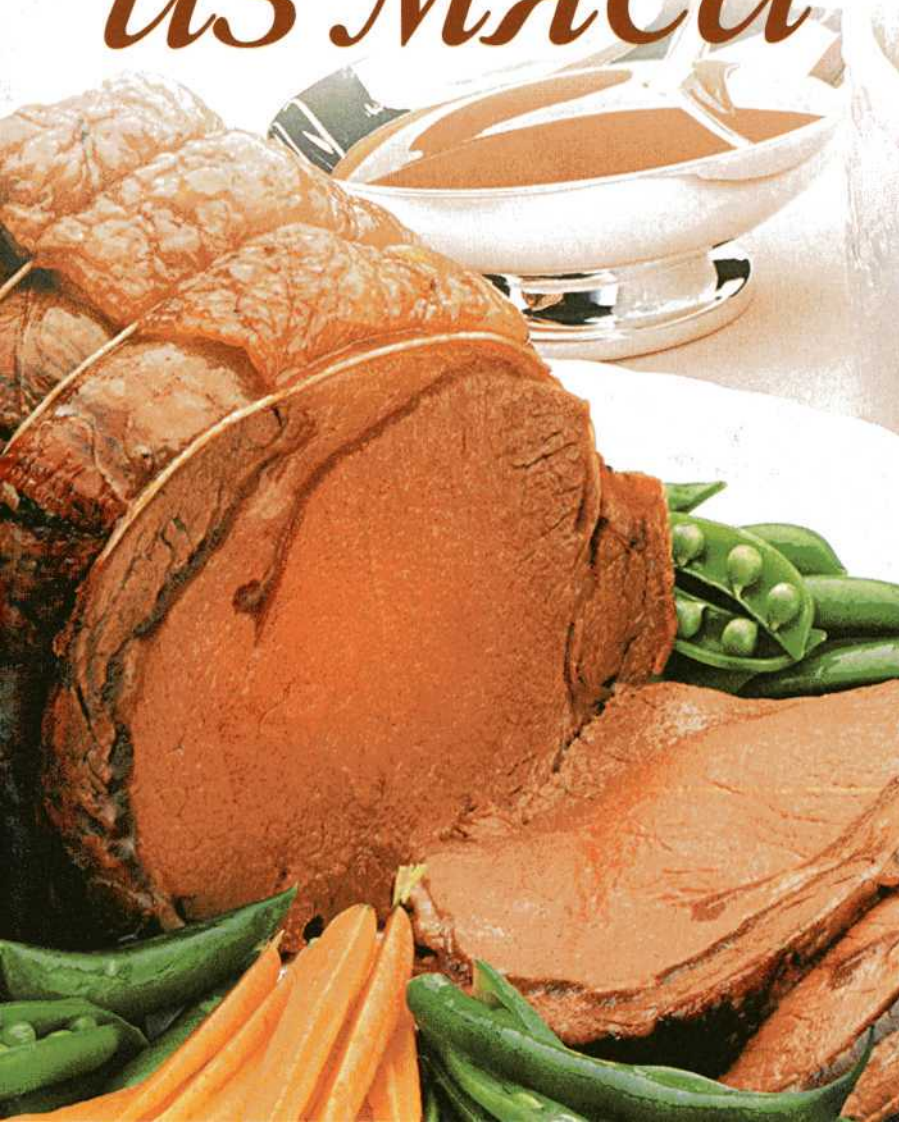




вкусно и просто

вкуснятина из мяса



УДК 641/642
ББК 36.992
И25

Ивушкина, О.

И25 Вкуснятина из мяса / Ольга Ивушкина.— М:
РИПОЛ классик, 2007.— 64 с.— (Вкусно и просто).

ISBN 978-5-7905-2553-7

Вегетарианцев эта книга не привлечет, а вот любителям мясного она, несомненно, понравится.

Здесь для вас собраны самые разнообразные блюда из мяса (начиная с горячих и заканчивая выпечкой) на любой вкус. Их приготовление не отнимет у вас много времени и сил, а вот следующий за приготовлением процесс доставит массу удовольствия. Так что приятного аппетита!

Для массового читателя.

УДК 641/642
ББК 36.992

*Практическое издание
Серия «Вкусно и просто»*

Ивушкина Ольга

ВКУСНЯТИНА ИЗ МЯСА

Генеральный директор издательства *С. М. Макаренков*

Редактор *Г. В. Чуб*
Художественное оформление: *Е. Л. Амитон*
Компьютерная верстка: *А. А. Семенова*
Технический редактор *Е. А. Крылова*
Корректор *Г. И. Синяева*

Издание подготовлено при участии ЛА «Научная книга»

Подписано в печать 27.04.2007 г.
Формат 84×108/32. Гарнитура «Garamond».
Печ. л. 2,0. Тираж 12 000 экз. Заказ № 3081

Адрес электронной почты: info@ripol.ru
Сайт в Интернете: www.ripol.ru

ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик»
109147, Москва, ул. Большая Андроньевская, д. 23

Отпечатано в ОАО «ИПК «Ульяновский Дом печати»
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

ISBN 978-5-7905-2553-7

© ООО Группа Компаний
РИПОЛ классик», 2007

Глава 1 Супы и каши



«Завтрак дикаря»

Требуется: 2 стакана рассыпчатой гречневой каши, 200 г жареной печени, 1 луковица, 1 ст. л. сливочного масла, 2 яйца, 250 г шпика, соль.

Способ приготовления. Пропустите через мясорубку жареную печеньку, добавьте мелко нарезанный поджаренный лук, порубленные яйца. Гречневую кашу смешайте с растопленным сливочным маслом. Все тщательно перемешайте.

В кастрюлю положите шпик и обжарьте его с двух сторон. Затем насыпьте в него кашу, сверху положите несколько ломтиков шпика, поставьте в духовку и запекайте до образования золотистой корочки.

«После бала»

Требуется: обрезки мясные (колбаса, жаркое и др.), 1/2, кг вареной моркови, 1/2 кг вареного картофеля, 2 луковицы, 4 яйца, 7—8 ломтиков черствого белого хлеба, 1 помидор,

2 ст. л. масла, 5 ст. л. тертого сыра, зелень петрушки, укропа, соль, сметана для заправки.

Способ приготовления. Мясные обрезки нарежьте кусочками, обжарьте в кастрюле с растопленным жиром, добавьте мелко накрошенный лук, залейте кипятком и варите 10—15 мин. Затем опустите в суп нарезанные кубиками овощи, посолите и доведите его до кипения, снимите с огня и добавьте мелко нарезанные яйца, предварительно сваренные вкрутую. В разлитый по тарелкам суп положите обжаренные кубики хлеба, посыпьте тертым сыром, зеленью, заправьте сметаной и в каждую тарелку положите кружочек помидора.

«Рыбацкий»

Требуется: 300 г свежей морской рыбы, 150 г свеклы, 150 г корней петрушки, 200 г порея, 1 ч. л. растительного масла, соль, укроп.

Способ приготовления. Неочищенную свеклу варите 40 мин, затем достаньте и остудите. Петрушку и лук очистите, мелко нарежьте и добавьте к свекле. Нарезанную кусочками рыбу варите с овощами 10 мин. Затем очистите свеклу, нарежьте мелкими кубиками и опустите в суп. Посолите, добавьте растительное масло и подавайте на стол.

«Студенческая»

Требуется: 2 1/2 стакана гречневой крупы, 300 г ливера, 1—2 луковицы, 2 ст. л. сливочного масла, соль, перец.

Способ приготовления. Сварите гречневую кашу (см. рецепт выше).

Ливер промойте, положите в кастрюлю, залейте водой, добавьте соли по вкусу и варите на слабом огне, пока он не станет мягким.

Готовый ливер охладите и пропустите через мясорубку.

На сковороде, смазанной маслом, обжарьте мелко нарезанный лук до золотистой корочки, затем добавьте ливер, поперчите и жарьте еще 10 мин.

Ливер смешайте с кашей.

Суп харчо

Требуется: 500 г мяса (говядины или баранины), 100 г томатной пасты, 1/2 стакана риса, 1 луковица, 1 морковь, 2 картофелины, 3—4 зубчика чеснока, 1 зеленое яблоко, соль, красный перец, зелень кинзы и петрушки.

Способ приготовления. Мясо нарежьте кусочками, поместите в холодную воду, варите 2 ч. Мелко порезанные лук и морковь обжарьте на растительном масле, вместе с рисом, кубиками картофеля, толченым чесноком, нарезанным яблоком добавьте к мясу и варите еще 20—30 мин. За 5 мин до конца варки добавьте томатную пасту, соль и красный перец. В готовый суп положите измельченной зелени.

«Рабочий полдень»

Требуется: 1/2 кг свиного шпика, 1 1/2 стакана ячневой крупы, 12 картофелин, 6 небольших луковиц, мясной бульон, 1 морковь, зелень петрушки, укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления. Крупу промойте холодной водой, ошпарьте, положите в кипящий бульон и варите 10—15 мин. Затем добавьте нарезанный дольками картофель и варите до готовности. На порубленном шпике поджарьте мелко нарезанный лук и натертую на крупной терке морковь. Выложите их в суп, посолите, добавьте перец и лавровый лист. Перед подачей на стол посыпьте суп рубленой зеленью.

«Луковое горе»

Требуется: $\frac{3}{4}$ кг говядины, 3 л воды, 1/2 кг лука-порея, 100 г вермишели, 5—6 картофелин, 3—4 яйца, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления. Мясо нарежьте кусочками, залейте холодной водой, доведите до кипения, снимите пену, посолите и продолжайте варить до готовности. Затем добавьте нарезанный соломкой картофель, а через 15 мин нарезанный лук-порей, вермишель и варите (на небольшом огне) до готовности. При подаче на стол посыпьте суп рублеными яйцами и мелко нарезанной зеленью.

«Сон солдата»

Требуется: 1 кг свиной копченой грудинки, 1 морковь, 3 луковицы, 5—6 ст. л. перловой крупы, 1 1/2 стакана гороха, 4—5 шт. болгарского перца, зелень укропа, лук-порей, лавровый лист, корень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления. Копченую грудинку положите в кастрюлю, залейте водой и доведите до кипения. С кипящего бульона снимите пену, посолите и попер-

чите, всыпьте горох, крупу, положите морковь, корень петрушки и варите до готовности. Затем добавьте мелко нарезанный лук, болгарский перец, нарезанный соломкой, лавровый лист и поварите еще четверть часа. Перед подачей к столу посыпьте суп нарезанной зеленью. Подавайте с подрумяненным на открытом огне белым хлебом или любыми сухариками.

Важно: нелущеный горох за день замочите в теплой воде, лущеный горох можно варить без замачивания.

«Ералаш»

Требуется: 1 кг овощей (картофель, морковь, сельдерей, зеленый горошек), 200 г грибов, 5—6 сосисок, 1 луковица, 2/3 стакана риса, 4 ст. л. сливочного масла, зелень петрушки, укропа, соль.

