

ПРИГОТОВЬ

СПЕЦВЫПУСК ЖУРНАЛА

08 АВГУСТ 2019

БЫСТРЫЕ БЛЮДА



**Салаты
и закуски:**
простые и сытные



**Горячие
блюда:**
из мяса, рыбы и овощей



**Десерты
и выпечка:**
с ними жизнь слаще!

**45
РЕЦЕПТОВ
ГОТОВИМ ЗА 30 МИНУТ**

12+

19008



4 607128 320353

Представляем вашему
вниманию
Библиотеку журнала
«МОЯ ЛЮБИМАЯ ДАЧА»

12+

МОЯ ЛЮБИМАЯ
Дача
СОВЕТЫ КОШКИ-ЧИТОТЕЛЕЙ

Редакция журнала «Моя любимая дача» совместно с редакцией кулинарного журнала «Приготовь» сделала подборку самых хитовых рецептов домашних маринадов, солений, квашений или варений, выпустив серию журналов под общим названием «Сезонные заготовки».

СЕЗОННЫЕ ЗАГОТОВКИ № 7 2019 **Дача**
Огурцы и баклажаны

СЕЗОННЫЕ ЗАГОТОВКИ № 8 2019 **Дача**
Помидоры и перец

СЕЗОННЫЕ ЗАГОТОВКИ № 9 2019 **Дача**
Кабачки и морковь

СЕЗОННЫЕ ЗАГОТОВКИ № 11 2019 **Дача**
Без уксуса

СЕЗОННЫЕ ЗАГОТОВКИ № 10 2019 **Дача**
Закуски ассорти

СЕЗОННЫЕ ЗАГОТОВКИ № 12 2019 **Дача**
В мультиварке

ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ ОТ ЖУРНАЛА ПРИГОТОВЬ

6 брошюр

ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ ОТ ЖУРНАЛА ПРИГОТОВЬ

- Огурцы и баклажаны
- Помидоры и перец
- Кабачки и морковь
- Закуски и ассорти
- Без уксуса
- В мультиварке

В ПРОДАЖЕ с 22 июля

СОДЕРЖАНИЕ

Салаты и закуски

Морковный салат с сыром	2
Салат «Днестр»	2
Овощной салат с куриной грудкой	3
Ассорти закусок	4
Рулетки из баклажанов	4
Овощи, маринованные в пакете	5
Закусочные рулетики из лаваша	6
Рулеты с курицей и плавленым сыром	6
Салат из молодой капусты и кабачка	7
Салат «На скорую руку»	8
Слоеный рулет с ветчиной и сыром	8
Салат с копченой курицей и гранатом	9
Шаурма по-домашнему	10
Салат «Солнечная мозаика»	10
Салат с тунцом и зеленым луком	11



Горячие блюда

Тефтели с перловкой	12
Омлет «Как в детском саду»	12
Бигос с колбасой и мясом	13
Жареная мойва со сметанным соусом	14
Запеканка из кабачков	15
Имбирно-цитрусовый рис на гарнир	15
Картофель в сухарях	16
Рубленые куриные котлеты с сыром	16
Печень в кляре	17
Бефстроганов из говяжьей печени	18
Рисово-морковные котлеты	18
Паста с курицей в сливочном соусе	19
Куриный шницель с банановым соусом карри	20
Жаркое из свинины	21
Рыба «Аппетитная»	21
Рыба по-гречески	22
Паста с помидорами и моцареллой	22
Рыба в пышном кляре	23



Десерты и выпечка

Десерт «Облако»	24
«Наполеон» из лаваша	24
Чуррос классический	25



Слово редактора

Вы просили, и мы сделали! В этом выпуске журнала собраны летние блюда, которые можно приготовить максимум за 30 минут: салаты и закуски, горячие блюда, а также десерты и выпечка. Рецепты простые, ингредиенты доступные. То есть все бюджетное и быстрое. Хорошо зная содержимое своего холодильника и кухонного шкафа и обладая этим, скажем без скромности, полезным журналом, вы всегда сможете приготовить быстрое блюдо для любого повода – внезапный приход гостей, семейный обед или ужин, спонтанный романтический вечер с любимым, пикник на природе или банальная просьба «хочу вкусненького» от своего ребенка, которую мы слышим практически по 100 раз на день... Главное, чтобы в запасе у вас всегда было куриное филе или кусок рыбы, банки с консервированными фасолью, горошком или кукурузой, замороженный куриный бульон (или бульонный кубик), сыр, свежие и замороженные овощи, мука, разрыхлитель, молочные продукты, колбасные изделия, сливочное и растительное масло, любимые специи. Эти запасы очень пригодятся, когда нужно будет воплотить в жизнь очередной быстрый рецепт. Время сейчас такое, что есть масса других дел и забот, поэтому блюда, которые можно быстро приготовить, – наше все!

Елена Кожушко, главный редактор



Сырные завитушки	26
Мамины пирожки «5 минут – и готово!»	26
Пирожки с черемшой	27
Печенье на сковороде	28
Овсяные вафли	28
Пирожные с ягодами	29
Слойки с джемом	30
Творожные пончики	30
Печенье без выпечки	31



Салаты и закуски

Морковный салат с сыром



- 1 морковь крупная
- 5-6 орехов грецких
- 1 яйцо
- 50 г сыра
- 2 зубчика чеснока
- соль, перец
- майонез

де, затем порубите. Очистите морковь и чеснок, морковь натрите на крупной терке. Орехи смешайте с морковью, добавьте сыр, яйцо, выдавите через пресс чеснок. По вкусу посолите, поперчите, заправьте майонезом.

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

Сыр натрите на крупной терке. Яйцо сварите, очистите и

тоже натрите на крупной терке. Орехи очистите, немного поджарьте на сухой сковоро-

Салат «Днестр»

- 1 кочан пекинской капусты
- 300 г ветчины
- 1 банка зеленого горошка
- 1 пучок укропа
- 1 пучок зеленого лука
- соль, перец
- майонез



Пекинскую капусту и зелень промойте и обсушите.

Пекинскую капусту нарежьте полосками, зеленый лук и укроп мелко нарубите, ветчину нарежьте тонкой

соломкой. С горошка слейте жидкость. Смешайте овощи, зелень и ветчину, посолите и поперчите по

вкусу. Заправьте майонезом и подавайте.

