



ФАРШИРОВАННЫЕ БЛЮДА И БЛЮДА ИЗ ФАРША

Котлеты · Биточки · Зразы · Голубцы
Долма · Манты · Хинкали



УДК 641.5
ББК 36.997
В 19

Серия «Полезная книга»
Основана в 2011 году

Васильева Я. В.

В 19 Фаршированные блюда и блюда из фарша. Котлеты. Биточки. Зразы. Голубцы. Долма. Манты. Хинкали. — Х.: Аргумент Принт, 2013. — 256 с. — (Полезная книга).

ISBN 978-617-594-498-1

ISBN 978-617-594-265-9 (серия)

Фаршированные блюда по праву занимают почетное место на праздничном и повседневном столе. В нашей книге Вы найдете рецепты котлет и голубцов, вареников и хинкали, биточков и зраз, пельменей и мантов, беяшей и чебуреков с разными начинками. Готовьте, экспериментируйте, и приготовленные Вами фаршированные блюда станут вкусным украшением любого стола.

УДК 641.5
ББК 36.997

ISBN 978-617-594-498-1
ISBN 978-617-594-265-9 (серия)

© Я. В. Васильева, текст, 2013
© ООО «Издательство
«Аргумент Принт», 2013

ВВЕДЕНИЕ

В кухнях практически всех стран мира есть интересные блюда из фарша: мясного, рыбного или овощного.

В украинской кухне мясной фарш занимает почетное, если не главное, место. Из него множество блюд готовятся просто и быстро, и практически всегда получаются очень-очень вкусными. Профессиональные повара часто говорят, что если бы на свете не было хлеба, то можно было бы совершенно справедливо заявить, что фарш — всему голова. А в домашней кулинарии так точно!

Фаршировка (по-французски *farcir*) заключается в начинке специально для этой цели приготовленной массой внутренностей птицы, рыбы, кролика, различных частей мясной туши (например, лопатки или грудинки), овощей, фруктов, яиц. Начинку для мясных блюд обычно прокручивают в мясорубке, реже измельчают ножом и соответствующим образом приправляют. Чаще всего фарш готовят из мяса или потрохов с добавлением яиц, наполнителей (намоченной и отжатой булки, рисовой или гречневой каши, муки), масла и пряных приправ. Фарш также можно готовить из грибов, рыбы, сыра, творога, овощей и фруктов.

Значительную часть фаршированных блюд составляют изделия из теста с начинкой, т. е. вареники, пельмени, манты, беяши, чебуреки. Для их начинки используют мясо, в которое можно добавлять овощи, грибы и каши. Мясо одного вида или разных отваривают, после чего, как и ветчину, мелко режут или пропускают через мясорубку, добавляют по вкусу соль, пряности, подрумяненный в масле или сырой репчатый лук, зеленую петрушку, зеленый лук или укроп. Для пышности начинки в нее кладут немного намоченной и отжатой булки, яйца, картофельную муку, вареный картофель или капусту.

Изделия из теста с начинкой иногда варят (вареники, пельмени и др.), а иногда жарят (беяши, чебуреки). Содержание витаминов в таких блюдах не очень высокое, но при этом изделия по-



Фаршированные блюда



лучаются очень вкусными. С ними можно подавать посыпанный зеленью картофель, разнообразные сырые и вареные овощи. Вареники перед подачей на стол можно полить жиром, соусом или сметаной, а также украсить кусочками сырых овощей и мелко порезанной зеленью.

В нашей книге собрано множество интересных рецептов таких блюд из фарша, как котлеты, биточки, зразы, голубцы, пельмени, беляши, чебуреки и др. Эти рецепты помогут Вам в полной мере овладеть секретами приготовления фаршированных блюд — от простых до самых затейливых.

Не бойтесь задействовать свои кулинарные способности, свою фантазию и творчество, и поверьте, что вы не только разнообразите свое семейное меню, но и найдете рецепты, которые впоследствии станут вашими индивидуальными и оригинальными блюдами не только к повседневному, но и к праздничному столу.

Приятного Вам аппетита!

ВАРЕНИКИ

Вареники — это славянское блюдо, которое более всего распространенное в виде отварных изделий из пресного теста с начинкой из рубленого мяса, овощей, грибов, фруктов и ягод, творога.

С варениками сходны пельмени (ушки, пермени, манты), а также множество блюд традиционной китайской кухни.

Основное отличие этих блюд в начинках и внешней форме. Итальянские равиоли представляют собой маленькие вареники с телятиной и готовятся из того же теста, что и лапша, применяемая в обыкновенных и молочных супах, однако мясо в них добавляется вареное.

Тесто для вареников делается из пшеничной муки и может быть постным, дрожжевым, на кефире. Оно раскатывается в тонкий слой, из которого нарезаются круглые, косоугольные или квадратные куски и в них заворачивают начинку (в качестве которой используют вареное мясо, тушеную капусту, вареный картофель, творог; или свежие ягоды: вишню, чернику, клубнику). Далее края теста защипывают, кладут в кипящую воду (либо готовят на пару) и варят до тех пор, пока они не всплывут (и плюс еще минуту-две, в зависимости от их размеров). Вареники с мясом после варки также можно обжарить на масле.

«Ленивыми» называются вареники без начинки (название обусловлено отсутствием лепки), обычно со сладкой подливой, а также вареник размером в сковороду (слой теста — слой творога — слой теста). Такой вареник перед подачей к столу нарезается квадратиками или ромбиками.

Подаются вареники горячими со сметаной и/или сливочным маслом. Те, что со сметаной, часто посыпают сахаром или поливают вареньем.

Вареники с картофелем принято подавать с жареным луком.





Тесто для вареников яичное

*Пшеничная (или смесь пшеничной и гречневой)
мука — 3 стакана, вода — $\frac{1}{2}$ или $\frac{3}{4}$ стакана,
яйцо — 2—3 шт., соль — $\frac{1}{2}$ ч. ложки.*

Муку просеять в миску, сделать в ней воронку. Яйца размешать с подсоленной водой и вылить в воронку. Осторожно подгребая муку со стенок воронки, замесить тесто средней густоты. Затем выложить его на хорошо посыпанную мукой разделочную доску, еще раз тщательно обмять, прикрыть полотенцем или опрокинутой миской и дать созреть около получаса. Получившееся эластичное тесто разделить на части и использовать для приготовления лепешек для вареников. Не используемое для разделки тесто держать накрытым, чтобы оно не заветривалось.

Тесто для вареников простое

*Пшеничная мука (лучше крупного помола) — 2 стакана,
гречневая мука — $\frac{1}{2}$ стакана, вода — 1 стакан, соль — $\frac{1}{2}$ ч. ложки.*

Смешать вместе пшеничную и гречневую муку, вливая понемногу очень холодную подсоленную воду и замесить гладкое, не прилипающее к рукам тесто. Переложить тесто на посыпанную мукой разделочную доску и сразу разделять вареники.

Тесто для вареников с творогом

*Пшеничная мука — 2,5 стакана, яйцо — 2 шт.,
вода — $\frac{1}{2}$ стакана, щепотка соли.*

Просеять муку в миску, сделать в ней воронку, вбить яйца, добавить соль и влить очень холодную (можно с кубиками льда) воду. Замесить эластичное тесто и сразу разделять из него вареники с творогом.





Тесто для вареников заварное

*Мука — 2,5 стакана, яйцо — 2 шт.,
вода — 1,5 стакана, соль — $\frac{2}{3}$ ч. ложки.*

Половину нормы воды довести до кипения, дать слегка остыть и влить в просеянную муку, быстро перемешать и, не давая остыть, добавить яйца, размешанные с оставшейся (комнатной температуры) водой и солью. Тесто хорошо вымешать и дать созреть около 30 минут, прикрыв его полотенцем. Отделить для разделки половину теста, оставшееся тесто держать под полотенцем.

Вареники с вишнями

*Пшеничная мука — 3 стакана, холодная вода — $\frac{2}{3}$ стакана,
яйцо — 3 шт., соль — по вкусу.*

*Для начинки: вишня свежая или замороженная
(с косточками) — 1 кг, сахар — 1 стакан.*

Вишню промыть, удалить косточки (но не выбрасывать их), засыпать сахаром и оставить на 3—4 часа для выделения сока. Замесить тесто средней густоты, смешав все ингредиенты. Слить с вишни образовавшийся сок — ягоды готовы для начинки. Раскатать тесто в пласт толщиной 1,5—2 мм, нарезать на квадраты 5х5 см. Каждый квадратик слегка смазать разболтанным яйцом, положить вишни (немного, иначе тесто будет прорываться), сложить готовый вареник треугольником и защипать. Края не должны быть толстыми, т.к. это значительно ухудшит вкус. Опускать вареники в большое количество кипящей подсоленной воды. Готовые вареники всплывают. Вынуть их шумовкой и полить разогретым сливочным маслом. Отдельно к вареникам подать сладкий сироп, отварив вишневые косточки в небольшом количестве воды, добавив слитый с вишен сок и сахар по вкусу.





Тесто для вареников с фруктами

*Пшеничная мука — 2 стакана, яйцо — 2 шт.,
молоко или вода — $\frac{1}{2}$ стакана, сливочное масло — 1 ст. ложка,
сахар — 1 ст. ложка, щепотка соли.*

Яйца растереть с размягченным маслом, сахаром и солью, добавить молоко или холодную воду. Влить всю смесь в подготовленную из просеянной муки воронку и замесить более крутое, чем для обычных вареников, тесто. Дать ему созреть 15—20 минут, разделить заготовки для вареников, раскатав пласт теста немного толще, чем для обычных вареников. Следить, чтобы раскатанное тесто не засыхало, особенно по краям подготовленных для разделки вареников заготовок. Если края все же подсохли, смочить их взбитым белком.

Вареники с яблоками

*Для теста: пшеничная мука — 3 стакана,
вода холодная — $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ стакана,
яйцо — 2 шт., соль — $\frac{1}{2}$ ч. ложки,
Для начинки: яблоки — 1 кг, сахар — $\frac{3}{4}$ стакана.*

Для начинки спелые мягкие яблоки очистить от кожицы, семечек и сердцевины, нарезать соломкой, пересыпать сахаром, дать постоять 15 минут.

Для приготовления теста смешать все продукты по рецепту и замесить тесто средней густоты (чтобы его удобно было раскатывать в пласт толщиной 1—1,5 мм). Нарезать пласт квадратами размером 5х5 см, на середину каждого квадрата положить чайную ложку начинки. Сложить в виде треугольников, защипать края и отваривать в большом количестве кипящей подсоленной воды (1 чайная ложка на 3 стакана воды), пока они не всплывут. Готовые вареники вынуть, переложить в кастрюлю, полить растопленным сливочным маслом, при подаче полить медом.





Вареники с творогом старорусские

*Для начинки: творог — 600 г,
густая сметана — 2—3 ст. ложки, сахар — по вкусу.*

*Для запекания: сметана — 1 стакан,
тесто для вареников с творогом.*

Тщательно отпрессованный сухой творог протереть через металлическое сито, добавить сметану и приправить по вкусу сахаром. Всю массу тщательно перемешать и растереть.

Приготовить тесто (лучше из картофельной муки), разделить круглые заготовки для вареников, начинить творожным фаршем, слепить вареники, защипав края, и отварить их в подсоленном кипятке около 10 минут. Готовые вареники вынуть шумовкой, отцедить остатки воды, переложить на жаростойкое блюдо, залить 2 стаканами сметаны и поставить в горячую духовку, чтобы вареники хорошо подрумянились.

Вареники с черешней

*Мука пшеничная — 2 стакана, яйцо — 1 шт.,
вода — $\frac{3}{4}$ стакана, щепотка соли,
масло сливочное — 1—2 ст. ложки.*

*Для начинки: черешня — 800 г, сахар — $\frac{1}{2}$ стакана,
картофельная мука — 3 ст. ложки, сметана — 200 г.*

Для сока: черешня — 200 г, сахар — 1 стакан, вода — 1 стакан.

Черешню очистить от косточек, пересыпать сахаром, картофельной мукой и положить в дуршлаг, чтобы стекал сок. Черешню посыпают картофельной мукой для того, чтобы ягоды не были очень мокрыми и не разрывали тесто при варке. Замесить тесто из воды, яйца, муки, масла и соли. Хорошо промесив его на доске, накрыть горячей кастрюлей и дать ему постоять примерно 10 минут, затем разрезать на 3 части, раскатать каждую в колбаску толщиной в палец, порезать на кусочки такой же толщины и из каждого кусочка сформовать на доске, посыпанной мукой, тонкие (около 2—2,5 мм) лепешки.





Чтобы вареники были нежными, нужно делать их небольшими, так как иначе они не проварятся. Тесто надо раскатать в тонкий пласт, а чтобы оно было более эластичным, его кладут на некоторое время под горячую кастрюлю. Положить на каждую лепешку по 3—4 ягоды, склеить вареники защипами или вилкой, прижимая края так, чтобы они получились надрезанными, как бахрома.

Сварить вареники в подсоленном кипятке (не надо закладывать в кипящую воду много вареников сразу), готовность их легко определить по тому, что они легко всплывают на поверхность воды, процедить, сложить в блюдо и залить черешневым соком.

Подавать холодными со сметаной.

Для приготовления сока очищенную черешню истолочь в ступке, перемешать с водой и хорошо отжать через полотняный мешочек. В отжатый сок добавить сахар и прокипятить смесь.

Вареники с творогом

Творог — 600 г, сметана — 2—3 ст. ложки, яйца или желтки — 2—3 шт., сахар или соль — по вкусу, тесто для вареников с творогом.

Для начинки свежий творог тщательно отжать, завернув его в марлю и положив на 3—4 часа под тяжелый пресс. Готовый творог смешать с остальными продуктами, по вкусу посолить и всю массу тщательно вымешать.

Приготовить тесто для вареников с творогом, разделить круглые лепешечки. Положить на один край кружочка теста ложку подготовленной начинки, всыпать $\frac{1}{2}$ ч. ложки сахара и хорошо слепить (защипнуть) края вареника.

Сделанные вареники сразу же опускать в кипящую подсоленную воду и варить 3—7 минут. Всплывшие вареники переложить шумовкой, отцеживая остатки воды, в сотейник с подогретым маслом. Вареники не перемешивать, а слегка встряхнуть, чтобы не слиплись.





К столу подать очень горячими со сметаной. Если в начинку вареников не добавлялся сахар, посыпать им сверху политые сметаной вареники. Такие вареники можно посыпать сахарной пудрой, смешанной по вкусу с молотой корицей, и полить сметаной или растопленным маслом.

Вареники с картошкой и баклажанами

Картофель — сколько уйдет, соль — по вкусу, асафетида — по вкусу, вода — сколько уйдет, баклажан — сколько уйдет, мука — сколько уйдет, куркума — по вкусу, масло растительное.

Отварить картофель и потолочь, добавить куркуму, асафетиду. Баклажаны промыть и неочищенными нарезать мелкими кубиками, засыпать солью и поставить под гнет, чтобы стекла горечь. Затем слить образовавшуюся жидкость и поджарить баклажаны на растительном масле. Готовые баклажаны смешать с картофелем и специями. Замесить тесто из воды, муки и соли, раскатать и лепить как обычные вареники.

Вареники с картофелем и творогом

Тесто для вареников простое (лучше с добавлением яйца), картофель — 4 клубня, творог — 200 г, лук репчатый — 1 луковица, масло сливочное — 1 ст. ложка, масло растительное — 2 ст. ложки, зелень укропа или петрушки — по вкусу, соль, черный молотый перец — по вкусу, сметана.

Очищенный картофель отварить в подсоленной воде, горячим размять, прибавив сливочное масло, или протереть через сито, посолить, поперчить по вкусу. Мелко нарезать луковицу и обжарить до золотистого цвета в небольшом количестве растительного масла. Смешать поджаренный лук (вместе с маслом) с горячим подготовленным картофелем, тщательно размешивая





всю массу начинки. Затем творог смешать с горячим картофельным пюре в равных количествах. Добавить по вкусу рубленую зелень. При желании начинка может быть и сладкой.

Приготовить простое тесто для вареников, разделить на лепешки, положив в каждую по ложке начинки, отварить в подсоленном кипятке. Подать готовые вареники очень горячими с горячим сливочным маслом, смешанным со сметаной.

Вареники с картошкой и грибами

*Сахар — 1 ст. ложка, уксус — 1 ст. ложка,
растительное масло — 1 ст. ложка, дрожжи — 50 г,
сода — 0,5 ч. ложки, кефир — 0,5 л, соль, мука, картошка, грибы.*

Замесить тесто, оставить — пусть подойдет. Отварить картошку, поджарить грибы и смешать. Когда тесто подойдет, лепить вареники и варить их на пару.

Вареники староукраинские

Мука пшеничная — 1 стакан, яйцо — 1 шт., немного воды и сливочного масла (по вкусу), кислая капуста (шинкованная) — 100—150 г, масло подсолнечное — 3 ст. ложки, лук репчатый — 1 луковица, соль, мускатный орех, перец — по вкусу.

Перебрать шинкованную кислую капусту, сложить в большую кастрюлю, залить водой, поставить на плиту и сварить до мягкости. Когда будет готово, вылить на дуршлаг и остудить, а потом запассеровать на подсолнечном масле мелко нашинкованный лук, сложить сваренную и отжатую досуха капусту, размешать, положить соль, перец и мускатный орех. Приготовить тесто, смешав все ингредиенты, раскатать тонко и, вырезав выемкой умеренной величины кружочки, положить на каждый капусту, сложить края теста вместе и залепить. Затем вареники сложить на посыпанное мукой сито и покрыть салфеткой, за 10 минут до подачи опустить





в соленый кипяток и, когда вареники всплывут наверх, выбрать дуршлагом, полить маслом. По вкусу можно добавить обжаренный на растительном масле мелко нашинкованный лук.

Вареники с картошкой и капустой

*Мука — 300 г, вода — 100 г, картофель — 2—3 шт.,
капуста нашинкованная — 1,5 стакана, соль — по вкусу,
перец — по вкусу, лук репчатый, сало, чеснок, зелень.*

Для начинки сварить картофель, обжарить и тушить под крышкой капусту.

Далее картофель размять в пюре, добавить капусту, посолить, поперчить.

Тесто: в муке сделать воронку, посолить, влить воду и замесить крутое тесто; положить на тарелку, накрыть полотенцем, и дать отдохнуть 30 минут. Далее раскатать тесто в пласт толщиной 1 мм. Формой вырезать кружки, взять один из них в руку, положить на него начинку и закрыть (кто как умеет).

Отварить вареники в подсоленной воде 7 минут. Заранее приготовить обжаренный с салом лук. Вареники с картошкой и капустой выложить в глубокую емкость, засыпать луком с салом, перемешать. Выложить порцию вареников с картошкой и капустой на тарелку и посыпать рубленым чесноком с зеленью.

Вареники со сливами

*Для теста: мука — 2,5 стакана, яйцо — 1 шт.,
соль — $\frac{1}{2}$ ч. ложки, вода — $\frac{1}{4}$ стакана.*

Для начинки: сливы — 700 г, сахар — $\frac{1}{2}$ стакана.

$\frac{1}{10}$ часть муки заварить $\frac{1}{3}$ частью кипятка от общего количества воды. Заваренную муку перемешать, добавить остаток муки и оставшуюся воду, охлажденную до комнатной температуры.





Добавить яйцо, соль и замесить тесто так, чтобы оно было однородным и эластичным. Дать тесту постоять 40 минут.

Сливы перебрать, промыть, удалить косточки, мелко нарезать, положить в посуду, засыпать сахаром, дать постоять 30 минут и отцедить сок. Из теста и ягод приготовить вареники и отварить до готовности. При подаче на стол вареники полить отцеженным сливовым соком.

Вареники с картофелем и шкварками

*Тесто (для вареников простое), картофель — 600 г,
жир (птицы) — 200 г, лук репчатый — 240 г.*

Отварить картофель, пропустить через мясорубку, посолить, поперчить. Жир утки или гуся порезать мелкими кубиками, обжарить с луком, чтобы получились шкварки, и хорошо вымесить.

Подавать вареники с растопленным маслом и рубленой зеленью.

Вареники с квашеной капустой

*Мука пшеничная — 350 г, яйцо — 1 шт., жир свиной
топленый — для теста и начинки, капуста квашеная — 400 г,
лук репчатый (для начинки и для подачи) — 2 шт.,
перец (молотый), соль (для теста и начинки) — по вкусу,
бекон для подачи — 100 г, лук зеленый — по вкусу.*

Из муки, яйца, 2 столовых ложек топленого жира, соли и 125 г воды замесить крутое тесто. Хорошо вымесить, завернуть во влажную салфетку и выдержать 1 час.

Мелко нарезать репчатый лук, обжарить до золотистого цвета в топленом жире, добавить капусту (если капуста крупно нашинкована, порубить ее) и тушить при закрытой крышке до размягчения. Поперчить, посолить.





Тесто очень тонко раскатать, нарезать кружочками диаметром 5 см, края слегка смочить водой. В середину каждого кружочка положить начинку. Края соединить и плотно сжать. Варить вареники в большом количестве подсоленной воды 5—6 минут, пока они не всплывут на поверхность.

Бекон мелко нарезать, обжарить, добавить рубленый репчатый лук и обжарить еще несколько минут.

Выложить вареники шумовкой на тарелку. Полить сверху жиром вместе с беконом и луком, посыпать измельченным зеленым луком.

Вареники с фасолью и грибами

*Мука пшеничная — 3 стакана, вода — 500 г, яйцо — 2 шт.,
соль для (теста и начинки) — $\frac{1}{2}$ ч. ложки, фасоль — 1 стакан,
сало топленое — 3 ст. ложки, лук репчатый — 3 шт.,
грибы (сушеные) — 100 г, перец красный (молотый) — по вкусу,
масло сливочное — 80 г, сметана — 200 г.*

Грибы замочить в холодной воде на 3—4 часа. Воду процедить, грибы промыть и сварить в этой же воде. Фасоль замочить на 5—6 часов в холодной воде, затем сварить и протереть через сито.

Лук мелко нарезать, обжарить на сале до золотистого цвета, добавить нарезанные грибы и обжарить все вместе.

Из муки, воды, яиц и соли замесить тесто. Раскатать его в пласт толщиной 1 мм и нарезать квадратами 5х5 см.

Для начинки соединить пюре из фасоли, лук с грибами, соль и перец, хорошо размешать.

На квадратики теста разложить начинку, соединить противоположные углы и защипать края.

Вареники опустить в кипящую подсоленную воду и варить 8—10 минут. Готовые вареники всплывут на поверхность, после этого вынуть их шумовкой и заправить растопленным маслом. Отдельно подать сметану.





Вареники из кукурузной муки

*Кукурузная мука — 600 г, китайский зеленый салат — 1 кг,
зеленый лук — 50 г, растительное масло — 2 ст. ложки,
соевый соус — 1,5 ст. ложки, чеснок — 3—4 зубчика,
соль — щепотка, красный перец (молотый) — по вкусу*

Свежий китайский зеленый салат мелко нарезать, замочить в холодной воде для удаления горечи. Затем поджарить его на растительном масле, заправить соевым соусом, чесноком, молотым красным перцем, зеленым луком, посолить.

Из кукурузной муки замесить с помощью кипятка тесто. Тесто должно быть крутым, иначе вареники потрескаются. Тесто раскатать толщиной 3—4 мм, нарезать на четырехугольники. Положить начинку, сверху положить еще 1 пласт теста, защипать края.

Варить в пароварке на сильном огне после закипания воды в течение 10 мин. Вареники смазать растительным маслом и полить соевым соусом.

Вареники с гречневой кашей

Для теста: мука — 300 г,

яйцо — 1 шт., соль — по вкусу.

Для фарша: крупа гречневая — 150 г,

сало шпик — 50 г, лук репчатый — 50 г.

Для поливки: сало шпик — 50 г, лук репчатый — 50 г.

В просеянную пшеничную муку влить подогретую до 30—35 °С воду, ввести яйца, соль и замесить тесто однородной густой консистенции. Дать тесту полежать 30—40 минут, затем раскатать в пласт толщиной 1,5—2 мм, вырезать кружочки, положить на них фарш и сформовать вареники.

Для фарша подготовленную гречневую крупу засыпать в подсоленный кипяток и варить 25—30 минут.

В готовую кашу положить мелко нарезанный репчатый лук, жареное сало шпик, нарезанное кубиками, и перемешать.





При подаче вареники посыпать мелко нарезанным репчатым луком, обжаренным вместе с салом шпиком.

Вареники с печенью и салом

*Печень говяжья — 1,2 кг, сало свиное — 200 г,
лук репчатый — 150 г, соль, перец черный (молотый) — по вкусу,
масло сливочное — 40 г.*

Печень очистить от пленок, отварить, пропустить через мясорубку вместе с отваренным свиным салом, добавить мелко рубленный пассерованный репчатый лук, соль, черный молотый перец и хорошо вымешать.

Приготовить и сварить вареники. При подаче на стол полить вареники растопленным сливочным маслом.

Вареники с сушеными грибами и рисом

*Для начинки: грибы сушеные — 150 г, рис — 100 г,
масло сливочное — 100 г, лук репчатый (большой) — 1 шт.,
перец черный (молотый), соль — по вкусу.*

*Для соуса: лук репчатый — 1 шт.,
масло растительное — 50 г, мука — 1 ст. ложка*

Замесить тесто для вареников. Грибы отварить до готовности, промыть, мелко нарезать. Грибной отвар процедить. Репчатый лук мелко порезать и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета, добавить грибы, соль, перец, хорошо перемешать. Рис промыть, отварить до готовности, смешать с грибами и луком.

Сформовать вареники и отварить. При подаче полить соусом, который готовится следующим образом: мелко нарезать репчатый лук, обжарить на растительном масле до золотистого цвета, всыпать муку, размешать и, помешивая, влить грибной отвар, проварить.





Вареники творожные из дрожжевого теста в горшочках

*Для теста: мука — 200 г, яйцо (желток) — 1 шт.,
дрожжи — 10 г, сахар — 20 г, вода (теплая) — 100 г.*

Для начинки: творог — 300 г, яйцо — 1 шт., сахар — 20 г.

*Прослойка: творог — 200 г, яйцо (желток) — 1 шт., сметана —
100 г, сливочное масло — 20 г, сахар — 20 г, соль — по вкусу.*

Замесить дрожжевое тесто. Раскатать в пласт, нарезать квадратами 7х7 см (или раскатать лепешки, зависит от того, каким способом вы разделяете вареники). Слепить вареники с творожной начинкой, отварить в подсоленной воде до готовности. Готовые вареники откинуть на дуршлаг, чтобы стекла жидкость, потом перемешать с творогом, сложить в горшочки.

Вареники с творогом паровые

*Кефир — $\frac{1}{2}$ стакана, соль — щепотка,
сода — $\frac{1}{2}$ чайной ложки, мука, творог для начинки.*

В кефир бросить соль и соду, дать соде перешипеть, после всыпать муку, сколько возьмет и вымешать тесто. Раскатать тесто в пласт толщиной в пол сантиметра или потолще, если любите побольше теста, вырезать кружочки, положить начинку, слепить вареники.

Готовить их на пару минут 5.

Подавать с маслом, сметаной.

Вареники на пару

*Кефир или кислое молоко — 0,5 литра, соль — щепотка,
сода — щепотка, мука — сколько возьмет тесто.*

Насыпать в миску муки 1 кг, добавить $\frac{1}{2}$ чайной ложки соды, $\frac{1}{2}$ чайной ложки соли, затем постепенно вливать кефир или кислое





молоко и начинать месить. Тесто должно быть крутое, вымешивать долго. Как узнать когда тесто готово: нужно ножом разрезать тесто пополам, на тесте должны быть пузырьки.

Лепить вареники с любой начинкой. Готовить на паровой бане 7 минут. Вареники получаются пушистые и очень вкусные.

Ленивые вареники

*Яйца — 1 шт., творог — 200 г, сахар — по вкусу,
ванилин, соль — щепотка, мука — 4 ст. ложки.*

Если у вас творог зернистый, протереть его через сито, смешать его с яйцом, сахаром, ванилином и мукой. Стол припорошить мукой и вымесить тесто, чтобы оно не прилипало к рукам, затем сформировать колбаски, нарезать их на небольшие кусочки и варить в кипящей воде минут 7.

Готовые вареники заправить на свой вкус: масло, сметана, варенье, джем.

Ленивые вареники с творогом

*Творог — 600 г, сахар-песок — 100 г,
яйцо куриное — 2 шт., соль — $\frac{1}{2}$ ч. ложки,
манная крупа — 100 г, мука пшеничная — примерно 150 г.*

Творог растереть с сахаром и яйцами. Добавить также немного соли. Добавить манку, перемешать. Можно делать вареники и только с мукой, но манная крупа делает консистенцию более нежной и менее вязкой. Добавить муку, еще раз перемешать.

Тесто должно получиться таким, чтобы из него можно было сделать колбаску, но только на хорошо посыпанной мукой поверхности. Если переборщить с мукой, то вареники будут слишком плотными.

На посыпанной мукой поверхности сделать колбаску толщиной 4—5 см в диаметре и отрезать от нее небольшие кусочки.





Получающиеся вареники разложить на доске, посыпанной мукой, чтобы они не слипались между собой. В таком состоянии их можно заморозить, а потом сложить в пакет на будущее.

Последним шагом является варка вареников. Для этого в большой кастрюле вскипятить воду и опустить туда вареники небольшими порциями. Когда они всплывут — их можно вынимать и раскладывать по тарелкам.

К вареникам можно сделать такой соус: влить сметану в гущенное молоко и тщательно перемешать.

Ленивые вареники с вишней

Ингредиенты для теста: 250 г творога, 1 яйцо, 2-4 ст. л. сахара, 1/2 стакана муки + 1/4-1/2 стакана муки для посыпки стола.

Для начинки: 15-20 вишен, 5-7 ч. л. сахара.

Смешать творог, яйцо и сахар. Добавить столько муки, чтобы получился комоч липкого теста. На стол насыпать муку и выложить тесто. Половину теста пальцами размять в нетолстую ленту. Следить, чтобы под ней было достаточно муки, иначе тесто прилипнет к столу. На небольшом расстоянии от края насыпать горки сахара (по 1/4-1/3 ч. л. на одну горку). На сахар выложить вишни. Свернуть тесто плотным рулетом так, чтобы вишни оказались в центре. Пальцем немного прижать тесто в промежутках между вишнями и затем по этим канавкам разрезать рулет на части. Точно так же поступить со второй частью теста. Отварить в чуть подсоленной воде.

Ленивые вареники с клубникой и базиликом

Творог — 300 г, мука — 220 г, апельсин, ягоды клубники 5—6 шт.,

яйца — 2 шт., базилик 1—2 веточки,

коричневый сахар — 6 ст. ложек, коньяк — 1 ст. ложка,

ванильный экстракт 1/4 ч. ложки, морская соль — 2/3 ч. ложки.

Яйца соединить с 3 ст. ложками сахара и взбивать миксером, пока объем не увеличится вдвое.





Цедру апельсина натереть на мелкой терке, из половинки апельсина отжать сок. К творогу добавить яичную массу, цедру апельсина, ванильный экстракт и щепотку соли, размять все вилкой.

Всыпать в творожную массу 200 г муки, вымесить. Оставшейся мукой присыпать рабочую поверхность, выложить творожное тесто, сформировать колбаски и нарезать их небольшими кусочками.

Вскипятить воду, слегка посолить и отварить вареники (как только всплыли — готово). Разогреть сковороду, выложить оставшийся сахар, влить апельсиновый сок и сварить карамель.

Добавить коньяк, поварить еще немного и залить карамелью вареники. Клубнику разрезать пополам.

Украсить вареники клубникой и листьями базилика.

Ленивые вареники с манкой

Яйца — 1 шт., сахар — 4 ст. ложки, ванилин, сливочное масло — 30 г, творог — 200 г, манная крупа — 7 ст. ложек, мука для замеса теста — 100 г, сгущенное молоко и растопленное сливочное масло для соуса.

Яйцо, масло, сахар и ванилин смешать, добавить творог и вымесить до полного растворения кристалликов сахара.

Всыпать манную крупу и замесить мягкое липкое тесто. Оставить его в теплом месте на 30—60 минут, чтобы манка разбухла.

Разделочную доску обильно посыпать мукой, выложить порцию теста и домесить тесто до такого состояния, чтобы из него можно было сформовать колбаску. Разрезать творожную колбаску на порционные куски.

Каждый вареник обвалять в муке, чтобы он перестал липнуть к доске и выложить на блюдо или разделочную доску для заморозки.

После замораживания вареники можно сложить в пакет для хранения, а можно сразу сварить. Готовить вареники нужно в





круто кипящей воде, аккуратно перемешивая, чтобы они не прилипли ко дну. Когда вода заново закипит, и вареники всплывут на поверхность, засечь пять минут, после чего снять кастрюлю с огня и вытащить вареники шумовкой.

Подавать блюдо на стол горячим, добавив к каждой порции столовую ложку растопленного сливочного масла и чайную ложку сгущенки.

Ленивые вареники с петрушкой

*петрушка — 1 пучок, базилик — 1 пучок, творог — 150 г,
яйцо — 2 шт., соль, мука — 300 г, тертый сыр — 60 г,
сметана — 100 мл, масло сливочное — 50 г.*

Зелень помыть, обсушить и мелко порезать. Соединить зелень с творогом, яйцами и солью, перемешать. Добавить муку и замесить тесто. Творожное тесто поставить на 30 минут в холодильник. По истечении 30 минут раскатать тесто в виде колбасок, порезать кусочками, обвалять в муке. Варить ленивые вареники в кипящей подсоленной воде в течение 5 минут. Когда вареники всплывут, достать их шумовкой и посыпать тертым сыром.

К столу ленивые вареники с петрушкой подавать со сметаной и маслом.

Вареники с черникой и шоколадом

*Для теста: мука — 2 стакана, соль — $\frac{1}{2}$ ч. ложки,
вода (холодная) — $\frac{1}{2}$ стакана, яйцо — 1 шт.*

*Для начинки: творог — 200 г, черника — 100 г,
крахмал — 1 ст. ложка, сахар — $\frac{1}{2}$ стакана, яйцо — 1 шт.*

*Для поливки: темный шоколад — 100 г,
сливочное масло — 1 ст. ложка.*

Замесить тесто и дать ему постоять при комнатной температуре 30 минут.





Для начинки: чернику выложить в глубокую тарелку, присыпать 1 ст. ложкой сахара и крахмалом. Оставить на 15 минут. Творог перетереть с сахаром (или взбить блендером). Добавить 1 желток и тщательно перемешать. Слить сок от черники, а сами ягоды добавить к творожной массе. Перемешать аккуратно, чтобы не помять ягоды. Сок надо очень тщательно сливать, чтобы начинка не получилась жидкой.

Раскатать тесто, вырезать из него кружочки (7 см), смазать белком, выложить начинку в центр круга и закрепить тщательно края в форме полумесяца.

Вареники отваривать в большом количестве подсоленной воды на медленном огне до готовности (около 10 минут).

Для поливки: растопить шоколад со сливочным маслом и перемешать. Растапливать можно на водяной бане или в микроволновке. Обильно полить горячие вареники шоколадом.

Вареники с вишнями и черникой

*Для теста: мука — 300 г, вода — $\frac{3}{4}$ стакана,
яйцо (желток) — 1 шт., соль — $\frac{1}{2}$ ч. л.*

Для начинки: вишни (без косточек), черника, сахар — по вкусу

Вскипятить треть положенной по рецепту воды. Налить кипятка в миску, добавить соль и, быстро мешая, всыпать просеянную муку, пока в миске не образуется тягучее тесто (на это уйдет примерно треть муки).

Дать тесту остыть до комнатной температуры, затем добавить оставшуюся муку, желток, перемешать все вместе и постепенно добавить оставшуюся холодную воду. Тесто должно быть упругим, но не слишком тугим. Хорошенько вымесить тесто до однородного состояния, завернуть в пленку и положить на холод для созревания не меньше, чем на 30 минут.

Пока тесто вызревает, пересыпать ягоды сахаром по вкусу.

Тесто разделить на 3—4 части, из каждой скатать колбаску толщиной около 2 см. Колбаски нарезать на кусочки толщиной





около 1,5 см. Каждый кусочек раскатать в тонкий кружочек на посыпанной мукой доске. На середину кружочка положить ягоды, соединить края вареника и тщательно их залепить.

Варить вареники в подсоленной воде порциями по 8—12 штук. После опускания вареников в кипяток провести по дну кастрюли ложкой, чтобы вареники к нему не прилипли. Варите вареники 2—3 минуты после всплывания.

Вынимать вареники шумовкой и слегка пересыпать их сахаром, чтобы они не слиплись. Подавать слегка остывшими, со сметаной.

Манчи (вареники) по-тувински

*Мука — 200 г, яйцо — 1 шт., вода — 100 мл,
баранина — 300 г, лук репчатый — 50 г,
специи, соль — по вкусу.*

Из муки, воды, яиц и соли замесить крутое тесто, раскатать лепешки. Приготовить фарш: баранину вместе с луком пропустить через мясорубку, добавить воду, соль, перец и массу выбить. На середину каждой лепешки положить фарш, края теста защипать, придавая изделиям форму вареников, и отварить их в бульоне. Подавать в бульоне, посыпав зеленью.

Картофельные вареники с мясом

*Картофель — 600 г, мука — 100 г, яйца — 2—3 шт.,
говядина — 200 г, лук, растительное масло — 2,5 ст. ложки,
соль, перец и чеснок — по вкусу.*

Сварить картофель в мундире, очистить и пропустить через мясорубку, затем добавьте яйца, муку, соль и замесить крутое тесто.

Мясо пропустить через мясорубку и поджарить в растительном масле вместе с мелко нарезанным луком, добавив соль и пе-





рец, по желанию можно добавить и измельченный чеснок. Картофельное тесто раскатать пластом, толщиной в 1 см, вырезать стаканом кружочки, положить на каждый по 1 чайной ложке начинки, края соединить и защипнуть.

Опустить вареники в кипящую подсоленную воду и варить 15 минут. Подавать к столу с маслом или со сметаной.

Вареники с редькой

*Мука — 200 г, редька — 500 г,
яйцо — 1 шт., масло сливочное — 20 г,
сметана — 150 г, соль — по вкусу*

Натертую редьку залить кипятком для удаления горечи. Затем массу отжать, посолить, смешать с маслом и сваренным вкрутую яйцом. Фарш положить на раскатанные заготовки, края защипать и варить вареники до готовности. Подавать со сметаной.

Вареники из сырой картошки

*Для теста: вода, соль, мука.
Для начинки: картофель (сырой), лук, соль,
растительное масло, специи*

Замесить крутое тесто. На крупной терке натереть картофель, добавить мелко порезанный лук, соль, специи, растительное масло; перемешать. Из теста раскатать лепешки диаметром 10 см, выложить приготовленный картофель, слепить в виде пирожков.

Приготовленные таким образом вареники уложить на смазанную растительным маслом решетку и варить на пару. Можно для этой цели использовать мантницу или пароварку. Варятся на сильном пару, примерно минут 15.

Подавать можно с соевым соусом, кетчупом, соевым майонезом. Хорошо подать к вареникам соленые огурчики.





Вареники с брусникой и яблоками

Пшеничная мука — 500 г, брусника — 2 стакана, яблоки — 3 шт.,
яйца — 2 шт., сметана — 2 ст. ложки, сахар — 1 ст. ложка,
соль по вкусу.

В просеянную муку введите теплое молоко, добавьте яйцо, соль и замесите тесто. Выдержите тесто 30 минут для формирования клейковины. Затем из теста сформируйте жгут, нарежьте его на кусочки, раскатайте кружочки.

Для начинки рябину соедините с нарезанными на кусочки яблоками, медом и перемешайте.

На раскатанные кружки теста выложите приготовленную начинку, края соедините и прижмите, придав форму полумесяца. Варите вареники 10 минут в подсоленной воде. Подайте со сметаной.

Вареники с вишнями в сиропе

Для начинки: свежие вишни — 1 кг, сахар — 1 стакан,
тесто для вареников с фруктами.

Свежие вишни промыть, хорошо отцедить от остатков воды, дать им обсохнуть. Очень аккуратно вынуть из вишен косточки, чтобы ягоды остались целыми. Приготовить тесто для вареников с фруктами и разделить круглые лепешечки несколько большего размера, чем для обычных вареников. На середину каждого кружочка теста насыпать 1 чайную ложку сахара, сверху положить 2—3 вишни и быстро защипать края.

Разделанные вареники сразу класть в сильно кипящую подсоленную воду (для этого лучше взять большую, довольно широкую низкую кастрюлю). Осторожно перемешать шумовкой, чтобы вареники не прилипли ко дну кастрюли, и варить до готовности, пока все вареники не всплывут на поверхность.

Готовые вареники вынуть шумовкой, разложить в один слой на разделочной доске, дать им слегка остыть, а остаткам воды





стечь. Переложить вареники на блюдо, залить сметаной и сверху полить свежим вишневым сиропом.

Для сиропа спелые вишни протереть через металлический дуршлаг или сито, добавить в полученное пюре сахар по вкусу и хорошо растереть до полного растворения сахара.

Вареники с рябиной и яблоками

*Мука пшеничная — 3 стакана, яйцо — 1 шт.,
молоко — 1 стакан, соль — 1 ч. ложка, рябина — 200 г,
яблоки — 4 шт., мед — 5 ст. ложки.*

В просеянную муку ввести теплое молоко, добавить яйцо, соль и замесить тесто. Выдержать тесто 30 минут для формирования клейковины. Затем из теста сформировать жгут, нарезать его на кусочки, раскатать кружочки.

Для начинки рябину соединить с нарезанными на кусочки яблоками, медом и перемешать.

На раскатанные кружки теста выложить приготовленную начинку, края соединить и прижать, придав форму полумесяца. Варить вареники 10 минут в подсоленной воде. Подать со сметаной.

Вареники с черносливом

*Для начинки: чернослив — 400 г, сахар — ¼ стакана,
тесто для вареников с фруктами.*

Чернослив без косточек тщательно вымыть, залить теплой водой и дать постоять около получаса, затем воду слить, залить небольшим количеством кипятка и сварить до готовности на слабом огне. Протереть через сито, добавить сахар и загустить пюре на очень маленьком огне. Приготовить тесто для вареников с фруктами, разделить треугольные вареники и отварить до готовности в кипятке.





Подавая на стол, обсыпать вареники сахаром и залить свежей сладкой сметаной.

Вареники со шпинатом

Для начинки: листья шпината — 300 г,

мука просеянная — 2 стакана.

Для теста: мука — $\frac{1}{2}$ стакана, сливки — $\frac{1}{4}$ стакана,

масло сливочное — 50 г, соль.

Шпинат проварить в кипящей подсоленной воде 5 мин. Откинуть на дуршлаг и протереть через сито.

В сковороде растопить масло, ввести муку, влить сливки, добавить протертый шпинат. Посолить и готовить, помешивая, до загустения. Из муки, 0,75 стакана воды и соли замесить тесто. Тонко раскатать и вырезать рюмкой небольшие кружки. В середину каждого выложить начинку, сделать маленькие вареники, защипав края теста. Отваривать в кипящей подсоленной воде до всплытия.

Подавать горячими.

Швабские вареники

Сливочное масло — 2 ст. ложки, красная луковица — 1 шт.,

соль, черный молотый перец — по вкусу, свинина — 250 г, яйца —

7 шт., сырой шпик — 50 г, шпинат — 500 г, веточки петрушки —

4—5 шт., мука — 300 г, кусочки белого хлеба — 2 шт.,

сырокопченный окорок — 50 г.

В большую миску просеять муку с солью, по одному вбить яйца, добавить 1 ст. ложку масла и замесить тесто. Оставить в теплом месте на 30 мин. Лук очистить и мелко нарезать. Шпик нарезать мелкими кубиками. Петрушку промыть, обсушить и измельчить. В сковороде разогреть оставшееся сливочное масло и обжарить шпик, петрушку и лук 4—5 мин.





Хлеб замочить в небольшом количестве воды. Шпинат перебрать, промыть, положить в кастрюлю и готовить 1—2 мин., не добавляя воды. Дать остыть, затем отжать. Шпинат, размоченный хлеб, свинину и окорок измельчить в блендере до однородной массы.

Оставшиеся яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и мелко порубить. Смешать с жареными луком, шпиком, петрушкой и измельченной в блендере массой. Посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Тесто еще раз вымесить, затем на присыпанной мукой поверхности раскатать в тонкий пласт.

На половине пласта разложить по 1 ст. ложке начинки на расстоянии 2—3 см. Накрыть другой половиной, предварительно, для лучшего склеивания, смочив ее водой.

Вырезать с помощью рюмки вареники. Оставшееся тесто еще раз вымесить, раскатать в пласт и сделать еще одну порцию вареников. Плотнo зашпатель края. В кастрюле вскипятить подсоленную воду, опустить вареники и варить, пока они не всплывут. Откинуть на дуршлаг и дать воде стечь.

Галушки (ленивые вареники) из творога

1 вариант: творог — 250 г, яйца — 1 шт., сливочное масло — 30—50 г, сахар — 2—4 ст. ложки, мука — $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана, мука для посыпки стола — $\frac{1}{4}$ стакана.

2 вариант: творог — 250 г, яйца — 1 шт., манка — 5—7 ст. ложек, сахар — 2—4 ст. ложки, сливочное масло — 30—50 г, мука — $\frac{1}{4}$ стакана.

1 вариант. Сахар растереть с размягченным сливочным маслом. Положить творог и яйцо и хорошо размешать. Всыпать столько муки, чтобы получилось густое, но немного липкое тесто (от четверти до половины стакана — в зависимости от влажности творога).

2 вариант. Сахар растереть с размягченным сливочным маслом. Положить творог и яйцо и хорошо размешать. Всыпать



Фаршированные блюда



столько манки, чтобы получилось мягкое тесто, легко мешающееся ложкой.

Поставить в холодильник на 30 минут, чтобы манка разбухла. К концу этого времени тесто должно стать гуще, чем было изначально. Если этого не произошло, добавить 1—2 ст. ложки муки. Тесто должно стать густым, но липким.

На стол насыпать примерно четверть стакана муки. На муку вывалить тесто и скатать его в шар, не замешивая дополнительно.

Шар разделить на 3 или 4 части и каждую часть раскатать на припорошенном мукой столе в колбаску толщиной 2 см. Колбаску слегка приплюснуть и нарезать на небольшие ромбики.

Воду в кастрюле довести до кипения, слегка подсолить. При желании можно положить 2—4 ч ложки сахара. В кипящую воду опустить подготовленные галушки. Варить 4—5 минут, пока они не всплывут на поверхность. Готовые галушки вынуть на блюдо.

Подавать горячими со сметаной или посыпав поджаренными на сливочном масле толчеными сухарями.

Сваренные галушки можно запечь в духовке со сметаной.

КОТЛЕТЫ

Котлета — мясное блюдо из фарша в виде лепешки, а также блюдо схожего способа приготовления, но из других продуктов.

В европейской кухне котлетой называется тонкий кусок мяса на кости: бедренной, но преимущественно реберной — у животных, и бедренной — у птицы; а также разновидность рыбного филе.

Современное слово котлета происходит от французского слова *côtele* — ребристый или *côte* — ребро, хотя и имеет отличное смысловое значение.

Ближайшим аналогом тому, что в нашем языке понимается под котлетой, в европейской кухне является крокет (от фр. *croquer* — хрустеть). Поэтому существует мнение, что то, что в у нас принято называть котлетой, является разновидностью тефтелей или крокетов.

Само блюдо «котлета» пришло в нашу кухню из европейской. И изначально под котлетой понимали кусок мяса с реберной костью. Но с конца XIX века это определение все чаще стали относить к изделиям из рубленого мяса.

Постепенно название «котлета» перешло и на другие кулинарные изделия, приготовленные не из мяса, но по похожей технологии, например, рыбные котлеты и куриные котлеты, названные котлеты по-киевски. Появились и овощные котлеты из риса, картофеля, грибов, моркови, капусты и других овощей. Рисовые котлеты можно сделать и солеными, и сладкими (с добавлением сахарного песка, изюма, меда или варенья).

Одним из наиболее известных видов котлет является миланская котлета (итал. *cotoletta alla milanese*) — телячья котлета, обваленная в хлебных крошках и зажаренная во фритюре. Рецепт схож с рецептом венского шницеля, и до сих пор нет четкого мнения, какое из этих блюд является прародителем.

В Италии венский шницель носит название *scaloppina alla viennese*, и основное отличие его от миланской котлеты заключается в том, что миланская котлета делается на кости.





Также котлеты присутствуют в кухнях Австралии, Новой Зеландии, Турции и Америки, где встречаются, в том числе, и знаменитые куриные котлеты из бедренной части.

В славянской кухне котлеты традиционно готовятся из мясного фарша. Фарш лепится и замешивается с другими ингредиентами: сырыми яйцами (не обязательно), сухарями или измельченным (через мясорубку) белым хлебом, с добавлением молока, мелко нарубленным луком, иногда чесноком, картофелем, сыром, пряностями, солью.

Слепленные из фарша котлеты обжаривают на сковороде на сильном огне с обеих сторон, не закрывая сковороду крышкой. Потом накрывают крышкой и доводят до готовности на слабом огне. В это время можно залить котлеты каким-либо соусом или сметаной, чтобы они протушились.

Паровые котлеты готовят в духовом шкафу или в пароварке.

Быстрые котлеты по-киевски

Фарш куриный — 1 кг.

мука, панировочные сухари, соль, перец, яйцо — 1 шт.,

масло сливочное — 100 г, укроп,

чеснок — 2—3 зубчика.

Укроп, несколько веточек, мелко порубить, чеснок пропустить через пресс, тщательно перемешать с солью. Масло нарезать на 8—10 одинаковых кусочков.

Взять часть фарша (фарш не солим), положить на него кусочек масла и ароматную смесь из укропа и чеснока, сверху выложить еще часть фарша и формировать котлету.

В муку, яйца и панировочные сухари добавить соль, перец. Панировать тщательно в муке, в яйце, в панировочных сухарях. Выложить на досточку и в морозилку на мин 15.

В глубоком сотейнике разогреть большое количество растительного масла. На сильном огне обжарить котлеты по 1—2 мин. с каждой стороны, затем уменьшить огонь и обжарить





еще 4—5 мин. с каждой стороны. Выложить на бумажные салфетки для впитывания излишка масла.

Подать горячими.

Котлеты «Пожарские»

Филе индейки или куриное — 800 г, батон — 3 горбушки, молоко — 500 мл, сливочное масло — 100 г, соль — по вкусу, черный перец — по вкусу, панировочные сухари.

Горбушки батона замочить в молоке до мягкости.

Филе и батон (не отжимая) дважды пропустить через мясорубку, добавить оставшееся молоко. 70 грамм сливочного масла растопить. Добавить растопленное масло в фарш. Фарш посолить, поперчить и перемешать. Сформировать котлетки, обвалить в панировочных сухарях и обжарить на растительном масле на самом большом огне до золотистости.

Обжаренные котлеты выложить на противень и сверху на каждую положить кусочек сливочного масла. Поставить в разогретую до 180—200 градусов духовку на 10 мин.

Подавать горячими.

Куриные котлеты в соусе-гарнире

Фарш (например, куриный) — 500 г, рис — 100 г, спелые томаты — 3—4 шт., или 1 банка консервированных в собственном соку, 1 морковь, 1 луковица, небольшие кусочки белого хлеба или батона — 3—4 шт., куриный бульон — 350 мл, петрушка — пучок, молоко — $\frac{1}{2}$ стакана, лавровый лист — 2 шт., соль, перец.

Белый хлеб наломать и замочить в теплом молоке. Фарш посолить, поперчить, добавить к нему разбухший хлеб. Лук и морковь натереть на терке или измельчить в блендере. Добавить к фаршу и все еще раз перемешать. Томаты мелко нарезать и прогреть в большой сковороде.





Добавить бульон, рис и лавровый лист, тушить на среднем огне 10 минут.

Из фарша сформировать котлеты, выложить к соусу и рису, накрыть крышкой и тушить на среднем огне еще 30 минут. Подавать на большом блюде или порционно, присыпав рубленой петрушкой.

Котлеты «Тигрики»

Куриный фарш — 1 кг, майонез — 100 г, средняя морковь — 1 шт., репчатый лук — 200 г, яйца — 1 шт., пучок базилика (регана) — 1 шт., вчерашний хлеб — 200 г, молоко — 1 стакан, соль, перец по вкусу, растительное масло.

