

УДК 641/642
ББК 36.991
И25

Ивушкина, О.

И25 Тайная формула запеканки / О. Ивушкина. — М.: РИПОЛ классик, 2007. — 64 с — (Вкусно и просто).

ISBN 978-5-7905-2695-4

Книга «Тайная формула запеканки» будет интересна даже самым привередливым хозяйкам. Здесь вы найдете самые разнообразные и оригинальные рецепты запеканок, начиная от овощных и заканчивая фруктово-ягодными.

Книга будет интересна широкому кругу читателей.

УДК 641/642
ББК 36.991

*Практическое издание
Серия «Вкусно и просто»*

Ивушкина Ольга

ТАЙНАЯ ФОРМУЛА ЗАПЕКАНКИ

Генеральный директор издательства *С. М. Макаренков*

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

Издание подготовлено при участии ЛА «Научная книга»

Подписано в печать с готовых диапозитивов 3.04.2007 г.
Формат 84×108/32. Гарнитура «Garamond».
Печ. л. 2,0. Тираж 10000 экз. Заказ № 889.

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

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

Глава 1. Сладкие запеканки



Сладкая творожная запеканка с изюмом

Требуется: 500 г творога, 1 1/2 ст. л. муки, 3 яйца, 5 ст. л. сахарного песка, 3 ст. л. изюма, 2 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. молотых сухарей, 1/2 стакана абрикосового сиропа.

Способ приготовления. Протрите творог через сито. Разотрите желтки с сахаром, добавьте просеянную муку, творог, промытый изюм и все это хорошо перемешайте. Полученную массу соедините с сухарями, а затем с сахарным песком.

Выложите все в форму и запекайте в духовке. При подаче на стол полейте абрикосовым сиропом.

Запеканка творожная с яблоками

Требуется: 150 г творога, 20 г манной крупы, 2 яичных белка, 20 г сахара, 50 г молока, 50 г ржаного хлеба, 30 г яблок, 20 г изюма, 50 г сливок, 10 г сливочного масла.

Способ приготовления. Хлеб разрежьте на 2 ломтика и намочите в молоке, добавив в него 5 г сахара. Творог протрите и смешайте со взбитым белком, сахаром, манной крупой, добавьте изюм и нарезанные кубиками яблоки. Все хорошо перемешайте. В формочку, смазанную маслом, положите ломтик смоченного хлеба, на него творожную массу, сверху второй ломтик хлеба. Облейте маслом и запеките. Подавайте к столу со сливками.

Запеканка «Пикантная»

Требуется: 200 г творога, 1 ч. л. манки, 1 белок, 3 ч. л. сахара, 2 ст. л. молока, 200 г батона или белого хлеба, 100 г ягод, 1 ст. л. изюма, 50 г масла сливочного.

Способ приготовления. Разрежьте хлеб на кусочки одинаковой величины, намочите их в молоке с сахаром. Затем протрите творог, клубнику и смешайте со взбитым белком, сахаром и изюмом. Хлеб уложите в смазанную маслом форму, а на него — приготовленную массу. Сверху накройте другими ломтиками хлеба, промажьте маслом и поставьте в духовку. К столу подайте со сливками или сметаной.

Запеканка из творога с тыквой

Требуется: 500 г творога, 1 кг тыквы, 150 г манной крупы, 2 стакана молока, 4 яйца, 1/2 стакана воды, 50 г сливочного масла, сметана, тмин, соль.

Способ приготовления. Из манной крупы сварите вязкую кашу. Тыкву очистите, нарежьте кружочками и жарьте на сливочном масле до готовности. Творог

протрите. Манную кашу соедините с жареной тыквой, протертым творогом, добавьте 3 яйца, соль, тмин и все тщательно перемешайте. Массу выложите на смазанный маслом противень (сковороду), поверхность сровняйте и смажьте яйцом. Запекайте в духовке.

Сладкая картофельная запеканка

Требуется: 1 кг картофеля, 4 яйца, 4 ст. л. масла или маргарина, 2 ст. л. ядер орехов, лимонная корочка, 100 г сахара, 2 ст. л. крахмала или муки.

Способ приготовления. Картофель отварите, остудите и протрите до образования пюре. Масло с сахаром, желтками и специями взбейте, добавьте толченые орехи, муку и картофельное пюре. После этого взбейте белки. Массу выложите на смазанный жиром противень, сверху посыпьте сладкими сухарями или переложите кусочками масла и запекайте в духовке. Запеканку подавайте со сладким соусом.

Запеканка из блинчиков с творогом

Требуется: 250 г муки, 250 г творога, 3 яйца, 50 г изюма, соль, 1/4 л сливок.

Способ приготовления. Из муки, яиц, соли и воды приготовьте жидкое тесто и испеките из него тонкие блинчики. Творог разотрите с желтком, сахаром и смешайте с изюмом. Приготовленной массой намажьте блинчики, сверните их рулетом и уложите в смазанную жиром огнеупорную форму. Залейте сливками, сверху распределите взбитый с небольшим количеством соли белок и запекайте в духовке приблизительно 35—45 мин.

Лапшевник с творогом

Требуется: 250 г лапши, 2 яйца, 1 стакан творога, по 2 ст. л. сахара и сухарей, 1/2 ч. л. соли, 1 ст. л. масла.

Способ приготовления. Отварите лапшу и смешайте ее с сырыми яйцами, солью и сахаром. Творог протрите сквозь сито или пропустите через мясорубку, хорошо перемешайте его с лапшой и выложите на сковороду, смазанную маслом, разровняйте, посыпьте сверху панировочными сухарями и сбрызните маслом. Запекайте в духовке 20—25 мин. Перед подачей посыпьте сахаром.

Фруктовая запеканка с пряниками

Требуется: 8—10 пряников, 1/2 л молока, 3—4 яйца, соль, 120 г сахара, пакетик ванильного сахара, консервированные фрукты (половинки персиков, крыжовник и другие).

Способ приготовления. Смазанную жиром форму выложите пряниками. Молоко, желтки, соль, ванильный сахар хорошо перемешайте и вылейте поверх пряников. Форму поставьте в кастрюлю с теплой водой и затем в разогретую духовку. Белки взбейте и смешайте с сахаром. Форму с затвердевшей яичной массой выньте из духовки, уложите в нее фрукты и сверху залейте взбитыми белками. Запекайте в духовке на медленном огне.

Запеканка из тыквы и яблок

Требуется: 1 кг тыквы, 4—5 яблок, 3 яйца, 1/2 стакана манной крупы или 1 стакан из-

мельченных пшеничных сухарей, 2 ст. л. масла, 1 стакан сметаны.

Способ приготовления. Тыкву очистите от кожицы, удалите семена, после чего натрите на терке, сложите в кастрюлю, добавьте масло, немного молока, закройте крышкой и варите. Во время варки добавьте натертые яблоки. После того как готовая масса остынет, добавьте в нее измельченные сухари или замоченную в молоке манную крупу, растертые с сахаром яичные желтки, соль, хорошо перемешайте, добавьте взбитые белки и снова перемешайте. Выложите в смазанный маслом и посыпанный тертыми сухарями противень или миску, сбрызните маслом и запекайте в духовке. Отдельно к запеканке подайте сметану.

Запеканка рисовая с изюмом

Требуется: 1 стакан риса, 2 стакана молока, 2 яйца, 2—3 ст. л. сахара, 50 г изюма, 1/2 ч. л. соли, 1/2 стакана сухарей, 4 ст. л. масла.

Способ приготовления. Промытый рис варите в кипятке 10 мин. После этого воду слейте, а рис залейте горячим молоком, добавьте соль и, помешивая, варите 25—30 мин. Затем добавьте сахар, яйца, все это хорошо перемешайте, переложите на смазанную маслом и посыпанную сухарями сковороду или в кастрюлю и запекайте. Готовую запеканку выложите на блюдо, разрежьте на порции и подавайте с фруктово-ягодным соусом.

Запеканка творожная с тмином

Требуется: 150 г творога, 3 ст. л. растопленного маргарина, 1 яичный желток, 1 ст. л. молока, соль, щепотка тмина.

Способ приготовления. В миску с творогом влейте маргарин, добавьте тмин и выложите на сковороду. Когда масса начнет густеть, добавьте яичный желток, растертый в молоке, перемешайте и, заполнив формочки, поставьте остывать, пока масса не затвердеет. Перед этим можно положить в формочки нарезанную кусочками ветчину, домашнюю колбасу, соленый огурец.

Запеканка из риса и тыквы

Требуется: 1 кг тыквы, 3 стакана молока, $\frac{3}{4}$ стакана риса, 5—6 яиц, 5 ст. л. сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана сахара.

Способ приготовления. Тыкву очистите от кожицы и мелко нарежьте, влейте 200—300 г воды и варите до тех пор, пока тыква не станет мягкой. Добавьте молоко, рис (его необходимо хорошо промыть) и варите 20—25 мин. После этого массу охладите, положите яйца, растопленное сливочное масло, сахар и тщательно перемешайте. Массу выложите в форму, смазанную маслом, посыпанную молотыми сухарями, и запекайте в духовке.

Творожники с изюмом

Требуется: 100 г творога, 10 г пшеничной крупы, $\frac{1}{2}$ яйца, 10 г сахара, 5 г манной крупы, 30 г изюма, 5 г кулинарного жира, 30 г варенья.

Способ приготовления. В протертый творог добавьте сахар, яичный белок, соль, манную крупу, промытый и ошпаренный изюм. Все перемешайте, сформируйте колобки, обваляйте их в муке и положите на сковороду (разогретую и смазанную жиром). Колобки смажьте

сверху желтком и запекайте в течение 10 мин, после чего полейте вареньем.

Запеканка из творога с пшеничными хлопьями

Требуется: 250 г творога, 50 г пшеничных хлопьев, 150 г яблок, 2 яйца, 40 г сливочного масла, 3 ст. л. молока, по 2 ст. л. меда и орехов, цедра лимона или апельсина.

Способ приготовления. Творог разотрите с маслом, молоком, цедрой лимона, медом и взбитыми яйцами. Яблоки очистите и нарежьте тонкой соломкой или полукольцами. Орехи очистите, мелко порубите и слегка обжарьте до светло-золотистого цвета. Половину орехов, пшеничные хлопья и яблоки всыпьте в творожное тесто.

Керамическую форму смажьте маслом и выложите в нее творожное тесто. Выпекайте при средней температуре до образования румяной корочки. Готовый творожник смажьте взбитым яйцом и посыпьте оставшимися орехами. Отдельно подайте кипяченое холодное молоко.

