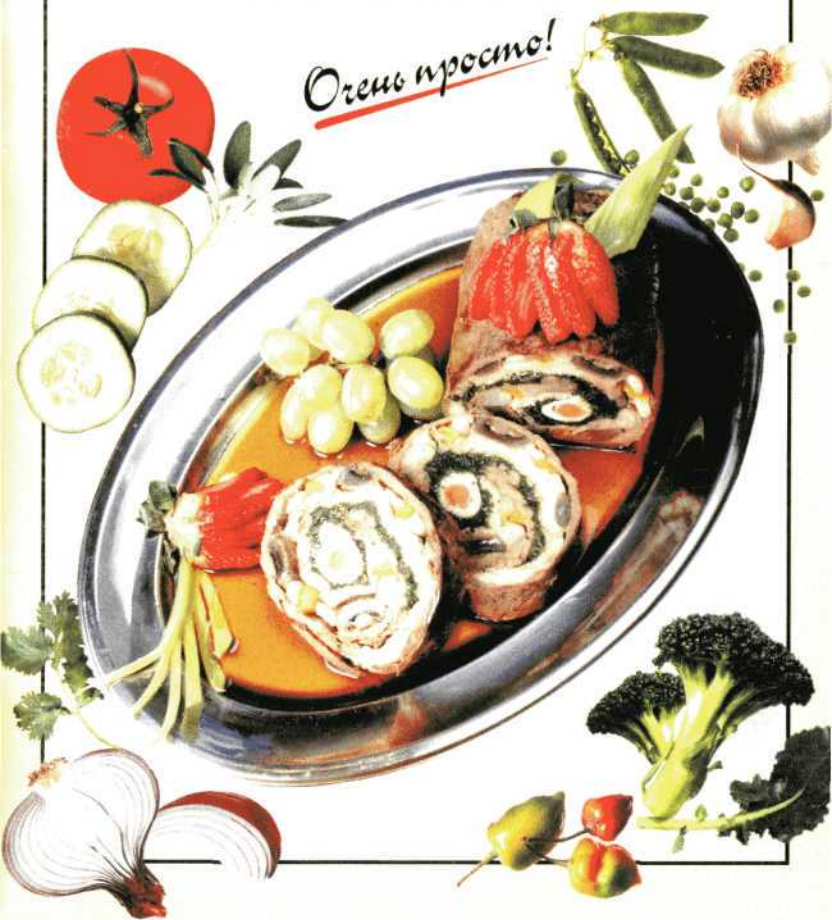


БИФШТЕКСЫ, РУЛЕТЫ, ЗРАЗЫ

Очень просто!



ББК 36.991
Б 66

Составитель *К. В. Силаева*

Б 66 Бифштексы, рулеты, зразы / Сост. К.В. Силаева. - М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2006. - 64 с.

Мясо — один из важнейших продуктов питания. Блюда из него вкусны и полезны. Мясо хорошо сочетается с различными гарнирами. Одно из первых мест в длинном ряду мясных блюд по праву занимают бифштексы, рулеты и зразы.

В предлагаемой книге вы найдете разнообразные рецепты их приготовления. Немного фантазии, чуть-чуть смелого творчества — и вы сможете показать себя умелым кулинаром.

ISBN 5-699-13722-X

©«Терция», составление, 2002
©«Терция», оформление, 2002
©«Эксмо», 2005

www.infanata.org

Предисловие

Мясо — один из важнейших продуктов питания, обладающий прекрасными кулинарными качествами. Оно легко комбинируется с различными продуктами — овощами, крупами, макаронными изделиями, приготавливаемыми в виде гарниров. Наряду с полноценными белками оно содержит жир и так называемые экстрактивные вещества, которые способствуют лучшему усвоению пищи.

Бифштексы, зразы (натуральные и рубленые котлеты с начинкой) и рулеты готовят из натурального (цельного куска) и рубленого (фарша) мяса.

Натуральные бифштексы можно нарезать самостоятельно из большого куска мяса. При этом нужно обязательно соблюдать следующие правила: резать только поперек волокон (если резать вдоль волокон, мясо потом будет невозможно разжевать); куски мяса делать не более 1,5 см толщиной.

Конечно, если вы любите готовить разнообразные блюда из мяса и (что главное) умеете с ним обращаться, нарезаая его ровными ломтиками, больших трудностей вы не испытаете. Тем же, кто впервые взялся за приготовление натуральных бифштексов, рулетов и зраз, удобнее будет использовать полуфабрикаты.

Полуфабрикаты представляют собой порции мяса, по большей части без костей, подготовленные главным образом для жаренья. Бифштексы из них можно приготовить буквально за несколько минут.

Для жаренья блюд из говядины годятся вырезка, филей, оковалок, толстый и тонкий край. Эти части



жарят как небольшими порциями, так и крупными кусками (до 2 кг весом). Для приготовления рубленых бифштексов, рулетов и зраз также подходят костец и огузок (части задней ноги). Если блюда готовятся из свинины, желательно использовать для этого корейку, грудинку или окорок.

Для приготовления натуральных бифштексов, рулетов и зраз желательно использовать не замороженное, а охлажденное мясо. Если же используется все-таки мороженое мясо, его следует предварительно подготовить: обмыть, положить в кастрюлю, накрыть полотняной салфеткой и оставить на 3–5 ч, чтобы оно постепенно оттаяло. Нельзя размораживать мясо в воде или класть его в теплое место, так как от этого качество мяса, а соответственно, и вкус готового изделия сильно ухудшается.

Далее и размороженное, и охлажденное мясо обрабатывается одинаково. Его следует обмыть холодной водой, обсушить полотняной салфеткой или полотенцем и очистить от пленок и сухожилий.

Нарезанные для жаренья куски мяса нужно слегка отбить тупой или специальным деревянным молотком, так чтобы они стали тоньше примерно вдвое.

Большинство бифштексов, рулетов и зраз делают из говядины (костец, огузок). Но для изделий из рубленого мяса можно брать также свинину и телятину.

Технология обработки говядины, свинины и телятины практически одинакова. Мясо для фарша необходимо обмыть, обсушить, тщательно очистить от сухожилий, разрезать на небольшие куски и пропустить через мясорубку. После этого посолить, перемешать, добавить белый хлеб, предварительно размоченный в холодной воде или молоке и слегка отжатый, затем снова пропустить через мясорубку — это придаст котлетам пышность и сочность.

Хлеб лучше брать немного черствый, без корки. Также в фарш можно добавить молотый перец и сырой или слегка поджаренный на масле лук.



Многие из приведенных ниже блюд из рубленого мяса легче и проще приготовить из продающихся в магазинах полуфабрикатов или готового фарша.

Чтобы не снижать вкусовых качеств жареного мяса, его следует готовить незадолго до подачи к столу. Перед началом жаренья говядина должна иметь комнатную температуру. В противном случае внешние слои мяса будут пережарены еще до того, как прожарится его внутренняя часть. Мясо в сковороде должно лежать достаточно свободно, иначе образуется паровая подушка, и мясо вместо жаренья будет тушиться.

Начинать жарить мясо следует на очень горячей сковороде с небольшим количеством жира или растительного масла. Мясо нужно подрумянить с обеих сторон, чтобы образовалась золотисто-коричневая корочка. Затем нужно уменьшить огонь и довести мясо до готовности. При этом важно помнить следующее правило: чем толще кусок мяса, тем ниже должна быть рабочая температура.

Время жаренья определяется толщиной бифштекса и желаемой степенью прожаренности. Ориентировочно, бифштекс толщиной 2,5–3 см становится слабoproжаренным к тому времени, когда обе его стороны покрываются румяной корочкой; весь процесс занимает приблизительно 4–5 мин.

Обжаривание каждой стороны еще по 1,5–2 мин делает бифштекс среднепрожаренным, а 9–10 мин общего времени жаренья позволяют получить полностью прожаренный бифштекс. Готовность мяса определяют, прокалывая его вилкой и надавливая на него: если при этом пойдет красный сок — значит мясо еще не готово, если светлый — готово.

Многие любят, когда мясо полностью не прожаривается, а подается, как говорят, «с кровью». Это допустимо только для говяжьего мяса, свинина же и телятина должны быть хорошо прожарены.



Солить мясо нужно незадолго до готовности блюда. В процессе жаренья мясо поливают вытопившимся соком.

Если изделия запекают или тушат, говядину нужно предварительно обжарить, как это описано выше. Свинину, телятину и баранину не обжаривают, а сразу ставят в предварительно разогретую духовку. Через каждые 10–15 мин необходимо вынимать мясо из духовки и поливать сверху соком, который образуется во время жаренья. Если сока окажется мало, можно подлить немного бульона или воды.

БИФСТЕКСЫ

Натуральные бифштексы



Бифштекс натуральный

600 г телятины или говядины (вырезки), 100 г топленого масла для жаренья, 40 г сливочного масла для подачи, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу. Уложить их на раскаленную с небольшим количеством (20–30 г) топленого масла сковороду и обжарить с двух сторон до образования румяной корочки. Затем на сковороду добавить оставшееся топленое масло и обжарить в нем бифштексы на маленьком огне. В конце жаренья посолить и поперчить по вкусу. Готовые бифштексы при подаче полить растопленным сливочным маслом.



Бифштекс с хреном и майонезом

1,6 кг говядины (вырезки), 100 г сливочного масла или маргарина, 150 г тертого корня хрена, 2 ст.



ложки майонеза, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски толщиной 20–30 мм и слегка отбить тупкой до толщины 15–20 мм, придавая им овальную или округлую форму. Перед жаркой мясо хорошо натереть солью и черным молотым перцем. Жарить бифштексы в небольшом сотейнике или порционной сковороде (лучше чугунной) в сильно разогретом сливочном масле или маргарине в течение 7–15 мин.

Подавать горячими, полив выделившимся соком и жаренным соусом. Отдельно подать тертый хрен, смешанный с майонезом (по желанию смесь можно немного подсолить).



Бифштекс с луком

На 4 порции: 650 г говядины (вырезки), 80–100 г животного жира или топленого масла, 2 большие луковицы, растительное масло для фритюра, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Выложить подготовленные бифштексы на разогретую с жиром или топленным маслом сковороду и обжарить с обеих сторон до образования румяной корочки. Затем огонь уменьшить и довести мясо до готовности.

В другой сковороде обжарить в большом количестве кипящего растительного масла (фритюре) очищенный, вымытый и нарезанный толстыми ломтиками лук.