Рецепт и фото:
Римма Иванова, г. Сланцы



Овощной салат *с куриной грудкой*

Куриное филе вымойте, посолите и поперчите, посыпьте специями, смажьте оливковым маслом и запекайте 20 минут в духовке при 200 °С. Готовое филе нарежьте полосками. Вымойте смесь салатов, обсушите, порвите руками и выложите на блюдо. Авокадо очистите, нарежьте ломтиками. Черри нарежь-

те на половинки, стебель сельдерея – кусочками, огурец – кружочками. Лук нашинкуйте кольцами. Выложите на листья салата все овощи, сверху разложите кусочки грудки. Для заправки взбейте венчиком в небольшой миске йогурт, дижонскую горчицу и сок лимона. Полейте салат заправкой, посыпьте сухариками и подавайте.

- 700 г филе грудки куриной
- 100 г смеси салатной
- 100 г помидоров черри
- 1 авокадо
- 1 стебель сельдерея
- 1 огурец
- 1 луковица красная небольшая
- 125 мл йогурта натурального 2%
- 1 ч. ложка горчицы дижонской
- 1 ст. ложка сока лимона
- специи для курицы
- сухарики

Салаты и закуски

Ассорти закусок



- чипсы «Принглс»
- твердый сыр
- чеснок
- майонез
- ветчина
- копченая колбаса
- белый хлеб
- свежий огурец
- помидорки черри
- маслины
- укроп
- растительное масло
- шпажки

Сыр и чеснок натрите на терке, соедините с майонезом, выложите на разложенные на тарелку чипсы. Подавайте немедленно, иначе чипсы станут мягкими, нехрустящими. Эту же смесь,

добавив к ней мелко порезанный укроп, заверните рулетиками в ломтики ветчины. Приспособлением для резки канапе нарежьте хлеб, сыр, колбасу, огурец. Черри разрежьте пополам. Хлеб обжарьте

на растительном масле до хрустящего состояния. Насадите на шпажки по очереди: гренки, огурец, сыр, колбасу, помидорки, маслины. Можно также добавить оливки, виноград, ананас и т. д.

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

Рулетики из баклажанов

Баклажаны порежьте пластинами толщиной 5 мм, обжарьте на растительном масле с обеих сторон и выложите на бумажную салфетку. Для начинки плотную часть помидоров мелко порежьте. Зелень, фету и оливковое масло измельчите в блендере

до однородной массы. Посолите по вкусу. Каждый ломтик баклажана смажьте приготовленной пастой, добавьте 1 ч. ложку резаных помидоров, половинку грецкого ореха и сверните рулетиком. Готовые рулетики выложите на тарелку, украсьте дольками помидора.



Овощи, маринованные в пакете



- 1 молодой кабачок
- 2 свежих огурца
- 8 помидорок черри
- 1 пучок укропа
- 1 ст. ложка соли крупной
- 2-3 зубчика чеснока

Кабачок нарежьте кольцами, помидоры – половинками или четвертинками, а огурец – полукружками. Чеснок крупно нарубите. В прочный пакет сложите овощи, нарезанный укроп, добавьте соль. Тщательно перемешайте, поместите пакет в подходящую миску и поставьте на три часа в холодильник. Маринованные овощи подавайте к жареному мясу или шашлыку.

Рецепт и фото:
Римма Иванова, г. Сланцы



- 2 баклажана
- 2-3 помидора
- 150 г феты
- 1 ст. ложка масла оливкового
- 50 г орехов грецких
- зелень укропа и петрушки
- масло растительное для жарки
- соль

Рецепт и фото:
Людмила Приданникова, г. Тула

Закусочные рулетики *из лаваша*



- 1 лист лаваша
- 150 г сыра твердого
- 100 г майонеза
- 2 головки чеснока
- 2 помидора
- 200 г колбасы копченой
- зелень

с майонезом, смажьте одну часть лаваша, равномерно распределите колбасу и тертый сыр. Накройте второй частью лаваша, смажьте ее чесночным майонезом, добавьте помидоры и петрушку. Сверните лаваш в плотный рулет и уберите на пару часов в холодильник. Перед подачей нарежьте на ломтики.

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

Сыр натрите на крупной терке, чеснок – на мелкой. Колбасу нарежьте мел-

кой соломкой, помидор и зелень нарежьте мелко. Лист лаваша разрежьте пополам. Смешайте чеснок

Рулеты *с курицей и плавленым сыром*

Куриное филе поджарьте на растительном масле, остудите и мелко порежьте. Яйца сварите, остудите, натрите на крупной терке. Заранее подмороженный плавленый сыр натрите на





Салат *из молодой капусты и кабачка*

Капусту мелко нашинкуйте, кабачок натрите на терке для корейской моркови, морковь – на средней

терке. Перец нарежьте тонкими полосками, зелень мелко порубите. Соедините все овощи, посолите и поперчите по вкусу,

- 0,5 кочана молодой капусты
- 1 морковь
- 1 молодой кабачок
- 1 красный или желтый болгарский перец
- 1 пучок укропа
- 0,5 лимона
- 2 ч. ложки готовой горчицы
- 3 ст. ложки масла растительного
- соль, перец

перемешайте. В отдельную посуду выдавите сок лимона, добавьте горчицу и растительное масло, все хорошо перемешайте и заправьте салат.

Рецепт и фото:
Римма Иванова, г. Сланцы



крупной терке. Чеснок мелко порежьте или натрите на мелкой терке. Укроп мелко порежьте. Смешайте куриное филе, плавленый сыр, яйцо и чеснок, заправьте майонезом. Полученную массу равномерно нанесите на лаваш. Посыпьте порезанным укропом. Сверните в рулет и уберите на час в холодильник, чтобы все хорошенько пропиталось. Перед подачей порежьте на ломтики.

- 1 лаваш
- 300 г куриного филе
- 200 г сыра плавленого
- 3 яйца
- 200 мл майонеза
- 1–2 зубчика чеснока
- укроп
- растительное масло

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

Салаты и закуски

Салат

«На скорую руку»



- 300 г филе индейки
- 100 г моркови по-корейски
- 1 свежий огурец
- 1/3 кочана пекинской капусты
- майонез
- соль

Филе индейки промойте, отварите в подсоленной воде до готовности, остудите, порежьте соломкой. Свежий огурец порежьте соломкой. Пекинскую капусту нарежьте полосками. Морковь по-корейски освободите от жидкости. Соедините все ингредиенты, посолите, заправьте майонезом и сразу подавайте к столу.

Рецепт и фото:
Любовь Удалова, р. п. Б. Мурашкино

Слоеный рулет

с ветчиной и сыром

Тесто разморозьте и раскатайте в прямоугольник. Равномерно выложите тонко нарезанную ветчину, на нее – сыр и опять слой ветчины. Заверните плотно в рулет, нарежьте



Салат с копченой курицей и гранатом



- 1 филе куриное копченое
- 2–3 яйца
- 2 киви
- 1 горсть зерен граната
- 100 г майонеза
- соль, перец

Яйца сварите вкрутую, остудите, очистите. Киви очистите от кожуры. Извлеките зернышки из граната. Все ингредиенты (куриное филе, киви и яйца) нарежьте небольшими одинаковыми кубиками, смешайте в салатнике и заправьте майонезом. Посолите, поперчите по вкусу. При подаче украсьте салат зернами граната.



