до фарширования лучше подпечь в духовом шкафу или на гриле около 10 мин, предварительно завернув в фольгу. В качестве начинки можно использовать свинину или дичь.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4
(2 луковицы на порцию)



Ингредиенты:

- 400 г нежирного бараньего фарша
- 8 крупных красных луковиц
- 1 сладкий болгарский перец
- 1 ст. л. молотых приправ (орегано, кориандр, кинза)
- несколько веточек мяты
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для смазывания



3 Смазать перец растительным маслом.



7 Посолить и поперчить фарш, всыпать приправы.



4 Запекать перец в духовом шкафу, разогретом до 200 °С, 10 мин.



8 Добавить перец и мяту, перемешать. Поставить в холодильник на 30 мин.



1 Очистить лук, оставив верхушки и основания.



5 Снять с остывшего перца кожицу, удалить семена. Мелко нарезать.



9 Наполнить луковицы фаршем.



2 Аккуратно срезать верхушки, достать часть внутренних сегментов, оставляя стенки толщиной 5 мм. Мелко порубить извлеченные сегменты, добавить в фарш.



6 Мелко порубить мяту.



10 Запекать в духовом шкафу, разогретом до 175 °С, 40–50 мин.



Баранина с айвой

Нежная курага, душистый мед и терпкая айва идеально сочетаются с бараниной, а специи и пряности делают ее вкус ярче и богаче. Приготовьте данное блюдо — и все ваши страхи по поводу специфического запаха баранины непременно исчезнут. Вы полюбите это благородное мясо, оцените все оттенки его аромата.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 400 г баранины (лотаточная или тазобедренная часть)
- 200 г свежей айвы
- 70 г кураги
- 60 мл меда
- 1 луковица
- несколько веточек свежего тимьяна
- щепотка молотой корицы
- соль — по вкусу
- 150 мл растительного масла для жарки

Для подачи:

- зелень кинзы



2 Обжаривать на растительном масле до полуготовности 5–7 мин.



6 Добавить в сотейник айву.



3 Нарезать айву дольками.



7 Положить веточки тимьяна. Обжаривать айву до золотистого цвета.



4 Нарезать очищенный лук кубиками.



8 Добавить мед, соль и корицу. Выложить курагу. Тушить в течение 5 мин.



1 Удалить у баранины пленки и жилы, нарезать небольшими кусочками.



5 Обжаривать лук в сотейнике на растительном масле до прозрачности.



9 Добавить баранину. Тушить еще 10–15 мин для соединения вкусов и ароматов. При подаче украсить готовое блюдо рубленой зеленью.



Бараньи котлеты на косточке

Котлеты на косточке из баранины (а еще лучше — каре ягненка) — блюдо высокой кухни, которое подают почти в каждом уважающем себя ресторане Франции, Испании, Италии. Кости лучше зачистить до начала приготовления. Котлеты можно не порционировать, а подавать корейкой по 5–6 ребер вместе, выставляя их на блюде короной или шалашиком, выложив в центре гарнир. Стадия запечатывания на сковороде обязательна, затем нужно в течение 15 мин запекать котлеты в духовом шкафу.

Время приготовления: 25 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 700 г филе баранины на кости
 - 100–150 мл сухого красного вина
 - 2 ст. л. сахара
 - соль — по вкусу
 - оливковое масло для жарки
- Гарнир:**
- 300 г свежемороженой спаржевой фасоли
 - 150 г помидоров черри
 - 1 луковица
 - горсть ростков сои
 - 2 веточки свежего базилика
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Совет шеф-повара

К котлетам на косточке можно приготовить соус, например наршараб. Наршараб (азерб. *Narşərab*) — сильно упаренный гранатовый сок с добавлением сахара, кориандра, базилика, корицы, лаврового листа и смеси перцев. Традиционная приправа азербайджанской кухни. Может подаваться в качестве соуса к блюдам из баранины, добавляться непосредственно в маринад или фарш в процессе приготовления.



1 Очистить и нарезать лук полукольцами.



2 Обжаривать лук на масле, добавить фасоль (свежемороженую, разморозив и слив с нее воду, или свежую, предварительно ее бланшировав).



3 Вымыть мясо, обсушить. Обжаривать на раскаленной сковороде в небольшом количестве оливкового масла по 1 мин с каждой стороны. Запекать в духовом шкафу 7 мин при 180 °С.



4 Добавить к луку и фасоли половинки помидоров черри. Прогреть. Черри можно заменить обычными помидорами, нарезанными дольками.



5 Добавить к овощам ростки сои (желательно свежие, но можно и консервированные). Посолить и поперчить.



6 Мелко порубить листья базилика, но лучше порвать зелень руками. Прогреть.



7 В сковороду, где жарились котлеты, влить вино, насыпать соль и сахар. Можно добавить любимые пряные травы. Упаривать наполовину до загустения соуса.



8 Порционировать мясо. Разрезать по ребру. На порцию идет 2–3 котлеты. Подавать на подушке из овощей с соусом из красного вина.



Бараньи ребра по-креольски

Если вам попаласть не очень красивая баранья корейка с малым количеством мяса на кости, то делать из нее котлету на косточке не стоит. В лучшем случае при подаче получится «лес из костей с ошметками мяса». Попробуйте пустить это мясо на прекрасную горячую закуску к вину или пиву.

Время приготовления: 1 ч 20 мин +
+ 1,5–2 ч на маринование

Количество порций: 3



Ингредиенты:

- 700 г бараньих ребер
- 200 мл кетчупа или густой томатной пасты
- 1 большая морковь
- 1 луковица
- 3–4 зубчика чеснока
- 1/3 свежего перца чили
- небольшой пучок укропа
- соль, сахар, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Дополнительно:

- фольга для запекания

Варианты приготовления

Маринад можно сделать более острым, добавив сухой молотый или свежий перец чили. Вы вправе приготовить лимонный маринад. Для этого нужно вымыть со щеткой лимон, с помощью мелкой терки снять цедру без белой части, выдавить сок, добавить соль, перец, сахар, рубленый чеснок.

Понравится и маринад на пряных травах, например с большим количеством мяты, которая прекрасно сочетается с бараниной, с добавлением петрушки, тархуна, кинзы, соли, перца, сока лимона, чеснока.



1 Разрезать перец чили вдоль, очистить ножом от семечек, мелко порубить.



2 Очистить и мелко порубить чеснок (можно пропустить через пресс).



3 Вымыть укроп, тщательно обсушить.



4 Смешать чеснок, перец и укроп с кетчупом, добавить соль, сахар, черный перец, перемешать. Залить соусом ребра, перемешать. Отправить в холодильник мариноваться на 1,5–2 ч.



5 Очистить и промыть овощи. Нарезать морковь — ломтиками, лук — полукольцами.



6 Обжаривать овощи на раскаленном оливковом масле до золотистой корочки.



7 В другой сковороде обжаривать на оливковом масле ребра до темно-коричневой корочки.



8 Запекать в духовом шкафу в течение 1 ч при 180 °С под фольгой, чтобы сверху блюдо не пригорело. Возможно, потребуются и больше времени — мясо должно легко отделяться от кости.



Бараньи ребрышки с гороховой кашей

Со знаменитой русской гороховой кашей можно приготовить любые виды мяса, которые при тушении выделяют ароматный сок. Если это будет крольчатина или птица, следует добавить сало, чтобы блюдо не получилось сухим. Перед началом приготовления запеките сушеный горох в духовом шкафу, это поможет избавиться от излишней влаги и сырого запаха, придаст бобовым приятный ореховый аромат и красивый цвет, а также сократит время его варки.

Время приготовления: 2 ч 30 мин +
+ 12 ч на вымачивание баранины

Количество порций: 2–4



Ингредиенты:

- 500–600 мл воды для тушения
- 300–500 г бараньих ребер
- 200–300 г сушеного гороха
- 100 мл растительного масла
- 1 крупная луковица
- 1 небольшая морковь
- 30–50 г пастообразной горчицы
- 4–5 зубчиков чеснока
- соль, смесь молотых перцев — по вкусу

Для подачи:

- небольшой пучок укропа (петрушки)



2 Полить растительным маслом засыпанный в жаропрочную форму горох и запекать в духовом шкафу 10–15 мин при 160 °С. Переложить горох в емкость для тушения и залить водой.



5 Выложить лук, морковь и баранину в жаропрочную форму и запекать в духовом шкафу 20 мин при 200 °С. Сливать в процессе готовки при необходимости лишний бараний жир, вытопленный при запекании.



3 Натереть очищенные зубчики чеснока на терке и добавить их в ребра. Натереть баранину солью и смесью молотых перцев.



6 Переложить к гороху, залитому водой, баранину с овощами, при необходимости посолить. Тушить баранину или томить в духовом шкафу 20–30 мин при 180 °С.



1 Вымачивать бараньи ребрышки в воде с добавлением горчицы 12 ч.



4 Очистить и нарезать лук соломкой, морковь — ломтиками.



7 Посыпать готовое блюдо измельченной зеленью и подавать горячим.



Бешили жаркоп (жаркое с айвой)

Бешили жаркоп — это жаркое с айвой. В этом ароматном блюде два главных продукта — айва и баранина. Важно взять два ингредиента в равных пропорциях и нарезать их одинаковыми кусочками. Мясо напитывается кислотой и соками лука и ароматной айвы, которая размягчается, но не теряет своих целебных свойств. Блюдо понравится даже тем, кто с опаской и предубеждением относится к сочетанию мяса и фруктов. Узбеки знают толк в кулинарии!

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 300 г жирной баранины
- 150–200 мл воды
- 2 айвы
- 2 луковицы
- 1/2 ч. л. свежемолотого черного перца
- пучок свежей кинзы
- соль — по вкусу

О продукте

Айва сохраняет все свои полезные свойства при термообработке. Богата железом, цинком, витаминами С, группы В, провитамином А. В народной медицине используются также отвары из высушенных семян и айвовый сок.



2 Нарезать очищенный лук кольцами.



6 Выложить мясо, перемешанное с луком и зеленью, на дно кастрюли.



3 Мелко порубить кинзу.



7 Сверху выложить дольки айвы.



4 Тщательно перемешать лук, мясо, соль, перец и кинзу.



8 Залить водой.



1 Нарезать баранину небольшими кусочками.



5 Удалить у айвы сердцевину. Нарезать небольшими дольками.



9 Накрывать крышкой. Тушить около 1 ч. Не перемешивать.



Баранья нога с сухофруктами

Баранина гармонирует со сладкими ингредиентами, но особенно хороша она в сочетании с кислыми фруктами, ягодами. Отличный вариант — запекать баранью ногу или лопатку с зеленой алычой, киви, виноградом, айвой, свежей вишней, клюквой. Придадут кислинку блюду и свежие помидоры.



1 Обжаривать ногу на оливковом масле с тимьяном и раздавленным чесноком (2 зубчика) до образования румяной корочки.