Запеканка из риса двух цветов

Требуется: $\frac{1}{2}$ стакана риса, 4 $\frac{1}{2}$ стакана молока, 2 ст. л. масла, 50—100 г шоколада (или какао), $\frac{2}{3}$ стакана сахара, немного вишневой настойки, корица.

Способ приготовления. Рис промойте несколько раз в холодной воде и опустите в кипяток. Доведите до кипения, откиньте, промойте холодной водой, дайте воде

стечь. Вскипятите молоко с маслом, всыпьте рис и варите до готовности, после чего разделите его на две части. В одну положите шоколад (или какао), натертый на терке и размешанный с горячей водой и сахаром. В другую часть риса положите сахар и влейте рюмку вишневой настойки. Перемешайте. В форму, намазанную маслом и обсыпанную сухарями, положите рис, чередуя ряды. Должно получиться 5—6 рядов. Поставьте в нагретую духовку на 20—25 мин. Когда чуть-чуть остынет, выложите на блюдо, обсыпав сверху сахаром с корицей. Подавайте с шоколадным или молочным соусом.



Глава 2. Овощные запеканки



Мясная запеканка с овощами и зеленью

Требуется: 500 г говяжьего фарша, 250 мл мясного бульона, 800 г картофеля, 3 головки репчатого лука, 1 огурец, 3 помидора, 1 яйцо, 5 ст. л. растительного масла, соль, перец, 2 ст. л. уксуса, 2 ст. л. нарезанного зеленого лука, жир, зелень укропа и петрушки.

Способ приготовления. Помойте и почистите лук, поджарьте его в растительном масле. Огурец помойте и нарежьте кубиками. Спассерованный лук смешайте с мясным фаршем, яйцом, порезанным огурцом. Добавьте соль и перец по вкусу.

Разогрейте духовой шкаф до 200 °С. Форму для выпечки смажьте жиром, выложите полученную массу и выпекайте в течение 30 мин.

Помойте и очистите картофель, нарежьте его ломтиками. После этого смешайте мясной бульон с уксусом

и растительным маслом. Добавьте репчатый лук, соль и перец. Полученным бульоном залейте картофель и дайте время замариноваться.

Готовую запеканку выложите на блюдо, вокруг положите картофельный салат, посыпанный зеленым луком, петрушкой и укропом. Подайте к столу вместе с запеканкой помидоры, порезанные дольками.

Запеканка морковная с рисом

Требуется: 120 г рисовой крупы, 350 г молока, 400 г моркови, 200 г яблок, 2 яйца, 50 г сахарного песка, 80—100 г сливочного масла, 60 г сметаны.

Способ приготовления. Сварите на молоке вязкую рисовую кашу. Нашинкуйте морковь, припустите ее, добавьте молоко и тушите до полной готовности. Смешайте морковь с нашинкованными сырыми яблоками и лимонной цедрой. Тщательно перемешайте и добавьте туда же сахар и яйца, после чего снова хорошенько перемешайте и выложите на сковороду, смазанную растительным маслом и посыпанную молотыми сухарями. Смажьте поверхность морковной запеканки сметаной и выпекайте в духовом шкафу до полной готовности.

Подавая готовую запеканку, не забудьте полить ее маслом и разрезать на порции, по числу приглашенных, а также приготовить горячий кисель или какао, вкус которых будет отлично подчеркивать пикантность запеканки.

Праздничная запеканка из овощей

Требуется: 1 баклажан, 2—3 помидора, 1—2 испеченных стручка сладкого перца,

5—6 вареных картофелин, 2 ст. л. тертой брынзы или сыра, сливочное масло, толченые сухари, 1 яйцо, 1/2 стакана молока, соль, черный молотый перец.

Способ приготовления. Очистите баклажан, нарежьте тонкими кружочками или ломтиками, посолите и оставьте на 30 мин, чтобы отошла горечь, а затем промойте и подсушите. В смазанную маслом и посыпанную сухарями огнеупорную посуду уложите слой картофеля, нарезанного кружочками, на картофель поместите помидоры, нарезанные кружочками, затем перец, нарезанный полосками, кружочки или ломтики баклажана и покройте слоем картофеля. При этом, укладывая каждый слой, пересыпьте его солью, перцем и мелко рубленным маслом. Поверхность картофеля разровняйте, посыпьте тертым сыром, залейте взбитой смесью из молока и яйца и запекайте в предварительно нагретом духовом шкафу.

Эту запеканку можно подать с салатом из свежих огурцов и лука.

Капуста, запеченная с сыром

Требуется: 500 г капусты, 4 яйца, 50 г молока, 200 г сыра, 20 г растительного масла, 100 г картофеля, соль, помидор.

Способ приготовления. Кочан капусты мелко порубите. Хорошо нагрейте сковороду с растительным маслом, выложите в нее капусту и пожарьте 20 мин. Разбейте в кружку яйца и, добавив в них молоко, тщательно взбейте, залейте ими капусту и оставьте на огне еще 5 мин. Выложите содержимое сковороды на противень и, посыпав капусту тертым сыром, поставьте в нагретую духовку. Держите в духовке до полной готовности.

Запеченную капусту положите на большое блюдо. Отварите картофель в подсоленной воде, очистите его от кожуры и порежьте на кубики. После этого порежьте помидор, смешайте его с картофелем и, посолив, подайте к столу вместе с капустой.

Запеканка капустная с орехами

Требуется: 500 г капусты, 2 луковицы, 3 яйца, 100 г грецких орехов, 50 г томатной пасты, 40 г маргарина, 30 г зелени укропа, соль.

Способ приготовления. Очищенный кочан капусты мелко порежьте и поварите в подсоленной воде. Лук порежьте и спассеруйте в половине порции маргарина. Смешайте лук и капусту в блюде и, посолив, добавьте яйца и толченые грецкие орехи. Перемешайте массу и выложите на сковороду с растопленным маргарином.

Когда запеканка поджарится, осторожно переверните ее, чтобы могла поджариться верхняя поверхность.

Готовую запеканку выньте из сковороды и выложите на блюдо. Смешайте томатную пасту с рубленой зеленью и полученной массой смажьте поверхность запеканки.

Запеканка из моркови с сухарями

Требуется: 1 кг моркови, 1 стакан молотых сухарей, 8 яиц, 1 стакан сахара, 100 г сливочного масла, 200 г изюма или цукатов.

Способ приготовления. Промытую морковь сварите до мягкости, очистите и протрите. В морковное пюре всыпьте молотые сухари. Желтки, сахар и подогретое масло растотрите и слегка взбейте. В растертые желтки положите

морковное пюре, нарезанные цукаты или изюм, добавьте соль и взбитые белки, перемешайте, осторожно выложите в смазанную маслом форму и запекайте.

Капуста, запеченная с сыром

Требуется: 2 кг капусты, 3 ст. л. сливочного масла, 3 ст. л. мелко нарубленного репчатого лука, 3 ст. л. муки, 2 ч. л. соли, 2 стакана молока, 1 лавровый лист, 1 стакан тертого сыра, 3 ст. л. панировочных сухарей, перец.

Способ приготовления. Капусту порубите, положите в кипящую воду и варите 10 мин. После чего откиньте на дуршлаг. Поджарьте мелко нарезанный репчатый лук, добавьте муку, соль, перец. Все хорошо перемешайте и переложите в кастрюлю с капустой. Влейте, помешивая, молоко и варите на слабом огне 20 мин. Всыпьте в кастрюлю тертый сыр и выложите все на глубокий противень. Посыпьте сверху тертым сыром, смешанным с сухарями, и поставьте противень в хорошо нагретую духовку. Капуста должна слегка зарумяниться.

Капуста, запеченная с яблоками

Требуется: 1 кочан капусты, 4—6 яблок средней величины, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. л. муки, 1 яйцо, 1 желток, 1 ст. л. сухарей, 4 ст. л. масла.

Способ приготовления. Белокочанную капусту очистите от загрязненных листьев, обмойте, нашинкуйте тонкой соломкой, положите в посуду, добавьте сливочного масла и немного воды. Посуду закройте крышкой и тушите капусту, периодически помешивая ее. В конце

тушения добавьте очищенные от кожицы и семян нашинкованные яблоки, сливочное масло. Муку взбейте со сметаной и яйцами, посолите и вылейте массу в капусту, после чего тщательно перемешайте. Подготовленную капусту положите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму, смажьте яичным желтком, сбрызните маслом. Запекайте в духовом шкафу до тех пор, пока капуста не подрумянится.

Цветная капуста под молочным соусом

Требуется: 1 кочан цветной капусты, 1 стакан молока, 1 ст. л. муки, 1 ст. л. натертого сыра, 1—2 ст. л. масла.

Способ приготовления. Очищенную цветную капусту варите до готовности примерно 25—30 мин, после чего выложите на сито и дайте стечь воде. Капусту переложите в смазанную маслом сковороду кочерыжкой вниз, залейте молочным соусом средней густоты, посыпьте натертым сыром, сбрызните маслом и поставьте в горячую духовку на 10—15 мин для запекания.

Пудинг из цветной капусты

Требуется: 1 большой кочан цветной капусты, 3 яйца, 1 ст. л. муки, 1 стакан молока, 3 ст. л. тертого сыра или молотых сухарей, 4 ст. л. сливочного масла, соль.

Способ приготовления. Кочан цветной капусты отварите, выньте из воды, дайте стечь, после чего протрите капусту через сито. Просеянную муку положите в посуду, добавьте растопленное масло. Муку слегка поджарьте, помешивая, и постепенно разбавьте горячим моло-

ком или капустным отваром. Полученный соус должен быть густым и без комков. Этот соус смешайте с протертой капустой, туда же добавьте яичные желтки и сливочное масло. Посолите и добавьте оставшиеся белки, взбитые в пену. Аккуратно размешайте всю смесь и выложите в смазанную маслом и посыпанную молотыми сухарями форму. Сверху посыпьте тертым сыром или молотыми сухарями, сбрызните маслом и поставьте в нежаркий духовой шкаф. Запекайте до тех пор, пока масса в форме хорошо не поднимется и не подрумянится. Перед подачей пудинг слегка полейте маслом.

Такой же пудинг можно приготовить из кабачков.

Белокочанная капуста под молочным соусом

Требуется: 1 кг капусты, 1 стакан молока, по 1 ст. л. муки и натертого сыра, 3 ст. л. масла.

Способ приготовления. Кочан капусты разберите на отдельные листья и варите в подсоленной воде 25—30 мин. После чего откиньте на сито, отожмите и каждый листок сложите в виде конверта. Подготовленную капусту обжарьте в масле, залейте молочным соусом, посыпьте тертым сыром, сбрызните маслом и запекайте в духовом шкафу 10—15 мин.

