

100 ИЗЫСКАННЫХ БЛЮД

Очень просто!



УДК 641/642
ББК 36.997
С81

Составитель *Г.С. Выдревич*

С 81 **100 изысканных** блюд / Сост. Г.С. Выдревич. —
М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2007. — 64 с.

Изысканная еда — это страсть гурманов, умеющих почувствовать тонкий аромат и малейшие оттенки вкуса. Но и те люди, для которых еда не имеет особого значения, не откажутся от особого блюда. Ибо вкусно поесть любят все.

В этой книге приведены рецепты блюд, которые порадуют самых капризных едоков и помогут вам устроить настоящий кулинарный праздник.

УДК 641/642
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-21439-6

www.infanata.org

© «Терция», составление, 2007
© «Терция», оформление, 2007
© ООО «Издательство «Эксмо», 2007

ПРЕДИСЛОВИЕ

Изысканная еда — это страсть гурманов, умеющих почувствовать тонкий аромат и малейшие оттенки вкуса. Но и те люди, для которых еда не имеет особого значения, с большим удовольствием отведают кусочек парного мяса, приготовленного по особому рецепту. И вряд ли предпочтут ему котлетку из полуфабриката.

Можно без конца описывать нюансы изысканных блюд, но в первую очередь это всегда вкусно. А вкусно поесть любят все. Так что никто не может остаться равнодушным к кулинарным произведениям искусства.

Что нужно, чтобы приготовить «радость для гурмана»? Да — умение. Да — время. Да — большое желание. Но прежде всего — высококачественные продукты.

Покупая овощи, обратите внимание на то, как они выглядят. Морщинки, пятна, помятости — признак того, что вы не только выбросите огромную часть своей покупки, которая уйдет в отходы, но и получите в конечном счете блюдо совсем не того вкуса, который ожидаете. Лучше приобрести три роскошных мясистых помидора, чем пару килограммов томатов с гнильдой. Особое внимание обратите на мытые корнеплоды. Их нельзя покупать много: они очень быстро портятся.

Выбирая мясо, знайте: главные критерии — запах, цвет и консистенция. Конечно, замороженный продукт всегда пахнет одинаково, но это не значит, что проверить его



качество невозможно. Хорошее мороженое мясо, если по нему постучать, издает ясный, звонкий звук. Цвет его поверхности и срезов — красный, со слегка сероватым оттенком (его придают мясу кристаллики льда). Если приложить к такому мясу палец, должно образоваться яркое пятно. Если мясо замораживалось неоднократно, его поверхность темно-красная, а срезы — с вишневым оттенком, цвет нагретого (например, пальцем) участка не меняется. Качество такого продукта намного ниже.

У охлажденного или свежего (парного) мяса цвет либо красный (говядина), либо розовый (телятина), либо коричнево-красный (баранина), либо розовато-красный (свинина). Свежее мясо должно быть плотным, а ямка, образующаяся при нажатии, быстро выравнивается.

По тем же критериям можно выбирать птицу: отсутствие дурного запаха, плотное мясо красноватого или светло-розового цвета. На замороженной птице не должно быть больших кусков льда. Они могут свидетельствовать о том, что птицу замораживали не один раз.

Доброкачественная свежая, охлажденная или размороженная (к сожалению, качество замороженной рыбы определить практически невозможно) рыба обладает следующими признаками: чистая поверхность естественной окраски, отсутствие вмятин, малое количество прозрачной слизи без запаха, прозрачные глаза, запавшее анальное отверстие, прикрытые жаберные щели, яркие жабры, плотное мясо (у размороженной рыбы — чуть ослабевшее, но не дряблое), характерный запах (у морской рыбы — легкий запах морской воды, водорослей, йода).

Мутные и глубоко запавшие глаза, открытый рот, обнаженные жабры бурого или серого цвета, мутная слизь с кислым или гнилостным запахом, вздутое брюшко, влажное припухшее покрасневшее анальное кольцо, дряблое мясо, легко отстающее от костей, серого или красноватого цвета, затхлый, кислый запах — это признаки совершенно непригодной в пищу рыбы.



Если вы покупаете соленую рыбу, помните: пороки, возникшие при неправильном солении или хранении, могут не только ухудшить товарный вид продукта, но и сделать его несъедобным.

Один из наиболее распространенных недостатков — ржавление. Если поражена только поверхность рыбы, это не страшно: ржавчина легко смывается водой с содой. Если же ржавчина проникла в подкожный слой, а то и в мясо, такую рыбу лучше не есть.

Встречается и такой дефект, как омыление — слизь с неприятным запахом. Если слизь прозрачная и не пахнет, рыбу достаточно вымыть, если же она вязкая, белая и имеет гнилостный запах, рыбу нужно выбрасывать.

Следующий порок — загар, то есть покраснение мяса возле позвоночника, специфический запах и резкий вкус. Рыба с таким дефектом считается нестандартной, есть ее в больших количествах нельзя.

Еще один недостаток — затяжка: гнилостный запах, горьковато-кислый вкус, тусклое, дряблое мясо. От такой рыбы лучше отказаться.

Поверхность доброкачественной соленой рыбы чистая (при крепком посоле она может быть слегка потускневшей, чуть пожелтевшей), консистенция — от мягкой до плотной (главное — чтобы не было дряблости), запах — характерный для того или иного вида рыбы (допускается кисловатый запах в жабрах или легкий запах окислившегося жира).

И еще один немаловажный момент, касающийся уже самого процесса приготовления. Чтобы блюдо имело тонкий аромат, нежный вкус и выглядело весьма аппетитно, обращайтесь аккуратнее с различными приправами и нетрадиционными добавками и соусами. Малейший перебор — и можно все погубить. Поэтому когда в рецепте вы встречаете слова «по вкусу», пусть этого компонента будет немного. В крайнем случае его всегда можно добавить.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ



Баклажаны «Лакомый кусочек»

4–5 баклажанов, 300 г свежих грибов, 3–4 помидора, 1 луковичка, 200 г плавленого сыра, 1–2 дольки чеснока, растительное масло, майонез, кетчуп, черный молотый перец, соль.

Баклажаны нарезать ломтиками вдоль, залить холодной водой и прижать грузом. Выдержать около 1 ч, воду слить. Баклажаны выложить на смазанный маслом противень.

Очищенные грибы, помидоры и лук мелко нарезать, соединить с измельченным сыром и раздавленным чесноком, добавить немного кетчупа и майонеза, перемешать.

Получившуюся смесь выложить на баклажаны, посолить и поперчить по вкусу. Запекать в разогретой духовке на слабом огне в течение 40–50 мин.



Артишоки, фаршированные шампиньонами

6 *2–4 артишока, 8–12 средних свежих шампиньонов, 1 луковичка, 1 небольшой корень петрушки, 2–3 тонких*



ломтика сала, 2–3 стакана куриного или грибного бульона, 100 мл мадеры, лимонный сок, растительное масло, панировочные сухари, черный молотый перец, соль.

Артишоки очистить от листьев, срезать верхушки, выскоблить сердцевину, опустить плоды на 2–3 мин в кипящее масло, затем откинуть на сито и обсушить.

Грибы вымыть (можно не очищать), мелко порубить. Лук нарезать как можно мельче. Петрушку очистить и порубить. Грибы, лук и петрушку обжарить в горячем масле, добавить немного сухарей, посолить и поперчить по вкусу.

Получившейся смесью нафаршировать артишоки, закрыть их срезанными верхушками, обвязать нитками, выложить в сотейник с маслом. На каждый артишок положить по ломтику сала. Влить бульон, мадеру, немного лимонного сока. Поставить в духовку и тушить, пока артишоки не станут мягкими.

Снять нитки, выложить артишоки на блюдо, полить бульоном, в котором они тушились.



Белая акация в кляре

400 г соцветий или молодых стручков белой акации, 1 стакан муки, 2 яйца, растительное масло, сахар, соль.

Муку просеять, добавить яйца, посолить по вкусу, влить столько воды, чтобы получилось тесто консистенции сметаны, и тщательно перемешать.

Акацию тщательно вымыть, обмакнуть в тесто и обжарить в кипящем масле.



Выложить акацию на блюдо, посыпать сахаром и сразу же подавать.

Ни в коем случае не использовать желтую акацию: ее стручки и цветы ядовиты.



Запеченные овощи с сыром

4 небольших кабачка, 1 стручок сладкого желтого перца, 1 луковица, 3 стручка красного острого перца, 3 дольки чеснока, 300 г сыра, 3 ст. ложки лимонного сока, 3 ст. ложки оливкового масла, 250 мл овощного бульона, белый молотый перец, соль.

Кабачки вымыть, очистить, разрезать вдоль пополам, удалить семена. Сладкий перец вымыть, очистить, разрезать вдоль пополам, очистить от семян и перегородок. Луковицу очистить и разрезать пополам. Острый перец вымыть, очистить от семян, нарезать маленькими кубиками. Чеснок раздавить. Сыр натереть на средней или крупной терке.

Острый перец, чеснок и сыр соединить, перемешать, добавить лимонный сок, масло, посолить и поперчить по вкусу.

Получившейся массой заполнить кабачки и перец, положить их в форму для запекания, влить бульон, накрыть фольгой. Запекать в духовке около 1 ч.



Картофель в уксусно-медовом соусе

1 кг мелкого картофеля, 5 ст. ложек уксуса, 1 ч. ложка меда, 50 г базилика, 2 ст. ложки растительно-

го масла, 4 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка тертого сыра, соль.



Картофель тщательно вымыть и варить в мундире в течение 20 мин. Затем воду слить, картофель слегка остудить и очистить, после чего охладить полностью.

Уксус смешать с медом, прокипятить в течение 1 мин. Базилик вымыть, отделить листочки, примерно треть отложить, остальные мелко нарезать.

Картофель обжарить в растительном масле, посолить, влить уксусно-медовый соус и потушить в нем картофель. Затем добавить базилик и оливковое масло, перемешать.