2 Промыть сухофрукты в большом количестве воды. Залить кипятком и дать постоять, чтобы набухли.



3 Выложить в емкость для запекания сухофрукты и добавить туда же немного воды, в которой они вымачивались. Поверх положить ногу. Добавить свежий тимьян, оставшийся чеснок, бадьян и гвоздику. Влить красное вино, посолить, поперчить.



4 Закрывать фольгой и запекать в духовом шкафу 2 ч при 200 °С (возможно и более). Мясо должно легко отделяться от кости. В фольге сделать несколько дырочек для выхода пара, чтобы она не сорвалась.

Ингредиенты:

- 1,5–1,7 кг бараньей ноги
 - 200 мл сухого красного вина
 - сухофрукты: по 100 г черного и белого изюма, чернослива, кураги, инжира, 50 г сушеных яблок
 - 5–6 веточек свежего тимьяна
 - 4 зубчика чеснока
 - 2 звездочки бадьяна
 - 3–4 бутона гвоздики
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - оливковое масло для жарки
- Дополнительно:
- фольга для запекания

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 6–8



Люля-кебаб на лаваше

Люля-кебаб (от турк. *lula* — «трубка» и араб. *kebab* — «жареное мясо») представляет собой мясной (чаще всего бараний) фарш, нанизанный на шампур и приготовленный на мангале. В него не добавляют яиц и хлеба, но в процессе долгого вымешивания (не менее 10 мин) масса становится вязкой и не разваливается. Люля-кебаб популярен на Кавказе, в Азии и на Балканах. Мясо на настоящий люля-кебаб рубят ножами, но начинающим кулинарам сделать это проблематично, поэтому допускается использование мясорубки.



1 Перекрутить в мясорубке мясо и 1 луковицу. Добавить мелко нарезанную кинзу, специи, соль. Вымешивать не менее 10 мин.



2 Сформировать из мяса шарики приблизительно по 70 г (обязательно смочите руки, иначе мясо не будет лепиться).



3 Сформировать из шариков котлеты, обжимая мясо вокруг деревянных шпажек.



4 Разогреть духовой шкаф. На фольгу выложить кебабы и запекать в течение 5–10 мин. За 2 мин до готовности уложить на противень помидоры черри. Подавать на лаваше, сложенном в несколько слоев, с помидорами черри, нашинкованным кольцами луком, зернами граната и кинзой.

Ингредиенты:

- 700 г баранины (окорочная часть)
- 1 луковица
- 8–10 помидоров черри
- небольшой пучок свежей кинзы
- 2 ч. л. зиры
- 2 ч. л. хмели-сунели
- соль и свежемолотый черный перец — по вкусу

Для подачи:

- 1 гранат
- 1 луковица
- 1 лаваш

Дополнительно:

- деревянные шпажки
- фольга для запекания

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4



Плов по-самаркандски

Вариантов приготовления плова по-самаркандски существует столько же, сколько пловных мастеров, которые готовят его в древнейшем Самарканде. Такой плов можно употреблять и пожилым людям, и детям, а также приверженцам здорового образа жизни и тем, кто следит за своей фигурой.

Время приготовления: 2 ч 30 мин

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 250 г баранины
- 500 г риса
- 2 моркови
- 3 луковицы
- 1 ч. л. свежемолотого черного перца
- 1 ч. л. свежемолотого красного перца
- соль — по вкусу
- 150 мл растительного масла для жарки



3 Промыть готовый рис кипятком. Откинуть на дуршлаг.



7 Нарезать очищенный лук полукольцами.



4 Нарезать отварную баранину ломтиками.



8 Обжаривать лук на раскаленном растительном масле до золотистого цвета.



1 Отваривать целый кусок баранины в небольшом количестве воды на слабом огне около 2 ч. Через 1 ч добавить к мясу очищенную морковь.



5 Нарезать отварную морковь соломкой.



9 Смешать лук с мясом и морковью.



2 Промыть рис, отваривать в подсоленной воде (воду и рис взять в равных количествах, то есть на 1 кг риса — 1 л воды, 1 ч. л. соли).



6 Смешать баранину и морковь. Добавить соль и специи. Тщательно перемешать.



10 Выложить рис в глубокие пиалы, сверху на него мясо с морковью и луком. Полить маслом, в котором жарился лук.



Свадебный плов по-ташкентски

Плов в Узбекистане — одно из основных блюд, которые подают на праздники. Это символ гостеприимства, широты души, а также способ накормить вкусно и сытно большое количество гостей. В каждом регионе Узбекистана имеется рецепт своего свадебного плова. Приготовление такого блюда для большого количества народа — дело очень ответственное. Этим занимаются только мужчины и потомственные плововары.

Время приготовления: 2 ч +
+ 12 ч на замачивание нута

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 250 г баранины
- 500 г риса
- 100 г нута
- 200 мл воды
- 200 г моркови
- 2–3 луковицы
- 100 г изюма без косточек
- 1,5 ч. л. пряной смеси для плова
- соль — по вкусу
- 150 мл растительного масла для жарки

Для подачи:

- 1 гранат



2 Промыть рис в холодной подсоленной воде пять раз.



6 Нарезать очищенную морковь соломкой.



3 Нарезать мясо кусочками.



7 Добавить в зирвак морковь, обжаривать в течение 15 мин.



4 Нарезать очищенный лук полукольцами.



8 Добавить воду.



1 Замочить нут в холодной воде не менее чем на 12 ч.



5 Разогреть казан с растительным маслом 8 мин, обжаривать мясо и лук 15 мин.



9 Добавить замоченный нут, соль и специи. Варить 25 мин. Посолить.



10 Всыпать промытый рис.



11 Добавить промытый изюм.



12 Добавить воды столько, чтобы она покрыла рис и выступала на 1–1,5 см. Варить на сильном огне до испарения воды.



13 Выключить огонь. Накрывать крышкой и оставить на 25 мин.



14 Тщательно перемешать перед подачей и выложить на блюдо. Украсить зернами граната.



Террин из кролика

Террин (фр. *Terrine*) — глиняная форма с крышкой для запекания паштетов и само блюдо, которое в ней готовится. Все в лучших традициях французской кухни. Террины готовят из разных видов мяса, рыбы, даже из овощей. По сути, это довольно крупно рубленый фарш с травами и специями, спрессованный и запеченный. Готовится в большом количестве жиров: заливается растопленным сливочным маслом или утиным жиром, оборачивается в жирный бекон или прослаивается салом — сытное зимнее блюдо. Подается холодным на следующий день после приготовления.

Время приготовления: 3 ч + 3 ч
на маринование мяса

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 2 кг мяса кролика
 - 200 г свежего свиного сала
 - 200 г сырокопченого бекона
 - 250 мл сухого белого вина
 - 200 мл молока
 - 150 г черствого белого или тостового хлеба
 - 2 яйца
 - 6–7 веточек свежего тимьяна
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- Дополнительно:
- фольга для запекания

Варианты приготовления

После окончания готовки терринку обязательно необходимо дать настояться в течение 3–6 ч, а лучше употреблять на следующий или даже на третий день.

Для терринов можно измельчать мясо в мясорубке либо нарезать тонкими полосками или пластинками, можно сочетать оба способа нарезки. Попробуйте добавить в террин очищенные и подсушенные на сковороде фисташки или мелконарезанные финики без косточек. Можно уменьшить количество сала, но один из слоев сделать из свинины.

Прекрасное сочетание — кусочки крольчатины и паштет из куриной печени.



1 Замочить подсушенный хлеб в молоке, предварительно срезав корки.



2 Вымыть мясо, обсушить. Отделить филе от кости и нарезать мелкими кубиками (из тушки весом 2 кг получится 1–1,2 кг мяса).



3 Замариновать мясо в сухом белом вине с добавлением тимьяна и соли. Поставить в холодильник под пищевой пленкой или крышкой на 3 ч.



4 Отжать хлеб. Смешать с яйцами. Туда же выложить замаринованное мясо (если вина много, его можно частично слить). Тщательно вымесить, добавить соль и перец.



5 Снять с сала шкуру. Можно заменить сало шпиком. Нарезать тонкими полосками.



6 Выложить на дно формы бекон, совмещая по две полоски между собой. Оставить длинные концы бекона, чтобы впоследствии обернуть ими мясо.



7 Выложить первый слой фарша, утрамбовать. Сверху положить полоски сала, затем слой фарша, сало и завершить фаршем. Утрамбовать. Сверху завернуть мясо в бекон. Придавить.



8 Накрывать форму для запекания фольгой, поставить в духовой шкаф, разогретый до 200 °С, на 1,5–2 ч. В противень вокруг формы налить горячей воды, чтобы террин не пригорел и готовился медленно.



Рагу из кролика с овощами

На волне здорового образа жизни в кулинарии возрождается мода на кроличье мясо. Если вы не умеете готовить, но очень хочется, сделайте рагу — беспроигрышный вариант, блюдо, которое крайне сложно испортить.

Время приготовления: 2 ч 30 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 700 г мяса кролика на кости
- 50 г сырокопченого бекона
- 150 г свежемороженой моркови «беби»
- 150 г свежемороженой спаржевой фасоли
- 150 мл сухого белого вина
- 150 мл бульона
- 150 мл сливок (20%-ной жирности и выше)
- 1 луковица
- 3–4 зубчика чеснока
- 3 лавровых листа
- соль, душистый перец-горошек, свежемолотый черный перец — по вкусу
- тимьян, розмарин, эстрагон — по желанию
- оливковое масло для жарки

Варианты приготовления

Для рагу больше подойдет мясо на кости, в процессе готовки которого выделяются вещества, способствующие загустению соуса. Помимо классических моркови и лука в рагу можно добавлять всевозможные овощи: цукини, патиссоны, бамию, а спаржевую фасоль заменить на цветную капусту. В крайнем случае можно остановиться и на картофеле.



1 Вымыть мясо кролика, обсушить. Обжаривать в небольшом количестве оливкового масла на сковороде с очищенным чесноком.



2 Добавить вино, бульон или горячую воду (в равных пропорциях), душистый перец, лавровый лист, посолить и поперчить. Можно добавить тимьян, розмарин, эстрагон и прочее.



3 Нарезать бекон тонкими полосками. Он усилит вкус гарнира, придаст копченую нотку.



4 Нарезать лук (можно прямо в кожуре) дольками. Вкус чеснока и лука в кожуре более яркий, насыщенный. Репчатый лук можно заменить на красный, белый, салатный, лук-порей.



5 Обжаривать лук и бекон в сковороде в капле растительного масла.



6 Добавить к луку и бекону размороженную морковь «беби». Можно взять и обычную.



7 Добавить к овощам спаржевую фасоль. Можно взять и свежую, предварительно бланшировав 2 мин в кипятке.



8 К готовым овощам влить сливки, перемешать, посолить и поперчить, уваривать сливки до загустения. Можно поставить овощи и кролика в духовой шкаф на 5–10 мин для запекания или сразу подавать рагу на овощной подушке.