8 Готовые бифштексы подавать на блюде, покрыв их

обжаренным луком и полив выделившимся при жаренье соком.



**Бифштекс с луком
по-домашнему**

На 4 порции: 650 г говядины (вырезки), 3 луковицы, 2–3 зубчика чеснока, 70 г топленого масла, 4–5 ст. ложек мясного бульона (можно из бульонного кубика) или белого вина, красный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Выложить подготовленные бифштексы на разогретую с топленным маслом сковороду так, чтобы между ними было расстояние 10–12 мм. Вокруг мяса и в промежутки между кусками положить очищенный, вымытый и мелко нарубленный лук. Жарить, помешивая лук, пока мясо не зарумянится, а лук не станет золотисто-коричневого цвета. Затем уменьшить огонь и довести блюдо до готовности. Перед подачей на сковороду с мясом подлить немного крепкого мясного бульона или вина и прокипятить. Подать бифштекс вместе с луком на сковороде.



**Бифштекс с луком
и белым вином**

На 4 порции: 650 г говядины (вырезки), 100 г сливочного масла, 4 ст. ложки белого вина, 2 ст. ложки пшеничной муки, 4 луковицы, растительное масло для фритюра, черный молотый перец, соль по вкусу.



Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Выложить подготовленные бифштексы на разогретую со сливочным маслом (60 г) сковороду и обжарить с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить, мясо сбрызнуть белым вином и довести до готовности.

Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать толстыми кольцами. Затем запанировать в пшеничной муке и обжарить в большом количестве сильно разогретого жира (во фритюре) до темно-золотистого цвета.

Готовый лук переложить при помощи шумовки в дуршлаг или на сито и посолить.

При подаче жареный бифштекс поместить на блюдо полить его выделившимся при жаренье соком и растопленным сливочным маслом (40 г). На мясо уложить обжаренный лук.



Бифштекс «Праздничный»

600 г телятины или говядины (вырезки), 2 яйца, 60 г тертого сыра, 3–4 ст. ложки белых панировочных сухарей, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Запанировать подготовленные куски мяса в муке, обмакнуть в смесь из взбитых яиц и тертого сыра, затем хорошо обвалять в сухарях.

Выложить подготовленные бифштексы на разогретую с маслом сковороду, обжарить с обеих сторон до появ-

ления румяной корочки. Затем огонь уменьшить и довести мясо до готовности.



Бифштекс с яичницей и зеленью

На 4 порции: 650 г говядины (вырезки), 8 яиц, 4 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 80 г сливочного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Выложить подготовленные бифштексы на разогретую с маслом сковороду и обжарить с обеих сторон почти до готовности.

Яйца слегка взбить с солью и измельченной зеленью и залить полученной смесью мясо.



Бифштекс по-гамбургски

На 4 порции: 650 г говядины (вырезки), 100 г сливочного масла, 4 яйца, 60 г тертого корня хрена, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Выложить подготовленные бифштексы на разогретую с маслом (60 г) сковороду и обжарить с обеих сторон до образования румяной корочки. Затем огонь уменьшить и довести мясо до готовности.



В отдельной сковороде разогреть оставшееся сливочное масло (40 г) и приготовить яичницу-глазунью. Желательно использовать при этом порционную круглую металлическую форму-кольцо.

На жареные бифштексы положить по яичнице-глазунье из одного яйца. Рядом положить тертый хрен.



Бифштекс в коньячном соусе

650 г говядины (вырезки), 1 стакан коньяка, 3 ст. ложки белого вина, 80 г сливочного масла, 0,5 стакана концентрированного мясного бульона, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Выложить подготовленные бифштексы на разогретую со сливочным маслом сковороду и обжарить с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить, мясо сбрызнуть белым вином (1 ст. ложка) и довести до готовности. Готовые бифштексы выложить в глубокое блюдо. В сковороду, в которой жарилось мясо, влить оставшееся вино, коньяк, концентрированный мясной бульон и на сильном огне довести смесь до кипения. Полученным соусом полить мясо.



Бифштекс с шампиньонами

На 1 порцию: 160–180 г говядины (вырезки), 0,5 луковицы, 4–5 свежих шампиньонов, 1 яйцо, 1–2 ст.

ложки мясного бульона или воды, 1 ст. ложка растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.



Порционный кусок говядины ополоснуть холодной водой, обсушить, затем отбить, посолить и поперчить по вкусу. Лук очистить, вымыть и мелко нарубить.

В порционной сковороде разогреть растительное масло. Поджарить в нем лук до светло-золотистого цвета. Положить сверху подготовленное мясо, поджарить (мясо должно хорошо зарумяниться), перевернуть на другую сторону и также подрумянить. Затем бифштекс снова перевернуть, огонь уменьшить до минимума. С одной стороны бифштекса положить очищенные, вымытые и нарезанные ломтиками шампиньоны, с другой — вбить яйцо. Добавить бульон или воду, 5–7 мин потомить под крышкой, затем, не вынимая из сковороды, подать на стол.



Бифштекс с бананами

На 4 порции: 650 г говядины (вырезки), 80 г сливочного масла, 1 яйцо, 1 яичный желток, 2 банана, 1 большая луковица, 3–4 ст. ложки сливок, 1,5–2 ст. ложки пшеничной муки, 2 ст. ложки тертого хрена, 1 ч. ложка сахара, белые панировочные сухари, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на порционные куски. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Разогреть в сковороде сливочное масло (60 г) и обжарить в нем мясо с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить и жарить мясо до готовности (12–15 мин).



Бананы очистить, разрезать вдоль пополам, обвалять в муке, посыпать солью и черным молотым перцем. Затем обмакнуть во взбитое яйцо, обвалять в панировочных сухарях и обжарить в оставшемся сливочном масле (20 г).

Положить их на тарелку вместе с бифштексами.

Сливки смешать с тертым хреном и яичным желтком. Помешивая, соединить с соком, оставшимся от жаренья бифштексов. Приправить по вкусу солью, перцем и сахаром и залить получившейся смесью бифштексы.



Бифштекс с грибами под винным соусом

1 кг телятины (филе), 180 г сливочного масла, 3 ст. ложки пшеничной муки, 1 стакан белого сухого вина, 7 луковиц, 300 г свежих шампиньонов или белых грибов, 6 ломтиков белого хлеба, мясной бульон или вода, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо ополоснуть холодной водой, обсушить и нарезать порционными кусками толщиной не более 1,5 см. Каждый кусок хорошо отбить, посолить, натереть черным молотым перцем и обвалять с одной стороны в 2 ст. ложках муки.

Сильно разогреть сливочное масло (80 г) в сковороде и обжарить в нем бифштексы с обеих сторон до образования румяной корочки.

Отдельно поджарить 6 ломтиков хлеба на масле (20 г).

Нарезать соломкой грибы, потушить до мягкости в небольшой кастрюле с разогретым сливочным маслом (80 г). Посолить и поперчить по вкусу.

Приготовить соус следующим образом. В жире, оставшемся после жаренья бифштексов, поджарить остав-

14 шуюся муку, развести ее белым вином, небольшим



количеством бульона или воды. Подсолить, довести смесь до кипения, после чего снять с огня. Готовые бифштексы уложить на гренки, поверх них выложить жареные грибы, затем все залить соусом.



Бифштекс в льезоне

На 1 порцию: 180–200 г мяса, 1 яйцо, 1 ст. ложка молока или сливок, 2 ст. ложки тертого сыра (желательно твердых сортов), 20 г сливочного масла, 150 г отварного риса, 50 г томатного соуса (можно томатного кетчупа), черный молотый перец, соль по вкусу.

Порционный кусок говядины обмыть холодной водой, обсушить, затем отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Приготовить льезон: взбить яйцо с молоком или сливками, добавить тертый сыр, посолить по вкусу и перемешать.

Сильно разогреть сливочное масло в сковороде. Подготовленное мясо обмакнуть в приготовленный льезон и выложить на сковороду. Сразу уменьшить огонь и зажарить бифштекс с обеих сторон до образования светлой корочки.

На вареный рис положить готовый горячий бифштекс и полить его томатным соусом или кетчупом.



Бифштекс по-украински

600 г говяжьей вырезки, 100 г свиного сала, 20 г сливочного масла, 20 г топленого масла, 3–4 ст. ложки измельченной зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.



Мясо обмыть холодной водой, очистить от сухожилий, нарезать поперек волокон тонкими порционными кусками по 100–150 г. Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Сильно разогреть в сковороде топленое масло и обжарить с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить и жарить мясо до готовности (8–10 мин).

За 1–2 мин до готовности положить на бифштексы тонкие полоски свиного сала, сверху полить разогретым сливочным маслом и посыпать измельченной зеленью петрушки.



Острый бифштекс под винным соусом

На 2 порции: 2 куса говяжьей вырезки по 160–180 г, 2 ст. ложки оливкового масла, 80 г сливочного масла, 0,5 стакана красного сухого вина, 1 кубик бульонного концентрата (говяжьего), 1 стакан воды, черный молотый перец, соль по вкусу.

Порционные куски мяса обмыть холодной водой и обсушить. Затем удалить с них весь жир и натереть мясо перцем и солью.

В чугунной сковороде разогреть оливковое и сливочное масло и на сильном огне обжарить мясо с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. После этого убавить огонь до минимума и жарить с каждой стороны еще примерно 7–8 мин. Готовое мясо положить на горячую тарелку.

В кипящей воде растворить кубик говяжьего концентрата. Вылить в сковороду, в которой жарилось мясо,

на сильном огне довести до кипения. Хорошо перемешать полученный соус и залить им мясо.



Бифштекс с перечной настойкой

На 4 порции: 650 г телячьей вырезки, 80–100 г сливочного масла, 0,5 стакана белого сухого вина, 1 ст. ложка водки (по желанию), 4 ст. ложки черного перца горошком, 2 ч. ложки соли, черный молотый перец по вкусу.

За 2 дня до приготовления бифштекса приготовить перечную настойку: черный перец горошком крупно размолоть и залить его вином. Смесь перелить в стеклянную банку или бутылку, плотно закрыть крышкой или пробкой и поставить в холодное место.

Мясо ополоснуть холодной водой, обсушить и нарезать порционными кусками толщиной около 1,5 см. Каждый кусок хорошо отбить и посолить (если нужно сделать бифштекс более острым, можно также натереть мясо черным молотым перцем).