Способ приготовления. В кастрюле с растопленным маслом обжарьте, постоянно помешивая, мелко нарезанные овощи и лук. Добавьте немного горячей воды и тушите под крышкой.

Мелко нарезанные грибы обжарьте в масле, положите вместе с зеленым горошком в кастрюлю с овощами и тушите до готовности. Затем налейте в эту кастрюлю воды, добавьте предварительно отваренный рис, посолите суп, заправьте маслом и посыпьте свежей рубленой зеленью. В каждую тарелку положите кружочки отваренных сосисок.

«В кругу друзей»

Требуется: 1/2 кг баранины, 7—8 картофелин, 5 ст. л. риса или перловой крупы, 2—3 луковицы, 1 крупная морковь, по 1/2 ст. л. кор-

ней сельдерея и петрушки, 3—4 помидора, 3 соленых огурца, 3 ст. л. жира, 3 ст. л. сливочного масла, 7—8 горошин черного перца, укроп, сметана для заправки, соль.

Способ приготовления. Баранину нарежьте кусочками, обжарьте в жире, залейте водой и варите 1 1/2 ч. Затем добавьте тщательно промытый рис, обжаренные на масле мелко нарезанные морковь, лук, корни и нарезанный кубиками картофель. Через 10 мин опустите в суп мелко нарезанные огурцы и очищенные от кожицы помидоры, порезанные кружочками. Посолите, всыпьте перец и доварите. При подаче к столу заправьте сметаной и посыпьте укропом.

«Острое ощущение»

Требуется: 600 г говядины, 6—7 картофелин, 1/2 стакана риса, 4 луковицы, 8 зубчиков чеснока, 5 помидоров, 2—3 ст. л. сливочного масла, 1 ч. л. тмина, 5—6 горошин перца, лавровый лист, зелень лука, укропа, петрушки, сметана для заправки, перец, соль, 3 л воды.

Способ приготовления. Нарежьте мясо небольшими кусочками, обжарьте в кастрюле с растопленным жиром, добавьте мелко порезанный лук, обжарьте его, затем все это залейте водой, поварите 30 мин, добавьте заранее замоченный рис.

Через 10—15 мин опустите в суп нарезанный картофель, тмин, лавровый лист, перец, посолите и варите до готовности. За несколько минут до снятия с огня добавьте очищенные от кожицы и слегка потушенные дольки помидоров. Добавьте в суп мелко нарубленный чеснок.

Перед подачей к столу заправьте сметаной и посыпьте рубленой зеленью.

«Весенний день»

Требуется: 200—250 г ветчины или колбасы, 350 г листьев молодой крапивы, 150 г лука-порея, 9—10 картофелин, 1/2 стакана пшена или ячневой крупы, 2 луковицы, 1 морковь, 4—5 яиц, 3 ст. л. жира, укроп, соль, 3 л воды.

Способ приготовления. В кипящую подсоленную воду положите промытую и ошпаренную крупу. Когда крупа будет почти готова, добавьте порезанный соломкой картофель. Через 10—15 мин положите в суп ошпаренные листья крапивы, нарезанный лук-порей, а еще через 5 мин посолите и добавьте обжаренные на жире нашинкованные лук и морковь, а также нарезанную кубиками ветчину. В готовый суп покрошите сваренные вкрутую яйца и свежую зелень. К столу подавайте с гренками или сухариками.

«Солнышко лесное»

Требуется: 1 банка говяжьей или свиной тушенки, 11—12 картофелин, 2 кг початков кукурузы, 2 луковицы, 1 корень сельдерея, 1 морковь, 4—5 яиц, 2 ст. л. сливочного масла, зелень петрушки, укропа, лавровый лист, соль.

Способ приготовления. В кипящую воду выложите тушенку, нарезанный соломкой картофель и снятые с початков зерна (использовать можно кукурузу только молочной спелости!). Морковь и сельдерей натрите на

крупной терке, обжарьте на жире вместе с мелко нарезанным луком и добавьте в суп. Перед подачей на стол посыпьте суп свежей рубленой зеленью и украсьте половинками сваренного вкрутую яйца.

«Пять минут»

Требуется: 1/2 банки любой тушенки, 400—500 г зелени (петрушки, укропа, лука, сельдерея), 2—3 яйца, соль.

Способ приготовления. В кипящую воду выложите тушенку, вскипятите, посолите, добавьте нарезанную зелень, взбитые яйца и через 10 мин снимите с огня. Подавайте к столу со сметаной и гренками из белого хлеба.

«Суп царя Гороха»

Требуется: 3 стакана гороха, 2 бульонных кубика, 2 моркови, 6—7 картофелин, 2 луковицы, 6—7 сосисок, 4 ст. л. растительного масла, 3 л воды, зелень петрушки или лука, лавровый лист, соль, перец.

Способ приготовления. Горох вымойте, залейте холодной водой, чтобы она его едва покрывала и варите на небольшом огне. Каждый раз, когда вода будет выкипать, заливайте горох холодной водой и так варите до готовности. Затем залейте готовую кашу 3 л воды и добавьте бульонные кубики, посолите, поперчите.

Когда вода закипит, добавьте порезанный соломкой картофель и варите до его готовности. Лук мелко порежьте, обжарьте в масле вместе с натертой на крупной терке морковью и выложите в суп, одновременно добавьте лавровый лист.

Перед подачей к столу посыпьте суп рубленой зеленью и в каждую тарелку положите предварительно отваренные сосиски.

«Суп из чужого улова»

Требуется: 1 банка консервов (желательно рыба в собственном соку или масле), 1 стакан риса, 7—8 картофелин, 1 морковь, 2 луковицы, 1 1/2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. жира, лук-порей, укроп, соль.

Способ приготовления. В кипящую воду выложите консервы и предварительно замоченный рис. Через 15 мин добавьте нарезанный соломкой картофель, посолите и варите до готовности. За 10 мин до снятия с огня добавьте нарезанную мелкой соломкой морковь и обжаренный с томатной пастой лук.

Перед подачей на стол посыпьте свежей рубленой зеленью.

«Красное море»

Требуется: 1 1/2 кг рыбы (желательно морской), 3 небольшие луковицы, 4 ст. л. муки, 5 зубчиков чеснока, 1 морковь, по 1 корню петрушки и сельдерея, 5 помидоров, 300 г зелени, 1/2 стакана сметаны, 4 ст. л. маргарина, лавровый лист, 9—11 горошин черного перца, 1 гвоздика, красный перец на кончике ножа, соль.

Способ приготовления. Рыбу очистите, удалите голову, кожу, хребет и разрежьте на куски. В 3 л воды положите рыбные отходы, добавьте лук, зелень, пряности

и варите примерно полчаса. Процедите бульон, положите в него подготовленные куски рыбы и варите на слабом огне до готовности рыбы. Добавьте нарезанные соломкой морковь, сельдерей, петрушку и поварите еще 15 мин.

В растопленном на сковороде маргарине обжарьте муку до золотистого цвета и влейте немного бульона. Полученной смесью заправьте бульон, добавьте помидоры, толченый чеснок, сметану, посолите и поперчите. В готовый суп положите отваренные куски рыбы, еще раз доведите до кипения, снимите с огня и настаивайте 7—10 мин, не снимая крышки. Разлитый по тарелкам суп посыпьте зеленью.

Если улов был особенно удачным, удивите своих друзей этим роскошным супом.

«Попурри»

Требуется: 1 1/2 кг рыбы разных сортов (сом, судак, лугарь, карп), несколько ершей, 2—3 луковицы, 1 корень петрушки, 3—4 стручка сладкого перца, 1/2 стакана пшена, 4 помидора, 4—4 1/2 л воды, лавровый лист, соль.

Способ приготовления. Рыбу хорошо почистите, порежьте на куски и натрите солью. Головы, внутренности, хвосты и мелкую рыбу залейте подсоленной водой вместе с луком и петрушкой, доведите до кипения и добавьте красный перец.

Когда лук разварится, бульон процедите и вылейте на подготовленные куски рыбы. Туда же всыпьте хорошо промытое пшено, положите нарезанный колечками стручковый перец и кружочки помидоров. Варите суп 30—40 мин, встряхивая кастрюлю, чтобы рыба не разварилась.

Готовый суп украсьте колечками перца и кружочками помидоров.

Подмосковные вечера

Требуется: 1—1 1/2 кг рыбного филе (щуки, окуня, налима, леща), 1/2 — 1 кг мелкой рыбы (ершей, окуней), 9—12 картофелин, 5—6 ст. л. зеленого горошка, 2 корня петрушки, 1 морковь, 1 большая луковица, 7 горошин черного перца, зелень укропа и петрушки, лавровый лист, соль.

Способ приготовления. Мелкую рыбу вымойте, выпотрошите, залейте водой, добавьте перец, коренья, лук, лавровый лист и варите, пока рыба не разварится. Затем бульон процедите, положите в него куски очищенного от кожи и костей рыбного филе, порезанный дольками картофель, посолите и варите до готовности рыбы. За 15—20 мин до снятия с огня добавьте зеленый горошек. Перед подачей посыпьте уху свежей рубленой зеленью.





Глава 2 Горячие блюда

«Под южным солнцем»

Требуется: 700—900 г свинины, 6 стаканов риса, 4 большие моркови, 5—6 луковиц, 8 зубчиков чеснока, 5 ст. л. жира, 1 ч. л. кориандра, черный молотый перец, красный перец (на кончике ножа), соль.

Способ приготовления. Мясо нарежьте небольшими кусочками, обжарьте в жире с мелко нарезанным луком и натертой на крупной терке морковью, посолите, добавьте специи и измельченный чеснок. Рис переберите, вымойте, залейте 12 стаканами воды, посолите и поставьте на огонь. Через 15—20 мин выложите в рис мясо, перемешайте и варите до готовности.

К столу подавайте со свежей зеленью, помидорами и огурцами (зелень и овощи на отдельном блюде).

Жаркое

Требуется: 1 кг свинины, по 1 корню сельдерея и петрушки, 1 морковь, 2—3 луковицы, 200 г грибов, 5—6 помидоров или 3 ст. л. то-

мата-пюре, 4 ст. л. жира, 4 ст. л. сливочного масла, зелень петрушки и укропа, соль, перец.

Способ приготовления. Мясо обжарьте в жире вместе с нарезанным луком, залейте небольшим количеством воды, добавьте мелко порезанные корни, посолите, поперчите и тушите на небольшом огне.

Грибы вымойте, мелко порежьте, обжарьте на сливочном масле и положите в жаркое. Одновременно добавьте нарезанные кружочками помидоры или томат-пюре.

Перед подачей на стол посыпьте жаркое рубленой зеленью и украсьте кружочками помидоров.

«Охотничье счастье»

Требуется: на 1 кг мяса косули — 4 луковицы, 5—6 картофелин, зелень укропа, петрушки или лука, перец, соль.

