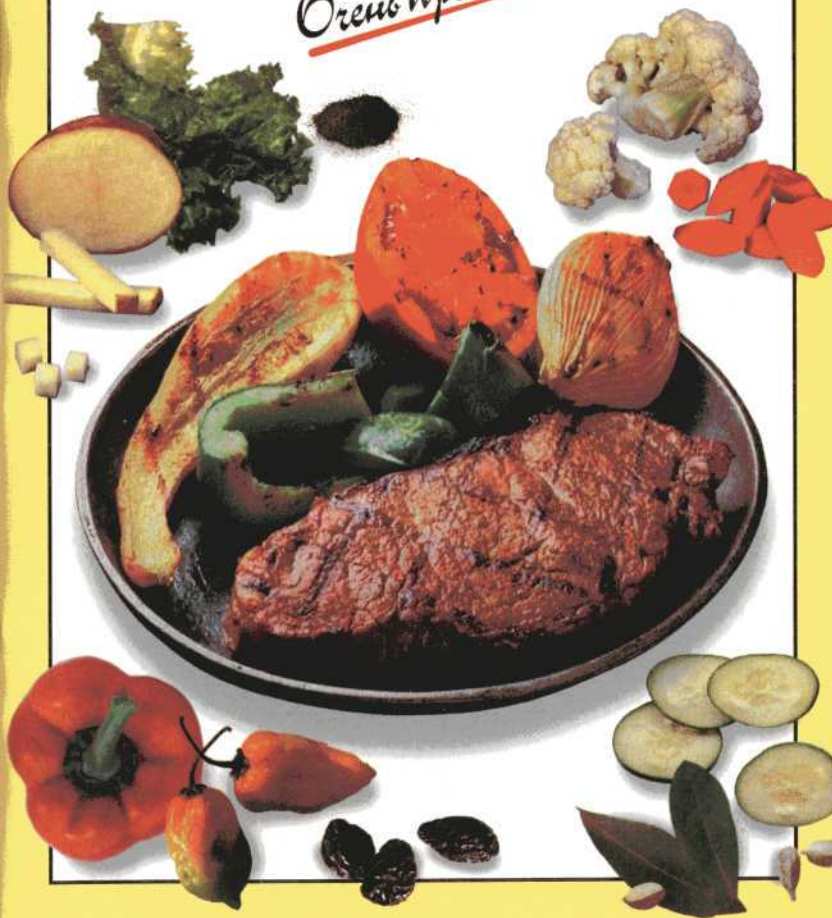


# БЛЮДА ИЗ ГОВЯДИНЫ

Очень просто!



ББК 36.992  
Б71

Составитель *Г. С. Выдревич*

**Б 71**      **Блюда** из говядины / Сост. Г. С. Выдревич. — М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2007. - 64 с.

Любое мясо, в том числе и говядина, — это один из важнейших продуктов питания. Блюда из говядины несложно готовить, они прекрасно сочетаются с самыми разными гарнирами из овощей, круп, макаронных изделий.

В этой книге собраны самые интересные рецепты приготовления холодных и горячих блюд из говядины — от вполне традиционных бифштексов до экзотических блюд из индонезийской кухни.

© «Терция», составление, 2002

© «Терция», оформление, 2002

© ООО «Издательство «Эксмо», 2007

ISBN 5-699-00772-5

**www.mirknig.com**

## Предисловие

Мясо — один из главных пищевых продуктов в нашем рационе. Это объясняется прежде всего тем, что в нем содержится полноценный животный белок и жир. Кроме того, в мясе много экстрактивных веществ, которые служат возбудителями выделения пищеварительных соков, способствующих тому, что пища лучше усваивается. В мясе много фосфора, железа, микроэлементов. Богато оно и витаминами группы В.

Приготавливая блюда из мяса, надо помнить, что при тепловой обработке его вес уменьшается. При варке, например, из 1 кг сырого мяса получается около 600 г вареного. Вместе с водой из мяса выделяются экстрактивные вещества, минеральные соли, витамины. Они сосредоточиваются в бульоне, а жир собирается на его поверхности. Пищевая ценность мяса при варке практически не уменьшается, так как белки сохраняются почти полностью.

При жарке мясо также теряет влагу, которая выделяется в виде пара. Поэтому большая часть экстрактивных веществ остается в мясе. Благодаря этому жареное мясо имеет особый вкус и аромат. Ужаривается мясо примерно на 35–38%, а значит, из 1 кг сырого мяса получается 620–650 г жареного.

Чтобы приготовить вкусное блюдо из говядины, важно правильно выбрать ту или иную часть туши.

*Шейная часть* — это мясо с грубыми волокнами, пленками и жиром. Из нее получают хорошие отвары и бульоны, неплохой фарш и гуляш. Это мясо можно также солить.



*Загривок* — также жесткое мясо с грубыми волокнами и пленками. Его хорошо варить, так как оно дает крепкие, насыщенные бульоны. Годится для фарша.

*Крестцовая часть* — мышцы вдоль позвоночника с толстыми пленками и жиром. Такое мясо можно варить и тушить. Из него получается и хорошее жаркое.

*Спинная часть* похожа на крестцовую, однако это мясо более сочное, из него делают антрекоты. Годится и для бульонов, и для тушения, и для жарки, особенно мясо молодых животных.

*Лопатка* — это неоднородная мышечная ткань. Ее наружная часть грубоволокнистая, внутренняя — мелковолоконистая, сочная. Очень хороша для приготовления гуляша, зраз, рулетов, жаркого.

Из *голяшки*, в которой много пленок и сухожилий, приготавливают бульоны, гуляш, фарш.

В *грудинке* много пленок и жира. Из нее выходят превосходные, очень красивые бульоны. Мясо грудинки нежное, поэтому его хорошо жарить и тушить.

*Реберная часть* — это тонкие слои мяса вокруг ребер, проросшие пленками и жиром. Из ребер получается очень хороший бульон.

*Вырезка* — это мышечная ткань вдоль позвоночника с внутренней стороны. Она нежная и сочная. Из вырезки готовят бифштексы, филе, зразы, бефстроганов.

*Пояснично-спинная часть* — цилиндрическая мышца вдоль позвоночника. Из этой части приготавливают ростбифы и ромштексы.

*Пашина* — тонкие слои мышечной ткани с пленками и жиром. Пашину отваривают. Используют и бульон, и мясо.

*Тазобедренная часть*, в свою очередь, подразделяется на несколько частей. Из части, покрытой снаружи толстой пленкой и жиром, приготавливают солонину. Из внешней части получают хорошее жаркое и зразы.

**4** Отборные куски идут на приготовление тушеного



мяса, жаркого, бифштексов, бефстроганова, ромштексов. Внутренняя часть подходит для рулетов и тушеных блюд.

Из *хвостов* хорошо варить бульоны, готовить рагу с костью. Мягкое и чуть сладковатое мясо хвостов годится и для студней.

Покупая говядину, как, собственно, и любое другое мясо, надо помнить, что это скоропортящийся продукт. Так как оно содержит белки и воду, на нем быстро развиваются бактерии. Первыми признаками того, что мясо несвежее, служат скользкая поверхность и неприятный запах. Мясо сначала светлеет, а затем приобретает зеленоватый оттенок. В холодильнике его можно хранить не более двух суток, в морозильной камере при температуре от 8 до 15° С – не более двух недель.

Если вы приобретаете замороженное мясо, перед приготовлением его надо разморозить. Очень важно, чтобы этот процесс был медленным. Быстро размороженное мясо теряет сок и становится сухим и жестким. И еще один существенный момент: размороженное мясо нельзя хранить, его нужно сразу же готовить.

Мыть мясо следует большими кусками в проточной воде. Так оно сохранит больше питательных веществ.

Удаляя кости, надо придерживаться естественного направления и разделения мышечных волокон, стараясь резать в тех местах, где мышца самая тонкая, чтобы как можно меньше повредить ее. Удалять сухожилия, пленки и жир нужно только в том случае, если мясо предназначено для жарки. У кусков, предназначенных для тушения и запекания, пленки снимают только с поверхности.

