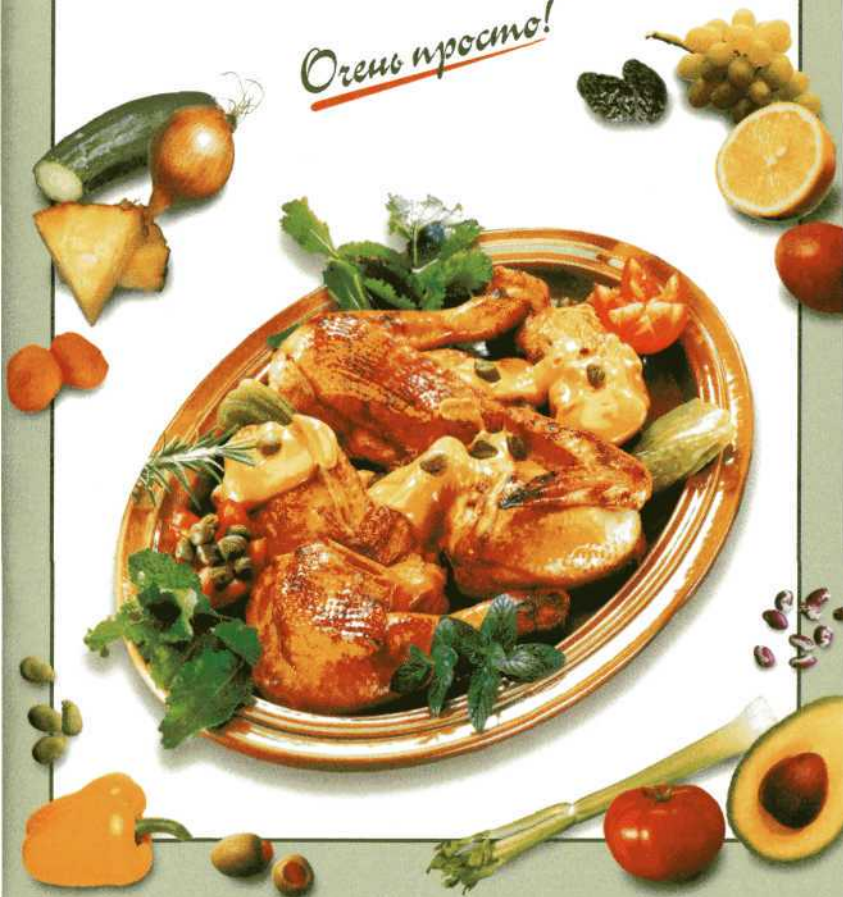


100

ЛУЧШИХ БЛЮД ИЗ ПТИЦЫ

Очень просто!



УДК 641/642
ББК 36.99
С 81

Составитель *Г. С. Выдревич*

С 81 100 лучших блюд из птицы/[сост. Г. С. Выдревич]. —
М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2008. — 64 с. — (Очень просто).

Нежное птичье мясо любят все. Даже неопытные кулинары могут приготовить хрустящую курочку, ароматную утку, индейку или сочного гуся. Но если приложить немного фантазии и потратить чуть побольше времени на кухне, можно получить изысканнейший деликатес.

В этой книге собраны рецепты различных блюд из курицы, которые помогут вам разнообразить свое меню, а также украсить праздничный стол настоящим кулинарным шедевром.

УДК 641/642
ББК 36.99

ISBN 978-5-699-28066-7

О «Терция», составление, 2008
© «Терция», оформление, 2008
© ООО «Издательство «Эксмо», 2008

www.infanata.org

ПРЕДИСЛОВИЕ

Нежное птичье мясо любят все. Даже неопытные кулинары могут приготовить хрустящую курочку, ароматную утку, индейку или сочного гуся. Но если приложить немного фантазии и потратить чуть побольше времени на кухне, можно получить из этих продуктов изысканнейший деликатес.

Птица не только вкусна, но и полезна, ибо обладает высокой пищевой ценностью, в ней много витаминов и минеральных веществ, ее жир легко плавится, а значит, хорошо усваивается. Отварную курицу без кожи разрешают даже самые строгие диеты.

В мясе дичи больше белка и экстрактивных веществ, но меньше жира, чем в домашней птице.

Прежде всего нужно правильно выбрать птицу. Тщательно осмотрите ее. Кожа должна быть светлой, равномерно окрашенной, целой, мясо — плотным и упругим, практически без запаха. Определить возраст птицы несложно: у старой грудную косточку сжать трудно, у молодой — легко. Также просто различить тушки курицы и петуха: кожа у петуха тонкая, синеватая, на лапах — шпоры, у курицы кожа толще и белее, а мясо жирнее.

Если вы покупаете замороженную птицу, помните: размораживать ее нужно медленно и только один раз.

В способах приготовления тоже есть свои хитрости. Чтобы правильно *отварить* птицу, положите ее в холодную воду, накройте посуду крышкой. После того как вода закипит, обязательно удалите пену, добавьте коренья и немного



соли. Огонь должен быть слабым. Цыпленка нужно варить полчаса, курицу и утку — около часа, индейку — 1,5–2 часа, гуся — около 2 часов. Определить готовность несложно — достаточно проколоть толстую часть ножки. Если спица или поварская игла входят легко — птица готова.

Можно также *припускать* птицу. Для этого порционные кусочки или изделия из фарша нужно положить в один ряд в смазанный маслом сотейник, влить столько бульона или воды, чтобы жидкость покрывала продукты не более чем на треть их высоты. Посуду следует накрыть крышкой, готовить на слабом огне. На дно посуды можно также положить лук или чеснок, пряные травы. Солить и перчить можно в начале приготовления.

Если вам больше по душе *жареная* птица, лучше всего поместить ее в духовку, предварительно смазав сметаной, тонким слоем майонеза или сливочным маслом. Тогда вы получите красивую хрустящую корочку. Цыпленка нужно готовить 25 минут, курицу — от 40 минут до часа, утку — от 45 минут до часа, индейку или гуся — от 1,5 до 2 часов, рябчиков и куропаток — около получаса, фазанов и тетеревов — 40–50 мин, бекасов и перепелов — около 10 минут. Чтобы проверить готовность, опять же проколите ножку. Прозрачный сок подскажет вам, что пора вынимать блюдо из духовки. Жира используйте как можно меньше. А если вы хотите получить особо сочную птичку, положите между кожей и мясом кусочки масла и постоянно поливайте птицу выделяющимся соком.

Если вы предпочитаете жарить на сковороде, прислушайтесь к следующим советам. Во-первых, если сковороду припылить солью, жир будет меньше разбрызгиваться. Во-вторых, чтобы птица сохранила побольше сока, приправьте ее перед жареньем. Но помните: молодая птица требует мало приправ, дичи их нужно побольше, ибо ее мясо обладает специфическим, не всегда приятным запахом. В-третьих, не панируйте птицу заранее, чтобы панировка не размокла и не испортила



вкус и вид готового блюда. В-четвертых, обсушенная салфеткой птица подрумянивается лучше. В-пятых, лучшее масло для жаренья — растительное. В-шестых, следите за временем: нежное мясо быстро высыхает и теряет вкус.

Для *тушения* птицу лучше сначала обжарить на сковороде, а потом уже тушить, добавив немного воды, бульона или соуса. Можно тушить вместе с овощами или грибами. Солить нужно в конце приготовления, иначе птица выделит слишком много сока и получится сухой.

Готовя блюда из птицы, не забывайте о пряностях и приправах. Особо хороши для этого случая имбирь, кардамон, куркума, карри, мускатный орех, белый и черный молотый перец. Однако, как и во всем, тут нужно строго соблюдать меру, чтобы приправы не перебили вкуса исходного продукта.

САЛАТЫ И ЗАКУСКИ



Руллет «Праздничный»

1 цыпленок (около 1 кг), 200–250 г ветчины, 1 ст. ложка измельченного чернослива, 1 ст. ложка измельченной кураги, 2 ч. ложки желатина, майонез, белый молотый перец, соль.

Цыпленка разделать, аккуратно удалить кости, распластать, выложить на доску кожей вниз, посолить и поперчить по вкусу. Сверху положить слой мелко нарезанной ветчины, на него — курагу и чернослив. Посыпать желатином, свернуть рулетом, перевязать суровой ниткой или бечевкой, обмазать майонезом. Запечь в духовке до готовности. Готовый рулет прижать гнетом и остудить. Перед подачей нарезать порционными кусками.



Куриный салат с авокадо и манго

200 г вареного куриного филе, 200 г вареных очищенных креветок, 0,5 кочана китайской капусты, 1 авокадо, 1 манго, 1 апельсин, лимонный сок.



Для заправки: 125 мл сливок 10 %-й жирности, 125 мл апельсинового сока, 2 дольки чеснока, 4 веточки укропа.

Куриное филе нарезать небольшими кусочками. Авокадо очистить от кожицы и косточки, мякоть нарезать тонкими пластинками и сбрызнуть соком лимона. Манго очистить от кожицы и косточки, мякоть тонко нарезать.

Приготовить заправку. Чеснок порубить. Укроп мелко нарезать. Чеснок и укроп соединить, добавить сливки и сок, тщательно перемешать.

Капусту тонко нашинковать, перемешать с половиной заправки и выложить в салатник. На нее выложить слоями курицу, авокадо и манго, полить оставшейся заправкой.



Салат с индейкой и ананасами

500 г грудки индейки, 1 кочан листового салата, 2 колечка консервированного ананаса, 1 стручок красного сладкого перца, 1 яйцо, 3 ст. ложки панировочных сухарей, 3 ст. ложки кунжута, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка топленого масла, 2 ст. ложки уксуса, 3 ст. ложки сливок, 4 ст. ложки сока от консервированного ананаса, 0,5 ч. ложки карри, сахар, белый молотый перец, соль.

Индейку нарезать тонкими полосками, посолить и поперчить по вкусу, обвалять в муке, окунуть во взбитое яйцо, затем обвалять в смеси панировочных сухарей и кунжута. Обжарить в топленом масле до образования хрустящей корочки. Остудить.

Листовой салат тонко нашинковать. Сладкий перец очистить от семян и перегородок, нарезать со-



ломкой. Ананас мелко нарезать. Ингредиенты соединить и перемешать.