Чтобы приготовить молочный соус, муку прожарьте в масле и разведите горячим молоком, вливая его постепенно. Соус варите, непрерывно помешивая, 10 мин, затем посолите по вкусу.

Морковная запеканка с творогом

Требуется: 500 г моркови, 30 г творога, 3 ст. л. манной крупы, 2 яйца, 2 ст. л. сахара,

2 ст. л. молотых сухарей, 1 ст. л. масла, 3/4 стакана сметаны.

Способ приготовления. Очищенную и промытую морковь тонко нарежьте ломтиками или соломкой, сложите в кастрюлю, залейте горячим молоком, добавьте масло, сахар, соль, накройте крышкой и тушите до готовности на среднем огне, помешивая, чтобы морковь не пригорела. Подготовленную морковную массу смешайте с протертым творогом, добавьте сахар. Все размешайте и выложите на смазанную жиром и посыпанную сухарями сковороду или противень. Разровняйте, смажьте сметаной, посыпьте молотыми сухарями, сбрызните маслом и поставьте в духовку на 30—35 мин для запекания. Отдельно к морковной запеканке с творогом можно подать сметану или сливочное масло.

Свекла, запеченная с луком

Требуется: 6—8 шт. свеклы, 2 головки лука, 2 ст. л. масла, 1 стакан сметаны, 1 ст. л. муки, 2—3 ст. л. уксуса, соль и перец.

Способ приготовления. Свеклу хорошенько промойте, положите на сковороду и испеките в духовке до готовности. Готовую свеклу очистите от кожицы, мелко порубите и поджарьте на слабом огне на сковороде с жиром. Одновременно очистите репчатый лук, порубите его и также поджарьте на слабом огне, затем смешайте со свеклой и жарьте еще 5—7 мин. После чего в свеклу с луком добавьте, помешивая, сметану с мукой, посолите, поперчите, влейте уксус, доведите до кипения и поставьте на 20—25 мин в не очень горячую духовку. Подавайте как отдельное блюдо или на гарнир к жареному мясу или дичи.

Запеканка из овощей «По-украински»

Требуется: 1 небольшой баклажан, 2—3 помидора, 1—2 испеченных стручка сладкого перца, 5—6 вареных картофелин, немного тертого сыра, сливочное масло, толченые сухари, 1 яйцо, 1/2 стакана молока, соль, черный молотый перец.

Способ приготовления. Баклажан очистите, нарежьте тонкими ломтиками, посолите и оставьте на 30 мин, чтобы отошла горечь, после чего промойте и просушите. В смазанную маслом и посыпанную сухарями огнеупорную посуду уложите слой картофеля, нарезанного кружочками, на картофель поместите помидоры, нарезанные ломтиками, затем перец, нарезанный соломкой, кружочки или ломтики баклажана и покройте слоем картофеля. При этом, укладывая каждый слой, пересыпайте его солью, перцем и мелко порубленным маслом. Поверхность картофеля разровняйте, посыпьте тертым сыром, залейте взбитой смесью из молока и яйца и запеките в предварительно нагретом духовом шкафу. Подавайте запеканку с салатом из огурцов.

Запеканка из кабачков

Требуется: 1 кг кабачков, несколько долек чеснока, соль, 5—6 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления. Очистите 1 кг молодых свежих кабачков, промойте, нашинкуйте нарезанным соломкой чесноком, натрите солью, положите на противень, залейте растительным маслом и запекайте в предварительно нагретом духовом шкафу. Подавайте кабачки холодными со сметаной или кислым молоком.

Запеканка из краснокочанной капусты

Требуется: 200 г краснокочанной капусты, 150 г слоеного теста, 1 яйцо, 1/2 стакана молока, 2 ст. л. оливкового или растительного масла, соль.

Способ приготовления. Краснокочанную капусту порежьте мелкой соломкой и отварите в кипящей подсоленной воде в течение 6 мин, затем обсушите на салфетке. Противень смажьте маслом, положите пласт слоеного теста, на него — слой рубленой капусты. Яйцо взбейте, смешайте с молоком и залейте им капусту, сверху положите тонкие полоски из теста. Поставьте противень в горячий духовой шкаф на 15—20 мин до образования румяной корочки у теста. Отдельно подайте сливки или молоко и зеленый салат.

Пудинг из кабачков

Требуется: 1 1/2 кг кабачков, 6 яиц, 3 стакана молока, соль, 1 пучок зелени петрушки, 200 г тертого сыра, 1 ст. л. муки, 3—4 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления. Подготовленные кабачки натрите на крупной терке, положите в кастрюлю, налейте подсоленной воды, потушите до мягкости, снимите с огня, процедите и выложите в смазанную сливочным маслом форму или на противень. Отделите желтки яиц от белков. Желтки хорошенько разотрите, смешайте с молоком и приготовленной смесью залейте кабачки. Добавьте, слегка помешивая массу, пучок мелко нарезанной зелени петрушки, 100 г тертого сыра и белки, взбитые в густую пену вместе с мукой. Сверху посыпьте

100 г тертого сыра, посолите, полейте 3—4 ст. л. растопленного сливочного масла и запекайте в умеренно горячем духовом шкафу до образования румяной корочки. Подавайте пудинг в горячем виде.

Овощная запеканка

Требуется: 1 кг различных овощей (брюквы, картофеля, моркови и консервированного зеленого горошка), 4 яйца, 100 г сливочного масла, 1 стакан молока, соль, панировочные сухари.

Способ приготовления. Очищенные и промытые овощи отдельно сварите в соленой воде до мягкости, затем мелко порубите (кроме горошка), добавьте желток. Массу выложите в смазанную жиром форму, переложите кусочками масла, посыпьте панировочными сухарями и запекайте в умеренно горячей духовке 20 мин. Подавайте залитую растопленным маслом как гарнир к блюдам из молотого мяса птицы. К овощной запеканке можно добавить томатное пюре (1—2 ст. л.).

Запеканка из баклажанов

Требуется: 400 г баклажанов, 300 г помидоров, 200 г сыра, по 100 г перца и лука, яйцо, 40 г сливочного масла, 1/2 стакана оливкового или растительного масла, по 2 ст. л. сливок и муки или панировочных сухарей, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления. Баклажаны порежьте колечками. Разогрейте масло и обжарьте их до золотистого цвета с двух сторон, немного присыпав солью, и обсу-

шите на полотенце. Перец и помидоры порежьте тонкой соломкой, удалив плодоножки и семена. Лук ошпарьте кипящей водой для смягчения вкуса и крупно нашинкуйте. Сыр натрите на мелкой терке, смешайте со взбитыми яйцами, мукой или сухарями, добавьте сливочное масло, соль и молотый перец.

Растительное масло разогрейте и вылейте в него половину яично-сырной смеси. Затем выложите баклажаны, помидоры, перец и лук и снова залейте яйцом. Запекайте баклажаны в духовом шкафу под закрытой крышкой в течение 15—20 мин на медленном огне. За несколько минут до готовности снимите крышку, чтобы выпарилась вода. В готовую запеканку положите сливки.

Запеканка из лапши с томатами

Требуется: 250 г вермишели, 1/2 кг помидоров, 150 г сыра, 100 г лука, 40 г сливочного масла, 1 стакан сливок, 1/2 стакана молока, 4 ст. л. муки, зелень петрушки, укропа и лука, соль.

Способ приготовления. Вермишель сварите до готовности в соленой кипящей воде с добавлением масла, хорошо промойте, откиньте на дуршлаг, дайте воде стечь и обсушите на полотенце, затем проверните через мясорубку. Помидоры ошпарьте кипящей водой, снимите кожицу и разрежьте на тонкие полукольца. Лук спассеруйте в масле с мукой.

В плоскую жаропрочную посуду выложите тонкий слой вермишели, на него — помидоры, лук и снова вермишель. Залейте все сливками и молоком, сверху густо посыпьте тертым сыром. Поставьте запеканку в хорошо прогретый духовой шкаф на 15—20 мин. Готовое блюдо посыпьте зеленью.

Овощная запеканка с брынзой

Требуется: по 300 г перца и помидоров, по 100 г лука и брынзы, 1 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. настоящего на травах уксуса, зелень петрушки или укропа, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления. Нарежьте помидоры кружочками, лук — полукольцами, перец — длинной тонкой соломкой. Сыр натрите на крупной терке. Глубокое жароустойчивое блюдо сбрызните маслом и уложите в него слоями перец, лук и помидоры, посолите и поперчите. Полейте маслом и уксусом, сверху посыпьте сыром и поставьте в горячий духовой шкаф на несколько минут, чтобы сыр только подплавился. Готовую запеканку украсьте свежей зеленью.

Запеканка с брокколи и помидорами

Требуется: 1 кг брокколи, 300 г помидоров, 100 г сыра, 1 стакан сливок, 1/2 л бульона, зелень петрушки и укропа, мускатный орех, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления. Брокколи отварите в кипящем бульоне до полуготовности, дайте стечь лишней воде и мелко нашинкуйте. Помидоры ошпарьте кипящей водой, снимите кожицу и порежьте на крупные дольки. Зелень мелко порежьте и смешайте с солью, орехами и перцем. Сыр натрите на крупной терке. Все продукты смешайте, залейте сливками и посыпьте мелко рубленными орехами. Запекайте в духовом шкафу в течение 15—20 мин на среднем огне. Готовое блюдо полейте охлажденными сливками и посыпьте рубленой зеленью.

Овощная запеканка «По-берлински»

Требуется: 150 г пшена, 300 г помидоров, по 200 г цуккини и шампиньонов, 100 г лука, 40 г сливочного масла, 2 ст. л. жира, 4 ст. л. тертого сыра, 2 стакана овощного бульона, майоран, шафран, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления. Пшено промойте в холодной воде и сварите до готовности в подсоленной воде с добавлением масла. Лук ошпарьте кипящей водой для смягчения вкуса и мелко нашинкуйте. Цуккини очистите и порежьте длинными тонкими дольками. Помидоры ошпарьте кипящей водой, крупно порежьте. Шампиньоны отварите в подсоленной воде до готовности, затем прожарьте в масле 5—10 мин до образования румяной корочки.

Глубокую жаропрочную посуду смажьте жиром, положите слой пшенной каши, затем шампиньоны, помидоры, цуккини и лук. Посыпьте все тертым сыром, специями и полейте бульоном. Прогрейте в духовом шкафу в течение 15—20 мин. При подаче посыпьте запеканку свежей зеленью. Отдельно подайте сливки.