Лук и морковь пропустить через мясорубку, базилик мелко измельчить, хлеб замочить в молоке, после отжать и все соединить с фаршем. Добавить яйцо, майонез, соль, перец. Тщательно вымесить и отбить для эластичности.

Придать котлетам форму. Выложить на смазанный растительным маслом противень и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 30—35 минут.

Перед подачей украсить по желанию.

Кукурузные котлеты с кабачком

Кукурузная каша — 2 стакана (примерно), кабачок — 1 стакан тертого, яйца — 1 шт., укроп — 2 ст. ложки, соль — по вкусу, мука — 2—3 ст. ложки, специи по вкусу, масло растительное, лук — 2 ст. ложки тертого (можно не добавлять).

Приготовить кукурузную кашу. Остудить, добавить соль, ваши любимые специи, мелко нарезанный укроп, яйцо. Лук измельчить в блендере или потереть на мелкой терке

Кабачок потереть на мелкую терку, отжать. Добавить в кашу муку и кабачок. Хорошенько перемешать, если в каше есть ко-





мочки, то размять их, чтобы получилась однородная, довольно густая масса.

На тарелку насыпать 1—2 ложки муки. Берем порцию кукурузной каши, кладем на тарелку, формируем котлетки, обваливаем в муке. Обжариваем на растительном масле с двух сторон несколько минут.

Подавать со сметаной или сметанно-чесночным соусом. Хороши в теплом и холодном виде. Лук можно не добавлять, но с ним вкуснее. Особенно в холодных котлетах чувствуется лук.

Можно сделать оладьи, а не котлеты. Зачерпываем ложкой нашу кукурузно-кабачковую массу и жарим как оладьи. Главное не забыть отжать кабачок, чтоб наше «тесто» было довольно густым.

Котлеты с начинкой из сыра и зелени

Для котлет: фарш (свинина / говядина) — 400 г, лук — 1 шт., яйца — 1 шт., черный перец, мускатный орех, соль.

Для начинки: твердый сыр — 80 г, сливочное масло — 50 г, зелень (петрушка) — 2 ст. ложки.

Для панировки: мука — 3 ст. ложки, яйца — 1 шт.

Луковицу очистить и мелко нарезать. В фарш добавить лук, яйцо, черный перец, мускатный орех, соль и хорошо перемешать. Разделить фарш на 8 частей. Сыр, охлажденное сливочное масло натереть на мелкой терке и смешать с нарезанной петрушкой. Подготовленную смесь для начинки разделить тоже на 8 частей.

Из каждой порции фарша сделать лепешку толщиной 1 см, в середину поместить начинку и сформировать котлету.

Для панировки подготовить муку и яйцо. Котлету сначала обваливать в муке, затем обмакнуть в яйцо и снова в муку. Разогреть на сковороде оливковое масло и обжарить котлеты на среднем огне в течение 7—8 минут с каждой стороны, а далее добавить немного воды, накрыть сковороду крышкой и прогреть котлеты еще 20 минут. Сочные котлеты готовы.





Котлеты из чечевицы

Помидоры — 400 г, лук — 1 шт., красная чечевица — 100 г, изюм — 2 ст. ложки, порошок карри — 1 ч. ложка, петрушка — 6 веточек, лимон — 1 шт., соль, перец, оливковое масло.

Изюм заранее замочить. Помидоры помыть, обдать крутым кипятком, снять кожицу, мякоть измельчить. Лук очистить, мелко нарезать. Чечевицу промыть. Положить овощи и чечевицу в кастрюлю, влить 3 ст. ложка воды и готовить под крышкой, помешивая, 20 минут.

Добавить изюм, карри, измельченную петрушку, лимонный сок, соль, перец. Готовить еще 10 минут. Дать остыть.

Из получившейся массы сформировать котлеты и выкладывать на разогретую сковороду с маслом. Обжаривать на небольшом огне. Перед тем как положить на сковороду можно обвалить в муке. Можно подать горячими или холодными.

Гамбургер по-итальянски

Для котлет нам нужно: фарш ягнятины — 500 г, красная паприка — $\frac{1}{2}$ шт., красный лук — $\frac{1}{2}$ шт., томатная паста — 1 ст. ложка, горсть рубленой зелени, соль и перец, молотый чили — $\frac{1}{3}$ ч. ложки.

Для заправки: средние томаты — 4 шт., красный лук — $\frac{1}{2}$ шт., красная паприка — $\frac{1}{2}$ шт., горсть рубленой зелени, маленький перец чили — 1 шт. или молотый чили — $\frac{1}{3}$ ч. ложки, уксус — 1 ст. ложка, сахар — $\frac{1}{2}$ ч. ложки, соль и свежемолотый перец, булочки для гамбургеров, листья салата.

В перекрученный бараний фарш добавить мелко нарезанный лук, паприку, зелень, чили и томатную пасту, соль, перец и все хорошо перемешать. Сразу же готовить заправку. Нарезать томаты и петрушку, добавить чили, мелко нашинковать лук и паприку. Из фарша сформировать большие котлеты и жарить на разогретой сковороде в течение 15 минут с двух сторон.





Как только наши котлеты начали жариться, начинаем готовить заправку. Лук обжарить, добавить томаты с зеленью, паприку, чили, соль и перец, тушим минут 8, затем добавляем уксус и сахар и тушим еще минут 10. Булочку для гамбургера подсушить в духовке, положить лист салата, котлету и заправку.

Американские куриные котлеты

*Куриный фарш — 1 кг, сыр — 150 г, зелень — укроп,
1 упаковка чипсов Pringles (лук, сметана), яйцо — 2 шт.,
хлеб белый — ½ батона, молоко — 1 стакан, соль, перец.*

Фарш смешать с предварительно измельченным и вымоченным в молоке хлебом и 1-м яйцом, посолить и поперчить. Размельчить чипсы. Скатать шарик из фарша, сделать лепешку, положить кусочек сыра и зелени. Обмакнуть шарик в яйцо и обвалить в панировке из чипсов. Выложить на сковороду и обжарить с 2-х сторон на умеренном огне или сделать колбаски на шпажках, обжарить.

Котлеты «Пожарские» классические

*Куриное мясо — 500 г, телятина — 300 г, белый хлеб,
сливки — 100 г, яйца — 3 шт., сливочное масло — 50 г,
хлебная крошка.*

Сделать фарш из курицы и телятины. С хлеба срезать корки и замочить в сливках. Добавить к фаршу отжатый хлеб, сливочное масло, соль, перец и яйца. Вылепить из фарша большие овальные котлеты. Выложить на доску и поставить в холодильник на 20—30 минут. Хлебную крошку (или панировочные сухари) насыпать на плоскую тарелку, яйцо взболтать. Каждую котлету обмакнуть сначала в яйцо. Затем обвалить в сухарях.

Обжарить котлеты до румяной корочки с обеих сторон в хорошо разогретом масле.





Накрыть крышкой, уменьшить огонь до минимума и готовить еще 8—10 минут.

Яичные котлеты

Яйца куриные вареные — 6 шт., лук зеленый — 1 пучок, манная крупа — 2 ст. ложки, мука — 1 ст. ложка, сметана — 1 ст. ложка, укроп — 1 пучок, масло растительное для жарки — 2 ст. ложки, соль — по вкусу.

Вареные яйца натереть на крупной терке в глубокую миску. Туда же положить мелко нарезанные укроп и зеленый лук. Всыпать муку и манную крупу. Посолить и добавить сметану. Тщательно вымесить. Из полученной массы влажными руками сформовать котлеты. Выложить их на сковороду с разогретым растительным маслом и обжарить с обеих сторон до золотистой корочки. Подать горячими.

Котлеты с кускусом в беконе

фарш из говядины и свинины (примерно 50 на 50) — 500 г, лук — 1 шт., кускус — 4—5 горстей, петрушка — ½ пучка, бекон — упаковка (10 пластинок), уцхо-сунели — 1 ч. ложка, соль по вкусу.

В большой миске замочить кускус в воде на 5 минут пока он полностью не разбухнет. Добавить в эту миску фарш и мелко рубленые лук и петрушку. Добавить соль и уцхо-сунели. Очень хорошо перемешать фарш, немного отбить его ладонями, чтобы он был воздушным.

На доску положить ломтик бекона. Сформировать из фарша слегка продолговатые котлеты. Обвернуть вокруг котлеты бекон.

Выложить котлеты на противень или в форму. Поставить в духовку при температуре 220 °С на 5—7 мин., чтобы бекон схватился и сок мяса остался в котлетах. Затем вытащить форму, уменьшить





огонь до 180 °С, накрыть котлеты фольгой и запекать еще 20—25 мин.

Теперь можно снять фольгу, включить функцию гриль или обдув, или просто увеличить температуру на максимум и оставить на 5 мин до румяности бекона. Подавать можно со сметаной.

Отбивные котлеты «Швейцарские»

*На 1 порцию: свинина (корейка) — 150 г,
горчица — 5 г, коньяк — 5 г, мука — 5 г, жир — 10 г, соль по вкусу.*

Горчицу и коньяк растереть, намазать этой смесью отбивную (мясо заранее отбить через пищевую пленку) и оставить на 1 час. Затем обваливать отбивную в муке и жарить в горячем жире до образования хрустящей корочки. Мои комментарии: можно вообще не солить. И не перчить, будет достаточно горчицы.

Котлеты из судака с соусом

*Филе судака — 600—700 г, лук — 2 шт., белый хлеб — 4 куска,
сырое яйцо — 1 шт., 20 % сливки — 200 мл, мед — 1 ч. ложка,
чеснок — 1 зубчик, соль по вкусу, перец черный молотый по вкусу,
растительное масло для жарки, панировочные сухари.*

*Для соуса: майонез — 150 г, яйца сваренные в крутую — 2 шт.,
маринованный или соленый огурец — 1 шт.,
укроп — несколько веточек, чеснок — 1 зубчик.*

Куски белого хлеба (батона) залить сливками, оставить размокать. Филе судака нарезать на куски и измельчить с помощью блендера (или пропустить через мясорубку), добавить в рыбный фарш очищенный и измельченный репчатый лук, размоченный в сливках хлеб, яйцо, измельченный чеснок, мед, все хорошо перемешать, приправить солью и перцем по вкусу.

Сформировать котлеты круглой или овальной формы, обваливать в сухарях.





Обжарить в хорошо разогретом растительном масле с двух сторон. Обжаренные котлеты сложить в подходящую посуду, добавить немножко горячей воды и поставить тушиться на медленном огне 10—15 минут. Пока котлеты тушатся, приготовить соус. Огурец, яйца, укроп мелко нарезать, чеснок пропустить через пресс, добавить майонез и все хорошо перемешать.

Подавать котлеты с соусом.

Свинные котлеты

Свинные котлеты — 6 шт., соль, кориандр по вкусу, итальянские травы — по вкусу, корица — 3 ч. ложки, соевый соус — 2 ст. ложки, масло для жарки.

Котлеты посолить, добавить кориандр, итальянские травы, выложить на сковороду, обжарить с двух сторон.

Когда котлеты будут обжарены, посыпать каждую корицей, влить соевый соус и протушить, пока соус не выпариться, снять со сковороды и выложить на бумажные полотенца, чтобы стекло лишнее масло. Подавать можно с любым гарниром и овощами.

Котлеты с кукурузой

Фарш — 500 г, кукуруза — 1 банка, лук — 1 шт., белый хлеб — 2—3 ломтика, молоко — 100 г, яйца (белки отделить от желтков) — 2 шт., сухая горчица — 1 ч. ложка, чеснок — 2—3 зубчика, петрушка — 1 пучок, соль, перец, масло для жарки.

Хлеб замочить в молоке. Мясо вместе с луком, чесноком, хлебом изрубить в блендере или перекрутить на мясорубке. В фарш добавить кукурузу, горчицу, желтки, петрушку, соль по вкусу, перец, хорошо перемешать.

Белки взбить в устойчивую пену и аккуратно добавить в фарш. Влажными руками лепить котлеты и обжарить с двух сторон. Котлеты получаются очень сочные.





Котлеты а-ля греческие

*Фарш из баранины — 400 г, сыр фета — 120 г,
молодой кабачок — ½ шт., перец чили — ¼ шт., соль, перец,
щепотка сушеного розмарина.*

Кабачок натереть на терке. Фету поломать руками. Фарш смешать с натертым кабачком, сыром, мелко порезанным чили. Посолить, поперчить, добавить розмарин. Все тщательно перемешать.

Сформировать котлеты и обжарить их на оливковом масле с двух сторон. Подавать с отварным рассыпчатым рисом.

Запеченные котлеты из мяса с картофелем

*Мясо — 1 кг (либо смесь говядины со свиной, либо баранина),
картофель — 3 шт., лук репчатый — 2 шт., зелень —
по небольшому пучку петрушки, кинзы (можно добавить зеленый
лук, эстрагон (тархун) и др. любимые травы), яйцо — 2 шт.,
тимьян (чабрец) — 1 щепотка, крупная нейодированная соль —
чайная ложка с горкой, свежемолотый черный перец — щепотка.*

Перемолоть мясо. Затем зелень и в конце репчатый лук (лук в котлетах может заменить хлеб). Добавить яйца, тимьян, соль, перец.

Перемешать хорошенько фарш. Можете его даже немного «побить», чтобы он стал однороднее и плотнее. Натереть на крупной терке сырой картофель. Слегка выжать его и добавить к фаршу.

Хорошо перемешать фарш с картофелем. Если вы использовали свинину, то взять немного фарша и обжарить его на сковороде, чтобы попробовать на соль. Если вы используете говядину или баранину — можно пробовать сырое мясо. Фарш должен быть хорошо (правильно) посолен — иначе вкус готовых котлет не проявится. Если надо, досолить фарш.

Вылепить круглые котлеты толщиной около сантиметра. Выложить их на смазанный растительным маслом противень.

Смазать котлеты растительным маслом сверху. Таким образом вы лучше удержите влагу внутри котлет. Поставить противень





в предварительно разогретую до 210 градусов духовку на 10 минут. Затем снизить температуру до 180 °С и готовить еще 20 минут. Котлеты будут готовы. Если хотите, включите верхний гриль на максимальную температуру минуты на две — так вы добьетесь красивой корочки.

Печеночные котлеты

Говяжья (или свиная) печень — 500 г, репчатый лук — 1 шт., яйца — 2 шт., мука — 4 ст. ложки, соль, перец — по вкусу, масло растительное для обжаривания.

Пропустить через мясорубку говяжью печень и репчатый лук, добавить яйцо и муку, посолить, поперчить. Основа для оладий должна быть как густая сметана. Выливать половником на раскаленную сковородку с растительным маслом. Печеночные оладьи жарятся очень быстро.

Кабачково-мясные котлеты в томатном соусе

Для котлет: мясо любое — 500 г, кабачки — 250 г, лук репчатый — 1 шт., овсяные хлопья — 5 ст. ложек, яйца — 4 шт., соль, перец.

Для соуса: помидоры свежие — 4 шт. (либо заменить на перетертые консервированные), чеснок — 3 зубчика, орегано сушеный — 1 ст. ложка без горки, бульон (вода) — 50 мл, соль, перец.

Мясо, кабачки и лук нарезать на небольшие куски. Пропустить все через мясорубку. Добавить к фаршу яйца, овсяные хлопья, соль, перец и тщательно все перемешать (желательно рукой).

Сформировать котлеты и обжарить до золотистой корочки на растительном масле. Переложить на отдельную тарелку.

Для соуса помидоры натереть на терке (кожуру не тереть). На сковороду или сотейник с небольшим количеством растительного масла вылить томатное пюре с соком. Добавить к нему чеснок,





пропущенный через пресс, соль, перец, орегано, бульон (воду) и тушить несколько минут.

Выложить к соусу котлеты (они все должны быть покрыты соусом), убавить огонь до минимума, накрыть крышкой и тушить 20 минут. Эти котлеты можно запечь и в духовке, если Вы не любите жареное. Можно сделать и в виде фрикаделек, выложить в форму для запекания, сразу залить соусом и отправить выпекаться в духовку примерно на 1 час.

Подавать котлеты теплыми, полив сверху соусом.

Котлеты из копченой рыбы с огуречным салатом

*Для котлет: очищенный картофель — 350—400 г,
копченая рыба — 350—400 г, сливочное масло — 50 г,
зеленый лук — 3—4 стебля, яйца — 1 шт., панировочные сухари,
растительное масло, соль, перец*

*Для салата: небольшие огурцы — 400 г, сок 2-х лаймов или
1-го лимона (около 60—80 мл), перец чили — 0,5 шт.,
корень имбиря — 3—5 см, сахар — 1 ч. ложка, соль,
кинза — 5—7 веточек.*

Соус: сметана — 200 г, васаби — 1—2 ч. ложки.

Огурцы нарезать вдоль на 6—8 частей. Имбирь и чили измельчить в блендере или мелко нарезать. Смешать соль, сахар, чили, имбирь и сок лимонов. Залить огурцы маринадом, убрать в холодильник, периодически переворачивая их в маринаде.

Картофель отварить в подсоленной воде. Если рыба слишком соленая, то количество соли в картофеле сократить. Воду слить и размять картофель со сливочным маслом.

Рыбу и лук мелко нарезать и смешать.

Соединить картофель с рыбой и смешать с перцем, яйцом и 2 ст. ложками панировочных сухарей.

Сформовать котлеты и обваливать их в панировке. Жарить котлеты около 10 минут. Для соуса смешать сметану с васаби и солью по вкусу. Подавать котлеты с огуречным салатом и соусом.





Котлеты «Летние»

Куриный фарш — 1 кг, яйца — 2 шт., чеснок — 3—4 зубчика, манная крупа — 3 ст. ложки, укроп — 1 пучок, петрушка — 1 пучок, зеленый лук — 5 перышек, немного кинзы, соль, перец — по вкусу, панировочные сухари.

Фарш пропустить через мясорубку 2 раза, зелень измельчить, чеснок натереть на терке. Соединить фарш с зеленью, чесноком, яйцами, манкой, солью и перцем. Все хорошо отбить.

Сформировать котлеты. Обвалять в сухарях и выложить на противень, смазанный растительным маслом.

Поставить все в духовку на 30—35 минут при температуре 200 °С. За 10 минут до приготовления включить функцию гриль.

Куриные котлеты с рисом

Филе куриное — 500 г, картофель (средний) — 1—2 шт., рис — 100 г, лук — 2 шт., чеснок — 2 зубка, морковь — 1 шт., оливковое масло — 50 г, зелень (укроп, петрушка) — ½ пучка, куркума — ½ ч. ложки, кориандр — 1 ч. ложка, сметана — 1, 5 ст. ложки, томатный соус — 1 ст. ложка, сыр — 50 г, крахмал кукурузный — 1 ст. ложка, соль, перец, помидоры черри для украшения.

Куриное филе измельчить в блендере или на мясорубке. Добавить к нему натертую на мелкой терке 1 луковицу, картофель, измельченный чеснок, мелко нарезанную зелень, кориандр, соль и перец по вкусу. Хорошо перемешать и выбить до гладкой массы.

Мокрыми руками сформировать круглые приплюснутые котлеты, выложить на противень, смазанный маслом, по середине сделать углубление. Поставить в духовку на 15 мин при температуре 200 градусов.

Рис промыть и отварить до готовности. Слить воду, рис не промывать. Охладить.





Лук мелко порезать, морковь натереть на мелкой терке. Припустить на оливковом масле до мягкости.

В рис добавить лук с морковью, крахмал, куркуму, соль и перец по вкусу, хорошо перемешать. Смешать сметану с томатным соусом. Выложить в углубление котлет по 1—1,5 ч. ложка сметанно-томатного соуса. Сформировать из риса круглые шарики.

Обвалять их в мелко натертом сыре и выложить на куриные котлеты. Запекать в духовке 10 мин. до зарумянивания.

При подаче из помидор сделать гребешок и клювик, из горошин черного перца глазки. Подавать с овощами и зеленью.

Котлеты с овсяными хлопьями

Картофель — 1 шт., фарш из свинины и говядины — 350 г, овсяные хлопья — 3 ст. ложки, лук репчатый — 1 шт., мука — 3 ст. ложки, молоко — 1 ст. ложка, тимьян сушеный — ½ ч. ложки, яйцо — 1 шт., масло оливковое для жарки — ½ стакана, перец молотый черный и лимонный, соль.

Лук и картофель натереть на мелкой терке. Мясной фарш и овсяные хлопья перемешать, добавить молоко, яйцо, картофель, лук. Добавить муку, соль, перец, тимьян и тщательно перемешать. Полученный фарш поставить в холодильник на 1 час. Из фарша сформировать котлеты и обжарить на разогретом оливковом масле. На гарнир можно подать картофельное пюре или овощной салат.

Котлеты по-киевски с сыром

Филе куриное — 2 шт., сыр твердый — 50 г, яйца — 2 шт., петрушка, укроп, майонез, панировочные сухари, подсолнечное масло для жарки, соль, перец.

Для начинки натереть твердый сыр и мелко порубить зелень. Взять куриное филе, помыть его, обсушить с помощью





бумажного полотенца, выложить на досточку и разрезать вдоль на две половинки. Слегка отбить, посолить, поперчить, перевернуть, смазать майонезом и выложить начинку. Затем аккуратно свернуть филе с начинкой и сформировать котлету, так чтобы не было явных отверстий, через которые может вытечь сыр, сверху котлету обмазать немного майонезом.

Теперь нам необходимо сделать «корочку» для котлет, для этого взять: муку, панировочные сухари и яйца (слегка взбить вилкой и немного посолить). Взять котлету, обмакнуть ее в муке, затем окунуть в яйца и обмакивать в панировочных сухарях.

Нагреть сковороду, добавить туда достаточно много подсолнечного масла, опять же нагреть и начинать жарить котлеты на среднем огне.

Готовые котлеты надо подавать в горячем виде.

Нежные котлеты по-донецки

Фарш: мясо: либо классический вариант: свинина (хорошо идет шейка) — 800—1000 г, либо говядина — 400—500 г, свинина (шейка) — 400—500 г, филе куриной грудки — 2 шт., капуста белокочанная порезанная — примерно 2 горсти, лук — 1 шт., средняя морковь — $\frac{1}{3}$ шт., чеснок — 1 зубчик, небольшой кусочек сала, белый хлеб — 4 куса, вода — 1 стакан, сливочное масло (размягченное) — 50 г, яйца — 1 шт., соль, перец, лавровый лист — 2 шт., зелень, приправы по вкусу, оливковое масло для жарки.

Соус: свежие сладкие помидоры — 3 шт., оливковое масло для жарки — 2 ст. ложки, средний лук — 1 шт., сахар — 1 ч. ложка, соль, перец молотый, зелень (например, кинза, петрушка), сухие приправы по вкусу, мука — 0,5 — 1 ч. ложка, немного воды.

Сделать фарш: пропустить через мясорубку (или измельчить в комбайне) мясо, лук, капусту, морковку, чеснок, сало, хлеб, смоченный в воде. Полученный фарш пропустить через мясорубку





(или измельчить в комбайне) еще раз, посолить, поперчить, добавить приправы по вкусу, 50 г размягченного сливочного масла, одно яйцо.

Слегка обжарить котлеты на оливковом масле до золотистой корочки (примерно по 3—4 минуты с каждой стороны).

Сложить котлеты в кастрюлю, добавить примерно 1—1,5 стакана подсоленной воды и поставить на огонь. После того как вода закипит, убавить огонь до минимума, бросить лавровый лист и оставить на плите примерно на 15—20 минут. В конце вынуть лавровый лист из кастрюли.

Пока готовятся котлеты приготовить соус. Обдать помидоры кипятком, снять кожицу и мелко порезать. При желании можно измельчить помидоры в блендере или комбайне.

Добавить к помидорам 1 чайную ложку сахара и перемешать. Порезать мелко лук и обжарить его до золотистого цвета. Добавить к луку помидоры и продолжать помешивать соус, пока не закипит. При желании сделать соус более густым развести в чашке муку с водой, чтобы не было комочков, и добавить в соус.

Посолить, поперчить, добавить сухие приправы.

После того как соус снят с плиты, добавить мелко порезанную зелень. Котлеты подавать с соусом, со сметаной, просто с зеленью или с любым гарниром.

Котлеты из лука-порей

*Лук-порей — 2 стебля, яйца — 1 шт., мука — 2 ст. ложки,
мускатный орех, соль, перец, сухой тимьян.*

Белую часть лука-порея (2 шт.) мелко нарезать. Сварить в подсоленной воде в течение 5 минут. Воду слить, лук охладить, добавить 1 яйцо, 2 ст. ложки муки, мускатный орех и сухой тимьян, соль и перец по вкусу.

Разогреть в сковороде растительное масло, выкладывать ложкой фарш и жарить 5—7 минут каждую сторону до золотистой корочки.





Рыбные котлеты с морковкой

Лосось — 300г, хек — 300 г, луковица — 1 шт., картофеля — 1 шт., оливковое и сливочное масло для жарки, соль, перец.
Гарнир: морковь — 500 г, луковица — 1 шт., соевый соус.

Приготовить фарш из двух сортов рыбы, луковицы и картофеля. Разогреть в сковороде с толстым дном масло, сформировать котлеты и поджарить их на медленном огне до золотистой корочки. Выложить на тарелку с листовым салатом.

Морковку порезать кружочками толщиной 1 см. Отварить 10 минут. Лук порезать полосками и обжарить на оливковом масле. К нему добавить морковку и тоже поджарить до золотистого цвета. Поперчить, чуть посолить и добавить соевый соус. Потушить 5 минут.

Выложить на тарелку к котлетам.

Котлеты «Каштан»

Говядина — 500 г, яйца — 3 шт., масло сливочное — 100 г, сухари панировочные — 1 стакан, соль, перец, растительное масло для фритюра.

Подготовленную говядину пропустить дважды через мясорубку, добавить 2 яйца, соль, перец по вкусу. Хорошо вымесить и выбить фарш до однородной плотной массы.

Сливочное масло порезать на брусочки по 10гр, выложить на блюде и поставить в морозилку на 5—10мин. Высыпать панировочные сухари на тарелку, яйцо взбить в отдельной миске. Из полученного фарша сформировать круглые лепешки, на середину уложить кусочек замороженного масла.

Края котлеты защипать, придав форму шара. Котлету обмакнуть во взбитое яйцо, панировать в сухарях и повторить эту процедуру еще раз.

Жарить в разогретом растительном масле до золотистой корочки.





Обжаренные котлеты выложить в сотейник, добавить 2 ст. ложки горячей воды, накрыть крышкой и поставить в нагретую до 190 градусов духовку на 10—15 мин.

Подавать с любым гарниром или с салатом.

Легкие котлеты

Фарш свиной — 600 г, яйца — 2 шт., овсяные хлопья — ½ стакана, вместо булки, картошка — 1—2 шт., специи, травы, соль, лук.

Все перемешать и дать постоять 30 мин., сформировать котлеты, обвалять в муке и обжарить с 2-х сторон.

Подать с гречкой.

Котлеты домашние, без панировки

Говяжий фарш — 600 г, куриный фарш — 600 г, батон белого хлеба, крупные луковицы — 2 шт., соль по вкусу, перец черный по вкусу, растительное масло для жарки.

С батона срезать корки, мякиш залить холодной кипяченой водой. Лук очистить, натереть на крупной терке.

Говяжий и куриный фарш выложить в подходящую посуду, добавить лук, отжатый от воды хлебный мякиш, посолить, поперчить и вымесить однородный фарш, попробовать, если нужно, добавить соли и перца.

В сковороде разогреть растительное масло. Налить воду в чашку, хорошо смочить руки водой и формировать котлеты любой формы (круглые, овальные). Руки нужно смачивать перед каждой лепкой новой котлеты, это важно! Выкладывать котлеты на сковороду с хорошо разогретым маслом,

Жарить с двух сторон, до появления золотистой корочки. Обжаренные котлеты складывать в сотейник. Когда все котлеты будут обжарены и сложены в сотейник, добавить туда горячей воды, совсем немного и поставить тушиться на слабом огне 15—20 минут.





Котлеты получаются очень сочные и нежные. Подавать со свежими овощами или любым гарниром.

Куриные котлеты с кунжутом и имбирем

Куриное филе — 500 г, лук репчатый — 1 шт., чеснок — 2 дольки, корки от 3-х ломтей батона, яйца — 1 шт., имбирь свежий — кусочек примерно 2х2 см, кунжут — 1 ст. ложка, соевый соус — 1 ст. ложка, соль, перец.

Пропустить через мясорубку куриное филе вместе с луком, чесноком и хлебными корками.

Добавить к фаршу тертый на мелкой терке имбирь, поджаренные семечки кунжута, мелко рубленый зеленый лук, яйцо, соевый соус, соль, перец. Тщательно все перемешать, желательно рукой.

Сформировать котлеты и жарить до румяной корочки на растительном масле.

Картофельные котлеты

Для котлет: картофель — 5—6 шт., соль, яйцо — 1 шт., мука — 2—3 ст. ложки.

Для салата: крупные морковки — 2—3 шт., яйца — 2 шт., сваренные вкрутую, сыр типа гауда (или любой другой) — 70 г, чеснок — 3—4 зубчика, соль по вкусу, майонез.

Почистить и сварить картошку до мягкости, как на пюре. Пока варится картошка, потереть морковь на крупной терке, сыр, яйца, выдавить чеснок, подсолить и заправить майонезом. Салат готов.

Отваренную картошку размять в пюре, дать немного остыть, вбить 1 яйцо, добавить муку и все тщательно перемешать. Из готового картофельного теста слепить котлеты и обжарить их на растительном масле. Подать с салатом.





«Мамины» котлеты

*Свинина — 1 кг, рис — 1 стакан, яйцо — 1 шт., лук — 1 шт.,
чеснок — 2 зубка, соль и перец, растительное масло.*

Рис отварить до готовности и остудить. Мясо, лук и чеснок перекрутить на мясорубке. Смешать полученный фарш с рисом, яйцом, солью и перцем. Хорошо все перемешать. Поставить на час в холодильник.

На сковороду налить масло, сделать небольшие котлеты, выкладывать ложкой на сковороду и обжаривать с двух сторон до готовности.

Фаршированные котлеты из печени в кунжутной панировке

*Печень — 500 г, шампиньоны — 7—10 шт. средних,
грецкие орехи (чищенные) — горсть, лук — 1 шт. средняя,
чеснок — 1 зубчик, мука — 4 ст. ложки, кунжут — 2 ст. ложки,
яйцо — 1 шт., соль, перец.*

Для начинки грибы очистить, нарезать небольшими кусочками. Мелко порубить лук, чеснок, орехи. Обжарить 5—7 минут лук с грибами на сковороде. Добавить соль, перец, чеснок. Снять с огня, добавить орехи и перемешать.

Приготовить панировку. В одной тарелке смешать муку с кунжутом. В другой тарелке немного взбить венчиком яйцо, добавить немного соли и перца.

Печень желательно немного подержать в морозильной камере, чтобы она «схватилась» и легче резалась. Нарезать печень на тонкие ломтики (чем тоньше, тем лучше). На каждый ломтик печени выложить начинку. Накрыть сверху другим ломтиком.

С котлетами работать двумя руками, аккуратно обваливать в яйце, а затем в муке.

Обжарить на сковороде сперва с закрытой крышкой, затем до золотистой корочки с открытой.





Куриные паровые котлеты под соусом

Для котлет: куриное мясо или фарш — 600 г, небольшой болгарский перец красного цвета — 1 шт., помидор — 1 шт., яйцо — 1 шт., сливочное масло — 1 ст. ложка, небольшой пучок укропа, соль, перец.

Для соуса: сливочное масло — 3 ст. ложки, сок четвертинки лимона, петрушка и укроп, соль, перец.

Зелень и овощи изрубить в блендере. Мясо прокрутить через мясорубку или также изрубить в блендере. Можно взять уже готовый фарш.

Смешать фарш с овощами, добавить масло, яйцо, приправы. Все хорошенько перемешать.

Сформировать котлеты. Варить в пароварке 20—30 минут.

Приготовить соус: зелень изрубить. Масло растопить, добавить лимонный сок, зелень и приправы. Снять с огня. Котлеты подавать с соусом.

Котлеты из гороха с мятным чатни

Желтый дробленый горох — 250 г, луковицы — 2 шт., чеснок — 4 зубка, свежий корень имбиря — 2 см, мука — 4 ст. ложки, разрыхлитель — 1 ч. ложка, молотые кумин и куркума — по 0,5 ч. ложки, соль, черный молотый перец, большая щепотка кайенского перца, растительное масло.

Для мятного чатни: мята — 1 пучок, кинза — 0,5 пучка, кешью — 6 орехов, имбирь — 2 см, лимонный сок — 1 ст. ложка, натуральный йогурт — 4 ст. ложки, мед жидкий — 0,5 ч. ложки.

Горох замочить на ночь. Откинуть горох на дуршлаг, жидкость из под гороха сохранить. Лук, чеснок, имбирь очистить и крупно порубить, затем измельчить блендером. Добавить горох и кинзу, влить 2 ст. ложки воды из под гороха, измельчить смесь до состояния пюре, добавить кумин, куркуму, муку, разрыхлитель, соль, черный и кайенский перец. Массу тщательно перемешать до густого теста и оставить минут на 20.





Приготовить чатни. Зелень крупно нарезать, корень имбиря крупно порубить, измельчить орехи, имбирь и зелень в мелкую крошку. Добавить йогурт, сок лимона, мед и взбить до однородности.

Влить в кастрюлю растительное масло слоем 5 см, довести до кипения. Сформировать из теста шарики. Шарики опустить в кипящее масло и обжарить до румяной корочки. Обсушить на бумажном полотенце и подать к столу с мятным чатни.

Котлеты «Морское изобилие»

Филе морского языка — 600 г, крабовые палочки — 200 г, филе семги — 300 г, луковица — 1 шт., фенхель — 200 г, белый хлеб или булка — 2 ломтя, крупное яйцо — 1 шт., морская соль, молотый перец, оливковое масло, хлопья «Фитнес», кунжут.

Хлеб замочить в воде. Филе морского языка, крабовые палочки, лук и фенхель пропустить через мясорубку. В фарш положить хлеб, яйцо, посолить, поперчить и вымешать. Семгу порезать на мелкие кусочки и добавить в фарш. Хлопья размять в целлофановом пакете и добавить кунжут. Котлеты запанировать и жарить в оливковом масле до готовности. Подавать с рисом, булгуром или кусками картофеля с зеленью.



БИТОЧКИ

Биточками называют небольшие круглые котлеты из рубленого мяса (первоначально отбивные), а также блюда подобного вида, приготовленные не из мяса. Свое начало биточки берут во французской кухне, откуда они пришли в XVIII в. и носили название «медальоны». Первоначально это были отбивные котлеты круглой формы из вырезки и без косточек, а в XIX в. биточки из-за незначительного количества пригодного для них сырья уступили место рубленым котлетам, для которых сорт мяса не имел серьезного значения.

В XX в. биточками стали называть рубленые котлеты круглой формы, так что сам по себе этот термин потерял первоначальный смысл.

Биточки с сыром под грибным соусом

*200 г фарша мясного, одно яйцо, 2 ст. ложки муки,
одна луковица, 3 зубка чеснока, 150 г грибов,
сыр российский, 2 стакана молока, 3 ст. ложки сливочного масла,
масло растительное, соль, перец.*

Лук и чеснок нарезать мелкими кубиками и смешать в одной миске, затем разделить на две части: в фарш больше, в соус меньше. Фарш, лук и чеснок (большую часть), яйцо, муку, соль, перец перемешать. Сыр нарезать кубиками или пластинами.

Взять немного фарша, сформировать шар, выложить на рабочую поверхность уже присыпанную мукой и расплющить, на край выложить сыр. Закрыть свободным краем.

Сформировать биточки. Форму для запекания смазать маслом, выложить биточки, влить стакан (200 грамм) воды и сбрызнуть биточки. Поставить в разогретую духовку до 180 °C на 1 час.





Приготовить соус «Бешамель с грибами». В кастрюлю налить молоко и подогреть (кипятить не нужно). На сковороде растопить сливочное масло (огонь сделать средним или немного меньше среднего), добавить муку и хорошо размешать деревянной лопаточкой. Аккуратно, небольшими порциями вливать молоко, интенсивно размешивая соус, чтобы не образовались комки. Соус довести до кипения, помешивая, и кипятить 1—2 минуты, он должен загустеть. Посолить и поперчить. Выключить огонь и положить в соус кусочки сливочного масла, чтобы предотвратить образование пленочки на поверхности соуса. Пожарить грибы до золотистого цвета, затем добавить лук и чеснок, посолить, поперчить, смешать с соусом, добавить еще немного молока и прогреть 1—2 мин.

Через час, когда биточки запеклись, вылить соус, посыпать сыром и поставить еще на минут 40—50 при температуре 150 градусов.

Биточки картофельные

*10 шт. средних картофелин, 2 ст. ложки муки,
одно яйцо, 2 ст. ложки сливочного масла. Если поститесь, то
яйцо можно заменить на 1—2 ст. ложки крахмала для клейкости,
а сливочное масло растительным, одна небольшая морковь по
желанию, 1—2 зубчика чеснока по желанию, сыр, грибы, специи и
пр. по желанию.*

*Дополнительно: 2—3 яйца (можно обойтись), 0,5 ст. муки,
панировочные сухари.*

Отварить картошку (можно сразу с морковкой) в соленой воде до готовности. Воду слить, картошку размять, добавить масло, перемешать, остудить. Добавить муку, мелко рубленый или давленный чеснок, яйцо или крахмал, все остальное на ваш вкус (перец, специи или тертый сыр, грибы и т.п.). Перемешать.

Подготовить три емкости: с мукой, с яйцами и панировочными сухарями. Можно обойтись без яиц. Просто обваливать изделия в панировке или муке, а можно и вообще не обваливать.





Затем биточкам придать форму кружков, высотой 1,5—2 см. Разогреть сковороду с растительным маслом и обжарить биточки с обеих сторон до нужной вам корочки.

Жарятся они быстро, ведь по сути они уже готовые. Кстати, их можно заморозить, а обжаривать на следующий день.

Биточки из сладкой картошки с тунцом

1 сладкий картофель, 1 банка консервированного тунца в собственном соку, 1 горсть стручковой фасоли, 1 лимон, небольшой пучок петрушки, 3—4 пера зеленого лука, 2 ст. ложки оливкового масла, $\frac{1}{4}$ ч. ложки свежемолотого черного перца, 1 ч. ложка морской соли.

Сладкий картофель почистить, нарезать кубиками и отправить в кипящую подсоленную воду. Отварить до готовности, затем воду слить и взбить в блендере в пюре.

Зеленый лук и петрушку мелко порубить. Цедру лимона натереть на мелкой терке. Тунец соединить с зеленым луком, петрушкой и цедрой, посолить, поперчить и перемешать.

Соединить картофельное пюре с тунцом, еще раз все перемешать. Разогреть в сковороде оливковое масло. Сформировать из картофельного теста биточки и обжарить их с двух сторон. Стручковую фасоль отварить в кипящей воде.

Готовую фасоль выложить на тарелку, сбрызнуть оливковым маслом, посолить, поперчить, сверху поместить картофельный биточек.

Фаршированные свиные биточки

8 свиных отбивных, 100 г сыра, 100 г ветчины, 2 яйца, панировочные сухари, соль, перец, растительное масло.

Свиные отбивные посолить, поперчить, выложить на одну отбивную тонко нарезанные сыр и ветчину.





Накрыть второй отбивной обмакнуть в яйце, затем в сухарях (к ним можно добавить сушеную кинзу и петрушку) и обжарить в масле.

Подавать горячими.

Рыбные биточки по-тайски

600 г плотного рыбного филе, 250 г рисовой (стеклянной) вермишели, 1 маленький огурец (130 г), 100 г замороженной стручковой фасоли, 4 маленьких острых красных перца, пучок кинзы, небольшой пучок мяты, 1 зубчик чеснока, 1 яичный белок, 60 мл сока лайма, 2 ч. ложки сахара, ½ ч. ложки хлопьев сладкой паприки (или щепотка кайенского перца).

Рыбу порезать на мелкие кусочки. Чеснок и красный перец измельчить. Кинзу и мяту мелко порубить. Яичный белок слегка взбить. Половину кинзы, мяты и перца смешать с рыбой, чесноком и яичным белком и сделать фарш. Если он будет слишком жидким, добавить немного рисовой муки. Сформировать 12 биточков.

Разогреть большую сковороду с антипригарным покрытием и жарить биточки до образования хрустящей корочки. Вермишель приготовить так, как указано на упаковке, слить воду и поставить в теплое место.

Сахар смешать с соком лайма и паприкой в небольшой кастрюле, поставить на огонь и довести до кипения, затем уменьшить огонь и прогревать, постоянно помешивая, пока сахар не растворится. Из огурца удалить семечки и мелко его порубить. Фасоль тонко нарезать.

Выложить в большую салатницу огурцы и фасоль, добавить оставшиеся кинзу, мяту и перец, затем вермишель. Все тщательно перемешать и заправить соусом из лайма.

Подавать рыбные биточки с салатом.

Биточки можно заморозить сырыми. В этом случае перед жаркой их следует постепенно разморозить в холодильнике.





Овощные биточки

*1 луковица, 4 зубчика чеснока, 5 ст. ложек растительного масла,
250 мл овощного бульона, 75 г манной крупы, 2 яйца, 2 моркови,
1 цуккини, панировочные сухари, 20 г зеленого лука,
3 ст. ложки майонеза, 100 мл натурального йогурта,
1 ч. ложка горчицы, 1 ст. ложка лимонного сока,
молотый черный перец, соль по вкусу.*

Лук и 2 зубчика чеснока очистить и мелко нарезать. В большой кастрюле разогреть масло (2 ст. ложки) и обжарить лук с чесноком 5 минут. Влить бульон и довести до кипения.

Тонкой струйкой всыпать крупу и варить 5 минут на маленьком огне. Дать немного остыть и добавить яйца. Массу вымесить.

Для соуса зеленый лук порубить. Чеснок пропустить через пресс. Майонез слегка взбить с йогуртом, горчицей и лимонным соком, затем смешать с зеленым луком и чесноком. Морковь и цуккини натереть на терке.

Половину манной каши смешать с морковью, половину с цуккини. Посолить, поперчить, сформировать небольшие биточки и обваливать в панировочных сухарях. Обжарить биточки на оставшемся масле

На стол подать с получившимся соусом. Отдельно также можно подать помидоры, нарезанные крупными дольками.

Биточки по-казацки

*На 2 пакетика риса (по 25 г) 500 г фарша,
1 большая луковица, 150 г сыра, 2 ст. ложки сметаны.*

Из фарша сформировать биточки (в фарш добавляют только мелко нарезанный лук, соль, перец черный молотый. Можно добавить 1 ст. ложку сметаны). Рис отварить (почти до готовности). Спассеровать на сковороде томатную пасту. Отваренный рис смешать с маслом и пассерованным томатом, выложить в форму для запекания. В углубления риса положить биточки. Сверху смазать





сметаной, посыпать тертым сыром и запечь в разогретой духовке минут 25—30 при температуре 180—200 °С.

Рыбные биточки

600 г картофеля, 200 г консервированной кукурузы в собственном соку, 180 г тунца (или банка тунца), несколько веточек петрушки, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка растительного масла, щепотка свежемолотого черного перца, щепотка морской соли.

Картофель отварить практически до готовности, воду слить. Приготовить пюре из картошки со сливочным маслом. Петрушку измельчить и добавить в пюре, посолить, поперчить. Вмешать в пюре тунец и кукурузу.

Сформировать котлеты, длинные, круглые — какие угодно, и обвалять их в муке. Разогреть в сковороде растительное масло и обжаривать котлеты по 3—4 минуты с каждой стороны до золотистой корочки, затем выложить их на бумажное полотенце, чтобы убрать излишки жира.

Подавать с каким-нибудь хрустящим салатом или овощами, приготовленными на гриле.

Биточки с рыбы с укропом

1 кг свежей мойвы, 4 яйца, пучок свежего укропа, 1 ст. ложка муки с горкой, соль, перец по вкусу.

Свежую мойву помыть, отделить головы и внутренности, еще раз хорошо помыть, слить воду, откинуть на дуршлаг и дать стечь остаткам воды. Подготовленную мойву посолить и поперчить.

Яйца взбить, добавить муку. Укроп промыть под проточной водой и мелко порубить. Смешать яичную смесь с укропом. На сковородку налить подсолнечное масло. Смешать яичную смесь с мойвой, затем большой ложкой набирать мойву и выложить





на сковородку, формируя биточек. Обжарить с обеих сторон, на небольшом огне.

Биточки подавать с вареной картошкой и порцией салата из порезанных ломтиками помидор, лука, укропа и петрушки, обильно политых ароматным подсолнечным маслом.

Картофельные биточки с сыром и зеленью

*2 крупные картофелины (300—350 г), 60 г твердого сыра,
1 яйцо, ½ красной луковицы, небольшой пучок петрушки,
50 г сметаны, 1—2 ст. ложки оливкового масла,
¼ ч. ложки морской соли.*

Картофель отварить в мундире, затем почистить и натереть на крупной терке. Сыр натереть на крупной терке. Луковицу почистить и также натереть на крупной терке. Петрушку мелко порубить. Соединить картофель, сыр, лук, яйцо, петрушку, посолить и вымешать.

Разогреть в сковороде оливковое масло. Сформировать влажными руками из картофельного теста небольшие биточки и обжаривать по 3—5 минут с каждой стороны.

Подавать со сметаной.

Биточки из креветок с жасминовым рисом

*Для биточков: 500 г замороженных креветок,
1,5 ст. ложки соевого соуса, 1 ст. ложка кунжутного масла,
½ ч. ложка сахара, 1 зубчик чеснока, 1 яйцо, 2—3 ст. ложки
панировочных сухарей, 1 кусок сухаря, соль, белый перец,
растительное масло (для обжаривания).*

*Для гарнира: 200 г риса «Жасмин», 400 мл воды,
лимонная цедра, соль.*

Креветки отварить, очистить и измельчить (блендером или через мясорубку). Чеснок раздавить и мелко нарезать. Добавить





в фарш яйцо, соевый соус, кунжутное масло, чеснок, сахар и перемешать.

Сухарь замочить в горячей воде, отжать и добавить в фарш. Посолить и поперчить, сформировать из полученной массы биточки и обвалять в панировочных сухарях.

Рис промыть несколько раз. Довести воду до кипения, добавить рис и еще раз вскипятить. Убавить огонь, накрыть крышкой и варить 15 мин.

Снять с огня, слить оставшуюся воду, присыпать лимонной цедрой и дать постоять под крышкой около 10 мин.

В это время обжарить биточки, выложить на салфетку, чтобы убрать излишки масла. Подавать биточки с жасминовым рисом на гарнир.

Рыбные биточки в кунжуте (без яйца)

400 г филе любой рыбы, 1 очень большая или 2—3 средних морковки, 3—4 ст. ложки муки с горкой, примерно 40 г кунжута, раст. масло для смазывания противня, соль, черный перец, пряности для рыбы — по вкусу.

Отварить морковь в воде, запечь в микроволновке или приготовить на пару — как вам удобнее. Приготовить морковь до мягкости.

Рыбу очистить от шкуры, костей, сложить в блендер, туда же отправить морковь и пряности. Тщательно измельчить до однородности. Если у вас нет блендера — сделайте фарш на мясорубке.

Добавить муку и тщательно перемешать. Кунжут насыпать в тарелочку, сформировать биточки и обвалять их в кунжуте.

Противень тщательно смазать растительным маслом. Выложить обвалянные в кунжуте биточки. Выпекать примерно 15 минут при температуре 200 градусов с одной стороны, потом аккуратно перевернуть биточки и выпекать еще 2—3 минуты с другой стороны.

Биточки можно также обвалять в овсяных хлопьях.





Картофельные биточками с жареными яйцами

*5 картофелин, 60 г твердого сыра, 2 яйца, 1 желток,
небольшой пучок шнитт-лука, 2 ст. ложки муки,
1 ст. ложка оливкового масла, щепотка свежемолотого
черного перца, ½ ч. ложки морской соли.*

Картофель почистить и отварить в подсоленной воде. В остывший картофель добавить желток и размять все толкушкой. Шнитт-лук мелко порубить. Сыр натереть на крупной терке.

Добавить к размятой картошке сыр, большую часть измельченного шнитт-лука, 1 ст. ложку муки, поперчить и вымешать.

Оставшуюся муку насыпать на рабочую поверхность, сформировать биточки любого размера, обваливать со всех сторон в муке и, если есть время, поставить на 30 минут в холодильник или просто дать постоять несколько минут.

Разогреть в сковороде оливковое масло и обжаривать картофельные биточки по 3—4 минуты с каждой стороны до появления золотистой корочки. Затем выложить на бумажное полотенце, чтобы убрать излишки жира.

Разогреть другую сковороду (без масла), разбить в нее два яйца, посолить, поперчить и пожарить.

Выложить на тарелку биточки, сверху яйца, посыпать оставшимся шнитт-луком.

Морковно-рыбные биточки «гриль»

*4 шт. моркови, 500 г рыбы (фарш), 2 луковицы,
2 яйца, ½ стакана манки, соль, перец.*

Готовим рыбный фарш. Рыбу разобрать, отделить кожу и кости, пропустить через мясорубку. Посолить, поперчить. Добавить лук. Потереть на терке морковь (побольше). Перемешать.

Добавить яйца и манку (можно добавить кускус). Дать постоять около 10 минут (для пропитки манки или кускуса).





Сформировать биточки и отправить в аэрогриль. Готовить при 175 °С до румяной корочки.

Рыбные биточки со спаржевой фасолью и соусом из сладкого перца

*1 кг рыбного филе (пеленгас), 200 г почеревки (сало с мясом),
хлопья «Нордик 4 злака» — 200 г, 2 яйца, 2 луковицы, соль, перец,
сладкий перец, чеснок, крахмал, табаско, спаржевая фасоль.*

Очистить рыбу от кожи и возможных костей. Перекрутить через мясорубку. Добавить (перекрутить) почеревку и лук, яйца, соль, перец, приправы. Измельчить до крупной крошки хлопья. 150 г добавить к фаршу, остальное — на панировку.

Сформировать биточки (8х2 см). Запанировать. Жарить на небольшом огне без масла с закрытой крышкой, так как в фарше уже есть жир и он начнет топиться.

Готовим соус. Сладкий перец почистить и измельчить в блендере с чесноком, соевым соусом и табаско. Добавить некоторое количество кипятка. Для загустения использовать крахмал. Для этого вскипятить соус. Крахмал развести небольшим количеством холодной воды и, помешивая, ввести его в соус. Прокипятить пару минут. Отправить фасоль в пароварку.

Биточки немного остудить. Подавать с фасолью и соусом.

Куриные биточки и рис по-мексикански

*Для биточков: 300 г куриного филе, 1 окорочок, 50 г сливочного масла, 1 кусочек черствого батона, 200 г грибов (шампиньоны),
2 ст. ложки муки, 100 г молока, соль, перец.*

Для риса: 200 г пропаренного коричневого риса, мексиканская замороженная смесь, подсолнечное масло, соль, перец.

Отварить рис до готовности, на сковороду выложить мексиканскую смесь (можно замороженную), посолить, поперчить, на-





крыть крышкой и обжаривать в течении 5—7 минут под крышкой. Смешать рис и овощи в отдельной тарелке — рис по-мексикански готов! Для приготовления биточков: с окорочка снять мякоть, филе порезать на куски. Хлеб залить молоком или водой. Мясо и хлеб пропустить через мясорубку. Посолить, поперчить и хорошенько вымесить фарш. Для начинки: грибы мелко нарезать, обжарить на сковороде, добавить муку и молоко, посолить и поперчить. Из фарша сделать лепешку, покласть на середину одну-две чайные ложки начинки, затем сформировать шарики, выложить на противень, смазанный растительным маслом, и запекать до готовности примерно 25—30 минут.

Биточки, запеченные с овощами

*1 кг мясного фарша, 300 г отварного риса, 4 луковицы,
1 цуккини, 1 морковь, масло растительное, специи: соль, перец,
соевый соус, сахар, итальянская смесь пряных трав.*

Две крупные луковицы покрошить и обжарить на растительном масле. В мясной фарш добавить обжаренный лук, отваренный до полуготовности рис, соль, перец. Хорошенько вымесить.