Способ приготовления. В большую кастрюлю или глубокий котелок уложите мясо и овощи в следующем порядке: слой порезанного небольшими кусочками мяса, слой колец лука, посолите, поперчите и положите сверху слой долек картофеля. Продолжайте укладывать овощи и мясо в той же последовательности, пока емкость не заполнится. Налейте воды вровень с верхним слоем картофеля и поставьте на огонь. Тушите жаркое на небольшом огне до готовности мяса. К столу подавайте со свежей зеленью.

«Богатырь»

Требуется: 3 стакана гречневой крупы, 300 г копченой свинины, 5 яиц, 2 луковицы,

1 ст. л. томата-пюре, 4 ст. л. жира, 4 ст. л. сливочного масла, 6 стаканов воды, перец, соль.

Способ приготовления. Гречневую крупу переберите, вымойте, слегка поджарьте на сковороде, залейте водой, посолите, сварите кашу и заправьте ее маслом. Мясо нарежьте небольшими кусочками, посолите, поперчите, обжарьте в жире вместе с мелко нарезанным луком, томатом и выложите в кашу. Туда же покрошите сваренные вкрутую яйца и все перемешайте.

Рагу «Кукареку»

Требуется: 4 куриные ножки, 200 г лука, чеснок, сельдерей, 1 банка консервированных бобов, 100 г бекона, оливковое масло, копченая колбаса, соль, перец.

Способ приготовления. Неизменной частью этого рагу являются куриные ножки. Порежьте на кусочки мясо четырех ножек и на время забудьте о них. В большую емкость сложите 2—3 нашинкованные луковицы, выдавленный зубчик чеснока, несколько мелко нарезанных перышек сельдерея. Для вкуса необходимо добавить кусочки бекона (не более 100 г). Все перемешайте, залейте ложкой растительного масла, предпочтительнее оливкового. Поместите в печь на 3 мин. Не забудьте помешать (хотя бы раз). Затем добавьте в рагу вкус бобов (из консервированной банки, примерно 400 г, без маринада). Если вы приверженец ароматных блюд, добавьте в рагу куриный кубик, разведенный в стакане кипящей воды.

Вернемся к куриным ножкам: кусочки соедините с основной массой, закройте специальной крышкой (с отверстием). Так как вы готовите настоящее рагу, то

необходимо разнообразить его мясной состав. В течение 10 мин, пока готовится рагу, выберите 200 г любимой колбасы, например салями, разрежьте колбасу на порционные кусочки. Каждый из кусочков надрежьте и уложите на рагу без крышки. Перед этим не забудьте посолить.

Выложите рагу на свежие листья салата и дополните хрустящими тостами.

«Буренка»

Требуется: 700—800 г говяжьего фарша, чеснок, лук, сельдерей, 2 яйца, 4 ст. л. томатной пасты, 100 г хлебных крошек, смесь трав, соль, перец.

Способ приготовления. В небольшой кастрюле смешайте тонко порезанную луковицу, сельдерей, выжатый с помощью чеснокодавилки зубчик чеснока и 1 ст. л. растительного масла, которому вы отдаете предпочтение. Поставьте в печь на 2 мин (средний режим), ожидается, что за это время смесь станет мягкой.

В большой кастрюле соедините 2 яйца, полстакана томатной пасты, крошки 2 поперечных срезов хлеба (100 г) и все травы-специи, которых вам не жалко. Сюда же внесите содержимое маленькой кастрюли и 500—800 г фарша из говядины без жира. Если хотите посолить — солите, хорошенько перемешайте.

Почти готовый завтрак выложите в круглую форму, смесь придавите руками. Выпекайте 15—20 мин, затем, не вынимая из печи, дайте 5 мин постоять. За это время подготовьте ваш любимый салат или соус, порежьте зелень, засыпьте ею блюдо, на которое выложите «Буренку».

Можете приготовить к блюду томатный соус. Этот соус может долго храниться в холодильнике.

Измельчите 1/2 кг свежих помидоров, крупную луковицу, чеснок (если вы любитель острого). В большую кастрюлю налейте ложку растительного масла и смешайте с овощами. Накройте специальной крышкой и готовьте 5 мин. Если готовые помидоры кажутся вам недостаточно яркими, добавьте томатную пасту. В небольшой чашечке смешайте 1 ст. л. винного уксуса, 1 ч. л. сахара, соль по вкусу, перец черный, перец горошком, гвоздику (3—4 шт.), кориандр, тмин, свежие или сушеные порезанные травы (базилик, эстрагон и др.).

Пряную смесь внесите в помидоры, перемешайте и тушите под крышкой 10 мин, хотя все зависит от лука: чем мельче лук, тем меньше ожидание.

«Русский завтрак»

Требуется: 1 кг мяса, 1 луковица, 200 г моркови, растительное масло, 3 ст. л. муки, 2 ч. л. сухих трав, уксус, ворчестерширский соус, 1 кубик сухого бульона.

Способ приготовления. Возьмите вместительную кастрюльку (2 л) и покрошите туда большую луковицу, 3—4 морковки, порезанных кружочками, сельдерей. Налейте 1 ст. л. горчичного, хотя можно и любого, растительного масла. Поставьте под крышкой в печь на 5 мин (содержимое кастрюли станет мягким).

Чтобы не тратить силы и время на мытье посуды, возьмите чистый полиэтиленовый пакет и смешайте в нем кубики мяса, нарезанные из 1 кг, перетертые в руке травы и приправы (1 ч. л. + 1 ч. л.), 3 ст. л. муки. Пакетик потрясите, чтобы хорошо перемешалось.

Содержимое пакета выложите в кастрюлю. Для скорейшего поедания завтрака в кастрюлю добавьте 1 1/2 стакана свежего бульона из кубика, 2 ст. л. винного уксуса,

смешанного с 1 ст. л. ворчестерширского соуса. Все тщательно перемешайте и тушите на большой мощности 5 мин, перемешайте и готовьте еще 20 мин на средней мощности.

Завтрак должен настояться 10 мин.

Фаршированный болгарский перец

Требуется: 1 кг зеленого сладкого болгарского перца, 500 г мяса, 50 г риса, 50 г гречневой крупы, 1 луковица, 2 помидора, 1 стакан сметаны, соль, молотый перец, зелень петрушки, укропа, растительное масло.

Способ приготовления. Мясо пропустите через мясорубку, обжарьте на сковороде с растительным маслом, добавьте мелко нарезанные лук, помидоры. В отдельных кастрюлях сварите рис и гречневую крупу. Затем все перечисленные компоненты смешайте.

Перец помойте, обрежьте верхушки и очистите от семян. Фарш посолите, поперчите и наполните им перец. Уложите перец в кастрюлю, добавьте масло, полейте сметаной и тушите 20—25 мин. Подавайте блюдо посыпанным зеленью, в горячем или холодном виде.

Запеченная рыба «Золотое дно»

Требуется: 500 г любого рыбного филе, 1 луковица, 1 ст. л. лимонного сока, 1 луковица, 150 г майонеза, 2 ст. л. тертого сыра, 2 ст. л. консервированной кукурузы, соль, растительное масло.

Способ приготовления. Рыбное филе нарежьте кусочками, обваляйте в муке, обжарьте на растительном

масле. Выложите рыбу на смазанный маслом противень, добавьте кукурузу, сверху уложите кольца лука, полейте лимонным соком, майонезом, посыпьте сыром. Выпекайте в хорошо разогретой духовке около 20 мин до золотистого цвета.

Английский ростбиф

Требуется: 500 г говяжьей вырезки, 2 ст. л. муки, 2 ст. л. масла или жира.

Для маринада: 3 ст. л. растительного масла, корень петрушки или сельдерея, 2—3 шт. лаврового листа, 1 ч. л. укропа, 2—3 зубчика чеснока, 1/4 ч. л. уксуса, черный перец, соль, сахар.

Способ приготовления. Корень петрушки натрите на терке, чеснок измельчите, все компоненты для маринада смешайте и залейте вырезку, поставьте в холодильник на 8—10 ч. Затем вырезку обваляйте в муке, жарьте в кипящем жире с обеих сторон так, чтобы мясо внутри осталось розовым и при протыкании из него вытекал сок

Разрежьте ростбиф на порции и сразу же подавайте на стол.

Говядина, тушенная с помидорами

Требуется: 1 кг говядины, 2 ст. л. жира, 2 луковицы, 1 морковь, 3—4 зубчика чеснока, 300 г помидоров, 1 стакан сметаны, перец, соль, хмели-сунели.

Способ приготовления. Говядину нарежьте кусочками, обжарьте в кипящем жире, затем выложите в котелок, добавьте нарезанные лук, морковь, чеснок, залейте сметаной, смешанной с водой, и тушите в духовке.

За 10—15 мин до готовности добавьте нарезанные помидоры и специи. Тушеную говядину посыпьте зеленью и подавайте.

Пельмени в омлете

Требуется: 2 стакана муки, 1/2 стакана воды, 4 яйца, 200 г мясного фарша, 2 ст. л. грибов, 1/2 л молока, соль.

Способ приготовления. Из муки, воды и 1 яйца замесите крутое тесто. Грибы отварите в подсоленной воде, нарежьте и смешайте с мясным фаршем. Тесто раскатайте, вырежьте стаканом кружочки, на середину каждого положите начинку из мясного фарша и грибов, соедините края кружочков, выложите пельмени на поднос и поставьте на полчаса в холодильник. Варите пельмени в кипящей подсоленной воде около 10 мин. Оставшиеся 3 яйца взбейте с молоком и поджарьте омлет, затем разрежьте его на тонкие полоски в виде лапши.

Готовые пельмени выложите в керамическую глубокую посуду, добавьте кусочек сливочного масла, сверху посыпьте полосками омлета.

Бифштекс «Кровавый Джек»

Требуется: 600—700 г говядины, 5 помидоров, 1/2 стакана сухого красного вина, 2 крупные луковицы, перец, соль.

Способ приготовления. Мясо нарежьте ломтиками толщиной 2 см, длиной 6—7 см, хорошенько отбейте, посолите и поперчите. Из алюминиевой фольги сделайте тарелочки по размеру бифштексов, уложите туда подготовленное мясо, полейте его красным вином, сверху

положите кружочек лука и кружочек помидора. Тарелочки плотно закройте фольгой и поместите в духовку, через 15—20 мин «Кровавый Джек» готов. К столу подавайте с красным вином.

Мясное ассорти

Требуется: 200 г колбасы, 200 г ветчины, 200 г копченого мяса, 6—7 помидоров, 4 луковицы.

Способ приготовления. Колбасу, ветчину и мясо нарежьте одинаковыми небольшими кусочками, наденьте на шампуры или ветки, чередуя с дольками помидоров и кольцами лука, и поджаривайте 10—15 мин.

«Холостяцкая пирушка»

Требуется: 500 г вареной колбасы, 200 г ветчины, 10 яиц, 5 помидоров, 100 г сыра, 4 ст. л. жира, зелень петрушки и укропа, соль.