Выложить на блюдо, посыпать сыром и целыми листочками базилика. Подавать сразу же.



Рис с баклажанами по-восточному

300 г риса, 2 баклажана, 1 луковица, 2 помидора, 50 г изюма без косточек, 50 г ядер грецких орехов, 6 ст. ложек оливкового масла, 0,5 ст. ложки молотой корицы, 0,5 ст. ложки молотого душистого перца, петрушка, черный молотый перец, соль.

Рис залить теплой водой, выдержать 10 мин, а затем воду слить.

Баклажаны вымыть, мелко нарезать, обжарить в 4 ст. ложках разогретого масла до золотистого оттенка.

Лук мелко нарезать. Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы и мелко нарезать.

Разогреть оставшееся масло, обжарить в нем лук, затем добавить помидоры, перемешать и жарить в течение 1 мин.



Добавить рис, баклажаны, изюм, корицу, душистый перец, посолить и поперчить по вкусу, перемешать. Влить 600 мл воды, довести до кипения, кипятить в течение 5 мин. Уменьшить огонь до слабого, накрыть посуду крышкой. Готовить еще 25 мин.

Готовое блюдо посыпать орехами и зеленью.



Феттучини под сливочно-грибным соусом

400 г феттучини (ленточной вермишели), 2 ст. ложки сушеных сморчков, 2 луковицы, 50 г зеленого лука, 4 моркови, 1 ст. ложка сливочного масла, 250 мл сливок, соль.

Сморчки залить 150 мл горячей воды, вымочить в течение 30 мин, затем отжать, воду процедить. Репчатый лук мелко нарезать. Зеленый лук вымыть, отряхнуть, нарезать. Морковь вымыть, очистить, нарезать вдоль соломкой. Растопить сливочное масло и обжарить в нем репчатый лук. Влить воду, в которой размачивались сморчки, и сливки, добавить грибы, перемешать, варить 10 мин. Посолить по вкусу.

Феттучини отварить в подсоленной воде до готовности, добавить к ней зеленый лук и морковь, варить еще 2 мин, после чего откинуть на дуршлаг. Полить готовую вермишель сливочно-грибным соусом и перемешать.



Фаршированные грибы по-французски

300 г свежих шампиньонов, 0,25 стакана растопленного сливочного масла, 0,25 стакана красного сухого вина, 0,25 стакана тертого сыра, 0,25 стакана хлебных



крошек, 3 ст. ложки сливок, 1 ст. ложка оливкового масла, 3 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 3 ст. ложки измельченного зеленого лука, 0,5 ч. ложки измельченного эстрагона.

Грибы вымыть, очистить, шляпки отделить от ножек. Шляпки смазать сливочным маслом (с помощью щеточки).

Зеленый лук потушить в оливковом масле, влить вино и прокипятить. Снять с огня, добавить крошки, половину сыра, петрушку и эстрагон. Перемешать, добавить сливки (добавлять по одной ложке, следя за тем, чтобы масса оставалась довольно густой).

Получившейся смесью нафаршировать шляпки, полить их сливочным маслом, посыпать оставшимся сыром. Запекать в разогретой духовке при температуре 190° С в течение 15–20 мин.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И СУБПРОДУКТОВ



Антрекот с орехами

1 кг говядины, 4–5 ст. ложек тертого сыра, 4–5 ст. ложек рубленой зелени, 4–5 ст. ложек тертого миндаля, 4–5 ст. ложек измельченных ядер грецких орехов, 4–5 ст. ложек меда, растительное масло, соль.

Мясо нарезать на порционные куски и в каждом сделать глубокий надрез в виде кармана. Сыр, зелень и орехи соединить, добавить немного соли и перемешать. Получившейся смесью заполнить надрезы, края мяса соединить и сшить.

Разогреть растительное масло и быстро обжарить антрекоты с двух сторон. После этого поставить мясо в духовку и запечь его на слабом огне в течение 40–50 мин. За 3–5 мин до готовности обмазать антрекоты медом.



Баранина с черносливом и миндалем

400 г молодой баранины, 1 луковица, 0,5 лимона, 100 г чернослива без косточек, 50 г ядер миндаля, 40 мл

оливкового масла, 2 ст. ложки (без верха) муки, 2 ст. ложки (без верха) сахара, черный молотый перец, соль.



Мясо вымыть, нарезать небольшими кусочками, посолить и поперчить по вкусу, добавить нарезанный колечками лук, полить лимонным соком и выдержать 1–2 ч. Затем мясо отжать, обжарить в оливковом масле, добавить муку, перемешать, обжарить, залить водой и варить, пока мясо не станет мягким. После этого добавить чернослив и толченый миндаль и потушить. Перед тем как снять посуду с огня, положить сахар и влить немного лимонного сока.



«Имам упал в обморок»

300 г баклажанов, 250 г мякоти свинины, 250 г мякоти говядины, 3 яйца, 90–100 г свиного жира, 300 мл молока, 30 г муки, 1 небольшая луковица, 1 помидор, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, черный молотый перец, соль.

Баклажаны вымыть, насухо обтереть, запечь в духовке, очистить от кожицы, охладить, нарезать длинными полосками, посолить и дать постоять.

Помидор вымыть, мелко нарезать. Лук порубить. Мясо пропустить через мясорубку или очень мелко порубить.

Мясо обжарить вместе с луком и помидором в свином жире, посолить, поперчить, посыпать петрушкой.

Баклажаны отжать руками, смочить каждую полоску во взбитых яйцах, обвалять в муке и обжарить со всех сторон в свином жире.

В форму выложить слоями баклажаны и мясо так, чтобы верхний слой состоял из баклажанов.



Взбитые яйца смешать с молоком и получившуюся смесь вылить в форму.

Запекать в горячей духовке в течение 1–1,5 ч до образования золотистой корочки.

Подавать в этой же форме.



Баранья ножка с черносливом

1 баранья ножка (1,5–2 кг), 1 луковица, 1 морковь, 15–20 шт. чернослива, 2–3 яблока, 1 ст. ложка сахара, корица, уксус, зелень, душистый перец горошком, лавровый лист, соль.

Баранью ножку натереть солью и замариновать в уксусе с перцем и лавровым листом в течение 6 ч. Затем опустить ее в кипящую воду с луком, очищенной морковью и 3–4 ягодами чернослива. Тушить до готовности.

Оставшийся чернослив припустить с 1 ч. ложкой сахара. Яблоки очистить от сердцевин, посыпать сахаром и корицей и запечь в духовке.

Тушеную баранину выложить на блюдо, полить процеженным бульоном от тушения, украсить черносливом, печеными яблоками и зеленью.



Бифштекс «Лебединая песня»

800 г говяжьей вырезки, 3 ст. ложки сливочного масла, 0,5 стакана сметаны, 200 г йогурта, 1 ч. ложка



меда, 3 дольки чеснока, 1 ч. ложка молотого имбиря, 1 ч. ложка корицы, 2 ст. ложки молотого миндаля, молотая гвоздика, красный молотый перец, соль.

Мясо вымыть, обсушить салфеткой, нарезать на куски толщиной не менее 2 см, посолить, поперчить и слегка подрумянить на сливочном масле.

Йогурт соединить с имбирем, мелко нарубленным чесноком, корицей, миндалем, гвоздикой и тщательно перемешать. Этой смесью залить бифштексы. В разогретое сливочное масло добавить мед, перемешать, влить в сковороду с бифштексами, но не размешивать. Поставить сковороду в разогретую духовку на 15–20 мин.

Слить сок, выделившийся в процессе жарки, смешать со сметаной, приправить красным молотым перцем, солью и корицей. Подать отдельно.



«Гнезда» с фруктами

300 г рубленого мяса (говядины и свинины), 1 луковица, 1 яйцо, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 киви, 50 г ананаса, 16 вишен, 150 г сыра «Гауда», растительное масло, молотый сладкий перец, черный молотый перец, соль.

Лук мелко порубить, соединить с фаршем, добавить яйцо, сухари, черный и сладкий перец, посолить по вкусу и перемешать. Из получившейся массы сформовать четыре шарика с углублениями и обжарить их в течение 5 мин.

Переложить «гнезда» на фольгу, выложить в них вишню, кусочки ананаса. Накрыть ломтиками киви,



обложить кубиками сыра. Накрывать листом фольги и запечь на гриле.



Говяжье филе с гранатовым соусом

2 кг говяжьего филе, 1 кг репчатого лука, 3 крупных граната, 750 мл сухого красного вина, 2 дольки чеснока, 5 ст. ложек фруктового сахара, 1–2 ст. ложки уксуса, 100 мл оливкового масла, лавровый лист, тмин, молотый мускатный орех, черный молотый перец, соль.

Приготовить соус. Репчатый лук нарезать тонкими полукольцами, обжарить в горячем масле с сахаром, добавить вино, сок двух гранатов, мелко нарезанный чеснок, уксус, лавровый лист, тмин, мускатный орех, посолить по вкусу. Накрывать посуду крышкой и готовить на слабом огне, изредка помешивая, пока соус не загустеет.

Филе вымыть, обсушить, посолить и поперчить по вкусу, обжарить одним куском в масле, поставить в духовку, разогретую до 180° С, и довести до готовности. Готовое мясо нарезать порционными кусками.

На блюдо выложить лук из соуса, на него положить мясо, полить соусом и посыпать зернами граната.



Жаркое с миндальной корочкой

1,2 кг свиной вырезки, 50 г сливочного масла, 100 г рубленого миндаля, 2 яичных желтка, 2 клубня фенхеля.



ля, 1 луковица, 1 плод папайи, 100 мл сухого белого вина, 200 мл овощного бульона, 300 мл сливок, 3 ст. ложки хлебных крошек, 1 ст. ложка рубленого кервеля, 2 ч. ложки лимонного сока, растительное масло, сахар, черный молотый перец, соль.