Рагу из кролика по-русски

Рагу — это сначала обжаренные, а затем протушенные в соусе кусочки мяса, рыбы или птицы с овощами или грибами. Сытное блюдо с диетической крольчатиной, капустой и картофелем по этому рецепту не потребует много усилий при приготовлении. Состав овощей можно варьировать по вкусу: это могут быть тыква, репа или цукини, а для придания более пряного вкуса добавьте корень сельдерея или петрушки. Такое рагу — отличный способ накормить семью вкусной и полезной пищей.

Время приготовления: 1 ч

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500–800 г крольчатины на кости
- 500–600 г картофеля
- 100–200 г белокочанной или цветной капусты
- 50 г пастообразной горчицы
- 1 средняя морковь
- 1 крупная луковица
- 3–5 зубчиков чеснока
- 1 ч. л. хмели-сунели
- соль, свежемолотый черный и горошины душистого перца — по вкусу

для жарки

Соус:

- 500 мл молока
- 50 г муки
- соль — по вкусу

Для подачи:

- небольшой пучок укропа (петрушки)



1 Порубить крольчатину вместе с костями на куски весом 30–50 г, посолить, поперчить, добавить хмели-сунели, душистый перец, измельченный очищенный чеснок и горчицу. Сложить в жаропрочную форму.



2 Крупно нарезать и сложить в жаропрочную форму очищенный и вымытый картофель, посыпать солью. Полить картофель и кролика половиной растительного масла и запекать в разогретом духовом шкафу 20 мин при 160 °С. Жир с мясным соком сохранить.



3 Нарезать очищенные лук соломкой, а морковь — ломтиками, крупно нарезать капусту.



4 Обжаривать овощи на хорошо разогретой сковороде с оставшимся растительным маслом 10–15 мин.



5 Обжаривать муку на жире с мясным соком, оставшимся после запекания кролика с картофелем, до золотистого цвета и влить молоко, посолить. Тушить смесь 3–5 мин.



6 Выложить в емкость для тушения кролика с овощами и залить молочным соусом. Тушить рагу под крышкой на медленном огне 15–20 мин. Измельчить зелень и посыпать блюдо перед подачей.



Кролик с белыми грибами

Мясо кролика имеет довольно тонкий ненавязчивый вкус, поэтому может сочетаться со многими видами трав и специй. Хорошо сочетается кролик с тимьяном (конечно, лучше свежим), можно использовать лавровый лист. Тархун, базилик и розмарин нужно добавлять очень аккуратно, чтобы не заглушить вкус мяса.

Время приготовления: 2 ч 30 мин +
+ время на замачивание грибов

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 600 г мяса кролика на кости (лопатка и голень)
- 200 г белых грибов (либо 70 г сухих или 300 г свежемороженных)
- 200 г молодого картофеля
- 150 мл сухого белого вина
- 150 мл бульона
- 1 луковица
- 3–4 зубчика чеснока
- 50 г сливочного масла
- 1 веточка тимьяна + для подачи
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Варианты приготовления

В данном рецепте вы можете использовать любые доступные в данное время года грибы. Можно заменить белые грибы лисичками, опятами и даже шампиньонами (либо любыми другими). Свежемороженые грибы разморозить и тщательно отжать от лишней воды. Свежие тщательно протереть влажной ветошью, но не мыть, иначе они будут слишком влажными и не зазолотятся, а потушатся.



1 Вымыть мясо и обсушить. Обжаривать до образования золотистой корочки на сковороде в небольшом количестве оливкового масла с тимьяном и раздавленным чесноком.



2 Добавить белое вино и бульон или горячую воду (в равных пропорциях). Тушить на слабом огне под крышкой около 40 мин. Проверить готовность по мягкости мяса, выделяющийся сок при надрезе должен быть прозрачным.



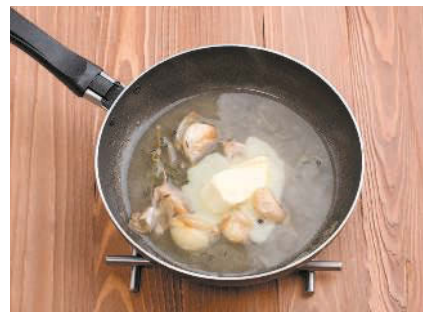
3 Вымыть картофель, нарезать кружочками. Обжаривать на оливковом масле с обеих сторон до золотистой корочки. Достать и дать постоять в теплом месте.



4 Замочить сухие грибы на ночь в воде, отжать, промыть. Обжаривать грибы в той же сковороде, где жарили картофель. Нарезать очищенный лук соломкой. Добавить к грибам.



5 Выложить в сковороду картофель. Посолить и поперчить, прогреть до готовности картофеля.



6 Добавить мясо кролика. В оставшийся после тушения сок положить сливочное масло, распустить, уварить до нужной консистенции. Выложить на тарелку гарнир, сверху — кролика, полить соусом, украсить веточкой тимьяна.







СУБПРОДУКТЫ



Салат-ассорти «Каприз» с языком и мясокопченостями

Салат с таким оригинальным названием существует во многих кафе и ресторанах, ведь у каждого может быть свой собственный «Каприз». Это очень сытный мясной салат. Подавать его можно небольшими порциями, он прекрасно будет смотреться и в качестве банкетной закуски, в тарталетках из песочного теста.

Время приготовления: 20 мин +
+ 1,5–2 ч на варку и охлаждение языка

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 300 г куриного филе
- 200 г говяжьего языка
- 200 г ветчины
- 200 г маринованных шампиньонов
- 50 г листьев салата
- 1 банка маслин без косточек
- 3 веточки укропа
- 4–5 лавровых листьев
- 6–7 горошин черного перца
- соль — по вкусу

Заправка:

- 1 ст. л. зерновой горчицы
- 3 ст. л. белого винного уксуса
- 4 ст. л. оливкового масла

Технология

Отваривать мясные продукты лучше всего накануне, так как хорошо охлажденные, они лучше режутся.

Готовность языка определяется тем, с какой легкостью с него снимается кожа: если «чулком» — значит, язык готов, если нет — поварите его еще немного. Вместо маринованных шампиньонов можно использовать белые грибы — с ними вкус салата станет более пикантным.



1 Вымыть говяжий язык, залить водой, посолить, добавить 2–3 лавровых листа, 4 горошины черного перца. Варить язык среднего размера массой примерно 1,5 кг 1,5–2 ч, затем под холодной проточной водой охладить его и очистить.



2 Срезать с охлажденного языка излишки жира. Сначала нарезать его ломтиками, затем — соломкой.



3 Слить с шампиньонов маринад, нарезать грибы на четыре части. Шампиньоны можно заменить любыми другими маринованными грибами: опятами, лисичками, белыми.



4 Отварить куриное филе: довести воду до кипения, посолить, добавить оставшиеся лавровый лист, перец-горошек, положить мясо и варить 20 мин, затем достать и охладить.



5 Нарезать ветчину и охлажденное куриное филе соломкой.



6 Приготовить заправку: смешать винный уксус и горчицу, затем тонкой струйкой влить оливковое масло. На листья салата выложить мясо, грибы, украсить рубленным укропом и маслинами. Полить сверху заправкой или подать ее в отдельном соуснике.

СУБПРОДУКТЫ



Крестьянский салат с беконом

Еще один салат, который можно отнести к так называемым зимним. Летом мы стараемся употреблять как можно больше свежих овощей, зимой организм требует чего-то более основательного.

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 200 г отварного говяжьего языка
- 200 г ветчины
- 100 г сырокопченого бекона
- 100 г консервированного зеленого горошка

- 1 сладкий болгарский перец
- 4–5 свежих шампиньонов
- оливковое масло для жарки

Заправка:

- 3–4 маринованных огурца (корнишона)
- 1 небольшая луковица
- сок 1/2 лимона
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Совет шеф-повара

Свежий или свежемороженый горошек можно заменить в равной пропорции консервированным. Шампиньоны также можно использовать маринованные, только в таком случае их не нужно будет обжаривать. Салат имеет острый и пикантный вкус, в то же время он абсолютно не «тяжелый». К салату можно подать охлажденное светлое пиво.



1 Очистить отварной охлажденный говяжий язык от верхнего слоя, пленок, нарезать крупными брусочками или соломкой.



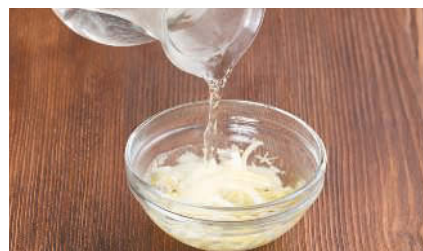
2 Нарезать ветчину соломкой. Горошек вынуть из банки, слить маринад.



3 Нарезать очищенный от семян и перегородок болгарский перец тонкими полукольцами.



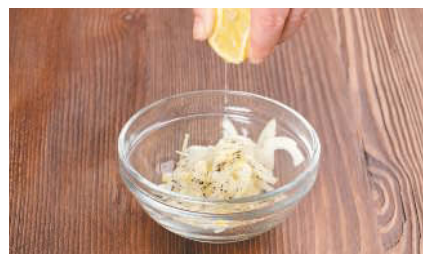
4 Протереть шампиньоны влажной салфеткой. Нарезать тонкими пластинками и обжаривать в небольшом количестве оливкового масла.



5 Очистить лук, нарезать тонкими полукольцами, залить кипятком, чтобы удалить горечь. Оставить на 3 мин.



6 Нарезать огурцы соломкой.



7 Слить воду с лука, добавить огурцы, выдавить сок половины лимона, посолить и поперчить. Заправка готова.



8 Обжаривать бекон до хруста. Смешать ингредиенты салата с заправкой. Сверху выложить ломтики хрустящего бекона.



Салат из зеленого лоблио с куриными сердцами

Этот сочный, хрустящий и сытный салат отлично подойдет к праздничному столу. Данное блюдо позволит вашим гостям открыть новое сочетание вкусов и послужит прекрасным началом для долгого и теплого застолья. Фасоль, не подверженная длительной тепловой обработке, останется свежей и передаст свой аромат куриным сердцам, а кисло-сладкая цитрусовая заправка разбудит аппетит.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 3



Ингредиенты:

- 200 г куриных сердец
- 300 г зеленой стручковой фасоли (свежей или свежемороженой)
- 2 сладких болгарских перца
- 1 кочан салата «айсберг»
- 1/2 ч. л. карри
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 50 мл оливкового масла для жарки

Маринад:

- 1/2 апельсина
- 1 ч. л. меда
- 50 мл соевого соуса

Совет шеф-повара

Для зеленого лоблио лучше использовать молодую стручковую фасоль с наименьшим количеством волокон. Перезревшая фасоль жесткая, долго готовится и не обладает той сочностью, за которую ценится этот продукт. У молодого растения стручок более упругий, светло-зеленого или светло-желтого цвета.