Сильно разогреть сливочное масло в сковороде и обжарить в нем бифштексы с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить до минимума и жарить еще 6–8 мин. За 2 мин до готовности полить мясо приготовленной перечной настойкой. По желанию, в нее можно добавить 1 ст. ложку водки.



Бифштекс с шампиньонами, запеченный под слойкой

4 порционных куска говядины по 150–160 г, 80–100 г свежих шампиньонов, 2 луковицы, 2 яйца, 40 г



сливочного масла, 1 ст. ложка растительного (желательно оливкового) масла, 400 г томатного соуса, 400 г готового слоеного пресного теста, черный молотый перец, соль по вкусу.

Приготовить бифштексы, как описано в рецепте «Бифштекс натуральный» (см. с. 7).

Лук очистить, вымыть и мелко нарубить. Затем пассеровать его в разогретом сливочном масле до темно-золотистого цвета.

Шампиньоны очистить и отварить.

1 яйцо сварить вкрутую, охладить, очистить от скорлупы и мелко нарубить.

Готовые жареные бифштексы плотно уложить в глиняный горшочек (его нужно предварительно тщательно смазать растительным маслом), затем добавить пассерованный лук. Сверху поместить нарезанные тонкими ломтиками вареные шампиньоны и кусочки вареного яйца. Все залить томатным соусом.

Готовое тесто раскатать лепешкой по диаметру горшочка, накрыть его и плотно защипать края. Смазать тесто оставшимся яйцом, взбитым с солью, и запечь в разогретой до 180–200° С духовке до готовности (15–20 мин).



Бифштекс с луком по-деревенски

800 г говядины (вырезки), 2 ст. ложки топленого сала, 3–4 луковицы, 2 ч. ложки пшеничной муки, 40 г топленого масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой, обсушить и нарезать порционными кусками толщиной 2–3 см. Слегка отбить их, натереть солью и перцем.



Сильно разогреть в сковороде сало, нарезанное мелкими кусочками. Положить туда подготовленные куски мяса и обжарить с обеих сторон до образования коричневой корочки, затем огонь уменьшить до минимума и жарить мясо до готовности.

Лук очистить, ополоснуть холодной водой и нарезать кольцами. Запанировать их в муке и обжарить в разогретом топленом масле.

При подаче на готовые бифштексы положить жареный лук.

Рубленые бифштексы



Бифштекс рубленый

800 г говядины (вырезки), 160 г говяжьего жира или свиного внутреннего сала, 2 яйца, 0,3 стакана молока, 60 г животного жира, 40 г сливочного масла, зелень петрушки, столовая горчица, тертый корень хрена, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо очистить от сухожилий, обмыть холодной водой и обсушить. Затем нарезать небольшими кусками и вместе с салом пропустить через мясорубку, добавить соль, черный молотый перец, воду или молоко и хорошо перемешать. К измельченному мясу также можно добавить яйца и еще раз хорошо все перемешать.

Из приготовленного фарша сформовать небольшие плоские лепешки.

Сильно разогреть в сковороде сливочное масло и обжарить в нем подготовленные бифштексы с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Готовый бифштекс положить на блюдо, полить маслом



и выделившимся при жарке мясным соком. Отдельно можно подать горчицу и тертый хрен.



Бифштекс, жаренный во фритюре

400 г готового фарша из говядины, 2 луковицы, 2 ст. ложки воды, растительное масло для фритюра, черный молотый перец, соль по вкусу.

Готовый говяжий фарш перемешать с водой, солью и черным молотым перцем, затем сформовать небольшие плоские лепешки. Обжарить их в большом количестве кипящего растительного масла (фритюре) с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки.

Лук очистить, ополоснуть холодной водой и нарезать кольцами. Обжарить в отдельной посуде в разогретом растительном масле до золотистого цвета.

Готовые бифштексы переложить на блюдо. Сверху уложить кольца жареного лука.



Бифштекс, жаренный на решетке

600 г телятины или говядины (вырезки), 1 луковица, 30 г столовой горчицы, 2–3 ст. ложки молока, сливочное масло, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо очистить от сухожилий, обмыть холодной водой и обсушить. Затем пропустить через мясорубку с крупной решеткой или мелко нарубить ножом. Добавить в полученный фарш молоко, очищенный и измельчен-



ный лук, горчицу, соль и черный молотый перец. Хорошо вымешать, сформовать круглые плоские бифштексы и пожарить на решетке до готовности (в этих бифштексах допускается наличие в середине розового мясного сока).

Сильно разогреть в сковороде сливочное масло и обжарить в нем подготовленные бифштексы с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки.



Рубленый бифштекс по-гамбургски

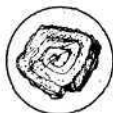
600 г телятины или говядины, 1 луковица, 30 г столовой горчицы, 2–3 ст. ложки молока, 60–80 г сливочного масла, тертый корень хрена, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для яичницы: яйца (из расчета по 1 на бифштекс), растительное масло для жаренья, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо очистить от сухожилий, обмыть холодной водой и обсушить. Затем пропустить через мясорубку с крупной решеткой. Добавить в полученный фарш молоко, очищенный и измельченный лук, горчицу, соль и черный молотый перец. Все хорошо вымешать, сформовать круглые плоские бифштексы.

Выложить подготовленные бифштексы на разогретую со сливочным маслом сковороду и обжарить с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить и довести мясо до готовности.

Приготовить яичницу-глазунью следующим образом. В отдельной сковороде сильно разогреть растительное масло и зажарить в нем яичницу-глазунью. Желательно использовать при этом порционную круглую металлическую форму-кольцо.



На жареные бифштексы положить по яичнице-глазунье из одного яйца. Рядом положить тертый хрен.



Бифштекс по-татарски

На 4 порции: 800 г говядины (вырезки), 4 яичных желтка (целых), 2–3 луковицы, 60–80 г сливочного масла, зеленый лук, зелень петрушки, черный или красный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой, обсушить и 2–3 раза пропустить через мясорубку с мелкой решеткой вместе с очищенным репчатым луком, молотым черным или красным перцем и солью.

Из полученной массы сформовать круглые плоские бифштексы. Выложить их на разогретую со сливочным маслом сковороду.

Посередине каждого бифштекса сделать небольшое углубление и выпустить в него яичный желток. Жарить на маленьком огне до готовности (12–15 мин).

Готовые бифштексы переложить на блюдо. Вокруг разложить вымытый, обсушенный и мелко нарезанный зеленый лук и рубленую зелень петрушки.



Бифштекс с сыром

800 г говядины, 120 г сыра, 80 г сливочного масла, 2 яичных желтка, 2 ст. ложки растительного масла, 150 г белого хлеба, черный молотый перец, соль по вкусу.



Мясо очистить от сухожилий, обмыть холодной водой и обсушить. Затем пропустить через мясорубку с крупной решеткой или мелко нарубить ножом. Добавить в полученный фарш яичные желтки, растопленное сливочное масло (60 г), очищенный и измельченный лук, соль и черный молотый перец. Хорошо вымешать и сформовать круглые тонкие бифштексы.

Сыр нарезать тонкими ломтиками. Подготовленные бифштексы сложить попарно, укладывая между ними ломтик сыра.

В глубокой сковороде сильно разогреть растительное масло и поджарить в нем бифштексы с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить и довести бифштексы до готовности.

Белый хлеб нарезать маленькими квадратиками, срезать с них корку. Подготовленный хлеб обжарить в разогретом сливочном масле (20 г) до золотистого цвета, посолить по вкусу. Поджаренные бифштексы подавать с гренками.

РУЛЕТЫ

Натуральные рулеты



Рулет из говядины с шампиньонами

1 кг говядины (вырезки), 200 г свежих шампиньонов, 100 г сала, 1 луковица, 1 стакан горячего мясного бульона, 0,5 стакана сливок, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка столовой горчицы, 0,5 ч. ложки сушеного тимьяна, 0,25 ч. ложки черного молотого перца, 0,5 ч. ложки соли.

Кусок мяса аккуратно разрезать вдоль, так чтобы получились 2 ровных пласта. Хорошо отбить их, так чтобы пласты были не более 1,5 см толщиной. Положить один пласт на чистую разделочную доску или стол, посолить и поперчить по вкусу.

Шампиньоны очистить, вымыть и мелко нашинковать. Нарезать сало мелкими кубиками и обжарить их с 1 ч. ложкой масла. Добавить туда же шампиньоны и продолжать жарить еще 3–5 мин.

Лук очистить, вымыть, мелко нашинковать, смешать с тимьяном, черным молотым перцем, солью, горчицей и 1 ст. ложкой масла. Получившуюся смесь ровным слоем разложить по пласту мяса. Сверху таким же ровным слоем положить 150 г грибов. Накрыть все вторым пластом мяса, скатать в тугой рулет и перевязать его ниткой.



В глубокой сковороде разогреть оставшееся масло и обжарить в нем получившийся рулет со всех сторон. Добавить половину количества бульона и тушить на медленном огне в течение 1,2 ч. По мере выкипания вливать оставшийся бульон. За 10–12 мин до готовности добавить сливки, положить оставшиеся грибы.



Карловарский рулет

800 г телятины (вырезки), 60 г шпика, 100 г ветчины, 60 г сливочного масла, 2 небольших соленых огурца, вода, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для омлета: 3 яйца, 3–4 ст. ложки молока, 20 г сливочного масла, соль по вкусу.

Кусок телятины вымыть холодной водой, обсушить и разрезать вдоль на 2 равных пласта. Хорошо отбить каждый пласт мяса, посолить, поперчить по вкусу.

Приготовить омлет: взбить яйца с молоком в пышную пену, посолить по вкусу, еще немного взбить и поджарить на сковороде с разогретым сливочным маслом.

Один пласт мяса разложить на чистой ровной поверхности, покрыть его тонкими ломтиками шпика и нарезанной тонкими полосками ветчины.

Сверху шпика и ветчины аккуратно выложить омлет (предварительно его остудив) и посыпать его мелко нарубленными огурцами. Накрыть все вторым пластом мяса, свернуть тугим рулетом и перевязать нитками.

Положить подготовленный рулет в разогретую с растопленным сливочным маслом глубокую сковороду и обжарить с обеих сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить, полить все выделившимся при жарке мясным соком и добавить не-



много воды. Поставить обжаренный рулет в разогретую до 170–180° С духовку. Запекать в течение 1–1,5 ч.