Перемешать хлеб, кервель, желтки, миндаль, соль, перец. Мясо посолить, обжарить в растительном масле, поставить в духовку и выдержать 1 ч при температуре 175° С. После этого намазать жаркое миндальной массой и готовить еще 30 мин.

Порубить лук. Фенхель очистить и нарезать ломтиками. Папайю очистить, вынуть семена и нарезать дольками. Вскипятить вино с бульоном, добавить лук и уварить. Взбить сливки и перемешать с получившимся соусом. Положить в него 30 г сливочного масла, посолить, поперчить, влить сок лимона. Тушить папайю и фенхель в 20 г сливочного масла в течение 5 мин и положить к мясу. Отдельно подать соус.



Мозги телячьи

200 г телячьих мозгов, 20 г сливочного масла, 0,25 луковицы, 1 ст. ложка уксуса, 1 яйцо, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, черный молотый перец, соль.

Мозги тщательно промыть, очистить от пленок, опустить в кипящую подсоленную воду с уксусом и варить в течение 5 мин. Вынуть шумовкой, обсушить и охладить.

Лук мелко нарезать, обжарить в масле до золотистого цвета.

Мозги нарезать крупными кубиками, добавить к луку, положить яичный желток, перемешать, посолить.



и поперчить, слегка обжарить, выложить на тарелку и посыпать петрушкой.

Можно положить не желток, а целое яйцо.

В этом случае жарить нужно на пару минут дольше.



Мясо «Карри»

300 г мякоти баранины, 1 небольшая луковица, 2–3 дольки чеснока, 2 ст. ложки томатной пасты, 100 г натурального йогурта, 1 ч. ложка порошка «Карри», жир или масло, соль.

Лук и чеснок мелко нарезать, обжарить до золотистого цвета, добавить порошок «Карри», перемешать, потомить на слабом огне в течение 3 мин, добавить томатную пасту, перемешать. Затем положить мелко нарезанное мясо, йогурт, посолить по вкусу. Тушить до готовности на слабом огне.



Кролик, тушенный с вином и луком

1 средний кролик, 200 г шпика, 8 маленьких луковиц, 250 мл красного сухого вина, 250 мл куриного или мясного бульона, 1 ст. ложка муки или 2 ч. ложки картофельного крахмала, 0,5 стакана сметаны, зелень, лавровый лист, черный молотый перец, соль.



Остальной шпик растопить и обжарить в нем кролика со всех сторон. Добавить целые луковицы и обжарить их. Влить вино и бульон, посолить и поперчить по вкусу, накрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне до готовности. Лавровый лист положить минут за пять до конца приготовления.

Готового кролика нарезать порционными кусками. В жидкость, в которой он тушился, добавить разведенную муку или крахмал и проварить, чтобы соус загустел. Добавить сметану и измельченную зелень.

Готовым соусом полить кролика. Можно подать соус отдельно.



Мясные рулетики в красном вине

1 кг свиной мякоти, 200 г говяжьего фарша, 300 г говяжьей или гусиной печени, 400 г замороженных шампиньонов, 1 пакет замороженной овощной смеси, 10–12 шт. чернослива без косточек, 1 маленькая луковица, 250 мл сухого «Мерло», сливочное масло, черный молотый перец, соль.

Свинину вымыть, нарезать порционными кусками, тщательно отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Шампиньоны проварить в течение 15 мин в подсоленной воде, а затем обжарить вместе и мелко нарезанным луком в сливочном масле.

Овощную смесь отварить до полуготовности.

Печень проварить в течение 20 мин, остудить, нарезать, измельчить с помощью миксера или блендера с 2 ст. ложками сливочного масла, посолить и поперчить по вкусу.

Чернослив крупно нарезать.



Телячий фарш смешать с печенью, черносливом, овощами и шампиньонами. Получившуюся смесь выложить на отбивные из свинины, сформовать рулетики, скрепить их деревянными зубочистками, обжарить в сливочном масле до образования румяной корочки. Затем зубочистки удалить, сложить рулетики в сковороду, полить вином. Тушить в разогретой до 220° С духовке в течение получаса.

Готовые рулеты можно подавать как холодными, так и горячими.



Мясо лося, тушенное с курагой

1 кг мяса лося, 250 мл бульона, 0,5 стакана растительного масла, 2–3 луковицы, 3–4 моркови, 0,5 стакана кураги, 1 ст. ложка томата-пюре или 2–3 свежих помидора, 1 ст. ложка муки, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.

Мясо нарезать ломтиками толщиной примерно с палец, отбить, посолить и поперчить по вкусу.

В кастрюле с толстым дном разогреть растительное масло и обжарить в нем мясо до образования корочки (2–3 мин). Обжаренные куски сложить в миску.

В этом же масле обжарить тонко нашинкованный репчатый лук. Вынуть лук из кастрюли, сложить в нее натертую на крупной терке морковь, на морковь положить мясо, сверху лук, залить все бульоном, накрыть посуду крышкой и тушить 1,5–2 ч. За 15–20 мин до готовности мяса добавить промытую курагу, томат-пюре или мелко нарезанные помидоры. Добавить муку, спассерованную на масле и разведенную бульоном.



Готовое мясо выложить на блюдо, залить соусом с овощами и курагой, посыпать зеленью.

Вместо кураги можно использовать антоновские яблоки, а вместо лося — оленя или других диких животных.



Мясо по-бургундски

1 кг говяжьей вырезки, 2 ст. ложки сливочного масла, 100 г шпика, 8 мелких луковиц, 150 г свежих шампиньонов, 50 мл коньяка, 500 мл сухого красного вина, 2 дольки чеснока, 1 ст. ложка муки, 1 лавровый лист, 3–4 веточки тимьяна, черный молотый перец, соль.

Мясо нарезать порционными кусками и обжарить.

Шпик нарезать кубиками, растопить, добавить две нарезанные луковицы, толченый чеснок и мелко нарезанные шампиньоны. Слегка потушить, положить мясо, влить коньяк, посыпать мукой, добавить лавровый лист и тимьян и оставшиеся луковицы (целиком или разрезанные пополам). Перемешать, влить вино, посолить и поперчить по вкусу. Тушить 5–7 мин, после чего мясо вынуть, переложить в миску и поставить ее на водяную баню. Соус уварить наполовину.

Мясо выложить на блюдо и полить соусом.



Мясо по-гречески с черносливом и корицей

1 кг мякоти говядины, 5 морковей, 3 луковицы, 500 г чернослива без косточек, 0,5 стакана сухого вина, 1 ст.



ложка муки, 1 ч. ложка молотой корицы, растительное масло, сахар, черный молотый перец, соль.

Мясо тщательно вымыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками.

Растительное масло разогреть в чугунной посуде и обжарить в нем мясо до образования румяной корочки.

Лук мелко нарезать. Морковь натереть на средней или крупной терке. Лук и морковь обжарить с мукой, посолить, добавить сахар и вино.

Получившейся смесью залить мясо. Жидкость должна полностью покрывать его, так что в случае необходимости нужно добавить воду. Тушить на слабом огне. Примерно за полчаса до готовности добавить ошпаренный чернослив и корицу, посолить и поперчить по вкусу.



Мясо «Садко»

500 г мякоти говядины, 12 мелких клубней картофеля, растительное масло, черный молотый перец, соль.

Для фарша: 150 г жирной свинины, 1 ломтик белого хлеба, 1 яйцо, молоко, черный молотый перец, соль.

Для соуса: 150 г свежих или 50 г сухих грибов, 1 луковица, 2 ч. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 3–4 дольки чеснока, 0,75 стакана мясного бульона или воды, соль.

Для панировки: 1 яйцо, 2 ст. ложки панировочных сухарей.

Говядину нарезать порционными кусками, отбить, посолить и поперчить по вкусу.



Свинину пропустить через мясорубку с хлебом, размоченным в молоке, добавить яйцо, посолить и поперчить по вкусу, перемешать.

Свиной фарш выложить на куски говядины, сформовать рулетики, обмакнуть их во взбитое яйцо, обвалять в сухарях.

Картофель вымыть, очистить, обжарить целиком вместе с мясом на сковороде, поставить в горячую духовку и запечь до готовности.

Приготовить соус. Грибы отварить, мелко нарезать, обжарить с измельченным луком в сливочном масле. Муку обжарить на сухой сковороде, залить водой или бульоном, тщательно перемешать, чтобы не было комков. Муку соединить с грибами и луком и, помешивая, прогреть в течение 10–15 мин. В конце приготовления добавить мелко нарезанный чеснок.

Готовое мясо с картофелем выложить на блюдо и полить грибным соусом.



Мясо по-чешки

1 кг мякоти говядины, 3–4 соленых огурца, 1 маленькая луковица, черный молотый перец.

Мясо вымыть, нарезать плоскими ломтиками толщиной примерно с палец, отбить.

Огурцы нарезать дольками, разложить их по кускам мяса, сформовать рулетики.

Лук нарезать колечками, выстлать ими дно посуды, выложить рулетики плотно друг к другу, поперчить, влить столько воды, чтобы она едва покрыла мясо,



накрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне до готовности.

Вместо огурцов можно использовать ломтики сала и раздавленный чеснок. В этом случае мясо нужно посолить.



Свинина по-португальски

500 г филе свинины, 200 г свиной печени, 500 мл сухого вина, 1 луковица, 3–4 дольки чеснока, 1 стручок острого перца, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 2 ст. ложки свиного жира, гвоздика, черный перец горошком, соль.

Мясо и печень нарезать небольшими кусками, залить вином, добавить крупно нарезанные чеснок и лук, мелко нарезанный острый перец, черный перец горошком, гвоздику, петрушку, слегка посолить. Мариновать в течение 3 ч, время от времени встряхивая.

Замаринованные мясо и печень вынуть, обсушить. Растопить свиной жир и обжарить в нем мясо в течение 40 мин. Затем быстро обжарить печень.

Мясо и печень залить маринадом и довести до готовности на слабом огне.