Способ приготовления. Колбасу нарежьте небольшими кусочками и обжарьте в жире вместе с кружочками помидоров. Когда колбаса подрумянится, в эту же сковороду разбейте яйца, посолите и жарьте до готовности. Горячую яичницу посыпьте тертым сыром.

Перед подачей на стол посыпьте готовое блюдо мелко порезанной зеленью и ветчиной.

Рагу «Летний обед»

Требуется: 300 г баранины без костей, 2 луковицы, 3 моркови, 3 средних помидора, 400 г картофеля, 2 ст. л. зеленого горошка,

2 ст. л. фасоли, 1 небольшой кабачок, 200 г цветной капусты, 3 ст. л. растительного масла, 2 лавровых листа, соль, перец, вода.

Способ приготовления. Мясо порежьте на кусочки, обжарьте на сковороде. Овощи очистите, нарежьте небольшими кусочками, выложите их с мясом в котелок, добавьте горошек, фасоль, соль, специи и немного воды.

Тушите около 20 мин, подавайте в горячем виде.

«Завтрак ковбоя»

Требуется: 150—200 г бекона, 5—6 яиц, 1/2 стакана молока, перец, 3 ст. л. жира, зелень лука или укропа, соль.

Способ приготовления. Поставьте сковороду на горящие угли, растопите в ней жир и обжарьте нарезанный брусочками бекон. Яйца как следует взбейте, добавьте молоко, посолите, поперчите, взбивайте еще 2—3 мин, а затем вылейте в сковороду с обжаренным беконом. Когда омлет будет готов, разложите его по тарелкам и обильно посыпьте рубленой зеленью.





Глава 3 Мясные салаты

Мясной салат со спагетти

Требуется: 70—80 г спагетти, небольшой вилочек свежей белокочанной капусты, 150—200 г говядины, 2 морковки средних размеров, соль и сахар по вкусу, пучок петрушки.

Для заправки: 50 г сливочного масла, яйцо, 4 ст. л. пшеничной муки, по 1/3 стакана молока (70—80 г) и сметаны, по 2 ч. л. уксуса и сахара, 1 ст. л. горчицы столовой, соль и черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Залейте мясо водой на 2—3 см от краев и поставьте вариться в подсоленной по вкусу воде до готовности. Капусту нашинкуйте, посолите и посыпьте сахаром. После этого на некоторое время оставьте капусту и дождитесь, пока она даст сок.

Отварите в подсоленной воде спагетти, промойте их в проточной воде. Когда спагетти будут готовы, сварите морковь. Теперь, когда все ингредиенты готовы, порежьте мясо не очень крупными кусочками, а затем морковь. Смешайте все с капустой, предварительно отжав ее.

Для заправки положите масло на сковороду и дождитесь, пока оно растопится. Туда же добавьте муку и влейте

молоко, осторожно помешивая смесь. Подождите, пока смесь не загустеет, а потом вбейте туда же яйцо и добавьте специи — соль, горчицу и перец. Смешайте уксус с сахаром и залейте эту смесь в готовящийся соус. Все хорошо перемешайте и подержите на огне в течение 10—15 мин. Готовую заправку остудите и добавьте в нее сметану.

Залейте заправкой салат и все перемешайте. Украсьте зеленью петрушки.

Салат из тушеной говядины

Требуется: по 250 г тушеной говядины и картофеля, 4 яйца, по 100 г фасоли и зеленой груши, соль, 200 г сметаны, 2 лимона, зелень петрушки.

Способ приготовления. Говядину порежьте мелкими кубиками. Отварите картофель, яйца. Картофель порежьте соломкой. Яйца измельчите. Соедините мясо, картофель и яйца, посолите их. Фасоль отварите в соленой воде, откиньте на сито и дайте воде стечь, добавьте к остальным продуктам.

Груши без кожуры измельчите, засыпьте в отдельную посуду и залейте соком лимона. Сюда же добавьте охлажденную сметану и хорошенько размешайте. Лишь после этого введите полученную смесь в остальные продукты и все перемешайте.

Уложите салат горкой на блюдо. Петрушку измельчите. Посыпьте ею салат.

Салат из дичи с яблоками

Требуется: 200 г отварного филе дичи, 2 яблока, апельсин, 4 ст. л. майонеза, долька лимона.

Способ приготовления. Яблоки и апельсин очистите от кожицы и семян, нарежьте ломтиками. Филе нарежьте кубиками, смешайте с яблоками, апельсином и заправьте майонезом.

Салат из мяса индейки

Требуется: 300 г мяса индейки, 3 вареные картофелины, яйца, помидора и свежих кисло-сладких яблока, по 100 г листового салата и винограда, 1/2 пучка редиски, банка майонеза, соль, белый перец, 2 ст. л. сливочного масла, 3 ч. л. жареных кунжутных семечек.

Способ приготовления. Мясо индейки обжарьте на сливочном масле, остудите и нарежьте ломтиками. Картофель и яйца порубите не очень мелко, яблоки и редис порежьте соломкой, салат руками разорвите на кусочки. Виноград разрежьте пополам, удалите косточки. Подготовленные продукты посолите и перемешайте с майонезом. Положите в салатницу аккуратной горкой и посыпьте крупно помолотым белым перцем и кунжутными семечками.

Салат из куриного мяса и сыра

Требуется: 300 г куриного мяса, 200 г сыра (грюйер или маасдам, потому что он достаточно острый, плотный и хорошо режется ножом), пучок листового салата, 3 яйца, 100 г зеленого горошка, маленькая упаковка крабовых палочек, 3 ст. л. сладкой консервированной кукурузы, стебель лука-порея, 1/2 банки майонеза, соль.

Способ приготовления. Куриное мясо и сыр порежьте соломкой, яйца и крабовые палочки порубите. Порей нарежьте колечками. Перемешайте эти компоненты с кукурузой и зеленым горошком, посолите и заправьте майонезом. Дно блюда выстелите листьями салата и выложите на них готовый салат.

Салат из жаркого и фасоли

Требуется: 400 г жаркого, по 300 г стручковой фасоли и мясистых помидоров, 3 луковицы, 2 яйца, соль, 2 кусочка сахара, острый соус «Табаско», 50 г сливочного масла, 100 г сливок, желток яйца.

Способ приготовления. Фасоль порежьте кусочками, отварите, добавив сахар, и обжарьте на сливочном масле. Лук порежьте полукольцами и тоже обжарьте на сливочном масле до прозрачности. Жаркое нарежьте полосками, помидоры очистите от шкурки и порежьте ломтиками. Яйца мелко порубите. Сливки смешайте с желтком, доведите до кипения и на маленьком огне уваривайте до загустения, добавив 8—10 капель «Табаско» (будьте осторожны, соус чрезвычайно жгучий). Подготовленные продукты перемешайте, залейте получившимся соусом.

Салат из индейки с рисом

Требуется: по 250 г филе индейки и майонеза, 200 г риса, по 100 г зеленого горошка и чернослива, 4 яйца, 2 лимона, соль, перец.

Способ приготовления. Филе индейки отварите в большом количестве подсоленной воды. Дайте немно-

го остыть и порежьте тонкими ломтиками. Рис промойте, залейте холодной водой и варите до готовности. Откиньте его на мелкое сито, дайте стечь воде. Затем смешайте рис и нарезанное мясо.

Чернослив залейте кипятком, поставьте на медленный огонь и кипятите 3 мин. Охладите и удалите косточки. Чернослив измельчите и добавьте к приготовленной массе. Яйца мелко изрубите. Зеленый горошек откиньте на сито. Добавьте яйца и горошек к общей массе.

Из лимонов выжмите сок и введите его в майонез, перемешайте. Заправьте салат майонезом, тщательно перемешайте до однородности. Украсьте несколькими горошинами и ягодами чернослива.

Салат из телячьего языка

Требуется: 300 г телячьего языка, 200 г картофеля, 100 г зеленого горошка, 4 яйца, соль, перец, 2 головки лука.

Для соуса: 2 яйца, 1 ч. л. сахара, соль, 70 г растительного масла, 2 ст. л. молока.

Способ приготовления. Язык отварите, под струей холодной воды очистите. Немного охладите и нарежьте тонкими ломтиками. Картофель отварите до средней степени готовности, порежьте кубиками. Смешайте язык с картофелем в отдельной посуде, добавьте горошек.

Яйца отварите, нарежьте кубиками и перемешайте с основной массой. Лук порежьте тонкими полукольцами. Добавьте в салат лук, посолите по вкусу и всыпьте красного или черного перца.

Для соуса охлажденные яйца взбейте в белую пену вручную или в миксере с солью и сахаром. Влейте в соус молоко и еще раз хорошенько взбейте. В завершение

введите растительное масло и размешайте соус еще раз.

Салат заправьте оригинальным соусом и хорошо перемешайте. Перед подачей украсьте зеленью.

Салат из телячьих почек и маринованных огурцов

Требуется: 200 г телячьих почек, луковича среднего размера, 3—4 картофелины, 3 маринованных огурца, свекла, соль и перец по вкусу, 30 г жира для жарки, майонез.

Способ приготовления. Растопите на раскаленной сковороде жир и обжарьте в нем подготовленные почки до появления золотистой корочки, затем накройте крышкой и тушите до готовности. Сварите картофель в подсоленной воде до готовности, порежьте мелкими кубиками. Лук нашинкуйте крупными кольцами и замочите в слабом растворе уксуса, чтобы он перестал горчить и приобрел приятный кисловатый вкус.

Отварите свеклу в соленой воде и порежьте мелко, как и картофель, смешайте их с мелко нарезанными маринованными огурцами, отложите на 20 мин, чтобы смесь пропиталась собственным соком. Затем все компоненты смешайте, посолите и заправьте майонезом. Чтобы салат стал поистине необыкновенным по вкусу, поставьте его в холодное место на 2—3 ч.

Салат можете есть как самостоятельное блюдо или как прекрасное дополнение к горячим и холодным закускам.

Салат из свиной вырезки

Требуется: 400 г свиной вырезки, по 200 г сырой свеклы и моркови, 4 луковички, олив-

ковое масло, 1/2 стручка желтого или красного жгучего перца, зелень сельдерея и петрушки, столовый уксус, соевый соус, 1 ч. л. сахара, соль.

Способ приготовления. Свиную вырезку нарежьте тонкими полосками, посолите и быстро обжарьте в оливковом масле на сильном огне. Снимите с огня, добавьте сахар и перемешайте. Лук нарежьте и тоже обжарьте на оливковом масле до прозрачности. Морковь и свеклу натрите на крупной терке, перемешайте и введите соевый соус. Жгучий перец нарежьте тончайшими полосками и смешайте со свиной, зелень порубите. Все соедините, заправьте уксусом.

Салат из телячьих почек и капусты

Требуется: 300 г телячьих почек, 3—4 картофелины, небольшой кочан капусты, по 2 яблока и апельсина, 30 г жира для жарки, соль, гранат, майонез по вкусу.