Разрезая мясо на порционные куски, надо следить за тем, чтобы разрез шел поперек волокон. В этом случае мясо легко отбивается и формуется, а в готовом виде получается мягким и сочным.

Мясо, подготовленное для жарки, тушения и запекания, надо солить непосредственно перед тепловой



обработкой, ибо соль ускоряет выделение сока. Это же относится и к панированию в муке или сухарях: панировка впитывает сок, и блюдо получается сухим и жестким.

Мясо, предназначенное для варки, надо сначала вымыть, затем нарезать на куски, не удаляя при этом кости, пленки и сухожилия. Подготовленное мясо опускают в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения, уменьшают огонь и варят до готовности. Бульон не должен сильно кипеть. Продолжительность варки зависит от сорта мяса, размера куска и может составлять от 1 до 2,5 часов. В конце варки можно добавить коренья, что улучшит вкус и бульона, и мяса.

Для жарки используют мясо с небольшим количеством сухожилий. Нарезав мясо на порционные куски, его кладут на горячую сковороду с тефлоновым покрытием или опускают в кипящее масло. Чтобы мясо сохранило сочность и было мягким, его лучше доводить до готовности на слабом огне или в духовке.

Тушение состоит из двух процессов: обжаривания и варки в небольшом количестве воды под крышкой. Подготовленное мясо обжаривают в горячем жире, затем выкладывают в толстостенную посуду, заливают водой или бульоном и тушат на слабом огне. Если тот или иной рецепт предусматривает добавление масла или жира, их кладут в самом конце приготовления или в уже готовое блюдо. Тушить можно любое мясо.

Для запекания используют мясо очень высокого качества, желательно мясо молодых животных. Обычно запекают большие куски — не меньше 1 кг. Длится этот процесс 1–2 часов, иногда и более. Все зависит от размера куска, сорта и вида мяса. В процессе приготовления мясо нужно время от времени сбрызгивать водой или мясным соком, чтобы оно не пересохло. Для запекания можно использовать алюминиевую фольгу или пергамент, смазанный маслом.

Мясо, приготовленное в фольге, отличается особенной сочностью.

## ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА



### Говядина заливная

*600 г говядины, 25 г желатина, 2–3 стакана бульона, 2–3 яйца, 1 морковь, зелень петрушки и эстрагона, 2 ст. ложки тертого хрена, 200 г сметаны, соль.*

Мякоть говядины отварить в подсоленной воде, охладить, нарезать на порционные куски. Желатин залить холодной водой и, когда он набухнет, растворить в 2–3 стаканах горячего бульона. В порционные формы налить немного бульона с желатином, дать ему слегка застыть, выложить на желе куски говядины, украсить их кружками вареных яиц и вареной моркови, зеленью. Сверху залить бульоном с желатином, поставить на холод. Хрен смешать со сметаной и получившийся соус подать к готовому блюду.



### Говядина холодная по-домашнему

*500 г говяжьего фарша, 100 г вареного языка или вареной колбасы, 1 сырое яйцо, 2 вареных яйца, 10 г тертого сыра, 150 г маринованных огурцов, 1 л бульона с разведенным в нем желатином, мясной бульон, мякиш пшеничного хлеба, черный молотый перец, соль.*



Мясной фарш соединить с сырым яйцом, мякишем хлеба, вымоченным в молоке и отжатым, тертым сыром, солью и черным молотым перцем и тщательно перемешать.

Смесь раскатать на влажной ткани в форме прямоугольника толщиной около 1 см. Выложить на него язык или колбасу, нарезанные полосками, на середину – разрезанные на 4 дольки сваренные вкрутую яйца, по краям – два ряда огурцов, нарезанных кружками, свернуть в рулет, завернуть в ткань, зашить по краям ниткой и опустить в кипящий бульон. Кипятить 1 час на среднем огне, затем остудить, освободить от нитки и ткани, охладить, нарезать ломтиками.

В глубокое блюдо налить бульон с желатином слоем около 1 см. Когда он затвердеет, выложить сверху ломтики рулета, после чего залить оставшимся бульоном и поставить в холодильник.



### Говядина холодная со сборным салатом

*1 кг говядины одним куском, зелень, соль.*

*Для салата: 10 клубней картофеля, 2 свеклы, 200 г бобов, 3 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки уксуса, черный или красный молотый перец, соль.*

Говядину промыть, очистить от пленок и сварить целиком в подсоленной воде. С готового мяса удалить жир, нарезать говядину порционными кусками, посолить и поперчить, сложить куски на блюдо, сверху посыпать рубленой зеленью и обложить кругом сборным салатом.

Для салата сварить в соленой воде отдельно друг от друга картофель, свеклу, бобы. Остудить, очистить





чашку, добавить бобы, все перемешать, положить немного рубленой зелени, по вкусу — соли, перца, влить оливковое масло и уксус. Все снова тщательно перемешать.



### Мясная закуска

*Для основы: 1–2 стакана муки, 200 г творога, 200 г маргарина, соль.*

*Для начинки: 500 г мясного фарша, 2 луковицы, 1 морковь, 150 г тертого сыра, чеснок по вкусу, растительное масло, 1 стакан мясного бульона из кубиков, 1 щепотка тмина, черный молотый перец, соль.*

Для основы закуски из муки, творога и маргарина замесить тесто и поставить его на 1 час в холодильник. За это время подготовить начинку: лук мелко порубить, морковь натереть на средней терке.

Разогреть в кастрюле жир и положить морковь и лук. Тушить, пока не спассеруется лук (следить, чтобы он не зарумянился), добавить мясо и подрумянить, увеличив огонь. Чеснок измельчить, положить в мясо. Добавить соль, перец, тмин, бульон и, помешивая, варить еще 5 мин на среднем огне. Снять с огня.

Форму для выпечки хорошо смазать маргарином, посыпать мукой. Из  $\frac{2}{3}$  теста раскатать лепешку толщиной около 0,5 см и положить ее на дно формы, подняв края примерно на 3 см.

Выложить начинку, равномерно распределить ее и посыпать тертым сыром. Из оставшегося теста сделать тонкие валики и уложить их по поверхности начинки в виде решетки. Смазать яйцом. Готовить 35 мин в прогретой до 220° С духовке, пока изделие не приобретет



темно-золотистый оттенок. Вынуть из духовки и охладить.



### Окрошка мясная по-русски

*350 г отварной говядины, 650 мл хлебного кваса, 75 г зеленого лука, 2 небольших свежих огурца, 100 г сметаны, 3 яйца, сахар, горчица, укроп, соль.*

Огурцы и говядину нарезать мелкими кубиками. Зеленый лук нашинковать и деревянным пестиком растереть с небольшим количеством соли до появления сока. Белки яиц, сваренных вкрутую, мелко нарубить, желтки растереть с горчицей, солью и сахаром. Добавить сметану и измельченный укроп. Все ингредиенты тщательно перемешать и развести квасом.



### Паштет из говяжьей печени

*200 г говяжьей печени, 100 г копченого или свежего шпика, 100 г сливочного масла, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 бутон гвоздики, 0,5 ч. ложки сахара, 0,5 стакана раствора кипяченой воды с винным уксусом (в соотношении 3 : 1) или лимонного сока, черный молотый перец и соль.*

Печень промыть, удалить пленки, разрезать на четыре части. Шпик нарезать на маленькие кусочки. Печень и шпик залить небольшим количеством воды, добавить корень петрушки, лук, морковь, гвоздику, соль и потушить.

Остудить. Когда все продукты остынут, трижды



сок или раствор винного уксуса с водой (нужно следить, чтобы паштет не получился жидким), добавить сахар и немного прогреть на сковороде.

В теплый паштет замесить взбитое масло. Паштет должен быть ровным, пышным, без комков.



### Паштет печеночный

*300 г говяжьей печени, 1 небольшая луковица, 1 яйцо, 1 морковь, 60 г шпика, 50 г сливочного масла, 0,5 стакана молока или бульона, черный или красный молотый перец, соль.*

Лук и морковь мелко нашинковать, поджарить со шпиком до полуготовности, добавить нарезанную кусочками печень, перец, соль, довести до готовности и дважды пропустить через мясорубку с частой решеткой. Подготовленную массу тщательно вымесить со сливочным маслом, молоком и бульоном, украсить розетками из масла и кружками яйца, сваренного вкрутую. Вместо сливочного масла можно использовать птичий жир.