1 Приготовить маринад. Для этого выжать из апельсина сок.



2 Смешать апельсиновый сок с медом и соевым соусом.



3 Залить полученным маринадом куриные сердца и оставить на 30 мин.



4 Нарезать очищенный от семян и перегородок сладкий перец соломкой.



5 Обжаривать стручковую фасоль на оливковом масле 4–5 мин. Переложить в салатницу. Обжаривать перец 2–3 мин. Смешать с фасолью.



6 Обжаривать куриные сердца в течение 5 мин, посыпать карри и смешать с остальными ингредиентами.



7 Нарвать листья салата небольшими кусочками.



8 Смешать все ингредиенты. Посолить, поперчить.



Салат с куриной печенью, шампиньонами и рукколой

Полезный и изысканный салат по этому рецепту никого не оставит равнодушным. Куриная печень — прекрасный источник железа, а свежая зелень рукколы богата витаминами, микро- и макроэлементами. Такой салат лучше подавать теплым.

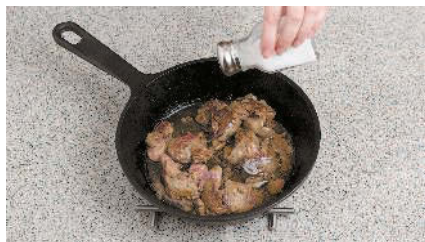
Время приготовления: 50 мин

Количество порций: 2

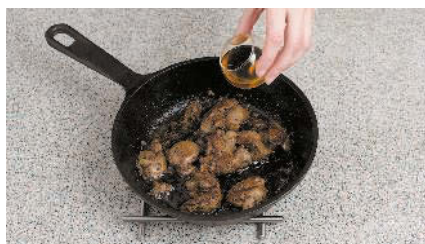


Ингредиенты:

- 100 г шампиньонов
- 150 г рукколы
- 250 г куриной печени
- 1 ч. л. французской горчицы
- 1 ст. л. коньяка
- 1 ст. л. сухого красного вина
- горсть кедровых орехов
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- 5 ст. л. оливкового масла для жарки



2 Разогреть сковороду с 2 ст. л. оливкового масла, выложить печень, посолить и поперчить, обжаривать на умеренном огне с обеих сторон 15 мин.



3 Влить коньяк, тушить на умеренном огне 3 мин. Немного остудить.



4 Нарезать теплую печень ломтиками.



6 Разогреть другую сковороду с 2 ст. л. оливкового масла. Выложить грибы, обжаривать на умеренном огне 7 мин.



7 Добавить к грибам горчицу, вино, тушить на умеренном огне 3 мин.



8 Выложить на тарелку рукколу, удалив жесткие стебли. Сверху положить ломтики печени и грибы. Сбрызнуть оставшимся оливковым маслом.



1 Вымыть печень, немного обсушить на бумажном полотенце.



5 Вымыть шампиньоны, нарезать тонкими ломтиками.



9 Подсушить на сковороде без добавления масла кедровые орехи, посыпать ими салат перед подачей.



Салат на хлебе гриль с печенью, яйцом, редисом и томатным дипом

Нежная куриная печень, обжаренная с помидорами, не только хорошо впитывает сок овоща, но и приобретает нужную и такую вкусную легкую кислинку. Отварное яйцо как никакой другой продукт сочетается с куриной печенью и овощами.

Время приготовления: 25 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 140 г куриной печени
- 140 г багета или белого тостового хлеба
- 80 г редиса
- 40 г листьев кудрявого салата или любого другого с нейтральным вкусом
- 1–2 помидора
- 2 яйца
- 1 луковица
- 1 ст. л. сахара
- щепотка зиры (кумина)
- щепотка розового перца
- соль — по вкусу
- растительное масло для жарки



2 Нарезать помидоры и очищенный лук мелкими кубиками.



6 Нарезать редис овощечисткой вдоль и положить в воду со льдом.



3 Обжаривать в сковороде на растительном масле зиру и розовый перец. Всыпать лук и помидоры.



7 Выложить на хлеб обжаренные печень с овощами.



4 Посолить, посыпать сахаром и обжаривать 6 мин, периодически помешивая. Добавить крупно нарезанную печень и готовить еще 7 мин.



8 Сверху густо посыпать нарезанными листьями салата.



1 Нарезать хлеб ломтиками. Обжаривать на сковороде-гриль в небольшом количестве растительного масла с обеих сторон до хрустящей корочки.



5 Отварить яйца вкрутую (7 мин после закипания). Нарезать кружочками.



9 Выложить на салат несколько кружочков яйца, стружку редиса.



Маринованный язык на листьях салата

Эта закуска относится к корейской кухне. Блюдо достаточно острое и пряное. Его вкус смягчается за счет того, что главный компонент — язык.

Время приготовления: 30 мин +
+ время на варку языка и маринование

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 1 говяжий язык
- 1 кочан пекинской капусты (сердцевина)
- 100 мл оливкового масла
- 60 г кедровых орехов
- 2 вареных яйца
- 1 сладкий болгарский перец
- 1 пучок зеленого лука
- 3 зубчика чеснока
- 3 ч. л. винного или бальзамического уксуса
- 3 ст. л. бульона
- 2 ч. л. соевого соуса
- 2 ст. л. кунжута
- 1 ч. л. сахара
- соль, свежемолотый белый перец — по вкусу

Для варки языка:

- соль, перец-горошек, лавровый лист — по вкусу

Совет шеф-повара

Желательно готовить этот салат заранее, за 5–6 ч до подачи, чтобы вкус стал более насыщенным.

Для сервировки нужно разобрать пекинскую капусту на отдельные листочки, срезать жесткую часть и выложить в них салат, как в тарелочки.

Посыпать кунжутом.



1 Залить язык горячей водой (на 1 кг 1–1,5 л воды) и варить 2,5–3 ч при слабом кипении, за 15–20 мин до готовности добавить соль, перец-горошек, за 5 мин — лавровый лист. После варки погрузить язык в холодную воду и снять кожу.



2 Нарезать готовый охлажденный язык косыми ломтиками.



3 Мелко порубить очищенный чеснок.



4 Очистить болгарский перец от семян и перегородок, нарезать мелкими кубиками.



5 Мелко нарезать зеленый лук.



6 Смешать лук, болгарский перец, чеснок, добавить оливковое масло, соевый соус, бульон, уксус, соль, сахар, белый перец, кунжут. Заправить язык этой смесью и оставить в холодильнике на 2–3 ч. Затем посыпать тертыми на мелкой терке яйцами и кедровыми орехами. Подавать на листьях капусты.



Рассольник с почками по-русски

Рассольник — густой суп на мясном бульоне с перловой крупой и солеными огурцами с насыщенным вкусом и хорошо знакомым ароматом. Это блюдо можно готовить с разными мясoproдуктами или без них, но обязательно с огуречным рассолом, благодаря которому суп получил свое название. Для рассольника прекрасно подойдут бочковые зеленые помидоры и лесные грибы.

Время приготовления: 1 ч 30 мин +
+ время на замачивание почек

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 1 л воды или бульона
- 1–2 свиные или 1 говяжья почка
- 100–200 г соленых огурцов с рассолом
- 100 г свиной грудинки или сала
- 100 г перловой крупы
- 1 крупный клубень картофеля
- 1 небольшая луковица
- 1 небольшая морковь
- 30–50 мл томатной пасты
- 20–50 г стеблей или корня сельдерея
- 2 ст. л. измельченной зелени (зеленого лука, петрушки, укропа)
- 2–3 лавровых листа
- 2–3 горошины черного перца
- 1/2 ч. л. хмели-сунели
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Для подачи:

- сметана — по вкусу



2 Измельчить сало или грудинку, очищенные и вымытые лук и морковь.



3 Обжаривать лук и морковь вместе с салом 10–12 мин на хорошо разогретой сковороде.



4 Измельчить огурцы, срезав плотную кожуру и концы (отложить).



6 Добавить очищенный, вымытый и нарезанный небольшими кубиками картофель к хорошо промытой и отваренной в течение 15–20 мин перловой крупе. Залить водой или бульоном. Варить 10 мин.



7 Добавить томленные с томатной пастой огурцы и пассерованные овощи, варить 5–10 мин. Всыпать хмели-сунели и черный перец.



8 Измельчить оставшиеся твердые части огурцов и стебель сельдерея блендером до состояния пюре.



1 Замочить почки, меняя воду, на 6–8 ч в подсоленной воде, промыть. Залить водой и отваривать после закипания 30–50 мин с добавлением соли, лаврового листа и горошин черного перца. Достать почки, охладить и нарезать брусочками.



5 Тушить огурцы, предварительно залитые рассолом, с томатной пастой 15–20 мин.



9 Добавить в рассольник овощное пюре, почки и зелень. Прогреть 2–3 мин. Подавать со сметаной.



Рулет из субпродуктов с чесноком

Такой домашний рулет — прекрасная холодная закуска для праздничного стола. Она отлично сочетается с хреном, медовухой и томленной квашеной капустой. Субпродукты следует варить строго до готовности, учитывая, что время приготовления зависит от их размера и возраста животного: язык должен легко прокалываться ножом, а у ушей — мякоть отделяться от хрящей.

Время приготовления: 5 ч + время на остывание рулета под прессом

Количество порций: 10–12



Ингредиенты:

- 4–5 свиных ушей
- 1/2 говяжьего или 1–2 свиных языка
- 300–500 г куриной печени (можно с сердцами)
- 1 крупная морковь
- 3–5 зубчиков чеснока
- небольшой пучок зелени петрушки (укропа)
- 10 г желатина
- 2 лавровых листа
- 1/2 ч. л. хмели-сунели
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Дополнительно:

- пищевая пленка
- нитки

Технология приготовления

Прекрасный гарнир для этого блюда — томленная квашеная капуста. Ее укладывают в емкость с крышкой и ставят (в идеале) в печь на несколько часов для тушения. За это время капуста хорошо размягчается и становится менее кислой.



1 Очистить и промыть свиные уши. Отваривать в подсоленной воде с добавлением лаврового листа 2–3 ч.



2 Вымыть язык, положить его в кастрюлю и варить 1 ч. Вымыть и очистить от пленок куриные потроха.



3 Положить в кастрюлю с языком куриные потроха и варить 1 ч. Очистить, промыть морковь и целиком положить ее за 20 мин до окончания варки к субпродуктам. Слить бульон и сохранить его. Положить язык под струю холодной воды и снять пленку.



4 Порубить зелень и очищенный и вымытый чеснок.



5 Нарезать очищенный язык брусочками.



6 Произвольно нарезать куриные потроха, морковь — брусочками. Расстелить пищевую пленку.



7 Равномерным слоем выложить на пищевую пленку отварные уши и посыпать измельченным чесноком.