Свинина с арахисом

24 700 г свинины, 1 луковица, 75 г ядер арахиса, 500 мл сидра, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки молотой папри-



ки, 1 ч. ложка горчичного порошка, 2 ст. ложки арахисового масла, 1 яблоко, 1 стручок красного жгучего перца, 3 ст. ложка йогурта, черный молотый перец, соль.

Смешать муку, паприку и горчицу. Нарезать кубиками свинину и обвалять в этой смеси. Разогреть в сковороде масло и обжарить мелко нарезанный лук до золотистого цвета. Выложить туда же свинину и обжаривать 7 мин. Постепенно влить сидр и, помешивая, нагревать, пока смесь не загустеет.

Очистить яблоко, нарезать его дольками, положить в жаркое и тушить под крышкой 20 мин. Добавить мелко нарезанный горький перец, орехи и соль и тушить еще 20 мин. Снять с огня, добавить натуральный йогурт без фруктов и подать на стол.



Свинина с овощами и виноградом

4 ломтика свиной грудинки, 300 г мелкого репчатого лука, 750 г тыквы, 125 г зеленого винограда, 125 г красного винограда, 1 ст. ложка топленого масла, 250 мл мясного бульона, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка белого винного уксуса, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 ч. ложка горчицы, 0,5 ч. ложки молотого имбиря, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, черный молотый перец, соль.

Луковицы разрезать вдоль на четыре части. Тыкву очистить от кожицы и семян, мякоть нарезать небольшими кубиками. Мясо вымыть и обсушить с помощью бумажной салфетки.



Топленое масло разогреть, обжарить в нем лук, добавить тыкву, перемешать, сверху выложить мясо.

Бульон (можно из кубиков) смешать с сахаром, уксусом, лимонным соком, горчицей, имбирем, посолить и поперчить по вкусу. Получившейся смесью залить мясо с тыквой и луком, накрыть посуду крышкой, тушить в течение 10 мин.

Виноград вымыть, обсушить, ягоды снять с веточек. Если они крупные, можно разрезать пополам. Положить виноград в готовое мясо, довести до кипения и сразу же снять с огня.

Готовое блюдо посыпать измельченной петрушкой.



Свинина с яблоками

500 г мякоти свинины, 4–5 помидоров, 2–3 крупных кисло-сладких яблока, 1 стручок сладкого красного перца, 1 стебель лука-порея, растительное масло, сухой базилик, тертый сыр, черный молотый перец, соль.

Мясо вымыть, обсушить, нарезать порционными кусками, посолить и поперчить по вкусу, обжарить с двух сторон в растительном масле.

Помидоры вымыть, обсушить, нарезать кружочками. Сладкий перец вымыть, обсушить, очистить от семян и перегородок, нарезать соломкой. Лук-порей нарезать колечками. Яблоки очистить от сердцевины и нарезать ломтиками.

На дно формы положить кружочки помидоров, на них — мясо, накрыть его помидорами, посыпать полосками перца и колечками лука-порея, посолить и поперчить, посыпать базиликом. Сверху плотно друг к другу положить ломтики яблок. Накрыть посуду фольгой и поставить



на полчаса в разогретую духовку. Затем фольгу снять, посыпать блюдо сыром и запекать еще 10 мин, пока сыр не подрумянится.

Готовое блюдо можно посыпать измельченной зеленью.



Фаршированная говядина

1 кг мякоти говядины, 50 г сливочного масла, 0,5 стакана тертого сыра, 2 луковицы, 2 яичных желтка, 0,5 стакана панировочных сухарей, черный молотый перец, соль.

Мясо вымыть, обсушить, отбить целым куском, посолить и запечь в духовке, время от времени поливая образующимся соком, бульоном или водой.

Приготовить фарш. Лук мелко порубить, слегка обжарить в сливочном масле, а затем соединить его с сыром, желтками, сухарями, посолить и поперчить по вкусу, перемешать.

Готовое мясо нарезать ломтиками толщиной примерно с палец, не дорезая кусок до конца. Между ломтями выложить фарш, перевязать кусок так, чтобы он не развалился.

Выложить мясо в кастрюлю, полить соком, в котором оно запекалось, накрыть посуду крышкой и тушить до готовности. Готовое мясо выложить на блюдо, снять ленту или веревку, которым оно было завязано, и нарезать поперек тонкими ломтиками.



«Сумка охотника»

1 кг мякоти говядины или свинины одним куском, 100 г ветчины, 2 куриные грудки, 100 г бекона, 100 г



свежих грибов, 2 крупные луковицы, растительное масло, черный молотый перец, соль.

Мясо вымыть, обсушить. Сделать в куске разрез в виде «сумки».

Приготовить начинку. Грибы очистить, нарезать, обжарить с измельченным луком. Ветчину и куриное мясо нарезать соломкой, добавить к грибам с луком, посолить и поперчить по вкусу, слегка обжарить.

Получившуюся смесь положить в «сумку», отверстие закрепить деревянными зубочистками или зашить. Кусок мяса обернуть ломтиками бекона, завернуть все в фольгу. Запекать в разогретой до 180° С духовке до готовности.

БЛЮДА ИЗ ПТИЦЫ



Гусиная печень в винограде

500 г гусиной печени, 300 г зеленого винограда без косточек, 0,5 стакана портвейна, 1 луковица, 20 г муки, 25 г маргарина, 0,5 стакана воды, 100 г сахара, 6–8 тостов, черный молотый перец, соль.

Печень нарезать крупными кусками, посолить и поперчить по вкусу. Воду довести до кипения, растворить в ней сахар, положить виноград и снять посуду с огня. На маргарине обжарить измельченный лук, добавить портвейн. Примерно через 1 мин добавить виноград с сиропом.

Печень поместить в гриль на 30 с, затем обжарить на сковороде с двух сторон и снять с огня. Готовую печень уложить на кусочки тостов и полить соусом.



Индейка с шампиньонами

1 средняя индейка, 200 г сливочного масла, 500 г шампиньонов, 100 г тертого сыра, 1 стакан сметаны,



1 ст. ложка коньяка, черный молотый перец, соль.

Индейку выпотрошить, вымыть, обмазать маслом и жарить.

Грибы вымыть, очистить, отварить в подсоленной воде в течение 10 мин, ополоснуть холодной водой и нарезать.

Готовую индейку переложить на подогретое блюдо и нарезать порционными кусками. В сок с жиром, в котором она жарилась, выложить грибы, влить коньяк, добавить сметану и сыр, перемешать. Прогреть в духовке в течение 5 мин. Посолить, поперчить, добавить оставшееся масло и перемешать.

Получившейся смесью полить куски индейки.



Индейка по-рыцарски

1 небольшая индейка, 1 луковица, 1 морковь, 50 г корня сельдерея, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 3–4 дольки чеснока, 100 г сухих белых грибов, 3 яичных желтка, 150 мл сухого белого вина, 150 мл сливок, 100 г сливочного масла, 300 г отварного риса, панировочные сухари, сало, жир для жарения, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Индейку выпотрошить, вымыть, отделить кости и белое мясо (грудку).

Белые грибы отварить в подсоленной воде, а затем слегка потушить. Морковь очистить, нарезать маленькими кубиками или натереть на крупной терке. Лук мелко порубить.

Корень сельдерея очистить и мелко нарезать или натереть на крупной терке.



Кости и красное мясо индейки положить в кастрюлю, добавить грибы, морковь, лук, сельдерей, зелень петрушки, лавровый лист, перец горошком, залить смесью воды и вина, довести до кипения, убавить огонь до слабого и варить 40–50 мин.

Затем бульон процедить. Белые грибы пропустить через мясорубку, положить в бульон, посолить по вкусу.

Желтки взбить со сливками, добавить немного бульона, непрерывно помешивая, чтобы яйца не свернулись. Получившуюся смесь положить в бульон с грибами и варить 5–7 мин, не доводя до кипения и все время помешивая. Можно слегка подсолить.

Белое мясо нарезать порционными кусками, обвалять в подсоленных сухарях и обжарить в кипящем жире до золотистого цвета.

Вареное (красное) мясо пропустить через мясорубку, прогреть, залить горячим соусом, перемешать, выложить на подогретое блюдо. Вокруг уложить пропитанный сливочным маслом вареный рис, по краям — ломтики белого мяса перемежку с ломтиками поджаренного до хрустящей корочки сала. Оставшийся соус подать отдельно.



Индейка, фаршированная печенью

1 средняя индейка, 500 г говяжьей печени, 5–6 ломтиков белого хлеба, 0,5 стакана молока, 100 г сливочного масла, 5 яиц, лавровый лист, черный молотый перец, соль.

Индейку выпотрошить, вымыть, обсушить и натереть солью. Печень вымыть, нарезать и слегка обжарить в масле с солью, перцем и измельченным лавровым



листом, а затем пропустить через мясорубку, добавить размоченный в молоке хлеб и еще раз пропустить через мясорубку. Добавить 1 ст. ложку растопленного масла, сырые яйца, досолить и тщательно перемешать.

Получившейся смесью нафаршировать индейку, зашить разрез, положить тушку разрезом вверх на смазанный маслом противень, влить 2–3 ст. ложки воды или бульона. Поставить в разогретую духовку. Когда на индейке появится румяная корочка, убавить огонь до слабого и готовить 1,5–2 ч, время от времени поливая птицу образующимся соком.

Готовую индейку выложить на блюдо, снять нитки, разрезать на порционные куски.



Котлеты по-киевски

400 г куриного филе, 60 г сливочного масла, 1 яйцо, панировочные сухари, растительное масло, соль.

Филе вымыть, обсушить, разрезать на четыре одинаковых пласта, отбить, посолить.

На два пласта положить сливочное масло, накрыть оставшимися пластами, края прижать. Заготовки смочить во взбитом яйце, обвалять в сухарях и обжарить в кипящем масле с двух сторон.



Котлеты «Банкетные»

32 *4 куриных филе, 100–150 г ядер грецких орехов, 100 г сливочного масла, 1 яйцо, 40 г топленого масла,*

0,5 стакана панировочных сухарей, чеснок, зелень петрушки, соль.