### Французский паштет из говяжьей печени по-домашнему

*1 кг говяжьей печени, 250 г копченой свиной грудинки, 3 дольки чеснока, 1 небольшая луковица, 40 г сала, 80 мл коньяка, черный молотый перец, соль.*

Печень, свиную грудинку, чеснок и лук варить до тех пор, пока печень не станет розовой на срезе.



Затем все продукты пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, коньяк и растереть. Получившуюся массу положить в форму, накрыть ломтиками сала, закрыть промасленной бумагой. Форму поставить на глубокий противень с горячей водой и поместить в горячую духовку на 1,5 ч. Охладить паштет в форме, затем выложить на блюдо и нарезать тонкими ломтиками.



### **Якнине (паштет по-литовски)**

*300 г говяжьей печени, 30 г сливочного масла, 1 небольшая луковица, 20 мл сухого вина, 30 г сала, черный молотый перец, соль.*

Печень ошпарить, нарезать на куски, потушить с жареным луком, пропустить через мясорубку, добавить масло, соль, перец, вино и взбить. Нарезанное кубиками сало и печеночную массу перемешать и проварить на водяной бане до готовности. Готовый паштет охладить.



### **Печень по-гомельски**

*600 г говяжьей печени, 150 г сала, 2 моркови, 2 луковицы, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 3 ст. ложки растительного масла, бульон, черный молотый перец, соль.*

Печень нарезать пластиками толщиной 1,5 см, на каждый пласт положить кусочек сала толщиной 0,5 см, на него — слой пассерованного репчатого лука, посыпать



солью и перцем. Сформовать рулеты, перевязать ниткой и на 1–2 мин опустить в кипящее растительное масло до образования румяной корочки. Вынуть из масла и потушить в небольшом количестве бульона с кореньями. Готовое блюдо охладить и нарезать тонкими кольцами.



### **Рулетики по-лугански**

*500 г говядины, 200 г свинины, 3 яйца, 1 морковь, молоко, картофельный крахмал, 10–15 г желатина, черный молотый перец, соль.*

Мясо пропустить через мясорубку, добавить немного картофельного крахмала и воды, посолить, поперчить, тщательно вымесить. Подготовленный фарш разложить ровным слоем на мокрой марле. Из яиц и молока приготовить омлет. Морковь отварить, очистить и натереть на крупной терке. На середину мясного пласта выложить омлет, сверху — вареную морковь. Сформовать рулет и отварить его в небольшом количестве воды. Рулет вынуть, охладить, снять марлю. В бульон добавить набухший желатин, довести до кипения и немного остудить. Готовый рулет нарезать на куски, залить смесью бульона и желатина и поставить на холод.



### **Студень говяжий**

*500 г путового сустава, 2 говяжьи ножки, 600 г говядины (подбедерка), 2 небольшие моркови, 1 луко-*



*вища, 1 головка чеснока, лавровый лист, черный перец горошком, соль.*

Путовый сустав и ножки замочить в холодной воде на 1 час, после чего тщательно промыть. Мясо вымыть. Сустав и ножки порубить на куски, добавить мясо и залить холодной водой (на 1 кг продуктов — 2 л воды). Поставить на слабый огонь и варить в течение 6–7 часов, время от времени снимая жир и пену. Примерно за 1 час до конца приготовления положить луковицу и морковь, а за 30 мин — бульон посолить, добавить черный перец и лавровый лист. Снять кастрюлю с огня, отделить мякоть от костей и мелко порубить или пропустить через мясорубку с крупной решеткой. Бульон процедить. Мясную массу положить в бульон, прокипятить 20–25 мин, после чего добавить растертый чеснок. Разлить студень по формам и охладить.



### **Студень из ножек и хвостов**

*2 говяжьи ножки, 1 кг говяжьих хвостов, 2 моркови, 3 дольки чеснока, 2 луковицы, 2 яйца, 1 корень петрушки, лавровый лист, черный перец горошком, соль.*

Ножки очистить, промыть, залить холодной водой, добавить хвосты и варить на слабом огне 6–8 часов, снимая пену. Сваренное мясо вынуть из бульона и отделить от костей. Кости положить в бульон, добавить морковь, корень петрушки, лук, чеснок, лавровый лист, перец, соль и варить еще примерно 1 час. Затем снять жир, бульон процедить и дать ему отстояться. Снятое с костей мясо и вареные овощи мелко нарезать или пропустить через мясорубку, часть моркови нарезать кружочками.



Все продукты положить в процеженный бульон, довести до кипения, потом разлить в формы и охладить.

Если студень нужно украсить, на дно формы налить бульон на 1–2 см и дать ему застыть, положить на желе кружочки вареных яиц и моркови, залить бульоном и снова охладить. После этого налить еще бульон с мясом и вновь охладить. Когда студень застынет, форму опустить на несколько секунд в горячую воду, перевернуть и выложить студень на мелкую тарелку.



### **Холодные говяжьи ребрышки по-английски**

*1 кг говяжьих ребрышек, 200 г корнишонов, 100 г маринованного репчатого лука, зелень, черный молотый перец, соль.*

С ребрышек снять излишек жира, удалить сухожилия. Подготовленные ребрышки промыть, посолить, слегка поперчить, перевязать ниткой, сложить в толстостенную посуду и жарить в духовке 10–12 мин, пока мясо не потеряет на срезе красноватый оттенок. Затем мясо охладить и нарезать очень тонкими ломтиками. Подавать с корнишонами, маринованным луком и зеленью.



### **Шарики из говядины в желе**

*400 г говядины, 100 г белого хлеба, 1 яйцо, 1 морковь, 1 стакан зеленого горошка, 0,5 луковицы, 2 стакана бульона, 4 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки молока,*



*1 ч. ложка крахмала, 20 г желатина, зелень, листья салата, редис для украшения, черный молотый перец, соль.*

Мясо, размоченный хлеб и лук пропустить через мясорубку, добавить яйцо, соль, перец. Все тщательно перемешать. Из фарша сформовать небольшие шарики и тушить их в бульоне. Морковь отварить, нарезать кружками. Готовые шарики вынуть из бульона и охладить. Бульон смешать с набухшим желатином. Сложить в формочки мясные шарики и морковные кружки, залить бульоном с желатином и поставить на холод. Когда желе застынет, украсить зеленью.

Шарики из говядины можно не тушить, а жарить во фритюре, после чего их нужно остудить и залить желе с зеленым горошком. Готовое заливное выложить на мелкую круглую тарелку, покрытую листьями салата, украсить редисом.



### Язык заливной

*1 кг языка, 20–25 г желатина, 2,5–3 стакана воды, 2 яйца, несколько веточек петрушки, 1 корень петрушки, 1 луковица, соль.*

Язык сварить с корнем петрушки и на несколько минут положить в холодную воду. Начиная с тонкого конца, снять кожу. Очищенный язык положить в бульон, в котором он варился, и охладить. На этом же бульоне приготовить желе, для чего смешать бульон и набухший желатин, довести смесь до кипения и немного остудить.

Охлажденный язык нарезать тонкими ломтиками, выложить их в форму, украсить кружками из яйца,





сваренного вкрутую, и веточками петрушки, после чего в несколько приемов залить полужидким желе и поставить в холодное место.



### Язык отварной

*500 г языка, 1 луковица, 1 корень петрушки, 30 г сливочного масла, черный перец горошком, лавровый лист, соль.*

Языки вымыть, залить горячей водой, добавить нарезанный корень петрушки, лук, соль, лавровый лист, перец горошком и варить до готовности. Отваренные языки погрузить в холодную воду на 5–10 мин и, не давая им сильно остыть, снять кожу. Нарезать языки ломтями и полить растопленным сливочным маслом. Охладить. В качестве гарнира можно подать картофель, зеленый горошек, различные соусы.

# ГОРЯЧИЕ БЛЮДА



## Антрекот с пивным соусом

500 г межреберной (котлетной) части говядины, жир для жарки, черный молотый перец, соль.