8 Сверху выложить измельченные зелень, морковь и куриные потроха.



9 Распределить брусочки языка с одной стороны основы рулета.



10 Посыпать субпродукты желатином, перцем, хмели-сунели и солью.



11 Свернуть рулет, приподнимая пищевую пленку за край, и перевязать ниткой по всей длине, зафиксировав концы пленки.



12 Варить рулет в сохраненном бульоне в зависимости от его толщины 20–30 мин. Охладить рулет под прессом для застывания желатина. Снять пленку и нарезать рулет ломтиками.



Холодец из свиных ножек и мяса

Издавна холодец любили и готовили практически в каждой русской семье: из простых, хорошо известных мясных продуктов получается прекрасное сытное, но диетическое блюдо, которым можно накормить большую компанию. Эта закуска универсальна: подойдет и для праздничного, и для повседневного меню. Нежная студенистая структура холодца получается благодаря железирующим свойствам костно-хрящевых экстрактированных веществ, которые очень полезны для суставов. Это блюдо можно подавать с хреном, черным хлебом или отварным картофелем.

Время приготовления: 3 ч +
+ время на застывание холодца

Количество порций: 10–12



Ингредиенты:

- 3–5 молодых свиных ножек
- 500 г говядины (тазобедренной или лопаточной части)
- 1 крупная морковь
- 1–2 корня петрушки
- 20 г желатина
- 5–6 зубчиков чеснока
- небольшой пучок укропа (петрушки)
- 1/2 ч. л. смеси молотых перцев
- соль — по вкусу



2 Обжаривать овощи на сухой сковороде или запечь в разогретом духовом шкафу.



3 Положить печеные овощи к мясопродуктам и залить водой, чтобы она покрывала их полностью. Посолить, поперчить и варить на медленном огне 1 ч 30 мин. Слить бульон, процедить, удалив овощи, и сохранить.



4 Остудить мясопродукты, отделить мякоть от костей. Замочить желатин в воде по инструкции до набухания.



5 Измельчить мясо.



6 Добавить в процеженный бульон предварительно очищенный толченый чеснок и измельченную зелень.



7 Положить ранее измельченное мясо в бульон.



8 Добавить набухший желатин и довести бульон до кипения, чтобы желатин полностью растворился. Снять с огня.



9 Разлить бульон с мясом по формам. Остудить до комнатной температуры, накрыть формы крышками и поставить в холодильник до полного застывания холодца.



1 Очистить и промыть свиные ножки и говядину, отваривать 30 мин. Слить бульон. Очистить, промыть и нарезать кружочками морковь и корни петрушки.



Крупеня с субпродуктами в шпике

Это крупяное блюдо — прекрасная холодная закуска. В его составе много шпика, но пусть вас это не смущает: он выжарится, сделав кушанье сочным и нежным. Крупеня отлично сочетается с горчицей или соусом на ее основе. Перед жаркой на шпик можно выложить толченый чеснок и специи: тмин, кориандр, душицу или зерна горчицы. Нарезать крупеню удобнее в остывшем виде.

Время приготовления: 1 ч 30 мин

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 350–400 г свиного сала или шпика
- 150–200 г куриной печени
- 150–200 г свиного окорока
- 50–70 г пшенной крупы
- 1 крупная луковица
- 1 средняя морковь
- 2 зубчика чеснока
- небольшой пучок петрушки (укропа)
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

Дополнительно:

- шпагат



2 Нарезать лук соломкой, натереть на терке морковь, мелко порубить зелень.



3 Нарезать широким длинным ножом шпик вдоль пластинами толщиной 2–5 мм, немного отложив для жарки.



4 Слегка отбить пластины шпика кухонным молотком. Мелко нарезать свиной окорок, отложенный шпик и отварную печень.



6 Выложить в сковороду пшено и перемешать. Посолить по желанию.



7 Выложить пластины шпика в ряд и посыпать их зеленью, солью, перцем и измельченным чесноком.



8 Равномерно выложить пшенную начинку на шпик и свернуть его рулетом.



1 Отваривать промытую и очищенную от протоков и пленок куриную печень в подсоленной воде 15 мин. Слить бульон. Отваривать промытое пшено в подсоленной воде до готовности. Очистить и вымыть лук и морковь.



5 Обжаривать свинину со шпиком, овощами и печенью 10 мин на раскаленной сковороде.



9 Связать рулет шпагатом и запекать в разогретом духовом шкафу 20–30 мин при 180 °С до готовности. Охладить крупеню и, сняв шпагат, нарезать ломтиками перед подачей.



Паштет из куриной печени

Паштеты — своеобразная палочка-выручалочка на случай неожиданного прихода гостей. Закуску можно приготовить заранее, так как она великолепно хранится в холодильнике семь дней.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 8



Ингредиенты:

- 800 г очищенной куриной печени
- 150 г сливочного масла
- 100 мл полусладкого белого вина
- 1 средняя морковь
- 1 небольшая луковица
- 2–3 веточки тимьяна
- 2 зубчика чеснока
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу



2 Нарезать очищенную морковь мелкими ломтиками произвольной формы.



5 Добавить к овощам очищенную куриную печень.



3 Растопить в сковороде половину сливочного масла и обжаривать в нем лук с чесноком до золотистого цвета.



6 Влить вино и положить 1 веточку тимьяна. Тушить примерно 15–20 мин до готовности печени.



1 Нарезать очищенный лук мелкими кольцами. Измельчить очищенный чеснок.



4 Добавить ломтики моркови и тушить на слабом огне до ее мягкости.



7 Посолить и поперчить по вкусу, взбить с помощью блендера. Распределить паштет по формам, положить веточки тимьяна и залить оставшимся растопленным сливочным маслом. Охладить.



Паштет из печени с ягодным конфитюром

Печеночный паштет — отличный вариант для завтрака или пикника, хорош на свежем багете с дополнительной порцией сливочного масла и приятной кислинкой клюквенного конфитюра (количество сливочного масла контролируйте сами). Паштет можно разложить в баночки и залить растопленным сливочным маслом. Такие консервы могут храниться в холодильнике до двух недель, так как жир выступает в качестве консерванта и предотвращает взаимодействие продукта с кислородом.

Время приготовления: 2 ч

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 1 кг говяжьей печени
- 500 мл сливок 20%-ной жирности и выше
- 300 г свежей или свежемороженой клюквы
- 200 г сливочного масла
- 200 мл бульона
- 150 г сахара
- 1 луковица
- 1 морковь
- 2 звездочки бадьяна
- 3–4 бутона гвоздики
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Совет шеф-повара

Для паштета можно использовать куриную или свиную печень (последнюю в сочетании с говяжьей или куриной). Продукт нужно обязательно вымочить, лучше в молоке или в смеси воды и молока. Молочные жиры более легкие. Поэтому в данном случае молоко эффективнее воды. Печень станет нежнее, бархатистее.



1 Обмыть и обсушить печень. Поддеть и снять пленку. Нарезать на куски, удаляя крупные протоки, иначе паштет получится жестким и неоднородным.



4 Вымыть клюкву, стряхнуть лишнюю воду. Перенести в сотейник, добавить сахар, щепотку соли и томить на небольшом огне.



2 Нарезать очищенные морковь ломтиками, а лук полукольцами. Обжаривать овощи на смеси оливкового и половины сливочного масла до прозрачности лука. Добавить в ту же сковороду печень, гвоздику, бадьян, посолить, поперчить.



5 Из готовой печени достать травы. Содержимое сковороды несколько раз пропустить через мясорубку. В емкость добавить размягченное оставшееся сливочное масло и сливки.



3 Обжаривать печень с овощами. Таким образом ароматы овощей, трав и печени смешаются и вкус продукта максимально раскроется. Добавить бульон, чтобы жидкость почти полностью покрывала содержимое сковороды.



6 Для получения воздушной кремовой текстуры нужно продавить (протереть) готовую массу через сито. Перемешать, разложить в баночки и поставить в холодильник.



Телячья печень по-берлински

Классическое блюдо немецкой кухни. В качестве комбинированного гарнира выступают отварной картофель, жареный лук и жареное на сливочном масле зеленое яблоко. Последнее можно заменить свежим ананасом, также обжаренным на сливочном масле (консервированный не подойдет, так как в нем нет ничего от свежего фрукта, все рецепторы забиваются сладким сахарным сиропом).

Время приготовления: 20 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 700 г телячьей печени
- 2 зеленых яблока
- 1 луковица
- 50 г бальзамического уксуса
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- оливковое масло для жарки
- 70 г сливочного масла для жарки

Гарнир:

- 300 г картофеля
- 2–3 зубчика чеснока
- 2 лавровых листа
- гвоздика, черный или душистый перец-горошек — по вкусу

Совет шеф-повара

Чем светлее телячья печень, тем лучше. На ночь ее можно замачивать в молоке, но не обязательно, продукт довольно нежный. Печень готовят так же, как и говядину, до степени прожарки медиум (розовая внутри). Если вы не уверены в качестве исходных продуктов, лучше тушить печень а-ля бефстроганов.

К печени подают кислые ягодные соусы: клюквенный, брусничный, вишневый, сильно упаренный бальзамик. Можно попробовать и с луковым конфитюром, особенно если вы использовали сладкий красный лук и много сахара.



1 Вымыть печень и обсушить. Снять пленки.



2 Нарезать на порционные куски толщиной 2–2,5 см. На порцию пойдет два–три кусочка.



3 Очистить и нарезать лук тонкими кольцами. Можно взять белую или красную луковицу, вкус будет более сладкий и менее острый.



4 Нарезать яблоко тонкими кружочками. Желательно выбирать кислые и кисло-сладкие сорта (идеальный вариант — антоновка).



5 Отварить картофель в мундире с добавлением очищенного и измельченного чеснока, соли и лаврового листа. Можно положить гвоздику, черный или душистый перец-горошек.



6 Обжаривать печень в смеси оливкового и половины сливочного масла по 1 мин 30 с с каждой стороны. Добавить лук, обжаривать его.



7 Влить к печени и луку бальзамический уксус, дать ему загустеть и увариться. Посолить, поперчить.



8 На отдельной сковороде в оставшемся сливочном масле обжаривать кружочки яблок до светло-золотистой корочки. Выложить слоями печень и яблоки, сверху немного лука. В отдельной емкости подать очищенный картофель в качестве гарнира.



Гречневые блинчики с грибами и потрохами

Кроме традиционных дрожжевых, русская кухня славится тонкими блинами, в которые очень удобно заворачивать начинку. Их пекут из разных сортов муки на воде, молоке, их смеси или пиве. Рецепты блинчиков можно найти в национальной кухне практически любой страны: например, во Франции их называют крепами, в Америке — панкейками. Они различаются формой и способом подачи.