Филе вымыть, обсушить, тонко отбить.

Приготовить начинку. Грецкие орехи пропустить через мясорубку, добавить по вкусу раздавленный чеснок, измельченную петрушку, яйцо, сливочное масло, посолить и перемешать.

На каждый кусок филе выложить начинку, края мяса соединить, обвалять получившиеся котлетки в сухарях и обжарить в топленом масле с двух сторон до образования румяной корочки. Довести до готовности в разогретой духовке.



Куриная грудка в беконе

4 порционных куска куриной грудки, 150 г сыра, 8 ломтиков бекона, 100 мл куриного бульона, 100 мл сухого вина, 2 ст. ложки растительного масла, 1–2 ч. ложки меда, 1 ч. ложка крахмала, белый молотый перец, соль.

Филе вымыть, обсушить. В каждом куске сделать надрезы в виде кармана, посолить и поперчить по вкусу. В карманы положить брусочки сыра, каждый кусок филе обернуть двумя ломтиками бекона, закрепить их деревянными зубочистками.

Растительное масло разогреть и обжарить в нем филе. После этого довести мясо до готовности в духовке.

Масло, в котором обжаривалось филе, развести вином и бульоном, добавить мед, ввести разведенный водой крахмал, посолить и поперчить по вкусу. Помешивая,



довести до кипения и снять с огня. Получившийся соус подать отдельно.



Куриная печень с грибами в белом вине

500 г куриной печени, 300 г свежих шампиньонов, 0,5 стакана белого полусухого вина, 4 ст. ложки растительного масла, 0,3 стакана куриного бульона, 1 луковица, 0,5 стручка сладкого красного перца, 1 ч. ложка молотой паприки, петрушка, белый молотый перец, соль.

Лук тонко нашинковать. Сладкий перец очистить от семян и нарезать тонкой соломкой. Петрушку вымыть, обсушить, мелко нарезать. Грибы очистить, вымыть, произвольно нарезать.

Печень обжарить в 2 ст. ложках масла, залить бульоном, довести до кипения и снять с огня.

В оставшемся масле обжарить лук, грибы и перец. Добавить смесь к печени, влить вино, посолить и поперчить по вкусу, положить паприку. Перемешать и тушить на слабом огне в течение 10 мин.

Готовое блюдо посыпать петрушкой.



Куриная печень с яблоками

300 г куриной печени, 1 яблоко, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки растительного масла, 1 маленькая луковица, белый молотый перец, соль.



Для соуса: 0,5 стакана молока, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка сахара, белый молотый перец, соль.

Приготовить соус. Муку развести в холодном молоке так, чтобы не было комков, посолить и поперчить по вкусу, добавить сахар. Прогреть, помешивая, на слабом огне, пока соус не загустеет.

Лук нарезать колечками, обжарить в половине масла до золотистого цвета, добавить яблоко, нарезанное тонкими дольками, обжарить на сильном огне в течение 2 мин, аккуратно переворачивая дольки.

Печень промыть, обсушить, посолить и поперчить по вкусу, посыпать мукой, перемешать, обжарить на сильном огне в оставшемся масле до образования румяной корочки. Выложить сверху лук с яблоками, залить соусом и потомить на слабом огне в течение 5 мин.



Куриное филе в миндальной корочке

400 г куриного филе, 75 г ядер миндаля, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки тмина, сок 1 лимона, 1 яйцо, 2 ст. ложки муки, 2 дольки чеснока, 3 ст. ложки мелко нарезанных помидоров, 50 мл оливкового масла, 3 ст. ложки шерри, кайенский перец, соль.

Куриное филе вымыть, обсушить, посолить и поперчить по вкусу. Миндаль мелко порубить.

Филе обмакнуть в лимонный сок, обвалять в муке, обмакнуть во взбитое яйцо, обвалять в миндале. Затем обжарить в растительном масле до образования хрустящей корочки.



Приготовить соус. Помидоры слегка обжарить, добавить мелко нарубленный чеснок, оливковое масло, шерри, поперчить и посолить по вкусу, тщательно перемешать.

Готовый соус подать отдельно.



Куриные шницели с сыром

500 г куриных грудок, 200 г сыра, майонез, растительное масло, розмарин, тимьян, черный молотый перец, соль.

Куриные грудки вымыть, обсушить, сильно отбить с двух сторон, посолить по вкусу, посыпать измельченными травами с одной стороны, положить на эту сторону по ломтику сыра, сложить куриные шницели пополам, смазать майонезом.

Жарить в растительном масле несколько минут на сильном огне, а затем до готовности — на слабом. Готовые шницели поперчить по вкусу.



Куриные грудки с ягодами

6 куриных грудок без костей и кожи, 1 стакан сахара, 500 г клубники, 200 г малины, 200 г ежевики, 2 ч. ложки лимонного сока, 1 ч. ложка тертой лимонной цедры, 2 плода манго, 200 г сыра «Камамбер», 2 ст. ложки размягченного сливочного масла.

Ягоды вымыть, очистить, соединить, размять, протереть через мелкое сито, выложить в кастрюлю,



добавить сахар, лимонный сок и цедру и, помешивая, довести до кипения. Убавить огонь и варить, пока масса не уменьшится в объеме до 1,5 стакана.

Манго очистить и нарезать дольками. Сыр разрезать на 6 ломтиков.

Тщательно отбить куриные грудки. Положить на каждую кусочки манго и по ломтику сыра. Свернуть куриные грудки конвертиком, скрепить деревянными зубочистками, смазать сливочным маслом и накрыть вощеной бумагой.

Выпекать в разогретой до 180° С духовке 20 мин. Вынуть из духовки и удалить палочки.

Готовые куриные грудки выложить на блюдо и полить ягодным соусом.



Курица в шампанском

1 курица (1,5 кг), 2 стакана панировочных черных сухарей, 1 яйцо, 2 дольки чеснока, 2 ст. ложка лимонной цедры, 1 ст. ложка свежего мелко нарезанного тархуна, 2 стакана сухого шампанского, 1 стакана куриного бульона, 4 горошины черного перца, 1 лавровый лист, соль.

Курицу выпотрошить, вымыть, обтереть, срезать крылышки. Перемешать панировочные сухари, слегка взбитое яйцо, измельченный чеснок, цедру и тархун. Заполнить этой смесью курицу и зашить разрез. Положить тушку в форму с толстыми стенками и залить смесью шампанского и бульона. Добавить перец и лавровый лист.

Разогреть духовку до 180° С. Поставить в нее форму без крышки и готовить 1 ч 15 мин, пока курица не приобретет золотистый оттенок.



Готовую курицу разрезать на порционные куски. Подавать с соусом, получившимся в процессе приготовления.



Курица «Тропики»

8 порционных кусков курицы, 400 г мелкой мороженой моркови, 50 г изюма без косточек, 1 банка консервированных ананасов кусочками, 1 пакетик лукового супового порошка, 250 мл кока-колы, 4 ч. ложки меда, 2 ст. ложки соевого соуса, 3 ст. ложки кетчупа, 0,5 ч. ложки черного молотого перца.

Куски курицы вымыть, обсушить, выложить на противень с высокими стенками. Между ними разложить морковь, кусочки ананаса, изюм.

Суповой порошок разбавить кока-колой, добавить соевый соус, сок от ананасов, мед, кетчуп и перец. Перемешать.

Получившимся соусом залить курицу. Запекать в разогретой духовке на среднем огне в течение 30–40 мин. В середине приготовления куски курицы перевернуть.

В качестве гарнира хорошо подойдет отварной рис.



Курица под горчичным соусом

4 куриные грудки без кожи и костей, 300 г концентрированного овощного или грибного супа-пюре, 0,75 стакана воды, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка дижонской горчицы, 4 стакана отварного риса, черный молотый перец, соль.



Растительное масло разогреть, обжарить на нем куриные грудки с двух сторон, слегка посолить.

Суп развести водой, добавить горчицу, немного перца, перемешать. Получившейся смесью залить курицу. На сильном огне довести до кипения, убавить огонь до слабого, накрыть посуду крышкой, готовить около 10 мин.

Готовую курицу подать с горячим рисом.



Курица с креветками

2 филе куриной грудки, 4 небольших куриных окорочка, 8 крупных очищенных вареных креветок, 2 луковицы, 2 стручка сладкого красного перца, 2 стручка красного острого перца, 400 г стручковой фасоли, 2 дольки чеснока, 200 мл сухого белого вина, 250 г длиннозерного риса, 600 мл куриного бульона, оливковое масло, шафран, соль.

Окорочка вымыть, обсушить, посолить, обжарить в небольшом количестве масла с двух сторон. Так же обжарить филе.

Лук и чеснок мелко порубить. Сладкий перец вымыть, обсушить, очистить от семян и перегородок, нарезать соломкой. Острый перец вымыть, обсушить, очистить от семян, нарезать колечками. Фасоль разломать на небольшие кусочки.

В масле, в котором жарилась курица, обжарить лук, чеснок, сладкий и острый перец и рис. Влить вино, добавить фасоль, перемешать. Бульон разогреть, добавить шафран, влить к рису с овощами, сверху положить куски курицы. Запекать в духовке, разогретой до 175° С, в течение 1 ч.



Креветки обжарить и добавить к курице минут за десять до конца приготовления.



Курица, тушенная с черносливом

1 небольшая курица, 200 г чернослива без косточек, 150 г топленого масла, 1 морковь, 1 небольшой корень сельдерея, 2 стакана куриного бульона, 1 ст. ложка уксуса, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка муки, соль.

Курицу выпотрошить, вымыть, обсушить, нарезать порционными кусками.

Морковь и корень сельдерея очистить, нарезать соломкой, положить масло. Когда масло закипит, добавить куски курицы. Обжарить их вместе с кореньями, доливая понемногу воду, чтобы коренья не пригорели.

Обжаренную курицу и коренья переложить в кастрюлю, залить бульоном, посолить по вкусу и варить около 40 мин.