Приготовить заправку: соединить уксус, сливки, ананасовый сок, карри, немного сахара, посолить и поперчить, тщательно перемешать.

Смесь салата, перца и ананаса выложить в салатник, полить заправкой, сверху разместить кусочки индейки.



Салат «Нежность»

2 куриные грудки, 200 г чернослива без косточек, 4–5 яиц, 0,5 стакана измельченных ядер грецких орехов, 2–3 свежих огурца, 250 г майонеза.

Куриные грудки отварить до готовности, остудить и мелко нарезать. Чернослив мелко порубить. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить. Белки отделить от желтков. Белки мелко порубить, желтки натереть на мелкой терке. Огурцы нарезать маленькими кубиками.

В салатник выложить слоями огурцы, курицу, чернослив, белки, орехи, желтки. Каждый слой (кроме верхнего) промазать майонезом.



Куриный рулет в омлете

800 г филе курицы, 4 яйца, 300 г ветчины, 3 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки аджики, растительное масло, куриный бульон, соль.



Яйца взбить со сметаной, посолить. На растительном масле поджарить большой тонкий омлет, разложить его на доске. Куриное мясо тщательно отбить, положить на омлет, густо смазать аджикой. Сверху выложить слой мелко нарезанной ветчины. Сформовать рулет, туго завернуть его в марлю, перевязать бечевкой. Отварить в бульоне и в нем же остудить. Извлечь рулет из бульона, прижать гнетом и поставить в холодильник. Готовый рулет нарезать порционными кусками.



Салат-коктейль по-шанхайски

250 г вареного куриного мяса, 150 г сыра твердых сортов, 4 яйца, 1 свежий огурец, 4 ст. ложки консервированного зеленого горошка, 2 дольки чеснока, 4 ст. ложки майонеза.

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, белки отделить от желтков. Куриное мясо, белки и огурец нарезать мелкой соломкой. Сыр, чеснок и желтки натереть на мелкой терке. Ингредиенты разложить по креманкам слоями: огурец, куриное мясо, майонез, белок, сыр, чеснок, майонез, желток, майонез, зеленый горошек.

Готовый салат поставить в холодильник на 2 ч.



Горячий салат с куриной печенью

400 г куриной печени, 125 г копченого бекона, 150 г листового салата, 1 авокадо, 25 г сливочного масла, 4 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка дижонской горчицы, 1 ст. ложка уксуса, соль.



Бекон мелко нарезать. Авокадо очистить от кожицы и косточки и нарезать. Листья салата разорвать руками на небольшие кусочки. Соединить уксус, горчицу, 3 ст. ложки оливкового масла и соль, взбить. Оставшееся оливковое масло разогреть и обжарить в нем бекон до хрустящей корочки. Бекон обсушить на салфетке, а в сковороде положить сливочное масло, растопить его и обжарить в нем печень.

Перемешать листья салата и авокадо, залить заправкой. Сверху выложить печень и посыпать ее кусочками бекона.



Лепешки из мяса птицы

500 г отварного мяса птицы, 2 яйца, 2 ст. ложки растопленного сливочного масла, 2 ст. ложки молока, 2 ст. ложки муки, оливковое масло, мускатный орех, соль.

Мясо птицы дважды пропустить через мясорубку. Яичные белки отделить от желтков. Белки взбить. К мясу добавить желтки, молоко, сливочное масло, мускатный орех, посолить по вкусу, перемешать. Ввести взбитые белки.

Из получившейся массы сформовать лепешки, обвалять их в муке и обжарить их с двух сторон в разогретом оливковом масле.



Фаршированная курица

1 средняя курица, 200 г свинины, 2 маринованных огурца, растительное масло, лавровый лист, черный перец горошком, черный молотый перец, соль.



С курицы очень аккуратно снять кожу (крылышки на косточках оставить). Мясо отделить от костей и пропустить через мясорубку вместе со свиной. Огурцы нарезать длинной соломкой и смешать с фаршем. Посолить и поперчить по вкусу.

Снятую кожу плотно набить фаршем и зашить.

Воду довести до кипения, добавить лавровый лист, перец горошком, соль. Опустить курицу, варить 20 мин. Переложить курицу на сковороду, смазанную маслом. Запечь в горячей духовке в течение 30 мин. Остудить.



Галантин из курицы

1 средняя курица, 1 стакан измельченных грибов, 0,5 стакана сметаны, 0,5 лимона, 2 дольки чеснока, черный молотый перец, соль.

С курицы аккуратно снять кожу. Мясо отделить от костей и мелко нарезать. Соединить с грибами, посолить и поперчить по вкусу, добавить свежесжатый лимонный сок, раздавленный чеснок, перемешать и дать настояться 30–60 мин.

Получившейся смесью заполнить кожу, перевязать, густо смазать сметаной. Запечь в духовке, не переворачивая, до образования румяной корочки, поливая образующимся соком. Остудить и нарезать порционными кусками.



Жюльен «Особый»

300 г куриного мяса, 500 г шампиньонов, 1 крупная луковица, 200–250 г сметаны, 300 г сыра твердых



сорт, 1 ст. ложка муки, растительное масло, белый молотый перец, соль.

Куриное мясо отварить до готовности в подсоленной воде, остудить, мелко нарезать. Грибы тщательно вымыть, мелко нарезать. Лук мелко порубить, обжарить в масле вместе с грибами, посолить и поперчить по вкусу. Добавить муку, куриное мясо, влить немного воды и потушить.

Получившуюся смесь переложить в толстостенную посуду, залить водой или бульоном, добавить сметану, перемешать. Накрыть посуду крышкой и поставить в разогретую духовку. Готовить около 15 мин, затем посыпать тертым сыром. Открытую посуду снова поставить в духовку и прогреть, пока сыр не расплавится.

Готовую закуску можно подавать и горячей, и холодной.



Рождественский рулет

700 г куриного филе, 5 яиц, 300 г майонеза, чеснок, зелень, растительное масло, белый или черный молотый перец, соль.

Яйца с майонезом взбить до однородной массы, вылить на смазанный маслом противень и запечь в духовке, разогретой до 220° С, около 15 мин. Омлет охладить и снять с противня.

Филе курицы нарезать небольшими кусочками, посолить и поперчить по вкусу, смешать с мелко нарубленными чесноком и зеленью (количество — по вкусу).

Омлет выложить на влажную марлю, на него положить филе, разровнять. Сформовать рулет, завернуть его в марлю, концы завязать.



Рулет отварить в воде или бульоне, остудить в нем же, затем снять марлю. Рулет нарезать порционными кусками.



Паштет из куриной печени

500 г куриной печени, 1 крупная луковица, 1–2 дольки чеснока, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки сливок, черный молотый перец, соль.

Печень промыть, слегка обсушить, нарезать небольшими кусочками. Лук мелко порубить. Печень обжарить с луком и половиной масла. Добавить сливки и томатную пасту, тщательно перемешать, слегка потушить.

Получившуюся смесь измельчить с помощью миксера или протереть через сито. Готовый паштет полить оставшимся растопленным маслом.



Курбургеры

500 г филе курицы, 1 луковица, 1 яйцо, 2 ломтика белого хлеба, молоко, растительное масло, зелень, соль.

Хлеб вымочить в молоке, отжать. Лук крупно нарезать. Зелень порубить.

Куриное мясо пропустить через мясорубку с луком и хлебом, добавить зелень и яйцо, посолить по вкусу, перемешать.



Из получившегося фарша сформовать биточки, расплющить их и обжарить с двух сторон в разогретом масле.



Курица, фаршированная по-казахски

1 курица (около 1 кг), 300 г мякоти баранины, 50–60 г риса, 2 яйца, 2 ст. ложки изюма, 180–200 мл молока, 1 крупная луковица, 50 г сливочного масла, молотая корица, черный молотый перец, соль.

Курицу выпотрошить, не разрезая брюшко, вымыть, разрезать кожу вдоль спины и снять ее с костей вместе с мясом. Оставшееся мясо счистить с костей, пропустить через мясорубку вместе с бараниной.

Рис отварить до полуготовности. Лук мелко нарезать и обжарить. Изюм вымыть. Яйца взбить с молоком.

Мясной фарш соединить с рисом, луком, изюмом и яичной смесью, посолить и поперчить по вкусу, добавить корицу и перемешать.

Получившейся смесью заполнить снятую с костей кожу с мясом, перевязать шпагатом или суровой нитью. Отварить в подсоленной воде или бульоне до готовности. Готовую курицу охладить в бульоне, удалить шпагат или нитку, нарезать порционными ломтиками.



Сациви из птицы

14

250 г мяса птицы, 80–100 г ядер грецких орехов, 10 г сливочного масла, 0,5 луковицы, 1 ч. ложка муки,



1 долька чеснока, 1 ст. ложка винного уксуса, 1 ст. ложка мелко нарезанной кинзы, 1 ч. ложка хмели-сунели, шафран, молотый жгучий перец, соль.

Мясо отварить до полуготовности, посолить, смазать маслом, обжарить в духовке до готовности, разрезать на порционные куски.

Приготовить соус. Лук мелко нарезать, обжарить в течение 10 мин, затем добавить муку, перемешать. Вливая тонкой струйкой и помешивая, добавить столько воды или бульона, чтобы получилась смесь консистенции жидкой сметаны. Затем добавить уксус, раздавленный чеснок, хмели-сунели, кинзу. Посолить по вкусу.

В соус положить мясо птицы, прогреть в течение 5–10 мин, затем добавить толченые с перцем и шафраном орехи, разведенные водой или бульоном. Снять с огня, остудить.



Мусс из копченой курицы

2 копченых куриных окорочка, 1 луковица, 200 мл сливок, 8 г желатина, 4 ст. ложки кетчупа, 50 мл коньяка, 50 г сливочного масла, черный молотый перец, белый молотый перец, соль.

Желатин замочить в холодной кипяченой воде. Когда он набухнет, растопить на водяной бане.

Лук мелко нарезать, обжарить в сливочном масле. Добавить измельченное мясо птицы, черный перец, коньяк и кетчуп, слегка посолить. Прогреть на слабом огне, пока не выпарится почти вся жидкость. Снять с огня, добавить желатин, перемешать, слегка остудить. Получившую-



ся массу пропустить через мясорубку. В сливки добавить белый перец и немного соли, взбить. Медленно помешивая, ввести сливки в перемолотую массу. Остудить.