Для соуса: 75 г сливочного масла, 0,5 стакана мясного бульона, 3 ст. ложки муки, 1 стакан светлого пива, 4 ст. ложки сливок, 2 яичных желтка, 1 лимон, корица (порошок), сахар, соль.

Мясо промыть, нарезать на порционные куски, отбить, посолить и поперчить, выдержать 30 мин, а потом как следует прожарить с двух сторон. Муку обжарить в масле, добавить пиво и бульон, довести до кипения и сразу снять с огня. Желтки взбить со сливками, добавить сок лимона, корицу, сахар и соль по вкусу. Эту массу соединить со смесью пива, бульона и муки и тщательно перемешать. Антрекоты подавать, полив их соусом.



## Антрекот в красном вине

800 г межреберной (котлетной) части говядины, 500 мл сухого красного вина, 4 ст. ложки сливок, 50 г сливочного масла или маргарина, 4–5 небольших луковиц,

2–2,5 ч. ложки крахмала, черный молотый перец и соль.



Мясо промыть, нарезать на 4–5 антрекотов (котлет), отбить, посолить, поперчить. Разогреть сковороду и распустить в ней сливочное масло. Обжарить антрекоты по 3–4 мин с каждой стороны и выложить их на подогретое блюдо. В ту же сковороду в оставшийся от мяса соус положить мелко нашинкованный лук и пассеровать его 2–3 мин, постоянно помешивая. Влить вино, довести до кипения и держать на огне до тех пор, пока жидкость не выпарится наполовину. Убавить огонь и вылить в соус сливки.

В отдельной посуде приготовить раствор крахмала, добавив к нему 2 ст. ложки воды, соль и перец по вкусу. Тонкой струей ввести крахмальную массу в сливочный соус и тщательно перемешать.

Перед подачей на стол полить мясо горячим соусом.



### Беф а-ля моп

800 г говядины, 75 г сала, 50 мл коньяка, 4 небольшие луковицы, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 100 мл винного уксуса, 200 мл красного вина, 1 стакан бульона, 1 пакетик свежемороженой зелени, 1,5 ст. ложки топленого масла, 2 моркови, 1 небольшая репа, 150 г черешкового сельдерея, 20 г сливочного масла, 4 ст. ложки крахмала, 6 ягод можжевельника, 6 горошин черного перца, 3 лавровых листа, 4 бутона гвоздики, черный молотый перец, соль.

Сало нарезать полосками, полить коньяком и нашинговать им мясо. Натереть мясо перцем. Очистить лук и половину указанной нормы нашинговать гвоздикой.



Корни петрушки и сельдерея нарезать кубиками. Лавровый лист измельчить. Смешать бульон, уксус и вино, вскипятить, добавив нашингованный лук, корни, лавровый лист, ягоды можжевельника, горошины перца и остудить. В получившийся маринад положить мясо на 24 часа.

Замаринованное мясо обжарить со всех сторон в топленом масле, затем влить маринад, накрыть посуду крышкой и тушить около 30 мин на среднем огне. Снять с огня и остудить, не снимая крышку. Мясо вынуть и поставить в теплое место.

Морковь и сельдерей разрезать на небольшие кусочки, репу — на 4 продольных ломтика. Добавить измельченный лук (вторую половину нормы), немного воды и потушить овощи в разогретом сливочном масле. Процедить и добавить к овощам половину сока жаркого. Тушить около 20 мин, после чего вынуть овощи. Смешать крахмал с 0,3 стакана воды и загустить соус.

Мясо подавать нарезанным с овощами и соусом.



### Бефстроганов «Праздничный»

*500 г говяжьей вырезки, 1 кочан листового салата, 6 помидоров, 200 г шампиньонов, 200 г брынзы, 2 луковицы, 0,5 стакана сметаны, 25 г сливочного масла, 0,5 стакана растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка горчицы, 0,5 лимона, зелень укропа, базилика, черный и красный молотый перец, сахар, соль.*

Мясо промыть, нарезать на маленькие кусочки, посыпать красным и черным молотым перцем, посолить, обжарить на сливочном масле, затем добавить сметану и тушить до готовности. Помидоры, укроп и базилик



тщательно вымыть и мелко порубить. Шампиньоны вымыть и нарезать кружками, лук — кольцами или полукольцами. Салат разобрать на листья. Смешать все продукты и разложить на листья салата. Сверху посыпать брынзой, нарезанной на мелкие кубики.

Приготовить соус: растительное масло смешать с горчицей, уксусом, перцем, соком лимона, сахаром и солью.

Бефстроганов разложить по тарелкам, в качестве гарнира подать листья салата с начинкой, политые соусом.



### **Бифштекс «Всевидающее око»**

*600 г мякоти говядины, 1 ст. ложка каперсов, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 4 яичных желтка, 1 лимон, 2 ст. ложки растительного масла, листья салата, черный молотый перец, соль.*

Мясо промыть, нарезать на куски и пропустить через мясорубку. Посолить, поперчить, добавить каперсы, петрушку и растительное масло, тщательно перемешать. Из получившегося фарша сформовать бифштексы. В середине каждого сделать углубление, влить в него яичные желтки, смешанные с соком лимона. Бифштексы поджарить. Подавать на листьях салата.



### **Бифштекс «Жозефина»**

*800 г говяжьей вырезки, 500 г цветной капусты, 200 г белого хлеба, 100 г сливочного масла, 1 ст. ложка*



муки, 100 г зеленого лука, 1 ст. ложка измельченных грецких орехов, 0,5 ч. ложки горчицы, 2 стакана молока, 150–200 г сыра, соус чили, черный молотый перец, соль.

Мясо вымыть, обсушить салфеткой, нарезать ломтиками толщиной не менее 2 см, посолить, поперчить и обжарить на сливочном масле до готовности.

Цветную капусту отварить в подсоленной воде, разобрать на соцветия и слегка обжарить на сливочном масле. Добавить к капусте нарезанный зеленый лук и залить смесь молоком.

Когда молоко закипит, положить горчицу, соль, черный молотый перец и муку, тщательно размешать, чтобы не осталось комочков, и немного проварить. Сыр натереть на крупной терке и смешать с раскрошенным хлебом. Готовые бифштексы полить соусом и посыпать смесью крошек и сыра.



### Бифштекс с бананами по-австралийски

600 г говяжьей вырезки, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, 1 яичный желток, 2 банана, 1 луковица, 3–4 ст. ложки сливок, 1 ст. ложка тертого хрена, мука, панировочные сухари, сахар, черный молотый перец, соль.

Мясо нарезать на тонкие ломти и отбить молотком. На сковороду положить часть сливочного масла и обжарить бифштексы с обеих сторон в течение 6–8 мин.

Бананы разрезать вдоль на две части, обвалять в муке, посыпать солью и перцем, обмакнуть во взбитое яйцо, обвалять в панировочных сухарях и обжарить в оставшемся масле. Бифштексы посолить и поперчить.



Сливки смешать с хреном и желтком и, помешивая, соединить с соусом, оставшимся от жаренья бифштексов, посолить, поперчить. Затем добавить сахар и залить этой смесью бифштексы. Подавать с жареными бананами.



### Бифштекс татарский из сырого мяса

200 г говяжьей вырезки, 1 яичный желток, зелень, поджаренный тост.

Для соуса: 1 яичный желток, 1 ч. ложка горчицы, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 стакана фруктового сока, чеснок, черный молотый перец, соль.

Вырезку тщательно вымыть, пропустить через мясорубку, выложить на поджаренный тост, посыпать измельченной зеленью. В середину поместить скорлупу яйца с желтком. Перед употреблением желток вылить в мясо, перемешать, полить бифштекс соусом. Соус приготавливается очень просто: все ингредиенты соединить и тщательно перемешать.



### Бифштекс хозяйский

1 кг говядины, 80 г сливочного масла, 2 луковицы, 1 ст. ложка муки, 6 яиц, соль.