Выложить слой цуккини. Немного полить маслом и присыпать специями.

Сформировать биточки и выложить их на цуккини. Переложить дольками помидора, добавить специи и масло.

Накрыть биточки и отправить в разогретую до 220 градусов духовку на 30 минут. Через пол часа фольгу убрать и дать биточкам подрумяниться 20 мин.

Отдельно сделать соус. Лук порезать кольцами, морковь натереть на терке. Обжарить, добавить помидоры, сахар (1 ложка) соевый соус (1 ложка)

Биточки подрумянились, достать их из духовки.

Выложить сверху овощи и поставить обратно в выключенную духовку немного настояться. Биточки готовы.





Мясо в картофельной «шубе»

Мясо (можно взять и курицу, и телятину, и даже утиное филе), картофель — 4 небольших клубня, 1 ст. ложка сметаны, 1 ст. ложка муки без горки, соль, перец.

Мясо помыть, обсушить, срезать лишний жир и пленку и нарезать на биточки. Посолить, поперчить. Картофель почистить и натереть на крупной терке. Отжать лишнюю воду.

К картофелю добавить сметану и муку, соль, перец и хорошо перемешать. Благодаря сметане и муке картофель не распадается. Сформировать котлеты: на лепешку из картофеля выложить кусочек мяса. Сверху прикрыть еще одной картофельной лепешкой и хорошо их соединить.

В довольно большом количестве масла обжарить «пирожки» с одной стороны до золотистой корочки.

Перевернуть и обжарить с другой стороны.

Затем можно уменьшить огонь и тушить под крышкой 20—25 минут. Или положить в форму и отправить в духовку на 30—40 минут при температуре 200 градусов.

Биточки, запеченные с сыром и помидорами

Небольшой кусок вчерашнего белого хлеба, 500 г фарша, 12 кусочков сыра «Эмменталер» (в нарезке), 1 мелко порубленная луковица, 1 зубчик чеснока, пропущенный через пресс, 4 ст. ложки рубленой свежей петрушки, 2 яйца, соль, перец, паприка-порошок, майоран, 1 ст. ложка топленого масла, 2 средних помидора.

Замочить хлеб в воде, отжать, размять и вместе с фаршем положить в миску. 4 кусочка сыра мелко порезать и с луком, чесноком, петрушкой, яйцами добавить к фаршу, хорошо перемешать. Приправить солью, перцем, паприкой, майораном. Сформировать 8 биточков.





Разогреть духовку до 220 °С. Обжарить биточки в горячем масле с двух сторон в течение 12 мин.

Вместе с жиром от жарки переложить в форму для запекания. Сверху положить помидоры, нарезанные кружочками, и сыр. Запечь в духовке пока сыр не расплавится (минут 5—8).

При подаче на стол украсить петрушкой.

Биточки а-ля чевапчичи

0,5 кг говяжьего фарша, 1 средняя луковица, соль, молотый черный перец (по желанию можно добавить свои любимые специи), 1 яйцо (взбить с солью), 3 ст. ложки муки для кляра.

Из хорошо вымешанного фарша формируем биточки — «брусочки». Обваливаем в муке. Обмакиваем во взбитом яйце, и выкладываем на горячую сковороду. Готовим на среднем огне, осторожно переворачивая. Пока биточки жарятся, отвариваем спагетти.

Подаем готовые биточки с макаронами и салатом или на выбор.

Биточки по-кенигсбергски

2 куса хлеба для тостов, 1 луковица, 1 яйцо, паприка порошок, соль, перец, 500г фарша (50:50), 2 ст. ложки растительного масла, 40 г муки, 30 г сливочного масла, 250 мл молока, 250 мл мясного бульона, 2 ст. ложки каперсов, лимонный сок, 500 г картофеля, 1 ст. ложка рубленой петрушки.

Картофель почистить, поставить отвариваться. Хлеб замочить в холодной воде. Лук почистить, мелко порубить. Смешать лук, яйцо, фарш, паприку, соль и перец. Хлеб отжать и добавить в фарш. Сформировать 8 биточков и обжарить на растительном масле с двух сторон до золотисто-коричневой корочки (около 4—5 минут с каждой стороны).





Готовим соус. В горячее растопленное масло добавляем муку. Смешиваем молоко и бульон и добавляем к муке. При постоянном помешивании доводим до кипения. Солим, добавляем каперсы, немного лимонного сока.

Отварной картофель перемешиваем с петрушкой. Выкладываем на тарелку биточки, картофель, поливаем соусом.

Биточки из свиной вырезки

На 600 г вырезки — 2 яйца, 50 мл сливок или молока, смесь перцев, соль, 3—4 столовые ложки сухарей, растительное масло для жарки.

Вырезку помыть, обсушить, порезать на биточки шириной по 1 см.

Каждый биток слегка отбить, посолить, поперчить и сложить стопочкой. Так получается, что солим и перчим с одной стороны, а просаливаются с обеих. Смешать яйца и сливки. Биточки обваливать в сухарях с обеих сторон. Снова сложить стопочкой. Обмакивать каждый биток в яично-сливочной смеси и обжаривать на горячей сковороде по 1—2 минуты с каждой стороны до готовности.

Из сезонных овощей приготовить салат.

Подавать биточки с салатом.

Биточки картофельно-яблочные с хреном

1 кг картофеля, 4 яблока, 2 ст. ложки хрена, 4 ст. ложки муки, масло растительное, соль, перец.

Картофель очистить, натереть на мелкой терке и хорошенько отжать. С яблоками поступить так же. Смешать яблоки с картофелем, добавить хрен, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Из картофельно-яблочной массы сформировать биточки и обваливать их в муке. Обжарить на растительном масле, выложить





на противень и запечь в духовке при температуре 200 градусов до хрустящей корочки.

Рисовые биточки с клубничным киселем

Ягоды, крахмал, сахар, рис, соль.

Сварить густой ягодный кисель заранее, чтобы остыл. Затем из стакана клейкого риса сварить кашу в небольшом количестве воды. Соль, сахар по вкусу. Вода должна вся выкипеть. Когда каша будет готова, добавить в нее столовую ложку с верхом крахмала и быстро перемешать. Двумя ложками сформовать биточки, обвалять в манке и обжарить на растительном масле с двух сторон.

Подавать горячими, политыми холодным киселем.

Гречневые биточки с грибами и другими вкусами

Для биточков: 1 ½ стакана гречки, 350 г свежих шампиньонов, 3 луковицы лука шалот, 3 веточки свежего орегано, 3 зубчика чеснока, горсть хлебных крошек и сухарей, зелень (кинза, базилик, тархун, черемша), соль, перец, оливковое масло.

Цикорий: 3—4 небольших цикория (белого), салат корн (овощная валериана), оливковое масло, молотый черный перец, 1 лимон, 2 ст. ложка коричневого сахара.

Штруделлини: 500 г слоеного бездрожжевого теста, 1 большая груша (аббат или конференц), 1—2 крепких красных сливы, коричневый сахар, корица, сахарная пудра.

Приготовленный цикорий поразит Вас своим насыщенным пикантным вкусом. Нам понадобится белый цикорий среднего размера, а также салат корн, или по-другому овощная валериана, для подачи. Все промыть проточной водой и обсушить полотенцем.





Теперь разрезать цикорий вдоль на две части и сделать в каждой половинке разрез от основания плодоножки. На сковороде разогреть оливковое масло и выложить цикорий разрезом вниз, обжарить. Как только подрумянится, аккуратно перевернуть. Добавить немного соли и перца, затем выдавить сок половины лимона внутрь каждого плода и посыпать коричневым сахаром. Убавить огонь и продолжить обжаривать, периодически переворачивая цикорий на сковороде.

Когда сахар карамелизируется и цикорий приобретет золотисто-коричневый цвет, снять со сковородки и подать на салатных листьях валерианы, сбрызнув лимонным соком и оливковым маслом. Это потрясающий гарнир к рыбе или просто теплый салат. Неповторимая горчинка цикория в сочетании с сахаром и лимоном делает это блюдо очень вкусным. Не в постные дни добавьте к нему немного пармезана, положите на хрустящий хлеб.

Для гречневых биточков с грибами нам необходимо отварить полтора стакана гречневой крупы в подсоленной воде, подготовить грибы, почистить лук-шалот и чеснок.

Грибы мелко нарезать и обжарить на сковороде на оливковом масле, добавив в него листочки свежего орегано, когда грибы подрумянятся, добавить к ним соль, перец и мелко нарубленные шалот и чеснок. Обжарить еще несколько минут, и выложить это все к нашей гречке, предварительно размяв ее картофельным прессом. Туда же добавить рубленую зелень базилика, тархуна, черемши и кинзы.

Далее перемешать все хорошенько в глубокой посуде, добавить горсть хлебных крошек и чуть-чуть теплой воды. Еще раз перемешать и слепить биточки. Теперь обваливать их в сухарях и поджарить на сковороде с двух сторон до румяной корочки. Подать со свежей зеленью, овощным салатом, с любимыми соусами или можно приготовить подливку из сухих грибов.

На десерт сделать штруделлини из слоеного теста и фруктов. Все предельно просто. Тесто раскатать потоньше, посыпать коричневым сахаром, поверх разложить тоненькие лепестки груши и сливы, опять посыпать коричневым сахаром и корицей.





Свернуть тесто в рулет и нарезать острым ножом на 5—6 частей. Затем аккуратно разложить кружочки вертикально на противень с кулинарной бумагой, сверху посыпать немного сахаром и корицей и отправить в духовку на 20 минут при 200 градусах.

Готовые штруделлины посыпать сахарной пудрой и подать на десерт с чаем.

Королевские биточки с сыром

*300 г мякоти свинины, 300 г мякоти телятины,
300 г куриного филе, 700 г репчатого лука,
250 г твердого сыра, 2 яйца, 150 г сливочного масла,
50 г растительного масла для жарки, соль, перец по вкусу,
2 яйца для смазывания битков.*

Нарезать свинину, телятину и куриное филе небольшими кусочками. Перекрутить его на мясорубке с крупной решеткой.

Лук нарезать мелко, затем при помощи ножа для лука измельчить его еще мельче и хорошо размять руками, чтобы лук пустил сок. Выложить его в наш фарш и хорошо перемешать. Яйца взбить миксером в пышную пену и добавить в фарш. Снова хорошо вымесить. Сливочное масло растопить и тоже вылить в фарш. Снова хорошо вымесить.

Сыр натереть на крупной терке и добавить в фарш, хорошо перемешать, а затем, поднимая мясо на высоту, несколько раз бросить его на стол, чтобы хорошо наполнить кислородом. Присолить, поперчить по вкусу (желательно после добавления сыра, так как сыр тоже имеет соль).

Сформировать из фарша битки. Венчиком взбить 2 яйца и аккуратно с двух сторон смазать яйцом наши битки. Выложить на разогретую с растительным маслом сковороду и обжарить с двух сторон по 2—3 мин.

Сложить прижаренные битки в жароупорную форму и поставить в разогретую до 200 градусов духовку на 30 минут.

Такие битки хорошо подать с запеченной картошкой.





Рисовые биточки со сладкой кукурузой и кинзой

4—5 ст. ложек бурого риса, 3 ст. ложки консервированной кукурузы, 1 красный сладкий перец, 2 яйца, 50 г сметаны, небольшая горсть кинзы, 3 перышка зеленого лука, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка оливкового масла, ½ ч. ложки молотой сладкой паприки, щепотка морской соли, щепотка свежемолотого черного перца.

Рис отварить согласно инструкции на упаковке. Сладкий перец вымыть, очистить от семян и нарезать маленькими кубиками.

Зеленый лук и кинзу мелко порубить. Соединить сладкий перец, кукурузу, зеленый лук и кинзу, добавить яйца, молотую паприку, посолить, поперчить. Готовый рис отправить к кукурузе с перцем, хорошенько вымешать. Всыпать муку и еще раз перемешать.

Разогреть в сковороде оливковое масло, ложкой выкладывать биточки и обжаривать с двух сторон. Готовые биточки перекладывать на бумажное полотенце, чтобы убрать излишки жира.

Подавать со сметаной.

Биточки с вешенками

Фарш мясной, вешенки свежие, лук, кабачок, чеснок, соль, перец, яйцо, растительное масло, панировочные сухари, отварной картофель на гарнир.

Вешенки нарезать небольшими кубиками. Лук так же нарезать мелким кубиком. Грибы и лук обжарить на растительном масле, слегка присолив и добавив немного соевого соуса. В конце можно добавить немного чеснока.

В фарш добавить яйцо, соль, перец, измельченные лук и кабачок. Хорошо вымешать.

Из готового фарша влажными руками сформовать лепешки толщиной 1,5 см. В центр каждой лепешки уложить по одной





столовой ложке охлажденной грибной начинки. Аккуратно сворачивая края лепешки к центру, закрывая начинку, сформовать биточки. Готовые биточки обжарить в растительном масле до золотистой корочки. Сложить в сотейник и довести до готовности под крышкой в горячей духовке минут 20.

Подать готовые биточки можно с отварным картофелем, предварительно заправив его обжаренным луком и зеленью, и с капустным салатом.

Биточки из индюшиной печени

*1 упаковка (700—800 г) индюшиной печени, 1 стакан муки,
2 яйца, соль и перец по вкусу, сыр твердый — 100—150 г,
масло растительное для жарки.*

Печень помыть и разделить на отдельные дольки. Промокнуть полотенцем. Яйца взбить с перцем и солью, сыр натереть на крупной терке. Каждый кусочек печени обвалять в муке. Затем обмакнуть в яичную смесь и обжарить на несильном огне с двух сторон до золотистого цвета.

Обжаренную печень уложить на противень, посыпать тертым сыром и отправить на несколько минут в духовку, чтобы расплавился сыр. Подавать можно с любым, любимым вами гарниром.

Вафельные биточки

*0,5 кг мясного фарша, 50 шт. вафельных коржей,
8 яиц, соль, черный молотый перец, паприка молотая,
кориандр молотый, петрушка и укроп (свежие или сушеные),
1 луковица, 2 зубчика чеснока.*

Яйца взбить, добавить соль и специи. В фарш добавить обжаренный (охлажденный) мелконарезанный лук. Добавить пропущенный через пресс чеснок, соль, специи и зелень.





На корж нанести тонким слоем фарш (0,5 см.) и накрыть вторым коржом. Обмакнуть тщательно в яйце и обжарить с двух сторон до золотистой корочки.

Биточки из семги

*0,5 кг семги, 1 — 2 ст. ложки крахмала, щепотка муската,
1 — 2 яйца, по горсти рубленых укропа и петрушки.*

Семгу нарезать на кубики, примерно 1 см. Добавить горсть рубленых укропа и петрушки, крахмал, щепотку муската, посолить, вбить яйца, вымешать, дать немного настояться, обжарить как оладушки по 1—2 минуты с каждой стороны.

Биточки по-кишиневски

*Для фарша: 800 г мяса (свинина или куриное филе),
100—150 г несоленого сала, 1—2 луковицы, 2 зубчика чеснока,
1 столовая ложка с горкой муки, 2 яйца, соль и перец по вкусу.*

*Для начинки: 3—4 средней величины соленых огурца
(не маринованных), 1 луковица, 100 г молотых грецких орехов,
50 г сливочного масла.*

Для лезьона: 2 яйца, неполный стакан муки.

Приготовить фарш из всех вышеуказанных ингредиентов: огурцы нарезать соломкой, лук мелкими кубиками, обжарить на сковороде на растительном масле: сначала слегка обжарить лук, затем к нему добавить огурцы и жарить до выпаривания рассола. Выключить огонь и добавить сливочное масло. Взбить яйца, слегка посолив и поперчив. Из фарша сделать лепешку и на середину положить чайную ложку с горкой начинки. Оформить в виде продолговатой котлеты. Затем обвалять в муке и обмакнуть в смесь из яиц.

Жарить на среднем огне на растительном масле, довести до готовности в духовке.





Куриные биточки с ананасом

*3—4 куриных филе, 1 банка ананаса консервированного
кольцами, 1 упаковка нарезки сыра, 1—2 яйца,
50 г муки, майонез, соль, перец.*

Нарезать толстую часть филе на ломтики толщиной 1—1,5 см. Разделочную доску обернуть пищевой пленкой, выложить на нее ломтик филе, накрыть пищевой пленкой и отбить, стараясь придать форму, как кольцо ананаса. Биточки выложить в глубокую емкость, залить соком от ананаса и поставить в холодильник на 1—1,5 часа.

Каждый биточек слегка посолить, поперчить с двух сторон, обвалять в муке, потом в яйце и быстро обжарить на растительном масле с двух сторон.

Выложить на противень, застеленный бумагой для выпечки. На каждом биточке сделать сеточку из майонеза, сверху выложить кольцо ананаса, а на него ломтик сыра. Поставить запекаться в духовку при температуре 180 градусов до образования на сыре легкой румяности.

Биточки «Крабики»

*200 г кальмаров, 130 г макаронных изделий, 1 луковица,
50 г сливочного масла, 1 помидор, 1 яйцо, 2 ст. ложки томатной
пасты, 2 ст. ложки растительного масла, красный
молотый перец, соль по вкусу.*

Макаронные изделия отварить в подсоленной воде. Мелко нарезанные кальмары и лук обжарить на сливочном масле в течение 3 минут, добавить томатную пасту и готовить еще 2 минуты. Кальмары и макаронные изделия соединить, посолить, поперчить и вбить яйцо, перемешать и сформировать биточки. Жарить их на растительном масле до образования золотистой корочки. Удалив у помидора мякоть, нарезать его на полоски толщиной 0,5 см и перед подачей на стол украсить в виде ножек краба вокруг биточка.





Капустные биточки

¼ большого кочана капусты, 2 столовые ложки манки, соль, черный перец, 4 столовые ложки панировочных сухарей.

Нарезать мелко капусту, обжарить на растительном масле минут 5, посолить, поперчить, затем добавить немного воды и тушить еще 5—7 минут. После добавить манную крупу, тщательно перемешать и добавить еще немного воды. Тушить до готовности 5 минут. Дать капусте остыть. Далее сформировать котлеты, обвалять в панировочных сухарях и обжаривать до золотистой корочки.

Биточки «Оригинальные»

2—3 средних баклажана, 0,5 кг куриного филе, 1 луковица, 50 г сала, 2 яйца, мука, соль, перец по вкусу.

Порезать баклажан кружками толщиной около 0,5 см. Посолить. Дать постоять 10—15 мин. Слегка обжарить без масла (идеально — на сковородке «гриль»). Из куриного филе, сала, лука сделать фарш как на котлеты. Взять два кружка баклажана, между ними положить фарш, обмакнуть получившийся биток в муку, яйцо и снова в муку. Обжарить до готовности.

Биточки из семги и молодой картошки с луком и укропом

300 г филе семги, 2 куска подсушенного белого хлеба, 1 вареная молодая картофелина, 1 яйцо, 1 долька лимона, небольшой пучок укропа, 1 перо зеленого лука, 1 ст. ложка домашнего майонеза, 1 ст. ложка оливкового масла, щепотка свежемолотого черного перца, щепотка морской соли.

Рыбу вместе с лимоном отварить практически до готовности. Картофель почистить и размять, добавить майонез, посолить,





поперчить, перемешать. Укроп и лук мелко порубить и добавить к картофелю.

Отваренную рыбу разобрать на мелкие кусочки и выложить в картофельную массу, размять.

Хлеб измельчить в блендере. Яйцо размешать вилкой. Разогреть в сковороде оливковое масло. Сформировать из картофельной массы биточки, обмакнуть в яйцо, затем обвалять в сухарях и жарить по 2 минуты с каждой стороны.

Биточки из рыбы с зеленью

*600 г рыбы, 40 г репчатого лука, одно яйцо,
60 г хлебной крошки, зелень — по вкусу, соль, перец.*

Филе рыбы (треска, камбала, судак, лещ, сом, карп) без кожи и костей разрезать на куски, посыпать солью и перцем, прибавить мелко рубленые репчатый лук и зелень петрушки, перемешать и пропустить через мясорубку с редкой решеткой. Приготовленную массу разделить на тонкие лепешки овальной или круглой формы, смочить сырым взбитым яйцом и запанировать в хлебной крошке. Поджарить на сковороде.

Мясные биточки «Танго втроем»

*Половина батона белого хлеба, 6 шт. грибов (шампиньонов),
2 яйца, 1 средняя луковица, 2 зубчика чеснока, 50 г сливочного
масла, 300 г фарша из куриных грудок, 500 г смешанного мясного
фарша (говядина и свинина), 150 мл молока,
200 мл 10% сливок, перец, соль, майонез, 50 г твердого сыра.*

Хлеб очистить от корочки и замочить в молоке. Добавить половину хлеба в мясной фарш, туда же добавить прокрученную через мясорубку луковицу, посолить, поперчить. Вбить яйцо, хорошо размешать фарш. В куриный фарш добавить оставшийся хлеб, продавленный через пресс чеснок, размягченное сливочное





масло, яйцо, посолить и поперчить. Грибы отварить в подсоленной воде, с добавлением лаврового листа и перца горошком в течении 15 минут. Можно купить уже готовые грибы (консервированные, но обязательно они должны быть целыми).

Мясной фарш разделить на шесть частей, куриный тоже разделить на шесть частей. Из мясного фарша сформировать шарики, выложить их в форму для запекания (с бортиками), пальцами сделать углубление посередине. Из куриного фарша сформировать шарики, внутрь каждого положить по целому грибочку. Куриный шарик положить на мясной. Сверху полить майонезом и посыпать тертым на самой мелкой терке сыром. В форму налить сливки. Готовить в предварительно нагретой до 190 градусов духовке около 45—50 минут. Если сыр у вас зарумянится раньше, просто прикройте форму фольгой.

Пшенные биточки

1 стакан пшено, 1 стакан воды, 1,5 стакана молока, 3—4 ч. ложки сахара, ½ ч. ложки соли, одно яйцо, мука или панировочные сухари.

Хорошо промыть пшено, налить 1 ст. воды и варить, пока пшено не разбухнет, затем добавить молоко, соль и сахар, варить на медленном огне до готовности (если необходимо, добавить еще жидкости). Должна получиться вязкая каша. Когда пшенка остынет, вбить одно яйцо и перемешать. Слепить биточки и обжарить их в подсолнечном масле.

Сочные куриные биточки

3 ст. ложки муки, 4 шт. куриных бедер, 3 яйца, соль, перец, масло подсолнечное для жарки.

Куриные бедра помыть, вырезать косточки. Шкурку не снимать, ее нужно хорошенько общипать. Мясо равномерно отбить





(не сильно) с двух сторон, посолить, поперчить. Яйца взбить. Биточки обмакнуть в муке, потом в яйце и жарить на сковороде на среднем огне до образования золотой корочки, перевернуть на другую сторону, накрыть крышкой и дожаривать на медленном огне. Готовые биточки можно оставить целыми, а можно разрезать каждый на 3 части (порционные).

Ленивые биточки

*1 куриное филе, 3 — 4 шт. больших шампиньонов, 2 яйца,
2 — 3 ст. ложки майонеза, 1 ст. ложка муки, соль, перец,
специи по вкусу.*

Филе нарезать маленькими кусочками. Шампиньоны помыть, почистить и порезать кубиками. Выложить филе с грибами в мисочку, добавить майонез и специи. Поставить в холодильник минимум на 30 минут. Затем добавить яйца, муку и все хорошо перемешать. Выкладывать ложкой на разогретую сковороду с маслом и обжарить с двух сторон. Можно еще положить немного лука, чеснока, разной зелени. Если хочется более грибного вкуса, добавить больше грибов. Грибы можно брать другие, на свой вкус.

Биточки из форели

*400 г филе форели (или семги), 600 г картофеля,
6—8 помидоров черри, 1 морковь, ½ луковицы, 1 пучок зеленого
лука, 1 пучок укропа, 2 зубчика чеснока, сок ½ лимона,
6—7 ст. ложек сметаны, 4 ст. ложки сливочного масла,
1—2 ст. ложки оливкового масла, 1—2 ст. ложки муки, щепотка
свежемолотого черного перца 1 ч. ложка морской соли.*

Лук, чеснок и морковь почистить. Форель положить в небольшую кастрюлю, добавить почищенные овощи, посолить, залить водой, довести до кипения и варить 15 минут. Картофель почистить и отварить в подсоленной воде, затем воду слить и сохранить.





Приготовить из картофеля пюре, добавив сливочное масло и 3 ст. ложки воды, в которой он варился. Измельчить зеленый лук, пол пучка укропа, помидоры и смешать все с пюре. Отваренную форель раскрошить вилкой, соединить с пюре, хорошенько перемешать. Если нужно, добавить немного соли и перца.

Сделать небольшие биточки, обвалять их в муке и обжарить на оливковом масле. Оставшийся укроп мелко порубить, смешать с лимонным соком и сметаной, слегка посолить.

Полить биточки соусом и подавать горячими.

Крабовые биточки с огуречным соусом

450 г белого крабового мяса, 200 г замороженной сладкой кукурузы (в зернах), ½ сладкого красного перца, 1 красный перец чили, 1 яичный желток, 4 пера зеленого лука, 8 ст. ложек панировочных сухарей из подсушенного и измельченного в блендере зернового хлеба, 2 ст. ложки семян кориандра, 2 ст. ложки обезжиренного натурального йогурта (или простокваши), 1 ст. ложка оливкового масла, 1 ч. ложка молотого имбиря.

Кукурузу разморозить и просушить. Зеленый лук мелко порубить. Перец чили и сладкий перец, удалив семена, нарезать кубиками.

Крабовое мясо порезать. Семена кориандра растереть в ступке или измельчить в блендере. Соединить крабовое мясо, кукурузу, зеленый лук, чили и сладкий перец, добавить кориандр, имбирь, йогурт и желток, все вымешать. Из получившейся массы сделать 12 биточков, слегка посыпать панировочными сухарями, накрыть и поставить в холодильник на 12 часов.

Разогреть в сковороде оливковое масло и порциями жарить крабовые биточки на среднем огне по 2—3 минуты с каждой стороны до золотистого цвета.

Подавать с огуречным соусом.



ЗРАЗЫ

Зразы — блюдо литовской, белорусской, польской и украинской кухни, представляющее собой котлету или мясной рулет с начинкой.

Зразы обычно готовят из отбитого говяжьего мяса, приправленного солью и перцем. Начинка бывает самой разнообразной — различные овощи, вареные яйца, грибы, иногда каши. Подаются с бульоном (в котором и приготавливаются), кашами, картофельным пюре.

Зразы из отбитых тонких листов целого мяса, в которые заворачивается начинка, называются завиванцы (распространены на Западной Украине).

Рыбные зразы с грибной начинкой

*Яйцо сырое — 1 шт., молоко — 100 мл, хлеб (пшеничный) — 100 г,
морковь — 1 шт., филе рыбное (без костей) — 800 г,
лук репчатый (крупный) — 1 шт.*

*Начинка: лук зеленый — 40 г, яйца отварные — 2 шт.,
шампиньоны — 300 г, укроп — 40 г, перец черный, соль, масло
растительное — 3 ст. ложки и для обжаривания,
сухари панировочные (или кукурузная мука).*

Филе рыбы тщательно вымыть, слегка обсушить бумажной салфеткой. Нарезать на кусочки и пропустить все через мясорубку или можно измельчить в блендере. Измельченное филе аккуратно выложить в чашку. С хлеба аккуратно срезать корку, замочить ее в холодном молоке, потом слегка отжать.

В чашку с рыбой добавить морковь (крупно натертую), половинку репчатого лука (мелко нарезанного), сырое яйцо и хлеб. Немного посолить, поперчить и хорошенечко вымесить фарш. Для начинки нужно будет кубиками нарезать шампиньоны.





В сковородке нагреть растительное масло (3—4 столовые ложки), обжарить оставшуюся половину репчатого лука, добавить туда же грибы и обжаривать все еще, примерно, 5—8 минут. Яйца, сваренные вкрутую, нужно мелко порубить. Зеленый лук и укроп необходимо мелко нарезать. Жареные грибы хорошо перемешать с зеленью, яйцом, немного посолить и поперчить. Из фарша нужно сформировать лепешки, на серединку каждой такой лепешки положить приготовленную начинку и сформировать битки. Затем аккуратно обвалить в панировочных сухарях и обжарить до готовности.

Зразы картофельные с грибами (1 вариант)

Картофель — 800 г, грибы свежие или замороженные — 500 г, мука — 4—5 стаканов, лук репчатый — 1 шт., растительное масло — 4 столовые ложки, панировочные сухари, сметана — 150 г, соль, черный молотый перец по вкусу.

Сначала необходимо приготовить грибную начинку. Для этого следует взять грибы и нарезать их, после чего обжарить на растительном масле. Добавить к грибам мелконарезанный лук и обжарить еще минут пять. Готовый фарш с грибами необходимо поперчить и добавить по вкусу специй. После этого нужно приступить к процессу приготовления самих зраз. Картофель необходимо очистить, тщательно промыть и отварить до готовности в подсоленной воде. Отвар от картофеля слить в миску и сделать из картошки пюре. При этом, добавить немного отвара.

Далее к полученной смеси нужно добавить муку и тщательно все перемешать. После этого нам необходимо разделить тесто на небольшие части и сформировать из него руками лепешки небольшого размера. В центр лепешки нужно выложить столовую ложку грибного фарша, а края защепить. Зразы должны иметь форму удлинённых котлет. Потом нужно зразы обвалить в сухарях для панировки и жарить на разогретой сковороде в масле до румяной корочки.





Зразы картофельные с грибами (2 вариант)

*Картофель — 6—8 шт., лук репчатый — 1 шт., грибы — 150 г,
панировочные сухари, растительное масло,
перец по своему вкусу, соль.*

Очистить картофель. Затем хорошо его вымыть и отварить в слегка соленой воде. Затем полностью слить воду, добавить к картофелю одну столовую ложку растительного масла, быстро размять ее толкушкой в пюре (комбайн или блендер не стоит использовать). Далее нарезать и обжарить лук и грибы, добавив к ним перец и соль, хорошо остудить приготовленную начинку.

Из не совсем остывшего картофельного пюре мокрыми руками сформировать аккуратную лепешку с небольшим углублением, в которое поместить приготовленную грибную начинку и сформировать зразу. Затем сформированные зразы обвалить в панировке и обжаривать на заранее разогретой сковороде с небольшим количеством масла, примерно, четыре-пять минут, аккуратно перевернуть, обжаривать еще три-четыре минуты. На заметку: картофель можно также просто отварить в мундире, очистить его, натереть или при помощи толкушки размять, добавив масла.

Зразы из гороха

*Сухари — 3 ст. ложки, манка — 4 ст. ложки, яйца — 2 шт.,
масло растительное — 2—3 ст. ложки, одна луковица,
горох — 2 стакана, соль, перец.*

Замочить на ночь горох, сварить и протереть через сито, смешать со сваренной на воде манкой. Добавить поджаренный лук. Смесь пропустить через мясорубку. Добавить яйца, поперчить, посолить.

Сформировать котлеты из смеси, обвалить в сухарях, обжарить до золотистости.

Перед подачей полить теплым растительным маслом.





Зразы картофельные

Картофель — 1,5 кг, яйцо — 1 шт., лук — 300 г, грибы сушеные — 60 г, маргарин — 30 г, панировочные сухари — 80 г, растительное масло — 60 г.

Для соуса: лук репчатый — $\frac{1}{2}$ головки, сметана — 250 г, мука пшеничная — 1 ч. ложка, растительное масло — 1 ч. ложка, перец черный молотый, соль, перец молотый.

Грибы перебрать, проколоть и замочить в холодной воде на 3—4 часа. Воду сцедить, грибы проколоть еще раз, залить водой, в которой они замачивались, и варить до готовности без соли. Готовые грибы нарезать мелкими кубиками.

Лук порубить и обжарить на маргарине. Добавить нарезанные грибы и жарить все вместе. Фарш заправить солью и перцем.

Картофель отварить. Воду слить, картофель протереть горячим. Добавить яйцо, соль и перемешать.

Сформировать массу в виде лепешек. На середину каждой уложить фарш, края соединить и придать изделиям форму кирпичика. Запанировать их в сухарях. Обжарить зразы в масле на сковороде до золотистой корочки.

Для соуса лук порубить и обжарить на масле. Добавить муку и обжарить еще 2 минуты. Влить 2 столовые ложки грибного бульона и довести до кипения. Добавить сметану, перемешать и снова дать соусу закипеть.

При подаче зразы уложить на тарелки, полить соусом и оформить зеленью.

Зразы картофельные с мясом

Картофель отварной — $\frac{1}{2}$ кг, яйцо — 1 шт., мука — 2 ст. ложки, мясо отварное — 200 г, лук — 2 шт., грудинка копченая — 100 г, майонез или сметана — 1 ст. ложка.

Картофель размять или пропустить через мясорубку, добавить яйцо, муку, соль. Все хорошо перемешать.





Мясо пропустить через мясорубку. 1 луковицу мелко порезать. Обжарить фарш вместе с луком. Добавить майонез или сметану, перемешать.

Из картофельной массы сделать лепешки, на середину каждой выложить фарш, завернуть и сформировать зразы.

Зразы обвалить в муке и обжарить в масле с двух сторон.

Вторую луковицу и грудинку порезать, обжарить на отдельной сковороде.

Подать зразы, полить луковым соусом.

Зразы картофельные оригинальные

*Картофель — 1,5 кг, яйцо — 1 шт., лук — 300 г,
маргарин столовый — 30 г, панировочные сухари — 80 г,
растительное масло — 60 г, соль, перец молотый, зелень,
грибы сушеные — 60 г, соус грибной — 600 г.*

Грибы перебрать, помыть и замочить в холодной воде на 3—4 часа. Воду сцедить, грибы промыть еще раз, соединить с водой, в которой они замачивались, и варить до готовности без соли. Готовые грибы нарезать мелкими кубиками.

Лук очистить, мелко нарезать и пассеровать на маргарине, добавить нарезанные грибы и пассеровать все вместе. Фарш заправить солью и перцем.

Очищенный картофель залить горячей водой, посолить и варить до готовности. Воду слить, картофель обсушить и протереть горячим.

В протертый картофель добавить яйцо, хорошо промешать и сформировать лепешкой. На середину каждой лепешки уложить фарш, края соединить и придать форму кирпичика, который дальше панировать в сухарях.

Зразы жарить на раскаленной с жиром сковороде при 170 °С до образования румяной корочки.

Готовые зразы уложить на тарелки, оформить веточкой зелени. Сбоку подлить грибной соус.





Зразы с печеным картофелем

Мякоть постной говядины — 400 г, молоко — 4 ст. ложки, хлеб пшеничный — 40 г, яйца — 2 шт., сливочное масло — 1 чайная ложка, перец черный молотый, соль.

Мякоть говядины вместе с замоченным в молоке и отжатым хлебом 2 раза пропустить через мясорубку. Добавить перец, соль и хорошо вымесить массу.

Приготовить омлет: взбить яйца с молоком и солью. Запечь в духовке до готовности. Дальше остудить и мелко порубить.

Из мясного фарша сформовать лепешки толщиной 1 см, сверху выложить омлет и соединить края, придав изделиям овальную форму. Запечь зразы до готовности. Подавать с гарниром из печеного картофеля.

Пикантные картофельные зразы

Картофель — 1 кг, мука — $\frac{1}{2}$ стакана, яйца — 2 шт., семга слабосоленая — 300 г, сыр — 300 г, соль, перец по вкусу, зелень базилика, петрушки, укропа — 1 пучок, лук — 2 шт., сок лимонный, сливочное масло, растительное масло.

Картофель отварить в «мундире», очистить и натереть на крупной терке. Очень мелко нашинковать репчатый лук и обжарить на сливочном масле. Взбить яйца с солью и перцем, все перемешать и добавить муку.

Рыбу порезать на широкие полоски, полить лимонным соком, посыпать перцем и дать постоять 10 минут.

Рубленую зелень измельчить, сыр натереть на терке и перемешать с зеленью.

На рыбные полоски выложить начинку из сыра, скатать в рулетики. Сформировать из картофельного фарша лепешку, положить в середину рулет из рыбы, осторожно защипнуть края, формируя «котлету», выложить на противень, смазанный растительным маслом и запечь в духовом шкафу до образования корочки.





Зразы с грибами

Фарш говяжий — 320 г, грибы — 200 г, мякоть свинины — 100 г, репчатый лук — 1 шт., растительное масло — 2 ст. ложки, перец черный молотый, соль по вкусу.

Грибы и свинину нарезать ломтиками, лук мелко порубить. Для начинки свинину обжарить на масле, добавить грибы, лук и жарить до полуготовности. Посолить, поперчить.

В говяжий фарш добавить специи, 2 столовые ложки воды, хорошо взбить его и сформировать 4 лепешки. На середину каждой лепешки уложить приготовленную начинку и, соединив края, придать изделиям овальную форму. Обжарить их до образования золотистой корочки, дальше довести до готовности в духовке.

Подавайте зразы с жареным картофелем.

Зразы рисовые

Рис — 120 г, молоко — 300 г, яйца — 20 г, мякоть вареной говядины — 160 г, лук репчатый — 40 г, масло сливочное — 40 г, сухари панировочные — 30 г, зелень укропа — 10 г, соль — по вкусу.

Рис сварить до полуготовности в небольшом количестве подсоленной воды. Залить рис молоком и варить до готовности, добавить в конце немного масла. Кашу остудить, ввести яйца и перемешать.

Лук порубить, спассеровать на масле, соединить с пропущенным через мясорубку мясом и жарить еще 5 минут, дальше добавить рубленую зелень.

Из рисовой каши сформировать две лепешки, уложить на них начинку, края каждой лепешки соединить и придать изделиям овальную форму. Зразы запанировать в сухарях и обжарить на масле до образования румяной корочки.

При подаче выложить зразы на блюдо, полить растопленным маслом.





Зразы картофельные с мидиями

*Картофель — 1 кг, яйца — 2 шт.,
сухари панировочные — 50 г, масло сливочное — 50 г.
Для начинки: мидии — 250 г, лук репчатый — 1 головка,
яйца вареные — 2 шт., масло оливковое — 50 г,
зелень петрушки рубленая — одна столовая ложка.*

Для начинки: припущенные до готовности мидии, пропустить через мясорубку и обжарить с мелко нарезанным луком. Добавить рубленые яйца, зелень, посолить, поперчить и перемешать.

Картофель отварить, протереть горячим, ввести яйца, солить и взбить.

Из картофельной массы сформировать небольшие лепешки. На середину каждой уложить начинку из мидий, придать изделиям форму зраз, после чего запанировать их в сухарях и обжарить на масле. Довести до готовности в духовке.

При подаче зразы разложить на блюде, полить маслом.

Зразы манные с омлетом и морковью

*Крупа манная — 100 г, молоко — 200 г, морковь — 60 г,
масло сливочное — 20 г, яйцо — 2 шт., вода — 100 г, зелень
петрушки — 10 г, сухари панировочные — 30 г, соль по вкусу.*

В кипящее молоко всыпать манную крупу тонкой струйкой, варить 10 минут, остудить.

Яйца взбить с водой. Морковь нарезать кубиками, спассеровать на части масла, соединить с яичной смесью и поджарить омлет.

Готовый омлет мелко нарезать, смешать с рубленой зеленью.

Из манной каши сформировать две лепешки, уложить на них омлет, края каждой лепешки соединить и придать изделиям овальную форму. Запанировать зразы в сухарях и обжарить на масле до золотистого цвета.

При подаче выложить зразы на блюдо и полить растопленным маслом.





Зразы рубленые

*Мякоть говядины свинины или баранины — 500 г,
хлеб пшеничный — 100 г, молоко или вода — 140 г,
перец черный молотый, соль.*

Для фарша: 1 яйцо, лук репчатый — 4 головки, масло топленое — 50 г, зелень петрушки — 30 г, сухари панировочные — 80 г, масло растительное — 40 г, перец черный молотый, соль.

Хлеб без корочек замочить в воде или молоке. Для приготовления котлетной массы мякоть пропустить через мясорубку вместе с замоченным и отжатым хлебом 2 раза. Развести массу оставшейся от замачивания хлеба жидкостью, посолить, поперчить, взбить.

Для фарша лук мелко порубить, спассеровать на топленом масле до золотистого цвета, охладить и смешать с вареным рубленым яйцом. Добавить мелко нарезанную зелень петрушки, соль, перец. Из котлетной массы сформировать небольшие лепешки, на середину каждой уложить фарш, края соединить и придать изделиям форму кирпичика, запанировать их в сухарях.

Обжарить зразы на разогретом растительном масле до образования румяной корочки и довести до готовности в духовке или под крышкой.

Зразы уложить на порционные блюда по одной штуке на порцию. На гарнир подавать отварные овощи, фасоль в томате. Отдельно можно подать томатный соус.

Зразы любительские

*Говядина — 700 г мякоти, чеснок — 6 зубчиков,
сухари панировочные — $\frac{1}{2}$ стакана, масло топленое — 3 ст. ложки, вода — 5 ст. ложек, перец черный молотый, соль, яйцо — 2 шт., лук репчатый — 2 головки, молоко — 3 ст. ложки, масло сливочное — 3 ст. ложки.*

Говядину пропустить через мясорубку, добавить мелко рубленый чеснок, соль, перец, воду, хорошо перемешать.





Для омлета яйца взбить с молоком и обжарить на масле в виде тонкого блинчика.

Из мясной массы сформировать лепешки, на каждую положить кусочек омлета, а на него — пассерованный лук. Свернуть рулетиком, запанировать в сухарях и обжарить на масле, дальше прогреть в духовке. Подавать зразы с жареным картофелем, зеленым горошком и огурцом.

Литовские зразы

Говядина — 130 г.

Для фарша: хлеб ржаной, сырое сало, яйцо — ¼ шт., лук репчатый, перец молотый черный, жир для пассерования, соль, мука для панировки, жир для обжаривания, соус сметанный.

Мясо нарезать и отбить в виде тонких ломтиков. На середину каждого ломтика поклясть фарш, сформировать зразы, панировать их в муке, обжарить до полуготовности, затем залить сметанным соусом и тушить. Незадолго до готовности ввести сметану. Фарш приготовить из вареных яиц, хлеба и сала, нарезанных мелкими кубиками, и пассерованного лука с добавлением рубленой зелени петрушки, соли и молотого перца. Подавать зразы под соусом, в котором они тушились.

Зразы любительские

Говядина — 850 г мякоти, масло топленое — 25 г, масло растительное — 50 г, бульон мясной — 300 г, томат-пюре — 75 г, яйцо — 2 шт., грибы — 200 г, сухари молотые — 40 г, мука пшеничная — 25 г, морковь — 50 г, корень петрушки — 50 г, соль, перец, зелень петрушки.

Для фарша нашинкованный лук спассеровать на топленом масле. Смешать с молотыми сухарями, мелко нарезанными вареными яйцами, поджаренными грибами и рубленой зеленью.





На тонко отбитые порционные куски говядины положить фарш и свернуть мясо в виде колбасок.

Перевязать колбаски нитками, посолить, обжарить на части жира, залить бульоном и потушить. Через час вынуть зразы из бульона, удалить нитки.

В бульон добавить томат-пюре, нашинкованные поджаренные корни и подсушенную муку, разведенную частью бульона. Проварить 15—20 минут. Процедить.

Полученным соусом залить зразы и тушить еще при слабом кипении в закрытой посуде 15 минут. Подавать вместе с соусом.

Зразы рубленые классические

Говядина (мякоть, свинина или баранина) — 500 г, хлеб пшеничный черствый — 100 г, молоко или вода — 140 г, сухари панировочные — 80 г, масло топленое или растительное для жаренья и фарша — 40 г и 50 г, яйцо вареное — 1 шт., лук репчатый — 360 г, зелень петрушки — 30 г, соль, перец молотый.

Хлеб без корочек замочить в воде или молоке.

Для приготовления котлетной массы мясо освободить от пленок и сухожилий, измельчить в кухонном комбайне, смешать с замоченным и отжатым хлебом и измельчить еще раз.

Для фарша очищенный от кожицы лук мелко порубить и пассеровать до золотистого цвета, дальше охладить и смешать с рубленым яйцом. Добавить мелко рубленную зелень, соль, перец.

Котлетную массу сформовать на ладони в виде лепешки, на середину уложить фарш, края соединить и придать изделию форму кирпичика. Панировать в сухарях.

Подготовленные зразы уложить на раскаленную с жиром сковороду, обжарить с двух сторон до румяной корочки и прогреть в духовке или под крышкой.

При подаче зразы уложить на порционное блюдо по 1—2 штуки, а сбоку разместить гарнир — рассыпчатые каши, отварные овощи, фасоль в томате. Можно подать с томатным соусом.





Белорусские зразы

Фарш мясной — 500 г, лук репчатый — 1 шт., соль, черный молотый перец, белый хлеб или булка — 2 кусочка, яйцо — 1 шт., молоко — $\frac{1}{2}$ стакана, мука, растительное масло.

Для начинки: грибы — 250 г, яйца — 3 шт., лук репчатый — 1 шт., соль, перец.

Булку вымочить в молоке в течение 20—30 минут, молоко немного отжать, булку перекрутить на мясорубке. Лук репчатый очистить, перекрутить на мясорубке или натереть на мелкой терке.

В готовый фарш добавить лук, булку, сырое яйцо, соль и перец. Хорошо перемешать. Яйца для начинки отварить, очистить и мелко порубить. Лук репчатый для начинки мелко нарезать, обжарить вместе с грибами на растительном масле.

Смешать грибы, лук, яйцо, посолить и поперчить. Взять примерно столовую ложку фарша, положить на ладонь и сформировать лепешку. На середину этой лепешки положить чайную ложку начинки и накрыть меньшей лепешкой из фарша. Аккуратно соединить все и сформировать котлеты.

Котлеты обваливать в муке. Обжарить на разогретой сковороде со всех сторон до золотистого цвета. Переложить зразы в кастрюлю, залить бульоном или же водой, смешанной с бульонным кубиком, довести до кипения и тушить под закрытой крышкой на медленном огне около 20—30 минут.

Зразы с перепелиными яйцами

Фарш куриный — 400 г, лук репчатый — 1 небольшая головка, яйца перепелиные — 6 шт., яйцо куриное (для фарша) — 1 шт., соль, зелень, масло растительное для жарки.

Яйца перепелиные отварить, дать остыть и почистить. Обжарить репчатый лук до золотистого цвета. Фарш выложить в миску, посолить, поперчить, добавить яйцо, порубить зелень, положить жареный лук и сформировать небольшие котлеты.





В середине сделать углубление, положить в него яйцо, сделать шарик, который хорошо обвалять в сухарях. В небольшой кастрюле разогреть растительное масло, чтобы закипело, затем сделать небольшой огонь и положить наши шарики из фарша. На сильном огне не прожарится середина зразы.

Зразы из баклажанов

*Баклажаны — 3 шт., перец болгарский (красный) — 1 шт.,
чеснок — 2 зубчика, сухари панировочные — 5 ст. ложек,
яйцо — 1 шт., сыр — 50 г, чили — по вкусу, мука — 50 г,
масло подсолнечное — 40 мл.*

Промыть перец и баклажаны, положить их на противень и сбрызнуть маслом. Минут тридцать запекать в разогретой до 180 °С духовке. Когда перец и баклажаны будут готовы, положить их в миску. Закрывать пленкой и оставить остывать.

От семян и кожицы очистить перец. Порезать мелкими кусочками. Добавить мелко нарезанный чеснок, жгучий перец, соль и ложку подсолнечного масла. Начинка готова.

От кожицы очистить баклажаны. Измельчить их в блендере. К пюре добавить панировочные сухари, яйцо, мелко нарезанный сыр (или тертый). Все перемешать.

Смочить руки водой, сделать на ладони лепешку. Начинку положить по центру. Слепить зразу. Обвалять в муке. Обжарить с обеих сторон на разогретом масле в сковороде.

ГОЛУБЦЫ

Голубцы — блюдо ближневосточной и европейской кухни, представляющее собой мясной фарш с отваренным рисом (или гречневой крупой), завернутый в капустные листья.

Существуют разновидности с различными начинками. Блюдо широко распространено в Турции, Армении, на Балканах, в Молдавии. В Турции, предположительной родине голубцов, блюдо называется сарма (от глагола сармак — заворачивать) и близко к другому блюду — долме (рис и, часто, мясо, завернутые в виноградные листья).

Ленивые голубцы

*Фарш мясной ассорти — 250—300 г, морковь — 250 г
(3—4 средние морковки), лук репчатый — 2 шт.,
рис — 100 г, томатная паста — 2 ст. ложки, капуста
белокачанная — 0,5—0,7 кг, лавровый лист — 1—2 шт.,
черный перец горошком — 7—10 шт., сушеный укроп,
черный перец молотый,
соль — по вкусу.*

Фарш лучше брать из равных долей говядины и жирной свинины. В фарш добавить тертую на крупной терке морковь, нарезанный кубиками лук и промытый рис. Посолить и поперчить по вкусу, перемешать. Капусту нарезать кубиками около 2х2 см.

Поставить казанок на огонь, на дно налить немного рафинированного подсолнечного масла. Выложить слой капусты 2 см. Приблизительно такой же по толщине слой фарша, опять капусту и т.д. Верхний слой — тоже капуста. Немного утрамбовать.

В чашке воды (200 мл) развести томатную пасту и щепотку соли. Залить ленивые голубцы. Долить воды, чтобы доходила до края верхнего слоя. Сверху бросить горошины черного перца и





лавровый лист. Посыпать сушеным укропом. Довести до кипения, накрыть крышкой и тушить на маленьком огне 20—25 минут. Проверять по готовности риса. После приготовления дать настояться 10—15 минут.

Подавать со сметаной.

Фарш лучше делать на 2—3 порции, тогда в дальнейшем само приготовление голубцов отнимает 5—7 минут.

Голубцы с пшеном

Пшено — 1 стакан, капуста — 1 кочан (1,5—2 кг), сало с прожилками мяса (корейка или обрезки) — 300 г, лук репчатый — 2 шт., томатная паста — 1 ст. ложка, соль, перец черный молотый.

Пшено промыть и оставить в холодной воде, пока готовится все необходимое. Кочан капусты приварить (бланшировать) в кипятке минут 5—7. Вынуть, остудить.

Надрезать листья у кочерыжки и аккуратно отделить, стараясь не порвать листочки.

На каждом капустном листе немного срезать выступающую часть, кочерыжку. С сала срезать мясную часть. Сало прокрутить на мясорубке, мясо мелко порезать. Лук мелко порезать. Мясо обжарить на сковороде, если мясо совсем без жира, с небольшим количеством растительного масла или смальца. Вынуть из сковороды, давая жиру стечь. В этом жире обжарить лук до золотистого цвета. С пшена слить воду, добавить к нему перекрученное сало, обжаренное мясо и половину обжаренного лука. Посолить, поперчить и хорошенько перемешать. Фарш готов.

Теперь взять подготовленный капустный лист, положить его выпуклой стороной на стол, на основание листа положить 1—2 ложки начинки (в зависимости от размера листа) и завернуть конвертом. Уложить завернутые голубцы плотно в гусятницу (или кастрюлю), залить водой до верха, посолить и довести до кипения. Теперь надо уменьшить огонь до минимума, накрыть крышкой и приготовить заливку.





К оставшемуся на сковороде луку добавить томатную пасту, немного горячего отвара из голубцов и проварить пару минут. Можно немного загустить мукой. Через 20 минут от начала кипения голубцов добавить к ним заливку и варить их еще минут 15—20. Выключить и дать немного настояться.

Подавать со сметаной.

Голубцы простые

Рис — 1—1,5 стакана, капуста белокочанная — 0,5 средней величины, фарш мясной — примерно 0,5 кг, морковь — 1 шт. средней величины, лук репчатый — 1 шт. средней величины, сухари панировочные (или манка), яйца — 3—4 шт., соль, специи.

Рис отварить до полуготовности. Морковку и лук спассеровать в небольшом количестве постного масла (или свиного сала с кусочками — как кому нравится). Капусту отварить 10—15 мин., слегка остудить (чтобы не обжечь пальцы) и порезать (кусочки могут быть или большие, или поменьше — по вашему вкусу).

Смешать рис, морковку с луком, мясной фарш, порезанную капусту в одной емкости, добавив туда же яйца, сухари панировочные (или манку — вкус получается разный) чтобы весь фарш хорошо слипался вместе, соль по вкусу, можно — зелень и другие любимые вами специи — перец черный молотый и т. п. Все хорошо вымешать (очень хорошо смешивается толкушкой для пюре — лучше, чем рукой).