Фаршированные шейки гуся

4 гусиные шейки, 100 г гусиной печени, 50–60 г гусиного жира, 0,5 луковицы, 50–60 г муки, 2 яйца, белый молотый перец, душистый молотый перец, соль.

Шейки опалить, промыть, аккуратно снять кожу.

Приготовить фарш. Печень отварить в подсоленной воде, остудить, порубить. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, порубить. Лук мелко нарезать, обжарить на жире вместе с мукой. Ингредиенты соединить, посолить и поперчить по вкусу, развести небольшим количеством воды или бульона, взбить.

Подготовленную кожу наполнить фаршем, зашить, отварить до готовности и остудить. Нитки удалить, шейки нарезать кружочками.



Тарталетки с куриным мясом и помидорами

Для теста: 100 г муки, 80 г сливочного масла, 1 яичный желток, соль.

Для начинки: 80–100 г мякоти куриного мяса, 1–2 помидора, 1 яйцо, 1 ст. ложка измельченного укропа, черный молотый перец, соль.



Масло порубить с мукой, посолить по вкусу, добавить желток и замесить тесто. Выдержать 10 мин в холодильнике, раскатать в тонкий пласт, положить на смазанные маслом и припыленные мукой формочки, прокатать скалкой. Получившиеся заготовки положить в формочки. Поставить их на противень, поместить в разогретую духовку.

Приготовить начинку. Мясо отварить и мелко нарезать. Помидоры ошпарить, очистить от кожицы и семян, нарезать. Яичный желток растереть с укропом, перцем и солью, соединить с мясом и помидорами, перемешать. Ввести взбитый белок.

Когда тарталетки подрумянятся, заполнить их фаршем. Запекать на среднем огне до образования румяной корочки.



Пудинг из птицы

500 г мяса птицы, 2 ломтика черствого белого хлеба, 4 яйца, 2 ст. ложки масла, молоко или сливки, мускатный орех, соль.

Для соуса: 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 500 мл бульона, 2 яичных желтка, 3 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка зелени петрушки, лимонный сок, белый молотый перец, соль.

Мясо отварить в подсоленной воде. Хлеб размочить в молоке или сливках, отжать. Яичные белки отделить от желтков. Белки взбить.

Мясо пропустить через мясорубку вместе с булкой, добавить желтки, посолить по вкусу, перемешать, ввести белки. Получившуюся массу выложить в смазанную



маслом форму и запечь в духовке или приготовить на пару (около 1 ч).

Приготовить соус. Масло растереть с мукой, прогреть, разбавить бульоном. Довести до кипения, ввести желтки. Проварить на слабом огне в течение 1 мин, посолить и поперчить. Снять с огня, слегка остудить, перелить в соусник, посыпать зеленью.

Соус подать к пудингу.



Куриные грудки с ананасом

2 отварные куриные грудки, 1 банка консервированных ананасов, 100 г сыра твердых сортов, 125 г майонеза, 100 г натурального йогурта.

Куриное мясо нарезать кубиками. Ананас обсушить, нарезать так же. Сыр натереть на крупной терке. Ингредиенты соединить, заправить смесью майонеза и йогурта, перемешать. Заправлять непосредственно перед подачей.



Творожные кольца с куриным салатом

Для теста: 200 г творога, 200 г маргарина, 200 г муки, 1 яичный белок, соль.

Для салата: 1 отварная курица, 200 г тонких макарон, 1 крепкий помидор, 3 вареных яйца, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 500 г маринованных грибов, 1 ч. ложка желатина, 2 ч. ложки сахара, 2 банки майонеза, белый молотый перец, соль.



Приготовить тесто. Муку порубить с маргарином, добавить творог, снова порубить, слегка посолить, замесить тесто. Поставить его в холодильник на 10–15 мин. Охлажденное тесто раскатать в пласт толщиной около 1 см.

С помощью круглой выемки вырезать кружочки. Из половины кружочков круглой выемкой меньшего размера вырезать середину. Целые кружочки по краю, на ширину вырезанных колец, смазать белком. Положить кольца на смазанные кружки, выложить заготовки на противень, смоченный холодной водой, и испечь в разогретой духовке до светло-золотистого цвета. Вынуть из духовки и охладить на противне.

Желатин растворить, соединить с одной банкой майонеза, взбить в пену. Переложить в кондитерский мешочек и нанести узор по краю выпеченных колец. Поставить их в холодильник.

Приготовить салат. Мясо отделить от костей, нарезать соломкой. Помидор нарезать кубиками, сок слить. Яйца мелко порубить. Макароны разломать на кусочки длиной около 5 см, отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг. Грибы нарезать. Ингредиенты соединить, посолить и поперчить по вкусу, заправить оставшимся майонезом, смешанным с сахаром.

Салат разложить по колечкам.



Паштет из куриных потрохов

500 г куриных желудков, 300 г куриной печени, 200 г куриного сердца, 7–8 яиц, 2–3 крупные луковицы, 500 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.



Желудки очистить от пленок и хрящей. Сердца очистить от лишнего жира.

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, крупно нарезать. Лук крупно нарезать.

Желудки, сердца и печень мелко нарезать, обжарить на растительном масле. Добавить лук, обжарить. В конце жарки добавить яйца, слегка прогреть. Посолить и поперчить по вкусу.

Получившуюся массу пропустить через мясорубку или измельчить с помощью блендера.



Заливное из курицы и грейпфрута

6 филе куриных грудок, 500 мл куриного бульона, 6 г желатина, 3 грейпфрута, эстрагон, белый молотый перец, соль.

Куриное филе отварить в бульоне в течение 10 мин, слегка остудить, нарезать небольшими кусочками.

Бульон остудить до теплого, процедить, смешать с желатином и соком одного грейпфрута.

Оставшиеся грейпфруты очистить от кожуры, разобрать на дольки, удалить белые пленки.

Налить немного жидкого желе на дно формы. Когда оно застынет, выложить в форму слоями курицу и грейпфрут. Залить оставшимся желе. Украсить листочками эстрагона и поставить в холодильник до полного застывания желе.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА



Куриный суп-пюре

1 куриная грудка без кожи и костей, 200 мл сливок, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, соль.

Куриную грудку отварить до готовности в подсоленной воде.

Вынуть из бульона, пропустить через мясорубку или измельчить с помощью блендера. Добавить муку, сливки, масло, посолить по вкусу, перемешать.

Бульон довести до кипения, положить в него куриную массу. Варить, помешивая, пока суп не загустеет.



Калья из курицы

500 г куриного мяса, 200 г ветчины, 2 соленых огурца, 150–200 г корня петрушки, 50–60 г корня сельдерея, 100–150 г пастернака, 2 луковицы, 40–50 г топленого масла, сметана, зелень, лавровый лист, черный перец горошком, соль.



Куриное мясо отварить в подсоленной воде, вынуть из бульона, нарезать порционными кусками. Бульон довести до кипения. Лук, петрушку, сельдерей и пастернак мелко нарезать, обжарить, положить в бульон.

Муку обжарить на сухой сковороде, развести небольшим количеством бульона, ввести в суп. После этого добавить нарезанную соломкой ветчину, очищенные и нарезанные кружочками огурцы. Варить до готовности всех ингредиентов. В конце варки добавить лавровый лист и перец, посолить по вкусу. Положить куски курицы.

Готовый суп подавать со сметаной и измельченной зеленью.



Рассольник с куриными потрохами

500 г куриных потрохов, 2 соленых огурца, 1 морковь, 1 репа, 1 луковица, 40–50 г корня петрушки, 50–60 г риса, 100 г сливочного масла, 1 долька чеснока, 1 ст. ложка измельченной зелени, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Куриные потроха очистить, тщательно вымыть, мелко нарезать, опустить в кипящую воду и варить около 1 ч.

Морковь, репу, корень петрушки очистить, мелко нарезать, обжарить в небольшом количестве масла, добавить в суп. Затем положить промытый рис. Варить, снимая пену, до полуготовности риса. Затем добавить измельченный лук, лавровый лист и перец. Варить до готовности риса.

Огурцы очистить, мелко нарезать, припустить в небольшом количестве воды, ввести в суп. Варить 5–7 мин.

22 Ввести зелень и варить еще 3 мин. Снять с огня, за-

править оставшимся маслом, растертым с солью и чесноком.



Рассольник со щавелем

1 курица, 2 корня петрушки, 2 корня сельдерея, 1 луковица, 1 стебель лука-порея, 100 г щавеля, 2 соленых огурца, 5–6 клубней картофеля, 1 ст. ложка куриного жира, измельченная зелень петрушки и укропа, огуречный рассол, сметана, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Курицу отварить в подсоленной воде, извлечь из бульона. Бульон процедить, остудить в течение 15–20 мин, снять с поверхности жир.

Коренья и лук очистить, нарезать соломкой, слегка обжарить с жиром, положить в бульон. Огурцы нарезать ломтиками, очищенный картофель — брусочками. Огурцы и лук также положить в суп. Добавить лавровый лист и перец, варить на среднем огне в течение 20–30 мин. В конце варки добавить по вкусу огуречный рассол, посолить, положить нашинкованный щавель. Варить еще 5–10 мин.

Куриное мясо отделить от костей, нарезать, разложить по тарелкам. Залить супом, заправить сметаной, посыпать зеленью.



Борщ по-венгерски

200 г мяса птицы, 400 г мякоти говядины, 1 небольшая луковица, 2–3 клубня картофеля, 2–3 свеклы,



200 г квашеной капусты, 20–30 г корня петрушки, 20–30 г корня сельдерея, 80–100 г топленого сала, 50–60 г хлеба, 1,2–1,5 л кваса (или смеси капустного рассола с водой), 100 мл красного сухого вина, 1 ст. ложка сахара, черный молотый перец, красный молотый перец, соль.

Лук мелко порубить. Картофель очистить, нарезать брусочками. Свеклу очистить, нарезать соломкой или натереть на крупной терке. Коренья очистить и мелко нарезать. Мясо нарезать небольшими кусочками.