Рулет из свинины со шпиком, грибами и майонезом

1 кг свинины (мякоти), 150–200 г шпика, 150–200 г свежих шампиньонов, 150 г сыра, 4 ст. ложки майонеза, мясной бульон, овощной отвар или вода, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Приготовить грибную начинку следующим образом. Свежие шампиньоны нарезать тонкими ломтиками, затем посыпать измельченной зеленью петрушки и измельченным на крупной терке сыром (его можно нарезать и маленькими кубиками), посолить и поперчить.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить полотняной салфеткой. В центре куска сделать глубокий (не сквозной!) поперечный надрез. От центра острым ножом сделать внутренние надрезы к бокам, после чего кусок вырезки легко разложится в пласт. Отбить его с обеих сторон, натереть солью и черным молотым перцем и разожить на ровной поверхности. Смазать подготовленный пласт мяса майонезом, выложить тонкими ломтиками шпика на них положить грибную начинку.

Свернуть мясо с начинкой тугим рулетом и перевязать его нитками.

В глубокой сковороде разогреть масло, положить в него рулет и обжарить его со всех сторон обжарить до образования темно-золотистой корочки. Затем влить в сковороду бульон (или воду, или овощной отвар), закрыть ее крышкой и поставить в разогретую до 170–180° С духовку.

26 Запекать 30–40 мин. За несколько минут до готов-

ности снять со сковороды крышку, чтобы на рулете появилась красивая корочка.



Рулет из свинины, маринованной в вине

1–1,5 кг свинины (мякоти), 1 стакан белого сухого вина, 1 головка чеснока, черный молотый перец, соль по вкусу.

Промыть в холодной воде мясо, не срезая пленок и жира. Посолить, поперчить, нашинковать очищенным и нарезанным крупными кусочками чесноком. Положить подготовленное мясо в полиэтиленовый пакет. Залить в него вино, плотно завязать веревкой и положить мариноваться в кастрюлю под гнет. Выдержать в холодильнике 1 сутки.

Подготовленное мясо вынуть из пакета, свернуть тугим рулетом, перевязать его нитками и положить в смазанную маслом глубокую сковороду или противень, туда же вылить маринад. Поставить в нагретую до 160° С духовку и запекать приблизительно 3 ч. Готовое мясо слегка остудить (оно должно быть теплым, но не горячим) и переложить в узкий полиэтиленовый пакет, влить туда же сок, образовавшийся при жарке. Завязать пакет с двух сторон, как колбасу, и охладить. Когда рулет покроется слоем желе, нарезать его ломтиками и выложить на блюдо.



Рулет из свинины с курицей и маслинами

1 кг свинины (вырезки), 4 ст. ложки майонеза, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 200 г готового куриного фарша, 100 г шпика, 20 г зелени петрушки, 10–15 маслин



(без косточек), 1 ст. ложка растопленного сливочного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить полотняной салфеткой. В центре куса сделать глубокий (не сквозной!) поперечный надрез. От центра острым ножом сделать внутренние надрезы к бокам, после чего кусок вырезки легко разложится в пласт. Отбить его с обеих сторон, натереть солью и черным молотым перцем и разложить на ровной поверхности.

Выложить ровным слоем на подготовленный пласт мяса заправленный солью и перцем куриный фарш, разгладить его ножом. Сверху разложить по всей поверхности начинки тонкие ломтики шпика. Посыпать ее мелко нарубленной зеленью петрушки, на нее положить целые маслины. Мясо с начинкой свернуть тугим рулетом, перевязать его нитками. Завернуть подготовленное мясо в фольгу, уложить на противень и поставить в предварительно нагретую до 200–220° С духовку. Запекать 1–1,5 ч.



Рулет из свинины с перцем и сельдереем

1 кг свинины, 1 сладкий красный перец, 1 корень сельдерея, 100 г зелени сельдерея, 1–2 зубчика чеснока, 1 стакан горячего мясного бульона, 0,5 стакана сметаны, 1 ч. ложка крахмала, 1 ч. ложка молотой паприки, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка столовой горчицы, черный или красный молотый перец, соль по вкусу.

Корень сельдерея вымыть, очистить и нарезать мелкими кусочками. Зелень сельдерея промыть в холодной воде, обсушить и измельчить. Сладкий перец очистить, про-

мыть и нашинковать тонкими полосками. Чеснок очень мелко порубить. Все перемешать.



Мясо обмыть холодной водой, обсушить полотняной салфеткой. В центре куска сделать глубокий (не сквозной!) поперечный надрез. От центра острым ножом сделать внутренние надрезы к бокам, после чего кусок вырезки легко разложится в пласт. Отбить его с обеих сторон, натереть солью и черным молотым перцем. Разложить подготовленное мясо на ровной поверхности, намазать тонким слоем горчицы и выложить на него овощную начинку. Скатать в тугой рулет и обвязать его нитками.

В глубокой сковороде или кастрюле разогреть растительное масло и обжарить в нем рулет со всех сторон до образования румяной корочки. Затем влить в посуду с рулетом 0,5 стакана горячего мясного бульона и поставить рулет на нижний уровень разогретой до 240° С духовки. Через 20 мин уменьшить огонь до 200° С и влить оставшийся бульон. Когда рулет будет готов, выключить духовку и оставить его на 10 мин.

Смешать выделившийся при запекании мясной сок с крахмалом и сметаной. Перед подачей полить рулет получившимся соусом.



Рулет из свиной брюшины

1 кг свиной брюшины.

Для начинки: 1 большая луковица, 100 г ветчины, 100 г свиной или говяжьей печени, 100 г свежих шампиньонов, 2 зубчика чеснока, 20 г сливочного масла, 1 ст. ложка смеси пряных трав (тимьяна, петрушки, розмарина), тертая цедра 0,5 лимона, 2 ст. ложки изюма (без косточек), 100 г отварного риса, 1 яйцо, черный молотый перец, соль по вкусу.



Приготовить начинку следующим образом. Растопить в глубокой сковороде сливочное масло и спассеровать очищенный, вымытый и нарезанный кольцами лук до золотистого цвета.

Ветчину нарезать мелкими кусочками, положить в сковороду с луком и все вместе слегка обжарить. Затем добавить мелко нарезанную печень и жарить еще около 1–2 мин. Снять с огня и положить к луку, ветчине и печени нарезанные тонкими ломтиками грибы, измельченный чеснок, смесь пряных трав, тертую лимонную цедру, вымытый и обсушенный изюм и отварной рис. Начинку хорошо перемешать, дать ей остыть, затем добавить яйцо и все хорошо перемешать. Полученную смесь посолить и поперчить по вкусу.

Свиную брюшину вымыть холодной водой, обсушить и положить брюшину на ровной чистой поверхности жирной стороной вниз. Разложить на ней ровным слоем приготовленную начинку, оставляя края около 3 см, пригладить его ножом, затем свернуть брюшину с начинкой в тугой рулет. Перевязать его нитками.

Уложить подготовленный рулет швом вниз на предварительно смазанный маслом противень, посыпать солью и черным молотым перцем, накрыть фольгой и запекать в предварительно нагретой до 200° С духовке в течение 1,5–2 ч. За 30 мин до окончания запекания снять фольгу, чтобы рулет подрумянился.



Рулет с ветчиной и беконом

1 кг свинины (вырезки), 250–300 г ветчины, 100 г бекона, 1 луковица, 3–4 зубчика чеснока, 3 ст. ложки растительного масла, 1 стакан горячего мясного бульона,
30 0,5 стакана сливок, 1–1,5 ч. ложки столовой горчицы,

0,25 ч. ложки черного молотого перца, 0,5 ч. ложки соли.



Мясо вымыть холодной водой, обсушить и аккуратно разрезать вдоль на две равные части. Отбить каждую часть, так чтобы получился тонкий ровный пласт, натереть его солью и перцем. Один пласт мяса разложить на чистой ровной поверхности.

Нарезать ветчину и бекон мелкими кубиками. Разогреть с 1 ч. ложкой масла сковороду и обжарить в ней бекон. Охладить его и соединить с кубиками ветчины.

Очистить, вымыть и мелко нарубить лук и чеснок, посолить, поперчить, соединить с горчицей и 1 ст. ложкой масла. Выложить эту смесь на пласт мяса, аккуратно разровнять. Сверху положить смесь бекона и ветчины и также ее разровнять. Накрыть все вторым пластом мяса, аккуратно скатать в тугий рулет и перевязать его ниткой.

В глубокой сковороде разогреть оставшееся масло. Обжарить в нем подготовленный рулет со всех сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь убавить, влить половину количества бульона и тушить 1,5 ч. По мере выкипания вливать оставшийся бульон. За 10–12 мин до готовности добавить сливки.



Рулетики из телятины по-гречески

800 г мякоти телятины, 4 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан мясного бульона, 160 г ветчины, 1 морковь, 20 г зелени петрушки, 5–6 ст. ложек панировочных сухарей, 0,25 ч. ложки черного молотого перца, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, затем обсушить и нарезать плоскими порционными кусками. Каждый



кусок тщательно отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Лук и морковь очистить, вымыть, мелко нарезать и спассеровать в разогретом сливочном масле с сухарями и рубленой петрушкой. Немного охладить и смешать с измельченной ветчиной.

На подготовленные куски мяса положить по 1 ст. ложке начинки. Затем свернуть каждый кусок тугим рулетиком и связать его нитками.

В глубокой сковороде разогреть сливочное масло, положить туда подготовленные рулетики и подрумянить их со всех сторон. Затем снять с огня, влить в сковороду бульон и поставить ее в разогретую до 160° С духовку. Тушить рулетики до готовности (20–25 мин), часто поливая образовавшимся соком.



Рулетики из говядины со шкварками и аджикой

4 ломтика филе говядины (по 100–120 г), 100 г шпика, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки аджики, 150 г белого хлеба, 30 г сливочного масла, 20 г зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Ломтики мяса ополоснуть холодной водой, обсушить и хорошо отбить. Затем натереть солью, черным молотым перцем и смазать аджикой.

От куска шпика отрезать 4 тонких ломтика и отложить их. Оставшийся шпик нарезать мелкими кубиками, выложить их на разогретую сковороду (без масла) и обжаривать до тех пор, пока они не станут золотисто-коричневыми. Приготовленные шкварки снять со сковороды и дать им остыть. Положить на каждый подготовленный лом-

32 тик говядины немного шкварок и свернуть ломтики



тугими рулетиками. Каждый рулетик обернуть в ломтик шпика и заколоть зубочисткой. Положить подготовленные рулетики на смазанную растительным маслом сковороду и обжаривать со всех сторон 5–10 мин. Затем огонь уменьшить, посыпать рулетики черным молотым перцем и жарить до готовности. Подавать рулетики на поджаренных ломтиках белого хлеба, украсив зеленью.