Мясо очистить от пленок, нарезать поперек волокон ломтиками. Каждый ломтик отбить до толщины не более 2 см, слегка порубить ножом, надрезать по



краям, придавая округлую форму, посыпать мукой и перед самым приготовлением посолить. Лук нарезать кружочками, обжарить в масле, выложить из сковороды. Оставшееся масло сильно нагреть и обжарить на нем бифштексы (по 1–2 мин с каждой стороны), чтобы образовалась румяная корочка, а внутри мясо осталось розовым, посыпать жареным луком и на несколько минут поставить в духовку. Отдельно приготовить яичницу-глазунью. На бифштексы положить куски яичницы. Можно украсить зеленым луком.



### Говядина отварная

*800 г говядины, 1 луковица, 60 г зеленого лука, 20 мл водки, 30 г имбиря, 60 г зелени петрушки, 60 г зелени укропа, 0,5 ст. ложки сахара, куриный бульон, бадьян, душистый перец, корица (в любом виде), гвоздика, соль.*

Мясо промыть, нарезать на небольшие кубики, залить холодной водой и варить до полуготовности. Затем бульон слить, залить мясо куриным бульоном (можно использовать бульонные кубики) так, чтобы мясо было только прикрыто. Добавить водку, имбирь, петрушку, укроп, сахар, бадьян, душистый перец, корицу, гвоздику, соль и варить до готовности на слабом огне. Подавать в глубокой тарелке вместе с бульоном, посыпав зеленым луком.



### Говядина отварная с сыром

**24** *1 кг говядины, 2 моркови, 0,5 корня сельдерея, 2–3 корня петрушки, 1 лавровый лист, 15–20 горошин*



черного перца, 1 луковица, 4 ст. ложки муки, 250 г жира, 2 яйца, 0,5 стакана кислого молока, 200 г сыра, соль.



Говядину вымыть, залить холодной водой и поставить на средний огонь. В середине варки мясо посолить, добавить к нему целые морковь, лук, корни сельдерея и петрушки, а также лавровый лист и черный перец и варить до готовности.

Сваренное мясо вынуть, нарезать на куски и положить в огнеупорную посуду.

Муку спассеровать с разогретым жиром и развести бульоном до консистенции жидкой сметаны. Соус проварить около 8–10 мин, после чего добавить яйца, взбитые с кислым молоком.

Готовым соусом залить мясо, посыпать тертым сыром и поставить на 10 мин в умеренно горячую духовку.



### Говядина по-моравски

1 кг говядины (огузок), 2–3 яйца, 2 небольших соленых огурца, 3–4 луковицы, 1 л воды, 1 стакан светлого пива, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея.

Мясо промыть, сделать вдоль волокон глубокий надрез. Яйца сварить вкрутую и нарезать толстыми кружками. Соленые огурцы нарезать полосками. В надрез уложить яйца и огурцы.

Мясо завязать шпагатом и сварить в 1 л воды, добавив в бульон репчатый лук (целиком), сельдерей и петрушку. Незадолго до окончания варки в бульон влить пиво. Готовое мясо вынуть из бульона и нарезать поперек волокон. Бульон выпаривать до тех пор, пока он не



загустеет до консистенции соуса, и подать его к мясу.



### Говядина с баклажанами

*750 г мякоти говядины, 80 г сливочного масла, 4 ст. ложки растительного масла, 3 луковицы, 3 помидора, 3 баклажана, 50 г измельченной зелени петрушки, черный молотый перец, соль.*

Мясо нарезать ломтиками, обжарить в сливочном масле, добавить измельченный лук, посолить, поперчить, залить водой и тушить до тех пор, пока мясо не станет мягким. Баклажаны вымыть, нарезать кубиками, обжарить в растительном масле, положить к мясу, добавить помидоры, нарезанные кружками, и оставить на 20 мин на слабом огне. Готовое блюдо посыпать зеленью петрушки.



### Говядина с гренками

*600 г мякоти говядины одним куском, 100 г говяжьей печени, 30 г сливочного масла, 50 г свиной грудинки, 0,5 луковицы, 2 моркови, 1 долька чеснока, 2 бутона гвоздики, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка муки, 250 мл красного сухого вина, 1 стакан мясного бульона, гренки из хлеба, зелень сельдерея и петрушки, черный молотый перец, соль.*

Печень нарезать дольками и положить в теплую воду. В сливочном масле обжарить до золотистого цвета грудинку, нарезанную кубиками, лук, говядину, обваленную



сельдерей, чеснок, гвоздику, лавровый лист, соль, перец. Тушить на сильном огне 10 мин, затем залить вином и бульоном. Выдержать на слабом огне 2 часа, добавить печень и тушить еще 15 мин. Слить соус, образовавшийся в процессе приготовления, протереть его с печенью через сито, затем снова вылить в кастрюлю с мясом и тушить еще 10 мин. Соус должен быть густым. На блюдо положить гренки, на них — мясо, нарезанное ломтиками, все залить соусом.



### Говядина с луковым соусом

*400 г говядины, 1 л воды, 2 луковицы, 30 г маргарина, 1,5 ст. ложки муки, 1 корень петрушки, соль.*

Мясо отварить до полуготовности в слегка подсоленной воде с очищенным и мелко нарезанным корнем петрушки. В 1 стакане бульона сварить очищенный и нарезанный тонкими колечками лук. В горячем маргарине подрумянить муку, заправить ею лук. Получившийся соус добавить к мясу и довести блюдо до готовности.



### Говядина с орехами

*1 кг говяжьей вырезки, 1 стакан очищенных грецких орехов, 2–3 луковицы, жир или масло для жарки, черный молотый перец, любые приправы по вкусу, соль.*

Мясо нарезать поперек волокон, как на отбивные, поперчить, посолить, добавить приправы и обжарить на сковороде до румяной корочки. Снять мясо со ско-



вороды и на том же жиру в течение 2–3 мин обжарить мелко нашинкованный лук. Затем добавить к луку орехи и жарить, непрерывно помешивая, пока лук не приобретет золотистый цвет, после чего посолить. В глубокую сковороду или в толстостенную кастрюлю уложить слоями мясо и лук с орехами, залить горячей водой и тушить на медленном огне до готовности.



### Говядина со сладким перцем

*1 кг мякоти говядины, 10 стручков сладкого перца, 3 луковицы, 80 г сливочного масла, 3 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 4 очищенных помидора, черный молотый перец, соль.*

Мясо нарезать небольшими кусочками, добавить к нему лук, нарезанный колечками, залить 1 стаканом воды, посолить, поперчить, поставить на огонь. Когда вода испарится, добавить мелко нарезанные помидоры и сливочное масло, долить немного горячей воды и потушить на слабом огне до тех пор, пока мясо не станет мягким. Сладкий перец очистить от семян, разрезать пополам по длине, посолить, положить на мясо, посыпать зеленью петрушки, долить воды, если это нужно, и довести блюдо до готовности.



### Говядина тушеная

*850 г говядины, 35 г жира, 0,5 луковицы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 75 г томата-пюре, 1 ст. ложка муки, 1 лавровый лист, черный перец горошком, соль.*



Мясо нарезать не небольшие куски и подрумянить на сале. Лук нарезать тонкими колечками, морковь — тонкими кружками или соломкой, корень петрушки измельчить. Овощи обжарить. Мясо и овощи положить в толстостенную посуду, залить водой или бульоном (мясо должно быть покрыто наполовину), закрыть крышкой и тушить на слабом огне. За 15–20 мин до готовности блюдо посолить, добавить лавровый лист и перец. Бульон, образовавшийся в процессе приготовления, использовать для приготовления соуса: бульон процедить, соединить с мукой, пассерованной с жиром и томатом-пюре, и прокипятить в течение 25–30 мин. Затем добавить протертые овощи, тушившиеся вместе с мясом. Готовое мясо нарезать на куски и полить соусом.