Время приготовления: 1ч + время на вымачивание потрохов

Количество порций: 5–6



Ингредиенты:

Тесто:

- 300 г гречневой муки
- 200–300 мл теплого молока или воды
- 50–100 г (в зависимости от помола гречневой муки) пшеничной муки
- 20–50 мл растительного масла
- 20–40 г сахара
- 1 ч. л. соли

Начинка:

- 200–300 г куриных потрохов
- 100 г отварных лисичек
- 1 крупная луковица
- 1 средняя морковь
- 1 отварное яйцо
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
- растительное масло для жарки



2 Обжаривать очищенные, вымытые и измельченные лук и морковь на сковороде, смазанной растительным маслом, 10 мин.



3 Добавить в сковороду отварные потроха, обжаривать 5 мин.



4 Добавить лисички и обжаривать 5 мин. Поперчить и посолить по вкусу. Пропустить смесь через мясорубку с мелкой решеткой.



6 Смешать ингредиенты для теста, добиваясь однородности и консистенции жидкой сметаны, регулируя ее водой и мукой и избавляясь от комочков.



7 Испечь блины на хорошо разогретой сковороде, смазанной растительным маслом.



8 Нафаршировать блины и свернуть рулетиками или конвертиками.



1 Залить потроха холодной водой, посолить и вымачивать 1–2 ч. Откинуть на дуршлаг. Снова залить водой, посолить и отваривать 20 мин. Откинуть на дуршлаг.



5 Натереть на терке в фарш отварное яйцо.



9 Обжаривать блины на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом, переворачивая, до образования хрустящей корочки.



Домашняя колбаса из куриных потрохов с гречневой крупой

Домашняя колбаса — королева любой трапезы. Ее можно подавать в горячем и холодном виде. Сытное пряное мясное блюдо никого не оставит равнодушным. В фарш можно добавить перловую крупу или пшено, печень, пассерованные на растительном масле или сале овощи и лесные грибы. Приготовьте колбасу по этому рецепту и подайте с измельченными солеными огурцами, смешанными с луком, или на тонких блинчиках.

Время приготовления: 1 ч 20 мин +
+ время на замачивание потрохов

Количество порций: 6–8



Ингредиенты:

- 800–1000 г куриных потрохов
- 70–100 г гречневой крупы
- 1 крупная луковица
- 1 крупная морковь
- свиные черева (из расчета 1 м на 1 кг фарша)
- соль, смесь молотых перцев — по вкусу
- растительное масло для жарки

Дополнительно:

- насадка для фаршировки черев
- нитки



2 Замочить потроха в подсоленной воде на 1 ч. Промыть черева проточной водой.



3 Измельчить очищенные морковь и лук.



4 Пассеровать овощи на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом до готовности.



5 Крупно порубить куриные сердца, отделив их от печени.



6 Смешать предварительно пропущенную через мясорубку печень, измельченные сердца и пассерованные овощи. Добавить гречневую крупу.



7 Добавить соль и смесь перцев. Тщательно вымесить фарш.



8 Наполнить фаршем предварительно промытые черева через специальную насадку, зафиксировать нитками концы.



1 Отваривать гречневую крупу в подсоленной воде.



9 Обжаривать колбасу на сковороде под крышкой или запекать в разогретом духовом шкафу 20–30 мин при 160–180 °С.



Куриные потроха с тархуном

В грузинской кухне довольно много блюд готовят из субпродуктов. Особенностью данного рецепта является использование тархуна. Эта уникальная пряность придает куриной печени и сердцам неповторимую свежесть и пикантный аромат.

Время приготовления: 40 мин

Количество порций: 4



Ингредиенты:

- 500 г куриных сердец
 - 200 г куриной печени
 - 3 луковицы
 - пучок кинзы
 - пучок тархуна
 - соль, свежемолотый черный перец — по вкусу
 - 1 ст. л. растительного масла для жарки
- Для подачи:
- зерна граната

О продукте

Тархун — очень популярная на Кавказе пряность. Она имеет острый освежающий запах и своеобразный терпкий вкус с нотками аниса и мяты, прекрасно сочетается со многими специями. Тархун часто используют для ароматизации уксуса и растительного масла, а также для приготовления различных блюд, соусов и даже выпечки. Из него готовят всем известный с детства сладкий газированный напиток. Чтобы пряность не потеряла своего вкуса и запаха, в горячие блюда ее следует добавлять в самом конце.



1 Очистить сердца и отваривать в кипящей воде в течение 10 мин. Удалить у печени лишний жир.



4 Выложить печень, посолить, поперчить. Готовить еще 10 мин.



2 Обжаривать очищенный и мелко нарезанный лук на растительном масле до прозрачности.



5 Мелко нарезать зелень. Добавить в сковороду за несколько минут до готовности.



3 Добавить сердца. Обжаривать на слабом огне.



6 Разобрать гранат на зерна, украсить ими готовое блюдо при подаче.



Старорусские вареники

Вареники, отличающиеся от пельменей большим размером и массой, любят и готовят во всех славянских кухнях. Их лепят из пресного, дрожжевого или кефирного теста, отваривают сразу или замораживают впрок. Вариантов начинок и способов заправки очень много. Особенно вкусны свежие горячие вареники со сметаной или сливочным маслом.

Время приготовления: 1 ч 10 мин

Количество порций: 2–3



Ингредиенты:

Тесто:

- 350 г муки + на подпыл
- 130 мл теплой воды (35–40 °C)
- 2 яйца
- 1 ч. л. соли

Начинка:

- 300–400 г куриных потрохов
- 100–150 г смеси лесных грибов
- 100 г лука
- 1/2 ч. л. хмели-сунели
- 1/2 ч. л. соли
- 1 лавровый лист
- 20 мл растительного масла

для жарки

Для подачи:

- сметана — по вкусу
- измельченный укроп (петрушка) — по вкусу



2 Отваривать потроха в подсоленной воде 20 мин. Слить бульон.



3 Мелко нарезать грибы и очищенный лук и обжаривать на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом до готовности.



4 Мелко нарезать потроха.



5 Добавить потроха к луку с грибами, всыпать хмели-сунели и соль, хорошо перемешать.



6 Раскатать на рабочей поверхности, посыпанной мукой, тесто в пласт не толще 2 мм. Скатать начинку небольшими шариками и последовательно выложить на тесто на небольшом расстоянии друг от друга.



7 Смазать тесто вокруг фарша слегка взбитым яйцом и накрыть противоположным от себя краем.



8 Вырезать вареники, прижав пласты теста вокруг начинки.



1 Влить воду в смесь муки, соли и 1 яйца и замесить однородное эластичное тесто. Поставить тесто в холодильник на 30–40 мин для набухания клейковины.



9 Варить в подсоленной воде с лавровым листом 5–6 мин после всплытия. Подавать со сметаной, посыпав рубленой зеленью.



Говяжий язык по-гусарски

Это блюдо русской кухни, хотя входящие в его состав ингредиенты не совсем традиционны для наших широт. Наверняка один из приглашенных французских поваров придумал для русских аристократов такое пикантное пряное кушанье. Всем известен рецепт рыбы по-русски, куда входят те же ингредиенты для соуса. Язык по-гусарски — прекрасное основное блюдо для холодного времени года. Его можно подавать и как горячую закуску с подсушенными тостами — он хорош под крепкие алкогольные напитки.

Время приготовления: 25 мин +
+ 3 ч на варку языка

Количество порций: 6



Ингредиенты:

- 1,2 кг говяжьего языка
- 200 г томатов в собственном соку
- 50 г маринованных огурцов (корнишонов)
- 50 г маринованных (лучше соленых) оливок
- 2 луковицы
- 2 моркови
- 15 г каперсов
- 3–4 зубчика чеснока
- 1/3 острого перца чили
- 100 мл коньяка (арманьяк, бренди)
- 2–3 лавровых листа
- соль, черный перец-горошек, сухой перец чили — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Варианты приготовления

Язык можно подавать как с белым, так и с красным соусом, так как мясо отлично раскрывает свой вкус в любых вариантах. Можно готовить блюдо в пивном соусе, сливочном и даже в соусе тэрияки (на основе соевого соуса с медом и специями).



1 Варить язык с луковицей, морковью, чесноком, солью, лавровым листом, перцами 3 ч.



2 Нарезать оставшиеся очищенные морковь крупными кусочками, лук — полукольцами.



3 Измельчить каперсы и оливки. Нарезать огурцы ломтиками.



4 Охладить язык, очистить от кожи, рыхлых волокон, жира. Нарезать довольно крупными кусками.



5 Обжаривать овощи в оливковом масле. Сначала морковь, как самую твердую, затем оливки и корнишоны.



6 Добавить томаты в собственном соку, каперсы и перец чили. Долго томить необходимости нет, только прогреть.



7 Добавить в сковороду язык и прогреть, чтобы смешались вкусы.



8 Влить коньяк, выпарить алкоголь и жидкость, загустить соус. Подавать горячим с крепкими алкогольными напитками, хлебом.



Язык, запеченный в сметанном соусе, с хреном и картофелем

Язык со сметаной и хреном — классическое сочетание вкуса и аромата. Это блюдо получается очень сытным и сочным. Его хорошо готовить в холода, запекая в настоящей печи. В качестве основы к жирному нежному языку подойдут каши с отварными овощами или грибами, которые хорошо пропитываются во время томления соками субпродукта, картофельные оладьи или пюре.

Время приготовления: 45 мин +
+ 1 ч на варку языка

Количество порций: 10–12



Ингредиенты:

- 1 говяжий язык
- 5–6 небольших клубней картофеля (желательно молодого)
- небольшой пучок укропа (петрушки)
- соль, перец-горошек, лавровый лист — по вкусу

Соус:

- 300–400 мл сметаны
- 50–100 г тертого хрена
- 1–2 крупные моркови
- 1–2 средние луковицы
- 1 ст. л. муки
- 1 ч. л. меда
- растительное масло для жарки



2 Отварить картофель в мундире в подсоленной воде с добавлением стеблей зелени до готовности. Слить воду, достать зелень. Остудить картофель.



3 Измельчить очищенные лук и морковь.



4 Обжаривать овощи на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом до готовности. Всыпать муку и прогревать 1–2 мин. Добавить к овощам сметану и прогревать 3–4 мин до закипания.



6 Нарезать язык поперек волокон ломтиками толщиной 1–1,5 см.



7 Нарезать картофель кружочками толщиной 1–1,5 см.



8 Выложить картофель в форму для запекания, смазанную растительным маслом. Выложить ломтики языка и посыпать измельченной зеленью.



1 Отваривать язык в подсоленной воде с лавровым листом и горошинами перца 1 ч до мягкости. Охладить язык под проточной водой и снять кожу.



5 Добавить хрен и мед, перемешать, дать закипеть и остудить.



9 Залить блюдо соусом и запекать в разогретом духовом шкафу 10–15 мин при 200–220 °С.