Рулетики из говядины с беконом

1 кг говяжьей вырезки, 80 г бекона, 3 соленых огурца, 1 ч. ложка столовой горчицы, 2–3 ст. ложки пшеничной муки, 2 ст. ложки растопленного сливочного или топленого масла, 2 стакана говяжьего бульона, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать плоскими порционными кусками. Каждый кусок хорошо отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Бекон нарезать тонкими полосками, огурцы – маленькими кубиками. Смешать их и заправить горчицей. Положить на каждый кусок мяса немного начинки и посыпать измельченной зеленью петрушки. Скатать каждый кусок мяса тугим рулетиком, слегка присыпая внешнюю поверхность мяса мукой. Закрепить получившиеся рулетики зубочистками.

Положить их на сковороду с разогретым маслом и подрумянить со всех сторон. Затем переложить рулетики в глубокую огнеупорную посуду.

Всыпать оставшуюся муку в жир на сковороде и немного спассеровать ее. Затем, непрерывно поме-



шивая, тонкой струйкой влить бульон. Держать на небольшом огне при слабом кипении, пока соус не загустеет. Залить приготовленным соусом рулетики. Плотнo накрыть посуду с ними крышкой и готовить на медленном огне еще 30–35 мин.



Рулетики из говядины с черносливом

600 г говядины (вырезки), 2 ст. ложки сметаны, 2–3 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 150 г чернослива, 60 г тертого сыра.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать плоскими порционными кусками. Каждый кусок хорошо отбить, посолить, поперчить и посыпать тертым сыром.

В середину ломтиков мяса положить вымоченный, хорошо промытый в теплой воде чернослив без косточек, скатать мясо тугими рулетиками и перевязать их нитками.

Положить их на сковороду с разогретым маслом и подрумянить со всех сторон.

Затем подлить немного горячей воды, по необходимости досолить и тушить рулетики до мягкости (25–30 мин). В конце тушения добавить сметану.



Рулетики из телятины с овощами и сыром

6 ломтиков говяжьей вырезки (по 120–130 г), 1 луковица, 1 морковь, 100 г сливочного масла, 3–4 ст. ложки тертого сыра, 1 стакан воды, 2 ст. ложки паниро-

вочных сухарей или крошек белого хлеба, 2 ч. ложки измельченной зелени петрушки, 0,5 ч. ложки черного молотого перца, 1 ч. ложка соли.



Ломтики мяса ополоснуть холодной водой, обсушить и натереть их солью и черным молотым перцем.

Приготовить начинку следующим образом. Лук очистить, вымыть, мелко нарубить, обжарить до золотистого цвета в сливочном масле (20 г), затем охладить. Смешать его с панировочными сухарями или хлебными крошками, измельченной зеленью петрушки и тертым сыром.

Положить на каждый подготовленный ломтик мяса 1 ст. ложку начинки и слегка прижать ее к мясу. Скатать ломтики мяса тугими рулетиками и обмотать их нитками. Положить их в глубокую толстостенную сковороду с разогретым маслом и подрумянить со всех сторон с морковью, нарезанной кружочками. Затем влить воду или бульон. Поставить сковороду в разогретую до 160–170° С духовку. Запекать в течение 25–30 мин, не закрывая посуду крышкой и часто поливая рулетики выделяющимся соком.



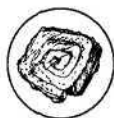
Рулетики из свинины с черносливом и яблоками

6 свиных отбивных (по 150 г), 1 стакан сливок, 1 стакан мясного бульона, сливочное масло, крахмал, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 2 яблока, 100 г чернослива, 1 ст. ложка майонеза, соль по вкусу.

Свинные отбивные ополоснуть холодной водой, обсушить и натереть их солью и черным молотым перцем.

Приготовить начинку следующим образом. Чернослив тщательно вымыть в теплой воде и удалить



из него косточки. Залить подготовленный чернослив горячей водой, вымачивать 20–25 мин, затем откинуть на дуршлаг и обсушить. Яблоки вымыть, очистить от кожицы и сердцевины с семенами и нарезать маленькими кубиками. Смешать яблоки с нарезанным маленькими кусочками черносливом, заправить майонезом и посолить по вкусу.

Положить на каждую отбивную по 1 ст. ложке начинки и слегка прижать ее к мясу. Скатать ломтики мяса тугими рулетиками и обмотать их нитками.

Положить подготовленные рулетики в глубокую толстостенную сковороду с сильно разогретым маслом и подрумянить со всех сторон. Затем посолить, добавить бульон и тушить до готовности. Готовые рулетики освободить от ниток и выложить в глубокую посуду.

Крахмал развести в чуть теплых сливках и влить в сок, оставшийся от тушения рулетиков, хорошо перемешать и залить рулетики получившимся соусом.

Рубленые рулеты



Рулет из говядины с луком и яйцом

500 г готового говяжьего фарша, 100 г белого хлеба, 2–3 ст. ложки молока или воды, 3 яйца, 3 луковицы, 4 ст. ложки панировочных сухарей, 40 г топленого масла, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, острый томатный соус или кетчуп, черный молотый перец, соль по вкусу.

Готовый говяжий фарш разложить на влажной салфетке или марле ровным слоем толщиной 1,5–2 см и шириной около 20 см.



Лук очистить, вымыть, измельчить и пассеровать в разогретом топленом масле, посолить и поперчить по вкусу. 2 яйца сварить вкрутую, охладить, очистить от скорлупы и мелко нарубить. Смешать пассерованный лук, яйца, половину количества панировочных сухарей и зелень петрушки. Влить в получившуюся массу молоко или воду, все еще раз хорошо перемешать. Выложить приготовленную начинку на середину слоя рубленого мяса, разровнять по всей длине. С помощью марли аккуратно скатать рулет, начиная с одного края.

Сформованный таким образом рулет аккуратно переложить с салфетки на смазанный топленым маслом и посыпанный сухарями противень швом вниз, по необходимости слегка обровнять.

Поверхность рулета смазать оставшимся взбитым с солью яйцом, посыпать оставшимися панировочными сухарями, проколоть сверху в 3–4 местах ножом, сбрызнуть оставшимся топленым маслом и запекать в разогретой до 160–180° С духовке в течение 35–40 мин. Готовый рулет перед подачей нарезать на порционные куски и полить острым томатным соусом или кетчупом.



Рулет из говядины с морковью и яйцом

500 г говядины, 80 г пшеничного хлеба, 2 средние моркови, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 0,5 стакана молока или воды, 4 яйца, зелень укропа или зеленый лук, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо промыть под холодной водой, обсушить и дважды пропустить вместе с размоченным в молоке или воде хлебом через мясорубку. Приготовленный фарш посолить по вкусу.



3 яйца сварить вкрутую. Лук и морковь мелко нарезать и поджарить на сливочном масле по отдельности, посолить и поперчить по вкусу.

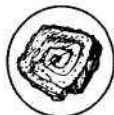
Фарш выложить на влажную салфетку или марлю. Придать ему форму удлиненной лепешки толщиной примерно 1,5 см. На середину лепешки положить половинки яиц срезом вниз, посыпать их луком. Вдоль яиц тонким слоем расположить морковь. Аккуратно поднимая марлю, соединить края рулета и зашить их. Затем рулет осторожно переложить швом вниз на сковороду, смазанную маслом, смазать оставшимся взбитым с солью яйцом, наколоть в нескольких местах вилкой. Подлить на сковороду немного горячей воды и поставить в разогретую до 180° С духовку на 30–40 мин. Во время запекания рулет нужно периодически сбрызгивать водой. Готовый рулет посыпать сверху мелко нарубленным укропом или измельченным зеленым луком.



Рулет с зеленью и горчичной корочкой

800 г готового говяжьего фарша, 2 ломтика белого хлеба, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 50 г зелени петрушки, 2 яйца, 0,7 стакана сливок, 50 г тертого сыра, сливочное или топленое масло для смазывания противня, 50 г панировочных сухарей, 1,5–2 ст. ложки горчицы, 3 ч. ложки душистого перца горошком, черный молотый перец, соль по вкусу.

Хлеб замочить в холодной воде, затем хорошо отжать. Лук очистить, вымыть, обсушить и нарезать кубиками, зубчики чеснока натереть на мелкой терке. В готовый фарш добавить подготовленные хлеб, лук, чеснок, половину количества измельченной зелени петрушки, яйца, растол-



положить на мокрое полотенце и придать массе форму удлиненной лепешки толщиной около 1,5 см. Осторожно подняв и соединив края полотенца, соединить края рулета и защипать их. Затем рулет осторожно переложить швом вниз на смазанный сливочным или топленым маслом противень.

В сливки добавить панировочные сухари, горчицу, тертый сыр и оставшуюся измельченную зелень петрушки. Полученной массой равномерно смазать рулет. Запекать около 40 мин в предварительно разогретой до 175° С духовке, затем рулет достать, еще раз смазать его горчичной смесью и снова поставить в духовку. Запекать еще 20 мин при температуре 200° С.



Мясной рулет «Ласточкино гнездо»

500 г говядины (вырезки или толстого края), 2 ст. ложки растительного масла, 100 г пшеничного хлеба, 0,5 стакана молока, 5 яиц, майонез, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо и замоченный в молоке хлеб пропустить через мясорубку, добавить масло, 1 яйцо, черный молотый перец и соль. Все тщательно перемешать.

Оставшиеся яйца сварить вкрутую, охладить и очистить от скорлупы.

Приготовленный фарш выложить на влажную марлю, разровнять ножом, сформовать длинную лепешку толщиной около 1,5 см. Посередине лепешки уложить целые вареные яйца и, подтягивая край марли, аккуратно свернуть в рулет.

Уложить его на смазанный маслом противень швом вниз, поставить его в разогретую до 175–180° С духовку и выпекать до готовности (около 30–35 мин).



Перед запеканием рулет можно смазать взбитым с солью яйцом или майонезом.