его на дольки толщиной 1 см. Форму для запекания смажьте растительным маслом, выложите в нее рулеты. Для заправки растопите сливочное масло, добавьте в него горчицу и мак, равномерно полейте рулеты заправкой и отправьте в разогретую до 180 °С духовку на 20–30 минут до расплавления сыра и образования румяной корочки.

- 400 г слоеного теста
- 350 г ветчины
- 12 ломтиков сыра
- 8 ст. ложек масла сливочного
- 2 ст. ложки сахара коричневого
- 1 ст. ложка горчицы зернистой
- 1 ст. ложка мака

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

Салаты и закуски

Шаурма по-домашнему



- 2-3 листа лаваша
- 1 куриное филе
- 300 г капусты
- 200 г корейской моркови
- 1-2 соленых огурца
- 1 помидор
- 1 луковица
- кетчуп
- майонез
- специи
- масло растительное

ками. На лаваш выложите капусту, на нее – жареное филе. Полейте кетчупом. Добавьте кружочки огурца и помидора, корейскую морковь и мелко нарезанный лук, смажьте майонезом и заверните произвольно. Обжарьте с обеих сторон или прогрейте в микроволновке.

Рецепт и фото:
Любовь Удалова, р. п. Б. Мурашкино

Куриное филе мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле со

специями до золотистого цвета. Капусту нашинкуйте и помните руками, огурцы и помидор нарежьте кружоч-

Салат «Солнечная мозаика»

Морковь и яйцо отварите до готовности, остудите, очистите и натрите на крупной терке. Огурец порежьте на брусочки. Крабовые палочки порежьте кубиками. С кукурузы слейте жидкость. Выложите на блюдо морковь, посолите и промажьте майонезом. Затем так же слоями – яйцо, огурец, крабовые палочки. На последний слой майоне-



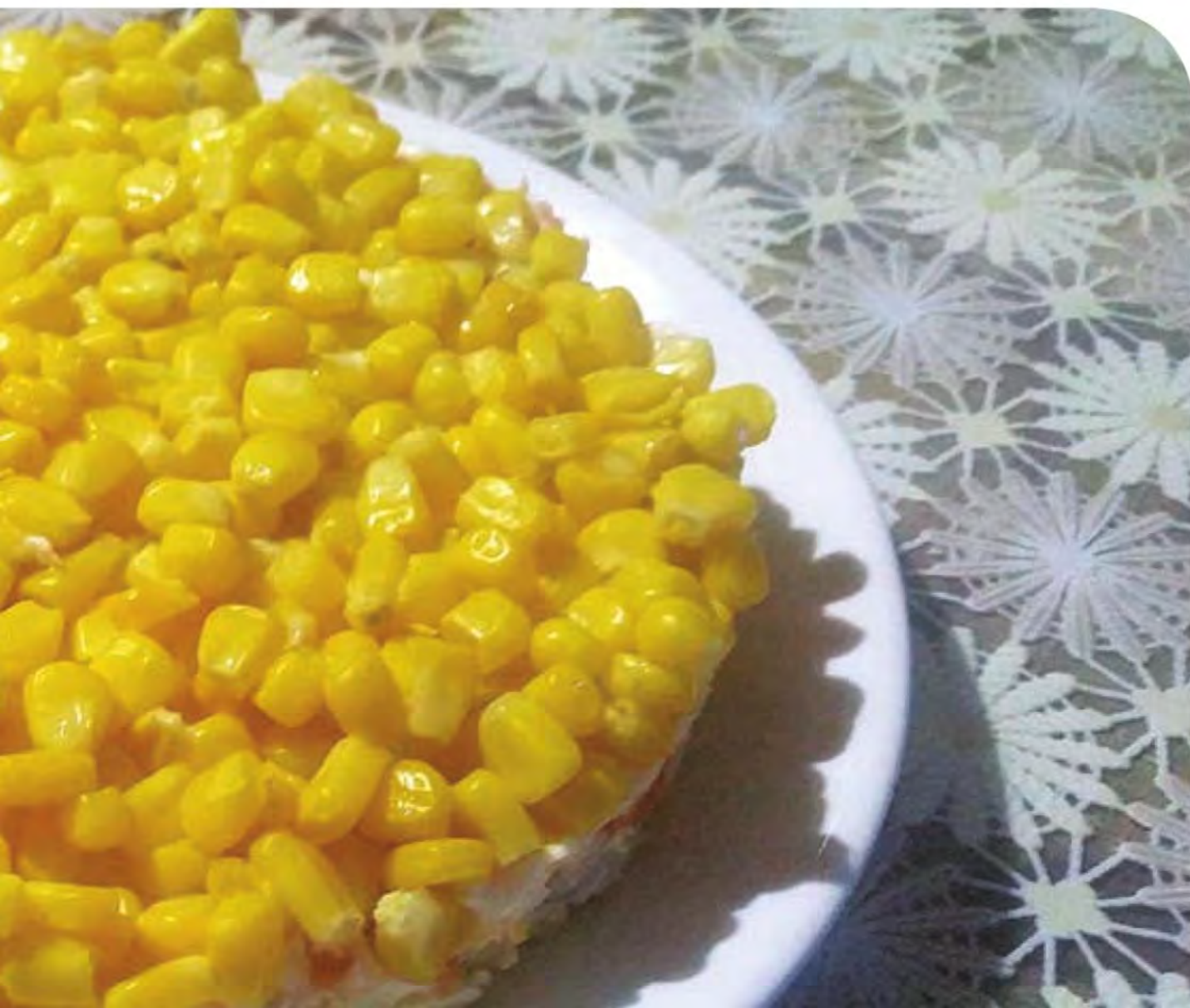
Салат с тунцом и зеленым луком



- 1 банка тунца консервированного
- 1 банка кукурузы консервированной
- 3 яйца
- 1 длинный огурец
- 1 пучок зеленого лука

Яйца отварите, остудите и очистите. Тунца вместе с соком переложите в миску и аккуратно разомните вилкой. Огурец нарежьте соломкой, яйца и зеленый лук нарубите. Соедините яйца, огурец, лук, кукурузу. Добавьте рыбу и хорошо перемешайте. По вкусу посолите.

Рецепт и фото:
Римма Иванова, г. Сланцы



- 1 свежий огурец
- 1 морковь
- 1 яйцо
- 100 г крабовых палочек
- 0,5 банки кукурузы консервированной
- майонез
- соль

за выложите кукурузу и уберите в холодильник на несколько часов для пропитки.