Разогреть на сковороде постное масло.

Сформировать из фарша овальные котлеты размером примерно в женскую ладонку, слегка приплюснуть. Выложить голубцы в разогретую сковороду, обжарить с двух сторон. После обжаривания сложить в кастрюлю (или чугунок), на дно налить немножко воды (чтоб не пригорели), сверху вылить немного сметаны и томата, протушить на рассекателе на слабом огне 25—30 мин.





Чтобы голубцы не рассыпались при жарке, вначале жарим на самом большом огне, а, переворачивая, уменьшаем огонь до минимума.

Голубцы «Рождественские»

*Головка соленой капусты, гречневая крупа, картофель,
лук, яйцо, постное масло, соль.*

Для соуса: сметана, грибы, мука, чеснок, соль, зелень.

Подготовить фарш: гречневая крупа (полуготовая) смешивается с сухим картофельным пюре (просто разминается вареная картошка без каких либо добавок) и пассерованым в постном масле луком. Посолить по вкусу (картофельного пюре добавить немного — только чтобы держало гречку), в конце хорошенько перемешать с сырым яйцом.

Головку соленой капусты разделить на отдельные листы, наполнить их фаршем, формируя голубцы. Сложить голубцы в утятницу, залить томатным соком, сверху положить лаврушку и на маленьком огне тушить 20—30 мин.

Подавать на стол с грибным соусом.

Для соуса лук спассеровать в постном масле до золотистого цвета, добавить мелко порезанные грибы и пассеровать вместе до выкипания жидкости, добавить сметану, ложечку муки и 3—5 минут протушить, после чего добавить толченый чеснок, зелень, соль по вкусу.

Голубцы постные

*Головка капусты, чечевицы — 100 г, гороха сушеный — 100 г,
фасоли черной — 100 г, соевых бобов — 100 г, пшеницы — 100 г,
масло постное, лук, соль.*

Капусту отварить, разобрать на листы (при варке капусты можно добавить немного уксуса, так листья остаются крепкими).





Подготовка фарша: отварить по отдельности чечевицу, горох, фасоль, соевые бобы и пшеницу. Спассеровать лук до золотистого цвета, смешать все вместе, добавив соль по вкусу, перец, зелень. Завернуть готовый фарш в капустные листья, сформировать голубцы, сложить в утятницу, полить томатным соком и тушить на медленном огне 20—30 минут.

Если фарш будет слишком рассыпчатым и не захочет формироваться в голубцах, можете его смешать с небольшим количеством картофельного пюре.

К готовым голубцам прекрасно подходит грибной соус: лук спассеровать в постном масле, добавить мелко порезанные грибы и протушить до выкипания жидкости на медленном огне. Добавить немного муки, сметану (для тех, кто придерживается поста — молоко или воду), 3—5 минут протушить, после чего добавить толченый чеснок, зелень, соль по вкусу, лавровый лист.

Голубцы мясные

Мясо (говядина) — 300 г, капуста белокочанная — 800 г, рис — $\frac{1}{2}$ стакана, лук репчатый — 1 шт., мука — 1 ст. ложка, соль, черный перец молотый, по 2 ст. ложки томата-пюре, сметаны и масла растительного.

Мясо пропустить через мясорубку. Рис отварить, охладить и смешать с измельченным мясом. Добавить мелко нарезанный, слегка поджаренный лук, а также соль и перец. Одновременно цельные листья капусты проварить в кипящей воде 5—7 мин. Вынуть из кипятка, охладить, разложить на столе, аккуратно отбить утолщенные части стеблей до толщины листа.

Положить фарш (мясо с рисом и луком), завернуть в виде колбасок с двух сторон, обжарить на сковороде, сложить в кастрюлю или казан. После этого влить на сковороду сметану, томатную пасту, стакан воды, добавить муку, вскипятить, посолить. Залить голубцы этим соусом и поставить тушить под крышкой на слабом огне на 40 мин.





Литовские голубцы

Капуста, фарш, картофель, морковь, сметана, зелень, подсолнечное масло, бульон.

В подсоленной воде сварить капусту, срезать толстую часть листка и разделить листок пополам. Фарш посолить, поперчить по вкусу, добавить много зелени. В подготовленные листья капусты завернуть фарш и обжарить в подсолнечном масле до образования корочки. Подготовленные голубцы уложить в кастрюлю, немного смазанную маслом, на голубцы выложить тертую морковь, полить сметаной, а наверх — картошку, порезанную кубиками. Залить бульоном и поставить на очень маленький огонь. Тушить до готовности картошки.

Голубцы по-польски

Капуста свежая — 1 кочан, телятина (огузок) — 500—700 г, рис — 130 г, лук репчатый — 1 шт., яйцо сырое — 1 шт., масло сливочное — 150 г, квас — 1 стакан, бульон жирный — 1 стакан, сметана, мука — 2 ст. ложки, фюме — 1—2 ст. ложки, кенийский перец, сухари, перец черный молотый, соль.

Кочан свежей капусты, вырезав из него кочерыжку, опустить в соленую кипящую воду, сварить до полуготовности.

Приготовить фарш: огузок перекрутить в мясорубке 3 раза, рис сварить до полуготовности, смешать с мясом. Добавить лук, припущенный с маслом, солью и черным молотым перцем, долить жирного бульону, все смешать.

Горячую капусту разобрать по листьям, вырезать толстые стебли. Выложив фарш на каждый лист, завернуть голубцы. Готовые голубцы сложить в сотейник, влить квас и бульон, посолить, сверху положить тарелку, чтобы голубцы погрузились в сок, накрыть крышкой и поставить тушить на плите часа на полтора.

Затем положить сметану и дать закипеть. Снять с огня, заправить соусом: 2 ст. ложки сливочного масла и 2 ст. ложки муки





спассеровать, развести соком от голубцов, прибавить фюме, кенийский перец, прокипятить.

Толченые сухари смешать с небольшим количеством распущенного масла, полить ими голубцы и поставить в духовку, разогретую до 200—210 °С, зарумянить.

Подавать горячими.

Грибные голубцы

Капуста белокочанная, грибы, вареные яйца, лук, зелень, сметана, соль, перец.

Капусту разделить на листья и отварить в подсоленной воде. Самые удачные отложить, а остальные нарезать соломкой, добавить полукольца лука, нарезанные грибы и обжарить на сливочном масле. В эту начинку добавить нарезанные яйца, зелень, соль, перец и перемешать. Завернуть начинку в капустные листья, как обыкновенные голубцы, уложить на противень, полить сметаной и запечь в духовке. Много времени не потребуется, т.к. продукт почти готов.

При подаче посыпать зеленым луком.

Голубцы в тесте

Белокочанная капуста, морковь, отварные грибы, лук, зелень, яйцо — 1 шт., молока — 0,5 стакана, мука — 1 стакан, соль, сода.

Капустные листья отварить в подсоленной воде, срезать прожилки. Морковь натереть на терке, лук и грибы порезать. Обжарить овощную смесь на растительном масле, посолить, поперчить по вкусу, добавить зелень. Полученный фарш завернуть в капустные листья как обычные голубцы. Из оставшихся ингредиентов замесить тесто, по густоте напоминающее сметану. Голубцы обмакнуть в тесто и обжарить на растительном масле с двух сторон.

Подавать горячими со сметаной, посыпав зеленью.





Закусочные голубцы

Капустные листья, морковь, чеснок, соль, уксус, перец, сахар.

Капусту отварить, отделить листья как на голубцы. Морковь натереть на крупной терке, посолить, поперчить, добавить чеснок (выдавить его через чесночницу). Этим начинить капустные листья (как голубцы). Сложить в кастрюлю и залить маринадом.

Маринад: 0,5 литра воды, 0,5 стакана сахара, 1 ст. ложка соли — закипятить. Снять с огня и туда вылить 0,5 стакана столового уксуса, залить голубцы этим маринадом (если маринад не покрыл голубцы, делаем новую порцию). Когда остынет — в холодильник.

Через неделю готово.

Квашенные острые голубцы

Капуста — 2 кочана, морковь — 5—6, чеснок — 3 головки.

Для рассола: соль — 1 ст. ложка, сахар — 1 ст. ложка, измельченный чеснок — 1 головка, кипяченая холодная вода — 250 мл, растительное масло — 250 мл, уксус — 100 мл.

Капусту сварить, как на голубцы, отделить листочки. Морковь натереть на крупной терке. Чеснок размять и перемешать вместе с морковью, посолить. На каждый лист выложить начинку и сформировать голубцы. Уложить в эмалированную кастрюлю. Залить голубцы рассолом и поставить на 1 час под гнет.

Голубцы любительские

Мясной фарш — 1 кг, отварной рис — 1 стакан, чеснок, лук, приправа хмели-сунели, базилик, сметана — 0,5 л, соль, сахар, яйца — 2 шт., листья капусты (отваренные).

Голубцы по этому рецепту получаются нежные и очень вкусные. Фарш (кто какой любит) соединить со стаканом риса,





добавить специи, соль, обжаренный лук, чеснок, яйца. Перемешать хорошо. Из капусты и готового фарша сделать голубцы и обжарить (обязательно) на растительном масле. На дно алюминиевой кастрюли положить целый капустный лист (чтоб не пригорело), затем обжаренные голубцы.

Делаем заливку для голубцов: в сметану добавить столько воды, чтоб покрыло голубцы, соль, сахар по вкусу (у нас любят сладковатые) и специи обязательно. Хорошо размешать, до растворения соли и сахара. Попробуйте на вкус, а затем залейте голубцы и поставьте на маленький огонь. Как закипит — готовить минут 15—20.

Голубцы «ленивые» в сметанно-томатном соусе

*Рис — 0,5 ст., фарш свино-говяжий — 500 г, лук — 1 шт.,
чеснок — 1 зуб., свежая капуста — 400 г, соль,
перец, томатный соус — 150 г, сметана — 150 г.*

Рис отварить в подсоленной воде. Воду тщательно слить. Капусту очень мелко порезать (1х1 см). Нарезанную капусту залить кипятком и оставить на 7—10 минут. В большую миску сложить рис, капусту и фарш (лук и чеснок натереть на терке и добавить к фаршу), посолить и поперчить. Хорошо размешать. Из получившейся массы сформировать большие котлеты, обвалять в панировочных сухарях и обжарить на большом огне (они не должны полностью прожариться, а только «схватиться» сверху и образовать румяную корочку).

Котлеты выложить в смазанный глубокий противень. (Во избежание пригорания, часть обваренной капусты выложить тонким слоем на дно противня).

Сметану смешать с томатным соусом, всыпать 0,5 ч ложки соли, влить $\frac{1}{2}$ стакана воды. Получившимся соусом залить голубцы так, чтобы на них не оставалось «сухих» мест и запечь в духовке около 30 минут.





Голубцы домашние в горшочках

*Капуста — 2 средних кочана, фарш свиной — 1 кг, рис — 200 г,
лук — 2 шт. больших, морковь — 3 шт. средних,
сметана — 300 г, соус томатный — 100 г, соль,
перец черный, лавровый лист.*

Кочерыжку в капусте предварительно вырезать, кочан положить в кипящую соленую воду. Когда листья начнут сами распадаться, можно осторожно отделять их прямо в воде.

Фарш: добавить в него вареный рис и зажарку (лук, морковь), посолить, поперчить по вкусу. Если получается густой, можно добавить немного воды. Из полученного фарша формируем голубцы.

На дно горшочка положить зажарку так, чтоб покрыла дно. Укладывать голубцы слоями, сверху каждый прикрывая зажаркой. Когда все голубцы уложены, залить их подливой. Для подливы: на сковороду вылить сметану, добавить в нее томатный соус, немного воды, лавровый лист, посолить, поперчить и довести до кипения, непрерывно помешивая. Когда эта смесь закипит, залить ею горшочки почти до верха, так, чтоб покрыть голубцы. Поставить в духовку на средний огонь 2,5—3 часа.

Голубцы с морковкой маринованные

*Воды — 1 л, уксуса — 1 стакан, подсолнечное масло — 1 стакан,
сахар — 1 стакан, соли — 2 ст. ложки, капуста, морковь,
чеснок, черный перец.*

Маринад: на 1 литр воды — 1 стакан уксуса, 1 стакан подсолнечного масла, 1 стакан сахара, 2 столовые ложки соли. Маринад прокипятить и остудить.

Капусту ошпарить. Для начинки морковь натереть на терке, добавить давленный чеснок и заправить черным перцем. Скрутить маленькие голубцы, залить маринадом, положить под пресс. Дать выстояться 1—2 суток. Подавать как холодную закуску.





«Ежики» в капусте

Фарш любой — 300 г, рис круглозернистый — $\frac{1}{3}$ стакана,
лук — 1 шт., томатная паста — 2 ст. ложки,
соль и перец, приправа для мяса.

Для гарнира: небольшой вилок капусты, 1 ср. морковь.

Для соуса: мука, молоко, соль, перец, майонез
для смазки формы, сыр.

В фарш добавить сырой промытый рис, измельченный лук, томатную пасту, посолить, поперчить. Сформировать ежики. Форму для запекания смазать майонезом, уложить ежики, чтобы между ними оставалось немного места. Капусту мелко нашинковать, морковь натереть на крупной терке и обжарить до неполной готовности. Равномерно выложить на ежики. Полить сверху соусом и поставить в духовку при 180—200 °С на 40—50 мин. За 15 мин. до готовности посыпать тертым сыром.

Постные голубцы

Капуста — 1 кочан, рис — 100—120 г, помидоры — 1—2 шт.,
репчатый лук — 1—2 шт., морковь — 1—2 шт.,
грибы — 400 г, чеснок — 1—2 зубчика, томатная паста —
2 ст. ложки, вода — 500—750 мл, черный молотый перец, соль,
зелень, подсолнечное масло — для жарки.

Капусту — помыть, обсушить и разобрать на листики. Потом опустить капустные листы в кипящую воду, накрыть ее крышкой и оставить на 3—5 минут пока листья не размякнут. После того, как листья станут мягким, вынуть их из воды, обсушить и срезать утолщения.

Начинка: промыть рис в холодной воде и отварить его до состояния полуготовности, подсолить воду, в которой он будет отвариваться. Затем вымыть грибы, разложить их на полотенце, просушить и порезать на пластинки. Далее вымыть помидоры, ошпарить их кипятком, осторожно снять с них кожицу и нарезать





мелкими кубиками. Далее почистить чеснок и измельчить при помощи чесночного пресса. Потом промыть зелень, высушить ее и мелко порезать. После этого очистить репчатый лук от шелухи и нарезать его полукольцами. Также почистить морковь и натереть ее на крупной терке.

Теперь хорошо разогреть сковородку с подсолнечным маслом, обжарить в ней репчатый лук пару минут, потом добавить натертую на терке морковь и жарить ее с луком около 3—4 минут. Когда лук с морковью приготовятся, переложить их в тарелку, а в сковородку, в которой они жарились, всыпать грибы и обжарить их. Далее соединить рис, обжаренный репчатый лук, морковь, грибы, помидоры, зелень и чеснок. Потом все хорошо перемешать, посолить и поперчить.

Выложить на подготовленные капустные листья по 1—2 столовых ложки подготовленной начинки, свернуть в конвертики и немного обжарить на подсолнечном масле.

Тем временем, пока обжариваются голубцы, приготовить заливку для них. Для этого положить в воду томатную пасту, посолить и хорошо перемешать.

Затем уложить подготовленные голубцы в большую кастрюлю, залить их заливкой из томатной пасты, накрыть крышкой и поставить на огонь. Довести все до кипения, сбавить огонь и тушить голубцы примерно 30—40 минут. Снять готовые голубцы с огня и подавать к столу, немного их остудив.

Рыбные голубцы

*Филе рыбы — 500 г, капуста — 500 г, луковица — 1 шт.,
рис — 2 ст. ложки, раст. масло — 4 ст. ложки,
томатный соус — $\frac{2}{3}$ стакана, соль, перец, зелень петрушки.*

Сварить капусту в подсоленной воде, остудить, нарезать соломкой. Лук нарезать кубиками и поджарить на масле. Рис отварить до полуготовности в подсоленной воде. Филе рыбы пропустить через мясорубку, добавить капусту, рис, лук, посолить,





поперчить по вкусу. Сформировать из фарша рыбные голубцы в виде колбасок, обжарить со всех сторон на сковороде, а затем залить их томатным соусом. Запекать 20—30 минут в разогретой до 180 °С духовке.

Голубцы с пшеном простые

*Пшено — 300 г, подсолнечное масло — 50 г,
белокочанная капуста — 1 шт. средней величины, морковь —
2 шт., лук — 2 шт., уксус — 1—2 стол. ложки, соль, перец.
Для соуса: подсолнечное масло — 200 г, головка чеснока,
щепотка соли.*

Вырезать кочерыжку из капусты. Кочан опустить в кипяток до тех пор пока листья ни преобретут мягкость. Приварить пшено до полуготовности. На сковороде протушить лук и морковь. Соединить с пшеном и размешать. Эту смесь выкладывать на капустные листья равномерным слоем (не горкой, как в случае мясного фарша!). Плотнo завернуть и отварить в подсоленной воде до готовности. За 5 минут до конца влить уксус. Слить воду и полностью охладить. Подавать с соусом, который состоит из постного масла, в которое добавить давленный прессом и присоленный чеснок.

Голубцы из листьев салата

*Листья китайского салата — 12 шт., куриные грудки — 2 шт.,
репчатый лук — 1 шт., сметана — 200 мл,
вода — 150 мл, зелень укропа, соль, черный молотый перец,
растительное масло — для смазывания.*

Лук почистить, помыть и мелко нарезать. Куриные грудки помыть, мясо отделить от костей и пропустить через мясорубку.

Затем мясной фарш соединить с луком, посолить и поперчить. Зелень укропа помыть и измельчить. Добавить зелень, немного сметаны в начинку и перемешать.





Листья салата помыть, выложить в кастрюлю с кипящей водой. Посолить и варить 2 минуты. Затем снять кастрюлю с огня и слить воду. На листья салата выложить мясную начинку и завернуть конвертиками.

Выложить голубцы в смазанную растительным маслом форму. Сметану соединить с водой и хорошо перемешать. Полученный сметанный раствор влить в форму с голубцами. Выпекать голубцы до готовности в разогретой до 180 градусов духовке в течении 15—20 минут.

Китайские голубцы

Листья китайской капусты — 8 штук.

Для начинки: шампиньоны — 250 г, болгарский перец — 1 шт., лук-порей — 1 шт., сливочный сыр — 100 г, сметана — 2 ст. ложки, соль — по вкусу, черный молотый перец — по вкусу.

Для соуса: мед — 1 ст. ложка, соевый соус — 1 ст. ложка, сливочное масло — 50 г, растительное масло — для жарки.

Листья китайской капусты окунуть в кастрюлю с кипятком, оставить на 5 минут и слить жидкость.

Начинка: грибы помыть и нарезать кусочками. Лук порей помыть и нарезать соломкой. Болгарский перец помыть, удалить серединку с семечками и нарезать кусочками. Обжарить грибы на разогретом растительном масле, затем добавить болгарский перец и лук. Все хорошенько перемешать и жарить 3 минуты. Дальше посолить, поперчить, добавить сыр и влить в сковороду сметану. Все хорошо перемешать и снять с огня. На каждый лист капусты выложить приготовленную начинку, завернуть листья капусты конвертиками и сложить в смазанную растительным маслом форму.

Соус: мед соединить с соевым соусом и сливочным маслом. Все хорошо перемешать. Приготовленным соусом смазать голубцы. Запечь голубцы до готовности в разогретой до 180 градусов духовке.





Овощные голубцы

*Капуста — 1 шт., рис — 1,5 стакана, морковь — 2 шт.,
репчатый лук — 4 штуки, томатная паста — 2 ст. ложки,
вода — $\frac{1}{2}$ стакана, черный молотый перец — по вкусу,
соль — по вкусу, растительное масло — для жарки.*

Капусту обдать кипятком и разобрать на листья. Слегка отбить в местах уплотнения. Рис отварить в подсоленной воде до готовности, затем откинуть на сито, чтобы удалить лишнюю жидкость. Почистить, помыть и измельчить репчатый лук. Морковь почистить, помыть и натереть на мелкую терку. Пассеровать лук до золотистого цвета на разогретом растительном масле. Затем добавить морковь, перемешать и жарить еще 2 минуты. Снять сковороду с огня и остудить.

В миске соединить отварной рис, жаренные лук и морковь. Посолить, поперчить и хорошо перемешать. Приготовленную начинку выложить на каждый лист капусты и завернуть конвертиками. Слегка обжарить голубцы на разогретой с растительным маслом сковороде и сложить в форму. Томатную пасту развести водой и влить в форму с голубцами. Тушить в разогретой до 180 градусов духовке до готовности. Затем достать из духовки, выложить на блюдо и подать на стол.

Голубцы в пароварке

*Капуста — 1 кочан, мясной или куриный фарш — 400 г,
рис — 80 г, яйцо — 1 шт., луковица — 1 шт., вода — 2 ст. ложки,
мясной бульон — 400—500 мл, сливочное масло,
сметана — 2—3 ст. ложки, зелень петрушки, зелень укропа,
соль — по вкусу, черный молотый перец — по вкусу.*

Очистить капусту от верхних листьев, вымыть и разобрать на листья. Капустные листья опустить на 2—3 минуты в кипящую воду, вынуть и остудить. Мясной фарш обжарить на сливочном масле, добавить слегка обжаренный лук, отварной рис, измельченную зелень, сырое яйцо, воду. Все хорошо перемешать.





Готовую начинку выложить на капустные листики, завернуть конвертом и сложить в пароварку. Залить бульоном и готовить около 25—30 минут.

Голубцы подать на стол со сметаной и зеленью.

Голубцы по старинному рецепту

*Говядина — 360 г, лук репчатый, средний — 6 шт.,
капуста — ½ кочана, бульон мясной — 0,5 л,
сметана — 200 г, рис — 180 г, перец, соль.*

Мякоть говядины и лук пропустить через мясорубку и добавить отварной рис. Посолить, поперчить и хорошо перемешать. Капусту ошпарить кипятком и отделить листы. На капустный лист положить немного фарша и свернуть в виде небольшой колбаски. Обвязать колбаски нитками и выкладываем их в глубокую кастрюлю.

Добавить мясной бульон, чтобы он едва покрывал голубцы, закрыть крышкой и томить на слабом огне 1 час. После добавить сметану и томить еще 30 минут.

Капустные листья можно заменить виноградными листьями, которые имеют приятный кисловатый вкус.

Ленивые голубцы в духовке

*Мясной фарш — 1 кг, белокочанная капуста — 1 головка,
луковица — 1 шт., рис — 1 стакан, яйцо — 1 шт.,
чеснок — 2 зубчика, черный молотый перец — по вкусу,
зелень укропа — по вкусу, зелень петрушки — по вкусу,
соль — по вкусу, растительное масло.*

*Для соуса: вода — 1 л, сметана — 500 г, томатная паста —
2—3 ст. ложки, соль — по вкусу, сахар — по вкусу,
лавровый лист — по вкусу.*

Рис отварить в подсоленной воде почти до готовности. Откинуть на дуршлаг. Капусту тонко нашинковать, а лук мелко наре-





зять. Обжарить овощи на растительном масле до полуготовности. Остудить. Соединить фарш, рис, жареную капусту с луком, пропущенный через чесночный пресс чеснок и яйцо. Добавить соль и черный молотый перец по вкусу. Хорошо перемешать.

Из подготовленного фарша сформировать голубцы в виде круглых котлеток. Выложить ленивые голубцы в глубокую форму для запекания. Нагреть 1 л воды. Добавить соль, сахар, томатную пасту и лавровый лист. Варить 5 минут на маленьком огне. Затем выключить огонь, добавить сметану и хорошо перемешать.

Залить голубцы подготовленным соусом. Запечь в разогретой до 180 градусов духовке до готовности. Выложить ленивые голубцы на блюдо и посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Голубцы в перце

Болгарский перец — 10 шт., мясной фарш — 400 г, отварной рис — 200 г, сметана — 150 г, томатная паста — 150 г, морковь — 200 г, репчатый лук — 200 г, черный молотый перец — по вкусу, соль — по вкусу, растительное масло — для жарки.

Лук и морковь почистить и помыть. Затем лук нарезать как можно мельче, а морковь натереть на мелкую терку. Половину лука обжарить с добавлением растительного масла. Добавить половину тертой моркови и жарить до золотистого оттенка. Мясной фарш смешать с отварным рисом. Добавить обжаренные овощи, соль и перец. Перемешать до однородного состояния.

Болгарский перец помыть, отрезать у каждого перца верхушку и удалить семена. Каждый перец наполнить приготовленным фаршем. В отдельной мисочке смешать сметану с томатной пастой. В глубокую кастрюлю выложить оставшийся лук и морковь. Залить подготовленным соусом и перемешать. Затем выложить фаршированные перцы и влить воду так, чтобы она доходила примерно до середины перцев. Поставить на огонь и тушить около 40 минут, накрыв крышкой.

Подать можно полив соусом, в котором голубцы тушились.





Голубцы гуцульские

Капуста квашеная — целая 1 головка, рис длинозернистый — 1 стакан, кукурузная крупа — 1 стакан, лук — 2 шт., морковь — 2 шт., масло растительное — 5 ст. ложек, фарш свиной, жирный — 500 г, тимьян свежий рубленый — 1 ст. ложка, укроп свежий рубленый — 1 ст. ложка, сало свежее — 200 г, перец черный молотый, соль.

Сало нарезать небольшими кусочками. Рис смешать с кукурузной крупой, ошпарить 2—3 раза, сливая кипяток. Лук нарезать кубиками, морковь натереть на крупной терке. Разогреть на сковороде растительное масло и тушить на нем лук с морковью, укропом и тимьяном до мягкости, приправить солью и перцем. Добавить овощи и фарш к крупе, хорошенько перемешать.

Капусту разобрать на листья, в каждый листок завернуть немного начинки и сформировать небольшие пальчики. Выкладывать голубцы в кастрюлю слоями, перекладывая их салом. Заливать водой, чтобы она покрыла голубцы, накрыть крышкой и томить на слабом огне 5—6 часов.

Голубцы с креветками в листьях салата и морской капусте

Капуста морская — 100 г, креветки — 100 г, соевый соус — 50 мл, вареное яйцо — 1 шт., кинза — 5 шт., рис — 100 г, сметана кунжута — 40 г, оливковое масло — 50 г, салат — 7 листьев, палочки крабовые — 3 шт.

Рис отварить до готовности. Вязкий, разваренный рис — лучше, чем рассыпчатый. В подсоленной воде отварить креветки. На растительном масле их обжарить. Можно просто отварить. Разобрать и промыть в проточной воде листья салата. Листья нужны большие. На салатный лист выложить горсть риса. Креветку положить сверху на рис.





Голубцы

Соус: смешать сметану кунжута, соус соевый, масло оливковое холодного отжима. Добавить яблочный уксус или чайную ложку сока лимона, перец. Креветки и рис полить соусом. Листья салата свернуть как голубцы. Залить кипятком морскую длинную капусту, и минут пятнадцать варить до готовности.

Морской капустой обернуть голубцы. Крабовые палочки разрезать вдоль, и украсить ими голубцы. Палочки засовывать под морскую капусту.

На блюдо выложить голубцы, украсить вареным яйцом, зеленью кинзы или петрушки.

ДОЛМА

Долма — это фактически голубцы, только не в капустных, а в виноградных (или других) листьях. В качестве внешней оболочки, кроме виноградных листьев, могут быть использованы также различные овощи (например, перцы, томаты, баклажаны). К примеру, существуют рецепты долмы из яблок, помидоров, айвы, лука, перца, листьев конского щавеля, баклажанов и т. д. Оболочка создает форму, внешний вид блюда и придает ему неповторимой привкус.

В качестве начинки используется мясной фарш, рис или крупа. В ее состав могут входить всевозможные добавки — приправы, орехи, лук, лимонный сок, оливковое масло.

Третью часть долмы — подливу — готовят из бульона, в котором варилась долма, и из приправ, которые добавляют в этот бульон до или после его готовности. Приправы, а следовательно, и вкус подливы, как правило, должны быть кислыми или кисло-сладкими.

Долма из перца

Мята — 1 маленький пучок, тимьян сушеный — 1 большая щепотка, сахар — по вкусу, перец острый красный — 1 большая щепотка, укроп — 1 средний пучок, кориандр молотый — 1 большая щепотка, рис среднезерновой — 1 стакан, орехи кедровые — 1 ст. ложка, лук шалот — 6—7 шт., перец зеленый сладкий (мелкий) — 800 г, соль — по вкусу, масло оливковое — 1 стакан, помидор (средний) — 2 шт., перец черный молотый — 1 ч. ложка, изюм черный — 20 г.

Рис всыпать в кастрюлю, залить большим количеством горячей воды и оставить до тех пор, пока вода не остынет до комнатной температуры. Затем рис промыть и обсушить.





Лук измельчить. В большую сковороду налить $\frac{3}{4}$ стакана масла, положить лук и 1 ч. ложку соли. Перемешать и готовить на среднем огне до тех пор, пока лук не изменит цвет. Добавить рис, перемешать и готовить еще 10 мин.

Тем временем помидоры очистить от кожуры и семян, нарезать кусочками, зелень измельчить.

Добавить к рису пол стакана горячей воды, кусочки помидоров, изюм, орехи, зелень, сахар по вкусу (в зависимости от того, насколько сладкие помидоры), черный перец и другие пряности. Перемешать, готовить 15 мин., снять с огня.

С перцев аккуратно срезать верхушки с плодоножкой, удалить семена. Неплотно наполнить перцы фаршем, накрыть верхушками и уложить вертикально в кастрюлю такого размера, чтобы все перцы поместились в ней в один слой. Добавить 1 стакан воды и оставшееся масло, приправить солью по вкусу и поставить на слабый огонь.

Готовить 40—50 мин., снять с огня и дать остыть.

Долма из виноградных листьев

Баранина — 108 г, рис — 30 г, лук репчатый — 20 г, зелень (кинза, укроп, мята) — 15 г, виноградные листья — 40 г, мацони — 20 г, масло топленое — 10 г, соль, перец, корица.

Мякоть баранины и репчатый лук пропустить через мясорубку. В фарш добавить рис, нашинкованную зелень, соль, перец, иногда предварительно замоченный в холодной воде лущеный горох.

Свежие виноградные листья ошпарить кипятком, а квашенные листья припустить до полуготовности. Фарш тщательно перемешать и в каждый лист завернуть из расчета в среднем по 25 г фарша на одну долму.

Сложить долму в кастрюлю с толстым дном, залить водой до половины и тушить в течении часа до готовности.

При подаче отдельно подать мацони (простоквашу).





Долма аппетитная

*Бараний фарш — 250 г, рис — 75 г, яйцо — 1 шт.,
майонез — 1 ст. ложка, лук — 2 шт. небольшие,
маринованные виноградные листья — 50 г, соль, перец.*

Пропустить баранину и лук через мясорубку, добавить соль, майонез, яйца и перец. Отварить рис и добавить в наш фарш. На виноградный лист выложить мясную массу (примерно 1—1,5 столовые ложки) и аккуратно завернуть. Выложить нашу долму в кастрюлю с водой и готовить 25 минут на слабом огне.

Долма из баклажан, перца и помидоров

*Говяжий фарш — 300—400 г или фарш из баранины — 400 г,
репчатый лук 1—2 головки, помидоры — 3 шт.,
баклажаны — 3 шт., болгарский перец — 3 шт.,
черный молотый перец, щепотка соли.*

Для приготовления этой долмы взять смесь говяжьего или бараньего жирного фарша, из сухого фарша долму лучше не делать. Перемолоть на мясорубке смесь фарша с репчатым луком, обжаренным на оливковом масле. Добавить немного молотого черного перца и щепотку соли. Фарш готов.

Овощи: баклажаны тщательно промыть и очистить от зеленой части. Сделать надрез поперек баклажана. Далее положить их в кипяченую подсоленную воду на 5—8 минут. Вынуть из воды и слегка обжарить со всех сторон, так долма будет еще вкуснее. Когда они обжарятся, сложить их на тарелку, для того чтобы они немного остыли. В то место, где делали надрез, будем укладывать фарш.

Перец тщательно промыть, срезать шляпку и очистить внутренности от семечек. Жарить на растительном масле.

Помидоры тщательно промыть, срезать верхушки так же, как и у перца, внутренность помидора вырезать и сложить на отдельную тарелку. Для этого можно использовать ложку.





Все готово для того, чтобы начинить овощи мясом. Аккуратно открыть шляпки у помидоров, перцев, раскрыть баклажаны и начинить. Сложить все аккуратно в высокую сковороду, сверху полить оставшимся соком и мякотью от помидоров, положить кусок сливочного масла или полить растительным. Воду добавлять не надо. Будет готово через 20—30 минут, проверять по перцу и помидорам.

Так же можно в готовый, уже пережаренный фарш нарезать свежую зелень (любую), по вкусу. Так будет ароматнее и вкуснее.

Толма армянская

Для начинки: баранина — 500 г, рис — 2—3 ст. ложки, лук — 3 шт., яйца — 1—2 шт., чеснок — 0,5—1 головка, кинза — 1 ст. ложка, петрушка, базилик, чабрец — 2 ст. ложки, мята — 3 ч. ложки, черный перец — 10 горошин.

Оболочку готовят обычно из виноградных и капустных листьев, баклажанов, помидоров, кабачков, лука, айвы и яблок.

Свежие виноградные листья опустить в кипяток на 2—3 мин., затем удалить стебли.

Вырезать из капустного кочана кочерыжку, отварить кочан в подсоленном кипятке в течение 10 мин, разобрать на листья, удалить грубые стебли.

Помидоры, перцы надрезать со стороны плодоножки поперек на три четверти так, чтобы получилась крышка, удалить семечки. Баклажаны надрезать сверху горизонтально вдоль так, чтобы получилась крышка, удалить семечки и часть мякоти.

Кабачки тоже разрезать вдоль пополам, удалить семена, ошпарить кипятком.

Лук. Срезать слой с корешковой части, ошпарить или отварить в кипятке в течение 2 мин, удалить середину.

Яблоки и айва. Срезать кружочком верхушку, чтобы получилась крышка, вычистить сердцевину. Айву, кроме того, отварить в течение 5 мин. до полуготовности.





Из мяса приготовить фарш. Для большинства видов толмы рис отварить до полуготовности, а при приготовлении в оболочке из кабачков, лука и помидоров — полностью. Лук и зелень измельчить. Все компоненты тщательно перемешать.

Подготовленные оболочки наполнить фаршем, прикрыть надрезанными или срезанными крышками, в листовые оболочки фарш завернуть, перевязать ниткой. В посуду положить кости, влить бульон, уложить толму — вначале более плотные сорта — айву, затем яблоки или баклажаны, затем перцы, помидоры. В промежутках между толмой поместить дольки яблок, айвы, курагу, чернослив, мелко нарезанный лук, а в капустную и кабачковую толму залить томатный сок или пюре, в луковую добавить алычу (ткемали). После закладки толму плотно прикрыть тарелкой, закрыть кастрюлю и тушить все на слабом огне до готовности.

Подливка. Образовавшийся во время варки толмы соус из бульона и разваренных сухофруктов или томатного пюре слить и подать к толме отдельно.

К толме в виноградных листьях и в кабачках подать мацун с толченым чесноком.

Долма из яблок

*Баранина, масло топленое, сливочное, яблоки,
лук репчатый — 2 шт., сахар — 5 г, винный уксус — 10 г,
куркума — меньше чайной л., соль, перец.*

Фарш из баранины обжарить, добавить сахар, уксус и тушить до готовности. Взять средние по размеру и круглые по форме яблоки, удалить сердцевину, начинить фаршем и варить в небольшом количестве бульона. В бульон добавить сливочное топленое масло. Варится очень быстро. Как только яблоко будет мягким, можно снимать с огня.

При подаче сверху кладут жареный лук.

ПЕЛЬМЕНИ

Пельменями называют блюдо в виде отварных изделий из пресного теста с начинкой из рубленого мяса или рыбы.

Тесто для пельменей традиционно готовится из муки, яйца и воды (реже молока), а начинка классических пельменей изготавливается из говядины, баранины и свинины с добавлением различных специй, лука, иногда чеснока, возможно использование также мяса оленя, лося, гуся, рыбы, свиного сала, картофеля, капусты.

В кухнях многих народов есть похожие блюда. В частности, в Италии есть равиоли и тортеллини, на юге Германии в швабской кухне готовят блюдо маульташен, в Китае — цзяо цзы, баоцзы, вонтоны и шуй яо (известное слово дим сам, которым на Западе часто называют китайские пельмени, на самом деле обозначает южнокитайские закуски вообще), в западных областях России — колдуны, а в кухнях народов Средней Азии, Кавказа, Тибета и Кореи также есть аналоги пельменей (позы, манты, хинкали, момо, чучвара, дюшбара, чошура и др.).

Классическое тесто для пельменей

*700 г пшеничной муки, 1 яйцо,
200 мл холодной воды, соль по вкусу.*

Пшеничную муку просеять через сито, насыпать в большую миску горкой, сделать в середине горки небольшое углубление. Яйцо взбить с водой и солью, влить эту смесь в углубление. Замесить тесто, сформовать из него шар и оставить в миске под крышкой на 30—40 мин.

Затем тесто разделить на 2 части, раскатать каждую на столе, присыпанном мукой, сделать тонкий пласт. Вырезать из этого пласта с помощью стакана или рюмки кружки.





Из оставшихся обрезков раскатать новый пласт. Заготовки из теста для пельменей готовы, их уже можно использовать по назначению.

Можно сделать заготовки по-другому: замешенное тесто раскатать в жгутики, затем разрезать их на небольшие кусочки размером с грецкий орех. Каждый кусочек теста раскатать отдельно скалкой для пельменей.

Еще проще делать заготовки из теста, просто раскатав один тонкий пласт и нарезав из него квадратики с помощью ножа, тогда не будет обрезков и удастся сэкономить время.

Тесто из пшеничной муки для пельменей на пару

*800 г пшеничной муки, 150 мл холодной воды,
100 мл кипятка, 1 яичный белок, 10 г соли.*

Холодную воду взбить с яичным белком и солью, замесить с 600 г муки.

Оставшуюся муку заварить кипятком, быстро размешивая.

После этого соединить тесто и вымесить все вместе. Раскатать в пласт и сразу же сделать пельмени.

Яичное тесто для пельменей

*800 г пшеничной муки, 4 яйца, 200 мл холодной воды,
5 г сахара, 10 г соли.*

Воду смешать с 2 яйцами и 2 желтками, добавив соль и сахар. Муку просеять, насыпать в миску горкой, после чего сделать посередине углубление, влить в него подготовленную смесь, затем добавить взбитые отдельно оставшиеся яичные белки.

Аккуратно замесить тесто, присыпать его мукой, накрыть полотенцем и оставить на 15 мин для расстойки, после чего тесто необходимо разделить на заготовки для пельменей.





Тесто из рисовой муки для пельменей на пару

800 г рисовой муки, 250 мл холодной воды, 1 яйцо, 10 г соли.

Воду взбить с яйцом и солью, вылить в углубление в муке и замесить тесто. Оставить тесто на 10—15 мин для расстойки, затем раскатать заготовки для пельменей.

Сложное тесто для пельменей

*500 г пшеничной муки, 500 г гречневой муки, 3 яйца,
200 мл холодной воды, 10 г соли.*

Пшеничную и гречневую муку смешать вместе, просеять через сито в миску горкой, сделать углубление. Воду взбить с яйцами и солью, влить в муку и замесить тесто. Его можно разделявать сразу на заготовки для пельменей.

Заварное тесто для пельменей

1 кг муки, 400 мл кипятка, 70 мл растительного масла, 10 г соли.

Кипяток смешать с растительным маслом и солью, всыпать в эту смесь муку и быстро замесить тесто. После этого нужно сразу разделявать тесто на заготовки для пельменей. В это тесто не обязательно добавлять муку при разделывании.

Дрожжевое тесто для пельменей

*700 г пшеничной муки, 25 г сухих дрожжей, 3 г сахара,
2 яйца, 25 г сливочного масла или столового маргарина,
250 мл теплой воды, 5 г соли.*

Сухие дрожжи развести в небольшом количестве теплой воды, добавить сахар. Через 10 мин дрожжи можно вылить в углубление, сделанное в муке. Влить оставшуюся теплую воду, вбить





яйца, добавить размягченное сливочное масло или маргарин, соль. Все тщательно перемешать, вымешивать тесто, пока оно не получится мягким и вязким. Накрыть тесто сверху чистым полотенцем и оставить при комнатной температуре на 40—50 мин. Когда тесто поднимется в 2 раза, разделить его на небольшие кусочки величиной с кулак.

Раскатать их в виде пластов. Разрезать пласты на полосы шириной 3 см, затем из полосок нарезать маленькие треугольники или квадраты. Можно вырезать кружочки рюмкой или формочкой из целого раскатанного пласта теста. Из этих заготовок затем сделать пельмени с мясной или другой начинкой и отваривать их в кипящей, слегка подсоленной воде.

Китайские вонтоны

300 г мелко рубленой свинины, 100 г нарубленного зеленого лука, 40 г мелко нарезанного консервированного бамбука, 20 мл светлого соевого соуса, 20 мл сухого хереса, 40 мл кунжутного масла, 40 г сахара, 1 яичный белок, 10 г крахмала, 600—700 г теста из пшеничной муки для пельменей на пару.

Тесто для пельменей, замешанное на кипятке, оставить на 1 час доходить при комнатной температуре, накрыв полотенцем. Затем раскатать его в тонкий пласт, разделить на заготовки для пельменей.

Приготовить начинку. Для этого свинину смешать с зеленым луком, добавить консервированный бамбук и соевый соус. Затем влить кунжутное масло, положить сахар, ввести взбитый яичный белок и добавить херес. Все тщательно перемешать, всыпать крахмал и снова хорошо перемешать.

Приготовить пельмени. В центр аккуратно разложенных заготовок из теста положить по 1 чайной ложке начинки, края слегка смочить водой и собрать в узелок, крепко скрепляя.

Использовать для приготовления вонтонов пароварку. Положить на решетку чистое чуть влажное полотенце, разложить вонтоны одним слоем и готовить их в течение 7 минут.





Китайские пельмени с мясом и китайской капустой

Для пельменей: 200 г китайской капусты, 200 мл кипятка (для капусты), 250 г мелко рубленной свинины, 50 мл соевого соуса (для фарша), 30 мл сухого шерри, 12 г кукурузной муки, 10 г мелко нарубленного свежего имбиря, 30 г мелко нарубленного зеленого лука, 1 яичный белок, 40 замороженных кусочков теста для вонтонов размером 9 x 9 см (их можно купить в отделе китайских продуктов в супермаркете).

Для оформления блюда: 200 г тушеной спаржи, 15 г семян кунжута, 50 г крупно нарезанного зеленого лука.

Для острого соевого соуса: 70 мл соевого соуса, 70 мл рисового уксуса (можно белого винного уксуса), 60 г тонко нарезанного свежего имбиря, 2 г черного молотого перца.

Приготовить начинку. В эмалированную кастрюлю влить кипяток, поставить на сильный огонь. Положить в кастрюлю китайскую капусту, довести до кипения и варить 1 мин, затем отбросить на дуршлаг, сразу промыть холодной водой. Когда капуста остынет, сильно ее отжать, затем мелко нарубить, снова отжать и положить в миску. Смешать капусту со свининой, соевым соусом, сухим шерри, кукурузной мукой, имбирем и зеленым луком.

Замороженные кусочки теста разморозить, положить на лист пергаментной бумаги. Смазать каждый кусочек теста яичным белком с помощью кисточки. В центр каждого кусочка теста положить по 1 чайной ложке начинки. Затем защипнуть края теста, подняв их к середине и собрав в узел, прочно скрепить.

Для приготовления пельменей использовать сотейник. Поставить его на сильный огонь, налить немного воды (на 1—1,5 см от дна), довести до кипения. Положить в сотейник пельмени в один слой узелком вверх, аккуратно помешать, чтобы они не пристали ко дну. Довести до кипения на сильном огне, затем убавить огонь, закрыть сотейник крышкой и варить 5—7 мин.

Приготовить соевый соус. Для этого нужно смешать соевый соус и рисовый уксус (или белый винный уксус), добавить тонко





нарезанный имбирь и перец, тщательно перемешать и слегка взбить.

Готовые пельмени достать шумовкой из сотейника и разложить по тарелкам, вокруг уложить тушеную спаржу, посыпать блюдо семенами кунжута и украсить крупно нарезанным зеленым луком. Приготовленный соус подать отдельно.

Китайские пельмени цзяо-цзы

*Для теста: 800 г пшеничной муки,
200 мл холодной воды, соль по вкусу.*

Для начинки: 300 г мелко рубленной свинины, 200 г мелко нарубленного зеленого лука, 100 г мелко нарубленной зелени укропа, 100 г мелко нарубленной зелени кинзы, 100 г мелко нарубленной зелени петрушки, 100 г репчатого лука, 30 мл кунжутного масла (или оливкового), 3 г черного молотого перца, 5 г измельченного имбиря, 5 г соли.

Приготовить тесто. Муку просеять через сито, высыпать горкой в миску, сделав в центре углубление. Влить в это углубление холодную воду, добавить соль и замесить тесто. Раскатать его в длинный жгут и разделить на небольшие кусочки. Посыпать кусочки мукой, затем каждый в отдельности расплющить руками в круглые блинчики.

Приготовить начинку. Свинину смешать с зеленым луком и зеленью, добавить очищенный, вымытый, нашинкованный и отжатый репчатый лук. Все тщательно перемешать, добавить соль, перец, имбирь и кунжутное масло. При необходимости добавить немного воды, чтобы фарш получился нужной консистенции. Положить на каждый кусочек из теста начинку и слепить пельмени, соединив края наподобие узелка или как вареники.

В алюминиевой кастрюле вскипятить воду, опустить в нее пельмени и, помешивая, довести до кипения. Затем добавить немного холодной воды и снова довести до кипения. Готовые пельмени разложить по тарелкам. Подать к столу можно с острым соусом.





Китайские пельмени с куриным фаршем

Для теста: 600 г пшеничной муки, 220 мл холодной воды.

Для начинки: 300 г филе курицы, 100 г свинины, 300 г консервированного зеленого горошка, 100 г репчатого лука, 25 мл кунжутного или оливкового масла, 1 яйцо, 4 г молотого имбиря, 3 г черного молотого перца, 2 г молотого душистого перца, соль по вкусу.

Приготовить тесто. Муку просеять через сито, высыпать горкой в миску, сделав в центре углубление. Влить в это углубление холодную воду, замесить тесто. Раскатать его в длинный жгут и разделить на небольшие кусочки. Посыпать каждый кусочек мукой и расплющить руками или раскатать деревянной скалкой в круглые блинчики. Приготовить начинку. Свинину и филе курицы промыть, мелко нарубить. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать, смешать с мясом, добавить растительное масло, яйцо, имбирь, перец и соль. Затем добавить размятый консервированный зеленый горошек. Фарш тщательно перемешать до образования однородной массы.

Положить на каждый кусочек из теста начинку и слепить пельмени, соединив края наподобие узелка или как вареники.

Варить пельмени в кипящей, слегка подсоленной воде 5—8 минут в зависимости от размеров пельменей.

Пельмени с рыбным фаршем

Для теста: 600 г пшеничной муки, 220 мл воды.

Для начинки: 400 г филе судака, 150 г репчатого лука, 25 мл кунжутного масла, 1 яйцо, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Приготовить тесто. Муку просеять через сито, высыпать горкой в миску, сделав в центре углубление. Влить в это углубление холодную воду, замесить тесто. Раскатать его в длинный жгут и разделить на небольшие кусочки. Посыпать каждый кусочек мукой и раскатать деревянной скалкой в круглые блинчики.





Приготовить начинку. Филе судака, заранее подготовленное, мелко нарубить, смешать с очищенным, вымытым и мелко нарезанным репчатым луком. Добавить в фарш кунжутное масло, яйцо, перец и соль по вкусу. Все тщательно перемешать.

Приготовленный фарш выложить небольшими порциями на кусочки теста, слепить пельмени. Варить их в кипящей, слегка подсоленной воде 5—8 минут в зависимости от размеров пельменей.

Пельмени с мясом, сыром, сметаной и специями

*Для теста: 700 г пшеничной муки, 1 яйцо, 120 мл воды,
½ яйца для смазывания краев, 100 г муки для посыпки пельменей,
соль по вкусу.*

*Для начинки: 300 г свинины, 250 г мякоти говядины,
100 г репчатого лука, 1 яйцо, соль и перец по вкусу.*

*Для подачи: 50 г сливочного масла, 150 г сметаны,
100 г тертого сыра, 30 г зелени укропа и петрушки,
15 мл столового уксуса.*

Приготовить тесто. Муку просеять горкой в миску, сделав в середине углубление. Вбить в него яйцо, влить воду, положить соль и замесить тесто. Раскатать пресное тесто в длинный прямоугольный пласт толщиной не более 2 мм и шириной 5—6 см. Длинный край пласта смазать яйцом.

Приготовить начинку. Свинину и говядину промыть, два раза пропустить вместе с очищенным, вымытым репчатым луком через мясорубку, добавить яйцо, положить соль и перец, хорошо перемешать. Готовый фарш выложить на пласт из теста по краю в один ряд в виде небольших шариков на расстоянии 3—4 см друг от друга. Слегка придавить шарики из фарша. Свободным краем пласта накрыть фарш. Разрезать пласт с начинкой на квадратные пельмени, края плотно защипнуть. Готовые пельмени положить на деревянные лотки, посыпанные мукой, и дать немного подсохнуть.

Отварить пельмени в подсоленной кипящей воде. Когда они всплывут на поверхность, варить еще 5—7 мин, затем достать





шумовкой и сложить в глубокое блюдо. Полить горячие пельмени растопленным сливочным маслом, посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки. Подать пельмени к столу горячими, отдельно подать сметану, взбитую с уксусом и тертым сыром.

Пельмени с баклажанами и свиной

Для теста: 600 г пшеничной муки, 220 мл воды.

Для начинки: 300 г баклажанов, 150 г мелко рубленной мякоти свинины, 50 г репчатого лука, 25 мл кунжутного масла, 3 г черного молотого перца, 3 г молотого имбиря, соль по вкусу.

Приготовить тесто. Муку просеять через сито, высыпать горкой в миску, сделав в центре углубление. Влить в это углубление холодную воду, замесить тесто. Раскатать его в длинный жгут и разделить на небольшие кусочки. Посыпать каждый кусочек мукой и раскатать деревянной скалкой в круглые блинчики.

Приготовить начинку. Баклажаны вымыть, очистить, мелко нарубить, отжать. Смешать со свиной и очищенным, вымытым и измельченным репчатым луком. Добавить в фарш кунжутное масло, перец, имбирь и соль, тщательно перемешать.

Приготовленный фарш разложить небольшими порциями на кусочки из теста, слепить пельмени. Отварить их в кипящей подсоленной воде до готовности. Подавать к столу такие пельмени можно с острым овощным соусом.

Пельмени с огурцами, креветками и трепангами

Для теста: 600 г пшеничной муки, 220 мл воды.

Для начинки: 300 г креветок, 150 г огурцов, 50 г трепангов, 25 мл кунжутного масла, 3 г черного молотого перца, 5 г измельченного имбиря, соль по вкусу.

Приготовить тесто. Муку просеять через сито, высыпать горкой в миску, сделав в центре углубление. Влить в это углубление





холодную воду, замесить тесто. Раскатать его в длинный жгут и разделить на небольшие кусочки. Посыпать каждый кусочек мукой и раскатать деревянной скалкой в круглые блинчики.

Приготовить начинку. Подготовленные креветки и трепанги измельчить до состояния пюре. Огурцы вымыть, мелко нарубить, отжать и соединить с креветками.

Добавить к фаршу кунжутное масло, перец, имбирь и соль, тщательно перемешать.

Приготовленный фарш выложить небольшими порциями на кружочки из теста, слепить пельмени в виде узелков. Отварить их в кипящей подсоленной воде до готовности.

Пельмени с грибами и луком

Для теста: 700 г пшеничной муки, 200 мл воды.