Способ приготовления. Сварите телячьи почки в подсоленной воде и откиньте их на дуршлаг, чтобы стекла вода. В это время сварите картофель. Мелко нашинкуйте капусту, тщательно помните ее с солью и оставьте на полчаса, чтобы она дала сок. Далее добавьте к этой смеси порезанный кубиками картофель и зернышки граната, перемешайте.

Готовые почки порежьте небольшими кусочками и обжарьте в жире до появления золотистой корочки. Смешайте с приготовленной уже капустой. Очищенные фрукты порежьте небольшими дольками и также положите в салат. Посолите, поперчите, заправьте майонезом и сразу подавайте к столу.

Салат из говяжьих почек «Хуторской»

Требуется: 400 г говяжьих почек, 5 картофеля, 2 крупных соленых огурца, 2 луковицы, морковь, 20 г растительного масла, соль, зелень сельдерея и базилика.

Способ приготовления. Подготовленные почки поставьте на огонь. Когда вода закипит, слейте ее и залейте новой, предварительно еще раз сполоснув почки. Варите до тех пор, пока они не станут мягкими. В это время обжарьте мелко нашинкованную морковь и лук на растительном масле и залейте мясным бульоном, поставьте на огонь. Через 15 мин положите туда нарезанный соломкой картофель и соленые огурцы, отварите все вместе. Можете за несколько минут до готовности влить в воду немного рассола, чтобы бульон стал поострее.

К столу рассольник подавайте с мелко нарезанной зеленью и положите в тарелку почки, заправленные сметаной.

Салат из куриных почек

Требуется: 400 г куриных почек, по 2 картофелины среднего размера и моркови, 3 яйца, 70 г вермишели, болгарский перец, 1/2 лимона, 2 ст. л. топленого масла, луковица, соль, лавровый лист, перец по вкусу.

Способ приготовления. Обработайте куриные почки, отварите их, поменяв воду, как только она вскипит. Пока варятся почки, взбейте вместе с мукой яйца и поджарьте их на сковороде на топленом масле. Как только почки сварятся, выньте их из кастрюли и порежьте на мелкие кусочки, чтобы потом подать к столу. В кипя-

ший бульон положите нарезанную соломкой морковь, болгарский перец, лук и порезанный брусками картофель. Через 7 мин всыпьте вермишель и все варите до готовности. За несколько минут до готовности выжмите из половинки лимона сок, посолите, поперчите и положите лавровый лист.

Перед подачей к столу положите в тарелку несколько кусочков почек, можете посыпать зеленью петрушки или укропа, заправьте сметаной.

Салат из говядины и овощей

Требуется: 300 г говядины, 3—4 картофелины, 2—3 некрупных маринованных огурца, по пучку лука-порея и укропа, 2 головки репчатого лука, по 3 свежих помидора и яйца.

Для заправки: 120—150 г сливочного масла, 3 яйца, по 1 стакану молока и сахара, 2 ч. л. уксуса, соль и черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Сварите мясо, предварительно освободив его от пленок. Отварите картофель в подсоленной по вкусу воде, остудите его и порежьте на кусочки средней величины. Затем порежьте вареное мясо и смешайте его с картошкой, добавьте порезанные кружочками маринованные огурцы и помидоры. Все тщательно перемешайте.

Растопленное сливочное масло смешайте с молоком, вбейте яйца. Поставьте на слабый огонь и, периодически помешивая, доведите массу до консистенции густой сметаны. Затем введите в загустевшую массу сахар, соль, перец и уксус. Залейте готовой заправкой салат, а сверху посыпьте мелко порезанной зеленью — луком и укропом.

Салат «Цыпленок жареный»

Требуется: 400—500 г куриного мяса, 2 яйца, 150—200 г сметаны, 2—3 свежих огурца, 2 пучка лука-порея, соль, черный молотый перец и горчица по вкусу.

Способ приготовления. Обработанную курицу подсушите, посолите и поперчите. Поставьте жариться в духовой шкаф до готовности. Сварите вкрутую яйца, порубите. Порежьте жареное куриное мясо, огурцы и смешайте все с рублеными яйцами. Затем введите специи: горчицу, перец и соль, все перемешайте, заправьте сметаной.

Украсьте салат мелко порезанным луком-пореем.

Салат из курицы с черносливом

Требуется: курица, 300 г чернослива, 2—3 луковицы, 200 г майонеза, перец, соль.

Способ приготовления. Отварите курицу в слегка подсоленной воде. Чернослив освободите от косточек и замочите в теплой воде на 2—3 ч. Лук порежьте тонкими кольцами и ошпарьте кипятком несколько раз. Когда сварится курица, мясо отделите от костей и порежьте на кусочки средней величины. Чернослив нарежьте кусочками такого же размера, как и мясо. В небольшую глубокую салатницу укладывайте составляющие салата слоями: слой курицы, слой чернослива, слой лука. Обильно полейте майонезом. Затем уложите еще несколько слоев в том же порядке. Не забудьте посолить и поперчить каждый из слоев. Последний слой обильно полейте оставшимся майонезом и украсьте половинками чернослива.

Салат из копченого мяса, картофеля и грибов

Требуется: по 200 г копченого мяса и картофеля, 4 яйца, 250 г соленых шампиньонов, 100 г яблок, соль, душистый перец.

Для соуса: 200 г сметаны, по 2 ст. л. коньяка и лимонного сока, 1 ч. л. сахарной пудры, соль, 1 ст. л. мускатного ореха.

Способ приготовления. Копченое мясо порежьте тонкой соломкой. Отварите картофель и яйца, порежьте кубиками. Яблоки очистите от кожуры и измельчите. Все смешайте. Добавьте к полученной массе измельченные шампиньоны. Посолите и поперчите по вкусу.

Для соуса охлажденную сметану взбейте с сахарной пудрой и солью, постепенно введите коньяк и лимонный сок. Засыпьте измельченный мускатный орех, перемешайте.

Влейте коньячный соус в салат, перемешайте, украсьте грибочками и яблоками.

Мясной салат «Охотничий»

Требуется: 300 г филе птицы, корень сельдерея, 100 г белых грибов или шампиньонов, 1 ст. л. консервированных каперсов, 30 г сыра, 125 г майонеза, помидор, соль.

Способ приготовления. Для этого салата подойдет любая крупная птица: фазан, глухарь, тетерев или даже курица. Птицу отварите, отделите филе и нарежьте его соломкой. Нарежьте сельдерей и вареные грибы. Соедините все с каперсами, тертым сыром, солью, перцем и заправьте майонезом. Салат украсьте тонко нарезанными ломтиками помидоров.

Салат из свинины и картофеля

Требуется: по 200 г свинины и картофеля, 100 г зеленого горошка, 4 яйца, соль, перец, 2 ч. л. уксуса, 250 г майонеза, 1/2 стакана воды.

Способ приготовления. Мякоть свинины нарежьте маленькими кубиками. Уксус разбавьте в воде, залейте им мясо и поставьте на 20 мин на холод. Когда оно приобретет белый цвет, слейте уксусный раствор и добавьте зеленый горошек. Порежьте кубиками предварительно отваренные яйца и картофель, смешайте все компоненты, посолите, поперчите салат по вкусу, заправьте майонезом.

«Оливье»

Требуется: 300 г отварного картофеля, по 200 г белого куриного мяса, отварной свинины, телячьего языка и копченой ветчины, 250 г маринованных шампиньонов, 100 г маринованных огурчиков, 2 яйца, соль.

Для соуса «Провансаль»: 4 сырых яичных желтка, 2 ч. л. сахарной пудры, 100 г рафинированного растительного масла, 2 ч. л. мелкой соли, сок 1/2 лимона.

Способ приготовления. Картофель, яйца и различные сорта мяса порубите мелкими кубиками. Огурцы нарежьте соломкой, а шампиньоны — ломтиками. Перемешайте и посолите по вкусу. Приготовьте соус «Провансаль». Для этого желтки охладите и разотрите с солью и сахарной пудрой. Можно использовать миксер. Вылейте смесь в посуду с высокими стенками, добавьте лимонный сок и взбивайте на средней скорости, вливая

растительное масло очень тонкой стружкой. Поставьте посуду на лед и взбивайте на высокой скорости 1 — 2 мин. Этим соусом заправьте салат.

Салат из филе цыпленка и картофеля

Требуется: по 250 г филе цыпленка и майонеза, 70 г вареных грибов, 200 г картофеля, 4 яйца, 50 г соленых огурцов, 5 г горчицы, соль, перец, 30 г корня сельдерея.

Способ приготовления. Отварите филе цыпленка, охладите и мелко порежьте. Промытые и очищенные корни сельдерея порежьте соломкой, вареные грибы — ломтиками, а отваренные яйца и соленые огурцы — небольшими кубиками.

Смешайте все компоненты, посолите и поперчите. Заправьте всю массу майонезом, предварительно взбитым с горчицей.

Салат из копченой курицы и помидоров

Требуется: 200 г копченой курицы, по 150 г отварного мяса и некрупных мясистых помидоров, 100 г свежих огурцов, по 50 г зеленого горошка и сладкого болгарского перца, 2 яйца, сиреневая красnodарская луковица, 1/2 банки майонеза, пучок листового салата, по 30 г маринованных маслинок для украшения и тертого сыра пармезан.

Способ приготовления. Копченое мясо курицы, отварное мясо и свежие огурцы нарежьте соломкой. Сладкий перец очистите от зернышек и порежьте кубиками. Яйца мелко порубите, помидоры порежьте ломтиками,

а лук — тонкими колечками. Все соедините, заправьте майонезом и тщательно перемешайте. На дно блюда уложите листья салата, выложите горкой салат. Посыпьте сыром пармезан и украсьте маслинами.

Мясной салат с картофелем и огурцами

Требуется: 400 г вареного мяса, птицы или колбасы, 4 вареные картофелины, по 3 маринованных огурца и яйца, 100 г зеленого горошка, вареная морковь, банка майонеза, соль, зелень.

Способ приготовления. Все компоненты салата порубите как можно мельче, посолите, добавьте майонез и тщательно перемешайте. Выложите в салатницу и украсьте рубленой зеленью.

Салат из копченого мяса и картофеля

Требуется: 200 г копченого мяса, 5—6 очень крупных картофелин, 4 маринованных или соленых огурчика, 3 яйца, 50—70 г (V, банки) майонеза, соль, черный молотый перец по вкусу, укроп и лук-порей.

Способ приготовления. Сварите вкрутую яйца, а картофель — до готовности в подсоленной по вкусу воде. Остудите яйца и картофель, измельчите их. Порежьте копченое мясо кубиками, смешайте его с картошкой и яйцами, добавьте туда же порезанные тонкими кружочками маринованные огурцы. Теперь тщательно все перемешайте, посолите, поперчите и полейте майонезом. Сверху салат украсьте мелко порезанной зеленью — луком и укропом.

Салат из куриного мяса и белых грибов

Требуется: 300 г белого куриного мяса, 200 г отварных белых грибов, 3 яйца, 100 г зеленого горошка, свежий огурчик, 2 вареные картофелины, соль, 1/2 банки майонеза, зелень.