Капуста савойская с рисом и сыром

Требуется: 700 г савойской капусты, по 1 стакану риса и сливок, 100 г твердого сыра, яйцо, 3—4 стакана молока, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. пшеничной муки, зелень петрушки, укропа, соль.

Способ приготовления. Рис промойте и отварите, добавьте немного сливочного масла, посолите и переме-

шайте. Сотеиник смажьте маслом, посыпьте панировочными сухарями и выложите на него рис, пересыпьте его тертым сыром, смажьте яйцом, сбрызните маслом и дайте прогреться на медленном огне в духовом шкафу.

Савойскую капусту мелко нашинкуйте, удалив кочерыжку. Молоко соедините с небольшим количеством воды, вскипятите и отварите в нем капусту до полумякости. Готовую капусту выньте из кастрюли, молоко не выливайте. 2 стакана отвара вскипятите, постепенно влейте в него холодный отвар с разболтанной в нем мукой. Когда весь отвар закипит и загустеет, добавьте в него масло, сливки и соль. Соус прогрейте, не доводя до кипения, и всыпьте рубленый укроп и петрушку.

Готовую горячую капусту выложите в салатницу, облейте ее частью соуса, остальной подайте отдельно. Вместе с капустой подайте запеченный рис.

Капуста савойская, фаршированная каштанами

Требуется: 1 кг савойской капусты, 300 г каштанов, 2 яйца, $\frac{3}{4}$ стакана сливок или молока, 50 г сливочного масла, сухари, соль.

Способ приготовления. Кочан савойской капусты обдайте подсоленной кипящей водой и откиньте на дуршлаг. Очищенные каштаны порежьте, посолите и потушите в масле под крышкой до готовности. Готовые мягкие каштаны протрите сквозь крупное сито или на терке. Сухари поломайте, подрумяньте в масле и залейте горячими сливками или молоком, дайте остыть, затем протрите. Соедините каштаны с сухарями и сливками, положите размягченное сливочное масло, взбитые яйца, все хорошо перемешайте.

Четырехугольный кусок марли растяните, положите на него савойскую капусту кочерыжкой вниз и, отгибая один лист за другим, переложите ее фаршем из каштанов. Затем загните листья обратно, в естественном для них направлении, и заверните капусту в марлю, собрав ее концы и перевязав их над самым кочаном. Протушите готовый кочан в масле под крышкой, подливая время от времени кипящую воду. Когда капуста будет готова, удалите марлю, а кочан выложите на блюдо. Отдельно подайте сливки или нежирный бульон.

Красная капуста, запеченная с каштанами

Требуется: 500 г краснокочанной капусты, 400 г каштанов, 100 г сливочного масла, 1 стакан сметаны или сливок, 1/2 стакана овощного бульона или воды, соль.

Способ приготовления. Капусту мелко нашинкуйте, пересыпьте солью и потушите в масле и бульоне. Зрелые каштаны обдайте кипящей водой, снимите кожицу и отварите в подсоленной воде до готовности, затем потушите в масле. Готовые каштаны порубите, соедините с капустой, влейте сметану или сливки и прогрейте на медленном огне, не доводя до кипения.



Глава 3. Фруктово-ягодные запеканки



Запеканка из малины

Требуется: 1/2 кг свежей или мороженой малины, 3 ст. л. сахара, 4 яйца, 1 стакан йогурта, 2 ст. л. сливочного масла, 3 ст. л. муки, 2 ч. л. ванильного порошка, 4 ст. л. сахарной пудры, 1 ч. л. крахмала, 1 стакан сметаны.

Способ приготовления. Отделите яичные белки от желтков. Желтки взбейте с 2 ст. л. сахара и сливочным маслом, добавьте йогурт, всыпьте ванильный порошок, муку, крахмал. Белки взбейте с 2 ст. л. сахарной пудры в густую пену. Малину разотрите с 1 ст. л. сахара, смешайте с остальной массой и осторожно введите белки.

Вылейте полученную смесь в смазанную маслом форму и выпекайте около получаса при средней температуре. Оставшуюся малину взбейте с сахарной пудрой и сметаной и залейте готовую запеканку.

Клубничная запеканка

Требуется: 500 г клубники, 3 ст. л. сахара, 4 яйца, 1 стакан йогурта, 2 ст. л. сливочного масла, 3 ст. л. муки, 2 ч. л. ванильного порошка, 4 ст. л. сахарной пудры, 1 ч. л. крахмала, 1 стакан сметаны.

Способ приготовления. Отделите яичные белки от желтков. Желтки взбейте с 2 ст. л. сахара и сливочным маслом, добавьте йогурт, всыпьте ванильный порошок, муку, крахмал. Белки взбейте с 2 ст. л. сахарной пудры в густую пену. 250 г клубники разотрите с 1 л. сахара, смешайте с остальной массой и осторожно введите белки.

Вылейте полученную смесь в смазанную маслом форму и выпекайте около получаса при средней температуре. Оставшуюся клубнику взбейте с сахарной пудрой и сметаной и залейте готовую запеканку.

Запеканка с вишней «По-запорожски»

Требуется: 500 г вишни, 400 г черствого белого хлеба, 500 г молока, 100 г маргарина, 2 яйца, 100 г сахара, корица, панировочные пшеничные сухари.

Способ приготовления. Белый хлеб без корок нарежьте маленькими кусочками и залейте кипящим молоком. Смешайте 60 г размягченного маргарина, 60 г сахара, желтки и корицу. Добавьте остывший замоченный хлеб и белки, взбитые в крепкую пену. Вишни промойте, удалите косточки. Форму для запекания смажьте маргарином, посыпьте панировочными сухарями, выложите в нее слоями хлебную массу и вишни. Нижний и верхний слой

— хлебные. Оставшийся сахар перемешайте с корицей, положите кусочки маргарина. Приготовленной смесью смажьте верх запеканки. Запекайте при средней температуре около 45 мин. Подавайте с фруктовым соком.

Запеканка из вишни «По-белгородски»

Требуется: 50 г масла, 4 яйца, 100 г сахара, 1 стакан сладких молотых сухарей, 1 стакан вишни без косточек.

Способ приготовления. Взбейте масло, сахар и яичные желтки, добавьте сухари, вишню без косточек. Осторожно взбейте в густую пену белки. Полученной массой наполните смазанную жиром форму и запекайте 30 мин. Подавайте к столу с молоком.

Запеканка фруктовая со сметаной

Требуется: 1 стакан сметаны, 5—6 крупных яблок, 1/2 стакана сахара, 1 ст. л. меда, кусочки разных фруктов, 1 ст. л. лимонного сока.

Способ приготовления. Яблоки промойте, удалите сердцевину. В кастрюле с водой поварите их 10—15 мин, пока они не станут мягкими. Сметану разотрите с сахаром, добавьте лимонный сок. В сметану добавьте кусочки фруктов и мед. Перемешайте. Эту смесь добавьте в яблоки. Запекайте до готовности.

Запеканка яблочно-абрикосовая

Требуется: 1 стакан сметаны, 5 крупных яблок, 3 ст. л. сахара, 1 ч. л. лимонного сока, 6—7 абрикосов.

Способ приготовления. Яблоки промойте и удалите сердцевину. Положите в кастрюлю, добавьте сахар, лимонный сок и поварите 10—15 мин, пока они не станут мягкими. Абрикосы промойте, удалите косточки. Разотрите их со сметаной и сахарной пудрой. Взбейте смесь до пышной массы. Слейте воду и добавьте взбитую массу в яблоки. Запекайте до готовности.

Запеканка с абрикосовыми ядрышками

Требуется: 1/2 стакана сметаны, 5—6 крупных яблок, 1/2 стакана сахара, 1/4 стакана абрикосовых ядрышек. 2 ст. л. риса, 2 ст. л. меда, 1 ч. л. лимонного сока, 6—7 абрикосов.

Способ приготовления. Рис промойте и отварите в слабо подсоленной воде. Ядрышки растолките и смешайте с рисом, добавьте мед. Яблоки промойте и удалите сердцевину. Положите в кастрюлю, залейте водой и поварите немного, пока они не станут мягкими. В середину яблок поместите рисовую смесь. Сметану разотрите с сахаром, влейте лимонный сок. Добавьте эту массу к яблокам и запекайте до готовности.

Ягодная запеканка с орехами и изюмом

Требуется: 1/2 кг лесных или садовых ягод (малины, земляники, смородины, клубники), 250 г макаронных изделий, 100 г лимона или апельсина, 70 г орехов, 50 г изюма, 3 яйца, 1/2 л сливок, 4 ст. л. меда или сахарного сиропа, ванильный сахар.

Способ приготовления. Макароны сварите в кипящей воде до готовности, откиньте на дуршлаг.

промойте холодной водой и хорошо просушите на салфетке. Ягоды замочите в холодной воде. Изюм хорошо вымойте и залейте на несколько минут горячей водой (он не должен слишком распариться). Лимон или апельсин очистите от кожуры, семян и пленок и порежьте мелкими дольками. Все ягоды перемешайте с макаронами и поместите в глубокую жаропрочную керамическую посуду.

Орехи очистите и крупно порубите. Яйца взбейте в густую пену, соедините со сливками, медом, ванильным сахаром и подогрейте. Горячей смесью залейте ягоды и лапшу, посыпьте сверху орехами, закройте крышкой и дайте потомиться на медленном огне 15—20 мин. Отдельно подайте молоко или фруктовый сок.

Запеканка с бананами, яблоками и орехами

Требуется: 600 г бананов, 300 г яблок, 100 г лимона, 80 г орехов (миндаль или фундук), 1/2 стакана кукурузной крупы, 80 г сливочного масла, 1 ст. л. жидкого меда, лимонный сок, ванильный сахар.

Способ приготовления. Кукурузную крупу отварите в небольшом количестве воды с сахаром и медом до готовности. Яблоки очистите, порежьте тонкими брусочками или натрите на крупной терке. Лимон очистите от кожуры, удалите семена и пленки и порежьте мелкими дольками. Бананы порежьте квадратиками. Половину одного банана оставьте для украшения. Орехи натрите на терке, часть из них оставьте целыми.

Кукурузную крупу смешайте с маслом, сахаром и выложите в большое жаропрочное блюдо, осторожно перемешав с фруктами. Прогрейте запеканку несколько минут в нежарком духовом шкафу, затем посыпьте цель-

ными орехами, украсьте дольками бананов и сбрызните лимонным соком.

Запеканка из яблок и картофеля

Требуется: 200 г свежих яблок, 150 г картофеля, 50 г сливочного масла, 2 яйца, сахар, 50 г очищенных грецких орехов, сыр.