Топленое сало разогреть, обжарить в нем лук, добавить мясо, красный перец, обжарить. Затем положить картофель, свеклу, коренья, влить немного воды, припустить. Залить квасом, добавить капусту и ломтики хлеба. При необходимости долить воду. Варить до готовности всех ингредиентов. Посолить, положить сахар, влить вино, добавить черный перец, перемешать и снять с огня.



Суп-пюре из дичи

1 куропатка (или 0,5 тетерева, или 0,5 фазана), 60 г муки, 60 г сливочного масла, 250 мл молока или сливок, 1 яичный желток, соль.

Дичь ошипать, выпотрошить, промыть, слегка обжарить с маслом, а затем отварить до готовности. Мясо отделить от костей. Бульон процедить.

Мясо измельчить с помощью блендера или пропустить через мясорубку, развести бульоном до консистенции



разведенную небольшим количеством бульона. Когда суп загустеет, заправить смесью желтка с молоком или сливками, посолить по вкусу, тщательно перемешать.



Охотничий кулеш

1 курица, 100 г сала, 2 л воды, 1 луковица, 10 помидоров, 10 яиц, 10 г зелени петрушки, 10 г зелени укропа, 1 стакан риса, черный молотый перец, соль.

Курицу нарезать небольшими кусками, потушить. Сало нарезать очень мелко, обжарить вместе с измельченным луком, добавить к курице. Жарить, помешивая.

Залить все водой, довести до кипения, всыпать промытый рис. Варить 15–20 мин.

Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы, протереть через сито, положить в суп. Перемешать. Яйца взбить и ввести в суп через сито. Прокипятить в течение 5 мин, посолить и поперчить по вкусу, добавить зелень, снять с огня, накрыть посуду крышкой и дать настояться.



Фасолевый суп с куриной грудкой

400 г куриного филе, 150 г сарделек, 50 г бекона, 1 стручок сладкого желтого перца, 500 г картофеля, 1 долька чеснока, 4 помидора, 1 луковица, 1 банка консервированной фасоли, 1 л куриного бульона, 2 ст. ложки оливкового



масла, 2 веточки тимьяна, 15 г зелени петрушки, белый молотый перец, соль.

Куриное филе и бекон нарезать небольшими кубиками. Лук нарезать колечками. Чеснок порубить. Сладкий перец очистить от семян и перегородок, нарезать кубиками. Картофель очистить, нарезать так же.

Филе обжарить в масле, посолить и поперчить по вкусу. Добавить лук, чеснок, сладкий перец, картофель и бекон, слегка обжарить, затем влить бульон, накрыть посуду крышкой. Готовить на среднем огне около получаса.

Помидоры ошпарить, очистить от кожицы, нарезать дольками. Сардельки очистить и нарезать кружочками. Фасоль откинуть на дуршлаг. Петрушку и тимьян мелко порубить.

В суп добавить помидоры, сардельки, фасоль, зелень, посолить и поперчить по вкусу, прогреть.



Суп-пюре из индейки

300 г мяса индейки, 1 небольшая морковь, 0,5 луковицы, 40 г корня петрушки, 1 яичный желток, 80 г муки, 80 г сливочного масла, 300 мл молока, соль.

Мясо отварить в подсоленной воде с морковью, луком и корнем петрушки. Извлечь мясо из бульона, измельчить с помощью блендера или пропустить через мясорубку, а затем протереть.

Муку обжарить на сухой сковороде, развести процеженным бульоном до консистенции густой сметаны и довести до кипения. Получившийся соус соединить

с мясом, перемешать. Заправить смесью желтка с молоком и маслом, прогреть.



Куриный суп с чесноком

0,5 курицы, 3–4 клубня картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 4–5 долек чеснока, 1 яйцо, укроп, уксус, растительное или сливочное масло, соль.

Курицу отварить в подсоленной воде до готовности, извлечь из бульона, мясо отделить от костей. Бульон процедить, отлить немного в миску, остальное довести до кипения, положить нарезанный кубиками картофель, снова довести до кипения, посолить по вкусу. Варить при слабом кипении.

Морковь натереть на мелкой терке или нарезать тонкой соломкой. Лук порубить. Лук и морковь обжарить в масле. Ввести в суп.

В отлитый бульон добавить немного уксуса, перемешать, влить взбитое яйцо, снова перемешать. Получившуюся смесь вылить в суп, помешивая, чтобы образовались яичные хлопья. Чеснок раздавить, соединить с мелко нарезанным укропом, перемешать и положить в суп. Перемешать, посолить по вкусу, снять с огня, положить кусочки курицы, дать настояться.



Куриный бульон по-одесски

1 небольшая курица, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 25 г зелени, черный молотый перец, соль.



Курицу вымыть, залить холодной водой, довести до кипения. Снять пену, добавить очищенную луковицу, а также нарезанные кружочками морковь и корень петрушки. Варить 1,5–2 ч на слабом огне. За 3–4 мин до конца варки опустить в бульон перевязанный пучок зелени, посолить и поперчить по вкусу.

Из готового бульона извлечь курицу и использовать ее для приготовления других блюд. Бульон процедить.



Куриный бульон с клецками из печени

3 л куриного бульона, 350 г говяжьей печени, 1 луковица, 2 яйца, 1 ст. ложка куриного жира, 0,5 ст. ложки муки, 2–3 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка соли.

Печень пропустить через мясорубку. Лук мелко порубить и обжарить в жире с петрушкой, остудить. Яйца взбить, соединить с печенью, добавить лук с петрушкой и муку. Перемешать. Бульон довести до кипения. С помощью столовой ложки выложить клецки из печени. Варить, пока они не всплывут на поверхность.



Суп-пюре из курицы с фисташками

500 г куриного филе, 60 г ядер фисташек, 120 г риса, 60 г сливочного масла, 400 мл сливок, 1 яичный желток, соль.



Масло растопить, всыпать рис. Прогреть, помешивая, несколько минут, затем залить бульоном. Помешивая, довести до кипения. Варить при слабом кипении до готовности риса. Готовый рис протереть через сито вместе с бульоном.

Куриное мясо измельчить с помощью блендера или пропустить через мясорубку, развести рисовой смесью, довести до кипения, поставить на водяную баню.

Фисташки очистить от кожицы, растереть в ступке с маслом, протереть через сито.

В готовый суп ввести смесь желтка со сливками, а также фисташки.



Суп из птицы с овощами

400 г курицы, 1 маленькая луковица, 2 клубня картофеля, 1 маленький соленый огурец, 20 г корня петрушки, 15 г корня сельдерея, 1 ст. ложка измельченного лука-порея, 1 долька чеснока, 40–50 г шпината, 30 г щавеля, 30 г листового салата, 1 яичный желток, 20 г сливочного масла, 20 г зелени петрушки, 2 ст. ложки сметаны или сливок, 1 л воды, лавровый лист, черный молотый перец, соль.

Курицу нарезать кусками, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену. Варить на слабом огне до готовности курицы. Птицу извлечь, мясо отделить от костей, бульон процедить.

Картофель очистить, нарезать кубиками или брусочками, опустить в бульон, варить до полуготовности. Петрушку, сельдерей и лук измельчить, добавить лук-порей, обжарить в масле. Чеснок растереть с солью. Щавель, шпинат и салат мелко нарезать. Соленый огурец очистить от



кожицы, нарезать. Все ингредиенты положить в суп, варить 15–20 мин. Посолить и поперчить по вкусу, добавить лавровый лист. Прогреть и снять с огня. Сливки или сметану взбить с желтком, разложить по тарелкам, добавить кусочки курицы, залить горячим супом, посыпать измельченной зеленью.



Куриный суп с карри

2–3 филе куриной грудки, 2 стручка сладкого перца, 100 г яичной лапши, 25 г зелени петрушки, 1 ч. ложка карри, белая часть 1 стебля лука-порея, черный молотый перец, соль.

Куриное мясо залить 2,5–3 л холодной воды, довести до кипения. Варить 10–15 мин, снимая пену и жир.

Лук-порей нарезать кружочками. Сладкий перец очистить от семян и перегородок, нарезать соломкой. Петрушку мелко порубить. Куриное мясо извлечь из бульона, нарезать ломтиками, снова опустить в бульон. Добавить карри, посолить и поперчить по вкусу, довести до кипения. Положить сладкий перец и лук-порей, через 3–4 мин — лапшу и петрушку. Довести до кипения, варить до готовности лапши.



Куриный бульон с манными клецками

1 л куриного бульона.

Для клецек: 100 г манной крупы, 1 яйцо, 1 яичный желток, 1 ст. ложка воды, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 ч. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, мускатный орех, соль.



Приготовить клецки. Взбить яйцо и желток, добавить воду, масло, крупу, зелень, мускатный орех и соль. Тщательно перемешать.

Слегка подсоленную воду довести до кипения. С помощью столовой ложки сформовать из смеси клецки и опустить их в воду. Варить на слабом огне, пока они не всплывут.

Готовые клецки с помощью шумовки переложить в разогретый бульон.



Куриный крем-суп

300 г куриного мяса (бедро без кожи), 1 л воды, 1 стакан нежирных сливок, 1 луковица, 2–3 дольки чеснока, 0,7 стакана муки, оливковое или сливочное масло, карри, черный молотый перец, соль.

Куриное мясо мелко нарезать, обжарить на сухой сковороде, залить водой и отварить на слабом огне до готовности.

Лук и чеснок обжарить в большом количестве масла, добавить муку. Жарить, помешивая, пока мука не подрумянится. Получившуюся смесь добавить к курице, перемешать так, чтобы не было комков. Влить сливки, довести до кипения, посолить и поперчить по вкусу, приправить карри.

К готовому супу можно подать ломтики лимона.



Куриный суп с омлетом

1 средняя курица, 1 луковица, 1 морковь, 3–4 клубня картофеля, 2 яйца, 100 мл молока, зелень, расти-



тельное или сливочное масло, черный молотый перец, соль.

Курицу залить холодной водой, довести до кипения, посолить по вкусу, отварить до готовности. Извлечь из бульона, мясо отделить от костей.

Луковицу разрезать на четыре части, обжарить, положить в бульон. Морковь очистить, нарезать кубиками, положить в бульон. Варить на слабом огне 10–15 мин. Лук извлечь, положить нарезанный кубиками картофель. Варить до готовности овощей. В конце приготовления положить измельченную зелень.