Для начинки: 400 г свежих грибов (шампиньонов или белых грибов), 150 г репчатого лука, 20 мл оливкового масла, 1 яйцо, 30 г кукурузной муки или крахмала, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Приготовить тесто. Муку просеять через сито, высыпать горкой в миску, сделав в центре углубление. Влить в это углубление холодную воду, замесить тесто. Раскатать его в длинный жгут и разделить на небольшие кусочки. Посыпать каждый кусочек мукой и раскатать деревянной скалкой в круглые блинчики.

Приготовить начинку. Грибы промыть, очистить, мелко нарубить, слегка обжарить в оливковом масле вместе с очищенным, вымытым и мелко нарубленным репчатым луком. Дать массе остыть, смешать с яйцом, посолить и поперчить, соединить с кукурузной мукой или крахмалом. Все тщательно перемешать.

Приготовленный фарш выложить небольшими порциями на подготовленные блинчики из теста, слепить пельмени в виде узелков. Варить их в кипящей, слегка подсоленной воде 5 мин. Такие пельмени можно подавать с острым грибным соусом.





Русские пельмени с топленным маслом

*Для теста: 700 г пшеничной муки, 1 яйцо,
150 мл воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 350 г свинины, 200 г говядины, 100 г репчатого лука,
1 яйцо, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для подачи: 100 мл растопленного сливочного масла,
50 г измельченной зелени укропа и петрушки.*

Приготовить тесто. Муку просеять горкой в миску, сделав в середине углубление. Вбить в него яйцо, влить воду, положить соль и замесить тесто. Раскатать его в тонкий пласт, вырезать рюмкой кружочки.

Приготовить фарш. Говядину и свинину промыть, два раза пропустить вместе с очищенным, вымытым репчатым луком через мясорубку, добавить яйцо, соль и черный молотый перец, хорошо перемешать. Подготовленный фарш выложить на каждый кружочек теста небольшими порциями и слегка придавить, слепить пельмени, края теста защипнуть. Отварить их в кипящей подсоленной воде в течение 10 мин. Готовые пельмени переложить шумовкой на блюдо, залить растопленным маслом и посыпать зеленью укропа и петрушки. Вместо масла можно использовать густую сметану.

Пельмени с морским окунем, сыром, сметаной и зеленью

*Для теста: 700 г пшеничной муки, 1 яйцо, ½ яйца для смазывания
краев, 120 мл воды, 100 г муки для посыпки пельменей, соль по вкусу.*

*Для начинки: 600 г филе морского окуня, 100 г репчатого лука,
1 яйцо, соль и перец по вкусу.*

*Для подачи: 150 г сметаны, 100 г тертого сыра,
30 г зелени укропа и петрушки.*

Приготовить тесто. Муку просеять горкой в миску, сделав в середине углубление. Вбить в углубление яйцо, влить воду, положить





соль и вымесить тесто. Раскатать пресное тесто в длинный прямоугольный пласт толщиной не более 2 мм и шириной 5—6 см. Длинный край пласта смазать яйцом.

Приготовить начинку. Подготовленное филе морского окуня два раза пропустить вместе с очищенным, вымытым репчатым луком через мясорубку, добавить яйцо, положить соль и перец, хорошо перемешать. Готовый фарш выложить на пласт из теста по краю в один ряд в виде небольших шариков на расстоянии 3—4 см друг от друга. Слегка придавить шарики из фарша пальцем. Свободным краем пласта накрыть фарш. Разделить пласт с начинкой на пельмени с помощью рюмки или формочки, края плотно защипнуть. Из обрезков можно сделать еще одну партию пельменей. Готовые пельмени положить на деревянные лотки, посыпанные мукой, и дать немного подсохнуть.

Варить пельмени в подсоленной кипящей воде. Когда они всплывут на поверхность, поварить их 5—7 мин, затем достать шумовкой и сложить в глубокое блюдо. Полить горячие пельмени сметаной, посыпать тертым сыром и украсить промытыми веточками укропа и петрушки. Подать пельмени к столу горячими.

Таким же способом можно приготовить пельмени с филе судака или трески.

Пельмени по-московски

*Для теста: 700 г пшеничной муки, 1 яйцо,
180 мл холодной воды, 8 г соли.*

*Для начинки: 350 г говядины, 350 г свинины,
100 г репчатого лука, 100 мл мясного бульона, 5 г сахара,
3 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

Для подачи: 150 г майонеза, 100 г нарубленного зеленого лука.

Муку просеять через сито, высыпать на стол горкой, в середине сделать углубление. Налить в него холодную воду, добавить слегка взбитое яйцо и соль. Замесить крутое тесто, слегка присыпать его мукой, накрыть чистым полотенцем и оставить на 20—





30 мин. при комнатной температуре. Затем тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать стаканом кружочки.

Приготовить фарш. Говядину и свинину промыть, пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш сахар, соль, перец и бульон, перемешать.

На каждый кружочек теста положить примерно по 8 г фарша, слепить пельмени, края теста защипнуть. Варить их в кипящей, немного подсоленной воде. Желательно варить пельмени в алюминиевой большой кастрюле, чтобы они не слипались. Когда всплывут, варить их еще 5 мин, затем переложить шумовкой на широкое блюдо. Полить пельмени майонезом и посыпать зеленым луком.

Можно приготовить пельмени впрок и заморозить, поместив их в морозильную камеру.

Пельмени по-домашнему

Для теста: 700 г пшеничной муки, 2 яйца, 180 мл воды, 10 г соли.

*Для начинки: 400 г говядины, 150 г свинины, 100 г черного хлеба,
100 г репчатого лука, 100 мл воды, 3 г черного
молотого перца, 10 г соли.*

*Для подачи: 100 г сливочного масла, 50 мл столового уксуса,
100 г зелени укропа и петрушки.*

Приготовить тесто. Муку просеять через сито, высыпать на стол горкой, в середине сделать углубление. Налить в него холодную воду, добавить слегка взбитые яйца и соль. Замесить крутое тесто, слегка присыпать его мукой, накрыть чистым полотенцем и оставить на 20—30 мин при комнатной температуре. Затем тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать рюмкой кружочки или использовать пельменницу.

Говядину и свинину промыть, очистить от пленок или сухожилий и измельчить на мясорубке вместе с очищенным и вымытым репчатым луком и черным хлебом. Добавить в фарш воду, соль и перец, тщательно перемешать. Положить на кружки теста





небольшие порции фарша, слегка его примять, сложить тесто полумесяцем и защипнуть края. Концы полумесяца соединить. Отваривать пельмени в кипящей подсоленной воде до готовности. При подаче к столу полить растопленным сливочным маслом и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки. Отдельно подать уксус.

Жареные пельмени с начинкой из мяса и овощей

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 мл холодной воды,
соль по вкусу.*

*Для начинки: 400 г нежирной свинины, 400 г листьев
молодой белокочанной капусты, 100 г репчатого лука,
30 г лука-порея, 5 мл соевого соуса, 10 г кунжутных семян,
2 г глутамината натрия, соль по вкусу.*

Для фритюра: 1,5 л растительного масла.

*Для подачи: 100 г зеленого лука, 200 мл соевого острого соуса,
100 мл виноградного уксуса.*

Приготовить тесто. Просеять муку, высыпать в глубокую миску горкой половину муки, сделать в середине углубление, налить туда воды и замесить тесто консистенции густой сметаны. Добавить оставшуюся муку, соль и замесить рыхлое тесто, затем накрыть его чистым полотенцем и оставить на 30 мин. в тепле. Готовое тесто скатать в колбаску диаметром 5—6 см, нарезать небольшими кусочками. Из них руками сделать круглые лепешки диаметром 8 см.

Приготовить фарш. Свинину промыть, обсушить и мелко нарубить. Листья белокочанной капусты промыть, репчатый лук и лук-порей очистить, вымыть и мелко нарезать. Затем нарубить лук сечкой на доске, посолить и растереть вместе с мясом в однородную массу. Кунжутные семена растолочь в ступке, положить в фарш, добавить соевый соус и глутаминат натрия. Все тщательно перемешать и оставить на 15 мин. при комнатной температуре.





Положить на лепешки из теста по 5—6 г начинки, свернуть полумесяцем и защипнуть края. Подготовленные пельмени сложить на посыпанную мукой доску. Когда они слегка подсохнут, брать по 10 штук и, переложив на металлическую сетку фритюрницы, обжаривать в течение 2—2,5 мин, можно в 2 приема. Когда пельмени будут готовы, переложить их на блюдо, полить смесью соевого соуса и виноградного уксуса, посыпать тонкими колечками зеленого лука, предварительно вымытого.

Мясные пельмени с крапивой и зеленью укропа и петрушки

Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 мл сока из отжатых листьев крапивы (можно сока сныти или лебеды), соль по вкусу.

Для начинки: 150 г мякоти говядины, 150 г мякоти свинины, 200 г листьев молодой крапивы (можно лебеды или сныти), 80 мл мясного бульона, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

*Для подачи: 100 г сливочного масла, 100 г сметаны,
100 г зелени укропа и петрушки.*

Приготовить начинку. Свинину и говядину промыть, обсушить, пропустить дважды через мясорубку. Листья молодой крапивы (лебеды или сныти) промыть, пропустить через мясорубку и отжать сок. Сок использовать для теста, а оставшуюся траву смешать с мясным фаршем, посолить, приправить бульоном и перцем, тщательно перемешать. Убрать фарш в холодильник.

Приготовить тесто. Просеять муку, высыпать в глубокую миску горкой только половину муки, сделать в середине углубление, налить туда сок крапивы (лебеды или сныти), посолить и замесить тесто консистенции густой сметаны. Добавить оставшуюся муку и замесить рыхлое тесто, после чего накрыть его чистым полотенцем и оставить на 15—20 мин в тепле. Готовое тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать из него круглые лепешки. Положить на лепешки начинку, сформовать пельмени. Варить их в подсоленной воде до готовности. При подаче к столу положить пельмени на





блюдо, полить растопленным маслом, затем сметаной, посыпать промытой и мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Пельмени с мясом, чесноком и морковью

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 130 мл морковного сока
(из отжатой моркови), соль по вкусу.*

*Для начинки: 250 г говяжьего фарша, 250 г моркови,
2 г тертого чеснока, красный молотый перец и соль по вкусу.*

*Для подачи: 200 г сливочного масла,
100 г зелени укропа и петрушки.*

Морковь очистить, вымыть, обсушить, натереть на мелкой терке, отжать сок и использовать его для приготовления теста. Говяжий фарш смешать с отжимками моркови, добавить чеснок, соль и красный молотый перец, перемешать. При необходимости добавить немного воды, чтобы фарш был нужной консистенции.

Приготовить тесто из муки, морковного сока и соли. Дать ему немного постоять при комнатной температуре. Раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать стаканом кружки. Положить на кружки начинку и слепить пельмени в форме полумесяца, концы соединить. Варить пельмени в слегка подсоленной воде. При подаче к столу переложить пельмени на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Готовые пельмени в омлете с маслом и зеленью

*200 г сибирских пельменей, 6 яиц, 80 мл молока,
25 г топленого масла для жаренья, 200 г сливочного масла
для заправки, 100 г зелени укропа и петрушки, 3 г соли.*

Пельмени отварить до полуготовности в кипящей воде. Яйца взбить с молоком, посолить и жарить омлет на сковороде на





топленом масле до полуготовности. Затем переложить пельмени на одну часть омлета, сверху накрыть другой частью. Поставить в разогретый духовой шкаф на 3—5 мин.

Перед подачей на стол полить омлет с пельменями растопленным сливочным маслом и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Пельмени из дрожжевого теста с мясом и чечевицей

Для теста: 700 г пшеничной муки, 20 г сухих дрожжей, 2 яйца, 25 г столового маргарина, 5 г сахара, 250 мл теплой воды, 5 г соли.

Для начинки: 500 г зеленой чечевицы, 200 г свинины, 50 г репчатого лука, 25 мл растительного масла, 2 г красного молотого перца, 3 г измельченного имбиря, 3 г соли.

*Для соуса: 200 г сметаны, 5 г толченого чеснока,
100 г тертого сыра.*

Для оформления: 50 г листьев свежей мяты.

Приготовить тесто. Растворить сухие дрожжи в небольшом количестве теплой воды, добавить сахар. Через 10 мин. дрожжи вылить в просеянную муку, размешать, прибавить оставшуюся воду, вбить яйца, положить размягченный маргарин и соль. Тщательно вымесить тесто, накрыть его сверху чистым полотенцем, оставить в теплом месте на 40 мин., чтобы поднялось.

Приготовить начинку. Отварить чечевицу в подсоленной воде до полуготовности. Затем обжарить ее вместе с очищенным, вымытым и очень мелко нарезанным луком в растительном масле. В конце обжаривания добавить промытую, мелко нарубленную свинину, имбирь, посолить и поперчить. Затем начинку охладить и размять до состояния однородной консистенции.

Готовое тесто разделить на куски величиной с кулак. Каждый кусок раскатать в виде тонких лепешек, нарезать их полосками шириной 3 см, затем разрезать на маленькие треугольники. На середину треугольников положить начинку, слегка ее примять,



сверху накрыть другим треугольником, края защипнуть. Варить пельмени в кипящей воде до готовности.

Сметану смешать с толченым чесноком и тертым сыром. Листья мяты промыть и обсушить.

Готовые пельмени переложить на блюдо, полить их приготовленным из сметаны соусом и украсить листьями мяты.

Пельмени с мясом, бульоном и зеленью

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 2 яйца, 180 мл воды,
5 г сливочного масла, 5 г соли.*

*Для бульона: 4—5 л воды, 800 г говядины на косточке,
150 г репчатого лука, 150 г моркови, 100 г корней петрушки,
10 горошин черного перца, 2—3 лавровых листа, соль по вкусу.*

*Для начинки: 500 г отварной говядины, 100 г репчатого лука,
80 мл бульона, 3 г черного молотого перца, 2 г красного
молотого перца, 100 г сливочного масла, соль по вкусу.*

Для подачи: 100 г зелени петрушки и укропа, 50 г зеленого лука.

Говядину с костью промыть, положить в кастрюлю и залить водой. Когда вода закипит, снять пену и добавить очищенные, вымытые и нарезанные кружками морковь и корни петрушки, нарезанный кольцами репчатый лук. Положить перец, лавровый лист, посолить. Варить бульон до мягкости мяса. Затем мясо достать, бульон процедить.

Приготовить начинку для пельменей. Мясо отделить от костей, остудить, пропустить через мясорубку. Добавить к фаршу очищенный, вымытый и очень мелко нарезанный репчатый лук, охлажденный бульон, масло, поперчить, посолить и тщательно перемешать.

Замесить тесто из муки, воды, яиц, размягченного масла и соли. Вымесить тесто и дать ему постоять 10 мин при комнатной температуре. Затем разделить тесто на 2—3 части, каждую раскатать в колбаску толщиной в палец, нарезать на мелкие кусочки. Из каждого кусочка сделать руками или деревянной скалкой тонкие





кружочки. Выложить на них фарш, слепить пельмени в виде полумесяца, скрепив кончики вместе и плотно защипнув края. Положить пельмени на доску, посыпанную мукой, и дать немного подсохнуть.

Перед подачей на стол, процеженный бульон вновь довести до кипения, положить в него пельмени и лавровый лист. Когда пельмени всплывут, снять кастрюлю с огня, накрыть крышкой и оставить на 5 мин. Затем можно разливать бульон с пельменями по тарелкам или пиалам, посыпав каждую порцию промытой и измельченной зеленью укропа, петрушки и лука.

Пельмени с сушеными грибами, яйцами и зеленью

Для теста: 400 г пшеничной муки, 1 яйцо, 100 мл воды, 5 г соли.

Для начинки: 50 г сушеных грибов, 10 яиц, 60 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 2 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для подачи: 100 г сметаны, 80 г зелени укропа и петрушки.

Приготовить пельменное тесто из муки, яйца, воды и соли. Оставить его на 20 мин для расстойки. Затем раскатать тесто в тонкий пласт и вырезать кружочки.

Приготовить начинку для пельменей. Грибы вымочить в воде, затем промыть, варить в подсоленной кипящей воде до готовности, откинуть на дуршлаг и обсушить.

Затем грибы мелко нарезать, обжарить на сковороде в разогретом сливочном масле вместе с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Яйца отварить вкрутую, очистить и мелко нарубить, смешать с остывшей грибной обжаркой, поперчить и посолить, тщательно перемешать.

Выложить на кружки из теста этот фарш, слепить пельмени, отварить их в подсоленной воде до готовности.

Перед подачей на стол переложить пельмени шумовкой в глубокое блюдо, полить сметаной и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.



Пельмени из картофельного теста со шпиком и луком

*Для теста: 3 кг картофеля, 200 г овсяных хлопьев,
1 яйцо, 100 г муки, соль по вкусу.*

*Для начинки: 150 г репчатого лука, 300 г шпика, 3 г черного
молотого перца, 3 г измельченного чеснока, соль по вкусу.*

Для подачи: 150 г сметаны, 80 г зелени укропа и петрушки.

Картофель очистить, вымыть, натереть на крупной терке, сильно отжать. Оставшуюся после отжима массу смешать с овсяными хлопьями, взбитым яйцом, посолить, тщательно перемешать, оставить на 10 мин. При необходимости можно разбавить тесто отжатым картофельным соком, чтобы тесто получилось достаточно вязким. Затем разделить картофельное тесто на круглые лепешки, разложить их на посыпанном мукой столе.

Приготовить начинку. Шпик мелко нарубить, смешать с очищенным, вымытым и мелко рубленным репчатым луком, чесноком, перцем и солью. Начинку выложить небольшими порциями на середину каждой картофельной лепешки, сложить их пополам, скрепить края, придавая пельменям форму полумесяца. Варить пельмени в кипящей подсоленной воде до готовности. Перед подачей на стол положить их на блюдо, полить сметаной и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Мясные пельмени со свеклой, луком и зеленью

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 50 мл свекольного сока,
100 мл воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 250 г говяжьего фарша, 150 г свеклы,
50 г репчатого лука, 2 г черного молотого перца,
2 г молотой корицы, соль по вкусу.*

Для подачи: 200 мл сметаны, 50 г зелени петрушки.

Сырую свеклу очистить, вымыть, обсушить, натереть на терке, отжать сок. Сок использовать для приготовления теста.





Отжимки свеклы надо соединить с мясным фаршем, затем добавить очищенный, вымытый и мелко нарубленный репчатый лук, соль, перец и корицу, все тщательно перемешать.

Приготовить тесто из муки, свекольного сока, воды и соли, тщательно вымесить и оставить на 30 мин. для расстойки.

Тесто раскатать в тонкий пласт, нарезать ножом квадратики, выложить на них фарш и слепить пельмени.

Варить их в подсоленной воде до полной готовности. При подаче на стол положить пельмени на блюдо, полить сметаной и посыпать промытой и измельченной зеленью петрушки.

Пельмени с бараниной, курдючным салом, соевым соусом и зеленью

Для теста: 800 г пшеничной муки, 200 мл воды, 2 яйца, 5 г соли.

Для фарша: 600 г баранины, 200 г курдючного сала,

150 г репчатого лука, 3 г черного молотого перца, 10 г соли.

Для подачи: 200 мл соевого соуса, 80 г зелени кинзы.

Из просеянной муки, яиц, воды и соли замесить тесто. Оставить его для расстойки на 30—40 мин. при комнатной температуре, накрыв чистым полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт толщиной 1,5—2 мм. Нарезать его кружочками или квадратами (5 x 5 см).

Приготовить фарш. Курдючное сало, очищенный и вымытый репчатый лук, промытую мякоть баранины дважды пропустить через мясорубку. Добавить в фарш соль и перец, тщательно перемешать. При необходимости разбавить фарш водой, чтобы он не был слишком сухим.

Приготовленный фарш выложить на кружки из теста, края скрепить, делая пельмени в форме полумесяца. Если пельмени квадратные, то в форме узелка. Варить их в подсоленной кипящей воде не более 5—7 мин. после всплывания.

Перед подачей на стол положить пельмени в глубокое блюдо, полить соевым соусом и посыпать промытой и измельченной





зеленую кинзу. Бульон, в котором они варились, можно процедить и подать отдельно, заправив его сливочным маслом и зеленью.

Пельмени в горшочке со сметаной и маслом по-деревенски

*200 г готового слоеного теста, 500 г пельменей
с мясной начинкой, 100 г сметаны, 1 яйцо, 100 г сливочного масла,
100 г репчатого лука, перец и соль по вкусу.*

Пельмени отварить в подсоленной кипящей воде до полуготовности, затем достать шумовкой, дать воде стечь и переложить в горшочки для запекания. Добавить в каждый горшочек по кусочку сливочного масла, посолить и поперчить, полить взбитой с яйцом сметаной. Сверху посыпать очищенным, вымытым и мелко нарубленным репчатым луком.

Готовое слоеное тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать лепешки по размеру горловины горшочков. Накрыть ими горшочки и поставить в разогретый до 180—200 °С духовой шкаф. Выпекать 15—25 мин. Подавать пельмени к столу в горшочках, сняв лепешки из теста. Отдельно можно подать столовый уксус и мелко нарезанную зелень укропа и петрушки.

Жареные пельмени с бараниной и зеленью

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо,
180 мл воды, соль по вкусу.*

*Для фарша: 500 г жирной баранины, 100 г репчатого лука,
3 г черного молотого перца, 2 г молотого кориандра,
80 мл мясного бульона, соль по вкусу.*

Для обжаривания: 300 г сливочного масла.

Для подачи: 250 мл простокваши, 100 г зеленого лука.

Замесить крутое однородное тесто из просеянной муки, яйца, воды и соли. Оставить тесто на 10—15 мин. при комнатной темпе-





ратуре. Затем раскатать его в тонкий пласт и вырезать небольшие круглые лепешки.

Приготовить фарш. Баранину промыть, очистить от пленок, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш мясной бульон, соль, черный молотый перец и кориандр. Все тщательно перемешать. Положить на лепешки из теста порции фарша, слепить пельмени, защипнуть края.

Сливочное масло разогреть на сковороде, обжарить в нем пельмени с обеих сторон до образования золотистой корочки, затем налить немного воды (на 0,5 см выше дна), накрыть сковороду крышкой и потомить пельмени 5—8 мин.

Перед подачей к столу переложить пельмени на блюдо, полить простоквашей и посыпать промытым и нарезанным мелкими кольцами зеленым луком.

Пельмени с пресным творогом, сыром, кедровыми орешками и майораном

Для теста: 500 г пшеничной муки, 4 яйца, соль по вкусу.

Для начинки: 200 г пресного творога, 60 г натертого сыра (лучше пармезан), 60 г плавленого сыра, 1 яйцо, 25 мл оливкового масла, 4 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для подачи: 150 г сливочного масла, 50 г обжаренных ядрышек кедровых орешков, 30 г листьев майорана.

Приготовить тесто. Насыпать просеянную муку горкой на стол, сделать в центре углубление, насыпать в него соль и вбить яйца. Добавить оливковое масло и замесить крутое упругое тесто, месить в течение 10 мин. При необходимости в тесто можно добавить немного воды. Затем накрыть его чистым полотенцем и оставить при комнатной температуре на 30 мин для расстойки.

Готовое тесто разделить на небольшие кусочки, после раскатать каждый в тонкие лепешки.





Приготовить начинку. Выложить в миску творог, тертый сыр и измельченный плавленый сыр. Добавить в начинку яйцо, масло, перец и соль. Хорошо перемешать фарш до образования однородной массы.

Приготовленный фарш выложить на лепешки из теста, слепить пельмени. Варить их в кипящей подсоленной воде до готовности. Переложить пельмени на блюдо, полить их растопленным сливочным маслом, посыпать промытыми и измельченными листочками майорана и толчеными кедровыми орешками. Подавать к столу горячими.

Пельмени с грибами, рисом и маслом

*Для теста: 400 г пшеничной муки, 1 яйцо,
120 мл молока, соль по вкусу.*

*Для начинки: 150 г отваренного до полуготовности риса,
100 г сушеных грибов, 20 мл растительного масла,
50 г репчатого лука, 3 г черного молотого перца,
2 г молотого кориандра, соль по вкусу.*

Для подачи: 200 г сливочного масла, 50 г зелени укропа.

Замесить тесто из муки, яйца, молока и соли. Оставить его на 10—15 мин. для расстойки.

Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать рюмкой кружочки.

Приготовить начинку. Сушеные грибы замочить, промыть, затем отварить, откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода, мелко нарубить. Слегка обжарить грибы в растительном масле вместе с очищенным, вымытым и мелко нарезанным репчатым луком. Дать обжарке остыть, смешать с рисом, посолить, поперчить, приправить кориандром и перемешать. Выложить этот фарш на кружки из теста, слепить пельмени. Варить их в подсоленной воде в течение 8—10 мин. Перед подачей на стол переложить пельмени на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и украсить промытыми веточками укропа.





Пельмени с шампиньонами, горохом и луком

*Для теста: 400 г пшеничной муки, 1 яйцо,
120 мл воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 100 г сухого гороха, 300 г свежих шампиньонов,
100 г репчатого лука, 20 мл растительного масла для гороха,
30 мл растительного масла для грибов и лука, 3 г черного
молотого перца, 2 г молотой гвоздики, соль по вкусу.*

*Для соуса: 50 г вареного гороха, 150 мл грибного бульона,
50 г сметаны, 2 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

Для подачи: 100 г сливочного масла, 50 г зеленого лука.

Приготовить пельменное тесто из муки, яйца, воды и соли. Оставить его на 20 мин для расстойки. Затем раскатать тесто в тонкий пласт и вырезать кружочки.

Приготовить начинку. Горох замочить в воде, когда он разбухнет, откинуть на дуршлаг, дать воде стечь. После этого выложить горох ровным слоем на смазанный растительным маслом противень, запекать в духовом шкафу в течение 15—25 мин. Затем горох переложить в миску и размять до состояния пюре. Шампиньоны очистить, промыть, обсушить, мелко нарезать и обжарить в растительном масле вместе с очищенным, вымытым и мелко нарубленным репчатым луком. Добавить в гороховое пюре обжаренные с луком грибы. Массу посолить, поперчить и приправить гвоздикой, тщательно перемешать. Если масса получится жидкой, можно поставить ее в разогретый духовой шкаф и подсушить.

Выложить на кружки из теста этот фарш, слепить пельмени, варить их в подсоленной кипящей воде в течение 3—4 мин. после всплытия на поверхность.

Приготовить соус. Грибной бульон развести растертым в пюре вареным горохом, добавить сметану, перец и соль, тщательно взбить до получения однородной консистенции.

Полуготовые пельмени переложить шумовкой в сотейник, полить растопленным сливочным маслом, залить приготовленным соусом, посыпать промытым и мелко нарезанным зеленым луком и плотно накрыть крышкой. Поставить сотейник в умеренно



разогретый духовой шкаф на 20—30 мин., потомить. Подавать на стол горячими.

Пельмени с судаком, луком и рыбным бульоном

Для теста: 500 г пшеничной муки, 180 мл молока, 1 яйцо, 5 г соли.

*Для фарша: 400 г филе судака, 200 г репчатого лука,
50 г сливочного масла, соль и перец по вкусу.*

*Для подачи: 1 л рыбного бульона, 50 г сливочного масла,
50 г зеленого лука.*

Приготовить тесто. Из муки, молока, яйца и соли замесить тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, затем раскатать в тонкий пласт, вырезать круглые заготовки для пельменей.

Приготовить начинку. Филе судака промыть, обсушить и пропустить через мясорубку. Добавить в фарш очищенный, вымытый и мелко нарезанный репчатый лук, пассерованный в сливочном масле. Массу посолить и поперчить, тщательно перемешать.

Выложить этот фарш на круглые заготовки из теста, слепить пельмени. Варить их в широкой кастрюле в подсоленной кипящей воде в течение 3—4 мин. после закипания. Готовые пельмени переложить на блюдо, заправить сливочным маслом.

Отдельно подать горячий рыбный бульон, посыпанный промытым и измельченным зеленым луком.

Пельмени с капустой и редькой

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 2 яйца,
100 мл холодной воды, 2 г сахара, 5 г соли.*

Для начинки: 100 г редьки, 300 г квашеной капусты, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 50 г сливочного масла, перец и соль по вкусу.

Для подачи: 200 г сметаны.

Приготовить тесто. Воду смешать с 1 яйцом и 1 желтком, добавив соль и сахар. Муку просеять, высыпать в миску горкой, сделать





посередине углубление, влить в него подготовленную смесь, затем добавить взбитый отдельно оставшийся яичный белок. Замесить тесто, присыпать его мукой, накрыть полотенцем и оставить на 15 мин. для расстойки. Затем разделить тесто на заготовки для пельменей.

Приготовить начинку. Редьку очистить, вымыть, пропустить через мясорубку, отжать. Квашеную капусту промыть, отжать, размять до состояния пюре, смешать с редькой. Добавить в массу очищенный, вымытый и мелко нарубленный репчатый лук, яйцо, размягченное сливочное масло, соль и перец. Массу тщательно перемешать, начинить ею пельмени и отварить их в подсоленной кипящей воде. Перед подачей на стол переложить пельмени на блюдо и полить сметаной.

Пельмени с начинкой из смешанного мяса и жареной капусты

Для теста: 700 г пшеничной муки, 220 мл воды, 2 яйца, 10 г соли.

*Для фарша: 150 г свинины, 100 г баранины, 200 г говядины,
250 г жареной белокочанной капусты, 80 г репчатого лука,
3 г сахара, 30 мл воды, перец и соль по вкусу.*

Для подачи: 150 г сливочного масла.

Муку просеять, развести ее подогретой до 35 °С водой, вбить яйцо, добавить соль и замесить тесто. Вымешивать до получения теста однородной консистенции, затем оставить на 30—40 мин. для расстойки. Готовое тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать кружки для пельменей.

Приготовить фарш. Свинину, баранину и говядину промыть, очистить от пленок и жилок, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным и промытым репчатым луком. Добавить в фарш размятую до состояния пюре жареную капусту. Приправить смесь солью и перцем, развести водой с растворенным в ней сахаром, тщательно перемешать и слегка отбить. Начинить этим фаршем пельмени. Варить их в кипящей подсоленной воде в течение 5—7 мин. после закипания.



Готовые пельмени переложить шумовкой на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и подать к столу.

Пельмени со щукой

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 180 мл воды, соль по вкусу.

*Для начинки: 400 г филе щуки, 100 г репчатого лука,
100 мл свежих сливок, перец и соль по вкусу.*

Для подачи: 150 г сливочного масла.

Замесить тесто из муки, яйца, воды и соли. Когда оно немного расстоится, раскатать в тонкий пласт, рюмкой вырезать кружки для пельменей.

Приготовить начинку. Филе щуки промыть, пропустить через мясорубку вместе с очищенным, вымытым репчатым луком. Добавить в фарш сливки, поперчить и посолить по вкусу, тщательно перемешать.

Начинить этим фаршем пельмени и варить их в подсоленной кипящей воде до готовности. Переложить пельмени на блюдо и заправить сливочным маслом.

Пельмени с белыми грибами, ветчиной и луком

Для теста: 400 г рисовой муки,

150 мл холодной воды, 1 яйцо, 10 г соли.

*Для начинки: 100 г сушеных белых грибов,
100 г репчатого лука, 30 г сливочного масла, 150 г ветчины,
1 сваренное вкрутую яйцо, перец и соль по вкусу.*

*Для подачи: 150 г сливочного масла,
50 г зелени укропа и петрушки.*

Приготовить тесто. Воду взбить с яйцом и солью, вылить в углубление в муке и замесить тесто. Оставить его на 10—15 мин. для расстойки, затем раскатать в тонкий пласт и вырезать из него круглые лепешки.





Приготовить начинку. Промытые сушеные белые грибы отварить до полуготовности, обсушить, измельчить и слегка обжарить на сковороде в сливочном масле вместе с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. В конце жаренья добавить мелко нарубленную ветчину. Фарш охладить, добавить соль и перец, очищенное, мелко нарубленное яйцо, тщательно перемешать. Выложить фарш на круглые лепешки из теста, сформовать пельмени. Варить их в подсоленной кипящей воде до готовности. Затем переложить пельмени на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Пельмени с мясом курицы

Для теста: 300 г пшеничной муки, 300 г гречневой муки, 1 яйцо и 1 яичный белок, 100 мл холодной воды, 5 г соли.

Для начинки: 500 г филе курицы, 100 г репчатого лука, 25 г сливочного масла, 120 мл молока, специи и соль по вкусу.

Для подачи: 100 г сливочного масла, 100 г майонеза, 1 л куриного бульона, 100 г зелени укропа и петрушки.

Приготовить тесто. Пшеничную и гречневую муку смешать, просеять через сито в миску горкой, сделать в ней углубление. Воду взбить с яйцом, солью, влить в муку, замесить тесто. Затем добавить взбитый отдельно яичный белок и снова все вымесить. Раскатать тесто в тонкий пласт и сделать заготовки для пельменей.

Приготовить фарш. Филе курицы промыть, пропустить дважды через мясорубку, добавить молоко, соль и специи, размешать. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать, обжарить в сливочном масле, охладить и смешать с куриным фаршем. Выложить смесь на заготовки из теста, слепить пельмени. Варить в кипящей подсоленной воде 6—8 мин. Переложить пельмени на блюдо, заправить сливочным маслом, полить майонезом. Отдельно подать горячий куриный бульон, посыпанный измельченной зеленью укропа и петрушки.





Пельмени с фаршем из трески и лука

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 150 мл воды, 7 г соли.

Для начинки: 400 г филе трески, 100 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для подачи: 100 г сливочного масла, 50 г зеленого лука, нарезанного тонкими колечками.

Приготовить тесто из муки, яйца, воды и соли. Оставить его при комнатной температуре на 15 мин., затем раскатать и сделать заготовки для пельменей.

Приготовить начинку. Филе трески промыть и дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным, вымытым репчатым луком.

Добавить в фарш соль, перец, размягченное сливочное масло, затем все хорошо перемешать.

Выложить этот фарш на заготовки из теста, сформовать все пельмени, после варить в подсоленной воде в течение 8 мин. после всплытия.

Сваренные пельмени вынуть шумовкой, переложить на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать кольцами лука. Отдельно можно подать сметану или майонез.

Пельмени с луком и семгой

Для теста: 500 г пшеничной муки, 180 мл воды, 20 мл растительного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 400 г филе семги, 100 г репчатого лука, 50 мл растительного масла, 3 г черного молотого перца, 2 г крупно молотого душистого перца, соль по вкусу.

Для подачи: 150 г сливочного масла, 50 г зелени укропа и петрушки.

Приготовить тесто из муки и смеси воды и растительного масла с солью. Готовое тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать кружки для пельменей.





Приготовить фарш. Филе семги промыть, обсушить, дважды пропустить через мясорубку. Мелко нарубить и обжарить в растительном масле очищенный, вымытый репчатый лук. Соединить фарш с луком, добавить соль, черный молотый и душистый крупно молотый перец, хорошо перемешать. При необходимости разбавить фарш небольшим количеством воды, чтобы он не был слишком сухим. Начинить этим фаршем пельмени. Отварить их в подсоленной кипящей воде. Готовые пельмени переложить на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Пельмени в томатном соусе

*500 г пельменей с мясом, 30 г сливочного масла,
100 мл томатного соуса (кетчупа), 25 мл соевого соуса,
100 г зелени укропа и петрушки, соль по вкусу.*

Пельмени отварить в кипящей подсоленной воде, затем шумовкой переложить на сковороду, смазанную сливочным маслом, в один слой.

Залить пельмени томатным соусом (кетчупом), смешанным с соевым соусом, посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки. Поставить сковороду в разогретый духовой шкаф и прогреть.

Пельмени со щавелем

*Для теста: 250 г пшеничной муки, 250 г гречневой муки,
3 яйца, 200 мл холодной воды, 10 г соли.
Для начинки: 300 г щавля, 5 сваренных вкрутую яиц,
200 г сливочного масла, 10 г сахара, соль по вкусу.
Для подачи: 200 г сметаны.*

Приготовить тесто. Пшеничную и гречневую муку смешать, просеять через сито в миску горкой, сделать в ней углубление.





Воду взбить с яйцами и солью, влить в муку и замесить тесто. Разделать его на заготовки для пельменей.

Приготовить начинку. Листья щавеля промыть в холодной воде, обсушить, мелко нарезать, слегка отжать, пассеровать в сливочном масле. Затем приправить сахаром, солью и смешать с очищенными и мелко нарубленными яйцами. Начинить этим фаршем пельмени, положить их в кипящую подсоленную воду и варить приблизительно 8—10 мин. Готовые пельмени переложить на блюдо и полить сметаной.

Пельмени с мясом, запеченные в белом соусе с луком

*500 г пельменей с мясом, 100 г тертого сыра,
35 г сливочного масла, соль по вкусу.*

*Для соуса: 500 мл мясного бульона, 80 г пшеничной муки,
50 г сливочного масла, 150 г репчатого лука,
20 мл растительного масла, 100 г сметаны,
4 г черного молотого перца, 2 г душистого молотого перца,
1 г кардамона, соль по вкусу.*

Пельмени варить до готовности в кипящей подсоленной воде, затем переложить в форму для запекания, заправить сливочным маслом и посыпать тертым сыром.

Приготовить соус. Обжарить в сливочном масле муку до светло-желтого цвета, затем развести ее мясным бульоном.

Добавить в смесь очищенный, вымытый, нашинкованный и обжаренный в растительном масле репчатый лук. После положить черный молотый перец, душистый молотый перец, кардамон и соль.

Варить все вместе на медленном огне в течение 5—7 мин. после закипания.

Когда соус немного остынет, влить сметану, тщательно перемешать. Залить этим соусом пельмени, поставить в разогретый духовой шкаф на 10 мин.





Пельмени с солеными грибами и луком под сметаной

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 160 мл воды, 7 г соли.

*Для начинки: 350 г соленых грибов, 100 г репчатого лука,
50 г сметаны, 1 яйцо, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

Для подачи: 100 г сметаны, 500 мл кваса.

Приготовить тесто из муки, яйца, воды и соли. Раскатать его в тонкий пласт и сделать кружки для пельменей.

Приготовить начинку. Грибы промыть в холодной воде, отжать, мелко нарубить. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, смешать с грибами. Добавить в смесь яйцо и сметану, черный молотый перец и соль. Слепить пельмени с фаршем и сварить их в подсоленной воде. Готовые пельмени переложить на блюдо, полить сметаной. При желании залить пельмени квасом.

Пельмени с говяжьей печенью и луком

500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 120 мл воды, соль по вкусу.

*Для начинки: 300 г говяжьей печени, 150 г репчатого лука,
100 г сырого сала, 20 мл молока, перец и соль по вкусу.*

Для подачи: 200 г сметаны, 100 г зелени укропа и петрушки.

Приготовить тесто из муки, яйца, воды и соли. Оставить тесто расстояться, через 20 мин. раскатать его в тонкий пласт и вырезать кружки для пельменей.

Приготовить начинку. Говяжью печень отварить в подсоленной воде до полуготовности, затем измельчить. Смешать печень с мелко нарубленным салом, очищенным, промытым и нарубленным репчатым луком. Массу посолить, поперчить и развести молоком. Все тщательно перемешать.

Полученным фаршем начинить пельмени. Варить их в подсоленной воде до готовности. Перед подачей на стол переложить пельмени на блюдо, полить сметаной и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.





Пельмени, запеченные в томатном соусе с сыром

*500 г любых пельменей, 50 г сливочного масла,
250 мл томатного соуса, 100 г тертого сыра, соль по вкусу.*

Пельмени варить в подсоленной воде до готовности, затем шумовкой, чтобы стекла вода, переложить на сковороду, смазанную сливочным маслом, одним слоем. Залить пельмени томатным соусом, посыпать тертым сыром, поставить в разогретый духовой шкаф на 5 мин.

Старорусские пельмени кундюмы

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл кипятка,
80 мл растительного масла, соль по вкусу.*

*Для приготовления пельменей: 50 г сливочного масла,
400 мл грибного отвара, 5 г чеснока, 10 горошин черного перца,
2 лавровых листа, соль по вкусу.*

*Для начинки: 100 г сушеных грибов, 200 г гречневой или рисовой
каши, 80 мл растительного масла, 100 г репчатого лука,
2 сваренных вкрутую яйца, специи и соль по вкусу.*

Для подачи: 250 г сметаны, 100 г зелени укропа и петрушки.

Кундюмы — старинное блюдо, его готовили на Руси с давних времен и ели во время поста. По обычаю эти пельмени не варили, а запекали в печи. Сегодня это трудновыполнимая задача, поэтому можно запечь пельмени в духовом шкафу или отварить в кипящей воде.

Приготовить тесто. Растительное масло смешать с кипятком, влить в муку, посолить, непрерывно ее размешивая. Быстро замесить тесто, чтобы не осталось комочков. Затем раскатать тесто в очень тонкий пласт, чтобы оно было почти прозрачным. Разрезать его на квадраты 5 x 5 см.

Приготовить фарш. Сушеные грибы залить водой, замочить на некоторое время, затем промыть и отварить. Отвар процедить,





грибы обсушить и мелко нарубить. Обжарить их с очищенным, вымытым и мелко нашинкованным репчатым луком в растительном масле до золотистого цвета.

Когда обжарка остынет, смешать ее с рассыпчатой гречневой или рисовой кашей, добавить очищенные, нарубленные вареные яйца, посолить и приправить специями по вкусу, тщательно перемешать.

Полученным фаршем начинить пельмени, выложить их на сковороду, смазанную сливочным маслом, одним слоем и поставить в разогретый духовой шкаф. Запекать при умеренном огне в течение 12—15 мин.

После этого переложить кундюмы в горшок или горшочки, залить горячим грибным отваром, оставшимся после варки грибов, посолить, добавить лавровый лист, черный перец горошком, очищенный и нарубленный чеснок. Накрыть горшок крышкой и поставить его в разогретый духовой шкаф на 15 мин. томиться.

Перед подачей на стол выложить кундюмы в тарелки, залить сметаной, посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Дагестанские пельмени с крапивой

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл теплой воды,
3 яйца, соль по вкусу.*

*Для начинки: 400 г свежих листьев молодой крапивы,
150 г репчатого лука, 100 г топленого масла,
2 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

Для подачи: 80 г сливочного масла, 120 г сметаны.

Приготовить тесто. В слегка подогретую воду всыпать просеянную муку, затем вбить яйца, добавить соль. Замесить крутое тесто, отставить его на 25—30 мин. при комнатной температуре. Затем тесто раскатать в пласт толщиной не более 2 мм. Разрезать пласт на квадратики.



Приготовить начинку. Листья молодой крапивы перебрать, промыть их в холодной воде, обсушить, мелко нарубить и слегка обжарить в топленом масле (использовать 70 г). Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нашинковать, обжарить в оставшемся масле. Соединить крапиву и лук, посолить и поперчить, перемешать и охладить. Затем положить на квадратики из теста приготовленную начинку и слепить пельмени. Варить их в подсоленной кипящей воде до готовности, переложить шумовкой в глубокое блюдо. Полить пельмени растопленным сливочным маслом и сметаной.

Подавать на стол горячими.

Дюшбера — азербайджанские пельмени с мясом, мятой и луком

*Для теста: 400 г пшеничной муки, 100 мл воды, соль по вкусу.
Для фарша: 350 г баранины, 100 г репчатого лука, 0,5 г черного
молотого перца, 0,5 г красного молотого перца, соль по вкусу.
Для подачи: 50 г зелени кинзы и петрушки, 30 мл винного
уксуса, 10 г измельченного чеснока, 5 г измельченных
сушеных листьев мяты.*

Из муки, воды и соли замесить пресное тесто. Оставить его на 20 мин. при комнатной температуре, затем раскатать в тонкий пласт и разрезать острым ножом на одинаковые квадратики для пельменей.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком, добавить соль, красный и черный молотый перец. Фарш тщательно перемешать, выложить на квадратики из теста, слепить пельмени.

Варить пельмени в кипящей воде до готовности, затем переложить на блюдо, посыпать сушеной мятой и промытой и измельченной зеленью кинзы и петрушки. Отдельно подать винный уксус, смешанный с измельченным чесноком.





Дюшбера с мясом, салом, специями и бульоном

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 2 яйца,
120 мл сыворотки, 3 г соли.*

*Для фарша: 500 г баранины на косточке, 50 г курдючного сала,
1 яйцо, 80 г репчатого лука, 5 г измельченного чеснока,
20 г измельченной сушеной мяты, 20 г измельченного
сухого базилика, 4 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

Для обжаривания пельменей: 100 г сливочного масла.

*Для бульона: 1,5 л воды, 80 г репчатого лука, 60 г лука-порея,
6 горошин черного перца, 7 тычинок шафрана,
30 г курдючного сала, 60 г мелко нарубленной
зелени кинзы, укропа и эстрагона, соль по вкусу.*

Замесить крутое тесто из муки, яиц, сыворотки и соли. Завернуть его во влажную салфетку и оставить на 20—25 мин. при комнатной температуре. Раскатать тесто в очень тонкий пласт и нарезать его небольшими квадратами.

Приготовить фарш. Разделить промытую баранину, отделить мякоть от кости. Мякоть пропустить через мясорубку с очищенным и вымытым репчатым луком, курдючным салом, добавить в фарш яйцо, измельченный чеснок, мяту, базилик, перец и соль. Фарш тщательно перемешать и поставить на холод примерно на 15 мин.

Из кости сварить бульон, добавив в него при варке очищенные и вымытые в холодной воде репчатый лук, лук-порей и соль. Готовый бульон процедить.

Приготовленный фарш выложить на квадратики из теста, аккуратно защипнуть края, соединив противоположные углы, и слепить треугольные пельмени. Оставить пельмени на несколько минут, чтобы они подсохли.

Затем обжарить пельмени на сковороде в сливочном масле до едва заметного подрумянивания, после чего варить их в небольшом количестве подсоленной воды на протяжении 5—7 мин.

В подготовленный кипящий бульон положить мелко нарезанные обжаренные кубики курдючного сала, приготовленные





дюшбера, горошины черного перца и шафран. Довести до кипения, разлить по пиалам вместе с пельменями и посыпать зеленью кинзы, укропа и эстрагона.

Курзе — азербайджанские пельмени

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 150 мл воды, 3 г соли.

Для начинки: 400 г баранины, 200 г репчатого лука, 50 г курдючного сала, 3 г черного молотого перца, 25 г сузьмы (концентрированный соленый катык), 100 г томатной пасты, соль по вкусу.

*Для приготовления: 50 мл растопленного сала,
2 л подсоленного кипятка.*

*Для подачи: 250 мл катыка (кислого молока),
3 г молотой корицы, 50 г мелко нарубленной зелени
укропа и петрушки, 20 г измельченного чеснока.*

Из муки, яйца, воды и соли замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий блин, вырезать из него тонким стаканом кружки для пельменей.

Приготовить фарш. Баранину промыть холодной водой, обсушить салфеткой и пропустить через мясорубку. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать, обжарить на разогретой сковороде в растопленном кубиками курдючном сале. После этого смешать остывшую зажарку с фаршем, добавить сузьму, томатную пасту, черный молотый перец и соль. Тщательно перемешать и убрать на холод.

Выложить фарш на каждый кружок из теста, защипнуть в виде полукруглого нетугого пирожка, сделав круглый внешний шов и оставив на одном конце пирожка небольшое круглое отверстие с горошину.

Полученные курзе обмазать растопленным салом, оставить их на 20 мин., чтобы сало впиталось, затем выложить пельмени в глубокую эмалированную кастрюлю открытым концом вверх (под углом 45°). Залить пельмени подсоленной кипящей водой, накрыть кастрюлю крышкой и поставить на средний огонь. Варить





после закипания 10—15 мин. Затем воду слить, готовые курзе залить катыком, посыпать чесноком, мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки, корицей.

Для этого блюда обязательно нужно использовать катык, а не простоквашу или другой вид кислого молока. В странах Ближнего и Среднего Востока используется именно катык. Он отличается от простокваши тем, что заквашивается не из сырого, а из кипяченого молока. Кроме того, сам процесс заквашивания происходит при специфических условиях.

Борани — армянские пельмени

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 120 мл воды, соль по вкусу.

*Для начинки: 350 г говядины, 200 г репчатого лука,
80 г сливочного масла, 70 г измельченной зелени кинзы,
петрушки, эстрагона, 4 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для приготовления: 1,5 л мясного бульона,
150 г сливочного масла.*

Для подачи: 250 мл простокваши, 10 г измельченного чеснока.

Замесить крутое тесто из муки, яйца, воды и соли. Дать постоять 20 мин, затем раскатать его в пласт толщиной 2 мм. Нарезать пласт квадратами величиной 5 x 5 см.

Приготовить фарш. Говядину промыть, обсушить, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Затем фарш слегка обжарить в сливочном масле, остудить, заправить солью, черным молотым перцем, измельченной зеленью кинзы, петрушки и эстрагона. Тщательно перемешать фарш и выложить его на квадратики из теста, слепить пельмени в форме кувшинчика с небольшим отверстием вверх. Положить борани в кастрюлю открытой частью вверх, залить мясным бульоном, довести до кипения, плотно накрыть крышкой и варить на очень слабом огне до полуготовности. После этого переложить борани в сито, дать жидкости стечь, обжарить их на предварительно разогретой сковороде в сливочном масле. Перед подачей





на стол положить борани на блюдо, залить простоквашей, смешанной с чесноком.

Мантапур — армянские пельмени с костным бульоном

Для теста: 500 г пшеничной муки, 3 яйца, 80 мл воды, соль по вкусу.

*Для начинки: 400 г баранины, 100 г репчатого лука,
30 мл растительного масла, 30 г мелко нарубленной
зелени петрушки, 4 г черного молотого перца,
2 г молотого кардамона, соль по вкусу.*

Для смазывания: 1 яйцо.

Для приготовления: 1,5 л костного бульона.

*Для подачи: 150 мл простокваши, 5 г измельченного чеснока,
50 г измельченной зелени эстрагона.*

Приготовить тесто. Муку просеять через сито горкой, сделать в ней углубление, влить туда воду и вбить яйца, посолить и замесить крутое тесто. Раскатать его в два пласта толщиной не более 2 мм.

Приготовить начинку. Баранину промыть, очистить от пленок, обсушить, дважды пропустить через мясорубку. В измельченное мясо добавить очищенный, вымытый, мелко нашинкованный и спассерованный в растительном масле репчатый лук, зелень петрушки, черный молотый перец, кардамон и соль. Все тщательно перемешать. Полученный фарш разделить на мелкие шарики, выложить их через равные промежутки на один пласт теста, отступив от края 1—2 см. Тесто вокруг фарша смазать яйцом, затем накрыть фарш вторым пластом теста. Круглой выемкой или тонкостенным стаканом вырезать изделия, края тщательно защипнуть. Отварить мантапур в кипящем костном бульоне. Готовый мантапур переложить на блюдо, залить простоквашей, смешанной с измельченным чесноком, посыпать измельченной зеленью эстрагона. Бульон, в котором они варились, процедить, подогреть и подать отдельно.





Тухум-барак — таджикские пельмени с начинкой из лука и яиц

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл молока, соль по вкусу.

*Для начинки: 10 сваренных вкрутую яиц, 150 г репчатого лука,
80 г топленого масла, 3 г черного молотого перца,
2 г молотого кардамона, соль по вкусу.*

Для подачи: 200 г сметаны, 50 г зелени укропа и петрушки.

Из муки, теплого молока и соли приготовить пресное тесто. Раскатать его в тонкий пласт, нарезать полосками шириной 8 см и длиной 20 см. Сложить их вдвое по длине, защипнуть продольные края, формируя мешочки.

Приготовить фарш. Репчатый лук очистить, вымыть и нашинковать, затем обжарить в топленом масле. Когда обжарка остынет, соединить ее с очищенными, мелко нарубленными яйцами. Добавить в фарш черный молотый перец, кардамон и соль, тщательно перемешать. Этим фаршем начинить изделия из теста, защипнуть открытую часть, слегка подсушить. После этого отварить пельмени в кипящей подсоленной воде. Перед подачей к столу переложить тухум-барак на блюдо, полить сметаной и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Тухум-барак с яйцом и щавелем

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл молока, соль по вкусу.

Для начинки: 10 сваренных вкрутую яиц, 150 г листьев щавеля, кинзы, райхона и петрушки, 80 г топленого масла, 3 г черного молотого перца, 2 г молотого кардамона, соль по вкусу.