Способ приготовления. Холодный вареный картофель нарежьте ломтиками, обжарьте до образования румяной корочки и охладите. Очищенные и нарезанные ломтиками яблоки посыпьте сахаром, добавьте жареные орехи. Желтки яиц смешайте с картофелем, добавьте взбитые белки, выложите в форму, смазанную жиром, посыпьте тертым сыром и запекайте в духовке.

Запеканка из риса и экзотических фруктов

Требуется: 600 г бананов, по 300 г риса, яблок и ананасов, 100 г апельсинов, 200 г сладкого перца, 20 г сливочного масла, 1 ст. л. меда, зелень, карри, шафран, перец, соль.

Способ приготовления. Рис отварите в небольшом количестве подсоленной воды так, чтобы он оставался рассыпчатым, смешайте его с перцем, карри и шафраном, добавьте немного масла и мед. Бананы, яблоко и апельсин очистите, у ананаса отделите мякоть и порежьте фрукты маленькими кусочками. Перцы порежьте на длинные тонкие дольки.

Рис смешайте с кусочками фруктов, положите в большой сотейник или утятницу горкой и запеките в течение 10—12 мин на медленном огне. Готовое блюдо украсьте кусочками фруктов и зеленью.

Хлебная запеканка со сливами

Требуется: 8—10 ломтиков черствого пшеничного хлеба, 500 г слив, 2 яйца, 50 г сахара, 100 г творога, мука, молоко.

Способ приготовления. Хлеб замочите в молоке. Из слив удалите косточки и слегка посыпьте сахаром. В смазанную жиром огнеупорную форму уложите слоями хлеб и сливы, залейте смесью, приготовленной из яиц, сахара, творога, муки и молока. Запекайте в духовке 45—50 мин.

Макаронная запеканка с яблоками

Требуется: 400 г макарон, 4 яйца, 500 г яблок, 1 1/2 стакана молока, 1 стакан сахара, 1 ст. л. топленого масла, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления. Макароны отварите, откиньте, перемешайте с сахаром и мелко нарезанными яблоками (очищенными от сердцевин), после чего положите в кастрюлю с растопленным маслом. Яйцо взбейте с молоком, залейте макароны полученной смесью и поставьте запекать в духовку. Готовую запеканку выложите на тарелку, разрежьте на порции. Отдельно подайте сметану или молоко.

Запеканка из черного хлеба с яблоками

Требуется: 100 г ржаного хлеба, 100 г свежих яблок, 25 г сахара, маргарин, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана молока, 1 яйцо, корица.

Способ приготовления. Черный хлеб натрите на терке и перемешайте с корицей и частью сахара. Яблоки

нарежьте ломтиками, удаляя сердцевину. Затем уложите слоями в смазанную маргарином форму хлеб, слегка смазанный сливочным маслом, ломтики яблок, посыпанные сахаром, сливочное масло. Верхний слой запеканки должен быть из черного хлеба. Залейте яично-молочной смесью или только молоком и запекайте в духовке 25—30 мин. Подавайте в горячем или охлажденном виде с молоком.

Запеканка из картофеля и яблок со сметаной

Требуется: 150 г картофеля, 50 г яблок, 30 г сметаны, 50 г молока, 10 г сливочного масла, 20 г сливочного маргарина, по пучку укропа, петрушки и зеленого лука, соль.

Способ приготовления. Сварите картофель и, очистив от кожуры, истолките в пюре, добавьте в него теплое молоко, сливочное масло и тщательно перемешайте. Очистите яблоки от кожуры и, порезав их маленькими дольками, положите в пюре. Все тщательно перемешайте. Пюре выложите на сковороду в растопленный маргарин и разровняйте его поверхность, смажьте ее сметаной, смешанной с яйцом.

Приготовленную массу выпекайте в духовке до готовности. Готовую запеканку выложите на блюдо и посыпьте зеленью.



Глава 4 Картофельные запеканки



Картофель, запеченный с сыром и мускатным орехом

Требуется: 1 кг картофеля (нерассыпчатых сортов), 100 г твердого сыра, 100 г сырокопченой колбасы или салями, 250 г сливок, черный перец, молотый мускатный орех, 1 зубчик чеснока, зелень, соль.

Способ приготовления. Картофель почистите, нарежьте тонкими дольками и отварите в кипящей подсоленной воде до полуготовности. Полученные кружочки картофеля откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Включите духовку и разогрейте ее до 200 С.

В форму для выпечки положите половину всего вареного картофеля, сверху посыпьте тертым сыром, сверху положите колбасу, нарезанную тонкой соломкой. Повторите слои в той же последовательности. Поставьте форму в духовку.

Приготовьте соус. В небольшой мисочке смешайте сливки, тертый чеснок, мускатный орех и перец. После того как картофельная запеканка будет готова, полейте ее соусом и украсьте мелко нарезанной зеленью.

Картофельная запеканка под сырным соусом

Требуется: 400 г молодого картофеля, растительное масло, 2 помидора, зеленый лук, тимьян, 2 ст. л. мелко нарезанных листьев сельдерея, 200 г ветчины, 6 яиц, соль, перец, 4 ст. л. жирных сливок, 200 г плавленого сливочного сыра, 1 стакан сметаны, зелень кинзы или петрушки.

Способ приготовления. Отварите картофель, разрежьте на части, обжарьте в растительном масле до золотистого цвета. С помидоров снимите кожицу, мелко нарежьте зеленый лук, добавьте его в картофель вместе с мелко порубленным тимьяном, сельдереем, ветчиной, нарезанной узкими полосками. Посолите и поперчите по вкусу.

В отдельной миске взбейте яйца со сливками, солью, перцем, вылейте эту смесь на овощи, накройте крышкой и поставьте в духовку на 10 мин. В это время приготовьте соус. Взбейте сыр со сметаной, добавьте 5 ст. л. зелени, подавайте запеканку к столу горячей с соусом.

Запеканка из картофеля с селедкой

Требуется: по 200 г соленой сельди, пшеничного хлеба и свежих яблок, 70 г сливочного масла, 1/2 кг картофеля, головка репчатого лука, 1 ст. л. 3%-го уксуса, 2 яйца, по 300 г свежих огурцов и помидоров, 1 стакан сме-

таны, черный молотый перец, зелень укропа или петрушки.

Способ приготовления. Вымоченное филе сельди мелко порубите и соедините с мелко нарубленными яблоками, сваренными вкрутую яйцами, размоченным в воде хлебом, добавьте масло, перец, уксус. Отварной картофель порежьте кружочками и выложите на сковороду, смазанную маслом, на картофель выложите приготовленную селедочную начинку, поперчите, посыпьте зеленью и залейте сметаной. Поставьте сковороду в духовку и выпекайте.

Картофельная запеканка со свежим и грибами и мозгами

Требуется: 700 г картофеля, 50 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, 1/2 стакана молока, соль, черный молотый перец, панировочные сухари.

Для фарша: 1/2 кг грибов (шампиньонов, вешенок, сыроежек), 200 г отварных мозгов, головка репчатого лука, соль, черный молотый перец.

Способ приготовления. Картофель отварите в подсоленной воде и приготовьте пюре с добавлением воды (в которой он варился) и пассерованного репчатого лука. Сковороду смажьте маслом и ровным слоем выложите на нее пюре. Для начинки грибы промойте, порежьте их на маленькие кусочки, посолите, поперчите и поджарьте на сливочном или растительном масле с мелко нарезанным луком. Мозги отварите в подсоленной воде и смешайте с жареными грибами. Готовый фарш приправьте специями и выложите на слой карто-

фельного пюре. Затем покройте его сверху оставшимся пюре, полейте молоком, посыпьте панировочными сухарями и поставьте в духовку для выпекания.

Картофельная запеканка с кукурузой молочной спелости

Требуется: 600 г картофеля, яйцо, 40 г сливочного масла, 1/2 стакана молока, соль, черный молотый перец.

Для фарша: 400 г кукурузы молочной спелости, соль.

Способ приготовления. Сырой картофель натрите на терке, посолите, поперчите, смешайте с яйцом и переложите на сковороду, смазанную сливочным маслом. Равномерно распределите по поверхности сковороды и поставьте ее в разогретую духовку на 10 мин, затем выньте сковороду и выложите на слегка подпеченный слой картофеля слой подсоленной кукурузы, равномерно распределите ее и залейте все молоком. Поставьте сковороду в духовку и продолжайте запекать до полной готовности.

Картофельная запеканка со щавелем

Требуется: 800 г картофеля, яйцо, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана жидкой сметаны или майонеза, соль, черный молотый перец.

Для начинки: 1/2 кг щавеля, 3 яйца, соль.

Способ приготовления. Сырой картофель натрите на крупной терке, добавьте соль, перец, смешайте с сырым яйцом и переложите на сковороду, смазанную сливочным маслом. Тертый картофель распределите по поверхности сковороды и поставьте ее в разогретую духовку на

10—15 мин. Выньте сковороду и выложите на картофель слой рубленого щавеля, смешанного с рублеными вареными яйцами и приправленного солью. Равномерно распределите начинку и залейте все сметаной или майонезом. Поставьте сковороду в духовку и запекайте картофель со щавелевой начинкой до полной готовности.

Запеканка из тертого картофеля

Требуется: 1 1/2 кг картофеля, 200 г копченого шпика, 1 стакан простокваши, соль, сода на кончике ножа.

Способ приготовления. Очищенный картофель натрите, отожмите через марлю. Отжатый картофель посолите, перемешайте с простоквашей (можно со взбитым яйцом). В форму положите тонко нарезанный шпик. В приготовленную картофельную массу добавьте соду и выложите ее в форму на шпик, сверху снова положите слой шпика и запекайте все в духовке в течение 45 мин. Готовую запеканку подавайте со сметаной или растопленным маслом.

Картофельная запеканка с потрохами

Требуется: 1 кг картофеля, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана жидкой сметаны или майонеза, соль, черный молотый перец, зелень петрушки, укропа.

Для начинки: 1/2 кг куриных потрохов, 2 головки репчатого лука, 3 яйца, 80 г сливочного масла, соль, специи.

Способ приготовления. Картофель отварите в подсоленной воде и приготовьте пюре, добавив сливочное масло.

Разровняйте его на сковороде, смазанной маслом. Куриные потроха отварите в подсоленной воде со специями (лавровым листом, перцем горошком). Отварные потрошки проверните через мясорубку и поджарьте на масле вместе с кольцами лука, затем смешайте фарш с рублеными вареными яйцами, посолите и поперчите. Готовую начинку распределите ровным слоем на подготовленном слое пюре, залейте сметаной или майонезом и поставьте в разогретую духовку для выпекания. Готовую запеканку переложите на блюдо и украсьте зеленью.