Рецепт и фото:
Любовь Удалова, р. п. Б. Мурашкино

Тефтели *с перловкой*



- 300 г перловки вареной
- 500 г фарша мясного
- 200 г тыквы очищенной
- 1 луковица
- 1 зубчик чеснока
- 400 г томатов в собственном соку
- приправа «Прованские травы»
- масло растительное
- соль
- перец

Тыкву натрите на мелкой терке. Чеснок и лук мелко нарубите. Помидоры очистите от кожицы. В миске

смешайте мясной фарш, перловку, тыкву и лук с чесноком. Приправьте солью, перцем и сухими травами по вкусу, перемешайте. Из

фарша скатайте крупные шарики. Обжарьте тефтели на сковороде до золотистого цвета с двух сторон. Затем залейте измельченными помидорами и тушите еще 10–15 минут.

Омлет *«Как в детском саду»*

- 6 яиц
- 300 мл молока
- 0,5 ч. ложки соли
- сливочное масло для смазки формы

Яйца разбейте в емкость, добавьте соль, влейте молоко, перемешайте венчиком до однородности – взбивать смесь не нужно! Форму хорошо смажьте сливочным маслом. Влейте омлетную смесь. Поставьте в разогретую до 200 °С духовку. Выпекайте 35–40 минут или до румяной корочки. Во



время приготовления омлет должен подняться примерно на 1/3, а вне духовки опять опуститься. Порежьте

готовый омлет на порции и подавайте.

Рецепт и фото:
Любовь Удалова, р. п. Б. Мурашкино



Бигос с колбасой и мясом

Запеченное мясо и колбасу нарежьте небольшими кубиками. Чернослив промойте, нарежьте полосками и залейте сухим вином. Лук очистите и нашинкуйте. Свежую

капусту тонко нашинкуйте, выложите в кастрюлю с толстым дном, залейте бульоном и тушите около 15 минут. Добавьте яблоки, нарезанные дольками, готовьте еще 5 минут. Бекон нарежьте

- 500 г капусты белокочанной свежей
- 300 г свинины или говядины запеченной
- 80 г колбасы копченой
- 2 ломтика бекона
- 1,5 стакана бульона мясного
- 2 яблока зеленых
- 50 г чернослива без косточек
- 50 мл вина белого сухого
- 1 луковица
- 1 ст. ложка пасты томатной
- перец душистый горошком
- лист лавровый
- тимьян
- соль

соломкой и обжарьте на сухой сковороде, вытопив жир. Добавьте к бекону лук и жарьте 3 минуты. Выложите бекон с луком в кастрюлю с капустой, добавьте мясо и колбасу, томатную пасту, влейте немного горячей воды и доведите до кипения. Добавьте чернослив с вином, посолите, поперчите и тушите еще 10–15 минут. При необходимости подлейте немного воды. Подавайте горячим.

Жареная мойва со сметанным соусом



- 500 г мойвы
- 1 яйцо
- 1 ч. ложка соли
- 1 ч. ложка базилика сухого молотого
- сухари панировочные
- крупа манная
- масло растительное
- соль

Для соуса:

- 2 ст. ложки сметаны
- 2 зубчика чеснока
- 4 листика базилика свежего
- соль

Рыбу предварительно разморозьте, отделите у нее голову в месте соединения с хребтом, а потом аккуратно потяните вниз, стараясь заодно вынуть кишки. Таким образом обработайте всю рыбу. Смешайте в удобной емкости в пропорции 1 : 1 манную крупу и панировочные сухари. В глубокую тарелку разбейте яйцо и размешайте его вилкой. Мойву поочеред-

но окунайте в яйцо, затем солите и посыпайте базиликом и перекладывайте в тарелку с панировочной смесью. Сверху посыпьте рыбу той же панировкой и обжарьте на горячем растительном масле. Жарьте на первой стороне 3–4 минуты и переверните на вторую сторону. Выложите на тарелку, застеленную салфеткой, чтобы впитался лишний жир. Пока первая партия

рыбы жарится, готовьте таким же образом вторую партию и третью (в 500 г мойвы примерно 30 рыбешек). Переложите рыбу на другую тарелку. Из оставшегося яйца, в которое макали мойву, сделайте соус. Для этого в мисочку с яйцом через пресс выдавите пару зубчиков чеснока и поджарьте его в сковороде, где жарили рыбу, до приятного запаха жареного чеснока. Затем выложите в пиалу. Дайте немного остыть и заправьте сметаной и зеленью базилика (вместо сметаны можно использовать густой йогурт, мацони, ряженку или творог, а зелень можно тоже брать любую). Перемешайте до однородности. Подавайте рыбу с соусом.



Запеканка из кабачков

Кабачки нарежьте кольцами и опустите на 1 минуту в кипящую воду, а затем откиньте на дуршлаг. Сыр натрите на крупной

терке. Яйца взбейте венчиком, добавьте сметану, соль, итальянские травы и нарезанную зелень. Добавьте тертый сыр и хорошо перемешайте. Стекланную

- 3 молодых кабачка
- 200 г сметаны
- 3 яйца
- 150 г твердого сыра
- 2 ч ложки приправы «итальянские травы»
- зелень укропа и петрушки
- соль

овальную форму смажьте растительным маслом. Выложите половину кабачков, сверху распределите половину сырной массы, затем снова кабачки и снова сырную смесь. Запекайте 25–30 минут при температуре 180 °С.

Рецепт и фото:
Римма Иванова, г. Сланцы

- 1 чашка риса длиннозерного «Индика» (300 мл)
- 2 см корня имбиря
- 2 ст. ложки масла растительного
- 0,5 лимона среднего или лайма
- 0,5 ч. ложки тмина
- соль

Имбирно-цитрусовый рис на гарнир



Рис промойте в 4–5 водах (до чистой воды), откиньте на сито. Кусочек имбиря очистите, мелко нарежьте и разотрите в ступке с тмином. С 0,5 лимона снимите теркой цедру, отожмите сок. Разогрейте растительное масло в кастрюле или сотейнике,

добавьте имбирь с тмином. Обжаривайте в масле 1 минуту. Влейте 450 мл воды, добавьте соль по вкусу, доведите до кипения. Всыпьте рис, перемешайте, доведите до кипения, готовьте при сильном кипении пару минут. Затем

огонь уменьшите до малого и варите 15–20 минут, пока вся жидкость не испарится. Снимите с огня. Добавьте цедру и сок лимона или лайма, перемешайте и оставьте под крышкой еще на 5–10 минут. Затем подавайте.