Для подачи: 100 г сливочного масла, 150 г сметаны.

Из муки, теплого молока и соли приготовить пресное тесто. Раскатать его в тонкий пласт, вырезать выемкой кружки.

Приготовить фарш. Листья щавеля, кинзы, райхона и петрушки промыть и мелко нашинковать, затем слегка обжарить в топленом масле. Когда обжарка остынет, соединить ее с





очищенными, мелко нарубленными яйцами. Добавить в фарш черный молотый перец, кардамон и соль, тщательно перемешать. Фарш выложить на заготовки из теста, слепить овальные пельмени, слегка подсушить. После этого отварить пельмени в кипящей подсоленной воде. Перед подачей на стол переложить тухум-барак на блюдо, заправить сливочным маслом и полить сметаной.

Пельмени по-таджикски

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо,
200 мл воды, соль по вкусу.*

*Для фарша: 400 г баранины, 100 г репчатого лука, 1 яйцо,
100 г черного подсушенного хлеба, 3 г черного молотого
перца, соль по вкусу.*

*Для соуса: 100 г баранины, 80 мл растительного масла,
100 г репчатого лука, 100 г помидоров, 400 мл мясного бульона,
100 г нута, 50 г алычи или барбариса, 2 г черного молотого перца,
2 г молотой корицы, 2 г молотой гвоздики, 3 г измельченного
имбиря, 10 г тертой цедры апельсина, соль по вкусу.*

Для подачи: 50 г зелени укропа и петрушки.

Замесить крутое пресное тесто из муки, яйца, воды и соли. Раскатать его в тонкий пласт толщиной 1 мм, нарезать квадратами размером 5 x 5 см.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком и предварительно замоченным и отжатым черным хлебом. Добавить в фарш яйцо, соль, перец и все перемешать. Фарш выложить на тесто и слепить пельмени треугольной формы. Подготовленные пельмени слегка подсушить.

Приготовить соус. Баранину промыть, обсушить, нарезать мелкими кубиками и обжарить в растительном масле. Затем положить в обжарку очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук, обжарить все вместе. Добавить вымытые и нарезанные кубиками помидоры, жарить 2—3 мин.





Залить обжарку мясным бульоном, добавить предварительно замоченный нут, варить на медленном огне в течение 40—50 мин. После этого положить в соус промытую алычу или барбарис, довести на медленном огне до готовности. За 10 мин до окончания варки заправить соус черным молотым перцем, корицей, гвоздикой, имбирем, цедрой апельсина и солью.

Пельмени варить в подсоленной воде в течение 25—30 мин, после переложить в глубокое блюдо, залить приготовленным соусом и украсить промытой зеленью укропа и петрушки.

Чучвара — мелкие узбекские пельмени

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл воды,
1 яйцо, соль по вкусу.*

*Для фарша: 400 г говядины, 100 г репчатого лука, 80 мл воды,
4 г черного молотого перца, 1 г красного молотого перца,
соль по вкусу.*

*Для приготовления: 1, 5 л костного бульона,
4 г душистого перца горошком, 2 лавровых листа.*

Для подачи: 200 мл простокваши, 70 г зелени укропа и петрушки.

Приготовить пресное тесто из муки, яйца, воды и соли. Раскатать его в пласт толщиной 2 мм, нарезать квадратами размером 3 x 3 см.

Приготовить фарш. Говядину промыть, обсушить, мелко на рубить острым топориком, соединить с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Добавить в фарш воду, черный и красный молотый перец, соль и тщательно перемешать.

Выложить небольшие порции фарша на квадратики из теста, слепить пельмени в форме треугольников. Отварить их в кипящем костном бульоне с добавлением перца горошком и лаврового листа.

Перед подачей на стол переложить чучвара на блюдо, заправить простоквашей, посыпать промытой и нашинкованной зеленью укропа и петрушки.





Барак-чучвара — узбекские пельмени

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды,
0,5 г красного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для фарша: 400 г баранины, 150 г репчатого лука,
50 мл растительного масла, 50 мл мясного бульона,
3 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для подачи: 180 мл кислого молока, 50 г зелени укропа,
петрушки и эстрагона.*

Из муки, воды, перца и соли приготовить пресное тесто. Раскатать его в тонкий пласт и нарезать квадратами размером 5 x 5 мм.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, дважды пропустить через мясорубку. Добавить очищенный, вымытый, мелко нашинкованный и обжаренный в растительном масле репчатый лук. Затем фарш развести бульоном, посолить и поперчить, тщательно перемешать. Выложить фарш на квадратики из теста, края загнуть и защипнуть. Отварить пельмени в подсоленной кипящей воде.

Перед подачей на стол переложить барак-чучвара на блюдо, залить кислым молоком, посыпать промытой и измельченной зеленью укропа, петрушки и эстрагона.

Цемор — мордовские пельмени с мясом

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 150 мл воды,
соль по вкусу.*

*Для фарша: 350 г жирной свинины, 150 г репчатого лука,
150 г черствой булки, 10 мл столового уксуса, 80 мл овощного
бульона, 5 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для варки: 1,5 л костного бульона, 2 лавровых листа,
4 горошины душистого перца.*

Для подачи: 100 г зелени укропа, петрушки и дудника.

Из муки, воды, яйца и соли замесить крутое тесто. Оставить его на 20 мин для расстойки, затем раскатать в тонкий пласт, нарезать его небольшими квадратами — 4 x 4 см.





Приготовить фарш. Свинину промыть, обсушить и нарубить мелкими кубиками. Черствую булку размочить, отжать и смешать с мясом. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать и пропустить в уксусе, затем смешать с мясным фаршем, развести бульоном, добавить черный молотый перец и соль. Все тщательно перемешать.

Выложить фарш на квадратики из теста, слепить пельмени в виде треугольников. Отварить пельмени в кипящем костном бульоне с добавлением лаврового листа и душистого перца. Варить после закипания на медленном огне в течение 20 мин.

Перед подачей на стол пельмени разложить по тарелкам, залить процеженным бульоном, в котором они варились, посыпать промытой, мелко нарубленной зеленью укропа, петрушки и дудника.

Берг — калмыцкие пельмени

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл воды, 1 яйцо,
соль по вкусу.*

*Для фарша: 300 г говядины, 100 г сала,
150 г репчатого лука, соль по вкусу.*

*Для подачи: 180 г сливочного масла,
50 г зеленого лука.*

Из муки, яйца, воды и соли приготовить пресное тесто, оставить его на 15 мин., накрыв полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, нарезать небольшими квадратами.

Приготовить фарш. Говядину промыть, обсушить и вместе с салом дважды пропустить через мясорубку. Добавить в фарш вымытый, очищенный, нашинкованный репчатый лук, соль и тщательно перемешать. Выложить фарш на квадратики из теста, края завернуть и защипнуть. Отварить пельмени в подсоленной кипящей воде, затем переложить на блюдо. Перед подачей на стол полить растопленным сливочным маслом и посыпать промытым нашинкованным зеленым луком.





Берг с говядиной и бараниной

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл воды, 1 яйцо,
соль по вкусу.*

*Для фарша: 300 г говядины, 200 г жирной баранины,
150 г репчатого лука, соль по вкусу.*

*Для подачи: 180 г сливочного масла,
50 г зелени укропа и петрушки.*

Из муки, яйца, воды и соли приготовить пресное тесто, оставить его на 15 мин., прикрыв полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать небольшие кружки.

Говядину и жирную баранину промыть, обсушить, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш соль и тщательно перемешать.

Выложить фарш на кружки из теста, слепить пельмени в форме полумесяца, отварить их в подсоленной воде.

При подаче на стол переложить пельмени на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать промытой, измельченной зеленью укропа и петрушки.

Пельмени с сыром по-аджарски

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 2 яичных желтка,
200 мл воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 500 г сыра сулугуни (можно другой подобный сыр),
100 г густой сметаны, 10 г сушеного чабера, 3 г тертого чеснока,
2 г красного молотого перца, соль по вкусу.*

Для подачи: 150 г сливочного масла.

Муку просеять, высыпать в миску горкой, сделать в середине углубление и влить теплую подсоленную воду, добавить яичные желтки и замесить тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, затем раскатать в тонкий пласт и вырезать кружки диаметром 4 см.

Приготовить начинку. Сыр натереть на мелкой терке, добавить густую сметану, измельченный чабер, тертый чеснок, крас-





ный молотый перец, соль и перемешать. Приготовленный фарш выложить на кружки из теста, слепить пельмени в форме полумесяца. Отварить пельмени в подсоленной кипящей воде, переложить на блюдо, полить растопленным сливочным маслом.

Равиоли — итальянские пельмени из мяса курицы с болгарским перцем и картофелем

*Для теста: 500 г пшеничной муки высшего сорта, 4 яйца,
2 яичных желтка, соль по вкусу.*

*Для фарша: 500 г куриных окорочков, 50 г сливочного масла,
100 г вареного картофеля, 60 г красного и желтого болгарского
перца, 1 яичный желток, 50 г тертого корня петрушки,
10 г листьев шалфея, 50 мл сухого белого вина, соль по вкусу.*

*Для соуса: 50 г красного болгарского перца, 100 г желтого
болгарского перца, 100 мл сливок, 30 мл растительного масла,
30 г сливочного масла, соль по вкусу.*

Для подачи: 30 г измельченных листьев шалфея.

Высыпать просеянную муку на стол горкой, в середине сделать углубление. Вбить в него яйца, яичные желтки, посолить, замесить крутое эластичное тесто. Завернуть его в пленку, оставить на 30 мин при комнатной температуре. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, нарезать маленькими квадратиками.

Приготовить фарш. Куриные окорочка промыть, обсушить, обжарить в сливочном масле с листиками шалфея. Сбрызнуть окорочка вином, когда оно испарится, посолить, добавить очищенный, промытый и мелко нарезанный болгарский перец (красный и желтый). Продолжать тушить все вместе на слабом огне под крышкой в течение 20 мин. Потом отделить мясо от костей и кожи, измельчить, смешать с соком, образовавшимся при тушении. Добавить в фарш размятый в пюре вареный очищенный картофель, половину тертого корня петрушки, желток и тщательно перемешать до получения однородной массы. Выложить массу на квадратики из теста, слепить равиоли любой





произвольной формы. Оставить их ненадолго на воздухе, чтобы они немного подсохли.

Приготовить соус. Вымыть красный и желтый болгарский перец, удалить семена и плодоножки, мякоть нарезать кольцами. Красный перец жарить в течение 2 мин. на растительном масле, а желтый измельчить в миксере и припустить в течение 3 мин. со сливочным маслом, сливками и оставшейся петрушкой, посолить.

Подготовленные равиоли отварить в подсоленной кипящей воде. Затем шумовкой переложить их в супницу, залить полученным соусом, украсить обжаренными кольцами красного перца и листиками шалфея.

Грибные пельмени по-марийски

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо,
200 мл воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 500 г свежих белых грибов, 200 г репчатого лука,
4 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для подачи: 80 г растопленного сливочного масла,
150 г сметаны, 50 г зеленого лука.*

Из муки, яйца, воды и соли замесить крутое тесто, скатать его в шар, накрыть влажным полотенцем и оставить на 30—40 мин. при комнатной температуре. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать кружки.

Приготовить начинку. Свежие белые грибы очистить, промыть, отварить до полуготовности в подсоленной воде, затем дать остыть, мелко нарубить. Соединить грибы с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Добавить в начинку соль и черный молотый перец, тщательно перемешать. Выложить фарш на кружки из теста, слепить пельмени в форме полумесяца и дать им немного подсохнуть. Отварить пельмени в подсоленной кипящей воде.

Перед подачей к столу переложить пельмени на блюдо, полить растопленным маслом и сметаной, посыпать промытым и нарезанным зеленым луком.





Дальневосточные пельмени

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 200 мл воды, 10 г соли.

*Для начинки: 250 г филе горбуши, 250 г жирной свинины,
100 г репчатого лука, 1 яйцо, 60 мл воды, 4 г черного
молотого перца, соль по вкусу.*

Для обжаривания: 150 г сливочного масла.

Для подачи: 50 мл столового уксуса.

Муку просеять, высыпать в миску горкой, сделать в середине углубление и влить теплую подсоленную воду, добавить яйцо, замесить тесто. Оставить его на 20 мин для расстойки, затем раскатать в тонкий пласт и нарезать небольшими квадратиками.

Приготовить начинку. Филе горбуши промыть, обсушить, дважды пропустить через мясорубку вместе с промытой и обсушенной жирной свининой и очищенным репчатым луком. Добавить яйцо, воду, перец и соль, тщательно перемешать. Выложить фарш на квадратики из теста, слепить пельмени, варить их в подсоленной кипящей воде до полуготовности. Затем вынуть пельмени шумовкой, дать воде стечь и обжарить в горячем сливочном масле до образования румяной корочки. Готовые пельмени переложить на блюдо и полить уксусом.

Дальневосточные пельмени с креветками

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды,
25 мл растительного масла, соль по вкусу.*

*Для фарша: 450 г очищенных креветок, 50 мл соевого соуса,
50 мл рисового вина, 30 г сахара, 15 мл кунжутного масла,
2 г черного молотого перца, 30 г кукурузной муки, соль по вкусу.*

Для подачи: 150 г сливочного масла, 50 г колец репчатого лука.

Муку высыпать в миску горкой, сделать в центре углубление, влить в него при непрерывном помешивании 150 мл кипящей воды, затем оставшуюся холодную воду. Добавить в тесто растительное масло и соль, замесить крутое тесто. Скатать из него





тонкую колбаску, нарезать ее небольшими кусочками. Каждый кусочек раскатать в кружок.

Приготовить фарш. Мелко нарубить очищенные, промытые и обсушенные креветки. Смешать их с соевым соусом, рисовым вином, сахаром, кунжутным маслом, черным молотым перцем и солью. Размять фарш до получения однородной массы. Затем всыпать, помешивая, кукурузную муку, вновь замесить.

Приготовленный фарш выложить на кружки из теста, слепить небольшие пельмени. На дно пароварки положить влажную салфетку, уложить на решетку в один ряд пельмени, варить на сильном огне 5 мин., затем переложить пельмени на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать кольцами репчатого лука.

Пельмени с мидиями

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 150 мл воды, соль по вкусу.

Для фарша: 400 г отварных мидий, 50 г сливочного масла, 100 г репчатого лука, 30 мл растительного масла, 2 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца, соль по вкусу.

Для соуса: 150 мл соевого соуса, 50 мл кунжутного масла, 30 мл винного уксуса, 5 г тертого чеснока.

Для подачи: 100 г сливочного масла.

Из муки, воды, яйца и соли замесить крутое тесто, оставить его на 25 мин. для расстойки. Затем разделить тесто на небольшие кусочки и каждый из них раскатать в круглую лепешку.

Приготовить фарш. Мидии мелко нарубить, обжарить в сливочном масле. Очищенный и вымытый репчатый лук обжарить в растительном масле. Все ингредиенты соединить, добавить черный и красный молотый перец, соль и тщательно перемешать. Когда фарш остынет, выложить его на лепешки из теста, слепить пельмени. Отварить в подсоленной кипящей воде.

Приготовить соус, смешав соевый соус, кунжутное масло, винный уксус и тертый чеснок. Массу тщательно взбить.





Готовые пельмени откинуть на дуршлаг и переложить на тарелку, заправить сливочным маслом. Отдельно подать в соуснике приготовленный соус.

Тортеллини — итальянские пельмени с ветчиной

*Для шпинатного теста: 400 г пшеничной муки,
130 г листьев шпината без жестких черешков,
200 мл воды, 4 яйца, соль по вкусу.*

*Для начинки: 400 г сыра рикотта (или пресного творога),
200 г вареной ветчины, 3 г молотого мускатного ореха,
2 г черного молотого перца, 2 яйца, 5 г соли.*

Для подачи: 100 г сливочного масла, 100 г тертого пармезана.

Приготовить шпинатное тесто. Проварить шпинат в воде, затем воду слить, шпинат промыть холодной проточной водой, хорошо отжать и мелко нарубить. Положить шпинат в миску, добавить яйца и соль, перемешать. Помешивая всыпать муку и замесить густое тягучее тесто. Месить 20—30 мин., пока тесто не перестанет липнуть к рукам. Затем накрыть его полиэтиленовой пленкой и оставить при комнатной температуре на 30 мин. После раскатать тесто в тонкий пласт и нарезать его квадратами размером 6 x 6 см. Накрыть их пленкой, чтобы тесто не высохло.

Приготовить начинку. Смешать измельченный сыр рикотту с мелко нарубленной ветчиной, добавить мускатный орех, перец и 1 яйцо. Массу перемешать, завернуть в пленку и убрать в холодильник на 30 мин. Затем начинку достать, выложить на квадраты из теста, края теста смазать оставшимся яйцом (использовать половину), слепить тортеллини.

Присыпать мукой противень, выложить на него тортеллини в один слой, смазать их оставшимся яйцом.

Накрыть противень полиэтиленовой пленкой так, чтобы она не касалась пельменей, поставить в слабо разогретый духовой шкаф, чтобы они подсохли, на 30 мин. За это время тортеллини можно перевернуть один раз и снова накрыть пленкой.





Довести воду до кипения на сильном огне. Всыпать в нее тортеллини, аккуратно помешивая, чтобы не повредить тесто. Когда вода снова закипит, убавить огонь до среднего и варить 10 мин. Затем воду слить, изделия заправить сливочным маслом и половиной пармезана. Перед подачей на стол посыпать тортеллини оставшимся пармезаном.

Плацынды — молдавские пельмени с творогом

Для теста: 500 г пшеничной муки, 3 яйца, 20 г сливочного масла, 80 мл молока, соль по вкусу.

Для начинки: 80 мл сливок, 500 г пресного творога, 3 г молотой корицы, 2 г молотой гвоздики, 3 г майорана, соль по вкусу.

Для смазывания теста: 1 яйцо.

Для выпекания: 50 г сливочного масла.

Для подачи: 200 г сметаны.

Из муки, размягченного масла, яиц и молока с солью замесить тесто умеренной густоты. Оставить его на 20 мин. при комнатной температуре, накрыв чистым полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него кружки.

Приготовить начинку. Творог протереть через сито, добавить корицу, гвоздику, майоран, соль и сливки, тщательно перемешать. Положить на середину каждого кружка порцию творожной начинки. Размазать его по лепешке из теста, оставляя края свободными. Смазать края яйцом, собрать их к центру, слепить пельмени в виде восьмиугольника, края плотно защипнуть. Выложить пельмени на противень, застеленный пергаментом, обильно смазанным сливочным маслом. Смазать каждое изделие оставшимся яйцом, сделать небольшие проколы в середине (можно концом ножа). Поставить противень в разогретый духовой шкаф и выпекать до готовности (плацынды должны хорошо подрумяниться). Готовые плацынды переложить на блюдо, каждую смазать сметаной, сверху выложить второй слой и тоже смазать его сметаной. Подавать на стол горячими.



МАНТЫ

Манты — классическое блюдо народов Центральной Азии. Чем-то манты напоминают по своим качествам обычные пельмени, но это ложная иллюзия. Манты, в отличие от пельменей, чебуреков и т. п. готовят не в воде, не в масле или бульоне, а на пару.

Манты — фаршированное мясом тесто. В раскатанные кругляшки тонкого теста фаршируется мясо. Обычно это баранина с луком, рубленая на мелкие кусочки. Именно рубленая, а не прокрученная через мясорубку. Рецепт приготовления мантов включает в себя множество нюансов. Закреплять края слепленной манты нужно не руками, а скалкой или бутылкой, чтобы они получились абсолютно герметичными. Манты не должны развариться во время распаривания в специальной корзиночке.

Рецепт приготовления мантов подразумевает разные добавки в фарш типа лука, укропа, моркови и тому подобного. Добавки могут быть острыми и не очень в зависимости от рецепта. Однако манты должны быть залеплены герметично, если вы не хотите терять драгоценный сок (самую вкусную часть). Также возможны варианты лепки мантов в виде чашечек с открытым верхом. Треугольные и четырехугольные манты — самая распространенная форма среди рецептов.

Рецепт приготовления мантов подразумевает постное тесто (как и классический рецепт приготовления чебуреков), но в зависимости от вариаций рецепта приготовления тесто может быть с добавлениями соли, сахара, яйца и даже в некоторых случаях замешано на молоке.

В России манты часто делают по рецепту из свиного и говяжьего фарша с добавлением лука. Лук, по правильному рецепту приготовления мантов, должен быть не прокручен через мясорубку, потому что в таком случае в фарше появляются большие куски лука, которые портят весь вкус.





Лук нужно мелко-мелко рубить ножом, чтобы волокна были перерублены как можно чаще. Только тогда лук будет приятнее на вкус и даст в фарш свой сок. Многие профессиональные повара советуют готовить манты из фарша с добавлением курдючного сала. Лучше всего делать манты на касканах — специальных решетках, которые устанавливаются на дне пароварки. Иногда эту посуду называют мантишницей (мантоваркой). Мантоварка прекрасно подходит для приготовления других блюд на пару и состоит из трех кастрюль, которые устанавливаются друг на друга. Нижняя предназначена для воды, а в остальных располагается приготавливаемое блюдо.

Настоящие манты должны быть сочными, и в этом они похожи на грузинские хинкали. Для сочности и жирности восточные кулинары добавляют в фарш немного вымени или верблюжьего горба, а русские повара — кусочки сала, что делает манты похожими на любимые пельмени. Сало придает изделию особый вкус, сочность и аромат, ведь пока манты долго варятся на пару, оно растапливается, но остается внутри теста, пропитывая его и придавая изделиям специфические вкусовые качества.

Для начинки в славянском варианте используют свинину, вместо тыквы — капусту, морковь или другие сочные овощи. Очень часто русские манты готовят не на пару, а в подсоленной кипящей воде, как и пельмени.

По форме манты бывают разными, как и пельмени, однако они всегда больше пельменей. Более традиционная форма — в виде круглой чашечки. Иногда они бывают четырехугольными или треугольными.

Тесто для мантов готовится по уже знакомому рецепту, как и для пельменей. Чаще всего используется пресное тесто, замешанное на воде и без дрожжей.

Манты едят с различными острыми соусами. Наиболее подходящим считается соевый с добавлением уксуса. Можно использовать уксус, смешанный с горчицей, сметану, майонез, кетчуп, в зависимости от начинки. К мантам обычно подают овощной салат. Традиционный салат — из мелко нарезанных помидоров, сладкого перца и чеснока, заправленных растительным маслом.





Манты по-узбекски

Для теста: мука пшеничная — 1 кг, вода кипяченая охлажденная — 400—450 г, яйцо — 1 шт., соль.

Для начинки: мякоть баранины — 1,5 кг, сало курдючное — 250—300 г или мякоть телятины (говядины) — 500 г, мякоть свинины (шея или грудинка) — 500 г, сало нутряное (говяжье или свиное) или свиной шпик — 200 г, лук репчатый — 1,5 кг, масло растительное (лучше кунжутное) — 250—300 г, вода или бульон мясной — 1 стакан, соль, перец черный и красный молотый, зира (ажгон), порошок карри.

Мясо нарезать мелкими кубиками, примерно 1х1 см. Встречающиеся нутряной жир и небольшие кусочки сала нарезать так же и все перемешать. Уложить в эмалированную кастрюлю, закрыть ее крышкой и поставить в холодильник. Курдючное сало пока не трогать.

Лук очистить и проколоть, каждую луковицу разрезать вдоль пополам. Дальше каждую половинку нарезать вдоль с интервалом между разрезами примерно в 1 см. После этого как можно тоньше нашинковать эту половинку поперек.

Нашинковав весь лук, смешать его с рубленным мясом, добавить 1—2 чайные ложки соли, 1 чайную ложку черного перца, $\frac{1}{2}$ чайной ложки красного перца, карри на кончике ножа и $\frac{1}{2}$ чайной ложки зиры. Влить охлажденную кипяченую воду или бульон и интенсивно перемешать фарш предварительно тщательно вымытыми руками. Перемешанный фарш разровнять, накрыть крышкой и поместить в холодильник.

Для теста в глубокую и достаточно емкую миску или кастрюлю налить 2 стакана охлажденной до комнатной температуры воды и вбить яйцо. Добавить чайную ложку соли и круговыми движениями слегка перемешать, чтобы она растворилась. Всыпать муку в два приема: вначале около 80% указанного количества, а дальше, слегка перемешав, постепенно всыпать остальные 20%. Тщательно перемешать рукой до получения однородной густой массы.



Тесто должно получиться достаточно крутым и в то же время податливым и эластичным.

Накрыть миску с тестом крышкой или тарелкой и оставить на 10—15 минут. Далее разрезать тесто на две равные части, обмять, скатать два небольших шарика (завола) и поместить их в две небольшие миски или кастрюльки. Накрыть кастрюли крышками и поставить на 15—20 минут в относительно теплое место.

После этого тесто хорошо обмять, вновь накрыть крышкой и оставить на 10—15 минут. Далее обмять тесто в последний раз и снова оставить на 5 минут.

Вынуть из кастрюли один шарик теста. Слегка посыпать стол мукой, положить на него тесто и кулаками размять его в лепешку. После этого второй шарик теста вновь обмять и оставить «дождаться своей очереди» в кастрюле.

Взять лепешку. Слегка посыпать ее мукой, сложить пополам и снова продолжить разминать от центра к краям, сложив для этого оба кулака как бы в один мощный «пресс». Отвернуть назад в исходное положение половинку лепешки. Если она отлепляется с трудом, значит, вы насыпали мало муки перед тем как сложим ее вдвое. Если муки насыпали чуть больше, чем нужно,—ничего страшного, во всяком случае, на первых стадиях раскатки. Тесто равномерно впитает в себя излишнюю муку. Но не переусердствуйте с мукой, чтобы тесто не потеряло своей эластичности. Особенно это касается последней стадии раскатки.

Когда диаметр лепешки достигнет 20—25 см, потребуется скалка. Тесто слегка посыпать мукой, плотно завернуть его на скалку почти до конца и осторожно, без лишнего усердия, но достаточно уверенно раскатать от центра к краям. Далее повернуть скалку с тестом перпендикулярно себе и развернуть тесто на столе. Вновь расположить скалку параллельно себе, при необходимости немного посыпать тесто мукой, завернуть его на скалку и продолжить раскатывать. С каждым разом лепешка увеличивается в диаметре и становится все тоньше. Раскатывать тесто до тех





пор, пока толщина его не станет оптимальной, то есть не меньше 1 и не больше 2 мм.

Раскатав лепешку в последний раз, сложить ее в несколько слоев в узкую (шириной 10—12 см) полоску. Далее отложить скалку в сторону, взять нож и разрезать полученную полоску теста поперек на несколько равных частей. Расстояние между разрезами должно составлять 10—12 см. Таким образом, в результате вы получите полоски шириной 10—12 см. Самые длинные из них окажутся в середине. Вот с них и нужно начинать.

Взять в руки такую сложенную полоску теста и, найдя оба конца, положить ее на стол, осторожно распрямив. Сверху положить следующую полоску, которая будет немного короче первой. Один край оставить свободным. К примеру, можно сложить полоски теста друг на друга, начиная с левой стороны, а правый край остается свободным. В результате образуется стопка из 7—8 расправленных и уложенных друг на друга ленточек, равномерно утолщенная с левого края, которая постепенно утончается к правому краю.

Теперь эти ленточки вновь разрезать поперек с интервалом в 10—12 см. В итоге у вас получатся квадратики теста. Разделить их по всему столу вплотную друг к другу, чтобы поместились все квадратики. Ближе к краю кладите «неполноценные» квадратики теста (с отсеченными уголками и т. п.). Из таких кусочков также слепить квадратики, подбирая для каждого кусочка подходящую половинку.

Достать из холодильника миску с фаршем и разделить половину фарша на все полученные квадратики, стараясь распределить его равномерно. Если вы используете баранину, курдюк нарезать кубиками 1х1 см и разделить на каждый квадратик по 2—3 кубика поверх фарша.

Слепить из всех квадратиков манты, уложить их на предварительно смазанный маслом ярус каскана, не вплотную друг к другу, а достаточно свободно. На одном ярусе каскана свободно размещается 6 или 7 мантов. Больше размещать не рекомендую, поскольку затем, когда они сварятся, их трудно будет отделить





друг от друга, и они могут порваться. Наш рецепт рассчитан на то, чтобы сварить манты в два приема, приблизительно по 26—30 штук.

Время варки мантов не более 35—40 минут. Пламя конфорки в течение всего времени варки должно быть максимальным.

Точно так же раскатать и приготовить вторую партию.

Манты по-башкирски

Для теста пресного: мука (сколько возьмет тесто),

1 яйцо, 1 стакан воды, соль.

Для начинки: 800 г мякоти баранины, 2 средние картофелины,

300 г молодого кабачка, 2 луковицы, специи для мантов

(черный перец, зира, кориандр, сухой чеснок),

топленое или сливочное масло, соль.

Из муки, яйца и воды с солью замесить крутое пресное тесто. Скатать в шар, убрать в полиэтиленовый пакет на 30 минут. Кабачок вымыть, освободить от кожуры и семечек. Кабачки и картофель мелко порубить. Мясо порубить на мелкие кусочки. Можно пропустить его через мясорубку, но это сильно изменит вкус блюда. Поэтому мы будем рубить мясо только в ручную. Лук тонко шинковать и добавит в фарш. Рубленное мясо, картофель, кабачки и лук смешать, посолить, добавит специи для мантов.

Из пресного теста скатать жгуты толщиной примерно 3 см. Положить их на присыпанную мукой поверхность и разрезать на кусочки длиной 3 см. Из «отрезков» сформировать шарики. Раскатать каждый шарик в плоскую лепешку диаметром примерно 15 см. Можно, конечно, лепить и более мелкие мантики, но они будут менее сочными.

На раскатанную лепешку нужно уложить 1 столовую ложку начинки и небольшой кусочек сливочного масла.

Слепить манты: подтянуть тесто от краев к середине и соединить два края. Затем, приподнять край теста и подтянуть его к выплепленному шву, защипать этот край. Так же защипать второй край.





Секции мантоварки смазать маслом. Разложить манты так, чтобы они не соприкасались между собой.

Варить манты под крышкой на слабом огне 40—45 мин., если с бараниной; 30 — 35 мин., если со свининой.

Манты с картофелем

Для теста: 350 г муки, 0,5 стакана воды,

1 ст. ложка растительного масла, соль.

Для фарша: 800 г картофеля, 100—150 г сала, 200 г лука,

соль, перец черный молотый.

Картофель очистить, нарезать для фарша мелкими кубиками. Нарезать лук и сало. Все указанные продукты смешать, поперчить, посолить. Затем приготовить тесто из муки и воды, оставить настояться примерно 30—40 минут. После этого необходимо его раскатать в большую и тонкую лепешку и разрезать на квадраты примерно 10х10 см. В середину каждого квадрата положить столовую ложку фарша, кончики квадрата соединить по диагонали и защипнуть углы, чтобы манты получились продолговатой формы.

Приготовленные манты выложить на решетки — касканы, предварительно смазанные жиром. Касканы устанавливают над котлом с кипящей водой или бульоном, манты варят на пару около 25 — 30 минут.

Манты в духовке

Мука — 2 стакана, яйцо — 1 шт., вода — 0,5 стакана,

фарш (говядина + свинина) — 300 г, лук — 300 г, куриный

бульон — 1 стакан, масло сливочное — 50 г, соль, перец черный.

Необходимо приготовить крутое тесто из муки, яйца, воды и соли. Оставить его настояться около 20 минут. Фарш посолить, поперчить, добавить мелко нарезанный лук и бульон (2 столовые ложки). Тесто нужно раскатать и порезать на небольшие





квадратики. На середину квадрата положить фарш и защипнуть его с двух сторон, придать форму «лодочки». Форму для запекания следует смазать маслом, выложить в нее «лодочки», а сверху на них положить кусочки масла.

Духовку предварительно разогреть, поместить в нее форму и выпекать манты до приобретения ими золотистого цвета. После этого достать форму и влить туда куриный бульон, чтобы он прикрыл манты. И снова поставить форму в духовку до испарения жидкости.

Подавать манты рекомендуется со сметаной.

Манты с тыквой по-узбекски

*Для теста: 3 стакана пшеничной муки, 2 яйца,
1 стакан воды, 0,5 ч. ложки соли.*

*Для начинки: 500 г тыквы, 4 луковицы, 100 г сала курдючного,
3 ст. ложки растительного масла, 1 пучок петрушки,
1 ст. ложка сахара, 0,5 ч. ложки черного молотого перца,
соль — по вкусу.*

Тыкву натереть на крупной терке, лук мелко нарезать, зелень мелко порубить. Курдючное сало пропустить через мясорубку. Подготовленные продукты перемешать, заправить сахаром, солью и перцем.

Из муки и воды с добавлением яиц и соли замесить пресное крутое тесто, накрыть салфеткой и оставить для расстойки на 15—20 минут. Раскатать тесто в большую и очень тонкую лепешку, разрезать на квадраты 10х10 см. Положить на каждый квадрат столовую ложку фарша, кончики квадрата соединить по диагонали и защипнуть так, чтобы манты приобрели круглую форму и фарш был виден. Уложить манты на смазанные маслом ярусы паровой кастрюли, сбрызнуть холодной водой. Когда вода в кастрюле закипит, установить ярусы с мантами, плотно закрыть крышкой и варить в течение 20—30 минут.

Подавать готовые манты на большом блюде, посыпав мелко нарезанной зеленью.





Манты с капустой

*Для теста: 300 г муки, 2 яйца,
1/3 стакана воды, соль.*

*Для начинки: 400 г белокочанной капусты, 1 луковица,
1 ст. ложка растительного масла, петрушка, перец.*

В муку нужно разбить 2 яйца, перемешать, добавить растительное масло и небольшое количество воды. Хорошо замесить тесто. Затем следует разделить его на две одинаковые части и из каждой раскатать два пласта. Приготовить начинку. Капусту нужно порубить мелкими кусочками, залить подсоленным кипятком и оставить на 20—25 минут.

Затем слить воду, подсолить капусту и добавьте к ней лук, немного поджаренный, нарубленную петрушку и перец черный. Все хорошенько перемешать. Слепить манты. Плотно залепить края и варить на пару около 3—5 минут.

На стол манты рекомендуется подавать со сметаной либо же с томатным соусом. Для этого нужно поджарить 2 столовые ложки муки на сливочном масле, добавить томатный сок и 4—5 столовых ложек растительного масла.

Манты по-казахски

*Для соуса: 500 г баранины (жирной), 3—4 шт. репчатого лука,
50 г курдючного сала, 150 г сметаны, 4 ст. ложки масла,
перец, соль — по вкусу.*

*Для соуса сантана: 20 мл бульона, 10 мл уксуса 3%-ого,
1/3 ч. ложки масла*

Для приготовления фарша взять баранину, порубить ее мелкими кусочками не больше 10—15 мм в диаметре, луковицы также мелко нашинковать, добавить к фаршу красный молотый перец, соль и хорошо перемешать. Нарезать мелкими кубиками курдючное сало. Приготовить тесто. Затем раскатать его в большую и очень тонкую лепешку и разрезать на квадраты 10x10 см.





Положить на каждый квадрат столовую ложку фарша и небольшой кубик сала, соединить кончики квадрата из теста по диагонали и защипать углы, чтобы манты приобрели продолговатую форму.

Приготовленные таким образом манты поместить на смазанные жиром решетки — касканы. Касканы установить над котлом с кипящей водой или бульоном, плотно закрыть крышкой и варить на пару 25—30 минут.

Подавать к столу в мясном бульоне, или полить специальным соусом — сантаном — бульоном с уксусом, сливочным маслом и перцем.

Классические узбекские манты с бараниной и курдючным салом

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо,
180 мл воды, соль по вкусу.*

*Для фарша: 400 г баранины, 100 г репчатого лука,
100 г курдючного сала, 3 г черного молотого перца,
350 мл воды, 1—2 лавровых листа,
5 горошин черного перца, соль по вкусу.*

Для смазывания каскана: 50 мл растительного масла.

Для подачи: 150 мл острого соевого соуса.

Предпочтительнее выбирать для начинки мясо молодого барашка.

Приготовить тесто из муки, яйца, воды и соли. Крутое тесто скатать в шар, накрыть чистым полотенцем и оставить на 10—15 мин для расстойки. Затем разделить тесто на шарики величиной с грецкий орех, раскатать их в круглые тонкие лепешки.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, нарезать маленькими кусочками. Можно пропустить мясо через мясорубку с крупной решеткой. Добавить в фарш вымытый, очищенный и мелко нарезанный репчатый лук, черный молотый перец, влить воду, прокипяченную с лавровым листом, солью и горошинами





черного перца и охлажденную. Фарш тщательно перемешать, выложить на круглые лепешки из теста, добавляя в каждое изделие по кусочку курдючного сала. Слепить манты и дать им немного подсохнуть, затем приготовить на пару, смазав перед приготовлением каскан растительным маслом.

Готовые манты переложить на блюдо, залить соусом и подать на стол.

Узбекские манты с мясным бульоном и зеленью

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 150 мл воды, 5 г соли.

Для начинки: 400 г нежирной баранины, 300 г репчатого лука,

100 мл воды, 5 г черного молотого перца,

100—150 г курдючного или нутряного сала, соль по вкусу.

Для жаренья: 200 г сливочного масла.

Для подачи: 1,5 л мясного бульона, 100 г зелени кинзы и петрушки, черный молотый перец по вкусу.

Из муки, яйца, соли и воды замесить крутое тесто. Скатать его в шар, накрыть чистой салфеткой и оставить на 30—40 мин. при комнатной температуре. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, нарезать его квадратами размером 10 x 10 см.

Приготовить начинку. Баранину промыть, обсушить, нарубить острым ножом или кухонным топориком мелкими кусками. Курдючное сало нарезать небольшими кусочками величиной с крупную фасолу или боб. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать. В мясной фарш добавить репчатый лук, черный молотый перец и подсоленную воду. Все тщательно перемешать. На каждый квадрат из теста выложить небольшой шарик фарша, а сверху — кусочек сала. Защипнуть края теста, собрав их кверху, слепить округлые манты.

Подготовленные манты накрыть салфеткой, чтобы тесто не застыло. Разогреть на сковороде сливочное масло, обжарить в нем манты до образования румяной корочки. Затем поместить их в пароварку и довести до готовности, варить примерно 20—25 мин.





Чтобы во время варки манты не подсохли, можно их полить 1—2 раза горячей водой. Готовые манты разложить по глубоким тарелкам, залить горячим мясным бульоном, посыпать черным молотым перцем, промытой и измельченной зеленью кинзы и петрушки.

Манты с творогом

*100 г муки, 170 г творога, 1 яйцо,
0,01 г ванилина, 3 г соли, 3 г растительного масла
для смазки — 3 г каскана, 50 г сметаны.*

Тесто. Смешать муку с водой и солью и все тщательно замесить. Потом отложить на 30—40 минут, накрыв влажной холщовой салфеткой. В качестве основы для фарша используется творог. Его пропустить через мясорубку, добавить яйца, ванилин, сахар и тщательно перемешать.

Затем раскатать тесто в большую и тонкую лепешку и разрезать на квадраты 10х10 см. Положить на каждый квадрат столовую ложку фарша, защипать концы. Затем манты поместить на каскан и варить 25—30 минут.

При подаче полить сметаной.

Манты из кислого теста

*Мука — 100 г, дрожжи — 2 г, баранина — 170 г,
лук репчатый — 1 шт., перец красный молотый — щепотка,
масло растительное — $\frac{1}{2}$ ч. ложки.
Сантан: бульон — 20 мл, уксус 3%-ный — 10 мл,
масло — $\frac{1}{3}$ ч. ложки.*

Для приготовления теста, замесить муку, дрожжи, сахар, воду и соль. Дать некоторое время настояться. Готовое тесто нарезать на кусочки и раскатать кружочками на разделочной доске обсыпанной мукой. Для приготовления фарша, нужно пропустить мясо





через мясорубку, мелко нашинковать лук. Все компоненты тщательно перемешать и добавить соль.

Полученный фарш положить на лепешки из теста и защипать концы. Затем манты поместить на каскан и варить 30—40 минут.

Приготовленные манты кладут в глубокие пиалы по 3—4 штуки на порцию и заливают бульоном.

Манты жареные

(вариант к рецепту мантов из кислого теста)

100 г муки, 2 г дрожжей, 170 г баранины, 80 г репчатого лука,

0,5 г красного молотого перца, 15 г жира,

15 мл уксуса 3%-ного, 5 г томата-пюре, 15 мл бульона.

Приготовленные из кислого теста манты с бараниной уложить на сковороду с разогретым жиром и обжарить. Затем добавить томат-пюре, бульон, уксус и тушить при закрытой крышке до готовности. При подаче полить манты соком, в котором они тушились.

Манты рыбные огурджалинские

1 кг рыбного филе, одно яйцо, 2 шт. репчатого лука,

5 г черного молотого перца, 5 г красного молотого перца,

10 г фенхеля, 0,1 г шафрана, 0,1 г кардамона,

20 г зелени укропа, петрушки, соль.

Для теста нужно смешать муку с водой и солью и все тщательно замешать. Потом отложить на 30—40 минут, накрыв влажной холщовой салфеткой. Для фарша рыбное филе нарезать небольшими кусочками. Репчатый лук мелко порубить, перемешать с различными пряностями и соединить с рыбным фаршем. Все это хорошо посолить, добавить взбитое яйцо, тщательно перемешать и тотчас начинать манты.

Манты поместить на решетки — касканы и варить 25—30 минут.





Манты по-русски

*Для теста: 1,5 стакана муки, $\frac{2}{3}$ стакана воды,
 $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли.*

*Фарш: 500 г говядины или свинины, 2 шт. репчатого лука,
1 ст. ложка шпика.*

Для поливки: 1 ст. ложка 3%-ного уксуса или сметаны.

Замесить тесто из муки, воды и соли. Раскатать из него длинный жгут и разделить его на кусочки весом по 20 г. Кусочки раскатать тонкими кружочками, но так, чтобы края их были тоньше середины. Для фарша. Пропустить через мясорубку мясо (если мясо недостаточно жирное, нужно добавить мелко нарезанный шпик), добавить мелко нашинкованный репчатый лук, холодную воду, соль и перец, все хорошо перемешать. К фаршу также следует добавить чеснок и мелко нарубленную зелень петрушки и укропа по вкусу.

Формируем манты: для этого на середину раскатанных кружочков теста кладем фарш и края теста защипываем.

Подготовленные манты положить на смазанные жиром решетки (касканы) и готовить на пару в течение 30 минут.

Подать манты, полив уксусом или сметаной, можно положить кусочек сливочного масла.

Манты с семгой, грибами и укропом

Для теста: $\frac{3}{4}$ стакана молока, одно яйцо, мука, соль.

*Для начинки: около 250 г семги, 2 шт. лука репчатого,
3 шт. шампиньонов, пучок укропа, соль.*

Для начинки нарезать мелкими кубиками семгу, репчатый лук, грибы. Мелко нарезать укроп. Смешать все нарезанные ингредиенты, посолить. Отрезать от теста небольшой кусочек и раскатать в тонкий пласт. Нарезать раскатанное тесто на квадраты размером примерно 10х10 см. Положить в центр каждого квадрата примерно столовую ложку (с горкой) фарша, слегка уплотнить начинку руками, чтобы она не разваливалась в процессе лепки.





Соединить все 4 уголка квадрата в центре. Далее вам нужно будет соединить углы образовавшегося квадрата. Этим мы как бы приподнимаем-закрываем открытые срезы манта, и в процессе варки образующийся сок останется внутри, не вытечет.

Вы можете соединить попарно либо соседние, либо противоположные углы, в этом случае манты становятся похожими на розы.

Манты с бараниной, тыквой и черемшой

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды, соль по вкусу.

Для фарша: 200 г баранины, 300 г мякоти тыквы, 200 г курдючного сала, 150 г репчатого лука, 200 г черемши, 3 г красного молотого перца, 2 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для смазывания каскана: 100 г топленого масла.

*Для подачи: 100 г сливочного масла, 50 г зелени петрушки,
100 г сметаны.*

Приготовить тесто из муки и воды с добавлением соли. Оставить тесто на 30—40 мин. для расстойки, затем раскатать в тонкий пласт и вырезать из него кружки.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, нарубить мелкими кусочками, добавить очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук, красный и черный молотый перец и соль. Подготовленную мякоть тыквы и черемшу нарезать мелкими кубиками и добавить в фарш. Все перемешать до образования однородной массы. Курдючное сало нарезать небольшими кусочками.

Выложить фарш на кружки из теста, сверху положить по кусочку сала, слепить манты. Окунуть их в топленое масло и выложить на решетку каскана. Готовить манты на пару в течение 30—40 мин.

Перед подачей на стол переложить приготовленные манты на блюдо, смазать сливочным маслом и посыпать промытой и измельченной зеленью петрушки. Отдельно подать сметану.





Манты разноцветные

Для теста: 100 г муки, 50 г сока (разного по цвету: томатного, тыквенного и т.д.), щепотка соли.

Для начинки: для каждого цвета теста в отдельности, для желтого — тыквенная, для зеленого — овощная с зеленью и т.д.

Классический мясной вариант: 600—700 г жирной баранины, 700—800 г лука, соль, черный перец, зира — по вкусу.

Замесить тесто из муки, сока и соли. Из этой массы теста (150 г) получаются манты среднего размера по 9—10 шт.

Все ингредиенты нарезать мелкими кубиками, добавить специи, размешать. Раскатать тесто на тонкие круглые пласты. Положить в середину раскатанного теста фарш и аккуратно слепить манты. Смазать листы манты-казана (пароварки) растительным маслом и выложить манты так, чтобы они не соприкасались друг с другом. Перед закладкой окуните донышки мант в растительное масло. Готовить на пару 45 минут. Готовые манты сразу же смазать сливочным маслом.

Готовые манты подавать в блюде с подливой, кислым молоком или соусами.

Манты с картошкой и грибами

Для теста: 4 стакана муки, 1 стакан холодной воды, 1 ч. ложка соли.

Для начинки: 2—3 шт. картофеля, 200—300 г грибов (шампиньонов), 1 шт. репчатого лука.

Воду вылить в муку, добавить соль и замесить тесто. Хорошо вымесить около 20 минут. Тесто должно быть крутым и эластичным. Затем отложить его в сторону на некоторое время. Приготовить начинку. Картофель (сырой) нарезать очень мелкими кубиками. Лук и грибы очистить и мелко нарезать. Все ингредиенты в сыром виде смешать, посолить и перемешать.





В это время можно поставить на огонь нижнюю часть мантоварки, заполненную водой. Раскатать тесто в большой пласт, нарезать его на квадраты, сверху выложить начинку, соединить края, сначала крест накрест, а потом бока.

Противни мантоварки смазать растительным маслом, выложить наши манты с картошкой и грибами и варить их 30 мин. (можно и в пароварке).

Манты с бараниной, тыквой и морковью

Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл воды,

50 мл морковного сока, соль по вкусу.

Для фарша: 200 г баранины, 300 г мякоти тыквы, 200 г курдючного сала, 150 г репчатого лука, 200 г моркови, 3 г красного молотого перца, 2 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для смазывания каскана: 80 г топленого масла.

Для подачи: 100 г зелени петрушки, 200 г сметаны.

Приготовить тесто из муки, морковного сока и воды с добавлением соли. Оставить на 30—40 мин. для расстойки, затем разделить его на небольшие кусочки. Раскатать кусочки в тонкие лепешки.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, нарубить мелкими кусочками, добавить очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук, красный и черный молотый перец и соль. Морковь очистить, вымыть, натереть на терке, отжать. Подготовленную мякоть тыквы нарезать кубиками и добавить в фарш вместе с морковью. Все перемешать до образования однородной массы. Курдючное сало нарезать небольшими кусочками. Выложить фарш на лепешки из теста, сверху положить по кусочку сала, слепить манты. Каскан смазать топленым маслом, выложить на него манты и готовить на пару под крышкой в течение 30—40 мин.

Перед подачей на стол переложить приготовленные манты на блюдо, полить сметаной и посыпать промытой и измельченной зеленью петрушки.





Узбекские манты со сметаной и чесноком

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды, соль по вкусу.

*Для фарша: 400 г баранины, 100 г репчатого лука,
5 г измельченного бадьяна, 3 г черного молотого перца,
2 г красного молотого перца, 80 мл молока, соль по вкусу.*

Для смазывания каскана: 100 мл растительного масла.

Для подачи: 250 г сметаны, 10 г толченого чеснока.

Приготовить тесто из муки, воды и соли. Оставить его для расстойки на 20 мин. Раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него кружки.

Приготовить начинку. Баранину промыть, обсушить, мелко нарезать ножом, смешать с очищенным, вымытым и мелко нарубленным репчатым луком. Добавить бадьян, черный и красный молотый перец, соль и влить молоко. Тщательно перемешать ингредиенты и дать постоять 30 мин. Фарш выложить на круглые лепешки из теста, слепить манты. Решетки мантоварки смазать растительным маслом, уложить манты. Варить под крышкой 40 мин.

Перед подачей на стол переложить манты в тарелки и залить сметаной, смешанной с чесноком.

Манты с бараниной и тыквой на пару

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 3 яичных белка,
150 мл теплой воды, соль по вкусу.*

*Для фарша: 300 г баранины, 200 г мякоти тыквы, 100 г сала,
150 г репчатого лука, 50 г измельченной зелени укропа и петрушки,
5 г черного молотого перца, 4 г сахара, соль по вкусу.*

Для подачи: 300 г сметаны, 100 г зелени укропа и петрушки.

Из муки, яичных белков, теплой воды и соли замесить тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, затем разделить на круглые тонкие лепешки.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, мелко нарубить. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, добавить





в мясо. Смешать фарш с нарезанной кубиками мякотью подготовленной тыквы, измельченной зеленью укропа и петрушки. Фарш посолить, поперчить и добавить сахар. Сало нарезать небольшими кусочками. Фарш выложить на лепешки из теста, сверху положить по кусочку сала, слепить манты. Варить их на пару в кастрюле-пароварке в течение 20—25 мин.

Перед подачей на стол переложить манты на тарелки, полить сметаной и посыпать промытой и нашинкованной зеленью укропа и петрушки.

Манты с говядиной, свиной, бараниной и луком

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл воды,
50 мл лукового сока, соль по вкусу.*

*Для фарша: 200 г говядины, 200 г баранины, 150 г свинины,
100 г репчатого лука, 80 г черствой булки, 80 мл молока,
150 мл мясного бульона, 3 г красного молотого перца, 2 г черного
молотого перца, 3 г измельченного чеснока, соль по вкусу.*

Для смазывания каскана: 80 г топленого масла.

*Для подачи: 100 г зелени укропа и петрушки,
200 г майонеза.*

Приготовить тесто из муки, лукового сока и воды с добавлением соли. Оставить тесто на 30—40 мин. для расстойки, затем раскатать в тонкий пласт и вырезать из него круглые лепешки.

Приготовить фарш. Говядину, баранину, свинину промыть, обсушить, нарубить мелкими кусочками. Добавить в мясо очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук, размоченную в молоке черствую булку, красный и черный молотый перец, чеснок и соль. Перемешать фарш и выложить его на лепешки из теста, влить в каждую немного мясного бульона и быстро защипнуть края, сделать круглые манты. Каскан смазать топленым маслом, выложить на него манты и готовить на пару под крышкой в течение 30—40 мин.





Перед подачей на стол переложить приготовленные манты на блюдо, полить майонезом и посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Хушан — таджикские манты с кайлой

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо,
120 мл холодной воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 300 г баранины, 200 г нута, 200 г репчатого лука,
100 г курдючного сала, 3 г черного молотого перца,
2 г красного молотого перца, 5 г порошка сухого чабера,
5 г измельченных листьев мяты, соль по вкусу.*

Для жарки: 150 г топленого масла.

*Для кайлы (мясо-овощной гарнир): 500 г бараньей грудинки,
300 г репчатого лука, 200 г репы, 800 г картофеля, 100 г свеклы,
150 мл растительного масла, 500 мл воды, 10 г толченой зиры,
15 г измельченного барбариса, 50 г зелени кинзы и базилика,
10 г черного перца горошком, 5 г красного молотого перца,
соль по вкусу.*

*Для подливки: 250 г сметаны, 200 г сузьмы
(сузьма — подсоленный катык).*

Из муки, яйца и подсоленной холодной воды замесить крутое тесто. Оставить на 20 мин. для расстойки, накрыв влажным полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него квадраты величиной 7 x 7 см.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, нарезать кубиками. Смешать мясо с предварительно замоченным на 10—15 ч и очищенным от кожицы нутом. Добавить в начинку очищенный, вымытый и мелко нарезанный репчатый лук, черный и красный молотый перец, чабер, мяту и соль. Все тщательно перемешать. Курдючное сало нарезать небольшими кусочками.