### Говядина, тушенная в горшочке

*1 кг говядины (тонкое филе), 25 г сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 8 клубней картофеля, 2 корня сельдерея, 1 стебель лука-порея, 1 луковица, черный молотый перец, соль.*

С мяса удалить жилы, разрезать его на порционные куски, отбить, посолить, поперчить, обвалять в муке, положить на сковороду и обжарить с обеих сторон на сильном огне. Из обрезков сварить бульон, вылить его на сковороду и, выварив сок, процедить. Очистить картофель, сельдерей, лук-порей и репчатый лук. Картофель нарезать крупными кубиками или кружками, корень сельдерея измельчить, лук нашинковать. Приготовить горшочек. Положить в него слой кореньев, лука и картофеля, накрыть жареной говядиной, затем — опять коренья с луком и картофелем и т. д. Сверху накрыть кореньями и луком. Залить бульоном так, чтобы он не доходил до верха



горшочка примерно на палец, накрыть крышкой, поставить на огонь и довести до кипения. После этого поставить горшочек в духовку и выдержать на слабом огне 1–1,5 часа. Подавать в горшочке.



### Говядина, тушенная с черносливом

850 г говядины, 35 г сала, 75 г томата-пюре, 150 г чернослива, 2 небольшие луковицы, соль.

Мясо нарезать на порционные куски, обжарить на сале, положить в сотейник, добавить мелко нашинкованный обжаренный лук и томат-пюре, залить бульоном или водой так, чтобы мясо было полностью покрыто, и тушить на слабом огне под крышкой примерно 1 час. Затем положить промытый чернослив и тушить до готовности.



### Хаше по-голландски

300 г отварной говядины, 50 г сливочного или растительного масла, 4 луковицы, 2 ст. ложки муки, 2 стакана бульона, 4–5 ст. ложек уксуса, соевый соус, 3 бутона гвоздики, лавровый лист, сахар.

На глубокой сковороде разогреть масло и обжарить в нем лук, нарезанный тонкими полукольцами, до золотистого цвета. Перемешать лук с мукой и жарить в течение 10 мин, пока мука не приобретет ровный коричневый цвет.

Влить бульон и добавить лавровый лист и гвоздику. Уменьшить огонь до слабого, добавить мясо и уксус.

Тушить хаше не меньше 1 часа, время от времени помешивая. После этого вынуть пряности и добавить немного сахарного песка и соевого соуса.



### Говяжьи полоски с брынзой

*250 г филе говядины, 200 г шампиньонов, 150 г брынзы, 30 г зелени укропа, 1 кочан листового салата, 3 помидора, 1 луковица, 10 ст. ложек растительного масла, 1 ст. ложка горчицы, 2 ст. ложки уксуса, сахар, черный и красный молотый перец, соль.*

Мясо нарезать на тонкие полоски, посолить, обжарить в 2 ст. ложках растительного масла, приправить черным и красным перцем. Салат, помидоры и укроп помыть. Кочан салата разделить на листья. Помидоры нарезать маленькими кубиками. Шампиньоны нарезать кружками, лук — колечками. Грибы и лук обжарить. Приготовить соус: смешать 8 ст. ложек растительного масла, горчицу, уксус, сахар, соль и перец. На листья салата положить помидоры, шампиньоны и лук и полить их соусом. Сверху выложить полоски мяса, посыпанные брынзой, которую следует нарезать кубиками.



### Греческая мусака

*500 г говядины, 400 г консервированных помидоров, 5 средних баклажанов, 50 г сливочного масла, 20 г твердого сыра, 2 ст. ложки муки, 3 стакана теплого молока,*



*1 луковица, 1 яичный желток, 5 ст. ложек растительного масла, корица (порошок), красный молотый перец, соль.*

Лук нарезать тонкими колечками и слегка обжарить в глубокой сковороде в растительном масле. Положить мясо, нарезанное на небольшие кусочки, долить немного воды и тушить 20 мин, постоянно помешивая. Добавить помидоры, нарезанные кружками, корицу, соль и перец. Довести до кипения, уменьшить огонь и потушить еще примерно 20 мин.

Баклажаны нарезать кружками, обжарить в растительном масле до золотистого цвета. В другой сковороде распустить сливочное масло, добавить муку и обжарить ее в течение 1 мин. Затем влить молоко и тщательно размешать, чтобы не было комков. Слегка охладить, добавить половину сыра, нарезанного кубиками, и желток. Все хорошо перемешать.

В толстостенную посуду положить половину жареных баклажанов, сверху — мясо, затем еще один слой баклажанов. Полить сырным соусом и посыпать оставшимся тертым сыром. Запекать в духовке 45–50 мин.



### Венгерский гуляш

*500 г говядины, 25 г жира, 1 небольшая луковица, 1 долька чеснока, 2 ч. ложки молотой паприки, 200 г консервированных помидоров, 50 г кефира или сметаны, тмин, 1 ч. ложка соли.*

Жир разогреть в глубокой посуде на сильном огне.

**32** Мясо промыть, нарезать маленькими кубиками, опустить в жир. Репчатый лук нарезать тонкими полу-





кольцами. Чеснок мелко порубить. Лук и чеснок добавить к мясу. Накрыть посуду крышкой и поставить в духовку на 15–20 мин. За это время один раз перемешать. Добавить паприку, сахар, тмин, помидоры и тушить еще около 30 мин. Соединить кефир (сметану) и соль, размешать, залить мясо и оставить под крышкой на 5–7 мин.



### Гуляш

*800 г говядины, 35 г сала, 2 небольшие луковицы, 75 г томата-пюре, 1 ст. ложка муки, 1 стакан бульона, лавровый лист, черный молотый перец, соль.*

Мясо нарезать небольшими кубиками, обжарить со всех сторон до образования корочки, положить в глубокую посуду, залить горячим бульоном, добавить пассерованный томат-пюре, накрыть посуду крышкой и тушить до готовности.

Бульон, оставшийся после тушения, слить и приготовить на нем соус с мукой, обжаренной до светло-коричневого цвета. В соус добавить пассерованный измельченный лук, перец, соль и лавровый лист. Залить соусом мясо и поставить на слабый огонь на 15–20 мин.



### Жаркое из говядины

*2–3 кг говядины, 200 г свиного сала, 20 мл джина или водки, 1,5 стакана оливкового масла, черный молотый перец, соль.*



Мякоть говядины отбить и сделать острым ножом надрезы, которые заполнить кусочками свиного сала. Мясо посолить, поперчить, обвязать шпагатом, смоченным джином или водкой.

В глубокой посуде разогреть оливковое масло и на сильном огне поджарить в нем мясо. После того как мясо подрумянится с обеих сторон, огонь убавить и готовить жаркое еще в течение 1 часа. Удалить шпагат, готовое мясо разрезать на порционные куски.



### Жаркое из говядины по-бургундски

*1 кг говядины (задняя часть), 50 г сала, 2 небольшие луковицы, 1 долька чеснока, 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка муки, 300 мл красного вина, 1 стакан мясного бульона, 0,5 ч. ложки тимьяна, 100 г шампиньонов, зелень петрушки, 1 ч. ложка соли, черный молотый перец.*

Мясо вымыть и нарезать небольшими кубиками. Сало нарезать мелкими кусочками. Лук очистить и разрезать на 8 частей. Чеснок очистить и растолочь. В сотейнике разогреть растительное масло, положить в него кусочки сала, обжарить их, а затем вынуть.

Положить в сотейник нарезанное мясо и обжарить его со всех сторон (примерно 10 мин). Добавить лук, немного потушить, затем посолить, поперчить, добавить чеснок. Посыпать все мукой, перемешать, залить красным вином и бульоном. Снова перемешать, положить петрушку и тимьян, накрыть крышкой и тушить на медленном огне в течение 3 часов.

Шампиньоны очистить, промыть, нарезать. Готовое мясо вынуть из сотейника, образовавшийся соус процедить через мелкое сито и протереть. Влить соус в

мясо, добавить шампиньоны и обжаренное сало и тушить еще 20 мин.



### Жаркое из говядины по-польски

*900 г говядины или телятины, 75 г жира, 3–4 дольки чеснока, 1 ст. ложка муки, 1 небольшая луковица, соль.*

Мясо промыть, нарезать на порционные куски под углом к волокнам, натереть чесноком, растертым с солью, посыпать мукой, обжарить в горячем жире до румяной корочки и сложить куски в кастрюлю. Влить небольшое количество воды, добавить жир, в котором жарилось мясо, положить лук, нарезанный колечками, накрыть кастрюлю крышкой и тушить на слабом огне, время от времени подливая воду, пока мясо не станет мягким. Затем всыпать муку, перемешать и подержать немного на слабом огне. Подавать мясо на блюде, залив соусом.