Запеканка картофельная «Панская»

Требуется: 400 г картофеля, 300 г творога, 100 г сливочного масла, 3 яйца, 100 г молока.

Способ приготовления. Картофель отварите в кожуре, очистите, нарежьте ломтиками и посолите. Половину нарезанного картофеля положите в кастрюлю, дно и боковые стенки которой смажьте сливочным маслом. Творог и сливочное масло размешайте до сметанообразной консистенции и положите в кастрюлю. Затем в кастрюлю добавьте вторую половину нарезанного картофеля. 3 яичных желтка взболтайте с молоком. Этой смесью залейте картофель и поставьте кастрюлю примерно на 1 ч в разогретую духовку, после чего подавайте к столу.

Запеканка из картофеля с мясом и ливером

Требуется: 700 г картофеля, 60 г сливочного масла, 2 яйца, по 1/2 стакана молока и сметаны, соль, черный молотый перец, панировочные сухари.

Для фарша: 400 г жареной свинины, 100 г отварного ливера, головка репчатого лука, специи.

Способ приготовления. Очищенный картофель отварите в подсоленной воде и приготовьте пюре с добавлением молока и рубленых вареных яиц. На противень, смазанный маслом, посыпанный панировочными сухарями, выложите слой картофельного пюре и разровняйте его, положите на него слой фарша из жареной свинины, кольца репчатого лука, а сверху — слой отварного ливерного фарша. Верх покройте картофельным пюре, смажьте его сметаной и посыпьте сухарями, запекайте в духовке.

Запеканка «Винницкая»

Требуется: 700 г моркови, 500 г картофеля, 70 г репчатого лука, 1 яйцо, 30 г сыра, 250 г бульона, 250 г молока, 40 г муки, 20 г маргарина, 20 г сливочного масла, красный молотый перец, соль.

Для соуса: 30 г муки, 30 г маргарина, 250 г воды, 250 г молока, 40 г хрена.

Способ приготовления. Морковь и картофель варите до готовности, после чего нарежьте и положите слоями в смазанную жиром форму. Залейте смесью из спассерованных на маргарине нашинкованного репчатого лука, муки, бульона, молока, соли, перца, яичных желтков и взбитых в пену яичных белков. Сбрызните сливочным маслом, посыпьте тертым сыром, после чего 45 мин запекайте в духовке. Подавайте с соусом. Для его приготовления муку спассеруйте в маргарине, влейте воду, молоко и доведите до кипения. Добавьте тертый хрен.

Запеканка сырная с картофелем

Требуется: 8 картофелин, 2 яйца, 1 1/2 стакана молока, 150 г сыра, 50 г маргарина, 1 ч. л. соли, перец.

Способ приготовления. Картофель очистите и нарежьте его очень тонкими ломтиками. Натрите острый сыр, половину отсыпьте в нарезанную картошку. Смешайте молоко с яйцом, полученную смесь посолите и поперчите, а потом вылейте в нарезанный картофель с сыром. Все как следует перемешайте. Заранее разогрейте духовку. Сковороду смажьте маслом или маргарином и вылейте в нее приготовленную смесь. Сверху посыпьте оставшимся сыром и зеленью. Запекайте в течение 30 мин.

Картофельная запеканка с морковью

Требуется: 8 картофелин, 3 моркови, 1 стакан молока, 60 г растительного масла, соль, перец, гвоздика.

Способ приготовления. Картофель пожарьте на растительном масле и сложите в смазанную форму. На крупной терке натрите морковь и посыпьте ею картофель. В молоко добавьте соль, перец, пряности и этой смесью залейте картофель с морковью. После чего поставьте запекаться в заранее разогретую духовку.

Картофельная запеканка с яйцом

Требуется: 8 картофелин, 3 головки лука, 50 г сливочного масла, 5 яиц, 100 г молока, соль, зелень.

Способ приготовления. Очистите и отварите картофель, после чего нарежьте его небольшими дольками. Лук очистите и нарежьте полукольцами, смешайте его с нарезанным картофелем. Налейте в миску молоко и разбейте туда яйца; хорошенько взбейте полученную смесь, посолите и добавьте растопленное сливочное масло. Смажьте сковороду маслом, выложите на нее картофель с луком, залейте все молочным соусом и поставьте в нагретую духовку. Как только блюдо покроется румяной корочкой, запеканка готова.

Картофельная запеканка с помидорами

Требуется: 10 картофелин, 5 яиц, 6 помидоров, 2 головки лука, 40 г сыра, 70 г растительного масла, соль, перец.

Способ приготовления. Вымытый картофель отварите до неполной готовности, после чего очистите и нарежьте брусочками. На сковороду налейте растительного масла и, когда оно разогреется, высыпьте нарезанный картофель. Обжаренный картофель оставьте на некоторое время и займитесь приготовлением томатной пасты. Порежьте помидоры и лук полукольцами, обжарьте их на растительном масле. Готовую пасту выложите на обжаренный картофель. Яйца взбейте до образования пены, посолите и поперчите, после чего вылейте яичную смесь на картофель с помидорами и поставьте в заранее нагретую духовку для запекания. Сверху блюдо можно посыпать тертым сыром. Выпекайте до готовности яиц и сыра.

Картофельная запеканка с зеленью

Требуется: 1/2 кг картофеля, 150 г твердого сыра, 4 яйца, 200 г лука, 1/2 л молока, 2 ст. л.

жира, зелень петрушки или укропа, перец, соль.

Способ приготовления. Картофель очистите, порежьте на равные кружочки и обжарьте до образования золотистой корочки. Залейте его небольшим количеством молока (так, чтобы молоко только покрывало картофель), посолите, поперчите и прогрейте под закрытой крышкой 5—10 мин, чтобы молоко впиталось в картофель. Сыр натрите на крупной терке, зелень мелко порубите, лук ошпарьте кипящей водой и нарежьте тонкими полукольцами. Яйца взбейте веселкой или миксером и смешайте с сыром, зеленью и луком, верхний слой сделайте из сыра.

В глубокую сковороду или скороварку уложите слоями картофель, яичную смесь и лук. Полейте все небольшим количеством подогретого молока и поставьте в духовой шкаф на 15—20 мин. Готовую запеканку украсьте зеленью и сыром.

Картофельная запеканка с перцем

Требуется: 1 кг картофеля, 2 яйца, 3 головки лука, 1 стакан молока, 3 ст. л. масла, 1 ст. л. молотого перца, соль.

Способ приготовления. В протертый горячий вареный картофель добавьте горячее молоко, сырые яйца, соль, растопленное масло, всыпьте перец и хорошо перемешайте. Переложите половину всей массы на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями, разровняйте, положите на нее слой поджаренного лука и накройте остальной частью массы, снова разровняйте, смажьте сметаной или сбрызните маслом, поставьте в горячий духовой шкаф и запекайте 25—30 мин.

К картофельной запеканке можно подать молочный, сметанный или грибной соус. Картофельную запеканку можно приготовить с овощным или мясным фаршем.

Запеканка из картофеля с мясом и копченой колбасой

Требуется: 3—4 головки лука, 2 ст. л. жира, 300 г мяса, 300 г копченой колбасы, 1 ст. л. муки, 1 ч. л. молотого перца, лавровый лист, 1 кг картофеля.

Способ приготовления. 3—4 головки лука мелко нарежьте, положите на противень и потушите до мягкости в духовом шкафу, добавив жир и воду. Положите мясо и копченую колбасу, нарезанные брусочками. Смешайте спассерованную муку, молотый перец, лавровый лист, залейте горячей водой и доведите до кипения. После этого добавьте нарезанный тонкими ломтиками картофель, перемешайте и запекайте в духовом шкафу, пока не испарится вода.

Запеканка из картофеля и капусты

Требуется: 100 г картофеля, 100 г рубленой капусты, соль, немного молотых сухарей, 1 ст. л. масла.

Способ приготовления. Сварите отдельно в соленой воде 100 г картофеля и 100 г рубленой капусты, перемешайте, посолите. Положите полученную смесь в сотейник, хорошо смазанный маслом, сверху положите 1 ст. л. масла маленькими кусочками. Посыпьте просеянными сухарями и покройте промасленной бумагой. Запекайте в духовке 30—35 мин.

Вестфальская запеканка с зеленью

Требуется: по 1/2 кг молодого картофеля и квашеной капусты, по 200 г твердого сыра и лука, по 100 г яблок и груш, 4 яйца, 1/2 л молока, 40 г сливочного масла, перец, соль.

Способ приготовления. Картофель очистите и отварите в подсоленной воде до полуготовности. Зелень мелко порубите, лук ошпарьте кипящей водой, порежьте полукольцами. Яблоко и грушу очистите и нарежьте тонкой соломкой. Квашеную капусту мелко нашинкуйте и потушите с маслом до мягкости. Яйца взбейте с маслом и соедините с мелко нарубленной зеленью и луком.

В глубокую сковороду или сотейник сложите слоями картофель, яйца, сыр, капусту, резаные яблоко и груши и снова яйца и сыр. Влейте подогретое молоко и запекайте в горячем духовом шкафу в течение 20—25 мин до образования золотистой корочки. Готовую запеканку украсьте рубленой зеленью и отдельно подайте кипяченое молоко

Картофельная запеканка с тимьяном

Требуется: 1 кг картофеля, 150 г сыра, 100 г лука, 3 яйца, 1 стакан молока или сливок, 40 г сливочного масла, тимьян, перец, соль.

Способ приготовления. Картофель очистите и сварите в подсоленной воде до полуготовности, подсушите и натрите на крупной терке, пересыпьте солью. Сыр также натрите на крупной терке, смешайте с маслом, взбитыми яйцами и рубленым луком. Добавьте тимьян и перец.

В жаропрочную керамическую посуду сложите слоями картофель и сыр, залейте все сливками и поставьте

запекаться в духовой шкаф до образования золотистой корочки. Готовую запеканку посыпьте рубленой зеленью. Отдельно подайте парное молоко или сливки.

Картофельная запеканка с кислой капустой

Требуется: 400 г молодого картофеля, 1/2 кг квашеной капусты, 150 г сыра, по 100 г лука и яблок, 1 стакан овощного бульона, 50 г сливочного масла, 10 г дрожжей, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления. Картофель очистите и отварите в подсоленной воде с молоком до мягкости, разомните вилкой с добавлением молока и масла. Сыр натрите на крупной терке или порежьте длинной тонкой соломкой. Лук ошпарьте кипящей водой, натрите на крупной терке. Яблоко очистите и порежьте тонкими кружочками. Квашеную капусту мелко порежьте и потушите в масле до мягкости. Дрожжи разведите в подогретом овощном бульоне и смешайте с картофелем.