Картофель *в сухарях*



- 4–5 картофелин
- 4–5 ст. ложек панировочных сухарей
- 2–3 ст. ложки растительного масла
- 1 ч. ложка приправы для картофеля
- соль, черный перец

Сбрызните растительным маслом. Противень застелите пергаментной бумагой, выложите на нее картофель и поставьте в духовку, разогретую до температуры 180 °С, на 25–30 минут до румяности. Подавайте горячим.

Рецепт и фото:
Любовь Удалова, р. п. Б. Мурашкино

Вымойте и очистите картофель. Порежьте его на ломтики. Смешайте приправу

для картофеля, соль, черный перец и панировочные сухари и обваляйте в этой смеси ломтики картофеля.

Рубленые куриные котлеты *с сыром*

Промойте и обсушите филе курицы и порубите на доске острым ножом на очень мелкие кусочки. Чем мельче нарезка, тем вкуснее котлеты. Мясорубку не используйте. Лук натрите на мелкой терке. Переложите фарш в миску. Добавьте лук, яйцо, сметану и ложку муки. При

желании можно заменить сметану майонезом. Все перемешайте, добавив соль и перец. Если фарш жидкий, добавьте еще немного муки. Натрите в фарш кусочек твердого сыра. Снова перемешайте и дайте постоять в холодильнике 10 минут, чтобы кусочки курицы пропитались. На сковороду





Печень *в кляре*

Отделите желток от белка. Соедините 3 ст. ложки просеянной муки с солью, перцем и любимыми специями, перемешайте. Добавьте минеральную воду и жел-

ток, взбейте. Белок отдельно взбейте со щепоткой соли до пиков. Затем аккуратно добавьте в кляр и перемешайте снизу вверх, чтобы пена не осела. На плоскую тарелку насыпьте

- 500 г печени куриной
- 1 яйцо
- 150 мл воды газированной
- 5 ст. ложек муки
- 5 ст. ложек масла растительного
- соль
- перец
- специи

муку. Печень промойте и очистите от прожилок. Нарежьте кусочками, посолите. Печень обваляйте сначала в муке, затем в кляре. На сковороде разогрейте растительное масло. Опустите печень и жарьте по несколько минут до золотистого цвета. Выложите на бумажное полотенце, чтобы удалить лишний жир.



налейте 3 ст. ложки масла, чтобы котлеты равномерно подрумянились. Набирайте фарш столовой ложкой, выкладывайте небольшие лепешки на расстоянии друг от друга. Жарьте на несильном огне по 2–3 минуты с каждой стороны или до появления золотистой румяной корочки. Переложите готовые котлеты на бумажное полотенце, чтобы удалить лишний жир. Подавайте с бурым рисом и овощами.

- 500 г филе куриного
- 1 яйцо
- 1 луковица небольшая
- 2 ст. ложки сметаны или майонеза
- 1 ст. ложки муки или крахмала
- 70–80 г сыра твердого
- соль
- перец черный молотый
- масло растительное без запаха

Горячие блюда

Бефстроганов из говяжьей печени



- 300 г печени говяжьей
- 150 г сметаны 20%
- 1 ст. ложка пасты томатной
- 1 луковица средняя
- 1 ст. ложка муки
- 3 ст. ложки масла растительного
- зелень
- молоко
- соль, перец

и снимите с огня. Печень промойте, обсушите, удалите пленки и нарежьте тонкими брусочками. Разогрейте на другой сковороде растительное масло и обжаривайте печень, помешивая, в течение 5 минут, не дольше. Не солите. Добавьте к печени приготовленный соус, перемешайте, готовьте на среднем огне 5–7 минут, помешивая. Подавайте.

Лук очистите, мелко нарежьте и обжарьте 3 минуты на сковороде с растительным маслом. Добавьте муку, перемешайте, жарьте 1 минуту. Сметану и томатную пасту смешай-

те в отдельной посуде и выложите к луку. Перемешайте и добавьте воду или молоко, добиваясь нужной консистенции соуса. Готовьте на умеренном огне. Посолите и поперчите, доведите до кипения

Рисово-морковные котлеты

Лук и морковь очистите. Лук измельчите, морковь натрите на мелкой терке. Овощи обжарьте на сковороде с растительным маслом до мягкости 3–4 минуты. Соедините с рисом в глубокой емкости. Добавьте измельченный зеленый

лук, яйцо, приправьте солью и молотым перцем по вкусу. Если вы используете уже соленый рис, тогда соль добавляйте с осторожностью, чтобы не пересолить котлеты. Всыпьте муку, перемешайте, чтобы все компоненты соединились между собой и превратились в





Паста с курицей в сливочном соусе

Отварите пасту по инструкции на упаковке в кипящей подсоленной воде. Готовую пасту откиньте и держите в кастрюле теплой. Куриное филе вымойте и мелко нарежьте. Лук очистите и нарежьте кубиками. Грибы

нарежьте пластинками. Разогрейте в сковороде растительное масло и обжарьте грибы, помешивая, 5 минут. Добавьте лук, жарьте все вместе 7 минут, помешивая. Выложите на сковороду куриное филе, посолите,

- 400 г спагетти или любой пасты
- 300 г шампиньонов
- 400 г филе куриной грудки
- 1 луковица
- 200 г сливок 20%
- 30 мл масла растительного
- 70 г сыра тертого твердого
- перец
- соль
- базилик сушеный

поперчите, жарьте 5 минут. Добавьте сливки и тушите на небольшом огне под крышкой около 20 минут. Затем добавьте тертый сыр и готовьте до полного растворения сыра (около 3 минут). Добавьте базилик, выложите отваренную пасту, перемешайте с соусом и готовьте 1 минуту. Подавайте немедленно.



липкую массу. Отделяйте небольшие порции теста, формируйте биточки одинаковой формы и размера. Каждый обваляйте в панировочных сухарях со всех сторон. В качестве панировки также можно использовать муку. На сковороде разогрейте растительное масло. Поочередно опускайте котлеты. Жарьте на среднем огне с двух сторон до образования хрустящей корочки.

- 300 г риса вареного
- 1 луковица
- 1 морковь
- 1 яйцо
- 1 пучок лука зеленого
- 4 ст. ложки сухарей панировочных
- 1 ст. ложка муки
- соль
- перец
- масло растительное

Куриный шницель

с банановым соусом карри

- 2 филе куриных
- 1 яйцо
- 50 г муки
- 50 г сухарей панировочных
- 30 г масла растительного
- 0,5 ч. ложки паприки молотой
- соль
- перец

Для бананового соуса:

- 1 банан
- 1 луковица-шалот
- 1 ст. ложка масла сливочного
- 2 ч. ложки карри
- 6 ст. ложек вина белого сухого
- 70 мл молока
- соль
- перец

Доску выстелите пищевой пленкой, выложите курицу и накройте пленкой. Отбейте филе с одной стороны так, чтобы толщина была одинаковой по всей площади. Птицу посолите, поперчите и посыпьте паприкой. Яйцо взбейте с 1 ст. ложкой воды до однородности.