Муку обжарить в 1 ст. ложке масла, разбавить бульоном, в котором варится курица, добавить уксус, сахар, довести до кипения, положить размоченный чернослив, прокипятить.

Получившимся соусом полить курицу и прогреть.



«Пушинки» из курицы

600 г куриного мяса, 1 стакан сливок, 1 яичный белок, 1 яйцо, 100 г растопленного сала, белый хлеб, зелень, мука, белый молотый перец, соль.



Для начинки: 1 стакан вареных грибов, 1 стакан молока, 1 яичный желток, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, соль.

Куриное мясо нарезать небольшими кусочками и дважды пропустить через мясорубку. Получившуюся массу растереть деревянной ложкой, добавить яичный белок, взбить, постепенно доливая сливки, чтобы масса получилась пышной и однородной. Слегка посолить и поперчить.

Приготовить начинку. Муку обжарить со сливочным маслом, пока она не приобретет желтоватый оттенок, разбавить ее горячим молоком так, чтобы не было комков, и проварить, помешивая, в течение 10 мин. Снять с огня, слегка остудить, добавить желток и мелко нарубленные грибы, посолить по вкусу. Начинка должна получиться густой.

Куриную массу разделить на небольшие шарики, расплющить их, выложить начинку, сформовать котлетки в форме яйца. Посыпать их мукой, обмакнуть во взбитое яйцо, а затем обвалять в белом хлебе, нарезанном тонкой соломкой. Обжарить в кипящем растопленном сале.



Курица, фаршированная мозгами

1 крупная жирная курица, 500 г мозгов, 100 г белого хлеба, 1 стакан молока, 2–3 яичных желтка, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 ч. ложка измельченного укропа, 1 ч. ложка измельченной петрушки, растительное масло, белый молотый перец, соль.

Курицу выпотрошить, вымыть, обсушить, сделать на спинке продольный надрез и аккуратно отделить



кожу от мяса. Затем снять мясо с костей, дважды пропустить через мясорубку вместе с размоченным в молоке хлебом.

Из костей, потрохов, лука, моркови и корня петрушки сварить крепкий бульон.

Мозги вымочить, опустить в подсоленную кипящую воду и прокипятить в течение 5–7 мин. Затем вынуть из воды, очистить от пленки, нарезать кубиками и слегка обжарить в горячем масле. Остудить, добавить растертые подсоленные желтки и тщательно перемешать.

В куриный фарш добавить зелень и вымесить, постепенно добавляя 0,75 стакана холодной воды. Затем выбить фарш о мокрую доску, чтобы он получился пышным, разложить его на снятой с курицы коже, посолить и поперчить по вкусу, сверху выложить мозги и разровнять их. Края кожи аккуратно соединить и сшить (если на коже есть разрывы, их тоже сшить).

Бульон довести до кипения, опустить в него курицу, проварить около 10 мин, затем вынуть, обсушить салфеткой, смазать маслом и поставить в разогретую духовку, подлив немного бульона. Запекать, поливая образующимся соком (если сока мало — бульоном).

Готовую курицу выложить на блюдо и нарезать. В качестве гарнира хорошо подойдет отварной рис.



Утка в ягодном соусе

6 некрупных утиных грудок, 1 ч. ложка готовой приправы для птицы, 0,5 ч. ложки молотой корицы, зелень, соль.

42 Для соуса: 175 г замороженной ягодной смеси, 20 мл растительного масла, 3 средние луковицы, 400 мл



портвейна, 400 мл красного сухого вина, 400 мл куриного бульона, 3 ст. ложки сахарной пудры, 3 ст. ложки красного винного уксуса, лавровый лист, гвоздика, корица.

Приготовить соус. Лук крупно нарезать и обжарить на растительном масле. Добавить сахарную пудру и жарить на сильном огне, пока лук не приобретет золотистый оттенок. Влить уксус, прокипятить, уменьшить огонь до слабого и держать на огне, пока вся жидкость не выпарится. Влить портвейн, прокипятить, пока объем жидкость не уменьшится на треть, добавить красное вино, перемешать и держать на огне, пока жидкость не выпарится наполовину. Влить бульон, положить лавровый лист, гвоздику и корицу по вкусу, перемешать, довести до кипения и кипятить, пока жидкость не выпарится наполовину. Готовый соус процедить.

Утиные грудки вымыть, обсушить, положить на сковороду кожей вниз и жарить на сильном огне около 10 мин. Затем выложить на противень кожей вверх, посолить по вкусу, посыпать приправами и корицей. Запекать в горячей духовке в течение 15–20 мин.

Вытопившийся сок добавить в соус, положить в него ягоды, довести до кипения и снять с огня.

Грудки нарезать, выложить на блюдо, полить соусом, украсить зеленью.



Шницели из индейки с яблоками

4 порционных куска индейки, 5 яблок, 50 г сала, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 50 г сыра «Пармезан», 1 ч. ложка сахара, 3 ст. ложки белого



сухого вина, 2 ст. ложки растительного масла, мука, черный молотый перец, соль.

Сало и лук мелко нарезать. Яблоки вымыть, обсушить, очистить от кожицы и семян. Одно яблоко мелко нарезать, смешать с половиной сала и лука и потушить в течение 5 мин в половине сливочного масла или маргарина. После этого добавить тертый сыр и перемешать.

Куски индейки вымыть, обсушить, тонко отбить, посолить и поперчить по вкусу. Выложить на них яблочную начинку. Каждый шницель сложить пополам и скрепить деревянными зубочистками.

Приготовить соус. Оставшиеся яблоки крупно нарезать, смешать с оставшимися салом и луком, обжарить в оставшемся сливочном масле, посолить и поперчить по вкусу, добавить сахар и вино. Тушить, пока яблоки не размякнут.

Шницели обвалять в муке и обжарить в кипящем растительном масле по 6–8 мин с каждой стороны.

Готовые шницели подать с соусом.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ



Авокадо с красной икрой

1 плод авокадо, 100 г красной икры, 100 г семги слабой соли, 1 свежий огурец, оливковое масло.

Авокадо вымыть, обсушить, разрезать вдоль пополам, удалить косточку, а затем ложкой вынуть мякоть. Мякоть порубить. Семгу мелко нарезать. Огурец вымыть, обсушить, нарезать очень маленькими кубиками.

Мякоть авокадо, рыбу, огурец и икру соединить, добавить немного оливкового масла и аккуратно перемешать. Получившуюся смесь выложить в половинки авокадо.



Вареный карп с красным вином

1 карп (1,5–2 кг), 500 мл пива, 0,5 стакана красного сухого вина, 1 корень петрушки, 1 небольшой корень сельдерея, 1 стебель лука-порея, 1 морковь, 1 сушеный гриб, 2 луковицы, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка уксуса, 2 ст. ложки лимонного сока, 15 марино-



ванных вишен без косточек, 1 ст. ложка сахара, 2–4 бутона гвоздики, 2 лавровых листа, 5–6 горошин черного перца, лимонная цедра, корка ржаного хлеба, изюм без косточек, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, обсушить, нарезать крупными кусками, посолить по вкусу.

Корни петрушки и сельдерея, морковь очистить и нарезать крупной соломкой. Лук-порей нарезать колечками, репчатый лук — так же.

В пиво опустить корни, лук, сушеный гриб, лавровый лист, гвоздику, перец, добавить корку и немного лимонной цедры. Довести до кипения, опустить рыбу и отварить ее до готовности. Рыбу вынуть и выложить на блюдо, сложив куски так, чтобы карп выглядел целым. В отвар положить муку, обжаренную с маслом, влить уксус, вино, добавить сахар, лимонный сок, вишню, немного изюма. Довести до кипения и снять с огня.

Получившимся соусом полить карпа.



Жаркое из мидий

300 г мидий, 1 стакан молока, 3 небольшие луковицы, 1–2 ст. ложки томатной пасты, 1–2 дольки чеснока, 1 лавровый лист, 0,5 ч. ложки душистого перца горошком, мука, растительное масло, черный молотый перец, соль.

В молоко положить 2 целые очищенные луковицы, душистый перец и лавровый лист. Довести до кипения, опустить мидии и варить их в течение 15–20 мин. Затем разрезать их пополам, посолить и поперчить по вкусу, обвалить в муке и обжарить в горячем масле. В конце пригото-



ления добавить луковицу, нарезанную колечками, томатную пасту, разбавленную водой или бульоном, и толченый чеснок. Довести до кипения и потомить в течение 5–7 мин.



Горбуша в сливках

1 средняя горбуша, 2–4 луковицы, 500 мл сливок, черный молотый перец, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, вымыть, обсушить, разделить на филе. Филе выложить в сковороду, посолить и поперчить по вкусу, накрыть колечками лука. Залить все сливками и поставить в разогретую духовку на средний огонь. Запекать около 40 мин.



Карп в ореховом соусе

1 крупный карп, 1 небольшая морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, зелень, уксус, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Для соуса: 150 г грецких орехов, 50 г белого хлеба, 1 маленькая долька чеснока, 100 мл растительного масла, лимонный сок, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, вымыть, разделить на филе. Филе разрезать на порционные куски, выложить в сотейник. Добавить нарезанную кружочками морковь, очищенный и нарезанный корень петрушки, нарезанный колечками лук, немного черного перца, лавровый лист по вкусу,



посолить. Влить немного воды и сварить на слабом огне до готовности.

Рыбу охладить в бульоне, переложить на блюдо и залить соусом.

Для приготовления соуса орехи очистить, растереть в ступке. С хлеба срезать корку, мякоть размочить в рыбном бульоне, отжать и протереть через сито. Чеснок раздавить. Орехи, хлеб и чеснок взбить, понемногу добавляя растительное масло. Когда масса станет пышной, добавить немного лимонного сока и посолить.



Жареная семга с красной икрой

2 стейка семги, 1 крупный помидор, 4 ч. ложки красной икры, тертый сыр, жирные сливки, растительное масло, соль.