В глубокой сковороде разогрейте масло, уложите слой картофельного пюре, затем тушеную капусту, яблоко, сыр, лук и петрушку, снова слой картофеля и капусты. Закройте запеканку, густо посыпав ее твердым сыром. Поставьте блюдо томиться в духовой шкаф на 25—30 мин, пока сыр полностью не расплавится и не покроется румяной корочкой. При подаче посыпьте готовую запеканку рубленой зеленью. Отдельно подайте кипяченое горячее молоко или бульон.

Запеканка из картофеля с овощами

Требуется: 4 большие картофелины, 100 г гороха, 2 большие моркови, 1 корень сельде-

рея, 1/4 кочана белой капусты, соль, немного сливочного масла, брынзы.

Способ приготовления. Картофель, морковь, сельдерей, капусту и горох очистите, промойте и варите в кастрюле в 1 л подсоленной воды. Когда овощи станут мягкими, откиньте их на дуршлаг, дайте стечь воде и нарежьте их на маленькие кусочки (кроме гороха). Суп, в котором варились овощи, подается отдельно к столу с лапшой.



Глава 5

Запеканки из круп



Запеканка пшеничная, рисовая, ячневая или овсяная

Требуется: 1 стакан крупы, 3 стакана молока, 1 ст. л. сахара, 2 ст. л. молотых сухарей, 2 ст. л. масла, 1 ст. л. сметаны, 1 яйцо, 1/4 ч. л. соли.

Способ приготовления. Промытую крупу всыпьте, размешивая, в кипящее молоко и варите до готовности. (Рис и пшено перед засыпкой в молоко следует предварительно проварить в воде 10—12 мин, потом откинуть на сито и затем уже засыпать в молоко). Когда готовая каша немного остынет, добавьте в нее сахар, соль, сырые яйца, хорошо перемешайте и выложите на смазанную маслом и посыпанную молотыми сухарями сковороду, разровняйте и смажьте смесью из яиц и сметаны. После этого запекайте в духовом шкафу до образования румяной корочки. Готовую запеканку отделите тонким ножом от краев сковороды, выложите на блюдо, раз-

режьте на порции и полейте маслом или подайте отдельно ягодный горячий кисель.

Запеканка бисквитная из манной крупы

Требуется: 1/2 стакана манной крупы, 1/2 стакана сахара, 4 яйца, 1 ч. л. топленого масла, 1 ст. л. молотых сухарей, 1 пакетик ванильного сахара, 1 стакан молока.

Способ приготовления. Желтки разотрите с сахаром, белки взбейте. На желтки насыпьте манную крупу, ванилин, взбитые белки и аккуратно сверху вниз все перемешайте. После чего выложите в форму, хорошо смазанную маслом и обсыпанную сухарями, поставьте в нагретую духовку и держите в ней на небольшом жару 40—45 мин. Готовый бисквит залейте молоком, не снимая с формы, и опять поставьте в духовой шкаф на 7—10 мин, чтобы все молоко впиталось. Выложите бисквит на доску, остудите, разрежьте на порционные куски и украсьте ягодами из варенья, цукатами или орехами.

Запеканка из манной крупы с яблоками

Требуется: 2—3 стакана молока, 1/2 стакана манной крупы, $\frac{2}{3}$ стакана сахара, 3 яблока, 3 яйца, 60 г сливочного масла, 2 ст. л. молотых сухарей, соль.

Способ приготовления. Сварите густую манную кашу на молоке, посолите. Промытые яблоки очистите и нарежьте тонкими ломтиками. Яичные желтки разотрите с сахаром и размягченным маслом, соедините с кашей и введите в смесь взбитые яичные белки. Форму, смазанную маслом и обсыпанную сухарями, заполните по-

ловиной манной каши, сверху положите яблоки, а затем еще слой каши. Сверху запеканку посыпьте сахаром и запекайте в духовке.

Запеканка манная с фруктами

Требуется: 1 стакан манной крупы, 4 стакана молока, 1/2 ч. л. соли, 2—3 ст. л. сахара, 100 г разных фруктов, 2 яйца, 2—3 ст. л. масла.

Способ приготовления. Сварите манную кашу на молоке. В готовую кашу добавьте сахар, яйца, соль, масло, все это перемешайте и выложите на смазанную маслом сковороду, разровняйте и посыпьте сахаром. Запекайте в духовом шкафу до образования корочки. Перед подачей к столу на запеканку положите свежие вареные или консервированные фрукты и полейте сладким фруктовым или ягодным соком.

Запеканка пшенная сладкая

Требуется: 1 стакан пшена, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны, сахар, изюм, цукаты, корица, жир.

Способ приготовления. Сварите рассыпчатую пшенную кашу, охладите ее, добавьте яйца, сахар, изюм, цукаты, корицу. Полученную массу хорошенько перемешайте и разложите слоем 5—6 см на смазанный жиром противень, поверхность полейте сметаной и запекайте в духовом шкафу. Подавайте запеканку с молочным соусом.

Крупеник из гречневой крупы

Требуется: 1 стакан гречневой крупы, 200 г творога, 1/2 стакана сметаны, 2 яйца,

2 стакана молока, 1/2 ч. л. соли, 2 ст. л. масла,
2 ст. л. сахара.

Способ приготовления. В кипящее молоко всыпьте крупу и варите ее до загустения. После этого положите творог, протертый через сито или пропущенный через мясорубку, сметану и хорошенько размешайте. После чего выложите в небольшую кастрюлю или на сковороду, предварительно смазанную маслом и посыпанную сухарями, разровняйте ложкой, смажьте сверху сметаной, полейте растопленным маслом и поставьте в духовой шкаф на 40—50 мин. Готовый крупеник полейте маслом. При желании масло можно заменить сметаной.

Крупеник из гречневой каши

Требуется: 1 стакан гречневой крупы,
200 г творога, 1/2 стакана сметаны, 2 яйца,
2 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. соли, 2 ст. л. масла.

Способ приготовления. В горячую или холодную рассыпчатую гречневую кашу положите творог, протертый сквозь сито или пропущенный через мясорубку, сметану, яйца, сахар и посолите. Всю эту массу перемешайте, выложите на противень или сковороду, предварительно смазанную маслом и посыпанную сухарями, разровняйте, сверху смажьте сметаной и поставьте в горячую духовку на 30—40 мин. Перед подачей полейте крупеник растопленным маслом. При желании масло можно заменить сметаной.

Ячменная запеканка

Требуется: по 1 стакану ячменя (перловой крупы) и фасоли, по 200 г помидоров

и шампиньонов, 50 г тертого сыра, 1/2 стакана оливкового масла, зелень петрушки, базилика, укропа, соль.

Способ приготовления. Перловую крупу отварите до полуготовности. Фасоль замочите на несколько часов в холодной воде, а затем сварите до мягкости. Шампиньоны отварите до полуготовности и поджарьте в масле до образования румяной корочки. Помидоры ошпарьте кипятком и нарежьте кружочками. Противень смажьте маслом и слоями уложите ячменную крупу, помидоры, фасоль, зелень, шампиньоны, лук и тертый сыр. Запекайте в духовом шкафу до готовности. Отдельно подайте сливки и соевый соус.

Пшениная запеканка с грибами

Требуется: 1 стакан пшени, 200 г шампиньонов, 300 г помидоров, по 100 г лука и моркови, 3 яйца, по 1/2 стакана молока и сливок, 350 мл овощного или грибного бульона, по 1 ст. л. оливкового масла и муки, зелень петрушки или укропа, лавровый лист, перец, соль.

Способ приготовления. Пшено хорошо промойте, залейте горячим бульоном и сварите почти до готовности, добавив соль и лавровый лист. Морковь, лук нарежьте мелкой соломкой и слегка обжарьте на масле. Яйца взбейте с молоком до образования густой пены и смешайте с пшениной кашей. Шампиньоны отварите до готовности в подсоленной воде, затем немного обжарьте на масле или потушите в сливках и смешайте, не вынимая из масла, с жареными кореньями, половиной зелени петрушки, перцем и солью.

Глубокую сковороду или противень смажьте маслом и немного присыпьте мукой. Выложите половину пшенично-яичного теста, не прижимая его (тесто должно остаться пышным), затем слой грибной начинки и снова слой теста. Сверху полейте сливками и поставьте в духовой шкаф запекаться на 20—25 мин до образования золотистой корочки. Перед подачей к столу украсьте кружочками помидоров и сливками.

Запеканка «Оригинал»

Требуется: 125 г пшеница, 1/4 л молока, 15 г сахара, 150 г воды.

Для приготовления запеканки: 200 г готовой пшеничной каши, 1 яйцо, 15 г масла топленого, 15 г кураги, 10 г сахара, 5 г сухарей, 5 г сметаны.

Способ приготовления. В сваренную на разбавленном водой молоке пшеничную кашу, способ приготовления которой приводится ниже, добавьте курагу и взбитые с сахаром яйца, после чего все тщательно перемешайте. Затем смазанный топленым маслом противень посыпьте молотыми сухарями.

Приготовленную пшеничную массу ровным слоем выложите на противень и запекайте в духовке при температуре 260 °С до образования золотистой корочки. Приготовленную запеканку совсем не обязательно снимать с противня на большую тарелку — разрежьте запеканку на несколько частей и таким образом, разместив ее на нескольких маленьких тарелочках, подайте к столу, предварительно полив диетическое лакомство фруктовым соусом или жидким абрикосовым вареньем.

Переберите пшено и промойте. Затем подготовленное «сырье» засыпьте в слегка подсоленную воду и ва-

рите в течение 10 мин. После того как пшено будет «готово», слейте воду, затем добавьте сахар и залейте горячим молоком. В процессе доваривания кашу на медленном огне в разведенном водой молоке периодически помешивайте ее.

Запеканка из кукурузной крупы и цуккини

Требуется: 300 г кукурузной крупы, по 200 г сыра и цуккини, 150 г лука, 100 г красного перца, 1 стакан молока, 40 г жира, соль.

Способ приготовления. Сварите кукурузную крупу в небольшом количестве воды, смешанной с молоком, до полуготовности. Цуккини очистите и порежьте мелкой соломкой. Красный перец порежьте мелкими кубиками. Лук ошпарьте кипятком и нашинкуйте.

Противень с толстыми стенками смажьте жиром, выложите на него слой кукурузной крупы, сверху — кусочки цуккини, перец, лук и густо посыпьте тертым сыром. Поставьте противень запекаться в разогретый духовой шкаф на 20—25 мин до образования румяной корочки. При подаче посыпьте запеканку зеленью, отдельно подайте сливки или молоко.