Способ приготовления. Отварное куриное мясо и грибы нарежьте соломкой, картофель и яйца мелко порубите. С огурца срежьте шкурку и порежьте его тонкими ломтиками. Соедините все компоненты, посолите и заправьте майонезом. Выложите горкой в салатницу, украсьте зеленью, а по окружности аккуратно разложите зеленый горошек.

Салат из филе цыпленка

Требуется: 300 г отварного филе цыпленка, 200 г вареных белых грибов, 100 г маринованных огурчиков, 150 г корневого сельдерея, 1/2 банки майонеза, 20 г размолотых грецких орехов, соль, несколько листочков мяты для украшения.

Способ приготовления. Филе цыпленка, огурцы и сельдерей нарежьте тонкой соломкой, а грибы — ломтиками. Добавьте грецкие орехи, посолите по вкусу, заправьте майонезом и тщательно перемешайте. Подавайте, украсив листочками мяты.

Салат «Печеночный»

Требуется: по 200 г печени и картофеля, 2 головки лука, 5 яиц, соль, перец, 250 г майонеза, 2 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления. Замочите печень на 2—3 ч в молоке, не солите ее. Пожарьте в растительном масле. Когда она остынет, порежьте ее тонкой соломкой. Яйца и картофель отварите, нарежьте соломкой и перемешайте. Добавьте к салату лук, соль и перец по вкусу, заправьте все майонезом.

Салат из куриного мяса и кукурузы

Требуется: 250 г белого куриного мяса, 1 стакан риса, 50 г растительного масла, помидор, 100 г сладкой консервированной кукурузы.

Способ приготовления. Слегка обжарьте рис вместе с куриным филе в течение 5 мин. Поставьте варить до готовности. Помидоры порежьте кружочками и смешайте их с кукурузой и куриным филе. Когда рис будет готов, соедините его с овощами и можете подавать к столу.

Салат из говядины и свинины

Требуется: 250 г отварной говядины или нежирной свинины, по 2 огурца и помидора, 200 г картофеля, лук, зелень, майонез, специи.

Способ приготовления. Отварное мясо и картофель порежьте небольшими кусочками и переложите в салатницу. Добавьте порезанные огурцы, помидоры, лук, зелень, приправьте специями, заправьте майонезом.

Салат из говядины и молодого картофеля

Требуется: по 250 г отварной говядины и молодого картофеля, по 100 г огурцов све-

жего посола, белой фасоли и репы, 4 яйца, зеленый лук, зелень сельдерея, петрушка, кориандр, 200 г сметаны, 20 г горчицы, соль.

Способ приготовления. Отваренную говядину без костей измельчите. Сварите молодой картофель в кожуре, порежьте соломкой и смешайте с мясом.

Малосольные огурцы немного обсушите и порежьте небольшими кубиками. Фасоль отварите в соленой воде, откиньте на дуршлаг. Репу порежьте тонкой соломкой. Зелень измельчите. Добавьте порезанные овощи и зелень к остальным продуктам. Затем измельчите вареные яйца и соедините с общей массой.

Горчицу смешайте с холодной сметаной. Этим соусом заправьте салат, посолите по вкусу.

Салат из спаржи и куриной грудки

Требуется: 1/2 кг спаржи, 1 ст. л. сливочного масла, 10 ст. л. растительного масла, 2 стебля сельдерея, по 200 г куриной грудки, шампиньонов и сыра, яблоко, манго, 150 г виноградных помидоров, головка салата лолло бионда, 4 ст. л. винного уксуса, 2 ч. л. горчицы, соль, сахар, черный молотый перец.

Способ приготовления. Очистите спаржу, разрежьте пополам поперек и варите в подсоленной воде 15–20 мин, добавьте в воду немного сахара и сливочного масла. Далее филе курицы посолите, поперчите и обжарьте на растительном масле, затем нарежьте ломтиками. Шампиньоны тоже нарежьте и обжарьте. Сельдерей нарежьте на кусочки. Сыр, яблоко, салат лолло бионда и манго нарежьте кубиками. Томаты разрежьте пополам. Все приготовленные компоненты пе-

ремешайте. Осталось заправить салат соусом. Для него смешайте растительное масло, уксус, горчицу, соль, перец и сахар. Полейте салат этим соусом и подавайте к столу.

Салат из кроличьего мяса

Требуется: 250 г вареного кроличьего мяса, по 200 г картофеля, сметаны и свежих огурцов, 4 яйца, 10 г тертого хрена, соль, перец, 2 луковицы.

Способ приготовления. Кроличье мясо отварите в подсоленной воде с луковицей, охладите, нарежьте соломкой. Отварите картофель и яйца, измельчите. Лук мелко порубите. Огурцы порежьте кубиками. Смешайте, посолите, поперчите по вкусу.

Сметану охладите, добавьте в нее тертый хрен, тщательно перемешайте. Заправьте сметанным соусом.

Салат из говяжьего мяса под соусом

Требуется: 400 г говяжьей вырезки, 250 г картофеля, 5 яиц, 100 г зеленого горошка, соль, перец, 3 головки лука.

Для соуса: 100 г сметаны, 2 яйца, 50 г растительного масла, соль, 2 ч. л. сахарной пудры.

Способ приготовления. Мясо отварите целым куском в небольшом количестве воды. Когда вода закипит, бульон посолите и добавьте в него очищенную луковицу. Доварите мясо до готовности, охладите и нарежьте соломкой. Вареные яйца и картофель мелко порежьте, смешайте с консервированным зеленым горошком, мелко нарезанным и обжаренным в растительном масле до

прозрачности луком и нашинкованным мясом, посолите, поперчите.

Приготовьте соус яйца взбейте с сахарной пудрой и с солью до белой тягучей консистенции. Эту смесь влейте в охлажденную сметану и все тщательно взбейте до однородной массы. Не прекращая взбивать, влейте тонкой струей растительное масло. Постепенно введите соус в салат и все перемешайте.

Салат из копченой грудинки и свежих огурцов

Требуется: 300 г копченой грудинки, по 2—3 свежих огурца и крупных яблока, 3 вареных яйца, 80 г сметаны и 100 г майонеза, соль, специи по вкусу.

Способ приготовления. Грудинку, огурцы нарежьте небольшими кубиками. Яблоко натрите на крупной терке, яйца мелко порубите. В отдельной посуде смешайте сметану с майонезом. Мясо, огурцы, яблоки и яйца посолите, добавьте специи по вкусу, тщательно перемешайте и заправьте смесью из сметаны и майонеза.

Мясной салат с горошком

Требуется: 300 г говядины, 100 г ветчины, 50 г консервированной печени трески, 80 г консервированного зеленого горошка, 1/2 пучка зеленого лука, 5 ст. л. майонеза, соль.

Способ приготовления. Мясо отварите и нарежьте его вместе с ветчиной кусочками, измельчите печень трески. Все смешайте с зеленым горошком, посолите и заправьте майонезом. Выложите на блюдо, украсив нарезанным зеленым луком.

Салат из печени и фасоли

Требуется: 200 г печени, 1/2 банки фасоли без томата, 2 головки репчатого лука, 3 яйца, 125 г майонеза, 30 г жира, зелень, перец, соль.

Способ приготовления. Печень порежьте кусочками и обжарьте в жире. Лук мелко порежьте и спассеруйте до образования золотистой корочки, яйца отварите и мелко порежьте. Все продукты смешайте, посолите, поперчите, заправьте майонезом, украсьте зеленью.

Салат с фрикадельками

Требуется: 200 г курицы, по 3 картофелины и соленых огурца, 5 яиц, майонез, зелень, зеленый горошек, 1 ст. л. муки, 1/2 стакана молока, соль.

Способ приготовления. Вареный картофель и огурцы нарежьте кубиками, добавьте зелень и зеленый горошек. Посолите и заправьте майонезом. Мясо пропустите через мясорубку. Смешайте муку с молоком, влейте в куриный фарш. Добавьте белок 2 яиц (оставшиеся 3 яйца отварите) и взбейте. Массу разделайте на фрикадельки и отварите. В салатницу уложите овощи под майонезом, сверху украсьте фрикадельками, зеленью и вареными яйцами.

Салат из филе цыпленка и грибов

Требуется: 200 г филе цыпленка, по 100 г корня сельдерея и свежих или маринованных грибов, помидор, 1 ст. л. каперсов или соленый огурец, 50 г твердого сыра, 1/2 голов-

ки репчатого лука, 5 листьев салата, 1/2 пучка петрушки, соль, перец, лавровый лист.

Способ приготовления. Цыпленка поставьте варить (на 1 кг мяса — 2 л воды). После закипания убавьте огонь и положите в бульон коренья сельдерея, морковь, лук, посолите и варите 30 мин. Отварное филе цыпленка, сельдерей и свежие отварные или маринованные грибы нарежьте соломкой и соедините все с каперсами (если их нет, то с соленым огурцом) и тертым сыром. Заправьте салат солью, перцем, майонезом, выложите на блюдо, устланное листьями салата, и украсьте дольками помидора, зеленью.

Салат из дичи по-охотничьи

Требуется: 200 г филе дичи, корень сельдерея, 2 болгарских красных перца, 2—3 головки репчатого лука, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. 3%-го уксуса, 1 ст. л. сахара, соль.

Способ приготовления. Тушку дичи отварите, отделите филе от костей, нарежьте филе соломкой и обжарьте его на сливочном масле. Сельдерей натрите на терке, перец и репчатый лук нашинкуйте соломкой. Мясо и овощи сложите в салатницу, заправьте оливковым маслом, уксусом, солью и сахаром.

Салат из постного мяса, окорока и языка

Требуется: по 100 г отварного постного мяса, окорока или рулета, отварного языка, картофеля, свеклы, 2 соленых огурца, 80 г маринованных грибов, яйцо, 3 ст. л. майонеза, рубленая зелень.

Способ приготовления. Мясо и язык, окорок или рулет, отварные картофель и свеклу, очищенные от кожицы огурцы и грибы нарежьте кубиками. Продукты соедините и заправьте майонезом, украсьте зеленью и дольками вареного яйца.

Салат из копченого мяса и устриц

Требуется: 400 г копченого мяса, 200 г зеленого горошка, 4 яйца, 250 г крабовых палочек, 150 г устриц, 50 г соевого соуса, соль, 350 г майонеза.

Способ приготовления. Отварите устриц и яйца, мелко покрошите все ингредиенты, посолите и заправьте майонезом, смешанным с соевым соусом.

Салат из бараньих ножек

Требуется: 6 бараньих ножек, 1/2 стакана уксуса, головка репчатого лука, морковка, сельдерей, 3 горошины черного перца, лавровый лист, 1 ст. л. тертого хрена, 5 зубчиков чеснока, 250 г майонеза, 2 ч. л. сахара, 1/3 стакана грецких орехов, базилик.