Рулет из говядины с черносливом и морковью

1 кг говядины (мякоти), 1–2 ломтика пшеничного хлеба, 0,5 стакана молока, 2 моркови, 3–4 ст. ложки растительного масла, 100 г корня сельдерея, 200 г чернослива, 1 яйцо, белые панировочные сухари, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо промыть под холодной водой, обсушить и дважды пропустить вместе с размоченным в молоке или воде и слегка отжатым хлебом через мясорубку. Приготовленный фарш посолить и поперчить по вкусу, хорошо перемешать и разложить его на влажной марле. Разровнять фарш, чтобы получилась продолговатая ровная лепешка толщиной около 1,5 см.

Корень сельдерея и морковь вымыть, отварить, очистить, мелко нарезать или измельчить на крупной терке. В сковороде разогреть масло (1–1,5 ст. ложки) и обжарить в нем сельдерей и морковь до золотистого цвета. Чернослив тщательно вымыть, вымочить в течение 15–20 мин в горячей воде, обсушить и также измельчить. Смешать его с обжаренными сельдереем и морковью, влить 1,5–2 ст. ложки оставшегося от вымоченного хлеба молока, посолить и поперчить по вкусу.

Выложить на фарш ровным слоем приготовленную и слегка охлажденную начинку. Подтягивая край марли, аккуратно свернуть в рулет. Осторожно переложить его на смазанный маслом противень швом вниз, смазать взбитым с солью яйцом и обсыпать панировочными сухарями. Поставить подготовленный таким образом рулет

в разогретую до 175–180° С духовку и выпекать до готовности (около 30–35 мин).



Мясной рулет с сыром, запеченный в фольге

500 г готового говяжьего фарша, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 луковицы, 3 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки тертого сыра, черный молотый перец, соль по вкусу.

Лист фольги разложить на ровной чистой поверхности. На середину листа фольги выложить готовый фарш. Разровнять его слоем около 1,5 см, сверху посыпать измельченными на крупной терке вареными яйцами и мелко нашинкованным луком. Подтянуть края фольги вверх и защипать края рулета. Не вынимая из фольги, переложить рулет в глубокую сковороду и поставить в предварительно разогретую до 180° С духовку на 30 мин.

После этого достать рулет из духовки, раскрыть фольгу, верх рулета густо намазать сметаной. Сверху посыпать тертым сыром, затем поставить все в духовку и запекать еще 20 мин.



Рулет с макаронами

500 г мяса (мякоти), 100 г белого хлеба, 150 г макарон, 1 яйцо, 1 ст. ложка панировочных сухарей, 60 г сливочного или топленого масла, 200 г острого томатного соуса, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо промыть под холодной водой, обсушить и дважды пропустить вместе с размоченным в молоке



или воде хлебом через мясорубку. Приготовленный фарш посолить и поперчить по вкусу, хорошо перемешать и разложить его на салфетке или марле, смоченной холодной водой. Разровнять фарш ножом так, чтобы получилась продолговатая ровная лепешка толщиной примерно 1,5 см. На ее середину по всей длине положить сваренные, заправленные сливочным маслом (20 г) и охлажденные макароны. Подтягивая с одного края салфетку, осторожно скатать лепешку в рулет, после чего соединить края фарша и защипать их. Полученный рулет осторожно переложить с салфетки на смазанную маслом сковороду швом вниз.

Сверху рулет смазать взбитым с небольшим количеством соли яйцом, посыпать панировочными сухарями, полить оставшимся растопленным сливочным маслом, сделать несколько проколов вилкой и запекать в разогретой до 175–180° С духовке в течение 30–40 мин.

Готовый рулет нарезать на порции, положить их на блюдо и полить острым томатным соусом. Вместо макарон рулет можно нафаршировать рассыпчатой рисовой или гречневой кашей с поджаренным луком и вареными яйцами.



Рулет из говядины с яйцом и морской капустой

550–600 г говядины, 150 г отварной или консервированной морской капусты, 3 яйца, 1–2 ломтика пшеничного хлеба, 0,5 стакана молока, панировочные сухари, черный молотый перец, соль по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить от скорлупы и мелко нарубить.

Мясо промыть под холодной водой, обсушить и дважды пропустить вместе с размоченным в молоке или



воде и слегка отжатым хлебом через мясорубку. Приготовленный фарш посолить и поперчить, хорошо перемешать и разложить его на салфетке или марле, смоченной холодной водой. Разровнять фарш ножом так, чтобы получилась продолговатая ровная лепешка толщиной примерно 1,5 см. Посередине лепешки уложить ровным слоем консервированную морскую капусту, на нее положить таким же ровным слоем измельченные яйца. Подтягивая край марли, аккуратно свернуть рулет. Осторожно переложить его на смазанный маслом противень швом вниз, сбрызнуть оставшимся от вымоченного хлеба молоком и обсыпать панировочными сухарями. Поставить подготовленный таким образом рулет в разогретую до 175–180° С духовку и выпекать до готовности (около 30–35 мин).



Рулет из телятины с морковью и яйцами

600 г телятины (мякоти), 100 г черствого пшеничного хлеба, 1 небольшая луковица, 3 яйца, 1 небольшая морковь, 130 г сливочного масла, 2 ст. ложки тертого сыра, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой, обсушить и нарезать небольшими кусками. Затем пропустить их через мясорубку вместе с предварительно намоченным в воде и отжатым ломтиком хлеба, добавить натертую на терке или мелко нарезанную луковицу, мелко нарубленную зелень петрушки, 1 яйцо, посолить и поперчить. Смесь хорошо перемешать и разложить ровным пластом на влажной марле.

На половину пласта положить нарезанную соломкой или натертую на терке сырую морковь и половинки сваренных вкрутую оставшихся яиц. Начинку посолить



по вкусу и, осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в форме рулета. Аккуратно переложить его на смазанную сливочным маслом (30 г) сковороду, полить оставшимся растопленным сливочным маслом и посыпать тертым сыром. Поставить подготовленный рулет в разогретую до 170° С духовку и запекать примерно 35–40 мин.

Готовый рулет достать из духовки и дать ему остыть. Затем нарезать равными ломтиками и уложить на блюдо.



Рулет из телятины с сыром и чесноком

600 г телятины (мякоти), 100 г черствого пшеничного хлеба, 1 луковица, 3 яйца, 1 небольшая морковь, 80–100 г сливочного масла, 2 ст. ложки тертого сыра, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 350–400 г сыра, 0,5 головки чеснока, 1,5–2 ст. ложки майонеза, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой, обсушить и нарезать небольшими кусками. Пропустить их через мясорубку вместе с предварительно размоченным в воде и отжатым ломтиком хлеба, добавить натертую на терке (или мелко нарезанную) луковицу, рубленую зелень петрушки, 1 яйцо, посолить и поперчить по вкусу. Смесь тщательно перемешать, разложить ровным пластом толщиной около 1,5–2 см на влажной марле. На половину пласта положить измельченную на крупной терке сырую морковь, половинки сваренных вкрутую яиц, посолить начинку по вкусу.

Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в виде рулета. Аккуратно переложить его на смазанную сливочным маслом (30 г) сковороду, полить оставшимся растопленным



сливочным маслом и посыпать тертым сыром. Поставить подготовленный рулет в разогретую до 170° С духовку и запекать около 35–40 мин.

Готовый и немного охлажденный рулет нарезать ломтиками и уложить на блюдо.



Рулет из телятины с овощами и сыром

750 г телятины (вырезки), 3–4 ломтика белого хлеба, 3 моркови, 2 небольшие луковицы, 50 г зеленого лука, 4 яйца, 4 ст. ложки тертого сыра или панировочных сухарей, 80 г сливочного масла, зелень укропа и петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо вымыть в холодной воде, обсушить и дважды пропустить через мясорубку вместе с предварительно замоченным в молоке и отжатым хлебом.

В подготовленный фарш добавить мелко нарубленный или измельченный на мелкой терке лук, 2 яйца, мелко нарубленную зелень укропа и петрушки, посолить и поперчить по вкусу. Все очень тщательно перемешать. Полученный фарш выложить пластом на влажной марле, на одну половину положить нарезанные мелкими кубиками отварную морковь и 2 сваренных вкрутую яйца. Зеленый лук промыть холодной водой, обсушить, мелко нарезать и насыпать сверху начинки.

Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в виде рулета. Аккуратно переложить его на смазанную сливочным маслом (30 г) сковороду, полить оставшимся растопленным сливочным маслом и посыпать тертым сыром или панировочными сухарями. Поставить подготовленный рулет в разогретую до 170° С духовку и запекать приблизительно



35–40 мин. Готовому рулету дать остыть, затем нарезать его ломтиками и уложить на блюдо.



Рулет из свинины с грибным соусом

750 г филе свинины, 100 г сала, 1 большой ломтик белого хлеба, 2 луковицы, 2 яйца, 20 г зелени петрушки и укропа, 1 ст. ложка муки, молоко, растительное масло, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для грибного соуса: 250 г свежих белых грибов или шампиньонов, 20 г сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1 стакан мясного бульона, 2 ст. ложки сметаны, зелень петрушки, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем пропустить через мясорубку мясо с салом и вымоченным в молоке и отжатым ломтиком белого хлеба. Добавить мелко нарезанный и поджаренный в растительном масле репчатый лук, 1 яйцо и 1 яичный желток, мелко нарезанную зелень петрушки и укропа. Посолить и поперчить по вкусу, все еще раз хорошо перемешать. Полученный фарш выложить пластом толщиной не более 1,5 см на влажной марле, посыпать мукой. Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в виде рулета. Посыпать его оставшейся мукой и аккуратно переложить в глубокую сковороду, смазанную растительным маслом.

Отдельно смешать оставшийся белок с 1 ч. ложкой растительного масла и небольшим количеством соли. Смазать этой смесью рулет, поставить его в разогретую до 170° С духовку и запекать в течение 30–35 мин.

Приготовить соус следующим образом. Вымыть грибы и нарезать мелкими ломтиками. Обжарить до золотистого цвета в разогретом сливочном масле. Слегка под-



жарить муку со сливочным маслом и развести мясным бульоном. Положить обжаренные грибы, посолить и добавить немного мелко нарезанной зелени петрушки. Тушить, время от времени помешивая и снимая накипь. Если соус слишком загустеет, разбавить мясным бульоном. Добавить сметану и дать закипеть на слабом огне, чтобы она не свернулась.

За 5 мин до готовности вынуть рулет из духовки, залить его грибным соусом и снова поставить в духовку. Когда соус закипит, вынуть готовый рулет из духовки. Перед подачей нарезать ломтиками.