Стейки вымыть, обсушить, поджарить в горячем масле с одной стороны, перевернуть, посолить по вкусу.

На стейки положить по два кружочка помидора с вырезанной серединкой. В серединки выложить икру, посыпать все тертым сыром, залить сливками. Довести до готовности в горячей духовке.



Закуска из мидий или устриц с копченостями

200 г мидий или устриц, 100 г копченого свиного мяса, 0,5 луковицы, 50 г сливочного масла, 4 яйца, 100 мл молока, зелень, соль.



Моллюсков нарезать, соединить с нарезанным соломкой мясом и нарезанным полуколючками луком и обжарить в сливочном масле. После этого залить их яйцами, взбитыми с молоком и солью, посыпать измельченной зеленью и запечь в духовке.

Готовое блюдо посыпать свежей зеленью.



Запеканка из икры

500 г икры речных рыб (карпа, щуки и т.д.), 4 яйца, 5 ст. ложек муки, 1 ч. ложка молотого тмина, растительное масло, черный молотый перец, соль.

Икру тщательно промыть, воду отцедить. Икру соединить с мукой, яйцами, тмином, посолить и поперчить по вкусу и тщательно перемешать. Масло разогреть в глубокой сковороде, выложить в нее икорную смесь. Готовить на среднем огне 10–12 мин (запеканка должна подрумяниться снизу), перевернуть и готовить еще столько же.

Готовое блюдо подавать горячим.



Кальмары в сметанном соусе

100 г кальмаров, 30 г сливочного масла, 0,25 луковицы, 50 г тертого сыра, 50 г сметаны, зелень, черный молотый перец, соль.

Кальмары нарезать соломкой, обжарить вместе с нарезанным луком в сливочном масле, охладить и перемешать с половиной сыра.



Кокотницы смазать маслом, заполнить на треть сметаной, положить смесь кальмаров с луком и сыром, положить сверху немного сметаны и сыра, полить растопленным маслом и запечь в горячей духовке до готовности.



Мидии, запеченные с пряностями

200 г мидий, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка молотой гвоздики, 1 долька чеснока, сливочное масло, соль.

Форму смазать маслом, положить мидии, посыпать смесью петрушки, гвоздики, раздавленного чеснока и соли, полить растопленным маслом и запечь в духовке до готовности.

На гарнир можно подать жареный картофель.



Котлетки из лосося с лаймовым майонезом

250 г филе лосося, 2 средние луковицы, 3 стручка красного острого перца, 6 долек чеснока, оливковое масло, 1 ч. ложка консервированного имбиря, 800 г консервированного нута, 30 г свежего кориандра, 1 яйцо, черный молотый перец, соль.

Для лаймового майонеза: 3 лайма, 200 г майонеза, 20 г петрушки, 2 дольки чеснока.

Лук мелко нарезать. Острый перец очистить от семян и порубить. Измельчить чеснок и имбирь (можно использовать свежий имбирь).



Оливковое масло разогреть, положить в него лук, перец, чеснок и имбирь. Готовить, пока овощи не станут мягкими.

С консервированного нута слить жидкость, переложить его в блендер или миксер, добавить тушеные овощи, измельченный кориандр и нарезанное филе лосося. Измельчить, затем добавить яйцо, еще раз взбить. Получившуюся массу поставить в холодильник на 15 мин. После этого сформовать из нее котлетки и обжарить их в масле в двух сторон. Готовые котлетки выложить на бумажное полотенце, чтобы оно впитало лишний жир.

Из лаймов выжать сок, смешать его с майонезом, измельченной петрушкой и раздавленным чесноком. Выдержать в холодном месте 10 мин.

Готовые котлетки полить майонезом.



Креветки с брокколи и кедровыми орешками

700 г крупных очищенных креветок, 1 кочан брокколи, 1,5 ст. ложки лимонного сока, 8 ст. ложек размягченного сливочного масла, 2 стакана отварного риса, 1 стручок сладкого красного перца, 4 дольки чеснока, 100 г ядер кедровых орешков, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.

Брокколи разобрать на соцветия и отварить на водяной бане в течение 6–7 мин, после чего полить лимонным соком и 5 ст. ложками масла, добавить горячий рис и перемешать.

Оставшееся масло разогреть, потушить в нем мелко нарезанный чеснок и измельченный сладкий перец, пока перец не станет мягким. Добавить креветки и кедровые орехи, перемешать и тушить до готовности креветок



(они должны порозоветь). После этого добавить брокколи с рисом, перемешать и прогреть. Посолить и поперчить по вкусу.

Готовое блюдо посыпать измельченной петрушкой.



Креветки по-французски

200 г замороженных очищенных вареных креветок, 2 авокадо, 2 яйца, зелень петрушки.

Для соуса: 5 ст. ложек майонеза, 1–2 ст. ложки кетчупа, 1 ст. ложка лимонного сока, соус «Табаско», черный молотый перец, соль.

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, порубить вместе с петрушкой. Добавить размороженные креветки, полить соусом и перемешать.

Для приготовления соуса смешать майонез, лимонный сок, кетчуп, чуть-чуть «Табаско», посолить и поперчить по вкусу.

Авокадо вымыть, обсушить, разрезать пополам, удалить косточку. Образовавшиеся углубления заполнить начинкой. Перед подачей блюдо охладить.



Лещ, запеченный с икрой

1 крупный лещ, 0,5 стакана икры, 0,5 стакана мелко нарезанного репчатого лука, 0,5 стакана гречневой крупы, растительное масло, 1 ст. ложка сметаны, зелень, лимонный сок, соль.



Рыбу очистить, удалить внутренности и жабры, тщательно вымыть, натереть солью внутри и снаружи и смазать маслом.

Лук и икру подрумянить на растительном масле.

Гречневую крупу отварить в подсоленной воде до готовности, но не разваривать. Перемешать с луком и икрой.

Получившимся фаршем начинить леща. На противень налить немного растительного масла, положить леща, обмазать его сметаной и запечь в духовке.

Готовую рыбу нарезать порционными кусками, полить лимонным соком и украсить зеленью.



Лещ по-краковски

1 крупный лещ, 0,5 моркови, 0,5 луковицы, 300 мл пива, 80 мл десертного вина, 1 ст. ложка изюма, 1–2 ст. ложки измельченного миндаля, 1 пряник, 1–2 ст. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки малинового сока, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ломтик лимона, корень петрушки, корень сельдерея, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, отрезать хвост и плавники, вымыть, обсушить. Разрезать рыбу вдоль позвоночника, а затем — на порционные куски. Из хвоста и плавников сварить бульон.

Небольшие кусочки корней сельдерея и петрушки нарезать соломкой, лук мелко порубить, потушить в сливочном масле, влить около 100 мл бульона, пиво, положить ломтик лимона, лавровый лист, перец посолить по вкусу. Варить около 20 мин. Отвар процедить, смешать его с малиновым соком и вином, добавить изюм и миндаль,



влить лимон, положить раскрошенный пряник. Все протереть, положить в соус подсоленные куски рыбы и варить до готовности.



Лосось в омлете с красной икрой

150 г филе лосося, 30 г красной икры, 80 г шпината, 20 г растительного масла, черный молотый перец, соль.

Для омлета: 5 яиц, 50 мл молока, 1 ч. ложка крахмала, растительное масло, соль.

Для соуса: 3 ст. ложки соевого соуса, 2 ст. ложки рисовой водки, 1 ст. ложка сахара.

Филе лосося посолить и поперчить по вкусу, обжарить с двух сторон в горячем растительном масле.

Приготовить омлет: яйца взбить с молоком, добавить разведенный крахмал, слегка посолить и обжарить с двух сторон в растительном масле.

Приготовить соус: смешать соевый соус, водку и сахар, прогреть, помешивая, пока сахар не растворится, довести до кипения и снять с огня.

Шпинат ошпарить и мелко нарезать. Рыбу выложить на омлет, свернуть его конвертом, перевернуть швом вниз. Сверху сделать поперечный надрез, положить в него шпинат. Полить все соусом и выложить на омлет икру.



Молоки в белом вине

ложки сливочного масла, 2 ст. ложки хлебных крошек, петрушка, душистый перец горошком, соль.



Молоки промыть, выложить в смазанную маслом форму, сверху положить ломтики помидора, посыпать лимонной цедрой, перцем, измельченной петрушкой, кусочками сливочного масла, посолить по вкусу, залить вином, добавить крошки. Накрыть посуду крышкой и поставить в горячую духовку на 10 мин.



Огурцы с рыбой по-датски

100 г малосольной семги, 25 г сливочного масла, 50 г сливок, 50 г маринованной сельди, 2 яйца, 1 ст. ложка уксуса, огурцы, хрен.

Семгу измельчить в пюре со сливочным маслом, добавить сливки, мелко нарезанную сельдь, яйца, сваренные вкрутую и натертые на средней терке, уксус. Тщательно перемешать.

Огурцы вымыть, выскоблить семена, начинить рыбной смесью, выложить на блюдо и смазать хреном.



Морское лакомство

4 стейка лосося, 6 ст. ложек апельсинового сока, 3 ст. ложки соевого соуса, 1 ст. ложка меда, 2 ч. ложки растительного масла, 1 ч. ложка кунжутного масла, 0,5 ч. ложки измельченного имбиря, 6 ст. ложек измельченной зелени, 1 апельсин, 1 стручок сладкого перца, соль.



Из апельсинового сока, соевого соуса, меда, растительного и кунжутного масла, имбиря и соли приготовить маринад.

Рыбу положить на холодную решетку гриля, обжарить в течение 5 мин, затем смазать маринадом, перевернуть и жарить еще 5 мин (ту же процедуру можно проделать на сковороде с антипригарным покрытием).

Апельсин очистить и разобрать на дольки, смешать с зеленью. Маринад довести до кипения, добавить нарезанный сладкий перец и снять с огня. Получившейся смесью залить зелень с апельсином и перемешать.