Выложить начинку на квадраты из теста, сверху положить по кусочку сала, слепить манты. Обжаривать их в горячем топленом масле до образования румяной корочки.





Приготовить кайлу. Баранью грудинку промыть, обсушить, нарубить небольшими кусочками вместе с косточками. Затем обжарить грудинку в растительном масле в глубокой кастрюле, добавив в процессе жаренья очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук. Жарить 10—15 мин., затем добавить очищенные, вымытые и нарезанные соломкой свеклу и репу. Через 5 мин. положить очищенный, вымытый и нарезанный мелкими кубиками картофель. Все тщательно перемешать, обжаривать еще около 5—7 мин., потом влить воду, довести до кипения, посолить и снова хорошо перемешать.

Когда кайла снова закипит, убавить огонь до слабого, положить сверху манты, накрыть крышкой и тушить в течение 30—40 мин. на медленном огне.

За 10 мин. до окончания тушения положить в кастрюлю зиру, барбарис, черный перец горошком, красный молотый перец, промытую и измельченную зелень кинзы и базилика, посолить.

Готовый хушан разложить по тарелкам (кайлу и манты поровну), залить сметаной и заправить сузьмой.

Манты с говядиной и тыквой

Для теста: 500 г муки, 200 мл воды, 5 г соли.

Для фарша: 300 г говядины, 200 г мякоти тыквы, 150 г репчатого лука, 200 г курдючного сала, 50 мл молока, 3 г красного молотого перца, 3 г измельченного имбиря, 5 г соли.

Для смазывания каскана: 80 г топленого масла.

Для подачи: 200 г сметаны.

Замесить крутое тесто из муки, воды и соли. Оставить его при комнатной температуре на 20 мин. для расстойки. Затем разделить на небольшие кусочки. Каждый кусочек раскатать в тонкую лепешку, стараясь делать края тоньше середины.

Приготовить фарш. Подготовленную мякоть тыквы нарезать мелкими кусочками. Говядину промыть, обсушить, мелко нарубить, смешать с тыквой и очищенным, вымытым, нашинкованным реп-





чатым луком. Добавить в фарш молоко, красный молотый перец, имбирь, соль, тщательно перемешать. Курдючное сало нарезать мелкими кусочками. Выложить на лепешки из теста фарш, а сверху — кусочек сала. Слепить манты и дать им немного подсохнуть.

Смазать каскан топленным маслом, выложить на него манты. Готовить на пару в течение 40 мин. Готовые манты переложить на блюдо, полить сметаной и подать на стол.

Балык берек — туркменские манты с филе трески

*Для теста: 500 г пшеничной муки,
200 мл холодной воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 500 г филе трески, 1 яйцо, 200 г репчатого лука,
2 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца,
2 г толченого кардамона, 70 г мелко нарезанной зелени укропа
и петрушки, 10 г измельченного фенхеля,
2 г молотого шафрана, соль по вкусу.*

Для смазывания каскана: 80 г топленного масла.

Для подачи: 150 г сметаны.

Из муки и подсоленной холодной воды замесить крутое тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, накрыв влажным полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него кружки диаметром 10 см.

Приготовить начинку. Филе промыть, обсушить, нарезать кусочками величиной с фасоль. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать и смешать с черным и красным молотым перцем, добавить кардамон, фенхель, шафран, зелень укропа и петрушки. Добавить рыбный фарш, все тщательно перемешать и посолить. Яйцо взбить и ввести в массу, вновь тщательно перемешать. Фарш выложить на кружки из теста, слепить манты. Каскан смазать топленным маслом, выложить на него манты и готовить их на пару под крышкой в течение 25—30 мин.

Готовые манты переложить на блюдо и полить сметаной.





Манты с говядиной и сырым салом

Для теста: 500 г пшеничной муки, 180 мл воды, соль по вкусу.

Для фарша: 400 г говядины, 100 г сырого сала, 200 г репчатого лука, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для подачи: 2 л мясного бульона, 100 г зелени укропа и петрушки, 200 г сметаны.

Замесить крутое тесто из муки, воды и соли. Оставить его при комнатной температуре на 20 мин. для расстойки. Затем раскатать тесто в тонкий пласт и вырезать из него тонкие лепешки величиной с ладонь, сделать края лепешки тоньше, чем середину.

Приготовить фарш. Говядину промыть, обсушить и мелко нарубить. Смешать мясо с очищенным, вымытым и мелко нашинкованным репчатым луком, добавить молотый перец и соль. Положить на середину каждой лепешки из теста фарш, сверху положить по кусочку сырого сала. Края лепешки защипнуть, придавая изделию круглую форму. Варить манты на пару в каскане под крышкой в течение 45 мин.

Перед подачей на стол манты переложить в тарелки, залить горячим мясным бульоном и посыпать промытой и мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки. Отдельно подать сметану.

Манты с кониной, салом и луком

Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 150 мл воды, соль по вкусу.

Для фарша: 400 г конины, 150 г курдючного сала, 200 г репчатого лука, 3 г черного молотого перца, 6 г измельченного имбиря, 2 г молотого кардамона, 3 г измельченного чеснока, соль по вкусу.

Для подачи: 100 г зелени кинзы и базилика, 200 мл катыка.

Замесить крутое тесто из муки, яйца, воды и соли. Оставить его при комнатной температуре на 20 мин. для расстойки. Разделать тесто на небольшие кусочки. Каждый кусочек раскатать в тонкую лепешку диаметром 12 см.





Приготовить фарш. Конину промыть, обсушить и мелко нарубить. Смешать мясо с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком, добавить черный молотый перец, кардамон, имбирь, чеснок и соль. Курдючное сало нарезать небольшими кусочками. Выложить на середину каждой лепешки из теста фарш, сверху положить по кусочку сала. Края лепешки защипнуть, придавая изделию округлую форму. Готовить манты на пару под крышкой 45 мин.

Перед подачей на стол манты переложить в тарелки, залить катыком, посыпать промытой, мелко нарубленной зеленью кинзы и базилика.

Манты с филе судака

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл кипятка, соль по вкусу.

Для начинки: 500 г филе судака, 100 г репчатого лука, 20 г измельченного чеснока, 60 мл оливкового масла, 2 г черного молотого перца, 2 г молотого кардамона, соль по вкусу.

Для смазывания изделий: 80 мл растительного масла.

Для подачи: 200 г сливочного масла, 5 г красного молотого перца.

Приготовить тесто. Просеянную муку залить крутым кипятком, добавить соль и замесить крутое тесто. Завернуть его в пакет, оставить при комнатной температуре на 1 ч. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него круглые лепешки.

Приготовить фарш. Пропустить промытое и обсушенное филе судака через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш измельченный чеснок, черный молотый перец, кардамон и соль. Все тщательно перемешать.

Фарш выложить на лепешки из теста, добавить в каждую немного оливкового масла, слепить манты, защипнув края конвертиком. Обмакнуть манты в растительное масло и выложить на каскан.

Готовить манты на пару под крышкой в течение 30—35 мин.

Готовые манты переложить на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать красным молотым перцем.





Манты со свиной и мясом курицы

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды, соль по вкусу.

*Для начинки: 400 г филе курицы, 200 г репчатого лука,
200 г жирной свинины, 50 мл воды, 4 г черного молотого перца,
5 г измельченного имбиря, соль по вкусу.*

Для смазывания каскана: 50 г растопленного жира.

*Для соуса: 80 мл виноградного уксуса, 200 г сметаны,
10 г соуса-горчицы.*

Из муки, воды и соли замесить крутое тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, накрыв чистым полотенцем. Затем разделить тесто на небольшие кусочки. Раскатать их по отдельности в круглые лепешки, делая края тоньше середины.

Приготовить начинку. Филе курицы и свинину промыть, обсушить и мелко нарубить. Добавить очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук, воду, черный молотый перец, имбирь и соль. Все тщательно перемешать. Фарш выложить на лепешки из теста, слепить манты. Смазать каскан растопленным жиром, выложить на него манты и готовить их на пару, закрыв крышкой, в течение 30 мин. Приготовить соус, смешав виноградный уксус, сметану и соус-горчицу. Затем смесь тщательно взбить.

Перед подачей на стол переложить манты на блюдо, полить приготовленным соусом.

Манты с мясом курицы, салом и рисом

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды, соль по вкусу.

*Для начинки: 300 г филе курицы, 150 г репчатого лука, 200 г сала,
100 г риса, 50 мл воды, 4 г черного молотого перца,
5 г измельченного имбиря, соль по вкусу.*

Для смазывания каскана: 50 мл растительного масла.

Для соуса: 200 г сметаны, 50 г зелени петрушки.

Из муки, воды и соли замесить крутое тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, накрыв чистым полотенцем. Затем





раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него круглые лепешки диаметром 15 см.

Приготовить начинку. Филе курицы промыть, обсушить и мелко нарубить. Добавить очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук, отваренный до полуготовности рис, воду, черный молотый перец, имбирь и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать. Сало нарезать небольшими кусками. Фарш выложить на лепешки из теста, сверху в каждое изделие положить по кусочку сала, слепить манты. Смазать каскан растительным маслом, выложить на него манты и приготовить их на пару, закрыв крышкой. Готовить 30 мин.

Перед подачей на стол переложить манты на блюдо, полить сметаной и посыпать промытой и измельченной зеленью петрушки.

Манты с морским окунем, луком и рисом

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл кипятка, соль по вкусу.

Для начинки: 400 г филе морского окуня, 150 г репчатого лука, 100 г риса, 50 мл растительного масла, 2 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца, соль по вкусу.

Для смазывания изделий: 60 мл растительного масла.

Для варки: 6 горошин душистого перца, 2—3 лавровых листа.

Для подачи: 200 г сливочного масла, 50 г репчатого лука, нарезанного кольцами, 20 мл растительного масла.

Приготовить тесто. Просеянную муку залить крутым кипятком, добавить соль и замесить крутое тесто. Завернуть его в пакет, оставить при комнатной температуре на 1 ч. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него круглые лепешки.

Приготовить фарш. Филе морского окуня промыть, обсушить, мелко нарубить, смешать с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Добавить в фарш предварительно отваренный до полуготовности и охлажденный рис, растительное масло, черный и красный молотый перец, соль. Все ингредиенты тщательно перемешать. Выложить фарш на лепешки из теста,





защипнуть края конвертиком, слепить манты. Обмакнуть манты в растительное масло и выложить на каскан. Готовить на пару под крышкой в течение 35—40 мин., добавив в воду душистый перец горошком и лавровый лист.

Готовые манты переложить на блюдо, полить растопленным сливочным маслом и посыпать кольцами репчатого лука, предварительно обжаренными в растительном масле до румяной корочки.

Манты с мясом курицы, зеленым горошком, морковью и чесноком

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо, 150 мл воды,
соль по вкусу.*

*Для начинки: 300 г филе курицы, 100 г консервированного
зеленого горошка, 100 г репчатого лука, 10 г измельченного
чеснока, 100 г моркови, 80 мл мясного жирного бульона,
4 г красного молотого перца, соль по вкусу.*

Для смазывания изделий: 80 мл растительного масла.

Для подачи: 200 г сливочного масла.

Из муки, воды, яйца и соли замесить крутое тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, накрыв чистым полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него круглые лепешки.

Приготовить начинку. Филе промыть, обсушить и мелко нарубить. Добавить очищенные, вымытые и нашинкованные репчатый лук и морковь, слегка отжатую. Затем ввести в фарш размятый до состояния пюре консервированный зеленый горошек, измельченный чеснок, красный молотый перец и соль. Разбавить фарш мясным бульоном и тщательно перемешать.

Фарш выложить на лепешки из теста, слепить манты. Опустить изделия в растительное масло, выложить их на каскан и готовить на пару, закрыв крышкой, в течение 30—35 мин.

Перед подачей на стол переложить манты на блюдо, полить растопленным сливочным маслом.





Манты по-казахски из мякоти тыквы с сахаром и сметаной

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл молока, соль по вкусу.

*Для начинки: 500 г мякоти тыквы, 100 г репчатого лука,
25 г топленого масла, 50 мл винного уксуса, 30—35 г сахара,
0,5 г красного молотого перца, соль по вкусу.*

Для подачи: 250 г сметаны.

Сделать из муки, молока и соли крутое пресное тесто. Раскатать его в тонкий пласт и вырезать из него круглые лепешки, делая края лепешек тоньше середины.

Приготовить начинку. Подготовленную мякоть тыквы нарезать кубиками, смешать с вымытым, очищенным и нашинкованным репчатым луком, перед этим обжаренным в топленом масле.

Положить в начинку сахар, перед этим растворенный в уксусе, красный молотый перец и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать.

На середину каждой лепешки из теста выложить фарш, края защипнуть, слепить манты. Готовить их на пару, плотно закрыв крышкой, в течение 25—30 мин.

Перед подачей к столу переложить манты на блюдо и залить сметаной.

Узбекские манты с катыком и зеленью

*Для теста: 500 г пшеничной муки,
200 мл воды, соль по вкусу.*

*Для фарша: 400 г баранины, 50 г бараньего сала,
150 г репчатого лука, 100 мл мясного бульона,
3 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца,
2 г молотого кардамона, соль по вкусу.*

Для подачи: 100 г зелени укропа и петрушки, 150 мл катыка.

Из муки, соли и воды приготовить крутое тесто. Оставить его при комнатной температуре на 20 мин., затем раскатать в тонкий





пласт. Разделить его на круглые лепешки, стараясь сделать края тоньше середины.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить и мелко нарезать. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарубить, смешать с мясом. Добавить в фарш бульон, красный и черный молотый перец, кардамон и соль, тщательно перемешать. На середину каждой лепешки из теста положить небольшую порцию фарша, сверху – кусочек бараньего сала, защипнуть края, придавая изделию округлую форму. Оставить манты на столе, чтобы подсохли, затем готовить в пароварке 45 мин., плотно накрыв крышкой.

Перед подачей к столу переложить манты в блюдо, залить катыком и посыпать промытой и нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Узбекские манты с верблюжатиной, бульоном, сметаной и зеленью

*Для теста: 500 г пшеничной муки,
200 мл воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 400 г верблюжатины, 50 г говяжьего сала,
200 г репчатого лука, 3 г черного молотого перца,
2 г молотой гвоздики, 2 г молотого кардамона,
3 г измельченного имбиря, соль по вкусу.*

*Для подачи: 1,5 л мясного бульона, 150 г сметаны,
100 г зелени кинзы, петрушки и укропа.*

Из муки, соли и воды замесить крутое тесто. Оставить его при комнатной температуре на 20 мин. для расстойки. Раскатать тесто в тонкий пласт и вырезать из него круглые лепешки, стараясь делать края тоньше середины.

Приготовить начинку. Верблюжатину промыть, обсушить, мелко нарубить, смешать с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Добавить в фарш черный молотый перец, гвоздику, кардамон, имбирь и соль. Все тщательно перемешать. Говяжье сало мелко нарезать. Выложить фарш на



середину каждой лепешки из теста, сверху положить кусочек сала и защипнуть края, придавая изделию круглую форму. Подготовленные манты готовить на пару в каскане под крышкой в течение 45 мин.

Перед подачей на стол переложить манты в глубокие тарелки, залить горячим мясным бульоном, заправить сметаной и посыпать промытой и мелко нарубленной зеленью кинзы, петрушки и укропа.

Манты с верблюжатиной и тыквой

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 3 яичных белка,
150 мл теплой воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 200 г верблюжатины, 100 г курдючного сала,
200 г мякоти тыквы, 100 г репчатого лука,
3 г черного молотого перца, 3 г измельченного имбиря,
2 г красного молотого перца, 2 г зиры, соль по вкусу.*

Для смазывания изделий: 100 мл растительного масла.

*Для соуса: 200 мл майонеза, 10 г горчицы-соуса,
5 мл столового уксуса, 50 мл грибного соуса,
перец и соль по вкусу.*

Из муки, яичных белков, теплой воды и соли замесить тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, после этого разделить на круглые тонкие лепешки.

Приготовить начинку. Верблюжатину промыть, обсушить, мелко нарубить, смешать с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Добавить в начинку измельченную мякоть тыквы, черный и красный молотый перец, имбирь, зиру и соль. Все тщательно перемешать. Курдючное сало нарезать небольшими кусочками.

Приготовленный фарш выложить на лепешки из теста, сверху положить по кусочку сала. Слепить манты и, окунув их в растительное масло, выложить на каскан. Готовить на пару 30—35 мин.





Приготовить соус. Смешать майонез, горчицу-соус, столовый уксус, грибной соус. Добавить соль и перец. Все тщательно перемешать, можно слегка взбить вилкой.

Готовые манты переложить на блюдо и залить приготовленным соусом.

Манты с кониной, морковью и тыквой

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо,
150 мл теплой воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 250 г конины, 150 г курдючного сала,
100 г мякоти тыквы, 100 г репчатого лука, 100 г моркови,
3 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца,
3 г измельченного имбиря, 2 г молотого
кардамона, соль по вкусу.*

Для смазывания изделий: 80 мл растительного масла.

Для подачи: 250 мл острого овощного соуса.

Из муки, яйца, теплой воды и соли замесить тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, затем разделить на кусочки. Раскатать каждый кусочек в тонкую лепешку диаметром 12 см.

Приготовить начинку. Конину промыть, обсушить, мелко нарубить, смешать с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Морковь очистить, вымыть, натереть на терке и отжать.

Добавить в начинку измельченную мякоть тыквы и морковь, черный и красный молотый перец, имбирь, кардамон и соль. Все тщательно перемешать. Курдючное сало нарезать небольшими кусочками.

Готовый фарш выложить на лепешки из теста, сверху положить по кусочку сала. Слепить манты и, окунув их в растительное масло, выложить на каскан. Готовить на пару под крышкой в течение 40—45 мин.

Готовые манты переложить на блюдо и залить острым овощным соусом.



Манты с мясом курицы, зеленым горошком, морковью и чесноком

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 1 яйцо,
150 мл воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 300 г филе курицы, 100 г консервированного
зеленого горошка, 100 г репчатого лука, 10 г измельченного
чеснока, 100 г моркови, 80 мл мясного жирного бульона,
4 г красного молотого перца, соль по вкусу.*

Для смазывания изделий: 80 мл растительного масла.

Для подачи: 200 г сливочного масла.

Из муки, воды, яйца и соли замесить крутое тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, накрыв чистым полотенцем. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать из него круглые лепешки.

Приготовить начинку. Филе промыть, обсушить и мелко нарубить. Добавить очищенные, вымытые и нашинкованные репчатый лук и морковь, слегка отжатую. Затем ввести в фарш размятый до состояния пюре консервированный зеленый горошек, измельченный чеснок, красный молотый перец и соль. Разбавить фарш мясным бульоном и тщательно перемешать.

Фарш выложить на лепешки из теста, слепить манты. Опустить изделия в растительное масло, выложить их на каскан и готовить на пару, закрыв крышкой, в течение 30—35 мин.

Перед подачей на стол переложить манты на блюдо, полить растопленным сливочным маслом.

ХИНКАЛИ

Хинкали, это крупные, размером с кулак, мешочки из тугого теста с мясной начинкой. В чем же радикальное отличие хинкалей от пельменей и мант? А в том, что хинкали буквально наполовину, а то и больше наполнены ароматным мясным бульоном. То есть, это не просто сочные пельмешки, а буквально такие порционные мешочки с простым, но сытным супом! Отсюда, следуют 2 основных закона хинкали:

1. Тугое, эластичное тесто, которое выдержит кипение бульона внутри себя и не порвется ни при варке, ни в тарелке.
2. Мясной фарш с большим количеством «вбитой» воды.

Хинкали классические

*Для теста: 3 стакана муки, 1 стакан воды, одно яйцо,
соль — по вкусу.*

*Для фарша: 350 г баранины, 200 г свинины,
3 шт. репчатого лука, мясной бульон, соль, перец черный
и красный — по вкусу, укроп, петрушка — по вкусу.*

Муку высыпать в форме холмика на блюдо, в центре сделать углубление, влить в углубление теплую воду, добавить яйцо, соль. Замесить тесто и поставить закрытым на 20—30 минут созревать. По прошествии нужного времени тесто разделить на куски и раскатать тонкие лепешки. Начинка на лепешке должна быть примерно равна весу теста. Очень важно, чтобы тесто в готовых хинкали не порвалось. «Закрывают» пельмени узелком, собирая концы в маленькие складки. На верхушке пельменя необходимо оставить небольшой хвостик, за который его будет удобно держать при еде.

Для приготовления фарша мелко нарубить мясо и смешать его с нашинкованным луком. Получившийся фарш разбавить



заранее заготовленным мясным бульоном. Добавлять столько, сколько мясо сможет впитать, именно таким образом внутри хинкали появляется знаменитый сок. Приправить фарш солью, перцем, зеленью.

Варить хинкали в подсоленной воде, готовые хинкали всплывают наверх. Вынимать необходимо аккуратно, чтобы не повредить тесто. На стол грузинские пельмени подаются с зеленью, посыпанные черным перцем.

Хинкали по-грузински

Для теста: 2 стакана воды, 1—1,5 кг муки, одно яйцо, соль по вкусу.

Для начинки: 500 г говядины, 500 г постной свинины, 500 г баранины, 4 шт. лука репчатого (среднего размера), 4—5 долек чеснока, 1 пучок киндзы, немного петрушки и укропа, можно добавить базилик, приправа «дзира» — на кончике ножа (если найдете), можно и другие острые приправы, соль, черный перец, 1,5 стакана холодной воды.

Перекрутить мясо, лук, зелень через мясорубку и все хорошо перемешать.

В фарш добавить все ингредиенты, воду и еще раз вымесить. Замесить крутое тесто. Раскатать тесто в пласт толщиной как для пельменей. Взять подходящего размера форму (чуть больше стандартной чашки) и вырезать из теста круги. В середину каждого круга положить фарш, примерно — больше чайной ложки, затем, осторожно начинаем собирать края и защипывать их как мешочек.

Края надо крепко склеить между собой, чтобы хинкали не раскрылись в процессе варки (считается, что чем больше складочек на хинкали, тем лучше). Варить в подсоленной, кипящей воде, добавить в воду перец (горошек), 2—3 гвоздики, маленький лавровый листик, осторожно перемешивая, варить 10—15 минут.

Бульон можно использовать для приготовления супа.





Хинкали с белыми грибами

Для теста: 1 кг муки, 2 яйца, 1 ¼ стакана воды, соль — по вкусу.

Для начинки: 500 г белых грибов, 4 шт. репчатого лука, 2 ст. ложки растительного масла, 50 г сыра сулугуни, 2 ст. ложки кинзы (рубленой), 100 г сливочного масла, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Из муки, воды, яиц и соли замесить тесто.

Мелко нарезать лук и грибы, обжарить на растительном масле, охладить. После чего соединить с натертым на крупной терке сыром и зеленью.

Раскатать тесто в тонкий пласт и вырезать из него кружочки. Положить на середину каждого начинку, собрать края теста над фаршем, придавая изделию грушевидную форму, и сжать пальцами.

Варить хинкали в кипящей подсоленной воде в течение 7—10 минут, затем вынуть при помощи шумовки и заправить сливочным маслом.

Подавать хинкали на стол, предварительно поперчив их.

Хинкали с мясом или сыром

Для теста: 1 кг муки, 2 яйца.

Для начинки: 1 кг жирной говядины (мякоть), 5 шт. репчатого лука, 1 кг сыра сулугуни, 100 г сливочного масла, зелень петрушки, кинза — по вкусу, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Яйца, немного воды и соль соединить с мукой и замесить крутое тесто.

Дважды пропустить через мясорубку мясо и репчатый лук, добавить рубленую зелень, соль и перец, влить 1 стакан воды, перемешать. Для сырной начинки натереть сыр и смешать его с маслом.

Раскатать тесто в тонкий пласт и вырезать из него кружочки. Положить на середину каждого фарш, края теста собрать в центре и сжать.





Варить хинкали в кипящей подсоленной воде. После того как хинкали всплывут, варить их еще 5 минут, затем вынуть при помощи шумовки. Подавать хинкали на стол, посыпав перцем.

Хинкали с сыром

*3 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан воды, соль,
2,5 стакана муки, 2 яичных желтка, 700 г сыра сулгуни.*

В миску просеять муку. Влить воду, добавить щепотку соли. Вымешивать тесто 10 мин. Накрыть пленкой и оставить на 15 мин. Сыр натереть на крупной терке. Сливочное масло растопить. Добавить в сыр масло, желтки и соль, перемешать. Тесто еще раз вымесить. Разделить тесто на 4 части. Из каждой скатать жгут диаметром 3 см. Нарезать кусочками толщиной 1,5 см.

Каждый кусок теста раскатать в круг размером с блюдце и толщиной 1,5 мм. Выложить в центр каждого кружка по 1,5 ч. ложки начинки. Собрать края к центру, придав хинкали форму мешочка. Пальцами плотно прижать верх. В большой кастрюле довести до кипения 2 л воды с 1 ст. ложкой соли.

Хинкали варить на медленном огне 10 мин.

Подавать с растопленным сливочным маслом.

Хинкали под соусом ткемали

Для теста: 500 г пшеничной муки, 220 мл воды, 8 г соли.

*Для фарша: 300 г жирной свинины, 200 г репчатого лука,
3 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для соуса ткемали: 150 г плодов ткемали, 100 мл воды,
6 г толченого чеснока, 25 г зелени петрушки и кинзы,
10 г болгарского перца, 3 г соли, перец по вкусу.*

Из муки, воды и соли замесить крутое тесто. Дать ему постоять 15 мин, затем раскатать в тонкий пласт. Вырезать из пласта ножом квадратики.





Приготовить фарш. Свинину промыть, очистить от пленок, нарубить топориком вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш перец и соль, тщательно перемешать. Выложить этот фарш на квадратики из теста, края соединить, прижать пальцами и повернуть по часовой стрелке.

Приготовить соус. Плоды ткемали перебрать, вымыть, отварить в небольшом количестве воды. Затем смесь процедить и оставшуюся мякоть протереть через сито. Полученную массу соединить с процеженным отваром, добавить промытую, рубленную зелень петрушки и кинзы, толченый чеснок, вымытый, очищенный от семян и мелко нарезанный болгарский перец. Все посолить и приправить перцем по вкусу, довести до кипения и охладить.

Отварить хинкали в кипящей подсоленной воде в течение 15 мин. Затем вынуть их шумовкой и переложить на блюдо, залить приготовленным соусом и подать к столу.

Хинкали с бараниной и свиной, жареным луком и зеленью

*Для теста: 500 г пшеничной муки высшего сорта,
220 мл теплой воды, 1 яйцо, соль по вкусу.*

*Для начинки: 200 г жирной баранины, 200 г свинины,
80 мл мясного бульона, 200 г репчатого лука,
30 г зелени укропа, 3 г черного молотого перца,
2 г красного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для подачи: 150 мл сметаны, 60 г зелени петрушки,
100 г репчатого лука, 50 мл сливочного масла.*

Приготовить тесто. Муку просеять, высыпать на стол горкой, сделать в центре углубление, влить воду, вбить яйцо, добавить соль и замесить крутое тесто. Оставить его при комнатной температуре на 20—30 мин., накрыв чистой салфеткой. Затем раскатать тесто колбаской, нарезать небольшими кусочками и раскатать их по отдельности в тонкие кружочки.





Приготовить фарш. Свинину и баранину промыть, обсушить, очистить от пленок, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш мясной бульон, соль и перец, тщательно вымесить. Выложить фарш на кружки из теста, сверху на фарш положить по небольшому листику промытого укропа. Слепить хинкали, собрав края теста сверху в виде узелка с маленькими складочками. Варить хинкали в подсоленной кипящей воде до готовности. Затем переложить их деревянной ложкой, чтобы не вытек сок, на блюдо и полить сметаной. Украсить блюдо промытыми веточками петрушки. Репчатый лук очистить, нарезать тонкими кольцами и обжарить в сливочном масле до золотистого цвета. Разложить обжаренные кольца лука сверху на хинкали, подать к столу горячими. Хинкали принято по традиции есть руками, взяв за узелок.

Хинкали со смешанным фаршем, зеленью и под соусом сацебели

*Для теста: 500 г муки высшего сорта, 220 мл теплой воды,
1 яйцо, соль по вкусу.*

*Для начинки: 100 г жирной баранины, 150 г свинины,
200 г говядины, 80 мл мясного бульона, 200 г репчатого лука,
1 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца,
60 г зелени петрушки, соль по вкусу.*

*Для соуса сацебели: 120 г толченых грецких орехов,
120 г репчатого лука, 120 мл винного уксуса,
12 г измельченного чеснока, 0,5 г красного молотого перца,
0,5 г черного молотого перца, 15 г зелени кинзы,
5 г свежих листьев мяты, 250 мл мясного бульона, 5 г соли.*
Для подачи: 90 г сливочного масла, 80 г зелени эстрагона (тархун), петрушки и кинзы.

Приготовить тесто. Просеять муку на большое плоское блюдо горкой, в центре сделать углубление, влить в него теплую воду, вбить яйцо, добавить соль и замесить крутое тесто. Затем скатать





тесто в шар, накрыть чистой салфеткой и оставить на 20—30 мин. в тепле для расстойки.

Готовое тесто раскатать колбаской, нарезать небольшими кусочками и затем раскатать их в тонкие кружки.

Приготовить фарш. Баранину, свинину и говядину промыть, очистить от пленок, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш мясной бульон, черный и красный молотый перец, соль, промытую и мелко нарубленную зелень петрушки. Все тщательно перемешать и полученный фарш выложить на кружки из теста. Собрать края теста вверх, свернуть узелком и защипнуть. Оставить хинкали на столе, посыпанном мукой, чтобы слегка подсохли.

Приготовить соус. Толченые грецкие орехи смешать с уксусом и мясным бульоном. Добавить очищенный, вымытый и мелко нарубленный репчатый лук, измельченный чеснок, красный и черный молотый перец, соль, промытые, мелко нарезанные листья мяты и зелень кинзы. Довести до кипения и остудить.

Варить хинкали в подсоленной кипящей воде до готовности, затем аккуратно переложить деревянной ложкой в глубокое блюдо. Заправить пельмени растопленным сливочным маслом, залить приготовленным соусом и посыпать промытой и измельченной зеленью эстрагона, петрушки и кинзы.

Хинкали сочные по-домашнему

Для теста: мука, 0,6 л воды.

Для фарша: 1 кг мясного фарша, 1 луковица, 200—250 мл сливок, ¼ ч. ложки ореха мускатного (молотого), соль, перец черный.

Из муки и воды замесить мягкое тесто. Оно не должно быть «резиновым»! Раскатать тонкий пласт теста и вырезать из него кружочки, и, если понадобится, еще раз раскатать кружочки. Они должны быть очень тонкими и диаметром примерно 11—12 см. В фарш добавить мелко нарезанный лук, сливки, мускатный орех, посолить, поперчить и хорошенько все перемешать. На середину





каждого кружочка выложить приготовленный фарш (примерно 1 ст. ложка).

Взяться за один край кружочка и собрать по кругу в мешочек, образуя гармошку. Очень хорошо защипить края в «хвостик», так, чтобы не осталось никаких дырочек, иначе весь драгоценный сок останется в кастрюле с водой. Варить в подсоленной воде 5—7 минут.

Хвостики есть не рекомендуется, они обычно не провариваются.

Хинкали со смешанным фаршем и соусом сациви

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды, 5 г соли.

Для 1-го фарша: 150 г баранины, 50 г репчатого лука, 0,5 г молотого черного перца, 10 г измельченной зелени кинзы и петрушки, 50 мл мясного бульона, соль по вкусу.

Для 2-го фарша: 150 г говядины, 150 г свинины, 100 г репчатого лука, 1 г молотого черного перца, 20 г измельченной зелени эстрагона и петрушки, 90 мл мясного бульона, 4 г соли.

Для соуса сациви: 250 мл мясного бульона, 80 г репчатого лука, 40 г сливочного масла, 8 г толченого чеснока, 12 г пшеничной муки, 120 г толченых грецких орехов, 5 г сушеных листьев мяты, 15 г зелени кинзы, эстрагона и петрушки, 1 г молотого красного перца, 2 яичных желтка, 4 мл настойки шафрана, 40 мл винного уксуса, 0,5 г гвоздики, 0,5 г корицы, 2 измельченных лавровых листа, 8 г соли.

Приготовить тесто. Смешать муку с солью и водой, замесить крутое тесто и раскатать в тонкий пласт, разрезать ножом на квадратики.

Приготовить два вида фарша.

1-й фарш: баранину промыть, очистить от пленок и жилок, мелко нарубить топориком вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Развести фарш мясным бульоном, посолить и при-





править перцем. Добавить промытую и нашинкованную зелень кинзы и петрушки, тщательно перемешать.

2-й фарш: Говядину и свинину промыть, очистить от пленок и жилок, пропустить дважды через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш мясной бульон, молотый перец, соль, промытую и мелко нарубленную зелень эстрагона и петрушки, тщательно перемешать.

Выложить на квадратики из теста два видами фарша, слепить хинкали, сделав узелки наверху, и дать им немного подсохнуть.

Приготовить соус. Репчатый лук очистить, вымыть, нарубить и спассеровать в сливочном масле вместе с толченым чесноком. Затем добавить к за жарке муку, слегка обжарить все ингредиенты и развести бульоном. Варить соус на среднем огне 4—5 мин., снять с огня. Толченые грецкие орехи смешать с измельченными сушеными листьями мяты, промытой и мелко нарезанной зеленью кинзы, эстрагона и петрушки. Добавить в смесь молотый красный перец, яичные желтки, настойку шафрана и винный уксус, предварительно прокипяченный с гвоздикой, корицей и лавровым листом (после кипячения уксус нужно немного охладить и процедить). Полученную смесь ввести в бульон с луком и чесноком, посолить и довести до кипения при непрерывном помешивании. Затем соус снять с огня и дать ему остыть.

Хинкали варить в подсоленной кипящей воде до готовности. Затем деревянной ложкой переложить их в глубокое блюдо и залить приготовленным соусом.

Хинкали со свиной и говяжьей

Для фарша: 270 г свиной шейки, 450 г мякоти говядины, 200 г свиного сала, 90 г лука, 20 г зелени кинзы, 20 г зелени петрушки, 20 г молотого чеснока, черный перец и соль по вкусу.

Для теста: 600 г пшеничной муки, 100 мл воды, щепотка соли.

Прокрутить мясо через мясорубку и приготовить фарш, посолить и поперчить.





Замесить крутое тесто, разделить на 10 порций. На каждую порцию около 40 г теста. Раскатайте тонкие лепешки.

В фарш добавить немного воды, хорошо перемешать и разделить на порции по 50 г каждая. Выложить фарш на лепешки, собрать складочками края в узелок.

Варить в кипящей воде 10 минут.

Хинкали дагестанские

Для теста: 1 кг муки, поллитра свежего кефира, 0,5 ч. ложки соды.

Для начинки: баранина (мякоть), 1 луковица, по 100 г укропа и кинзы, соль, черный перец, 1 кг помидор, чеснока пол головки, 100 г сливочного масла.

Поставить варить мясо. Перебрать зелень — веточки отделить, «стволы» связать ниткой и положить вместе со специями в бульон, луковицу также положить целиком.

Замесить тесто для хинкали. Муку высыпать горкой на стол, сделать ямку в центре, всыпать соду, соль и потихоньку добавить кефир. Замесить. При необходимости подсыпать муки — то есть, месить по принципу, «сколько тесто возьмет муки». Накрыть салфеткой и отставить в сторону.

Для соуса мясистые помидоры потереть на терке, посолить, поперчить и влить в сливочное масло, которое уже кипит в глубокой толстой сковороде. Когда масса закипит, уменьшить огонь и тушить минут 20 до выкипания жидкости примерно наполовину. Измельченные укроп и зелень добавить в соус и тушить еще 5—10 минут. 3—4 зубчика чеснока измельчить, положить в посуду, туда же перелить соус, добавить в него 2 столовые ложки холодной воды.

Когда соус готов, накрыть его крышкой и оставить в теплом месте. Когда мясо сварится, вынуть его из бульона и переложить в другую кастрюлю, поставить также в теплое место. Если бульон сильно выкипел, можно разбавить его крутым кипятком, но немного.





Мясо перекрутить через мясорубку. Очищенный лук нарезать тонкими мелкими кусочками и добавить к мясу. В приготовленный фарш вылить бульон, посолить, поперчить. Все перемешать. Тесто для рецепта хинкали раскатать на очень тонкие пласты (как на лапшу) и вырезать из него стаканом (около 10 см в диаметре) кружочки.

На каждый кружочек выкладывать ложкой начинку из мясного фарша и собрать края теста складочками, закрепляя их в центре между собой. Затем каждый хинкали поднять, отрывая от стола, чтобы мясо осело вниз, и еще раз скрепить кончики узелка между собой, чтобы во время варки не вытек сок. Хинкали опустить в кипящую подсоленную воду, осторожно перемешать, чтобы не прилипли к кастрюле.

После того, как хинкали всплывут, варить 2—3 минуты и сразу же подать на стол, предварительно посыпав черным перцем и зеленью.

Хинкал тонкий на бульоне с мясом

*Для теста: 300—350 г муки пшеничной,
0,5 стакана воды, одно яйцо (маленькое), 1—2 щепотки соли,
0,5—1 кг баранины, говядины или курицы.*

*Для соуса: 2—3 ст. ложки томатной пасты,
2—3 зубчика чеснока, 2—3 ст. ложки масла растительного,
соль, сахар по вкусу.*

Тонкий хинкал можно готовить в бульоне и без бульона, с мясом и без мяса, с томатно-чесночным соусом. Даже можно вместо мясного бульона взять молоко и добавить чеснок в конце.

Поставить вариться мясо.

Замесить тесто, оно должно быть не твердым и не мягким. Если слишком мягкое, добавьте муки. Тесто должно быть такой консистенции, как на пельмени. Накрыть салфеткой и дать тесту «отдохнуть» 20—30 мин.





Сделать соус: на сковородке поджарить томатную пасту, добавляя воду, довести до консистенции сметаны и выключить (он разбрызгивается). Выдавить туда чеснок и перемешать, добавить соль, сахар по вкусу. Летом вместо томатной пасты можно взять помидоры, потертые на терке.

Теперь поставить на огонь кастрюлю с водой. И еще одну кастрюлю с бульоном.

На большой доске разделить тесто на 3 части и из каждой раскатать круглый и тонкий пласт. Разрезать пластины на квадраты размером 3х3см.

Бросить хинкал сначала в кипящую воду и, как только они всплывут, вытащить и опустить в кастрюлю с бульоном. Теперь посолить по вкусу. Хинкал в бульоне готов!

Обратите внимание, что тонкий хинкал делают еще с подливой из фарша. Из воды вытащить в глубокую миску, сверху полить растительным маслом, чтобы не слипались.

Подавать можно порционно или в общей тарелке, а подливу отдельно.

Хинкал аварский с мясом

Для теста: 1 кг пшеничной муки, 500 г кефира, 1 ст. ложка уксуса 9% (если кефир не кислый), 1 ч. ложка соды (если кефир очень кислый, то с горкой), 0,5 ч. ложки соли, 0,5 ч. ложки сахара, одно яйцо (не обязательно).

Мясо: примерно 1 кг баранины, говядины или курицы.

Для томатного соуса: 2—3 ст. ложки томатной пасты, 1—2 зубчика чеснока, 1—2 ст. ложки растительного масла.

Для белого соуса: 200 г сметаны (или густой ряженки), 2—3 ст. ложки майонеза, 1—2 зубчика чеснока.

Поставить мясо вариться.

Просеять муку (секрет пышности), добавить соль, сахар, соду и все перемешать. Сделать в середине углубление, положить туда яйцо, влить понемножку кефир и уксус (если кефир не кислый) и





замесить тесто. Тесто должно быть не крутым и не слишком мягким. Примерно таким, как для пельменей.

Еще один секрет пышности хинкал: месить тесто, пока она не станет гладким и мягким, как пластилин. Укрыть влажной салфеткой или положить в целлофановый пакет и оставить на 15—20 минут. Поставить на огонь кастрюлю с водой.

Приготовить соусы:

Томатный соус: в нагретую сковородку налить масло, добавить томатную пасту и поджарить, добавить воды и довести до консистенции сметаны, сразу выключить. Выдавить туда же чеснок, добавить соль и сахар по вкусу и перемешать.

Белый соус : в сметану или в кефир, обязательно густой, добавить майонез и измельченный чеснок, смешать.

Теперь на большой доске тесто разделить на 3 части, и из каждой части скатать колбаски. Две колбаски отложить пока в сторону, одну придавить, оставив высоту в 1 см., можно руками или скалкой.

Разрезать на куски чуть больше спичечной коробки. Бросить в кипящую воду и сразу перемешать , чтобы не слипались. Накрыть кастрюлю крышкой, довести до кипения на большом огне, потом перемешать, чуточку убавить огонь и варить без крышки примерно 3—4 мин. Чтобы определить готовность, взять один хинкал и разрезать — если в середине нет сырого теста, значит готов.

Быстро вытащить из воды, проколоть каждый вилкой, можно и зубочисткой. Беспроегрышный вариант варки — это варить в мантоварке или в пароварке. Переложить хинкал в большую глубокую тарелку. Вытащить мясо из бульона. Переложить соусы в маленькие пиалы.

Налить бульон в большие чашки или в большие пиалы. Если бульон жирный, то можно разбавить его бульоном из хинкала или кипятком.

БЕЛЯШИ

Беляши являются разновидностью пельменей. Однако с течением времени эти изделия приобрели совершенно другой вид. Дословно слово «беляш» переводится как «пирог». Они готовятся из теста, которое может быть дрожжевым или пресным, и начинки. Начинка беляшей изначально была мясной, но в настоящее время их готовят с самыми разными начинками в зависимости от национальных особенностей.

Беляши бывают с начинкой из говядины, баранины, свинины, мяса утки, курицы, из креветок, филе рыбы, капусты, моркови, тыквы, яблок, творога или сыра, помидоров и огурцов, с добавлением различной зелени, специй, приправ и даже меда и ягод. Словом, это изделие можно приготовить на любой вкус.

Форма беляша должна быть круглая с небольшим круглым отверстием сверху посередине.

Беляши принято жарить во фритюрнице, но, кроме этого, их можно обжарить на сковороде в раскаленном масле или жире, запечь в духовом шкафу.

Для фритюра лучше использовать смешанное растительное масло, чистое кукурузное или рапсовое масло. Не рекомендуется арахисовое, подсолнечное, соевое и оливковое масло, а также топленый свиной и говяжий жир. Можно использовать сливочное масло, но предварительно его нужно растопить в сковороде, а затем уже переливать во фритюрницу. Беляши, приготовленные во фритюре, получаются с хрустящей румяной корочкой и сочной начинкой.

Готовя беляши во фритюрнице, необходимо за один раз класть в корзину максимально допустимое их количество, иначе они не прожарятся равномерно. Кроме того, размеры изделия обязательно должны быть одинаковыми, опять же с целью их равномерной тепловой обработки.

Если беляши будут готовиться на сковороде, то после их обжаривания необходимо долить в сковороду немного бульона или





воды, накрыть крышкой и потомить до полной готовности на медленном огне.

Готовя беляши в духовом шкафу, необходимо периодически доливать в круглое отверстие немного бульона, растопленного масла или жира, чтобы изделия не пересохли и их начинка осталась сочной.

Перемечи — классические беляши

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 мл воды, 1 яйцо,
30 мл растительного масла, 4 г сахара, 4 г соли.*

*Для фарша: 500 г баранины, 200 г репчатого лука, 100 мл кефира,
3 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

*Для подачи: 250 мл катыка, 1,5 л костно-мясного бульона,
100 г зелени кинзы и петрушки.*

Приготовить тесто из муки, воды, растительного масла, яйца, соли и сахара. Оставить его на 30 мин. для расстойки, накрыв чистой салфеткой. Затем разделить его на небольшие кусочки и раскатать из них круглые лепешки.

Приготовить начинку. Баранину промыть, обсушить, нарубить острым ножом мелкими кусочками.

Добавить в фарш очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук, влить кефир, посолить и поперчить. Все ингредиенты тщательно перемешать.

На середину каждой лепешки из теста выложить готовый мясной фарш и чуть примять. Края теста приподнять и собрать в сборку, оставляя посередине отверстие диаметром около 1—1,5 см.

Оставить беляши для расстойки на 15—20 мин, прикрыв салфеткой. Затем обжарить в полуфритюре сначала отверстием вниз, а когда подрумянятся, перевернуть.

Готовые перемечи переложить на блюдо. Отдельно подать в пиалах или глубоких мисках горячий бульон, густо посыпанный промытой и измельченной зеленью кинзы и петрушки, катык.





Беляши по-уральски

Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей, 150 мл теплого молока, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 500 г говядины, 200 г репчатого лука, 60 мл мясного бульона, 4 г черного молотого перца, 1 яйцо, соль по вкусу.

Для приготовления: 200—250 г жира.

Муку просеять, дрожжи развести в теплом молоке и затем вылить в муку. Добавить размягченное сливочное масло, соль и замесить тесто. Дать ему расстояться, затем скатать в жгут, разрезать на несколько равных кусочков. Оставить на 3—5 мин., затем раскатать в лепешки.

Приготовить начинку. Говядину промыть, обсушить, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш мясной бульон, яйцо, перец и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать. Фарш выложить на лепешки из теста, слепить беляши. Оставить их для расстойки на 20—30 мин., накрыв полотенцем.

В глубокой чугунной сковороде разогреть жир, обжарить в нем беляши сначала с открытой стороны, потом перевернуть и обжарить с другой стороны, накрыв сковороду крышкой и убавив огонь до слабого. Через 8—10 мин. беляши будут готовы. Подавать на стол горячими.

Беляши по-сибирски с чесноком

Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей, 150 мл теплого молока, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 250 г жирной баранины, 250 г говядины, 1 яйцо, 200 г репчатого лука, 10 г измельченного чеснока, 80 мл воды, 4 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 200 г жира.

Приготовить дрожжевое безопарное тесто, как описано в предыдущем рецепте. Разделить его на лепешки.





Приготовить начинку. Баранину и говядину промыть, обсушить, дважды пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш воду, яйцо, чеснок, черный молотый перец и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать и выложить фарш на лепешки из теста.

Края лепешек поднять и скрепить сборками, оставляя посередине отверстие величиной 1 см. Оставить беляши для расстойки в течение 20—30 мин., затем обжарить в сковороде в горячем жире с обеих сторон до полной готовности.

Подавать беляши на стол горячими, отдельно можно подать простоквашу, кислое молоко, кефир и т. п.

Вак-белиш — беляши по-башкирски с мясом и картофелем

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл молока,
80 г топленого масла, 1 яйцо, соль по вкусу.*

*Для фарша: 250 г жирной баранины, 150 г репчатого лука,
350 г картофеля, 3 г черного молотого перца,
3 г молотого кардамона, соль по вкусу.*

Для приготовления: 100 г сливочного масла.

Для подачи: 60 г зелени укропа.

Из муки, молока, яйца, топленого масла и соли замесить сдобное пресное тесто. Оставить его на 20—30 мин. в теплом месте, затем разделить на лепешки, немного оставить для шариков.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, мелко нарезать и смешать с очищенным, вымытым и мелко нарезанным репчатым луком. Картофель очистить, вымыть, натереть на терке, отжать, смешать с мясным фаршем. Добавить перец, кардамон и соль, тщательно перемешать. На середину каждой лепешки из теста выложить приготовленный фарш. Края лепешки защипнуть, собирая их вверху складочками, оставив в центре небольшое отверстие. Это отверстие нужно прикрыть маленькими шариками из теста. Выложить беляши на противень, смазанный маслом,



поставить в умеренно разогретый духовой шкаф. Выпекать до готовности, периодически подливая в отверстия беляшей оставшееся растопленное сливочное масло.

Подавать на стол горячими, переложив на блюдо и посыпав промытой и измельченной зеленью укропа.

Шурпалы-белиш — беляши по-башкирски

Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 г сметаны, 1 яйцо, 2 г соды, 50 мл теплого молока, 5 г сахара, соль по вкусу.

Для фарша: 350 г мякоти баранины, 250 г мякоти говядины, 150 г репчатого лука, 60 мл мясного бульона, 5 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 200 г жира.

Для подачи: 1,5 л мясного бульона, 80 г зелени укропа и петрушки.

Приготовить тесто. Смешать молоко, соль, сахар, сметану и яйцо, взбить. Затем в эту смесь при непрерывном помешивании всыпать пшеничную муку, добавить соду и замесить тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, потом раскатать в пласт толщиной 5 мм. Разделить пласт на круглые лепешки, немного приподняв края сверху, собрав их сборками и защипнув. Заготовки из теста обжарить со всех сторон в жире (использовать 60 г).

Приготовить фарш. Баранину и говядину промыть, обсушить, пропустить дважды через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш мясной бульон, черный молотый перец и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать и слегка обжарить в жире (использовать 60 г).

Фарш выложить на заготовки из теста, положить их на противень, смазанный жиром (использовать 20 г), в отверстия влить оставшийся растопленный жир. Затем поставить беляши в разогретый духовой шкаф на 10—15 мин.

Подавать к столу горячими. Отдельно подать горячий мясной бульон в пиалах с промытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.





Беляши с сыром и яйцом по-абхазски

Для теста: 500 г пшеничной муки, 100 мл молока, 80 мл воды, 1 яйцо, 50 г сливочного масла, 10 г дрожжей, 5 г сахара, соль по вкусу.

Для начинки: 350 г сыра, 150 г сливочного масла, 2 яйца, молотый перец, соль по вкусу.

Для приготовления: 150 г жира.

Дрожжи, сахар, соль и 25 г муки развести в теплой воде и поставить в теплое место на 10—15 мин. Остальную муку просеять, высыпать горкой на стол, сделать в середине углубление, влить в него теплое молоко, добавить желток и взбитый отдельно белок. Затем ввести размягченное сливочное масло и дрожжевую смесь. Замесить тесто, оставить его в теплом месте, накрыв чистой салфеткой, на 2—3 ч. Затем готовое тесто разделить на небольшие кусочки, раскатать их в круглые лепешки.

Приготовить начинку. Сыр измельчить, смешать с яйцами, размягченным сливочным маслом, приправить молотым перцем и солью, тщательно перемешать. Эту смесь выложить на лепешки из теста, слепить круглые беляши с небольшим отверстием сверху, прикрыть их шариками из теста. Обжарить беляши на сковороде в горячем жире сначала со стороны отверстия, затем перевернуть, влить в отверстия горячий жир, накрыть сковороду крышкой, огонь убавить и жарить беляши до готовности.

Подавать беляши на стол горячими, переложив на блюдо.

Беляши с начинкой из мяса утки

Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл молока, 10 г дрожжей, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 5 г сахара, 5 г соли.

Для фарша: 400 г филе утки, 150 г репчатого лука, 2 г молотого кардамона, 80 мл молока, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 200 г жира.

Приготовить тесто. Дрожжи распустить в теплом молоке, добавив сахар, соль и немного муки. Затем ввести в смесь оставшуюся





муку, растительное масло, взбитое отдельно яйцо. Тесто вымешивать до тех пор, пока оно не перестанет приставать к рукам. Завернуть его в целлофановый пакет и оставить на 40 мин. Затем разделить тесто на лепешки для беляшей.

Приготовить фарш. Филе обсушить, мелко нарубить, смешать с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Добавить в фарш черный молотый перец, кардамон, молоко и соль. Все тщательно перемешать, убрать в холодильник на 15 мин. Выложить фарш на лепешки из теста, слепить беляши, обжарить их в горячем жире, опуская открытым отверстием вниз, затем перевернув на другую сторону. Готовые беляши переложить на блюдо и подавать к столу в горячем виде.

Беляши по-казахски

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл молока,
10 г дрожжей, 5 г сахара, соль по вкусу.*

*Для фарша: 350 г жирной говядины, 150 г баранины,
150 г репчатого лука, 100 мл мясного бульона,
1 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца,
2 г молотого кардамона, соль по вкусу.*

Для обжаривания: 150 г животного комбижира.