Яйца взбить с молоком, посолить и поперчить по вкусу, приготовить омлет. Готовый омлет слегка остудить, нарезать соломкой.

По тарелкам разложить кусочки мяса и омлета, залить горячим супом.

ВТОРЫЕ БЛЮДА



Маринованная утиная ножка

1 утиная ножка, 2–3 дольки чеснока, 1 ч. ложка красного молотого перца, утиный жир, соль.

Чеснок мелко порубить или раздавить, смешать с перцем и солью. Получившейся смесью натереть ножку, положить ее на 5 ч в холодильник. Замаринованную ножку обмыть в холодной воде и опустить в растопленный утиный жир. Готовить на слабом огне при очень медленном кипении в течение 2–2,5 ч. Готовность проверить с помощью поварской вилки.



Рагу из курицы с грибами

5 куриных ножек, 5 средних клубней картофеля, 2 стручка желтого сладкого перца, 3 дольки чеснока, 350 г грибов, 3 ст. ложки соевого соуса, 3 ст. ложки винного уксуса, 2 ст. ложки сахара, растительное масло, салат-латук, соль.



С куриных ножек снять кожу, извлечь кости. Мясо нарезать. Картофель очистить, каждый клубень разрезать на четыре части, отварить в подсоленной воде. Сладкий перец очистить от семян и переродок, нарезать соломкой. Чеснок крупно нарезать.

Разогреть масло, обжарить перец, переложить его в другую посуду. На этом же масле обжарить очищенные и нарезанные грибы, отложить их к перцу. В сковороду добавить масло, обжарить куриное мясо с чесноком до готовности. Посолить по вкусу. Затем влить смесь уксуса, соевого соуса и сахара, добавить грибы и перец, перемешать. Тушить около 5 мин.

На блюдо выложить картофель, на него — смесь курицы с перцем и грибами, украсить листьями салата.



Пазлы

150 г куриного филе, 50 г кальмара, 20 г мидий без раковин, 6 мидий с раковинами, 3 мелких осьминога, 50 г филе лосося, 1 луковица, 5–6 долек чеснока, 100 г сладких перцев разного цвета, нарезанных соломкой, 100 г зеленой фасоли, 20 г лук-порей, 1 стручок перца чили, 50 г очищенных креветок, 2–3 неочищенные креветки, 200 г отварного риса лимон, зелень, оливки, растительное масло, белый молотый перец, соль.

Куриное филе нарезать небольшими кусочками и обжарить в растительном масле почти до готовности. Добавить мидии без раковин, мелко нарезанные лук и чеснок. Обжарить, помешивая, в течение нескольких минут. После этого

добавить измельченные кальмары, осьминога, лосося, креветки. Обжаривать еще несколько минут. Затем



положить сладкий перец, фасоль, измельченные лук-порей и чили. Перемешать, добавить рис. Помешивая, довести до готовности. Если блюдо получается слишком густым, можно влить немного воды.

Готовую паэлью посолить и поперчить по вкусу, украсить мидиями в раковинах, неочищенными креветками, оливками, дольками лимона и зеленью.



«Райская птица»

1 средняя курица, 100 г урюка, 100 г чернослива, 100 г ядер грецких орехов, сок 1 лимона, чеснок, растительное масло, соль.

Приготовить начинку. Урюк и чернослив размочить, очистить от косточек, пропустить через мясорубку вместе с орехами.

Курицу выпотрошить, тщательно вымыть, обсушить, натереть смесью лимонного сока, раздавленного чеснока и соли, дать настояться 1 ч. Подготовленную тушку заполнить начинкой, зашить, смазать маслом. Запечь в духовке, время от времени поливая образующимся соком или бульоном.



Курица с чесноком

1 крупная курица, 40 долек чеснока, 500 мл воды, 1 кубик куриного бульона, мука, растительное масло, черный молотый перец, соль.



Курицу промыть, обсушить, смазать смесью перца и соли, обвалить в муке и обжарить на сильном огне со всех сторон. Переложить тушку в чугунную посуду, добавить неочищенный чеснок. Бульонный кубик растворить в горячей воде, полить смесью курицу. Накрыть посуду крышкой. Готовить в разогретой духовке на среднем огне в течение 1 ч 15 мин. Затем крышку снять и готовить еще 30 мин.



Шашлычки из курицы с грибами

700 г куриного филе, 300 г шампиньонов, 75 г майонеза, 75 мл томатного кетчупа, белый молотый перец, соль.

Куриное филе и вымытые грибы нарезать кубиками. Мясо посолить и поперчить. Грибы отварить в подсоленной воде до полуготовности. Грибы и филе нанизать на деревянные шпажки. Готовить в разогретой духовке. За 3–4 мин до конца приготовления смазать смесью майонеза и кетчупа.



Утка с яблоками по-баварски

1 средняя утка, 500 мл светлого пива, 2 луковицы, 3–4 кисло-сладких яблока, черный молотый перец, соль.

Утку промыть, обсушить, срезать лишний жир, натереть смесью соли и перца, залить пивом. Мариновать в течение 2–3 ч.



Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, нарезать крупными кубиками. Лук нарезать так же. Замаринованную утку нафаршировать смесью яблок и лука, отверстие зашить или скрепить деревянной зубочисткой. Запекать в разогретой духовке до готовности.



Курица по-восточному

400 г куриного мяса, 2 помидора, 2 стручка сладкого перца, 1 стручок жгучего перца, 3 средние луковицы, 3 дольки чеснока, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка кетчупа, 0,25 бульонного кубика, 1 ч. ложка карри, соль.

Куриное мясо нарезать небольшими кусочками, посолить. Лук нарезать тонкими полукольцами, помидоры — кружочками, сладкий и жгучий перец — колечками. Чеснок натереть на терке.

Лук подрумянить в разогретом масле, добавить куриное мясо, обжарить. Добавить немного воды, в которой растворен бульонный кубик, чеснок, кетчуп, карри. Тушить, пока мясо не станет мягким. Добавить помидоры и перец, тушить до готовности.



Курица по-китайски с ананасом

250 г отварного куриного мяса, 0,25 свежего ананаса, 100 г спаржи, 0,5 ст. ложки соевого соуса, 2–3 ч. ложки маисового крахмала, тертый имбирь, растительное



масло, куриный бульон, десертное вино, красный молотый перец, соль.

Ананас нарезать тонкими ломтиками, куриное мясо — тонкими полосками. Спаржу потушить в небольшом количестве воды.

Соевый соус соединить с 1 ч. ложкой крахмала, 1 ст. ложкой растительного масла, перцем и солью, перемешать. В получившуюся смесь положить курицу, перемешать, дать настояться.

В глубокой сковороде разогреть масло, положить в него куриное мясо, обжарить. Добавить спаржу и ананас. Накрыть посуду крышкой, немного потушить на слабом огне.

Приготовить соус. Оставшийся крахмал соединить с соком от ананаса, имбирем, небольшим количеством вина, перемешать. Куриный бульон довести до кипения, влить в него смесь, перемешать и снять с огня.

Готовую курицу полить горячим соусом и сразу же подавать.



Куриное филе с баклажанами

500 г куриного филе, 2 баклажана, 1 стручок сладкого перца, растительное масло, сметана, карри, зелень, растительное масло, красный молотый перец, соль.

Куриное филе вымыть, обсушить, нарезать тонкими полосками, обжарить в растительном масле с карри, перцем и солью.

38 Баклажаны вымыть, обсушить, разрезать вдоль пополам, аккуратно извлечь мякоть. Мякоть нарезать

кубиками. Сладкий перец очистить от семян и перегородок, нарезать тонкой соломкой и слегка запечь.



Мякоть баклажанов потушить с маслом, добавить вычищенные половинки баклажанов и еще потушить. В половинки выложить куриное филе, сверху — запеченный перец. Полить сметаной. Запечь в разогретой духовке в течение 10 мин. Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью.



Котлеты по-киевски

2 куриных окорочка, 1 яйцо, 2 помидора, 50 г сливочного масла, 100 г панировочных сухарей, 500 г растительного масла, зелень петрушки, листья салата, молотая паприка, соль.

С окорочков снять кожу и разделить их так, чтобы осталось филе, прикрепленное с одной стороны к косточке. Посолить и поперчить по вкусу, в середину положить кусочек сливочного масла. Филе свернуть, закрепить деревянной зубочисткой, обмакнуть во взбитое яйцо, а затем обвалять в сухарях. В глубокой сковороде разогреть растительное масло, положить в него котлеты. Масла должно быть столько, чтобы оно полностью покрывало заготовки. Жарить до готовности.



Грудка индейки с мармеладом

1,5 кг грудки индейки, 1 ст. ложка апельсинового мармелада, 1 ст. ложка меда, 1 ст. ложка соевого со-



уса, 1 ст. ложка кунжутного семени, 6 пластин белого желатина, 375 мл красного портвейна, оливковое масло, белый молотый перец, соль.

Мясо натереть смесью соли и перца, положить в чугунную посуду с разогретым маслом и обжарить с каждой стороны по 3 мин. После этого поставить посуду в духовку, разогретую до 200° С, и готовить в течение 1,5 ч.

Соединить мармелад, мед, соевый соус и кунжутное семя, перемешать, дать настояться в течение получаса, а затем обмазать этой смесью мясо индейки. Влить немного воды. Тушить до готовности.

Желатин растворить в воде. Когда он набухнет, добавить 125 мл теплого портвейна, перемешать, затем влить оставшийся портвейн, снова перемешать и поставить в холодильник. Когда масса застынет, нарезать ее кубиками и подать к индейке, нарезанной ломтиками.



Куриные грудки с айвой

800–900 г куриных грудок, 2 айвы, 1–2 луковицы, 500 г сметаны, растительное масло, соль.

Лук мелко нарезать. В глубокой сковороде разогреть растительное масло на сильном огне, обжарить в нем лук.

Айву вымыть, обсушить, очистить от семян и натереть на крупной или средней терке. Добавить к луку, перемешать.

Куриные грудки освободить от костей и кожи, мякоть некрупно нарезать, положить к луку, перемешать. Жарить около 5 мин. Добавить сметану, посолить по вкусу, развести 125 мл воды, тщательно перемешать.