### Жаркое кисло-сладкое

*1,2 кг говядины, 60 г говяжьего жира, 2 луковицы.*

*Для соуса: 5 стаканов бульона, 3 ст. ложки томатного пюре, 180 г чернослива, 90 г изюма, 50–60 мл красного вина, 2,5 ст. ложки сахара, 60 г молотых сухарей из черного хлеба, душистый перец, соль.*

Мясо нарезать на порционные куски, посолить, обжарить в жире до образования румяной корочки, добавить нашинкованный лук и жарить до тех пор, пока лук не приобретет золотистый цвет. Затем переложить



мясо в глубокий сотейник, залить кисло-сладким соусом и тушить до готовности.

Приготовить соус: вскипятить бульон, добавить томат-пюре, чернослив и изюм, проварить 10 мин. Затем положить сахар и перец, влить вино, всыпать сухари, тщательно перемешать и подержать на огне еще 5–10 мин.



### Жаркое по-суздальски

*600 г мякоти говядины, 10 клубней картофеля, 2 луковицы, 3 ст. ложки сливочного масла, 300 г сметаны, 2 стакана бульона, 50 г зеленого лука, лавровый лист, черный перец горошком, соль.*

Мясо промыть, обсушить салфеткой, нарезать кусочками и обжарить на разогретой сковороде. Картофель очистить и нарезать крупными кубиками, репчатый лук мелко порубить. Обжаренное мясо и подготовленные овощи разложить по порционным горшочкам, добавить соль, перец, лавровый лист и залить горячим бульоном. Накрыть горшочки крышками, поставить в духовку. Когда жидкость закипит, уменьшить огонь, тушить 25 мин. Подавать со сметаной.



### Жаркое по-разбойничьи

*1 кг говяжьей вырезки, 200 г копченого сала, 750 г ржаного хлеба, черный молотый перец, соль.*

Мясо нарезать на порционные куски (так же, как на шашлык), отбить, посолить, поперчить. Сало нарезать прямоугольниками толщиной примерно 1 см.



Хлеб нарезать кубиками. Нанизать на шампур в таком порядке: хлеб, мясо, сало и т. д. В начале и конце шампура должны быть куски хлеба. Обжаривать над раскаленными углями, поворачивая шампуры.

Если нет шампуров, жаркое можно приготовить на сковороде и довести его до готовности в духовке.



### **Жаркое с лимонным соусом**

*800 г мякоти говядины, 25 г сливочного масла, 2 ст. ложки растительного масла, 30 мл белого сухого вина, 0,5 стакана мясного бульона, 2 яичных желтка, 1 лимон, зелень петрушки, соль.*

Мясо целым куском отбить, положить на большую сковороду со сливочным и растительным маслом, обжарить со всех сторон, посолить. Когда мясо подрумянится, добавить вино, а затем мясной бульон. Отдельно взбить яичные желтки с солью и соком лимона, мелко нарезать зелень петрушки. Мясо переложить в другую посуду. Вылить на сковороду взбитые желтки и, постоянно помешивая, добавить петрушку. Снять с огня, когда соус начнет густеть. На блюдо выложить мясо, нарезанное ломтиками, полить приготовленным соусом.



### **Жаркое с сыром и помидорами**

*400 г говяжьего фарша, 200 г черствого хлеба, 70 г сыра, 2 свежих помидора, 300 г консервированных помидоров, 125 мл красного вина, 1 луковица, 1 яйцо, 2 ст. ложки*



*растительного масла, душица, черный и красный молотый перец, соль.*

Хлеб замочить в воде и, когда он разбухнет, смешать с фаршем и яйцом. Лук и свежие помидоры нарезать кубиками, добавить к фаршу, посолить, положить душицу, черный перец и 50 г нарезанного кубиками сыра. Выложить фарш в смазанную жиром форму. Натереть оставшийся сыр и посыпать фарш. Запекать 40 мин при температуре 200° С.

Приготовить соус: разогреть масло, положить в него консервированные помидоры, влить вино и кипятить 2 мин. Сделать пюре. Посолить, добавить красный перец. Жаркое вынуть из формы и разрезать. Подавать с соусом.



### **Запеканка с фрикадельками**

*500 г говяжьего фарша, 40 г сливочного масла, 250 г сметаны, 50 г зелени петрушки, 1 луковица, 1 долька чеснока, 4 яйца, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка острой горчицы, 0,5 ч. ложки молотой паприки (сладкого перца), 0,5 ч. ложки майорана, черный молотый перец, соль.*

Лук и чеснок нарезать маленькими кубиками. Петрушку порубить и смешать с фаршем, мукой и 1 яйцом. Приправить горчицей, солью и черным перцем. Из полученной массы сформовать маленькие шарики.

Форму смазать 20 г сливочного масла и разложить в ней по кругу фрикадельки. Взбить сметану с остальными яйцами. Приправить солью, молотым черным и сладким перцем и майораном.

Этой смесью залить фрикадельки. Сверху выложить кусочки оставшегося сливочного масла. Запекать

фрикадельки в духовке при температуре 200° С в течение 30 мин.



### Запеченная вырезка

*1 кг говяжьей вырезки, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 1 ст. ложка оливкового масла, 1,5 ч. ложки семян фенхеля, 0,5 ч. ложки красного молотого перца, 1 ст. ложка красного винного уксуса,  $\frac{1}{4}$  мясного бульонного кубика, 1 ч. ложка соли.*

Смешать петрушку, оливковое масло, фенхель, перец и соль. Мясо натереть этой смесью и положить на противень. Запекать 45–50 мин. Вынув мясо из духовки, дать постоять ему 10 мин, а затем нарезать ломтиками.

Приготовить соус: с противня собрать жир, положить его на сковороду, добавить уксус, раскрошенный бульонный кубик и 0,75 стакана воды. Готовить соус, помешивая, 1 мин, после чего подать его к мясу.



### Клецки с мясом

*300 г говядины, 10 клубней картофеля, 2 ст. ложки муки, 100 г сметаны, 1 луковица, жир для жарки, черный молотый перец, соль.*

Картофель очистить, натереть на терке, отжать, посолить, соединить с мукой и тщательно перемешать. Говядину и лук пропустить через мясорубку, посолить, поперчить. Сформовать из картофельной массы



клецки, начинить их фаршем и обжарить. Затем сложить в кастрюлю, залить сметаной и тушить до готовности.



### Клопс

*1 кг филе говядины, 3–4 луковицы, 0,5 стакана сметаны, 2 ст. ложки муки, 1 стакан бульона, 1 ст. ложка растительного масла, черный перец горошком, черный молотый перец, лавровый лист, соль.*

Говядину разрезать на 6–8 порционных кусков, тонко отбить, посолить, поперчить, обвалять в муке. Дно кастрюли смазать маслом, положить перец горошком, лавровый лист, мясо (пересыпать каждый кусок измельченным луком), подлить 3–4 ложки воды, бульон и тушить, пока бульон не загустеет, а мясо не подрумянится. Вынуть мясо, а в соус добавить сметану и проварить. Подавать мясо, залив его соусом. В качестве гарнира лучше всего подойдут отварной картофель с зеленью петрушки.



### Котлеты из говядины рубленые

*800 г говядины, 200 г говяжьего жира, 10 маленьких соленых огурцов (корнишонов), 1 ст. ложка муки, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 4 яйца, 2 ст. ложки толченых сухарей, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.*





вать и поджарить на масле. Когда он начнет желтеть, вбить 2 яйца, размешать и держать на огне до тех пор, пока яичница слегка не поджарится. Выложить ее на измельченную говядину, порубить так, чтобы вся масса стала однородной, посолить, посыпать перцем, размешать, разделить на равные части, сформовать котлетки, обвалять в яйце, а потом — в толченых сухарях.

Сложить котлетки на разогретое масло в сотейник, хорошо поджарить, выложить на блюдо, а в сотейник влить разведенную холодным бульоном муку, выварить до необходимой густоты, процедить, добавить нарезанные корнишоны, рубленую петрушку и полить получившимся соусом котлетки.