Острые уши к пиву

Свинные уши под острыми маринадами не найти в ресторанах высокой кухни, но блюдо снискало всенародную любовь и как горячая, и как холодная закуска, в том числе и к пиву. Крайне важно их не переварить, чтобы хрящи не оголялись. Можно варить уши на маленьком огне, чтобы бульон не кипел (и увеличить время варки). Уши сворачивают в рулет, заматывают в пленку и кладут под гнет в холодное место. При варке данного субпродукта выделяется коллаген, способствующий лучшему скреплению пластинок рулета.

Время приготовления: 30 мин +
+ 2 ч на варку ушей

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 2 свежих свиных уха
- 1 морковь
- 1 луковица
- 2–3 зубчика чеснока
- 1/2 ч. л. молотого чили
- 3–4 бутона гвоздики
- 2–3 лавровых листа
- соль — по вкусу

Соус:

- 2–3 зубчика чеснока
- 1 луковица
- 300 г томатов в собственном соку
- 1/2 острого перца чили
- 50 мл меда
- 50 мл соевого соуса
- оливковое масло для жарки

Совет шеф-повара

Вариантов соусов для свиных ушей довольно много. В португальской кухне отварные уши маринуют несколько часов в смеси рубленого чеснока, кинзы, оливкового масла и винного уксуса. В китайской традиционно используют для глазури смесь меда и соевого соуса, еще добавляют свежий имбирь, чеснок, горчицу. В бульон для варки ушей также можно влить соевый соус и добавить свежий имбирь.



1 Вымыть уши, с помощью пинцета удалить волосы. Варить с луком, морковью, солью, перцем, лавровым листом, гвоздикой и чесноком в течение 2 ч.



2 Приготовить соус. Мелко порубить очищенные чеснок, лук, перец чили.



3 Обжаривать лук, чеснок и чили на сковороде в небольшом количестве оливкового масла. Добавить томаты в собственном соку (измельченные или с кусочками).



4 Влить соевый соус, мед, выпарить до загустения. Соус должен иметь консистенцию жидкой сметаны.



5 Нарезать отварные и остывшие уши любым способом: можно соломкой, можно брусками.



6 Полить уши соусом. Чтобы он закрепился на мясе, блюдо можно поставить на 10 мин в духовой шкаф, разогретый до 180 °С.



Говяжьи почки по-провански

Во всем мире субпродукты в любых вариациях считались типичной едой бедняков. Лучшие куски мяса уходили на столы привилегированных сословий, крестьяне же ухищрялись готовить вкусные и сытные блюда из второсортного мяса с костями и субпродуктов. Почки по-провански — блюдо французской кухни.

Время приготовления: 1 ч 30 мин +
+ 6 ч на вымачивание

Количество порций: 2



Ингредиенты:

- 2 говяжьи почки
- 200 г помидоров черри
- 200 г сливочного масла
- 250 мл сухого белого вина
- 200 мл столового уксуса
- 100 г муки
- 3 луковицы (желательно шалот)
- 1/2 головки чеснока
- 1/3 острого перца чили
- 5–6 веточек свежего тимьяна
- небольшой пучок петрушки
- соль — по вкусу
- оливковое масло для жарки

Совет шеф-повара

Почки варят, тушат, жарят, запекают. Субпродукты необходимо обязательно вымачивать (свинные почки в большей степени, говяжьи допускается меньше). Это можно делать в растворе уксуса или лимонного сока, а также в молоке. Чеснок и вино забирают и скрывают остаточный запах мочевины. Белое вино можно заменить красным, особенно если мы готовим красный соус.



1 Выводить почки в воде с уксусом (на 500 мл воды 1 ст. л.) в течение 6 ч, раз в час меняя уксусный раствор.



2 Зачистить почки, вырезать белесую сердцевину и протоки. Можно разобрать на части, а можно и приготовить целиком (для сохранения максимальной сочности продукта, в этом случае нарезать после тушения).



3 Панировать почки в подсоленной муке, желательно не оставляя незапанированных мест (мука в данном случае выступит и в качестве загустителя соуса при тушении).



4 Обжаривать почки в сковороде на оливковом масле до образования корочки. Добавить для аромата лук прямо в кожуру, раздавленный очищенный чеснок, свежий тимьян.



5 Положить в сковороду сливочное масло, распустить. Добавить вино. Тушить до готовности около 15 мин. Проткнуть (выделяющийся из готовых почек сок — прозрачный, не розовый). За это время вино должно почти полностью выпариться.



6 Добавить к почкам нарезанные на четыре части помидоры черри, острый перец чили и веточки петрушки без стеблей. Прогреть.



Алфавитный указатель

А

Авокадо 14
Айва 250, 258
Анис 152
Анчоусы 246
Апельсин 112, 242, 280
Арахис 100

Б

Багет 86, 140, 284
Бадьян 94, 124, 154, 188, 192, 260, 298
Базилик 8, 66, 74, 118, 156, 174, 218, 232, 252
Баклажан 10, 74, 76, 180
Баранина 258, 262, 264
 лопатка 244, 250
 нога 260
 окорок 246, 261
 ребра 254, 256
 тазобедренная часть 250
 филе на кости 252
Барбарис сушеный 72
Бекон 36, 42, 76, 80, 108, 186, 212
 сырокопченый 78, 144, 266, 268, 278
Брокколи 46
Брусника 124
Булгур 118
Булочки для гамбургеров 58
Бульон 178, 202, 216, 286, 288
 куриный 26, 42, 46, 70, 242
 овощной 44, 54, 114, 220

В

Вермишель стеклянная 236
Ветчина 40, 62, 108, 238, 276, 278
 постная 104
Вино:
 белое
 — полусладкое 296
 — сухое 46, 52, 70, 118, 134, 144, 154, 158, 212, 246, 266, 268, 272, 316
 красное
 — полусухое 110
 — сухое 156, 192, 220, 252, 260, 282
Виноград 100

Г

Гвоздика:
 бутоны 94, 112, 137, 154, 242, 260, 298, 314
 молотая 74
Говядина 142, 178, 182, 206, 208, 216, 224, 300
 бастурма 172
 вырезка 174, 176, 180, 194, 196, 198, 204, 214, 220
 грудинка 184
 лопатка 200, 202, 226, 292
 окорок 110, 188, 200
 печень 298
 почки 288, 316
 стейк «Нью-Йорк» 191
 сырокопченая 172
 тазобедренная часть 190, 202, 210, 222, 292
 филе 192, 194, 212
 язык 276, 278, 286, 290, 310, 312
Горох:
 в стручках 150
 зеленый свежий 220, 278

нута 264
свежемороженый 40, 220, 278
сушеный 256
Горчица:
 зерна 144
 зерновая 232, 234, 276
 пастообразная 8, 10, 32, 38, 70, 90, 92, 94, 96, 104, 108, 126, 132, 176, 178, 256, 270
 французская зерновая 156, 282
Гранат 261, 264, 306
Грибы 60, 64, 206, 308
 белые 56, 132, 178, 212, 272
 лисички 70, 80, 202, 302
 опята 137, 144
 шампиньоны 18, 34, 38, 88, 158, 160, 186, 214, 234, 240, 276, 278, 282
Грудинка 62, 126
 копчено-вареная 84, 102, 156
 сырокопченая 212
Груша 116

Д

Дрожжи:
 свежие 120
 сухие 128, 164, 198

Ж

Желатин 88, 122, 290, 292

З

Зира 72, 261, 284

И

Инжир 260
Имбирь 86, 148, 160
Изюм 72, 130, 260, 264
Индейка 12, 76, 78, 80, 82, 96

Й

Йогурт 14, 208

К

Кабачок 56, 76
Каннеллони 54
Каперсы маринованные 54, 138, 234, 310
Капуста:
 белокочанная 18, 30, 216, 270
 брюссельская 236
 квашеная 90, 178
 пекинская 286
 савойская 114
 цветная 270
Картофель 38, 40, 68, 94, 106, 137, 138, 178, 188, 194, 198, 200, 202, 208, 228, 238, 244, 270, 272, 288, 300, 312, 314
Кинза 22, 66, 74, 100, 114, 134, 184, 226, 228, 248, 250, 258, 261, 306
Колбаски свиные 46
Коньяк 54, 244, 282, 310
Кориандр 120, 122, 142, 184, 248
Корица 86, 192, 250
Корнишоны 58, 102, 104, 310
Креветки королевские 44
Кролик 266
 на кости 268, 270, 272
Крупа:
 гречневая 212, 240, 304
 перловая 288
 пшеница 166, 294

рис 72, 148, 184, 210, 220, 222, 224, 262, 264

Кукуруза:

консервированная 12
 мини 36, 104
 початки 148
Кунжут 146, 148, 160, 286
Курата 78, 118, 250, 260
Курятица 22, 24, 26, 28, 56, 66
 бедрца 30, 52, 54
 голень 68
 крылышки 32, 38
 на кости 72
 окорок 34, 36, 38, 58
 печень 220, 282, 284, 290, 294, 296, 306
 потроха 88, 302, 304, 308
 сердце 280, 306
 филе 8, 10, 16, 18, 20, 40, 42, 44, 46, 48, 50, 70, 74, 84, 96, 112, 276
 — копченое 14

Л

Лайм 172
Лимон 12, 14, 22, 32, 46, 86, 112, 134, 146, 176, 232, 246, 278
Лук:
 зеленый 40, 46, 104, 172, 286
 красный 54, 124, 192, 232, 242, 248
 порей 46, 80
 репчатый 10, 12, 16, 18, 22, 24, 34, 38, 42, 44, 52, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70, 72, 74, 82, 84, 86, 90, 92, 102, 106, 110, 120, 122, 124, 132, 136, 137, 138, 144, 148, 150, 154, 162, 164, 166, 168, 174, 176, 178, 180, 182, 184, 186, 188, 190, 194, 198, 200, 202, 204, 210, 212, 214, 216, 218, 220, 222, 226, 228, 236, 250, 252, 254, 256, 258, 261, 264, 266, 268, 270, 272, 278, 284, 288, 294, 296, 298, 300, 302, 304, 306, 308, 310, 312, 314, 316
 шалот 240

М

Майоран 86
Манго 112
Мандарины 10, 86
Маслины маринованные 36, 182, 232, 234, 276
Мед 12, 32, 42, 86, 92, 100, 116, 146, 156, 160, 232, 250, 280, 312, 314
Можжевельник 124
Молоко 20, 24, 26, 64, 82, 120, 132, 140, 162, 166, 198, 210, 240, 246, 266, 270, 302
Морковь 16, 18, 24, 26, 30, 38, 44, 52, 60, 62, 68, 72, 78, 88, 90, 92, 94, 102, 122, 124, 126, 132, 136, 148, 154, 164, 176, 178, 200, 202, 212, 216, 220, 222, 224, 228, 236, 254, 256, 262, 264, 268, 270, 288, 290, 292, 294, 296, 298, 302, 304, 310, 312, 314
 «беби» 40
Мука:
 гречневая 302
 кукурузная 44
 пшеничная 16, 20, 22, 24, 30, 40, 42, 50, 56, 60, 68, 70, 82, 84, 88, 94, 114, 120, 128, 132, 140, 152, 158, 162, 168, 176, 188, 196, 198, 206, 210, 226, 228, 238, 270, 302, 308, 312, 316
 ржаная 128, 164
Мята 86, 118, 248