Способ приготовления. Отварите ножки в воде с луковицей, морковью и сельдереем. Снимите мясо с костей, нарежьте его лапшой и выложите в холодный маринад на 30 мин. Маринад сварите из стакана воды, уксуса, лука, перца, лаврового листа и моркови. Выньте мясо из маринада, дайте стечь и выложите в салатницу. Заправьте майонезом, смешанным с молотыми грецкими орехами, тертым хреном, чесноком и сахаром. Поставьте перед подачей к столу на 1-2 ч в холодильник.

Салат-коктейль печеночный

Требуется: 200 г куриной или говяжьей печени, небольшая свекла, 2 ст. л. орешков кешью, 3 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, чеснок и соль по вкусу.

Способ приготовления. Печень поджарьте на растительном масле, остудите и нарежьте соломкой, Свеклу сварите и нарежьте кубиками, тоже остудите, орехи истолките.

Все компоненты салата выложите слоями в креманки, заправьте смесью растительного масла, лимонного сока и перетертого с солью чеснока.

Холодная мясная закуска

Требуется: 300—400 г вареной говядины, 2—3 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. уксуса, соль, черный молотый перец, зеленый лук

Способ приготовления. Холодную отварную говядину нарежьте тонкими небольшими ломтиками, уложите красиво на блюдо. Затем смешайте оливковое масло с уксусом. В приготовленную массу добавьте соль, черный молотый перец и полейте этим соусом готовую говядину. Мясной салат украсьте мелко нарезанным зеленым луком и подавайте к столу.

Салат из копченой курицы и риса

Требуется: 200 г копченой курицы, по 50 г отварного риса и зеленого горошка, по 100 г крабовых палочек, майонеза и свежих огурцов, 150 г некрупных мясистых поми-

доров, 2 яйца, болгарский перец, головка репчатого лука, листья салата, 30 г тертого сыра, зелень.

Способ приготовления. Копченую курятину, крабовые палочки, свежие огурцы, болгарский перец нарежьте соломкой. Яйца и листья салата порубите, помидоры порежьте ломтиками, лук — полукольцами. Все компоненты соедините, заправьте майонезом и тщательно перемешайте. Посыпьте сыром пармезан и украсьте зеленью.

Салат с мясом и картофелем

Требуется: по 150 г вареной говядины и картофеля, 3 соленых огурца, 2 яйца, 4 ст. л. майонеза.

Способ приготовления. Все ингредиенты салата нарежьте кубиками и заправьте майонезом. Подавайте охлажденным.

Салат из телячьих мозгов и сухофруктов

Требуется: 300 г телячьих мозгов, 200 г сухофруктов, 2 яблока, маленькая луковица, слабый раствор уксуса, соль, 1/2 стакана сметаны, листочки базилика.

Способ приготовления. Отварите мозги в подсоленной воде и затем обжарьте их на слабом огне до золотистой корочки. Лук порежьте кольцами и замочите в уксусе, чтобы из него вышла горечь. Переложите мозги в отдельную салатницу, добавьте туда вымоченный в уксусе лук, очищенные от кожицы и порезанные кубиками яб-

локи и сухофрукты. Посолите по вкусу и заправьте салат сметаной. Украсьте его листиками базилика.

Салат из куриной грудинки с сельдереем

Требуется: 150 г куриной грудинки, 40 г корня сельдерея, яблоко, 2 ст. л. майонеза, 1/2 лимона, сахар, соль.

Способ приготовления. Сельдерей отварите и натрите вместе с яблоком. Смешайте с нарезанным кубиками мясом. Из лимона выжмите сок и сбрызните им салат. Приправьте майонезом, добавьте сахар, соль.

Салат из печени, вымоченной в молоке

Требуется: 500 г печени, 1 л молока, по 2 яйца и луковицы, 2 ч. л. горчицы, 100 г растительного масла, перец, соль.

Способ приготовления. Печень замочите в молоке, нарежьте кубиками и поджарьте на растительном масле. Лук потушите в масле. Все перемешайте, добавьте измельченные яйца, заправьте маслом, посолите и поперчите. Выложите в салатницу и хорошо перемешайте.

Салат из говяжьих мозгов и сыра

Требуется: 300 г говяжьих мозгов, 150 г сыра, 2 яблока, 3 картофелины, маленькая луковица, соль, перец, майонез.

Способ приготовления. Отварите в подсоленной воде говяжьи мозги и порежьте их на мелкие кусочки. Отдельно отварите картофель, порежьте его кубиками

и смешайте с мозгами. Сыр натрите на мелкой терке, яблоки и лук мелко нарежьте и также перемешайте со смесью. Посолите, поперчите и заправьте майонезом.

подавайте к столу в охлажденном виде.

Салат из говядины со свежими огурцами

Требуется: 50 г говядины, 2 картофелины, свежий огурец, яйцо, 30 г майонеза, 3 ст. л. кетчупа, 50 г капусты.

Способ приготовления. Отварной картофель, мясо, огурец, сваренное вкрутую яйцо нарежьте ломтиками толщиной 2 см. Капусту нашинкуйте. Все соедините, заправьте смесью майонеза и кетчупа.

Салат из куриного мяса с шампиньонами

Требуется: 400 г курятины, 250 г шампиньонов, 2 яйца, 200 г сметаны, головка репчатого лука, соль, сметана, зелень.

Способ приготовления. Обдайте лук кипятком, нашинкуйте. Мясо нарежьте лапшой, добавьте отваренные грибы, сваренные вкрутую и нарезанные яйца, соль. Заправьте сметаной, зеленью.

Салат из мозгов, сыра и яблок

Требуется: 300 г мозгов, 150 г сыра, 2 яблока, 3 картофелины, маленькая луковица, соль, перец, майонез.

Способ приготовления. Отварите в подсоленной воде говяжьи мозги и порежьте их на мелкие кусочки.

Отдельно отварите картофель, порежьте его кубиками и смешайте с мозгами. Сыр натрите на мелкой терке, яблоки и лук мелко нарежьте и также перемешайте со смесью. Посолите, поперчите и заправьте майонезом. Подавайте к столу в охлажденном виде.

Ассорти мясное

Требуется: по 200 г копченой курицы, отварного языка и отварной свинины, 100 г вареной ветчины, 4 ст. л. соуса из хрена, 2 маринованных огурца.

Способ приготовления. Мясо и огурцы порежьте тонкими ломтиками, разложите в тарелки, сбоку положите соус из хрена.

Салат из макарон, мяса цыпленка и молодой баранины

Требуется: по 300 г макарон и мяса цыпленка или молодой баранины, по 100 г моркови, грибов и помидоров, корень сельдерея, 3 яйца, 3 ст. л. растительного масла, 50 г тертого сыра, лимонный сок, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления. Макароны отварите в подсоленной воде, затем откиньте на дуршлаг и промойте холодной водой, дайте влаге стечь. Морковь, сельдерей и грибы нарежьте кубиками, отварите в слегка подсоленной воде, добавив растительное масло, затем воду слейте, а овощи охладите. Мясо нарежьте кубиками и посыпьте черным перцем. Майонез разведите овощным отваром (1:1), заправьте по вкусу лимонным соком и посолите.

Соедините половину соуса с нарезанными овощами, макаронами и мясом, перемешайте, затем полейте сверху оставшимся соусом, украсьте помидорами и яйцами, нарезанными кружочками, и посыпьте тертым сыром.

Салат из макарон и куриного мяса

Требуется: 200 г макарон в виде звездочек или цветочков, по 2 средней величины малосольных огурца и свежих помидора, маленькая луковица, 250 г белого мяса отварной курицы, соль по вкусу, майонез и зелень.

Способ приготовления. Отварите в соленой воде макароны, откиньте на дуршлаг и промойте. Кусочки курицы мелко порежьте и перемешайте с макаронами. Измельчите и поочередно добавляйте малосольные огурцы, свежие помидоры, луковицу.

Заправьте салат майонезом и зеленью, попробуйте на соль, если потребуется — подсолите.

Салат из копченой ветчины и вареного мяса

Требуется: 100 г копченой ветчины, 300 г вареного мяса, 6 картофелин, сваренных на пару, по 3 помидора и огурца (1 огурец оставьте для украшения), по пучку салата и шпината, 1/2 банки майонеза, соль.

Способ приготовления. Мясо и картофель мелко порубите, огурцы порежьте соломкой, помидоры — дольками. Салат и шпинат порежьте ножницами или разорвите на кусочки руками (ни в коем случае не пользуйтесь ножом, а то нежные сочные листочки помнутся).

Перемешайте все компоненты, посолите по вкусу и заправьте салат майонезом.

Готовое блюдо украсьте фигурно нарезанными ломтиками огурца.

Салат из макарон и ветчины

Требуется: 1 стакан макарон колечками, 200 г ветчины, по 100 г зеленого горошка и майонеза, яблоко, укроп.

Способ приготовления. Макароны отварите. Ветчину порежьте кубиками, яблоко — соломкой. Все смешайте, добавьте зеленый горошек, заправьте майонезом и посыпьте укропом.

Салат из мясного паштета с сыром

Требуется: по 100 г мясного паштета, голландского сыра, 2 ст. л. майонеза.

Способ приготовления. Сыр мелко нарежьте, перемешайте с майонезом, добавьте мясной паштет, перемешайте, выложите в салатницу горкой, посыпьте тертым сыром.

Салат из шампиньонов, куриного мяса и авокадо

Требуется: 300 г шампиньонов, 8—10 авокадо, 200 г белого куриного мяса, 1/2 банана, сок 1/2 апельсина, киви, 50 г майонеза, несколько листочков салата и шпината, соль, белый перец, щепотка сахара, веточки кресс-салата для украшения.

Способ приготовления. Выберите авокадо средней спелости. Разрежьте на две половинки и удалите косточки. Мякоть выньте с помощью ложечки. Сбрызните плоды апельсиновым соком, чтобы авокадо не побурели. Шампиньоны, куриное мясо, бананы, киви, мякоть апельсина и авокадо мелко нарежьте. Салат и шпинат порежьте соломкой. Майонез смешайте с солью, сахаром, перцем и заправьте этой смесью подготовленные компоненты. Наполните фаршем оболочку авокадо и подавайте, украсив веточками кресс-салата.

Салат из риса и ветчины

Требуется: 5 ст. л. отварного риса, 150 г вареной ветчины, 3 помидора, пучок зеленого лука, 120 г майонеза, соль, перец.

Способ приготовления. Ветчину порежьте соломкой, помидоры — ломтиками, лук нашинкуйте. Перемешайте рис и все остальные компоненты салата, посолите, поперчите и заправьте майонезом.

Салат из риса и куриного мяса

Требуется: 200 г риса, 250 г белого куриного мяса, морковь, помидор, огурец, немного куриного бульона, головка репчатого лука, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу, зелень петрушки и сельдерея.

Способ приготовления. Слегка обжарьте рис на растительном масле и поставьте варить, добавив вместо воды куриный бульон. Все овощи мелко нарежьте на кусочки и обжарьте их с луком на хорошо разогретой сковороде. Переложите рис, овощи и мясо в одну глубо-

кую сковороду и тушите 15 мин до готовности. Посыпьте зеленью.