Для подачи: 1 л катыка, 80 г зелени базилика.

Из муки, молока, дрожжей, сахара и соли замесить кислое тесто. Дать ему расстояться, затем раскатать в пласт толщиной 5 мм. Сделать из пласта лепешки.

Приготовить фарш. Говядину и баранину промыть, обсушить, пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить в фарш черный и красный молотый перец, кардамон, соль, затем все перемешать.

На середину каждой лепешки выложить фарш, края теста защипнуть, собрав сверху сборками и оставив небольшое отверстие диаметром 1 см. Беляши примять, придавая им немного плоскую форму.





Обжарить беляши на сковороде в разогретом животном комбижире. Сначала жарить со стороны с отверстием, затем, когда поджарятся до образования румяной корочки, перевернуть, влить в отверстия мясной бульон, налить в сковороду немного воды, накрыть крышкой и довести до готовности на медленном огне.

Перед подачей к столу переложить готовые беляши на блюдо, украсить промытыми веточками базилика. Отдельно подать катык, разлив его по стаканам.

Беляши с мясом и сыром по-арабски

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 2 яйца,
50 мл растительного масла, 100 мл воды, соль по вкусу.*

*Для начинки: 400 г мякоти баранины, 30 г соленого
сливочного масла, 2 сваренных вкрутую яйца,
50 г тертого сыра, молотый перец и соль по вкусу.*

Для обжаривания: 180 мл растительного масла.

Приготовить пресное тесто из муки, яйца, смешанного с водой, растительным маслом и солью. Оставить тесто для расстойки на 30—40 мин., накрыв чистым полотенцем. Затем раскатать тесто в пласт толщиной 5 мм, вырезать из него кружочки диаметром 12 см.

Приготовить начинку. Баранину промыть, нарезать средними кусками и припустить до готовности в подсоленной кипящей воде с добавлением соленого сливочного масла. Вареное мясо мелко нарезать, смешать с очищенными и мелко нарубленными яйцами, добавить тертый сыр, молотый перец и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать.

Выложить начинку на каждый кружок из теста, собрать края, соединить их пальцами, оставив небольшое отверстие сверху. Жарить беляши во фритюре до золотистого цвета. Потом откинуть на дуршлаг и дать маслу стечь.

Подавать беляши к столу горячими, переложив на блюдо.





Беляши с телятиной

Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей, 150 мл теплой воды, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, 5 г соли.

Для начинки: 500 г телятины, 1 яйцо, 160 г репчатого лука, 80 мл кефира, 4 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 100 г сливочного масла.

Для подачи: 80 г зелени укропа.

Приготовить тесто. Дрожжи развести в теплой воде с добавлением соли и небольшого количества муки. Яйцо взбить и влить в остывшую смесь, добавить размягченное сливочное масло и всыпать оставшуюся муку. Замесить тесто, накрыть его чистой салфеткой и оставить при комнатной температуре на 50 мин. Затем тесто разделить на лепешки.

Приготовить фарш. Телятину промыть, мелко нарубить, смешать с очищенным, вымытым и нашинкованным репчатым луком. Добавить яйцо, кефир, черный молотый перец и соль. Все тщательно перемешать. Этот фарш выложить на лепешки из теста, слепить беляши. Обжарить их в горячем сливочном масле до готовности. Жарить примерно 8—10 мин.

Переложить готовые беляши на блюдо, посыпать промытой и измельченной зеленью укропа и подать на стол.

Беляши с телятиной и грибами

Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей, 120 мл молока, 1 яйцо, 50 г сливочного масла, 5 г сахара, 5 г соли.

Для начинки: 400 г телятины, 200 г жареных грибов, 100 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 10 г муки, 80 мл мясного бульона, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 150 мл сливочного масла.

Приготовить тесто. Муку просеять и высыпать горкой в миску. Приготовить опару из дрожжей, теплого молока, сахара и небольшого количества муки. Поставить опару в теплое место. Когда по-





дойдет, вылить ее в кастрюлю с оставшейся мукой, вбить яйцо, добавить масло и соль. Замесить тесто, поставить в теплое место на 40 мин. Затем разделить его на лепешки для беляшей.

Приготовить начинку. Телятину промыть, обсушить, разрезать на небольшие кусочки, пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Затем обжарить фарш на сковороде в горячем сливочном масле. Добавить в остывшую обжарку грибы, мясной бульон, муку, молотый перец и соль. Все хорошо перемешать. Полученный фарш выложить на лепешки из теста, слепить беляши. Оставить их на 20 мин для расстойки, затем обжарить в горячем сливочном масле до готовности с обеих сторон. Подавать на стол в горячем виде, переложив на блюдо.

Эчпочмак — татарские беляши

Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей, 180 мл воды, 1 яйцо, 2 г пищевой соды, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для фарша: 350 г баранины, 300 г картофеля, 50 г топленого масла, 150 мл мясного бульона, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 4 г черного молотого перца, 2 г молотого кардамона, соль по вкусу.

Для приготовления: 80 г сливочного масла.

Для подачи: 50 г измельченной зелени петрушки.

Из муки, дрожжей, воды, яйца, размягченного сливочного масла, соды и соли приготовить тесто. Оставить его для расстойки на 40 мин., накрыв чистым полотенцем. Затем разделить тесто на кусочки, раскатать их в лепешки диаметром 10—15 см.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, мелко нарубить. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать. Картофель очистить, вымыть, натереть на терке, отжать. Соединить мясо, лук и картофель, добавить яйцо, топленое масло, черный молотый перец, кардамон и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать, выложить фарш на лепешки из теста, слепить беляши с небольшим отверстием сверху. Выложить их на противень, смазанный сливочным маслом (использовать 30 г), обмазать оставшимся





растопленным сливочным маслом и поставить в нагретый духовой шкаф. Через 15—20 мин. выпечку достать, влить в отверстия мясной бульон и снова поставить в духовой шкаф. Выпекать до готовности.

Подавать на стол горячими, переложив на блюдо и посыпав измельченной зеленью петрушки.

Беляши с ливером

Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл молока, 10 г дрожжей, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 5 г сахара, 5 г соли.

Для начинки: 300 г легкого, 100 г сердца, 100 г печенки, 100 г мяса с горла, 50 г сливочного масла, 150 г репчатого лука, 10 г муки, 80 мл кефира, 3 г черного молотого перца, 2 г молотого кардамона,

1 г молотого майорана, соль по вкусу.

Для приготовления: 120 мл растительного масла.

Для подачи: 100 г зелени укропа и петрушки.

Приготовить тесто. Сделать опару из дрожжей, теплого молока, сахара, соли и половины муки. Поставить опару в теплое место на 50 мин. Потом смешать с оставшейся мукой, вбить яйцо, добавить соль, растительное масло, вымесить тесто. Поставить его снова в теплое место на 30 мин.

Подошедшее тесто выложить на стол, разделить на квадраты для беляшей.

Приготовить начинку. Промытые субпродукты пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Потом слегка обжарить фарш в сливочном масле, вторично пропустить через мясорубку или мелко нарубить. Добавить в фарш муку, кефир, черный молотый перец, кардамон, майоран, соль и все хорошо перемешать. Выложить фарш на квадраты из теста, слепить беляши и обжарить их во фритюре до готовности.

Перед подачей на стол переложить беляши на блюдо и посыпать промытой, измельченной зеленью укропа и петрушки.





Беляши с мясом курицы

Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл молока, 10 г дрожжей, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 5 г сахара, 5 г соли.

Для фарша: 400 г куриного филе, 120 г репчатого лука, 50 г животного комбижира, 50 мл кефира, молотый перец и соль по вкусу.

Для приготовления: 120 мл растительного масла.

Дрожжи распустить в теплом молоке с сахаром и солью. Когда подойдут, вылить смесь в муку, добавить яйцо, масло и вымесить тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, затем разделить на круглые лепешки для беляшей.

Приготовить начинку. Филе курицы промыть, припустить до полуготовности в небольшом количестве подсоленной воды, затем мелко нарубить. Смешать фарш с очищенным, вымытым, нашинкованным и спассерованным в комбижире репчатым луком. Добавить кефир, молотый перец и соль. Все тщательно перемешать.

Выложить фарш на лепешки из теста, затем слепить беляши, придав изделиям плоскую форму.

Обжарить беляши в растительном масле до готовности. Подать на стол горячими.

Беляши с мясом и капустой

Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей, 150 мл молока, 150 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 300 г говядины, 250 г нашинкованной белокочанной капусты, 200 г репчатого лука, 60 мл растительного масла, 1 яйцо, 4 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 200—250 г жира.

Приготовить тесто. Муку просеять, дрожжи развести в теплом молоке и затем вылить в муку. Добавить размягченное сливочное масло, соль и замесить тесто. Дать ему расстояться, затем скатать





в жгут, нарезать на несколько равных кусочков. Их оставить на 3—5 мин., затем раскатать в круглые лепешки для беляшей.

Приготовить начинку. Говядину промыть, обсушить, мелко нарубить или пропустить через мясорубку. Затем обжарить фарш в растительном масле, добавив очищенный, вымытый и мелко нарезанный репчатый лук.

Нашинкованную капусту припустить в кипятке в течение 5—7 мин., потом откинуть на дуршлаг, дать остыть, слегка отжать и смешать с фаршем. Добавить яйцо, соль и перец. Выложить фарш на лепешки из теста. Слепить беляши и поставить их в теплое место, чтобы подошли. Затем жарить изделия во фритюре до готовности.

Подавать на стол горячими, переложив беляши на блюдо.

Беляши с мясом, вареными яйцами и зеленым луком

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей,
150 мл молока, 150 г сливочного масла, соль по вкусу.*

*Для начинки: 400 г говядины, 4 сваренных вкрутую яйца,
100 г зеленого лука, 50 г сливочного масла, 80 мл кефира,
молотый перец и соль по вкусу.*

Для приготовления: 150 мл растительного масла.

Для подачи: 80 г зелени петрушки.

Приготовить тесто по вышеописанному рецепту. Разделить его на квадраты для беляшей.

Приготовить начинку. Говядину промыть, отварить в подсоленном кипятке до готовности, охладить и пропустить через мясорубку. Добавить к мясу очищенные и мелко нарубленные яйца, вымытый, обсушенный и мелко нарезанный зеленый лук, размягченное сливочное масло, кефир, соль и молотый перец. Тщательно перемешать. Выложить фарш на квадраты из теста, слепить беляши и оставить их в тепле на 10—15 мин. Затем обжарить во фритюре до готовности.





Подавать на стол в горячем виде, посыпав промытой, измельченной зеленью петрушки.

Беляши с помидорами, болгарским перцем, брынзой и чесноком

Для теста: 500 г муки, 2 яйца, 70 мл растительного масла, 100 мл воды, 5 г соли.

Для начинки: 100 г помидоров, 100 г репчатого лука, 10 г измельченного чеснока, 50 мл оливкового масла, 50 г зелени базилика, 100 г болгарского перца, 500 г брынзы, 1 яйцо, соль и молотый перец по вкусу.

Для смазывания противня: 20 г жира.

Для смазывания изделий: 100 г топленого масла.

Приготовить тесто. Воду вскипятить с растительным маслом и солью, заварить муку, вбить яйца и вымесить тесто. Положить его в целлофановый пакет и убрать в теплое место на 30 мин. Затем разделить тесто на круглые лепешки.

Приготовить начинку. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу и нарезать мякоть крупными кусочками. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать мелкими кубиками, затем слегка обжарить в разогретом оливковом масле. Положить к луку чеснок и помидоры и продолжать обжаривать еще 5 мин. Зелень базилика вымыть, промокнуть полотенцем и мелко нарубить.

Смешать зелень с помидорами и луком. Болгарский перец очистить от семян, вымыть и нарезать мелкими кубиками. Затем смешать болгарский перец с растертой брынзой, вбить яйцо и тщательно перемешать. Приправить фарш молотым перцем и солью. Полученную массу выложить на лепешки из теста, полить томатно-луковой обжаркой и слепить беляши. Положить их на смазанный жиром противень, обмазать половиной топленого масла и поставить в горячий духовой шкаф. Выпекать беляши до готовности. Готовые беляши переложить на блюдо и смазать оставшимся маслом.





Беляши с грибами и картофелем

Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей, 150 мл теплого молока, 150 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 300 г жареных грибов, 150 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 300 г вареного картофеля, 80 мл кефира, соль и молотый перец по вкусу.

Для приготовления: 150 г жира.

Для подачи: 80 г зелени петрушки.

Приготовить тесто. Муку просеять, приготовить опару из дрожжей, теплого молока и половины муки. Затем поставить опару в теплое место на 30 мин. Когда опара подойдет, смешать ее с оставшейся мукой, добавить соль, размягченное сливочное масло и тщательно вымесить. Снова поставить тесто в теплое место на 50 мин. Затем разделить на круглые лепешки.

Приготовить начинку. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, обжарить в сливочном масле. Дать луку остыть, затем смешать с жареными грибами. Вареный картофель очистить, размять до состояния пюре, положить в начинку, добавить кефир, соль и молотый перец. Все тщательно перемешать, выложить фарш на лепешки из теста, слепить беляши. Поставить их в теплое место, чтобы подошли, затем обжаривать в горячем жире до готовности.

Перед подачей на стол переложить беляши на блюдо и посыпать промытой и мелко нарубленной зеленью петрушки.

Беляши с творогом, изюмом и сметаной

Для теста: 500 г пшеничной муки, 10 г дрожжей, 5 г сахара, 120 мл теплого молока, 1 яйцо, 50 г сливочного масла, 5 г соли.

Для начинки: 500 г пресного творога, 100 г изюма, 200 мл сметаны, 50 г сахара, 2 г молотой корицы, 2 г соли.

Для приготовления: 200 г сливочного масла.

Дрожжи распустить в теплом молоке, добавить сахар, соль и немного муки. Поставить смесь в тепло на 30 мин., затем смешать





Беляши

с оставшейся мукой, добавить яйцо и размягченное сливочное масло, замесить тесто. Убрать его в тепло на 40 мин., потом разделить тесто на круглые лепешки.

Приготовить начинку. Творог протереть через сито, смешать со сметаной, размоченным изюмом, сахаром, солью и корицей. Все тщательно перемешать. Полученную массу выложить на лепешки из теста, слепить беляши. Выложить их на противень, смазанный сливочным маслом (использовать 30 г) и поставить в горячий духовой шкаф, запекать до готовности. Незадолго до готовности смазать маслом (использовать 80 г) и снова поставить в духовой шкаф.

Готовые беляши переложить на блюдо, смазать оставшимся маслом и подать на стол.

ЧЕБУРЕКИ

Чебуреки представляют собой мучное изделие из пресного (иногда дрожжевого) теста обычно с мясной начинкой и острым соусом. Чебуреки считаются традиционным блюдом у крымских татар и азербайджанских турок. Их принято подавать к столу и в будни, и в праздники. Для славянской кухни более характерны различные пирожки и пироги, а вот на Кавказе или в восточных странах чебуреки являются обычным продуктом питания. Сегодня и у нас можно купить чебуреки в различных бистро, закусочных или даже уличных ларьках, хотя качество этих изделий зачастую оставляет желать лучшего и не без оснований вызывает самые серьезные подозрения.

Однако приготовленные из качественных продуктов и по традиционным рецептам чебуреки являются очень вкусным блюдом. Начинкой для их приготовления могут служить самые различные мясные фарши: из говядины, баранины, свинины, мяса птицы, рыбного филе, грибов, яиц и прочего с обязательным добавлением разных приправ и пряностей. К чебурекам принято подавать различный острый соус. Его тоже можно приготовить самостоятельно и по своему вкусу.

В тесто для чебуреков обязательно добавляется сахар, который придает готовым изделиям золотистый цвет, и растительное масло или другой подходящий жир. Масло придает готовым чебурекам характерную пузырчатость. В тесто также обязательно добавляется яйцо, что повышает его пузырчатость и прочность. Кроме того, для чебуреков лучше делать заварное тесто, чтобы лепешки получились мягкими и пластичными. Но в ряде рецептов используется простое пресное тесто, а также дрожжевое или слоеное.

Форма чебуреков вытянутая, в виде полумесяца с защипнутыми краями, и плоская. В длину эти изделия могут составлять 15—20 см, в ширину — в 2 раза меньше.





Традиционно чебуреки жарятся во фритюре, как и беляши. Однако их можно запечь в духовом шкафу или поджарить на сковороде в горячем масле.

Классические чебуреки

Для теста: 500 г пшеничной муки, 130 мл воды, 1 яйцо,

50 мл растительного масла, 5 г сахара, 5 г соли.

Для фарша: 400 г баранины, 200 г репчатого лука,

100 г курдючного сала, 120 мл кефира, 2 г молотого

кардамона, 3 г измельченного имбиря, 3 г черного

молотого перца, соль по вкусу.

Для смазывания теста: 1 яйцо.

Для приготовления: 180 мл растительного масла.

Для подачи: 250 мл острого соевого уксуса.

Приготовить тесто. Воду вскипятить с солью, сахаром и маслом, немедленно засыпать в нее часть муки при непрерывном помешивании и замесить тесто. Когда оно немного остынет, добавить яйцо и перемешать. Постепенно всыпать оставшуюся муку и вымесить тесто однородной консистенции. Оно не должно липнуть к рукам, если же это происходит, то можно добавить еще немного муки. Затем тесто нужно накрыть чистым полотенцем и оставить в тепле на 1—2 ч.

Пока тесто выстаивается, его нужно 1 раз примять. Готовое тесто нарезать небольшими кусочками размером с мячик для настольного тенниса. Каждый кусочек раскатать в лепешку толщиной 1 мм и диаметром с блюдце или небольшую тарелку.

Приготовить фарш. Баранину промыть, обсушить, нарезать мелкими кубиками и отбить. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать и отбить толкушкой вместе с солью. Смешать мясо и лук, добавить кефир, черный молотый перец, кардамон, имбирь, соль и тщательно перемешать. Кефир хорошо связывает сырой фарш и не дает ему растечься, а в готовом изделии он практически не чувствуется.





Края лепешек смазать яйцом. Приготовленный фарш выложить на эти лепешки, сверху положить по кусочку сала. Сложить лепешки пополам в форме полумесяца и края защипнуть руками, вилкой или специальной машинкой, не оставляя прорех или щелей. Разогреть растительное масло в глубокой сковороде, жарить чебуреки с обеих сторон до образования золотисто-коричневого цвета. Подавать на стол в горячем виде, переложив на блюдо. Отдельно подать в соуснике острый соевый соус.

Чебуреки с мясом и сыром

Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 мл воды, 5 г сахара, 5 г дрожжей, 100 мл растительного масла, 5 г соли.

Для фарша: 250 г баранины, 250 г свинины, 250 г репчатого лука, 100 мл кефира, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 150 мл растительного масла.

Для подачи: 100 г сливочного масла, 100 г тертого сыра.

Приготовить тесто. В глубокой миске смешать соль, сахар и сухие дрожжи. Влить теплую воду, растительное масло, размешать и при непрерывном помешивании всыпать муку, вымесить тесто. Месить тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к рукам. Затем накрыть его полотенцем, оставить при комнатной температуре на 50—60 мин.

Готовое тесто разделить на кусочки и раскатать их в круглые лепешки диаметром 15 см.

Приготовить фарш. Баранину и свинину промыть, обсушить, пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Добавить кефир, черный молотый перец и соль. Все тщательно перемешать и убрать в холодильник на 20 мин. Можно при разделывании фарша добавить в него немного колотого льда.

Приготовленный фарш выложить на одну сторону лепешки из теста, равномерно распределить по поверхности, накрыть другой стороной, края защипнуть.





На сковороде разогреть растительное масло и жарить в нем чебуреки с обеих сторон до образования золотистой корочки. Переворачивать чебуреки лучше деревянной лопаткой, чтобы не проколоть тесто. Готовые чебуреки переложить на блюдо, смазать сливочным маслом и посыпать тертым сыром.

Чебуреки с мясом и грибами

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл молока,
50 г жира, 5 г сахара, 10 г дрожжей, 5 г соли.*

*Для начинки: 300 г говядины, 200 г свежих шампиньонов,
150 г репчатого лука, 80 г растительного масла, 80 мл жирного
мясного бульона, 4 г черного молотого перца, соль по вкусу.*

Для приготовления: 150 г жира.

Приготовить тесто. В глубокой миске смешать соль, сахар и сухие дрожжи. Влить теплое молоко и растопленный жир, размешать и при непрерывном помешивании всыпать муку. Вымесить тесто, накрыть его полотенцем, оставить при комнатной температуре на 50—60 мин. Готовое тесто разделить на кусочки, раскатать их в круглые лепешки диаметром 15 см.

Приготовить фарш. Говядину промыть, обсушить, пропустить через мясорубку. Шампиньоны очистить, промыть, обсушить, нашинковать вместе с очищенным и вымытым репчатым луком. Обжарить грибы и лук в растительном масле, затем дать остыть и соединить с мясом. Добавить мясной бульон, черный молотый перец и соль. Все тщательно перемешать и убрать в холодильник на 20 мин.

Затем выложить фарш на лепешки из теста, примять и свернуть лепешки пополам в форме полумесяца, расплющить, защипнуть края.

На сковороде разогреть жир и обжарить в нем чебуреки с обеих сторон до образования золотистой корочки.

Готовые чебуреки переложить на блюдо, подать на стол в горячем виде.





Чебуреки с мясом утки

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл теплого молока, 5 г соли.

Для начинки: 400 г филе утки, 100 г репчатого лука, 70 г томатной пасты, 20 мл столового разбавленного уксуса, 50 мл белого сухого вина, 15 мл лимонного сока, 4 г молотого чеснока, 3 г черного молотого перца, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для приготовления: 120 мл растительного масла.

Замесить тесто из муки, теплого молока и соли. Оставить его на 20 мин. для расстойки, затем разделить на круглые лепешки.

Приготовить начинку. Филе промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками, положить в глубокую сковороду, смазанную сливочным маслом (использовать половину). Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, обжарить в оставшемся сливочном масле, затем смешать с томатной пастой, уксусом, вином, лимонным соком, чесноком, молотым перцем и солью. Полить смесью мясо. Накрыть сковороду крышкой и тушить мясо в течение 20—25 мин. Затем дать ему остыть и размять до состояния пюре. Фарш выложить на лепешки из теста и обжаривать их в горячем растительном масле до образования румяной корочки.

Подавать на стол горячими, переложив на блюдо.

Чебуреки с мясом, грибами и рисом

Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 мл воды, 60 мл растительного масла, 1 яйцо, 5 г сахара, 5 г соли.

Для фарша: 150 г свинины, 150 г говядины, 200 г жареных грибов, 100 г сваренного до полуготовности риса, 100 г репчатого лука, 70 мл воды, 3 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца, 2 г молотого кардамона, соль по вкусу.

Для приготовления: 150 мл растительного масла.

Для подачи: 80 г зелени укропа и петрушки.

Приготовить тесто. Вскипятить воду с растительным маслом, добавив соль и сахар. Затем в горячую жидкость всыпать при





непрерывном помешивании муку и замесить тесто. Когда тесто остынет, добавить яйцо и оставшуюся муку, вымешивать до тех пор, пока тесто не перестанет липнуть к рукам. После завернуть тесто в целлофановый пакет и положить в холодильник на 1 ч.

Подготовленное тесто разрезать на кусочки и раскатать их в лепешки диаметром 12—15 см.

Приготовить фарш. Свинину и говядину промыть, обсушить, пропустить через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком.

Смешать фарш с жареными грибами и сваренным до готовности рисом. Добавить воду, черный и красный молотый перец, кардамон и соль. Все тщательно перемешать и убрать в холодильник на 20 мин.

После этого выложить фарш на лепешки из теста, слепить чебуреки. Жарить их в горячем растительном масле до готовности. Затем переложить чебуреки на блюдо и посыпать промытой, измельченной зеленью укропа и петрушки.

Чебуреки с мясом индейки

Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 мл воды,

1 яичный желток, 5 г сахара,

60 мл растительного масла, 5 г соли.

Для фарша: 350 г филе индейки, 100 г болгарского перца,

50 г перца чили, 100 г моркови, 40 мл лимонного сока,

3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 140 мл растительного масла.

Приготовить тесто. Просеять муку в миску. Желток смешать с водой, добавить соль, сахар и размешать. Эту смесь влить в муку и вымесить тесто. Затем добавить растительное масло и замесить тесто. Положить его в целлофановый пакет и оставить в холодильнике на 30—40 мин.

Подготовленное тесто разделить на кусочки, из которых раскатать круглые лепешки для чебуреков.





Приготовить фарш. Филе индейки промыть, отварить до полуготовности, затем дать остыть и пропустить через мясорубку. Добавить к фаршу очищенные, вымытые и мелко нарезанные болгарский перец и перец чили. Морковь очистить, вымыть, натереть на терке, слегка отжать и положить в фарш. Влить сюда же лимонный сок, положить молотый перец и соль, тщательно перемешать.

Выложить этот фарш на лепешки из теста, слепить плоские чебуреки, тщательно защипнув края. Жарить их во фритюре на среднем огне до образования золотисто-коричневой корочки.

Готовые чебуреки переложить на тарелку и подать к столу горячими. Отдельно можно подать кислое молоко, кефир и т. п.

Крымские чебуреки из смешанного фарша с базиликом

Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл воды,

50 мл растительного масла, 1 яйцо, 5 г сахара, 5 г соли.

Для фарша: 250 г баранины, 200 г говядины, 150 г репчатого лука,

30 г измельченной зелени базилика, 2 г молотого кардамона,

3 г черного молотого перца, 80 мл кефира, соль по вкусу.

Для приготовления: 150 г сливочного масла.

Для подачи: 50 г зелени базилика.

Замесить тесто и сделать лепешки для чебуреков по вышеописанному рецепту.

Приготовить фарш. Баранину и говядину промыть, обсушить, пропустить дважды через мясорубку вместе с очищенным и вымытым репчатым луком.

Добавить в фарш измельченный базилик, кардамон, черный молотый перец, кефир и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать.

Поставить фарш в холодильник на 20 мин. После этого подготовленный фарш выложить на лепешки из теста. Слепить чебуреки и обжарить их с обеих сторон в горячем сливочном масле.





Готовые чебуреки переложить на блюдо и подать к столу горячими, украсив промытыми веточками базилика.

Чебуреки с мясом кролика и зеленым луком

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды, 5 г соли.

Для начинки: 500 г мяса кролика, 150 г зеленого лука, 100 г сметаны, 5 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 150 г топленого масла.

Для подачи: 50 г зелени укропа.

Приготовить тесто. Муку заварить подсоленной кипящей водой и замесить тесто. Оставить его на 20 мин. для расстойки, затем разделить на лепешки.

Приготовить начинку. Мясо кролика промыть, мелко нарезать, смешать с вымытым и нарезанным зеленым луком. Добавить в фарш сметану, перец и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать и убрать на холод на 20 мин.

Фарш выложить на лепешки из теста, слепить чебуреки в форме полумесяца, защипнуть края.

Обжарить чебуреки в горячем топленом масле. Готовые чебуреки переложить на блюдо и посыпать измельченной зеленью укропа.

Чебуреки из телятины с чесноком

Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл воды, 5 г соли.

Для начинки: 500 г телятины, 150 г репчатого лука, 5 г измельченного чеснока, 100 мл кефира, 4 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 150 г сливочного масла.

Для подачи: 60 г зелени петрушки.

Приготовить тесто. Муку заварить подсоленной кипящей водой, замесить тесто. Оставить на 20 мин. для расстойки, разделить на лепешки.





Приготовить начинку. Телятину мелко нарезать, смешать с очищенным и нашинкованным репчатым луком. Добавить в фарш чеснок, кефир, молотый перец и соль. Все ингредиенты тщательно перемешать и убрать на холод на 20 мин.

Подготовленный фарш выложить на лепешки из теста, слепить чебуреки в форме полумесяца, плотно защипнув края.

Обжарить чебуреки в горячем сливочном масле до золотисто-коричневой корочки с обеих сторон.

Готовые чебуреки переложить на блюдо и посыпать промытой и измельченной зеленью петрушки. Подавать к столу горячими.

Чебуреки с бараниной, красным вином, гранатовым соком и имбирем

Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 мл воды, 5 г соли, 5 г сахара, 1 яичный желток, 50 мл растительного масла.

Для начинки: 500 г баранины, 150 г репчатого лука, 50 мл красного сухого вина, 50 г измельченного свежего имбиря, 100 мл гранатового сока, 4 г красного молотого перца, соль по вкусу.

Для приготовления: 150 г сливочного масла.

Замесить тесто. Смешать горячую воду с сахаром, солью и растительным маслом. Влить эту жидкость в муку, замесить тесто. Когда оно остынет, добавить яичный желток. Оставить тесто для расстойки на 40 мин., затем разделить на лепешки.

Приготовить фарш. Баранину промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, залить вином и гранатовым соком, добавить имбирь и очищенный, вымытый, нашинкованный репчатый лук. Все перемешать и тушить на медленном огне под крышкой в течение 20—25 мин.

Дать мясу остыть, затем размять его до состояния пюре и положить на 20 мин. в холодильник.

Фарш выложить на лепешки из теста, слепить чебуреки в форме полумесяца.





Обжаривать их с обеих сторон в разогретом сливочном масле до образования румяной корочки.

Перед подачей к столу переложить чебуреки на блюдо.

Чебуреки с говядиной, картофелем, морковью и болгарским перцем

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 120 мл воды,
1 яйцо, 5 г сахара, 50 мл растительного масла,
5 г соли.*

*Для начинки: 400 г отварной говядины,
100 г вареного картофеля, 60 г моркови,
100 г репчатого лука, 50 г корней сельдерея,
60 г болгарского перца, 5 горошин черного перца,
5 г натертого хрена, 80 г сметаны, соль по вкусу.*

Для приготовления: 120 г жира.

Замесить тесто. Для этого соль и сахар растворить в горячей воде, добавить растительное масло. Затем эту смесь влить в муку, замесить тесто, добавить яйцо и тщательно вымесить.

Оставить тесто на разделочном столе, прикрыв полотенцем, на 30 мин. Затем разделить на лепешки.

Приготовить фарш. Отварную говядину мелко нарубить, смешать с вареным картофелем, предварительно очищенным и размятым до состояния пюре.

Добавить в фарш очищенные, вымытые и мелко нарубленные репчатый лук и болгарский перец. Морковь и корни сельдерея очистить, вымыть, натереть на терке, слегка отжать и положить в фарш. Прибавить горошины черного перца, хрен, сметану и соль.

Все ингредиенты тщательно перемешать, положить в пакет и убрать в холодильник на 20 мин.

Фарш выложить на лепешки из теста, слепить чебуреки в форме полумесяца.

Жарить их в разогретом жире до готовности. Подавать к столу горячими.





Чебуреки с ветчиной, колбасой, сыром и помидорами

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 150 мл воды,
50 мл растительного масла, 1 яйцо, 5 г сахара, 5 г соли.*

*Для начинки: 200 г вареной ветчины, 100 г сырокопченой колбасы,
100 г тертого сыра, 200 г помидоров, 80 г репчатого лука,
3 г черного молотого перца, 60 мл белого сухого вина,
20 г топленого масла, соль по вкусу.*

Для приготовления: 200 мл растительного масла.

Замесить тесто. Смешать горячую воду с сахаром, солью и растительным маслом. Влить эту жидкость в муку, замесить тесто. Когда остынет, добавить яйцо, снова вымесить. Оставить для расстойки на 40 мин., разделить на лепешки.

Приготовить начинку. Вареную ветчину и сырокопченую колбасу мелко нарезать, смешать с тертым сыром. Лук очистить, нашинковать, обжарить в топленом масле, добавить мелко нарезанные помидоры, протушить ингредиенты вместе, посолить и поперчить. Когда остынет, соединить с фаршем, влить вино, перемешать. Фарш выложить на лепешки из теста. Слепить чебуреки и обжарить их в горячем растительном масле до румяной корочки с обеих сторон. Подавать к столу горячими на блюде.

Чебуреки с мясом гуся и яблоками

*Для теста: 500 г пшеничной муки, 200 мл теплого молока,
5 г соли.*

*Для начинки: 400 г филе гуся, 2 больших кислых яблока,
100 г репчатого лука, 70 г томатной пасты, 20 мл столового
уксуса, 50 мл белого вина, 10 мл лимонного сока,
3 г красного молотого перца, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.*

Для приготовления: 120 мл растительного масла.

Замесить тесто из муки, теплого молока и соли. Оставить его на 20 мин. для расстойки, затем разделить на круглые лепешки.





Чебуреки

Приготовить начинку. Филе гуся промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками, положить в глубокую сковороду, смазанную сливочным маслом (использовать половину). Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, обжарить в оставшемся сливочном масле, затем смешать с предварительно подготовленными и нарезанными небольшими кусочками яблоками, томатной пастой, уксусом, вином, лимонным соком, чесноком, молотым перцем и солью. Добавить смесь к мясу. Накрыть сковороду крышкой и тушить смесь в течение 15 мин. Затем дать ему остыть и размять до состояния пюре. Фарш выложить на лепешки из теста и обжарить их в горячем растительном масле.

Приятного Вам аппетита!

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
-----------------------	----------

ВАРЕНИКИ

Тесто для вареников яичное	6
Тесто для вареников простое	6
Тесто для вареников с творогом	6
Тесто для вареников заварное	7
Вареники с вишнями	7
Тесто для вареников с фруктами	8
Вареники с яблоками	8
Вареники с творогом старорусские	9
Вареники с черешней	9
Вареники с творогом	10
Вареники с картошкой и баклажанами	11
Вареники с картофелем и творогом	11
Вареники с картошкой и грибами	12
Вареники староукраинские	12
Вареники с картошкой и капустой	13
Вареники со сливами	13
Вареники с картофелем и шкварками	14
Вареники с квашеной капустой	14
Вареники с фасолью и грибами	15
Вареники из кукурузной муки	16
Вареники с гречневой кашей	16
Вареники с печенью и салом	17
Вареники с сушеными грибами и рисом	17
Вареники творожные из дрожжевого теста в горшочках	18
Вареники с творогом паровые	18
Вареники на пару	18
Ленивые вареники	19





Ленивые вареники с творогом.....	19
Ленивые вареники с петрушкой	20
Ленивые вареники с клубникой и базиликом	20
Ленивые вареники с манкой.....	21
Ленивые вареники с вишней.....	22
Вареники с черникой и шоколадом	22
Вареники с вишнями и черникой	23
Манчи (вареники) по-тувински.....	24
Картофельные вареники с мясом.....	24
Вареники с редькой	25
Вареники из сырой картошки	25
Вареники с рябиной и яблоками	26
Вареники с вишнями в сиропе.....	26
Вареники с брусникой и яблоками	27
Вареники с черносливом	27
Вареники со шпинатом.....	28
Швабские вареники	28
Галушки (ленивые вареники) из творога.....	29

КОТЛЕТЫ

Быстрые котлеты по-киевски.....	32
Котлеты «Пожарские».....	33
Куриные котлеты в соусе-гарнире	33
Котлеты «Тигрики»	34
Кукурузные котлеты с кабачком.....	34
Котлеты с начинкой из сыра и зелени	35
Котлеты из чечевицы.....	36
Гамбургер по-итальянски	36
Американские куриные котлеты.....	37
Котлеты «Пожарские» классические	37
Яичные котлеты.....	38
Котлеты с кускусом в беконе.....	38
Отбивные котлеты «Швейцарские»	39





Котлеты из судака с соусом.....	39
Свинные котлеты.....	40
Котлеты с кукурузой.....	40
Котлеты а-ля греческие	41
Запеченные котлеты из мяса с картофелем.....	41
Печеночные котлеты	42
Кабачково-мясные котлеты в томатном соусе.....	42
Котлеты из копченой рыбы с огуречным салатом.....	43
Котлеты «Летние»	44
Куриные котлеты с рисом.....	44
Котлеты с овсяными хлопьями	45
Котлеты по-киевски с сыром.....	45
Нежные котлеты по-донецки.....	46
Котлеты из лука-порея.....	47
Рыбные котлеты с морковкой	48
Котлеты «Каштан»	48
Легкие котлеты	49
Котлеты домашние, без панировки	49
Куриные котлеты с кунжутом и имбирем	50
Картофельные котлеты.....	50
«Мамины» котлеты.....	51
Фаршированные котлеты из печени в кунжутной панировке	51
Куриные паровые котлеты под соусом	52
Котлеты из гороха с мятным чатни.....	52
Котлеты «Морское изобилие»	53

БИТОЧКИ

Биточки с сыром под грибным соусом.....	54
Биточки картофельные.....	55
Биточки из сладкой картошки с тунцом	56
Фаршированные свиные биточки.....	56
Рыбные биточки по-тайски	57





Овощные биточки	58
Биточки по-казацки.....	58
Рыбные биточки.....	59
Биточки с рыбы с укропом.....	59
Картофельные биточки с сыром и зеленью.....	60
Биточки из креветок с жасминовым рисом	60
Рыбные биточки в кунжуте (без яйца)	61
Картофельные биточками с жареными яйцами.....	62
Морковно-рыбные биточки «гриль»	62
Рыбные биточки со спаржевой фасолью и соусом из сладкого перца	63
Куриные биточки и рис по-мексикански.....	63
Биточки, запеченные с овощами	64
Мясо в картофельной «шубе»	65
Биточки, запеченные с сыром и помидорами	65
Биточки а-ля чевапчичи	66
Биточки по-кенигсбергски.....	66
Биточки из свиной вырезки	67
Биточки картофельно-яблочные с хреном	67
Рисовые биточки с клубничным киселем	68
Гречневые биточки с грибами и другими вкусностями	68
Королевские биточки с сыром.....	70
Рисовые биточки со сладкой кукурузой и кинзой.....	71
Биточки с вешенками	71
Биточки из индюшиной печени.....	72
Вафельные биточки.....	72
Биточки из семги	73
Биточки по-кишиневски.....	73
Куриные биточки с ананасом	74
Биточки «Крабики»	74
Капустные биточки	75
Биточки «Оригинальные»	75
Биточки из семги и молодой картошки с луком и укропом	75
Биточки из рыбы с зеленью.....	76
Мясные биточки «Танго втроем»	76





Пшеничные биточки	77
Сочные куриные биточки	77
Ленивые биточки.....	78
Биточки из форели	78
Крбовые биточки с огуречным соусом.....	79

ЗРАЗЫ

Рыбные зразы с грибной начинкой	80
Зразы картофельные с грибами (1 вариант).....	81
Зразы картофельные с грибами (2 вариант).....	82
Зразы из гороха.....	82
Зразы картофельные	83
Зразы картофельные с мясом.....	83
Зразы картофельные оригинальные	84
Зразы с печеным картофелем	85
Пикантные картофельные зразы	85
Зразы с грибами.....	86
Зразы рисовые.....	86
Зразы картофельные с мидиями.....	87
Зразы манные с омлетом и морковью.....	87
Зразы рубленые	88
Зразы любительские	88
Литовские зразы	89
Зразы любительские	89
Зразы рубленые классические	90
Белорусские зразы	91
Зразы с перепелиными яйцами.....	91
Зразы из баклажанов.....	92

ГОЛУБЦЫ

Ленивые голубцы	93
Голубцы с пшеном.....	94





Голубцы простые	95
Голубцы «Рождественские»	96
Голубцы постные	96
Голубцы мясные	97
Литовские голубцы	98
Голубцы по-польски	98
Грибные голубцы	99
Голубцы в тесте	99
Закусочные голубцы	100
Квашенные острые голубцы	100
Голубцы любительские	100
Голубцы «Ленивые» в сметанно-томатном соусе	101
Голубцы домашние в горшочках	102
Голубцы с морковкой маринованные	102
«Ежики» в капусте	103
Постные голубцы	103
Рыбные голубцы	104
Голубцы с пшеном простые	105
Голубцы из листьев салата	105
Китайские голубцы	106
Овощные голубцы	107
Голубцы в пароварке	107
Голубцы по старинному рецепту	108
Ленивые голубцы в духовке	108
Голубцы в перце	109
Голубцы гуцульские	110
Голубцы с креветками в листьях салата и морской капусте	110

ДОЛМА

Долма из перца	112
Долма из виноградных листьев	113
Долма аппетитная	114





Долма из баклажан, перца и помидоров	114
Толма армянская.....	115
Долма из яблок.....	116

ПЕЛЬМЕНИ

Классическое тесто для пельменей.....	117
Тесто из пшеничной муки для пельменей на пару	118
Яичное тесто для пельменей	118
Тесто из рисовой муки для пельменей на пару.....	119
Сложное тесто для пельменей.....	119
Заварное тесто для пельменей.....	119
Дрожжевое тесто для пельменей.....	119
Китайские вонтоны.....	120
Китайские пельмени с мясом и китайской капустой.....	121
Китайские пельмени цзяо-цзы.....	122
Китайские пельмени с куриным фаршем.....	123
Пельмени с рыбным фаршем	123
Пельмени с мясом, сыром, сметаной и специями.....	124
Пельмени с баклажанами и свининой	125
Пельмени с огурцами, креветками и трепангами.....	125
Пельмени с грибами и луком.....	126
Русские пельмени с топленым маслом	127
Пельмени с морским окунем, сыром, сметаной и зеленью	127
Пельмени по-московски	128
Пельмени по-домашнему	129
Жареные пельмени с начинкой из мяса и овощей.....	130
Мясные пельмени с крапивой и зеленью укропа и петрушки.....	131
Пельмени с мясом, чесноком и морковью	132
Готовые пельмени в омлете с маслом и зеленью	132
Пельмени из дрожжевого теста с мясом и чечевицей	133
Пельмени с мясом, бульоном и зеленью.....	134





Пельмени с сухеными грибами, яйцами и зеленью.....	135
Пельмени из картофельного теста со шпиком и луком	136
Мясные пельмени со свеклой, луком и зеленью.....	136
Пельмени с бараниной, курдючным салом, соевым соусом и зеленью	137
Пельмени в горшочке со сметаной и маслом по-деревенски	138
Жареные пельмени с бараниной и зеленью	138
Пельмени с пресным творогом, сыром, кедровыми орешками и майораном.....	139
Пельмени с грибами, рисом и маслом	140
Пельмени с шампиньонами, горохом и луком	141
Пельмени с судаком, луком и рыбным бульоном	142
Пельмени с капустой и редькой.....	142
Пельмени с начинкой из смешанного мяса и жареной капусты	143
Пельмени со щукой	144
Пельмени с белыми грибами, ветчиной и луком	144
Пельмени с мясом курицы.....	145
Пельмени с фаршем из трески и лука.....	146
Пельмени с луком и семгой	146
Пельмени в томатном соусе	147
Пельмени со щавелем.....	147
Пельмени с мясом, запеченные в белом соусе с луком	148
Пельмени с солеными грибами и луком под сметаной.....	149
Пельмени с говяжьей печенью и луком	149
Пельмени, запеченные в томатном соусе с сыром.....	150
Старорусские пельмени кундюмы	150
Дагестанские пельмени с крапивой.....	151
Дюшбера — азербайджанские пельмени с мясом, мятой и луком	152
Дюшбера с мясом, салом, специями и бульоном	153
Курзе — азербайджанские пельмени	154
Борани — армянские пельмени	155
Мантапур — армянские пельмени с костным бульоном	156





Тухум-барак — таджикские пельмени с начинкой из лука и яиц	157
Тухум-барак с яйцом и щавелем.....	157
Пельмени по-таджикски	158
Чучвара — мелкие узбекские пельмени.....	159
Барак-чучвара — узбекские пельмени.....	160
Цемор — мордовские пельмени с мясом.....	160
Берг — калмыцкие пельмени.....	161
Берг с говядиной и бараниной	162
Пельмени с сыром по-аджарски	162
Равиоли — итальянские пельмени из мяса курицы с болгарским перцем и картофелем.....	163
Грибные пельмени по-марийски	164
Дальневосточные пельмени	165
Дальневосточные пельмени с креветками	165
Пельмени с мидиями.....	166
Тортеллини — итальянские пельмени с ветчиной.....	167
Плацынды — молдавские пельмени с творогом.....	168

МАНТЫ

Манты по-узбекски	171
Манты по-башкирски	174
Манты с картофелем.....	175
Манты в духовке	175
Манты с тыквой по-узбекски.....	176
Манты с капустой	177
Манты по-казахски	177
Классические узбекские манты с бараниной и курдючным салом	178
Узбекские манты с мясным бульоном и зеленью	179
Манты с творогом	180
Манты из кислого теста	180
Манты жареные (вариант к рецепту мант из кислого теста)	181





Манты рыбные огурджалинские.....	181
Манты по-русски.....	182
Манты с семгой, грибами и укропом.....	182
Манты с бараниной, тыквой и черемшой.....	183
Манты разноцветные.....	184
Манты с картошкой и грибами.....	184
Манты с бараниной, тыквой и морковью.....	185
Узбекские манты со сметаной и чесноком.....	186
Манты с бараниной и тыквой на пару.....	186
Манты с говядиной, свининой, бараниной и луком.....	187
Хушан — таджикские манты с кайлой.....	188
Манты с говядиной и тыквой.....	189
Балык берек — туркменские манты с филе трески.....	190
Манты с говядиной и сырым салом.....	191
Манты с кониной, салом и луком.....	191
Манты с филе судака.....	192
Манты со свининой и мясом курицы.....	193
Манты с мясом курицы, салом и рисом.....	193
Манты с морским окунем, луком и рисом.....	194
Манты с мясом курицы, зеленым горошком, морковью и чесноком.....	195
Манты по-казахски из мякоти тыквы с сахаром и сметаной.....	196
Узбекские манты с катыком и зеленью.....	196
Узбекские манты с верблюжатиной, бульоном, сметаной и зеленью.....	197
Манты с верблюжатиной и тыквой.....	198
Манты с кониной, морковью и тыквой.....	199
Манты с мясом курицы, зеленым горошком, морковью и чесноком.....	200

ХИНКАЛИ

Хинкали классические.....	201
Хинкали по-грузински.....	202





Хинкали с белыми грибами	203
Хинкали с мясом или сыром	203
Хинкали с сыром.....	204
Хинкали под соусом ткемали.....	204
Хинкали с бараниной и свиной, жареным луком и зеленью.....	205
Хинкали со смешанным фаршем, зеленью и под соусом сацебели.....	206
Хинкали сочные по-домашнему.....	207
Хинкали со смешанным фаршем и соусом сациви.....	208
Хинкали со свиной и говядиной	209
Хинкали дагестанские.....	210
Хинкал тонкий на бульоне с мясом.....	211
Хинкал аварский с мясом	212

БЕЛЯШИ

Перемечи — классические беляши.....	215
Беляши по-уральски	216
Беляши по-сибирски с чесноком.....	216
Вак-белиш — беляши по-башкирски с мясом и картофелем.....	217
Шурпалы-белиш — беляши по-башкирски.....	218
Беляши с сыром и яйцом по-абхазски.....	219
Беляши с начинкой из мяса утки.....	219
Беляши по-казахски	220
Беляши с мясом и сыром по-арабски	221
Беляши с телятиной	222
Беляши с телятиной и грибами.....	222
Эчпочмак — татарские беляши	223
Беляши с ливером.....	224
Беляши с мясом курицы.....	225
Беляши с мясом и капустой	225
Беляши с мясом, вареными яйцами и зеленым луком.....	226





Беляши с помидорами, болгарским перцем, брынзой и чесноком.....	227
Беляши с грибами и картофелем	228
Беляши с творогом, изюмом и сметаной.....	228

ЧЕБУРЕКИ

Классические чебуреки.....	231
Чебуреки с мясом и сыром	232
Чебуреки с мясом и грибами	233
Чебуреки с мясом утки	234
Чебуреки с мясом, грибами и рисом.....	234
Чебуреки с мясом индейки.....	235
Крымские чебуреки из смешанного фарша с базиликом.....	236
Чебуреки с мясом кролика и зеленым луком	237
Чебуреки из телятины с чесноком	237
Чебуреки с бараниной, красным вином, гранатовым соком и имбирем.....	238
Чебуреки с говядиной, картофелем, морковью и болгарским перцем	239
Чебуреки с ветчиной, колбасой, сыром и помидорами.....	240
Чебуреки с мясом гуся и яблоками.....	240

Практичне видання
Серія «Корисна книга»
ВАСИЛЬЄВА Ярослава Василівна
Фаршировані страви і страви з фаршу
Котлети. Биточки. Зрази. Голубці. Долма. Манти. Хінкалі
(Російською мовою)

Випускаючий редактор *Кратенко Л. О.*

Художній редактор *Кандиба О. С.*

Дизайн і верстка *Шевченко О. В.*

Коректор *Охріменко Н. Ф.*

Дизайн обкладинки *Кочка О. В.*

Підписано до друку 19.11.2012 р. Формат 84х108/32. Гарнітура Myriad Pro.

Друк офсетний. Ум. друк. арк. 13,44.

Наклад 4400 прим. Зам. № 2-1535.

Видано за ліцензією ТОВ «Видавництво «Аргумент Принт»»

Свідоцтво ДК 3771 від 28.04.2010.

Придбати книжки за видавничими цінами та подивитися детальну інформацію про інші видання можна на сайтах www.knigap.com, www.argprint.com.ua.

Замовити книгу можна листом:

поштова адреса: 61005, м. Харків, пл. Повстання 7/8.

e-mail: knigap@ukr.net

З питань оптових поставок звертатися:

тел: (057) 7-149-173, 7-149-358, 7-149-386.

Поштова адреса: 61005, м. Харків, пл. Повстання 7/8.

e-mail: zakaz@argprint.com.ua

<http://www.argprint.com.ua>

<http://www.knigap.com>

Віддруковано у ПРАТ «Харківська книжкова фабрика «Глобус»»

61012, м. Харків, вул. Енгельса, 11. Свідоцтво ДК № 3985 от 22.02.2011 р.

www.globus-book.com

Васильєва Я. В.

В 19 Фаршировані страви і страви з фаршу. Котлети. Биточки. Зрази. Голубці. Долма. Манти. Хінкалі. — Х.: Аргумент Принт, 2013. — 256 с. — (Корисна книга).

ISBN 978-617-594-498-1

ISBN 978-617-594-265-9 (серія)

Фаршировані страви по праву займають почесне місце на святковому й повсякденному столі. У нашій книзі Ви знайдете рецепти котлет і голубців, вареників і хінкалі, биточків та зраз, пельменів і мантив, біляшів і чебуреків з різними начинками. Готуйте, експериментуйте, і приготовані Вами фаршировані страви стануть смачною прикрасою будь-якого столу.

УДК 641.5

ББК 36.997

Серия «Полезная книга»

В серии «Полезная книга» собраны незаменимые практические пособия по медицине, кулинарии, домоводству, садоводству и многое другое. С помощью этих книг Вы сможете укрепить здоровье, приготовить самое восхитительное лакомство, украсить свой дом поделками, изготовленными собственными руками, разбить великолепный дачный участок. Читайте и получайте дельные советы от специалистов!

В серию вошли книги:

- Готовим для малышей. Детское питание от рождения до 6 лет
- Готовим по-домашнему. Завтраки. Обеды. Ужины
- Домашняя выпечка. Тарты, пирожные, кексы, рулеты...
- Секреты домашнего копчения
- Книга для записей кулинарных рецептов. Лучшие блюда для всей семьи
- Витаминные заготовки. 600 рецептов домашнего консервирования
- Шторы, гардины, жалюзи, ламбрекены своими руками
- Электричество, отопление, водоснабжение, канализация
- Хиромантия. Предсказание и изменение судьбы
- Чудотворные иконы и почитаемые образы



Формат: 132x205 мм. Объем: 256 с. Язык: русский.
<http://www.argprint.com.ua>, <http://www.knigap.com>

Серия «Полезная книга»

Мясной фарш — замечательное
кулинарное изобретение.

Готовится он легко из любого вида мяса:
птицы, говядины, баранины, свинины.

Блюда из фарша просты в приготовлении.

Закуски, праздничные блюда, заготовки и
полуфабрикаты — все блюда из мясного
фарша получатся сытными и

аппетитными. Фарш отлично сочетается с
овощами, крупами, бобовыми и

другими продуктами. В этой книге собраны
лучшие рецепты фаршированных
блюд и блюд из фарша.

ISBN 978-617-594-498-1



9 786175 944981

Интернет-магазин

www.knigap.com