Рулет из свинины с шампиньонами и зеленью

700 г свинины (мякоти), 2 ст. ложки растительного масла, 0,3 стакана мясного бульона или воды, тертый мускатный орех, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 200–250 г свежих шампиньонов, 40 г сливочного масла, 2 ст. ложки крошек белого хлеба, 2 ст. ложки мелко нарубленной петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой, обсушить и дважды пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Затем посолить, поперчить по вкусу и добавить тертый мускатный орех. Приготовленный фарш разложить на влажной марле в форме продолговатой лепешки толщиной около 1,5 см.

Шампиньоны вымыть, очистить, нарезать тонкими ломтиками, обжарить их в разогретом сливочном масле, посолить и поперчить по вкусу. Дать остыть. Затем смешать обжаренные грибы с крошками белого хлеба и измельченной зеленью петрушки. Выложить подготовленную начинку посередине лепешки и разровнять ровным слоем.



Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в виде рулета. Аккуратно переложить его на смазанную растительным маслом глубокую сковороду и обжарить с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета. Затем влить мясной бульон или воду, огонь уменьшить и тушить рулет до готовности (30–35 мин).



Рулет по-немецки

500 г мякоти свинины, 40 г сала, 2 ломтика черствого белого хлеба, 4–5 ст. ложек молока, 80 г свежих шампиньонов, 20 г сливочного масла, 10 г зелени петрушки, 4 ст. ложки мясного бульона (можно из бульонного кубика) или воды, растительное масло, молотые пшеничные сухари, тертый мускатный орех, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо хорошо вымыть холодной водой и обсушить. После этого дважды пропустить через мясорубку с мелкой решеткой вместе с салом и вымоченными в молоке и отжатыми ломтиками белого хлеба. Посолить, поперчить, добавить тертый мускатный орех и все хорошо перемешать. Полученный фарш выложить пластом толщиной 1,5 см на влажной марле.

Посередине лепешки положить очень мелко нарубленные, обжаренные в сливочном масле и охлажденные шампиньоны, смешанные с молотыми пшеничными сухарями. Посолить и поперчить по вкусу. Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в форме рулета.

В глубокой сковороде или толстостенной кастрюле

с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета. После этого влить бульон или воду, положить вымытую и обсушенную зелень петрушки, связанную пучком, и тушить до готовности (около 20–25 мин).



Рулет из свинины с яблоками

700 г свинины (мякоти), 0,3 стакана мясного бульона или воды, 2 ст. ложки растительного масла, 15 г зелени петрушки или кинзы, 1 ломтик белого хлеба, молоко, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 2–3 яблока, 1,5–2 ст. ложки майонеза, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем дважды пропустить через мясорубку с мелкой решеткой вместе с вымоченным в молоке и отжатым ломтиком белого хлеба. Посолить, поперчить по вкусу и все хорошо перемешать. Полученный фарш выложить пластом толщиной 1,5 см на влажной марле.

Приготовить начинку следующим образом. Яблоки вымыть, очистить от кожуры и сердцевины с семенами. Подготовленные яблоки нарезать маленькими кубиками, посолить, поперчить и заправить майонезом.

Выложить приготовленную начинку на пласт фарша. Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в форме рулета.

В глубокой сковороде или толстостенной кастрюле разогреть растительное масло и обжарить в нем рулет с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета. Поставить посуду с рулетом в разогретую до 170° С духовку, влить к нему мясной бульон или воду и запекать рулет до готовности (25–30 мин). За 5–7 мин до готовности поло-



жить к рулету вымытую и обсушенную зелень петрушки, связанную пучком.



Мясной рулет с зеленью и томатным соусом

По 450 г филе свинины и говядины, 2 ломтика подсушенного белого хлеба, 3 ст. ложки молока, 80 г сливочного масла, 3 яйца, по 30 г зелени сельдерея и петрушки, 2 ст. ложки белых панировочных сухарей, 1–2 ст. ложки воды, мускатный орех, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для соуса: 4 ст. ложки густого кетчупа (можно острого) или 2 ст. ложки томатной пасты, 4 ст. ложки мясного бульона или воды, 3 ст. ложки сметаны, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем дважды пропустить через мясорубку с мелкой решеткой вместе с вымоченными в молоке и отжатыми ломтиками хлеба. Добавить 1 яйцо, посолить, поперчить по вкусу и все хорошо перемешать. Полученный фарш выложить пластом толщиной 1,5 см на влажную марлю.

Приготовить начинку следующим образом. Сваренные вкрутую 2 яйца мелко нарубить, смешать с панировочными сухарями, измельченной зеленью петрушки и сельдерея, добавить тертый мускатный орех, посолить, поперчить по вкусу. Добавить в смесь растопленное и охлажденное сливочное масло (40 г) и все хорошо перемешать.

Выложить приготовленную начинку на пласт фарша, разгладить ножом. Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в форме рулета.

В глубокой сковороде или толстостенной кастрюле разогреть оставшееся сливочное масло и обжарить в нем рулет с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета.

50 Затем огонь уменьшить, влить к рулету смесь оставше-

гося от замачивания хлеба молоком и воды. Тушить рулет до готовности (примерно 25–30 мин).



Приготовить соус следующим образом. Развести в горячем бульоне кетчуп или томатную пасту, добавить сметану, посолить и все хорошо размешать. Поставить смесь на медленный огонь, довести ее до кипения и сразу же снять с огня. Перед самой подачей полить приготовленным соусом готовый рулет.



Рулет «Деревенский»

350 г говядины, 300 г свинины, 300 г баранины (или по 500 г говядины и свинины), 2 ломтика белого хлеба, 2 луковицы, 2 небольшие моркови, 2 сладких красных перца, 2–3 зубчика чеснока, 3 яйца, 1 ст. ложка растительного масла, 40 г сливочного масла, вода или мясной бульон, красный и черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем дважды пропустить через мясорубку с мелкой решеткой вместе с вымоченными в воде и отжатыми ломтиками хлеба. Добавить яйца, посолить, поперчить по вкусу, все хорошо перемешать. Полученный фарш выложить пластом толщиной 1,5 см на влажную марлю.

Приготовить овощную начинку следующим образом. Все овощи вымыть, очистить, мелко нарезать (морковь и лук можно измельчить на крупной терке) и обжарить в сковороде с разогретым растительным маслом с добавлением соли и красного молотого перца, перемешать и немного охладить.

Выложить приготовленную начинку на пласт фарша, разгладить ножом. Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в форме рулета.



В глубокой сковороде или толстостенной кастрюле разогреть сливочное масло и обжарить в нем рулет с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета. Поставить посуду с рулетом в разогретую до 170–180° С духовку, влить к нему немного воды или мясного бульона и запекать рулет до готовности (25–30 мин).



Рулет из свинины с орехами и изюмом

700 г свинины (мякоти), 2 ст. ложки растительного масла, 0,3 стакана мясного бульона или воды, 1 ломтик белого хлеба, молоко, тертый мускатный орех, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 100 г очищенных грецких орехов, 60 г черного изюма без косточек, 1,5 ст. ложки майонеза.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем дважды пропустить через мясорубку вместе с вымоченным в молоке и отжатым хлебом. Посолить, поперчить, добавить тертый мускатный орех, все перемешать. Полученный фарш выложить пластом толщиной 1,5 см на влажной марле.

Приготовить начинку следующим образом. Очищенные грецкие орехи мелко порубить. Изюм тщательно вымыть в теплой воде, откинуть на дуршлаг и обсушить. Смешать орехи с изюмом и заправить майонезом. Выложить приготовленную начинку на пласт фарша. Осторожно подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в форме рулета.

В глубокой сковороде или толстостенной кастрюле разогреть растительное масло и обжарить в нем рулет с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета. Затем

шить и тушить рулет до готовности (примерно 25–30 мин).



Рулет из свинины с омлетом

700 г свинины (мякоти), 1–2 ломтика подсушенного белого хлеба, 3–4 ст. ложки молока, 2 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для омлета: 3 яйца, 2 ст. ложки молока, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем дважды пропустить через мясорубку вместе с вымоченным в молоке и отжатым хлебом. Посолить, поперчить и все перемешать. Полученный фарш выложить на влажную марлю и разровнять его в пласт толщиной 1,5 см.

Приготовить омлет: взбить яйца с молоком в пену, посолить, еще немного взбить и поджарить на сковороде с разогретым маслом. Готовый омлет охладить и выложить на подготовленный фарш. Подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в форме рулета.

В глубокой сковороде разогреть растительное масло и обжарить в нем рулет с обеих сторон. Затем влить оставшееся от вымоченного хлеба молоко (или воду), уменьшить огонь и тушить рулет до готовности (25–30 мин).



Рулет из печени

500 г говяжьей печени, 200 г сливочного масла, 2 луковицы, 0,25 стакана сливок, 3 ст. ложки рас-



тительного масла, 1 лавровый лист, черный молотый перец, соль по вкусу.

Печень промыть, удалить пленки и протоки, нарезать на небольшие кусочки и обжарить в разогретом растительном масле на сильном огне. Затем огонь убавить, печень посолить, поперчить по вкусу и томить под крышкой до готовности (10–15 мин).

Готовую печень пропустить через мясорубку вместе с луком (его также можно предварительно обжарить). Прибавить к печеночному фаршу сливки и еще раз пропустить через мясорубку. Затем добавить к фаршу 100 г сливочного масла и хорошо взбить (при этом желательно использовать миксер). Получившуюся печеночную массу выложить на пищевую пленку слоем толщиной около 1 см и положить в холодильник.

Когда слой печени застынет, аккуратно намазать печень оставшимся размягченным сливочным маслом. С помощью пленки аккуратно свернуть печень рулетом и поместить в холодильник до полного застывания. Готовый рулет нарезать ломтиками.



Куриный рулет

1 кг куриного филе, 1–2 ломтика белого хлеба, 0,5 стакана молока, 5–6 яиц, 1–2 ст. ложки растительного масла, 40 г сливочного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Куриное мясо ополоснуть холодной водой, обсушить и пропустить вместе с размоченным в молоке и отжатым хлебом через мясорубку с мелкой решеткой. В полученный фарш вбить яйца, посолить, поперчить по вкусу

выложить пластом толщиной 1,5 см на влажной марле. Подтягивая марлю с одной стороны, свернуть пласт фарша с начинкой в форме рулета.