Накрыть посуду крышкой, убавить огонь до слабого. Тушить около получаса. Во время приготовления один-два раза перемешать.



Куриная грудка в сливочном соусе

300 г филе белого мяса курицы, 2 стручка сладкого перца, 1 луковица, 200 мл сливок, растительное масло, соль.

Куриное филе нарезать небольшими кусочками, обжарить в разогретом масле.

Сладкий перец очистить от семян и перегородок, нарезать соломкой. Лук нарезать тонкими полукольцами.

Ингредиенты соединить, залить сливками, посолить по вкусу. Тушить в разогретой духовке до готовности.

Готовое блюдо можно украсить зеленью.



Куриные биточки, фаршированные грибами

300 г куриного мяса, 80 г белого хлеба, 100 мл молока, 10–15 г сливочного масла, 80–100 г шампиньонов, 2 ст. ложки молотых сухарей, 50 г топленого масла, 300 мл мадеры, соль.

Хлеб размочить в молоке, а затем отжать. Куриное мясо пропустить через мясорубку вместе с хлебом, посолить по вкусу, перемешать. Из фарша сформовать биточки, раскатать их в лепешки.

Шампиньоны тщательно вымыть, мелко порубить и посолить.



На каждую лепешку выложить начинку, края лепешек плотно соединить. Заготовки обвалять в сухарях и обжарить в топленом масле со всех сторон. Затем полить мадерой и немного потушить.



Курица с бренди

4 куриные грудинки без кожи и костей, 0,5 стакана мелко нарезанного лука-порея, 12–15 шампиньонов, 0,25 стакана бренди, 250 мл куриного бульона, 1 ч. ложка тмина, оливковое масло, зелень петрушки, белый молотый перец, соль.

Куриное мясо посолить и поперчить по вкусу, обжарить в сильно разогретом масле со всех сторон до образования румяной корочки, а затем переложить в другую посуду.

В сковороде долить немного масла, на среднем огне обжарить лук-порея и тмин в течение 2 мин. После этого добавить нарезанные грибы. Жарить, помешивая, около 5 мин. Затем влить бренди и тушить около 2 мин. Положить курицу, влить бульон, уменьшить огонь до слабого и готовить еще 5–7 мин.

Готовое блюдо посыпать измельченной петрушкой.



Жаркое из куриных потрохов

250 г куриных потрохов, 2 клубня картофеля, 1 луковица, 1 морковь, 1 долька чеснока, 3 ст. ложка сметаны, 1 ст. ложка томатной пасты, 4 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.



Куриные потроха промыть в холодной проточной воде, нарезать наибольшими кусочками и отварить в подсоленной воде. Готовые потроха откинуть на дуршлаг, обсушить поперчить по вкусу и обжарить в разогретом растительном масле.

Лук, морковь и картофель вымыть, очистить, нарезать небольшими кусками, обжарить в растительном масле.

В глиняный горшочек положить половину обжаренных овощей, сверху разместить потроха, посыпать их измельченным чесноком. На потроха выложить оставшиеся овощи. Посолить. Залить смесью сметаны и томатной пасты. Довести до готовности в разогретой духовке.



Цыплята с картофелем и шампиньонами

2 небольших цыпленка, 500 г картофеля, 200 г шампиньонов, 100 г сала с мясными прожилками, 2 веточки эстрагона, 2 ст. ложки топленого масла, 450 мл бульона из птицы, 200 мл белого сухого вина, белый молотый перец, соль.

Картофель очистить и нарезать ломтиками. Шампиньоны тщательно вымыть, каждый гриб разрезать на четыре части. Сало нарезать полосками.

Цыплят вымыть, обсушить, посолить и поперчить изнутри и снаружи. Эстрагон вымыть, обсушить и положить по одной веточке в каждого цыпленка. Обжарить птицу со всех сторон в горячем топленом масле в форме для жаркого. Добавить картофель, грибы и сало. Поставить в духовку, нагретую до 180° С. Жарить в течение 45 мин, поливая бульоном.

Готовых цыплят вынуть из духовки. Сок, образовавшийся при приготовлении, соединить с вином и



оставшимся бульоном, посолить и поперчить по вкусу. Получившийся соус подать к дыглятам.



Куриное филе с «Фетой»

1 куриная грудинка без кожи и костей, 100 г сыра «Фета», 2 дольки чеснока, маслины без косточек, зелень петрушки, панировочные сухари, белый молотый перец, соль.

Куриное филе отбить, посолить и поперчить по вкусу. «Фету» измельчить немного, добавить измельченный чеснок, нарезанные оливки и петрушку, перемешать. Получившуюся массу выложить на филе, сформовать рулетик, обвалять его в сухарях, положить в огнеупорную посуду. Запечь в духовке до румяной корочки.



Голуби в мадере

4 голубя, 375 мл французской или испанской мадеры, 25–30 маслин без косточек, 3 помидора, 50 г чернослива без косточек, 50 г изюма без косточек, 100 г свежего винограда, 2–3 дольки чеснока, 10 шт. лука-севка, 10 шт. мини-моркови, 1 ч. ложка свежего тмина, оливковое масло, бальзамический уксус, лавровый лист, соль.

Тушки птиц вымыть, обсушить, обжарить в оливковом масле со всех сторон. Отдельно обжарить лук и морковь. Лук и морковь выложить на дно посуды, сверху



положить голубей. Влить мадеру, накрыть посуду крышкой, тушить около 10 мин. Затем добавить маслины, размоченные чернослив и изюм, измельченный чеснок, тмин, лавровый лист, немного уксуса, посолить по вкусу. Тушить еще 15 мин, время от времени переворачивая тушки. Минут за пять до конца приготовления добавить виноград и нарезанные помидоры.



Курица по-кавказски

300 г куриного мяса, 1 крупная луковица, 2 помидора, 50 г томатной пасты, 1,5 ст. ложки сухого вина, 50 г сливочного масла, уксус, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.

Мясо разрезать на порционные куски. Лук мелко нарезать. Помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Сливочное масло растопить, положить курицу, лук, томатную пасту, влить вино, немного уксуса и воды. Посолить и поперчить по вкусу. Перемешать. Накрыть посуду крышкой с отверстием. Готовить в микроволновой печи на полной мощности в течение 7–8 мин. После этого положить поверх курицы помидоры. Готовить под крышкой еще 2,5 мин на той же мощности. Готовое блюдо посыпать измельченной петрушкой.



Куриные грудки по-флорентийски

4 куриные грудки с кожей, 3 ст. ложки оливкового масла, 0,25 стакана белого сухого вина, 2 дольки чес-



нока, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки, 1 ч. ложка орегано, порошок чили, 250 г шпината, 4 стакана вареного горячего риса.

Приготовить маринад из оливкового масла, вина, мелко нарезанного чеснока, зелени петрушки, орегано и чили и выдержать в нем грудки несколько часов.

Нагреть духовку до 200° С. Мясо вынуть из маринада и положить на противень кожей вверх. Запекать 5 мин, затем уменьшить температуру до 150° С и готовить еще 20 мин, периодически поливая маринадом.

Шпинат мелко нарезать, посыпать им мясо и прогреть блюдо в течение 10 мин.

На тарелки выложить рис, полить его получившимся соусом со шпинатом, а сверху положить куриную грудку.



Утка под апельсиновым соусом

1 утка (примерно 1 кг), 500 г лапши, 1 стакан говяжьего бульона, 2 стакана белого вина, 6 апельсинов, 2 лимона, 3 ст. ложки муки, 0,25 стакана сахара, 0,25 ч. ложка корицы, 0,25 стакана апельсинового бренди, 2 ст. ложки желе из красной смородины, черный молотый перец, соль.

Утку выпотрошить, вымыть, обсушить, посолить и поперчить по вкусу. Положить ее в сотейник и полить бульоном и вином.

Натереть цедру с трех апельсинов и одного лимона. Выжать из фруктов сок и полить им утку. Разогреть духовку до 200° С. Накрыть сотейник крышкой и поставить в духовку на 1 ч 15 мин. Вынуть утку из сотейника, пе-



реложить в другую посуду, накрыть крышкой и укутать полотенцем.

Сок, оставшийся после жарки, процедить. Из выделившегося жира оставить 3 ст. ложки. Разогреть жир в кастрюле, добавить муку и пассеровать, помешивая, на среднем огне 2 мин. Влить процеженный сок и тушить на слабом огне еще 5 мин.

В другой кастрюле растопить сахар до карамелизации (коричневого цвета), добавить бренди и сок из оставшихся апельсинов и лимона. Смешать желе с корицей и, непрерывно помешивая, добавить эту смесь в соус с бренди. Положить апельсиновую и лимонную цедру и готовить на слабом огне 10 мин. Влить соус с соком от утки и размешать.

Лапшу отварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Отделить мясо утки от костей и нарезать крупными кусками. Разложить лапшу по тарелкам, сверху положить утиное мясо и полить соусом.



Курица с цветной капустой

1 курица (примерно 1 кг), 500 г цветной капусты, 1 ст. ложка сметаны, 250 мл бульона, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка крошек белого хлеба, 2 ст. ложки тертого сыра, красный молотый перец, соль.

Курицу вымыть, обсушить, разрезать на четыре части, посолить и поперчить по вкусу, обвалять в крошках.

Капусту разобрать на соцветия. Форму смазать маслом, выложить в нее капусту, разровнять. Сверху положить куски курицы. Залить смесью сметаны и бульона,



посыпать сыром. Запекать в духовке, разогретой до 180° С, до готовности.



Курица в вишневом соусе

1 курица (примерно 1,5 кг), 2 ч. ложки крахмала, 1 стакан полусухого вина, 500 мл вишневого компота, 5 ст. ложек растительного масла, 0,5 ч. ложки черного молотого перца, 2 ч. ложки соли.

Курицу выпотрошить, вымыть, обсушить, разрезать на порционные куски, натереть их солью с перцем.

Разогреть в толстостенной посуде растительное масло и обжарить на нем курицу. Затем поставить посуду в нагретую до 180–190° С духовку и жарить до готовности.

Сок от жаренья слить в сотейник, а курицу оставить в духовке, чтобы не остыла.