О

Огурец:
маринованный 102, 182, 232, 278, 310
свежий 12, 234
соленый бочковой 182, 202, 288
Оливки 8, 54, 310
Орегано 44, 134, 248
Орех мускатный 20, 46
Орехи:
грецкие 10, 130, 184
кедровые 108, 116, 118, 282, 286
кешью 118
миндаль 118
— стружка 14
фисташки 46, 78

П

Паприка 12, 188
Паста пенне 52
Паста томатная 44, 62, 68, 72, 182, 184, 198, 202, 206, 240, 254, 288
Перепел 96
Перец:
болгарский 10, 12, 36, 42, 66, 76, 104, 134, 146, 148, 152, 188, 228, 234, 248, 278, 280, 286
душистый 18, 62, 92, 126, 136, 140, 160, 162, 188, 268, 270, 276
чили 32, 112, 134, 172, 208, 254, 310, 314, 316
Персики консервированные 10
Петрушка 12, 16, 18, 30, 40, 50, 62, 68, 74, 76, 78, 82, 88, 106, 108, 122, 126, 132, 134, 158, 162, 178, 182, 196, 198, 202, 214, 240, 246, 256, 270, 288, 290, 292, 294, 308, 312, 316
Помидоры 66, 72, 134, 178, 228, 284
черри 8, 12, 140, 150, 160, 174, 190, 191, 252, 261, 316

Р

Редис 234, 284
Розмарин 44, 46, 86, 110, 128, 137, 144, 146, 210, 244

С

Салат:
«айсберг» 8, 12, 14, 100, 174, 186, 280
кудрявый 284
латук 232, 234
микс 32, 238
ромен 12
Свинина 166, 182
вырезка 100, 102, 112, 114, 116, 118, 144, 146
грудинка с ребрами 106, 132
корейка 150, 152, 156, 158
— без костей 128
лопатка 122, 136, 154, 164
нога 292
окорок 100, 110, 122, 124, 126, 136, 138, 148, 154, 294
почки 288

пузанина 130
ребра 106, 134
рулька 122
сало 30, 110, 126, 294
тазобедренная часть 164
ухо 290, 314
черева 142, 304
шейная часть 120, 126, 142, 160
язык 290
Сельдерей:
стебель 52, 54, 106, 124, 136, 152, 176, 178, 220, 288
корень 152
Сливки 8, 20, 52, 70, 78, 96, 108, 138, 140, 144, 174, 194, 204, 210, 268, 298
Сметана 18, 30, 34, 38, 56, 60, 74, 82, 84, 96, 102, 106, 114, 120, 164, 178, 180, 182, 198, 204, 216, 246, 288, 308, 312
Соус:
бешамель 54, 204
вустерский 58, 134
карри 280
манговый острый 284
соевый 100, 128, 146, 148, 160, 280, 286, 314
ткемали 184
Сухари панировочные 40, 48, 64, 108, 138, 238, 240
Сыр:
гауда 196, 218
дорблю 116
маасдам 196, 238
моцарелла 14, 156
пармезан 8, 220
российский 10, 20, 38, 48, 50, 60, 62, 82, 94, 166, 204
сулугуни 74
твердый 10, 20, 38, 48, 50, 54, 60, 62, 82, 94, 204
эмменталь 104, 238

Т

Тархун 74, 306
Творог 40
Телятина:
вырезка 232, 234
лопатка 236
печень 300
с мозговой костью 242
филе 232, 238, 240
Тимьян 28, 46, 70, 78, 86, 128, 146, 191, 220, 242, 250, 260, 266, 296, 316
Тмин 122, 140, 142, 236
Томаты в собственном соку 180, 218, 314
Тунец консервированный 140
Тыква 18, 166

У

Укроп 10, 12, 16, 18, 26, 30, 36, 44, 50, 56, 60, 62, 68, 74, 76, 78, 82, 88, 102, 106, 122, 126, 130, 132, 150, 162, 164, 178, 182, 198, 202, 208, 214, 228, 246, 254, 256, 270, 288, 290, 292, 294, 308, 312

Уксус

бальзамический 42, 148, 286, 300
белый винный 22, 104, 234, 276, 286
столовый 160, 316
яблочный 206
Утка 86, 88, 92
грудка 94
ножки 90
печень 220

Ф

Фарш:
бараний 248
говяжий 46
из телятины 114
куринный 64
свиной 108, 168
смешанный 140, 162, 186, 218
Фасоль:
консервированная 174, 200
спаржевая 252, 268
стручковая 36, 140, 190, 280

Х

Хмели-сунели 50, 66, 72, 88, 90, 90, 126, 178, 184, 216, 261, 270, 288, 290, 308

Ш

Шалфей 42
Шафран 66, 86
Шпинат 38, 80, 94, 106, 156, 172

Щ

Щавель 106

Х

Хрен 108, 122, 312

Ц

Цукини 30, 46, 54, 76, 134, 160, 208, 214, 218, 238

Ч

Черемша 172
Чернослив 24, 86, 92, 96, 126, 130, 242, 260
Чеснок 26, 28, 30, 32, 36, 38, 40, 42, 44, 46, 50, 56, 62, 64, 66, 68, 70, 72, 76, 80, 86, 88, 92, 100, 104, 110, 122, 124, 126, 130, 134, 136, 137, 142, 148, 150, 152, 158, 160, 176, 178, 180, 184, 188, 191, 198, 200, 202, 206, 208, 210, 214, 218, 220, 222, 228, 242, 244, 254, 256, 260, 268, 270, 272, 286, 290, 292, 294, 296, 300, 310, 314, 316

Я

Яблоко 78, 86, 90, 92, 94, 96, 102, 104, 124, 172, 260, 300
Яйцо 8, 16, 22, 24, 26, 40, 48, 50, 56, 60, 64, 78, 82, 84, 88, 94, 96, 106, 108, 110, 114, 120, 128, 132, 138, 140, 146, 162, 164, 166, 174, 176, 188, 194, 196, 198, 210, 228, 238, 240, 246, 266, 284, 286, 302, 308

Издание для досуга

КУЛИНАРИЯ. ГОТОВЯТ ВСЕ! ПОДАРОЧНЫЕ ИЗДАНИЯ

БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

БЛЮДА ИЗ МЯСА

Ответственный редактор *А. Братушева*

Художественный редактор *П. Золин*

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндіруші: «ЭКМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Тауар белгісі: «Эксмо»
Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының
өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.
Тел.: 8(727) 2 51 59 89, 90, 91, 92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: www.eksmo.ru/certification

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо», 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми
покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»
E-mail: international@eksmo-sale.ru

International Sales: International wholesale customers should contact
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.
international@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном
оформлении, обращаться по тел. +7(495) 411-68-59, доб. 2261, 1257.
E-mail: ivanova.ey@eksmo.ru

Оптовая торговля бумажно-беловыми
и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).
e-mail: kanc@eksmo-sale.ru, сайт: www.kanc-eksmo.ru

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:

В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е. Тел. (812) 365-46-03/04.
В Нижнем Новгороде: Филиал ООО ТД «Эксмо» в г. Н. Новгороде, 603094, г. Нижний Новгород, ул.
Карпинского, д. 29, бизнес-парк «Грин Плаза». Тел. (831) 216-15-91 (92, 93, 94).
В Ростове-на-Дону: Филиал ООО «Издательство «Эксмо», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 305-09-13/14.
В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 207-55-56.
В Екатеринбурге: Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Екатеринбурге, ул. Прибалтийская, д. 24а.
Тел. +7 (343) 272-72-01/02/03/04/05/06/07/08.
В Новосибирске: ООО «РДЦ-Новосибирск», Комбинатский пер., д. 3.
Тел. +7 (383) 289-91-42. E-mail: eksmo-nsk@yandex.ru
В Киеве: ООО «РДЦ Эксмо-Украина», Московский пр-т, д. 9. Тел./факс: (044) 500-88-23.
В Донецке: ул. Складская, 5Б, оф. 107. Тел. +38 (032) 381-81-05/06.
В Харькове: ул. Гвардейцев Железнодорожников, д. 8. Тел. +38 (057) 724-11-56.
Во Львове: ТП ООО «Эксмо-Запад», ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс (032) 245-01-71.
В Симферополе: ООО «Эксмо-Крым», ул. Киевская, д. 153. Тел./факс (0652) 22-90-03, 54-32-99.
В Казахстане: ТОО «РДЦ-Алматы», ул. Домбровского, д. 3а.
Тел./факс (727) 251-59-90/91. rdc-almaty@mail.ru

Полный ассортимент продукции издательства «Эксмо»
можно приобрести в магазинах «Новый книжный» и «Читай-город».
Телефон единой справочной: 8 (800) 444-8-444. Звонок по России бесплатный.

В Санкт-Петербурге: в магазине «Парк Культуры и Чтения БУКВОЕД», Невский пр-т, д. 46.

Тел.: +7(812)601-0-601, www.bookvoed.ru/
Интернет-магазин ООО «Издательство «Эксмо»
www.fiction.eksmo.ru

Розничная продажа книг с доставкой по всему миру.
Тел.: +7 (495) 745-89-14. E-mail: imarket@eksmo-sale.ru

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить по адресу: <http://eksmo.ru/certification/>

Өндірген мемлекет: Ресей
Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 14.01.2015.
Формат 60х84¹/₈. Печать офсетная. Усл. печ. л. 37,33.
Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-699-76167-8



В электронном виде книги издательства Эксмо вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:
один клик до книги



Блюда из мяса — неотъемлемая часть повседневной кухни и праздничного стола! А летний пикник со всевозможными шашлыками?! А запеченная свинина под Новый год?! Варианты блюд можно перечислять до бесконечности: рагу, азу, борщи, солянки, голубцы, пельмени... а вывод один: всюду основа — мясо.

Именно поэтому у вас в руках самая настоящая энциклопедия: здесь, под одной обложкой, мы собрали все самые лучшие мясные рецепты: от традиционных до самых оригинальных!



В НАШЕЙ КНИГЕ ВАС ЖДУТ:

- Мясные салаты, закуски, супы, основные блюда и даже выпечка
- Подробные описания способа приготовления блюд
- Указания со временем приготовления и количеством порций
- Яркое оформление и пошаговые иллюстрации для каждого рецепта
- Кулинарные советы и рекомендации от шеф-поваров

**ГОТОВЬТЕ СЫТНО, ВКУСНО И С ДУШОЙ —
И ВАШИ ГОСТИ БУДУТ ДОВОЛЬНЫ!**