Подготовьте муку и панировочные сухари. Хорошо разогрейте сковороду с растительным маслом. Филе обваляйте в муке, стряхните лишнее. Окуните яичную массу и тщательно запанируйте в сухарях. Обжаривайте шницели на очень сильном огне по 1 минуте с каждой стороны. Переложите птицу на противень, выстеленный пекарской бумагой, и запекайте в духовке при 180 °С в течение 5–6 минут. Подавайте с банановым соусом. Приготовьте соус. Банан очистите, нарежьте на произвольные кусочки, измельчите

блендером в пюре. Добавьте молоко и перемешайте до однородности. Лук измельчите и обжарьте на сливочном масле до прозрачности. Помешивая, добавьте порошок карри. Влейте в сковороду вино, смешанное с 4 ст. ложками воды. Немного потушите, чтобы выпарился алкоголь. Добавьте бананово-молочную массу, посолите, поперчите и варите на медленном огне до загустения. Не забывайте помешивать соус, чтобы не пригорел. Снимите сковороду с огня и дайте соусу постоять под крышкой.



- 500 г свинины
- 2 яйца
- 1 ч. ложка крахмала
- 1 ст. ложка горчицы
- соль, перец
- прованские травы
- растительное масло

Жаркое *из свинины*

Мясо вымойте, обсушите, нарежьте на полоски. Взбейте яйца на средней скорости миксера, постепенно добавляя горчицу,

крахмал, соль, специи. Еще раз взбейте. Подготовленное мясо залейте маринадом, перемешайте, закройте и уберите в холодильник как минимум

на ночь (может храниться до нескольких дней). Обжарьте мясные полоски на разогретой сковороде с растительным маслом до зарумянивания. Попробуйте мясо в процессе жарки, при необходимости досолите. Подавайте с любым гарниром или овощным салатом.

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

Рыба *«Аппетитная»*



Рыбу очистите, промойте, обсушите и порежьте порционными кусками. Посолите, поперчите, обваляйте в муке и обжарьте на рас-

тительном масле с обеих сторон до полуготовности. Лук порежьте полукольцами, морковь натрите на крупной терке, обжарьте их на растительном

- 1 кг любой рыбы
- 1–2 моркови
- 2 луковицы
- 2 ст. ложки пасты томатной
- 1 лавровый лист
- 2 ст. ложки муки
- масло растительное
- соль, перец
- зелень

масле. Сверху выложите обжаренную рыбу, залейте смесью воды (100 мл) и томатной пасты. Добавьте лавровый лист. Тушите под крышкой 20 минут. Готовое блюдо украсьте зеленью.

Рецепт и фото:
Людмила Приданникова, г. Тула

Рыба по-гречески



Тушки минтая разделайте на филе и нарежьте на порционные куски. Обваляйте рыбу в муке, смешанной со специями для рыбы, и обжарьте на растительном масле с обеих сторон. Лук нарежьте

полукольцами и обжарьте на растительном масле. Яйца отварите и нарежьте вдоль на пластины, помидоры нарежьте кружками. Сыр натрите на крупной терке. Противень застелите фольгой или пергаментом, выложите

- 2 тушки минтая
- 2 луковицы
- 2 яйца
- 2 помидора
- 100 г твердого сыра
- 1 пучок зелени
- тимьян
- масло растительное
- 3 ст. ложки муки
- специи для рыбы
- листья салата

куски рыбы, а на нее – жареный лук. Добавьте по ломтику вареного яйца и по кружку помидора. Посыпьте тимьяном и рубленой зеленью, а затем тертым сыром. Поставьте в разогретую до 180 °С духовку на 10–15 минут. Готовую рыбу подавайте на тарелке, застеленной листьями салата.

Рецепт и фото:
Римма Иванова, г. Сланцы

- 400 г пасты короткой (пенне, фузилли)
- 150 г моцареллы
- 3 ст. ложки сыра твердого тертого
- 500 г помидоров черри
- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- листья базилика свежего
- масло оливковое
- соль
- перец

Паста с помидорами и моцареллой

Лук и чеснок мелко нарежьте, черри – на половинки. Листья базилика порубите, оставив 2–3 для украшения. Моцареллу нарежьте небольшими кубиками. В большой сковороде разогрейте оливковое масло, обжарьте лук и чеснок. Добавьте нарезанные помидоры





Рыба в пышном кляре

Рыбное филе берите охлажденное, в нем содержится намного меньше воды. Если используете мороженую рыбу, тщательно обсушите ее бумажным полотенцем. Нарежьте порционными кусками.

Сбрызните лимонным соком. Приправьте солью и перцем по вкусу. Приготовьте кляр. В миску налейте 0,5 стакана горячей воды. Добавьте просеянную муку, соль и тщательно перемешайте, чтобы не было комочков.

- 500 г филе белой рыбы
- сок 1 лимона
- соль
- перец
- масло растительное

Для кляра:

- 0,5 стакана муки
- 2 белка яичных
- 1 щепотка соли

Отдельно взбейте яичные белки с солью в пышную пену. В тарелку с тестом добавьте взбитые белки и аккуратно перемешайте снизу вверх. Кляр должен получиться, как жидкая сметана. На сковороде разогрейте растительное масло. Кусочки рыбы опустите в кляр, затем обжарьте до золотистого цвета с двух сторон. Выложите на бумажные полотенца, чтобы стек лишний жир.



и базилик. Посолите, поперчите и готовьте соус на слабом огне без крышки 15 минут. Отварите пасту, откиньте на дуршлаг, сохранив полстакана отвара. В готовый соус добавьте моцареллу, влейте немного отвара и дайте сыру расплавиться. Выложите отваренную пасту, перемешайте с соусом и готовьте 2 минуты. Перед подачей посыпьте пасту тертым сыром и украсьте базиликом.

Десерт «Облако»



- 1 банка молока сгущенного с сахаром
- 400 г творога
- 400 г сметаны 25% жирности
- 30 г желатина

дера. Набухший желатин поставьте на 30 секунд в микроволновую печь, немного остудите и добавьте в творожную массу. Аккуратно перемешайте и выложите в силиконовую форму. Поставьте в холодильник на 30 минут. Перед подачей на несколько секунд нагрейте форму и выложите десерт на блюдо.

Желатин замочите в 70 мл теплой воды.