Приготовить соус: добавить в сок от жаренья вино и поставить на слабый огонь. В соке от вишен развести крахмал и влить в сотейник. Довести до кипения, непрерывно помешивая, и держать на огне, пока соус не загустеет. Вишни без косточек положить с соус и еще раз вскипятить.

Готовую курицу полить соусом.



Шницель из индейки с яблочной начинкой

48 600–700 г индейки (грудки), 50 г штика, 1 луковица, 5 яблок, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина,



50 г сыра, 1 ч. ложка сахара, соль, 3 ст. ложки белого сухого вина, мука, растительное масло, черный молотый перец, соль.

Приготовить начинку. Для этого шпик и репчатый лук мелко порубить. Яблоки очистить, разрезать каждое на 4 части и удалить сердцевину. Одно яблоко нарезать маленькими кубиками или натереть на крупной терке, смешать с половиной шпика и лука и тушить примерно 5 мин в 1 ст. ложке сливочного масла.

Затем добавить сыр, перемешать и подержать на слабом огне до тех пор, пока сыр не расплавится.

Индейку разрезать на порционные куски, слегка отбить, посолить, поперчить. На каждый шницель положить начинку, сложить шницели пополам, сколоть деревянными зубочистками, обвалять в муке и обжарить в горячем растительном масле по 5–7 мин с каждой стороны.

Оставшиеся яблоки нарезать крупными кубиками, смешать со шпиком и луком, обжарить в 1 ст. ложке сливочного масла, добавить соль, перец, сахар и вино. Тушить, пока яблоки не станут мягкими. Получившийся соус подать к готовым шницелям.



Куриные окорочка, запеченные в соли

6 куриных окорочков, 1,5 кг соли, черный молотый перец.

На шесть листов фольги насыпать слой соли толщиной около 0,5 см. Сверху выложить окорочка, поперчить по вкусу. Засыпать окорочка оставшейся солью, плотно завернуть в фольгу.



Запекать в гриле при температуре 200° С в течение 20–25 мин, переворачивая каждые 5 мин. Фольгу развернуть, очистить окорочка от соли.



Шницель куриный, фаршированный шампиньонами

4 куриные грудки, 200 г шампиньонов, 0,5 стакана тертого сыра, 1 яйцо, 2–3 ломтика пшеничного хлеба, рафинированное растительное масло, соль.

На куриных грудках сделать продольные надрезы, развернуть мясо и тщательно отбить.

Приготовить фарш. Шампиньоны отварить в подсоленной воде, нашинковать и смешать с тертым сыром.

Готовый фарш положить на шницели, завернуть их конвертиком и окунуть во взбитое яйцо. Пшеничный хлеб нарезать тонкой соломкой и обложить ими шницели.

Растительное масло раскалить и обжарить в нем шницели с двух сторон до образования румяной корочки, после чего довести их до готовности в горячей духовке (7–10 мин).



Курица по-арабски с медом и орехами

1 курица (1 кг), 40 г меда, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка измельченных ядер арахиса, растительное масло.

Сливочное масло растопить, смешать с медом. Получившейся смесью начинить курицу. Оставшую-



ся смесь слегка разбавить водой и натереть ею всю курицу. Подготовленную тушку обжарить в растительном масле со всех сторон до готовности. Готовую птицу нарезать порционными кусками и посыпать орехами.



Апельсиновая курица

1 курица, 1 апельсин, 1 л молока, 1 лимон, мука, растительное масло, соль.

Курицу нарезать порционными кусками, залить молоком и дать настояться в течение 2 ч. После этого каждый кусочек слегка посолить, обвалять в муке и обжарить в разогретом масле до золотистой корочки.

Апельсин и лимон вымыть, обсушить, разрезать каждый плод на восемь частей, положить к курице. Накрыть посуду крышкой и потушить около 10 мин.



Гусь с яблоками

1,5–2 кг гуся, 600–700 г кисло-сладких яблок, 1 морковь, 1 луковица, гусиный или куриный жир, соль.

Гуся выпотрошить, отрезать лапки, голову и шею, натереть солью.

Яблоки вымыть, очистить от семян, нарезать крупными дольками. Репчатый лук нарезать колечками, морковь — кружочками или соломкой. Жир разрезать на



небольшие кусочки и обжарить так, чтобы получились шкварки.

В брюшко птицы положить яблоки, края брюшка соединить и зашить. Выложить гуся в глубокий противень или в специальную посуду, обложить шкварками, луком и морковью. Тушить на слабом огне до готовности, поливая жиром и водой или бульоном.

Готовую птицу разрезать на порционные куски, предварительно удалив нитки из шва.



Курица с грецкими орехами и черносливом

1,5 кг курицы, 2 стакана ядер грецких орехов, 0,5 стакана чернослива, 1 ч. ложка красного перца, майонез, хмели-сунели, соль.

С курицы аккуратно снять кожу, стараясь ее не повредить. Удалить кости, мясо пропустить через мясорубку вместе с орехами и черносливом. Посолить и поперчить, добавить хмели-сунели по вкусу, немного майонеза и тщательно перемешать. Получившейся массой заполнить кожу, присыпать ее солью и смазать майонезом.

Сковороду смазать майонезом, выложить курицу. Запечь в духовке, разогретой до 220° С, в течение 1–1,5 ч.



Куриные окорочка в пикантном соусе

8 куриных окорочков, 2 ч. ложки жженого сахара, 150 г апельсинового мармелада, 3–4 ст. ложки горчицы,



1 ч. ложка тмина, 4 ч. ложки красного молотого перца, 1 ч. ложка черного молотого перца, 1 ч. ложка соли.

Окорочка тщательно вымыть в проточной воде, обсушить. Смешать красный и черный перец, соль, тмин и сахар и натереть окорочка этой смесью.

Подготовленные окорочка выложить на противень. Запекать в духовке, разогретой до 220°С, около получаса. В середине приготовления перевернуть.

Приготовить соус: тщательно перемешать мармелад и горчицу. Готовый соус подать к окорочкам отдельно.



Куриные грудки с сыром

500 г куриных грудок, 1 упаковка нарезанного сыра, растительное масло, майонез, розмарин, тимьян, белый или красный молотый перец, соль.

Куриные грудки вымыть, обсушить, сильно отбить с двух сторон. С одной стороны посолить, посыпать измельченными розмарином и тимьяном, положить на каждый кусок курицы по ломтику сыра, сложить заготовки пополам, смазать их майонезом. Обжарить в масле: 3 мин на сильном огне, затем на слабом. Готовые грудки поперчить.



Куриная печень с грибами

500 г куриной печени, 4 ст. ложки растительного масла, 0,3 стакана куриного бульона, 1 луковица, 300 г



консервированных шампиньонов, 1 ч. ложка молотой паприки, 0,5 стакана белого сухого вина, 30 г петрушки, черный молотый перец, соль.

Печень поджарить на большой сковороде с 2 ст. ложками масла. Залить бульоном, перемешать и снять с огня. В другой сковороде разогреть оставшееся масло, положить измельченный лук, слегка обжарить, добавить грибы и жарить, помешивая, несколько минут на слабом огне.

Затем переложить грибы с луком на сковороду с печенкой, посолить, добавить черный перец и паприку, влить вино и тушить без крышки 10 мин на слабом огне, аккуратно помешивая.

Готовую печень посыпать измельченной петрушкой и подать на разогретом блюде.



Курица по-эфиопски

3–4 куриных бедра, 3–4 куриных крылышка, 3–4 куриные ножки, 1 кг фиолетового репчатого лука, 6–8 яиц, 1–2 ст. ложки карри, кориандр, растительное масло, соль.

Бедра, крылья и ножки вымыть, обсушить, обжарить в разогретом масле, переложить в толстостенную посуду. Лук пропустить через мясорубку и выложить на курицу. Посыпать карри, добавить кориандр, посолить по вкусу. Тушить на слабом огне до готовности (должен исчезнуть специфический запах лука).

Яйца отварить вкрутую, остудить, очистить. Минут за пять до конца приготовления положить их в кастрюлю с курицей.

Готовую курицу подать со свежим лавашем, который нужно макать в соус.



Курица, маринованная в сметане

1 кг куриных окорочков, 250 г сметаны, 2 дольки чеснока, красный молотый перец, соль.

Окорочка вымыть, обсушить. Сметану соединить с раздавленным чесноком, перцем и солью (перца и соли должно быть много). Получившейся смесью залить окорочка, перемешать. Мариновать в холодильнике не менее 8 ч.

Замаринованные окорочка выложить на противень. Жарить в духовке, разогретой до 300° С, до готовности.



Цимес с курицей

1 курица (около 1 кг), 500 г моркови, 50 г изюма, 10 ягод чернослива, 100 г сахара, растительное масло, 0,5 ч. ложки соли.

Курицу разрезать на порционные куски, посолить, обжарить в глубокой сковороде, переложить в другую посуду.

Морковь очистить, нарезать кружочками, обжарить в той же сковороде. Влить столько воды, чтобы она покрыла морковь, накрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне до полуготовности. Добавить размоченные изюм и чернослив, сахар, слегка посолить, выложить сверху куски курицы и довести до готовности.



Курицу можно перед обжаркой смазать сметаной (майонезом), чтобы получилась корочка.



Цыпленок с вишней

1 цыпленок (700–800 г), 200 г вишни без косточек, 80 г сливочного масла, 150 мл красного полусладкого вина, 1 ст. ложка крахмала, черный молотый перец, соль.

Растопить 50 г сливочного масла, добавить соль и перец, перемешать. Цыпленка вымыть, обсушить, положить в микроволновую печь на решетку грудкой вниз, обмазать масляной смесью. Накрыть листом пергаменты с небольшим отверстием. Запекать на полной мощности в течение 4,5–5,5 мин. После этого цыпленка перевернуть, смазать оставшейся смесью. Запекать, не накрывая, на той же мощности в течение 6,5–7,5 мин. Готового цыпленка завернуть в фольгу и дать ему настояться около 10 мин.

Сок, выделившийся при запекании, соединить с вином, разведенным в небольшом количестве воды крахмалом. Готовить на полной мощности, помешивая, пока смесь не загустеет. Добавить вишню, прогреть 70 с на полной мощности, изредка помешивая.