Аккуратно переложить подготовленный рулет в смазанную маслом глубокую сковороду или толстостенную кастрюлю, смазанную растительным маслом. Сверху полить растопленным сливочным маслом и поставить подготовленный рулет в разогретую до 170–180° С духовку. Запекать до появления румяной корочки (25–30 мин).

ЗРАЗЫ

Натуральные зразы



Зразы по-литовски

1,2 кг говядины, 40 г сливочного масла, 2 стакана мясного бульона, 1 стакан сметаны, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 1 луковица, 150 г свежих шампиньонов, 100 г молотых ржаных сухарей, 1,5–2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 20 г сливочного масла, 4 ст. ложки мясного бульона, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на тонкие зразы (порционные куски). Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу, выдержать 30 мин.

Приготовить начинку следующим образом. Лук очистить, вымыть, мелко нарубить, поджарить в сливочном масле до темно-золотистого цвета. Добавить к нему очищенные, вымытые и мелко нарубленные шампиньоны. Все прожарить 3–4 мин, затем всыпать молотые ржаные сухари. Жарить еще 3–4 мин, после чего развести бульоном, посолить, поперчить, добавить измельченную зелень петрушки и все перемешать. Готовой начинке дать остыть.

Положить приготовленную начинку на подготовленные куски мяса, свернуть каждый кусок тугим руле-



тиком, перевязать нитками и обсыпать мукой. Положить подготовленные зразы в глубокую огнеупорную посуду с хорошо разогретым сливочным маслом и обжаривать 10–15 мин. Затем подлить мясной бульон, добавить сметану и тушить все еще примерно 10–15 мин.



Зразы с солеными огурцами и луком

600 г говядины (вырезки), 400 г готового свиного фарша, 80–100 г сливочного масла, 2 луковицы, 2 соленых огурца, 2–3 ст. ложки мясного бульона или воды, 2 ст. ложки готовой горчицы, 15 г зелени петрушки, черный молотый перец и соль по вкусу.

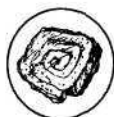
Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на тонкие зразы (порционные куски). Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу, дать полежать около 30 мин.

Каждый подготовленный кусок мяса смазать горчицей, затем положить на нее по несколько тонких ломтиков соленых огурцов, очищенный и мелко нарубленный лук (по желанию его можно предварительно обжарить в 20 г сливочного масла).

Покрывать начинку слоем готового свиного фарша, свернуть мясо с начинкой тугими рулетиками, завязать каждый рулетик ниткой или скрепить шпажкой.

Положить подготовленные зразы в глубокую огнеупорную посуду с разогретым сливочным маслом и обжаривать 10–15 мин со всех сторон до образования золотисто-коричневой корочки.

Затем подлить мясной бульон, положить вымытую, обсушенную и связанную пучком зелень петрушки,



уменьшить огонь и тушить все еще примерно 10–15 мин.



Зразы с сыром и луком

600 г говядины (вырезки), 80 г сливочного масла, 2–3 ст. ложки воды, черный молотый перец и соль по вкусу.

Для начинки: 2 средние луковицы, 250 г сыра, 1 ст. ложка майонеза, черный молотый перец по вкусу.

Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на тонкие зразы (порционные куски). Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу, дать полежать 30 мин.

Приготовить начинку следующим образом. Лук очистить, вымыть и очень мелко нарубить. Сыр измельчить на крупной терке. Смешать подготовленные лук и сыр, поперчить по вкусу и заправить майонезом.

На каждый подготовленный кусок мяса положить приготовленную начинку, разровнять ее ножом, свернуть мясо с начинкой тугим рулетиком. Заколоть приготовленные зразы зубочистками и положить их в глубокую огнеупорную посуду с разогретым сливочным маслом. Обжаривать в течение 10–15 мин со всех сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем подлить воду, уменьшить огонь и тушить все еще 10–15 мин.



Зразы с салом

600 г говядины (вырезки), 80 г сливочного масла, 2–3 ст. ложки мясного бульона или воды, черный молотый перец

58 *и соль по вкусу.*

Для начинки: 300 г сала, черный молотый перец, соль по вкусу.



Мясо обмыть холодной водой, обсушить и нарезать на тонкие зразы (порционные куски). Каждый кусок отбить, посолить и поперчить по вкусу.

Приготовить начинку следующим образом. Сало нарезать тонкими полосками длиной не более 2 см.

Нагреть сковороду без масла, выложить в нее сало и на сильном огне обжарить полоски сала до золотисто-коричневого цвета (жир должен вытопиться). Посолить и поперчить приготовленные шкварки, перемешать их и дать немного остыть.

На середину каждого подготовленного куска мяса положить немного шкварок, свернуть мясо с начинкой тугим рулетиком. Заколоть приготовленные зразы зубочистками и положить их в глубокую огнеупорную посуду с разогретым сливочным маслом.

Обжаривать в течение 10–15 мин со всех сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем подлить мясной бульон или воду, уменьшить огонь и тушить все еще 10–15 мин.

Рубленые зразы



Зразы по-домашнему

1,2 кг говядины (вырезки), 0,3 стакана молока или сливок, 3 ст. ложки растительного масла, 40 г сливочного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 2 луковицы, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.



Приготовить начинку. Для этого очистить лук, промыть его холодной водой, обсушить и очень мелко нарубить. Затем положить его в сковороду с разогретым сливочным маслом и хорошо подрумянить. Посолить по вкусу, перемешать и немного охладить.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем дважды пропустить через мясорубку с частой решеткой, посолить, поперчить по вкусу. Готовый фарш развести молоком или сливками, хорошо вымешать и разделить на небольшие части. Сформовать из них плоские лепешки толщиной 1 см. На середину каждой лепешки положить немного начинки, аккуратно соединить края и защипать их, придавая изделиям круглую форму.

В сковороде разогреть растительное масло и положить в него подготовленные зразы. Обжарить их со всех сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем снять с плиты и поставить в разогретую до 160° С духовку. Запекать до готовности (15–20 мин). При подаче полить растопленным сливочным маслом.



Зразы с хреном

1 кг говядины (мякоти), 1–2 ломтика белого хлеба, 4 ст. ложки молока, 2 крупные луковицы, 3 ст. ложки растительного масла, 30–40 г сливочного масла, белые панировочные сухари, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 2 стакана тертого корня хрена, 3 ст. ложки майонеза, соль по вкусу.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем пропустить через мясорубку с частой решеткой вместе с очищенным луком и вымоченным в молоке и отжатым

перемешать и вновь пропустить через мясорубку. Затем массу хорошо взбить, разделить на небольшие части и сформовать из них лепешки толщиной около 1–1,5 см.



Приготовить начинку: тертый хрен смешать с майонезом, посолить и хорошо вымешать массу.

На середину каждой лепешки положить немного приготовленной начинки. Края лепешек осторожное соединить и защипать, придавая изделиям овальную форму. Запанировать подготовленные зразы в сухарях. В сковороде разогреть растительное масло и положить в него подготовленные зразы. Обжарить их со всех сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем огонь уменьшить, влить к зразам немного воды или оставшегося от вымоченного хлеба молока и довести изделия до готовности (15–20 мин). Готовые зразы полить растопленным сливочным маслом.



Зразы по-польски

1,5 кг говядины, 1–2 ломтика подсушенного белого хлеба, 4–5 ст. ложек молока, 0,75 стакана грибного отвара, 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. ложка сметаны, 1 лавровый лист, черный молотый перец, соль по вкусу.

Для начинки: 2 луковицы, 2 яйца, 8 крупных свежих шампиньонов, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Приготовить начинку следующим образом. Лук очистить, вымыть и очень мелко нарезать. Положить его в сковороду с разогретым сливочным маслом и хорошо подрумянить, затем немного охладить. Шампиньоны очистить, вымыть, сварить в подсоленной воде, затем откинуть на дуршлаг, охладить и мелко нарубить. Смешать грибы с



обжаренным луком. Сварить вкрутую яйца, охладить, очистить их и мелко нарубить. Затем смешать их с обжаренным луком и грибами.

Начинку поперчить и посолить по вкусу и снова хорошо перемешать.

Мясо вымыть холодной водой и обсушить. Затем пропустить через мясорубку с частой решеткой вместе с вымоченным в молоке и отжатым хлебом. Посолить, поперчить по вкусу и все хорошо перемешать. Приготовленный фарш разделить на небольшие части и сформовать из них лепешки толщиной около 1–1,5 см.

В сковороде разогреть растительное масло и положить в него подготовленные зразы. Обжарить их со всех сторон до образования золотисто-коричневой корочки. Затем переложить их в глубокую огнеупорную посуду, влить грибной отвар, добавить лавровый лист, очищенную и разрезанную на четвертинки луковицу, очищенную и нарезанную кружочками морковь. Поставить зразы в разогретую до 160–170° С духовку. Запекать до готовности (15–20 мин). За 5–7 мин до готовности положить к зразам сметану.

СОДЕРЖАНИЕ



<i>Предисловие</i>	3
БИФСШТЕКСЫ	7
Натуральные бифштексы	7
Рубленные бифштексы	19
РУЛЕТЫ	24
Натуральные рулеты	24
Рубленные рулеты	36
ЗРАЗЫ	56
Натуральные зразы	56
Рубленные зразы	59

БИФШТЕКСЫ, РУЛЕТЫ, ЗРАЗЫ

Художественный редактор А. Г. Лютиков

Технический редактор К. В. Силаева

Редактор К. К. Алексеев

Корректор И. Г. Иванова

Художник А. Ю. Котова

ООО «Издательство «Терция»

198013, Санкт-Петербург, ул. Можайская, д. 18, оф. 3

e-mail: tercia@peterstar.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» и товарами «Эксмо-канц»:

ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,

Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.

E-mail: reception@eksmo-sale.ru

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:

В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.

Тел. отдела реализации (812) 265-44-80/81/82.

В Нижнем Новгороде: ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3.

Тел. (8312) 72-36-70.

В Казани: ООО «Н КП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (8435) 70-40-45/46.

В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70.

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: Торговое Представительство ООО ДЦ «Эксмо-Украина»,

ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс: (032) 245-00-19.

Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:

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.

Полный ассортимент продукции издательства «Эксмо»:

В Москве в сети магазинов «Новый книжный»:

Центральный магазин — Москва, Сухареvская пл., 12. Тел.: 937-85-81, 780-58-81.

Подписано в печать 28.08.2006

Формат 70x100 1/32. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,58

Доп. тираж 7 000 экз. Заказ № 4676

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