Выложить эту смесь на порционные тарелки, а сверху положить рыбу.



Московская солянка

200 г свежей семги, 200 г свежего судака, 200 г свежей или соленой осетрины, 500 г оливок без косточек, 2 ст. ложки томата-пюре, 3–4 шт. белых маринованных грибов, 2–3 соленых огурца, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 0,5 лимона, 15 маслин без косточек, 250 мл огуречного рассола, 1 ст. ложка каперсов, 2 л рыбного бульона, 30 г укропа или петрушки, 1 ст. ложка муки, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Лук мелко порубить и обжарить в масле. Добавить муку, перемешать, влить бульон и рассол, снова перемешать и довести до кипения. Затем положить нарезанные грибы, каперсы, оливки, лавровый лист и перец. Опять довести до кипения. Положить ошпаренные куски рыбы, припущенные с томатом-пюре и сливочным маслом огурцы.



Посолить по вкусу. Варить на слабом огне до готовности рыбы.

По тарелкам разложить рыбу (по куску каждого сорта), налить солянку, добавить по кружку лимона, посыпать измельченной зеленью, положить маслины.



Помидоры, фаршированные крабовым мясом

24 мелких помидора, 100 г крабового мяса, 60 г кресс-салата, 80 г сливок, 1 ч. ложка томатной пасты, 1 ч. ложка лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Крабовое мясо полить лимонным соком и выдержать около получаса.

Помидоры вымыть, обтереть, срезать верхушки, удалить мякоть, посолить и поперчить изнутри.

Кресс-салат вымыть, обсушить, мелко нарезать.

Сливки взбить в крутую пену, добавить мякоть помидоров, нарезанное крабовое мясо, кресс-салат и перемешать. Получившейся смесью нафаршировать помидоры.



Римский салат с лососиной

400 г копченого лосося, 1 кочан салата, 1 авокадо, 30 г укропа, сок 1 лимона, 1 ст. ложка горчицы, 5 ст. ложек яблочного уксуса, 5 ст. ложек растительного масла, сахар, белый молотый перец, соль.



Лосося нарезать тонкими полосками. Салат вымыть, обсушить, разорвать руками. Авокадо очистить от кожицы и косточки, нарезать дольками и полить лимонным соком. Дольки завернуть в полоски лосося.

Приготовить заправку. Смешать горчицу, уксус и растительное масло, добавить немного сахара, посолить и поперчить по вкусу.

В салатник выложить раскрошенный салат, сверху положить дольки авокадо с лососем, полить заправкой, посыпать измельченным укропом.



Рыба, тушенная в кефире

1 крупная рыба, 1–2 луковицы, 1–2 моркови, кефир, растительное масло, черный перец горошком, соль.

Рыбу выпотрошить, очистить, нарезать порционными кусками. Лук нарезать колечками. Морковь вымыть, очистить, нарезать кружочками.

В сотейник положить слой лука, на него — слой моркови, на морковь — куски рыбы. Посолить, добавить перец, сбрызнуть растительным маслом, залить кефиром. Тушить на слабом огне до готовности.



Рыбные маффины

300 г рыбного филе, 1 яйцо, 1 помидор, сливочное масло, панировочные сухари, тертый сыр, зеленый лук, майонез, черный молотый перец, соль.



Рыбу мелко нарезать, посолить и поперчить по вкусу, добавить яйцо, панировочные сухари и перемешать так, чтобы получилась густая однородная масса.

Формочки смазать сливочным маслом, разложить по ним рыбную массу, сверху положить по кружочку помидора, посыпать сыром. Запечь в духовке в течение примерно 15 мин. Затем положить на каждую заготовку по 1 ч. ложке майонеза, посыпать измельченным зеленым луком и довести до готовности в духовке (около 5 мин).



Стерлядь по-итальянски

200 г стерляди, 1 помидор, 50 мл белого сухого вина, 2 ст. ложки коньяка, 1 ст. ложка муки, 1 яичный желток, 100 г свежих грибов, 200–300 г молодого картофеля, сливочное масло, молоко, соль.

Для флоранси: 650 г муки, 150 г сливочного масла, 1 яйцо, 300 мл воды, лимонная кислота, соль.

Рыбу припустить в белом вине и коньяке с мелко нарезанным луком, небольшим количеством сливочного масла и мелко нарезанными помидорами.

Приготовить соус. Муку (1 ст. ложку) спассеровать в масле, влить сок, в котором готовилась рыба, перемешать, процедить. Развести молоком до желаемой консистенции, добавить масло по вкусу, желток. Перемешать.

Грибы вымыть, очистить, нарезать, обжарить и перемешать с соусом.

Приготовить флоранси. Из муки, воды, яйца, размягченного масла, лимонной кислоты и соли замесить



пресное тесто, раскатать его в тонкий пласт и с помощью выемки вырезать полумесяцы. Запечь в духовке до готовности.

Готовую рыбу выложить на блюдо, полить соусом, вокруг разложить флоранси.



Скумбрия в грибном соусе

2 крупные свежие скумбрии, 150 г свежих шампиньонов, 1 ст. ложка муки, 1–2 ст. ложки сливочного масла, 50 мл белого сухого вина, 1–2 ст. ложки сливок, сок 1 лимона, 1 яичный желток, черный молотый перец, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, посолить, полить лимонным соком, обжарить с обеих сторон в растопленном масле, выложить в подогретую посуду и поставить в теплое место.

Приготовить соус. Масло, оставшееся на сковороде, смешать с мукой, добавить немного воды, посолить, поперчить, влить белое вино, немного лимонного сока, желток и перемешать.

Шампиньоны вымыть (можно не очищать), нарезать, потушить в масле и перемешать с соусом.

Рыбу выложить на блюдо и полить соусом.



Судак с фенхелем

600 г филе судака, 3 клубня фенхеля, 3 луковицы, 1 апельсин, 2 ст. ложки сливочного масла, 50 г зеленого лука с белыми луковичками, 1 ч. ложка измельченного тимьяна, шафран, белый молотый перец, соль.



Рыбу вымыть, обсушить, нарезать порционными кусками, посолить и поперчить по вкусу, смазать 1 ст. ложкой размягченного или растопленного масла.

Фенхель очистить, нарезать полосками, лук — дольками. Апельсин вымыть, обсушить, цедру натереть на терке, сок отжать. Зеленый лук вымыть, обсушить, нарезать.

Лук и фенхель потушить в оставшемся масле, посолить и поперчить по вкусу, добавить немного шафрана, тимьян, влить сок, положить 1 ч. ложку цедры. Тушить 5 мин.

Рыбу обжарить в гриле с каждой стороны по 3 мин, выложить на овощи и посыпать зеленым луком.



Угорь с абсентом

1 кг филе угря, 150 мл оливкового масла, 1 луковица, 1 стебель лука-порея, 2 луковицы-шалот, 1 долька чеснока, 3 ст. ложки абсента, 500 г помидоров, 120 г маслин без косточек, 1 ч. ложка семян фенхеля, 2–3 веточки петрушки, 1 веточка тимьяна, 1 лавровый лист, цедра 1 апельсина, 300 мл рыбного бульона, 300 мл белого сухого вина, шафран, черный молотый перец, соль.

Угря нарезать порционными кусками. Репчатый лук мелко порубить, порей нарезать колечками, шалот измельчить. Чеснок порубить. Помидоры вымыть, обсушить, нарезать.

Приготовить соус. Весь лук и чеснок потушить в масле, пока лук не станет мягким. Влить абсент и поджечь. Добавить помидоры, маслины, семена фенхеля, зелень, шафран, цедру. Влить бульон и вино, посолить и поперчить по



вкусу, довести до кипения, убавить огонь до слабого и варить 30–40 мин, помешивая, пока соус не загустеет. Затем добавить рыбу, снова довести смесь до кипения. Накрыть посуду двумя слоями жаростойкой бумаги, потомить на слабом огне в течение 25 мин.



Филе сома по-индийски

250 г филе сома, 25 г сливочного масла, 50 мл белого сухого вина, 0,25 моркови, 0,25 луковицы, 50 г риса, 1 ст. ложка муки, корень сельдерея, зелень петрушки и укропа, порошок карри, соль.

Филе сома разрезать пополам, положить в сотейник с нарезанными морковью, сельдереем и луком, добавить немного масла и зелени, залить вином, добавить чуть-чуть воды и припустить. Готовую рыбу вынуть.

Муку спассеровать в масле, добавить немного карри, влить сок, в котором готовилась рыба, перемешать. Получившуюся смесь протереть через сито и заправить оставшимся маслом.

Рис отварить. Выложить на него рыбу, полить соусом и посыпать измельченной зеленью.

СОДЕРЖАНИЕ



<i>Предисловие</i>	3
Блюда из овощей и грибов	6
Блюда из мяса и субпродуктов.	12
Блюда из птицы	29
Блюда из рыбы и морепродуктов	45

100 ИЗЫСКАННЫХ БЛЮД

Ответственный редактор *М.С. Яновская*
Художественные редакторы *А.Г. Лютиков, Н.Г. Кудря*
Художник *А.Г. Вайник*
Верстка *А.Г. Вайник*
Корректор *И.Г. Иванова*

ООО «Издательство «Терция»
191180, Санкт-Петербург, ул. Гороховая, д. 73, оф. 2Н
E-mail: tercia@qhome.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 отдел зарубежных продаж ООО «ТД «Эксмо»
E-mail: foreignseller@eksmo-sale.ru

International Sales: For Foreign wholesale orders, please contact International Sales
Department at foreignseller@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг «Эксмо» в специальном оформлении обращаться в отдел корпоративных продаж ООО «ТД «Эксмо» E-mail: project@eksmo-sale.ru

Оптовая торговля бумажно-беловыми 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) 537-35-52. **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.

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) 745-89-15, 780-58-34.

Подписано в печать 16.03.2007
Формат 70х100 1/32. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,58.
Тираж 10 000 экз. Заказ № 1944

Отпечатано 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