Цыпленка разрезать на порционные куски и полить вишневым соусом.



Жареный петух по-венски

1 петух, 1 яйцо, мука, панировочные сухари, жир для жаренья, соль.



Петуха разрезать на четыре части, натереть солью, обвалять в муке, взбитом яйце и сухарях и обжарить в кипящем жире с двух сторон до образования золотистой корочки (примерно 15 мин). Готового петуха обсушить салфеткой.



Гусь, жаренный с айвой и яблоками

1 гусь, 10 небольших яблок, 2 крупные айвы, растительное масло, черный молотый перец, соль.

Гуся выпотрошить, вымыть, отварить в небольшом количестве воды до полуготовности. Слегка обсушить, натереть смесью соли и перца, положить в толстостенную посуду или на противень, смазанные маслом. Поставить в разогретую духовку. Готовить, поливая выделяющимся соком и переворачивая тушку. Примерно за 10 мин до конца приготовления обложить птицу целыми яблоками и дольками айвы.

Так же можно приготовить утку.



Хрустящая курочка

0,5 курицы (500–600 г), 1 ст. ложка растительного масла, молотая паприка, черный молотый перец, соль.

Курицу вымыть, обсушить, натереть растительным маслом, солью, паприкой и черным перцем. Положить кожей вверх в огнеупорную форму, проколоть кожу в нескольких местах.



Поставить форму в микроволновую печь на решетку или вращающийся поддон и жарить курицу в течение 11–12 мин на полной мощности и при включенном гриле. На готовой птице должна образоваться хрустящая корочка.



Запеканка из куриных потрохов

350 г куриных потрохов, 50 г шпика, 1 луковица, 0,5 стакана риса, 1 яйцо, 1 стакан молока, тертый сыр, маргарин, белый молотый перец, соль.

Шпик нарезать кубиками и обжарить в глубокой сковороде. На вытопившемся жире обжарить в нем измельченный лук и мелко нарубленные куриные потроха (сначала положить желудки, затем сердце, в последнюю очередь печень). Посолить и поперчить по вкусу, добавить немного горячей воды и тушить до полной готовности.

Рис отварить в подсоленной воде, добавить его к потрохам, перемешать. Смесь переложить в смазанную маргарином форму, залить яйцом, взбитым с молоком. Посыпать тертым сыром и кусочками маргарина. Запекать 10–15 мин в нежаркой духовке.



Чахохбили из курицы

58 *1 небольшая курица (до 1 кг), 3–4 луковицы, 4 помидора, 4 ст. ложки томатной пасты, 4 ст. ложки*



красного вина, 3 ст. ложки растопленного сливочного масла, 1 ч. ложка соли.

Курицу нарезать небольшими кусками и положить в кастрюлю, добавить мелко нарезанный лук, томатную пасту, вино, масло, соль, влить 6 ст. ложек воды, накрыть посуду крышкой и тушить в течение 1 ч.

Помидоры нарезать кружочками, выложить поверх курицы. Тушить под крышкой еще 20 мин.



Запеченное филе курицы

500 г филе курицы, 2 яйца, 4 дольки чеснока, 3 ст. ложки муки, майонез, карри, растительное масло, соль.

Филе курицы вымыть, обсушить, нарезать порционными кусками, слегка отбить, посолить.

Муку соединить с яйцами и измельченным чесноком, добавить карри по вкусу, тщательно перемешать. В получившуюся смесь обмакнуть куски курицы, выложить их на противень, смазанный маслом, полить майонезом. Запечь в разогретой духовке до готовности.



Цыпленок с грецкими орехами по-китайски

1 небольшой цыпленок, 2 моркови, 1 стебель лука-порея, 5 маленьких кочанов брюссельской капусты, 3 ст. ложки бульона, 1 ст. ложка крахмала, 1 ч. ложка десерт-



ного вина, 5 грецких орехов, 1 луковица, 4 ст. ложки растительного масла, 0,5 ч. ложки соевого соуса, имбирь, черный молотый перец, сахар, соль.

Из цыпленка удалить кости, снять с него кожу, мясо нарезать полосками. Из костей сварить бульон. Нарезанное мясо смешать с крахмалом, черным перцем, имбирем и вином. Морковь очистить и нарезать тонкой соломкой. Лук порей тонко нашинковать, репчатый лук нарезать тонкими полукольцами. Мелко нарезать капусту.

Разогреть 2 ст. ложки масла и обжарить овощи. В оставшемся масле обжарить куриное мясо, добавить к нему сахар, овощи, бульон, соевый соус, измельченные ядра орехов. Немного потушить.



Гусь с яблоками и миндалем

1 гусь (около 3,5 кг), 3 яблока, 3 ст. ложки измельченных ядер миндаля, 20 г майорана, 4 крупные луковицы, 2 моркови, черный молотый перец, соль.

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, нарезать крупными дольками. Каждую луковицу разрезать на четыре части. Морковь очистить и нарезать тонкой соломкой.

Гуся вымыть, обсушить, отрезать крылья и шею. Тушку натереть смесью соли и перца, начинить яблоками, миндалем и измельченным майораном. Лапки и грудку проколоть вилкой, положить тушку грудкой вниз в толстостенную посуду и залить 1 стаканом холодной воды.

Поставить посуду в духовку, разогретую до 200° С. Готовить в течение 1,5 ч, после чего гуся перевернуть, до-
60 бавить лук, морковь, крылья и шею, влить еще 1 стакан



воды. Готовить еще в течение 1,5 ч. Во время приготовления тушку несколько раз полить жидкостью, в которой она готовится. После этого вынуть гуся из посуды, положить на решетку и готовить еще полчаса в духовке.

Приготовить соус. Жидкость, в которой готовился гусь, развести 0,5 стакана воды, процедить, довести до кипения, посолить и поперчить по вкусу. Соус подать к гуся.



Индейка, запеченная с фруктами

400 г грудки индейки, 1 банан, 2 ломтика консервированных ананасов, 2 ст. ложки измельченных орехов, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка смеси молотых мускатного ореха, имбиря, корицы, красного перца.

Филе вымыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Банан очистить, нарезать кружочками. Ананас обсушить от сока. Муку соединить со смесью пряностей, перемешать. В получившейся смеси обвалить кусочки мяса, банана и ананаса. Форму для запекания смазать маслом, положить в нее индейку, банан и ананас, сбрызнуть растительным маслом, посыпать орехами. Запечь в разогретой духовке до готовности.



Утка с яблоками

1 утка (примерно 2 кг), 3 мягких красных яблока, 0,75 стакана сухого красного вина, 0,5 стакана мясного бульона, 2 ст. ложки густой сметаны, 1 ч. ложка сухого



шалфея, 0,5 ч. ложки семян тимьяна, 0,5 ч. ложки майорана, 1 пучок суповой зелени, 2 головки лука-шалота, белый молотый перец, соль.

Утку тщательно вымыть, обсушить, натереть солью и перцем снаружи и изнутри, шалфеем — только изнутри.

Яблоки вымыть, разрезать каждое на восемь долек, удалить сердцевину. Смешать с тимьяном и майораном. Нафаршировать утку яблоками и зашить.

Тушку положить в толстостенную посуду, добавить крупно нарезанную суповую зелень и крупно нарезанный лук-шалот, влить бульон, накрыть посуду крышкой. Готовить в разогретой духовке в течение 40 мин. Затем влить вино и тушить утку до готовности.

Готовую утку нарезать порционными кусками и выложить на блюдо. С соуса, образовавшегося при приготовлении, снять жир, а затем соус процедить, соединить со сметаной, посолить и поперчить по вкусу, тщательно перемешать. Получившийся соус подать к утке.



Куриные крылышки с медом

500 г куриных крылышек, 1 ч. ложка меда, 3 ч. ложки горчицы, 1–2 ст. ложки белого сухого вина, соус «Табаско», растительное масло, соль.

Соединить мед, горчицу, вино и несколько капель соуса «Табаско», перемешать. Крылышки слегка посолить, обмакнуть в медовую смесь, обжарить в горячем масле до золотистой корочки, а затем довести до готовности в духовке.

СОДЕРЖАНИЕ



<i>Предисловие</i>	3
Салаты и закуски	6
Первые блюда	21
Вторые блюда	33

100 ЛУЧШИХ БЛЮД ИЗ ПТИЦЫ

Художественный редактор А. Г. Лютиков
Верстка А. Г. Вайник
Корректор И. Г. Иванова
Художник А. Г. Вайник

ООО «Издательский дом «Терция»,
191014, Санкт-Петербург,
ул. Артиллерийская, д. 1, лит. А, пом. 3Н
E-mail: tercia_ph@mail.ru

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:

ООО «ТД «Эксмо». 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями обращаться в ООО «Дип pocket» E-mail: foreignseller@eksmo-sale.ru

International Sales: International wholesale customers should contact «Deep Pocket» Pvt. Ltd. for their orders. foreignseller@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном оформлении, обращаться в ООО «Форум»: тел. 411-73-58 доб. 2598.
E-mail: vipzakaz@eksmo.ru

Оптовая торговля бумажными и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»: Компания «Канц-Эксмо»: 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2, Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный). e-mail: kanc@eksmo-sale.ru, сайт: www.kanc-eksmo.ru

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:

В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е, Тел. (812) 365-46-03/04. **В Нижнем Новгороде:** ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3. Тел. (8312) 72-36-70. **В Казани:** ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (843) 570-40-45/46. **В Самаре:** ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70. **В Ростове-на-Дону:** ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 268-83-59/60. **В Екатеринбурге:** ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а. Тел. (343) 378-49-45. **В Киеве:** ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 501-91-19. **Во Львове:** ТП ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс: (032) 245-00-19. **В Симферополе:** ООО «Эксмо-Крым» ул. Киевская, д. 153. Тел./факс (0652) 22-90-03, 54-32-99. **В Казахстане:** ТОО «РДЦ-Алматы», ул. Домбровского, д. 3а. Тел./факс (7272) 252-59-90/91.

Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и канцтоварами «Канц-Эксмо»:

117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.
127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 780-58-34.

Подписано в печать 30.04.2008
Формат 70х100 1/32. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,58
Тираж 10 000 экз. Заказ № 3042

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

www.infanata.org

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

www.infanata.org