«Вечер в Сиракузах»

Требуется: 400 г белого куриного мяса, 100 г чернослива, 1 морковь, 2 ст. л. консервированной кукурузы, 100 г майонеза, 2 ст. л. оливок, соль.

Способ приготовления. Мясо нарежьте, чернослив предварительно замочите в воде, затем порежьте его, морковь натрите на мелкой терке. Все смешайте, добавьте кукурузу, оливки, посолите и заправьте майонезом. Подайте этот салат как закуску к вину.



Глава 4 Выпечка



Запеканка мясная

Требуется: 1 банка свинной или говяжьей тушенки, 500 г лапши, 2 ст. л. сливочного масла или маргарина, 3 яйца, 2 ст. л. брынзы, соль, перец.

Способ приготовления. Тушенку разогрейте на маргарине, смешайте с отваренной лапшой, взбитыми яйцами, посолите, поперчите. Сверху посыпьте брынзой и поставьте в хорошо разогретую духовку, выпекайте 15—20 мин. Эта запеканка прекрасно подойдет к обеду.

«Мясоеды»

Требуется: 250—300 г муки, 2 яйца, 250—300 г молока, 300 г готового мясного фарша, 50 г сливочного масла, 40—50 г сухих дрожжей, 2 ст. л. сахара, 2 ч. л. соли.

Способ приготовления. Замесите тесто из муки, яиц, сметаны и дрожжей, добавьте соль и сахар. Поставьте его в теплое место на 20-25 мин, когда оно поднимет-

ся, обомните его и оставьте подниматься еще на 15—20 мин.

Готовое тесто сформируйте в булочки. После расстойки, длящейся 20 мин, выпекайте пампушки в духовке 35—40 мин. Готовые пампушки разрежьте пополам и из нижней половинки удалите мякоть.

Мякиш из пампушек размочите в молоке и добавьте в мясной фарш. Этим фаршем начините пампушки и снова поставьте в духовку. Через 20—25 мин пампушки готовы.



Глава 5 На любой вкус



«Конфетти»

Требуется: 10 сосисок, 1 огурец, 2 помидора, 1 болгарский перец, 1 головка лука, шампуры.

Способ приготовления. Порежьте кусочками овощи и накалывайте по очереди сосиски и овощи. Положите шампуры на решетку в хорошо разогретой духовке и томите до готовности.

«Два друга»

Требуется: 500 г мясного или куриного фарша, 1 яйцо, 1/2 стакана молока, 1 кусок черствого хлеба, маленькая головка лука, подсолнечное масло, соль, щепотка черного перца, 1 огурец, 1 помидор, редиска, клубника, малина, виноград, абрикосы, шампура в виде деревянных палочек.

Способ приготовления. Намочите черствый хлеб в молоке, нарежьте мелко лук и смешайте с ними фарш, до-

бавьте также яйцо, соль и перец. Сделайте фрикадельки и обжарьте их на растительном масле. Порежьте огурец, помидоры, редиску кружочками и наколите на шампуры охлажденные фрикадельки и овощные кружки. Затем приготовьте сладкий шашлык: фрикадельки, виноград, клубнику, малину и абрикосы. И можете смело приниматься за еду.

«Петя-петушок»

Требуются: бьяц, 1 банка консервированных шпрот, 2 ст. л. майонеза, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления. Отварите все яйца вкрутую. Очистите их от скорлупы и разрежьте пополам. Осторожно выньте желтки и разомните их со шпротами, майонезом и перцем. Затем разложите полученную массу в пустые половинки яиц, и ваше блюдо готово.

«Обманчик»

Требуются: 100 г говядины, 1 кусочек пшеничного хлеба, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1 головка лука, 3 ст. л. риса, панировочные сухари.

Способ приготовления. Прокрутите мясо два раза через мясорубку и добавьте в него кусочек хлеба. Мелко нарежьте лук и обжарьте его на сливочном масле до появления золотистой корочки. Рис хорошо промойте и отварите почти до готовности.

Мясной фарш выложите в большую глубокую тарелку и сформируйте его в продолговатую лепешку толщиной 2 см. На середину лепешки выложите горкой рис

и сверху положите порубленное яйцо и поджаренный лук. Распределите их равномерно по лепешке и защипните ее края. Переложите рулет в глубокую сковороду, смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями. Проколите рулет вилкой в нескольких местах. Разогрейте духовку и поставьте сковороду в духовку на 40 мин.

подавайте блюдо к столу слегка остывшим вместе с порезанными помидорами и огурцами.

Суфле «Мальшок»

Требуются: 200 г говядины, 1 яйцо, 1 кусочек черного хлеба, 1 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления. Отварите мясо и пропустите его через мясорубку, добавив при этом хлеб, размоченный в молоке. Положите потом в фарш желток яйца, посолите, хорошо все перемешайте. Полученную массу выложите в глубокий сотейник, смазанный маслом, и запекайте в хорошо нагретой духовке до появления румяной корочки на мясном фарше.

«Кораблики»

Требуются: 200 г мяса (говядины и свинины вместе), 1 кусочек пшеничного хлеба, сухари, 50 г сливочного масла.

Способ приготовления. Свинину и говядину пропустите через мясорубку вместе с хлебом, замоченным в воде. Можете его пропустить два раза для пышности. Из фарша сделайте котлеты паровые и жареные.

подавайте к столу с гречневой кашей, тушеными овощами.

«Птица счастья»

Требуется: 500 г куриного филе, 1 яйцо,
3 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления. Пропустите куриное филе через мясорубку, добавьте в фарш яйцо, посолите, добавьте немного воды и хорошо перемешайте. Из приготовленного фарша сформируйте котлеты и обжарьте их на сливочном масле.

подавайте к столу с пшенной или гречневой кашей, красиво украсив блюдо огурцами и помидорами.

«Рыбные гонки»

Требуется: филе рыбы (минтая, щуки, сома, судака), 1 яйцо, панировочные сухари, 50 г сливочного масла.

Способ приготовления. Прокрутите филе рыбы через мясорубку и хорошо перемешайте фарш, добавьте яйцо, посолите по вкусу. Сформируйте котлеты, обваляйте их в панировочных сухарях и обжарьте на сливочном масле. Хорошо прогрейте духовку, сложите котлеты в сотейник и потомите 15 мин.

подавайте блюдо с овощным гарниром, густо посыпав зеленью.



Содержание

Глава 1. Супы и каши	3
«Завтрак дикаря».....	3
«После бала».....	3
«Рыбацкий».....	4
«Студенческая».....	4
Супхарчо.....	5
«Рабочий полдень».....	5
«Луковое горе».....	6
«Сон солдата».....	6
«Ералаш».....	7
«В круг друзей».....	7
«Острое ощущение».....	8
«Весенний день».....	9
«Солнышко лесное».....	9
«Пять минут».....	10
«Суп царя Гороха».....	10
«Суп из чужого улова».....	11
«Красное море».....	11
«Попурри».....	12
«Подмосковные вечера».....	13
Глава 2. Горячие блюда	14
«Под южным солнцем».....	14
Жаркое.....	14
«Охотничье счастье».....	15
«Богатырь».....	15
Рагу «Кукареку».....	16
«Буренка».....	17
«Русский завтрак».....	18
Фаршированный болгарский перец.....	19
Запеченная рыба «Золотое дно».....	19
Английский ростбиф.....	20
Говядина, тушенная с помидорами.....	20
Пельмени в омлете.....	21
Бифштекс «Кровавый Джек».....	21
«Мясное ассорти».....	22
«Холостяцкая пирушка».....	22
Рагу «Летний обед».....	22
«Завтрак ковбоя».....	23
Глава 3. Мясные салаты	24
Мясной салат со спагетти.....	24

Салат из тушеной говядины.....	25
Салат из дичи с яблоками.....	25
Салат из мяса индейки.....	26
Салат из куриного мяса и сыра.....	26
Салат из жаркого и фасоли.....	27
Салат из индейки с рисом.....	27
Салат из телячьего языка.....	28
Салат из телячьих почек и маринованных огурцов.....	29
Салат из свиной вырезки.....	29
Салат из телячьих почек и капусты.....	30
Салат из говяжьих почек «Хуторской».....	31
Салат из куриных почек.....	31
Салат из говядины и овощей.....	32
Салат «Цыпленок жареный».....	33
Салат из курицы с черносливом.....	33
Салат из копченого мяса, картофеля и грибов.....	34
Мясной салат «Охотничий».....	34
Салат из свинины и картофеля.....	35
«Оливье».....	35
Салат из филе цыпленка и картофеля.....	36
Салат из копченой курицы и помидоров.....	36
Мясной салат с картофелем и огурцами.....	37
Салат из копченого мяса и картофеля.....	37
Салат из куриного мяса и белых грибов.....	38
Салат из филе цыпленка.....	38
Салат «Печеночный».....	38
Салат из куриного мяса и кукурузы.....	39
Салат из говядины и свинины.....	39
Салат из говядины и молодого картофеля.....	39
Салат из спаржи и куриной грудки.....	40
Салат из кроличьего мяса.....	41
Салат из говяжьего мяса под соусом.....	41
Салат из копченой грудки и свежих огурцов.....	42
Мясной салат с горошком.....	42
Салат из печени и фасоли.....	43
Салат с фрикадельками.....	43
Салат из филе цыпленка и грибов.....	43
Салат из дичи по-охотничьи.....	44
Салат из постного мяса, окорока и языка.....	44
Салат из копченого мяса и устриц.....	45
Салат из бараньих ножек.....	45
Салат-коктейль печеночный.....	46
Холодная мясная закуска.....	46
Салат из копченой курицы и риса.....	46

Салат с мясом и картофелем.....	47
Салат из телячьих мозгов и сухофруктов.....	47
Салат из куриной грудки с сельдереем.....	48
Салат из печени, вымоченной в молоке.....	48
Салат из говяжьих мозгов и сыра.....	48
Салат из говядины со свежими огурцами.....	49
Салат из куриного мяса с шампиньонами.....	49
Салат из мозгов, сыра и яблок.....	49
Ассорти мясное.....	50
Салат из макарон, мяса цыпленка и молодой баранины.....	50
Салат из макарон и куриного мяса.....	51
Салат из копченой ветчины и вареного мяса.....	51
Салат из макарон и ветчины.....	52
Салат из мясного паштета с сыром.....	52
Салат из шампиньонов, куриного мяса и авокадо.....	52
Салат из риса и ветчины.....	53
Салат из риса и куриного мяса.....	53
«Вечер в Сиракузах».....	54

Глава 4. Выпечка	55
Запеканка мясная.....	55
«Мясоеды».....	55

Глава 5. На любой вкус	57
«Конфетти».....	57
«Два друга».....	57
«Петя-петушок».....	58
«Обманчик».....	58
Суфле «Мальшюк».....	59
«Кораблики».....	59
«Птица счастья».....	60
«Рыбные гонки».....	60

www.infanata.org

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение. Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями! Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

www.infanata.org