Запеканка манная с абрикосами

Требуется: 200 г манной крупы, 500 г молока, 100 г абрикосов, 3 яйца, по 50 г сметаны, сливочного масла и сахара, 20 г сливочного маргарина, соль.

Способ приготовления. В кипящее молоко запустите манную крупу, добавьте сахар и соль и варите до тех пор, пока манка не загустеет. После этого, пока манка

остывает, отделите абрикосы от косточек. В готовую манную кашу положите масло, яйца и тщательно перемешайте. Добавьте туда дольки абрикоса, потом выложите эту массу на нагретую, смазанную сливочным маргарином сковороду.

Когда запеканка станет золотистого цвета, переверните ее с помощью крышки от сковороды на другую сторону, чтобы она тоже стала золотистого цвета.

Готовую запеканку выложите на тарелку, сверху положите сметану.



Глава 6 Оригинальные запеканки



Запеканка из яиц и свекольных листьев

Требуется: 5 яиц, 100 г сыра, 50 г миндального ореха, 40 г сливочного масла, 3 ст. л. молока, по 2 ст. л. муки и панировочных сухарей, 1 ст. л. лимонного сока, зелень свеклы или шпината, соль.

Способ приготовления. Яйца хорошо взбейте с мукой и солью. Разогрейте немного масла и поджарьте омлет толщиной 1/2 см до полуготовности (с одной стороны), охладите и разрежьте на полоски длиной 10 и шириной 3 см. Сыр натрите на крупной терке и растопите на водяной бане с небольшим количеством молока. Миндальные орехи ошпарьте кипящей водой и снимите кожуру, но не колите. Листья свеклы или шпината ошпарьте кипящей водой и затем сбрызните лимонным соком.

На нарезанный омлет положите лист свеклы или салата, выдавите из кулинарного мешка плавленый сыр,

сбрызните соком лимона, положите миндальный орешек и закатайте омлет в маленький рулетик, посыпав панировочными сухарями. В глубокой сковороде разогрейте сливочное масло и уложите рулетики в 2—3 слоя. Сверху полейте плавленным сыром и посыпьте орехами. Запекайте на медленном огне в течение 20—25 мин.

Творожная запеканка с помидорами

Требуется: 6 яиц, 1/2 кг жирного творога, 1 кг помидоров, 300 г лука, 30 г сливочного масла, 2 ст. л. молока, зелень петрушки или укропа, сахар, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления. Яйца хорошо взбейте с сахаром, солью и маслом. Творог вымесите до однородной массы и смешайте с яйцами. Зелень петрушки или укропа порубите как можно мельче, лук ошпарьте кипящей водой, мелко порубите и смешайте с маслом и творогом. В небольших порционных сковородах разогрейте сливочное масло и выложите творог, сделав ложкой углубление в центре. Выпекайте до светло-золотистого цвета в духовом шкафу на медленном огне.

Помидоры ошпарьте кипящей водой, снимите с них кожуру, разрежьте на две половинки, каждую из них положите на горячую готовую запеканку. Посыпьте помидоры зеленью и положите ложечку масла.

Фаршированные помидоры по-немецки

Требуется: 2 кг помидоров, 200 г мягкого сыра, 1 стакан риса, 100 г лука, 300 мл мясного бульона, 4 ст. л. оливкового или растительного масла, по 2 ст. л. белого вина и воды, зелень петрушки, тимьян, соль.

Способ приготовления. Рис отварите в мясном бульоне до готовности, промойте холодной водой и слегка обжарьте на сковороде. У помидоров осторожно срежьте примерно 1/5 часть (с той стороны, где плодоножка). Удалите семена и крупные перегородки. Зелень петрушки порубите как можно мельче, оставив несколько веточек для украшения. Лук ошпарьте кипящей водой, затем мелко порежьте. Сыр натрите на мелкой терке, смешайте с зеленью, специями, рисом и луком, влейте белое вино и масло. Наполните помидоры фаршем из риса и сыра, посыпьте зеленью и украсьте сверху тонкой долькой того же помидора. Готовое блюдо поставьте на несколько минут в холодильник.

Запеканка из шпината и щавеля с яйцами

Требуется: 6 яиц, по 100 г шпината, щавеля и сливочного масла, 150 г сухарей, 1 стакан сливок или молока, 2 ст. л. муки, соль.

Способ приготовления. Шпинат и щавель отварите в кипящей подсоленной воде в течение 15—20 мин. Зелень процедите и отожмите, немного обсушите и протрите сквозь сито. Сухари залейте горячими сливками, дайте остыть и также протрите сквозь сито. Яйца сварите вкрутую, мелко порубите или натрите на крупной терке. 3 сырых желтка разотрите с небольшим количеством соли, добавьте масло, сухари и сливки, шпинат, щавель, немного муки и рубленые яйца. Белки взбейте и влейте тонкой струйкой в полученную массу. Зеленое тесто выложите в глубокую чугунную сковороду, смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями, сбрызните маслом и дайте подрумяниться в духовом шкафу. Отдельно подайте сливки или мясной бульон.

Запеканка из пророщенной пшеницы

Требуется: 350 г пророщенной пшеницы (полбы), 100 г сыра, 3 яйца, 1/2 стакана сливок, овощной бульонный кубик, лавровый лист, кориандр, тимьян, соль.

Способ приготовления. Пророщенную пшеницу промойте холодной водой и пропустите через мясорубку. Разведите в воде бульонный кубик, добавьте тимьян, лавровый лист и кориандр и вскипятите. Яйца взбейте в миксере, сыр натрите на мелкой терке. Пшеницу опустите в кипящий бульон, немного посолите и проварите несколько минут до загустения. Откиньте пшеницу на дуршлаг и дайте стечь лишней воде. В глубокий сотейник положите слоями пшеницу, взбитые яйца и сыр, залейте сливками и запеките в течение 15—20 мин. Отдельно подайте горячее какао или молоко.



Содержание

Глава 1. Сладкие запеканки	3
Сладкая творожная запеканка с изюмом	3
Запеканка творожная с яблоками	3
Запеканка «Пикантная»	4
Запеканка из творога с тыквой	4
Сладкая картофельная запеканка	5
Запеканка из блинчиков с творогом	5
Лапшевник с творогом	6
Фруктовая запеканка с пряниками	6
Запеканка из тыквы и яблок	6
Запеканка рисовая с изюмом	7
Запеканка творожная с тмином	7
Запеканка из риса и тыквы	8
Творожники с изюмом	8
Запеканка из творога с пшеничными хлопьями	9
Запеканка из риса двух цветов	9

Глава 2. Овощные запеканки	11
Мясная запеканка с овощами и зеленью	11
Запеканка морковная с рисом	12
Праздничная запеканка из овощей	12
Капуста, запеченная с сыром	13
Запеканка капустная с орехами	14
Запеканка из моркови с сухарями	14
Капуста, запеченная с сыром	15
Капуста, запеченная с яблоками	15
Цветная капуста под молочным соусом	16
Пудинг из цветной капусты	16
Белокочанная капуста под молочным соусом	17
Морковная запеканка с творогом	17
Свекла, запеченная с луком	18
Запеканка из овощей «По-украински»	19
Запеканка из кабачков	19
Запеканка из краснокочанной капусты	20
Пудинг из кабачков	20
Овощная запеканка	21
Запеканка из баклажанов	21
Запеканка из лапши с томатами	22
Овощная запеканка с брынзой	23
Запеканка с брокколи и помидорами	23

Овощная запеканка «По-берлински».....	24
Капуста савойская с рисом и сыром.....	24
Капуста савойская, фаршированная каштанами.....	25
Красная капуста, запеченная с каштанами.....	26

Глава 3. Фруктово-ягодные запеканки.....27

Запеканка из малины.....	27
Клубничная запеканка.....	28
Запеканка с вишней «По-запорожски».....	28
Запеканка из вишни «По-белгородски».....	29
Запеканка фруктовая со сметаной.....	29
Запеканка яблочно-абрикосовая.....	29
Запеканка с абрикосовыми ядрышками.....	30
Ягодная запеканка с орехами и изюмом.....	30
Запеканка с бананами, яблоками и орехами.....	31
Запеканка из яблок и картофеля.....	32
Запеканка из риса и экзотических фруктов.....	32
Хлебная запеканка со сливами.....	33
Макаронная запеканка с яблоками.....	33
Запеканка из картофеля и яблок со сметаной.....	34

Глава 4. Картофельные запеканки.....35

Картофель, запеченный с сыром и мускатным орехом.....	35
Картофельная запеканка под сырным соусом.....	36
Запеканка из картофеля с селедкой.....	36
Картофельная запеканка со свежими грибами и мозгами....	37
Картофельная запеканка с кукурузой молочной спелости ..	38
Картофельная запеканка со шавелем.....	38
Запеканка из твердого картофеля.....	39
Картофельная запеканка с потрохами.....	39
Запеканка картофельная «Панская».....	40
Запеканка из картофеля с мясом и ливером.....	40
Запеканка «Винницкая».....	41
Запеканка сырная с картофелем.....	42
Картофельная запеканка с морковью.....	42
Картофельная запеканка с яйцом.....	42
Картофельная запеканка с помидорами.....	43
Картофельная запеканка с зеленью.....	43
Картофельная запеканка с перцем.....	44
Запеканка из картофеля с мясом и копченой колбасой.....	45
Запеканка из картофеля и капусты.....	45
Вестфальская запеканка с зеленью.....	46
Картофельная запеканка с тимьяном.....	46

Картофельная запеканка с кислой капустой.....	47
Запеканка из картофеля с овощами.....	47

Глава 5. Запеканки из круп.....49

Запеканка пшенная, рисовая, ячневая или овсяная.....	49
Запеканка бисквитная из манной крупы.....	50
Запеканка из манной крупы с яблоками.....	50
Запеканка манная с фруктами.....	51
Запеканка пшенная сладкая.....	51
Крупеник из гречневой крупы.....	51
Крупеник из гречневой каши.....	52
Ячменная запеканка.....	52
Пшенная запеканка с грибами.....	53
Запеканка «Оригинал».....	54
Запеканка из кукурузной крупы и цуккини.....	55
Запеканка манная с абрикосами.....	55

Глава 6. Оригинальные запеканки.....57

Запеканка из яиц и свекольных листьев.....	57
Творожная запеканка с помидорами.....	58
Фаршированные помидоры по-немецки.....	58
Запеканка из шпината и шавеля с яйцами.....	59
Запеканка из пророщенной пшеницы.....	60