Смешайте творог, сметану и сгущенное молоко при помощи погружного блен-

Рецепт и фото:
Римма Иванова, г. Сланцы

«Наполеон» из лаваша

Для крема взбейте яйцо с молоком, добавьте сахар, ванильный сахар, взбивайте до полного растворения сахара. Добавьте цедру половины лимона и крахмал и постоянно помешивайте на медленном огне до загустения крема. Снимите с огня, взбейте еще раз миксером, охладите, добавьте сливочное

масло. Ножницами разрежьте листы лаваша на части одинаковой формы. Смажьте каждую часть небольшим количеством крема: лаваш – крем – лаваш – крем, пока не закончится лаваш. Верх торта тоже смажьте кремом, а затем украсьте посыпанным через сито какао. Поставьте торт в холодильник на пару часов.





Чуррос классический

Для теста смешайте муку с пекарским порошком. В кастрюле вскипятите 320 мл воды с оливковым маслом и солью. Снимите кастрюлю

с кипящей водой с огня и всыпьте просеянную муку, перемешивая тесто до однородности деревянной лопаткой. Затем дайте тесту остыть, наполните им кули-

- 200 г муки
- 1 ст. ложка масла оливкового
- 0,5 ч. ложки соли
- 1 ч. ложка пекарского порошка
- сахарная пудра
- масло подсолнечное для фритюра

нарный мешок с насадкой «звездочка». Разогрейте в кастрюле или фритюрнице большое количество подсолнечного масла и выложите в него тесто из кондитерского мешка в виде палочек или большой спирали. Жарьте до золотистого цвета. Готовые чуррос переложите на бумажные полотенца и посыпьте сахарной пудрой. Подавайте с горячим шоколадом или кофе.



- 1–1,5 листа лаваша
- Для крема:**
- 1 яйцо
 - 100 г сахара
 - 1 ст. ложка крахмала кукурузного
 - 250 мл молока
 - 1 ч. ложка ванильного сахара
 - цедра половины лимона
 - 70 г масла сливочного
- Для украшения:**
- 1 ч. ложка какао-порошка

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

- 500 г слоеного теста
- 200 г твердого сыра
- 200 г ветчины или колбасы
- 1 желток сырой



Сырные *завитушки*

Тесто разморозьте, разверните пласт и слегка раскатай-

те. Приготовьте начинку: натрите отдельно сыр и ветчину. Порежьте тесто

на полоски шириной 3–4 см. Выложите на середину начинку и прищипите края. С каждой полоской повторите процедуру. Выложите на противень, застеленный пергаментной бумагой, швом внутрь каждую полоску теста с начинкой, сворачивая ее в спираль. Взбейте миксером желток и смажьте все завитушки. Выпекайте в разогретой до 180 °С духовке до золотистого цвета.

Рецепт и фото:
Любовь Удалова, р. п. Б. Мурашкино

Мамины пирожки *«5 минут – и готово!»*

В большой кастрюле смешайте 3 стакана теплой воды и дрожжи, добавьте сахар, соль и 6 ст. ложек просеянной муки. Тщательно размешайте и поставьте на 15 минут в теплое место для увеличения в объеме в 2 раза. Добавьте 1 стакан растительного масла и 8 стаканов просеянной муки, перемешайте.

Щавель промойте, просушите, нарежьте, перемешайте с сахаром и помните, как капусту. Разделите тесто на шарики, каждый раскатайте скалкой, положите начинку и сформируйте пирожки, защипывая края. Обжарьте пирожки в раскаленном растительном масле с обеих сторон до золотистого цвета или испеките в духовке.





Пирожки *с черемшой*

Для начинки промойте и обсушите черемшу, порежьте и потушите на сливочном масле 1–2 минуты, только для уменьшения в объеме.

Яйца отварите, очистите, порежьте и добавьте в черемшу, посолите. Тесто разделите на небольшие кусочки, раскатайте в лепешки толщиной 0,5 см. На

- 0,5 кг теста дрожжевого
- 2 пучка черемши
- 3–4 яйца
- 70 г масла сливочного
- 1 желток сырой
- соль
- масло растительное

каждый круг выложите по 1 ст. ложке начинки, защипите края. Пирожки выложите на смазанный растительным маслом противень швом вниз. Дайте подойти 20 минут, смажьте взбитым желтком. Выпекайте в духовке, разогретой до 180 °С, 20 минут до золотистого цвета.

Рецепт и фото:
Людмила Приданникова, г. Тула



- 100 г свежих дрожжей
- 2 ст. ложки соли
- 3 ст. ложки сахара
- 6 ст. ложек + 8 стаканов муки
- 1 стакан растительного масла + для жарки

Для начинки:

- 1 кг щавеля
- 4 ст. ложки сахара

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

Печенье на сковороде

- 80 г сахара
- 3 ст. ложки сметаны
- 1 желток
- 3 ст. ложки масла растительного
- 1,5 стакана муки
- 1 ч. ложка разрыхлителя



Взбейте сметану с сахаром. Добавьте в сметанно-сахарную смесь желток, взбейте добела. Влейте растительное масло, перемешайте. Всыпьте просеянную муку с разрыхлителем. Тщательно вымесите тесто руками, затем скатайте в колбаску и порежьте на «дольки». Придавите каждую с обеих сторон рифленой поверхностью кухонного молоточка. Жарьте на сковороде по 4 минуты с каждой стороны.

Рецепт и фото:
Александр Орлов, с. Рождествено

Овсяные вафли

Возьмите две миски. В первой смешайте сухие ингредиенты: перемолотый блендером геркулес (или готовую овсяную муку), соду, корицу, ванильный сахар и соль. В другой взбейте яйца, после чего добавьте молоко, размягченное масло и





Пирожные *с ягодами*

Яйца с сахаром взбейте миксером. Продолжая взбивать, постепенно всыпьте муку, переме-

шайте. Выложите тесто на смазанный растительным маслом и посыпанный мукой противень. Выпекайте 7–8 минут в разогретой

- 5 яиц
- 1 стакан сахара
- 1 стакан муки
- ванилин
- 150 г сливочного масла
- 150 г сгущенного молока
- 1 стакан яблочного повидла
- ягоды малины, клубники (или другие)

до 200 °С духовке. Для крема взбейте миксером размягченное масло и сгущенное молоко, добавьте ванилин. Остывший бисквитный корж порежьте на треугольники и сложите попарно, склеивая их повидлом. При помощи кондитерского мешка нанесите на пирожные крем и украсьте их ягодами.

Рецепт и фото:
Людмила Приданникова, г. Тула



мед. Тщательно перемешайте. Готовую яичную смесь влейте в миску с сухими ингредиентами и вымешивайте до получения однородного теста. Оставьте на 10–15 минут для настаивания. Разогрейте вафельницу или мультипекарь, выложите порционно около двух больших ложек смеси в каждую из ячеек. Выпекайте до готовности.

- 1,5 стакана геркулеса (или овсяной муки)
- 2 ч. ложки соды
- 3/4 стакана молока
- 4 ст. ложки масла кокосового (или сливочного)
- 2 яйца
- 2 ст. ложки меда
- щепотка корицы
- щепотка сахара
- ванильного
- щепотка соли

Слойки с джемом



- 1 кг теста слоеного
- 1,5 стакана густого фруктового джема
- сахарная пудра

Готовое слоеное тесто разморозьте, а затем раскатайте. Пласт теста нарежьте на прямоугольники размером 8 x 12 см. На край каждого прямоугольника выложите 1 ст. ложку джема, а на другой половине прямоугольника сделайте надрезы. Сверните в рулеты, выложите на противень. Выпекайте 20 минут в духовке, разогретой до 180 °С. Готовые слойки посыпьте сахарной пудрой.

Рецепт и фото:
Людмила Приданникова, г. Тула

Творожные пончики

Творог выложите в миску, добавьте яйца, соль, сахар, перемешайте. Всыпьте просеянную муку и разрыхлитель, замесите тесто. Из теста скатайте шарики величиной с грецкий орех. Обваляйте их в муке. В глубокой сковороде или кастрюле разогрейте расти-

тельное масло для фритюра. Опускайте по несколько шариков в кипящее масло, учитывая, что они увеличатся в объеме. Жарьте 2–3 минуты до румяного цвета. Выложите пончики на бумажные полотенца, чтобы удалить излишки масла. Посыпьте пончики сахарной пудрой.



Печенье *без выпечки*



- 300 г творога
- 300 г вафель с йогуртовой начинкой
- 100 г печенья

Вафли поломайте на кусочки, а затем измельчите в блендере. Соедините с творогом и перемешайте при помощи погружного блендера. Из полученной массы слепите небольшие шарики. Печенье измельчите блендером в крошку. В этой крошке обваляйте готовые шарики, выложите на блюдо и уберите в холодильник на 1 час.

Рецепт и фото:
Римма Иванова, г. Сланцы



- 250 г творога
- 2 яйца
- 1 стакан муки
- 2 ст. ложки сахара
- 0,5 ч. ложки разрыхлителя
- 1 ч. ложка соли
- 500 мл масла растительного для фритюра
- пудра сахарная

Наши авторы



**Римма
Иванова**



**Александр
Орлов**



**Людмила
Приданникова**



**Любовь
Удалова**

ПОДАРОК



Читатели, приславшие в редакцию свои рецепты и фото блюд, получают в подарок по эффективному спрею для защиты от кровососущих насекомых «Элен». Этот спрей-репеллент широкого спектра действий предназначен для защиты людей от нападения кровососущих насекомых (иксодовых клещей, комаров, мокрецов, москитов, мошек, слепней, блох, и др.) и относится к высшей категории эффективности. В его составе – 30 % действующего вещества ДЭТА и натуральное масло пихты.

Не применять детям младше 5 лет. Присылайте и вы свои фирменные рецепты (4–5) и фото этих блюд, а также свой портрет и адрес места жительства с индексом на конкурс журнала и выиграйте ценные призы. Тема следующего номера – «Готовим в мультиварке».

«САМАЯ mini ПРИГOTOВЬ. Спецвыпуск»
№ 8 (75) август 2019

Издатель
ООО «ЗМС МЕДИА»

Адрес издателя и редакции
143200, Московская обл., г. Можайск, ул. Октябрьская, д. 65
Тел.: +7-495-685-95-78

Главный редактор
Елена Геннадьевна КОЖУШКО
e.kozhushko@konliga.ru
ekozhushko@gmail.com

По вопросам размещения рекламы
ИП ХАЙРУЛИНА
g.hairulina@konliga.ru
Тел.: 8-916-348-91-39

По вопросам распространения и подписки
Тел.: +7-495-280-00-20
Тел.: +7-903-207-57-60

Учредитель
АО «КОНЛИГА МЕДИА»
Информацию об АО «КОНЛИГА МЕДИА» ищите на сайте konliga.ru

Адрес для писем
117218, Москва, а/я № 38,

Конкурсный e-мэйл (для писем с рецептами и фото блюд)
cooking@konliga.ru

Печать
АО «КОСТРОМА», 156010, г. Кострома, ул. Самоковская, 10

Телефон (4942) 49-15-11
Факс (4942) 49-15-10
Заказ №
Тираж 55 000 экз.
Цена свободная

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации – ПИ № ФС77-64865 от 10.02.2016

Информационная продукция для детей 12+.

Дата выхода в свет:
09.07.2019

Дата начала продаж:
15.07.2019

Логотипы (товарные знаки) третьих лиц размещены на правах рекламы. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов и писем читателей. Любое использование материалов возможно только с письменного разрешения редакции.

Пересылая тексты, фотографии и иные материалы, отправитель (автор) выражает тем самым согласие на публикацию данных материалов и передает редакции все исключительные права на использование этих материалов в любой форме и любым способом, в том числе право на публикацию в других редакционных изданиях.



Фото на обложке:
depositphotos.com

Фото внутри журнала:
depositphotos.com

Также в номере использованы фотографии, присланные читателями для участия в конкурсах.

ВКУСНАЯ
ДОМАШНЯЯ КУХНЯ

ВКУСНАЯ ДОМАШНЯЯ КУХНЯ

ПРИГОТОВЬ

№ 8 | 2019

Золотой запас на долгую зиму



ЯГОДА МАЛИНА:
ЛЮБИМЫЕ ДЕСЕРТЫ



МОЙ СИНЬОР!
БЛЮДА ИЗ ПОМИДОРОВ



ЦАРСКИЙ
ВСЕ О

УЖЕ
В ПРОДАЖЕ

- Лето в банке. Домашнее консервирование
- Все дело в начинке!
- Синьор Помидор
- По приемлемой цене:
свежая малина
- Деликатеска: голубой сыр
- Остатки сладки: вареные макароны



ДОРОГИЕ
ЧИТАТЕЛИ!

В 2019 году

СПЕЦВЫПУСКИ ЖУРНАЛА

ПРИГОТОВЬ

ВЫХОДЯТ

КАЖДЫЙ МЕСЯЦ.

ТЕМА

СЕНТЯБРЬСКОГО НОМЕРА

**«ГОТОВИМ
В МУЛЬТИВАРКЕ».**

ИЩИТЕ ЕГО В ПРОДАЖЕ
С 19 АВГУСТА.