### **Котлеты с овощным пюре**

*400 г рубленой говядины, 4 крупные моркови, 100 г сливочного масла, 125 г сыра, 3–4 клубня картофеля, 100 г белого хлеба, 1 небольшая луковица, 1 яйцо, 3 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.*

Картофель и морковь очистить и отварить. Лук мелко нашинковать и обжарить в 1 ст. ложке растительного масла. Смешать рубленое мясо, размоченный хлеб, яйцо, посолить, поперчить. Нагреть духовку до 200° С.

Сформовать 4 котлеты. Нарезать сыр, отложить 8 ломтиков, а оставшийся мелко порубить и обвалять в нем котлеты.

Обжарить котлеты в оставшемся растительным масле. Положить ломтики сыра на котлеты и запечь их в духовке. Из моркови и картофеля приготовить пюре.



Перемешать его со сливочным маслом, посолить, поперчить. Котлеты подавать с пюре и зеленью.



### Мясная буханочка

*700 г нежирного говяжьего фарша, 0,75 стакана накрошенных чипсов, 1 крупное яйцо, 1 банка консервированной кукурузы, 300 г томатного соуса, черный молотый перец, соль.*

В глубокой посуде соединить фарш, чипсы, яйцо, кукурузу и 1 стакан соуса. Посолить, поперчить и тщательно перемешать. Сформовать из полученной смеси буханку и выложить ее на противень, полив оставшимся соусом. Запекать в духовке на небольшом огне примерно 1 час.



### Мясное кольцо

*800 г говяжьего фарша, 3 луковицы, 2 яйца, 100 г белого хлеба, молоко, зелень, 50 г сливочного масла, панировочные сухари, соль.*

*Для соуса: 4 помидора, 200 г сметаны, растительное масло, зелень, соль.*

Лук мелко нашинковать и обжарить. Фарш соединить с обжаренным луком и сырыми яйцами, посолить и тщательно вымесить. Затем добавить замоченный в молоке белый хлеб и мелко нарезанную зелень и снова перемешать. Кольцеобразную форму для выпекания



смазать сливочным маслом, посыпать сухарями и выложить в нее фарш. Выпекать в духовке до готовности. Приготовить соус: нарезать помидоры, слегка обжарить их в растительном масле, добавить сметану, зелень и соль по вкусу, потушить 5 мин. Кольцо вынуть из формы и полить соусом.



### Мясо в горшочке по-русски

*400 г говядины, 6–7 клубней картофеля, 60 г маринованного лука, 3–4 дольки чеснока, 75 г майонеза или сметаны, 30 г жира, черный молотый перец, соль.*

Мясо отварить, нарезать на мелкие кусочки, смешать с маринованным луком, измельченным чесноком, майонезом или сметаной. Картофель очистить, нарезать крупной соломкой, слегка обжарить на сковороде. В горшочек положить сначала слой картофеля, потом слой мяса, закрыть крышкой и поставить в духовку на 10–15 мин.



### Мясо в картофельной корочке

*500 г говяжьей вырезки, 1 бульонный кубик (бекон), 2 небольших клубня картофеля, 0,5 луковицы, 1 яйцо, 1 ст. ложка рубленой зелени, 3 ст. ложки растительного масла.*

Бульонный кубик растереть в порошок. Лук мелко нашинковать. Картофель очистить, натереть на крупной терке, сок отжать. Добавить в натертый картофель раскрошенный кубик, лук, слегка взбитое яйцо, зелень и перемешать. Мясо нарезать на порционные куски и



отбить. Половину картофельной массы намазать ровным слоем на отбивные. Выложить отбивные смазанной стороной вниз на сильно разогретую сковороду с маслом, сверху положить оставшуюся картофельную массу. Прижать отбивные вилкой и обжарить с обеих сторон до образования румяной корочки.



### Мясо в картофельной шубе

*800 г говядины, 5 клубней картофеля, 2 луковицы, 200 г сметаны, панировочные сухари, жир, сливочное масло, черный молотый перец, соль.*

Мясо отварить, нарезать на небольшие кусочки, положить в смазанную жиром форму, полить сметаной, посыпать нашинкованным луком, посолить и поперчить. Картофель отварить, натереть на крупной терке, выложить на мясо, посолить, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и посыпать сухарями. Томить блюдо под крышкой в духовке около 1 часа.



### Мясо гушное

*850 г говядины, 1 ст. ложка муки, 60 г сала, 10 клубней картофеля, 150 г репчатого лука, 2 моркови, 100 г репы, 85 г брюквы, 65 г зелени петрушки, 75 г томата-пюре, черный и красный молотый перец, соль.*

Мясо нарезать на порционные куски, посолить, обвалять в муке, обжарить, выложить в один ряд в неглубокую посуду, залить горячим бульоном или



водой, добавить томат-пюре и тушить примерно 1 час. Картофель очистить и нарезать соломкой. Лук нарезать тонкими колечками. Репу и брюкву очистить и нарезать кубиками. Петрушку порубить. Овощи обжарить, положить их к мясу, посолить, поперчить и тушить еще 30 мин.



### Мясо на праздник

*1 кг говяжьей вырезки, 4 луковицы, 500 г твердого сыра, 250 г майонеза, 50 г маринованного перца или лечо, 200 г сливочного масла или маргарина, черный молотый перец, соль.*

Вырезку нарезать на порционные куски, слегка отбить, поперчить и посолить.

Противень смазать маслом и выложить на него куски мяса. Посыпать их нарезанным колечками луком, перцем или лечо, затем — тертым сыром, после чего залить майонезом. Запекать в духовке до золотистой корочки.



### Мясо под соусом с изюмом

*1 кг говядины, 4 луковицы, 1 морковь, 1 стакан винного уксуса, 2 ст. ложки топленого масла, 2 ст. ложки крахмала, 100 г изюма, 1 ч. ложка черного перца горошком, лавровый лист, черный молотый перец, соль.*

Лук и морковь мелко нарезать. Уксус смешать с 2 стаканами воды и вскипятить. Добавить лук, морковь, перец горошком, лавровый лист. Охладить. Мясо положить в маринад и выдержать 2 дня, затем вынуть, обсу-



шить, натереть солью и перцем и как следует обжарить со всех сторон в горячем топленом масле. Отмерить 250 мл маринада и добавить к жаркому вместе с луком, морковью, перцем и лавровым листом. Тушить примерно 1,5 часа. Мясо вынуть. Протереть сок жаркого через сито и добавить 3 стакана воды. Положить изюм, вскипятить и загустить крахмалом. Подавать мясо с соусом.



### Мясо по-императорски

*500 г мякоти говядины, 50 г ветчины, 15 г тертого сыра, 2 яйца, 30 г сливочного масла, 1 ст. ложка растительного масла, 1 долька чеснока, розмарин, томатный соус, черный молотый перец, соль.*

Мясо и ветчину пропустить через мясорубку, добавить тертый сыр, яйца, посолить, поперчить, все тщательно перемешать и влажными руками сформовать лепешку в два пальца толщиной. Положить ее на сковороду со сливочным и растительным маслом, поставить на огонь, через несколько минут добавить мелко нарезанный чеснок и розмарин. Незадолго до готовности добавить томатный соус, слегка разбавленный водой.



### Мясо по-монтанарски

*500 г мякоти говядины, 6 ст. ложек растительного масла, 5 долек чеснока, 10 помидоров, душица, черный молотый перец, соль.*



Мясо нарезать ломтиками, положить на сковороду с растительным маслом, мелко нарезанным чесноком, небольшим количеством соли, душицы и очищенными помидорами, нарезанными ломтиками. Закрыть крышкой и тушить на слабом огне. Когда соус загустеет, блюдо поперчить и подавать к столу.



### Мясо по-пензенски

*1 кг говяжьей вырезки, 6 луковиц, 100 г сушеных грибов, 150 г сливочного масла, 200 г сметаны, 1,5 кг картофеля, 100 г жира, 5 яиц, черный молотый перец, соль.*

Мясо нарезать на порционные куски. Отбить, посолить, поперчить, положить на каждый кусок фарш из мелко нарезанных сваренных вкрутую яиц, жареного лука, сметаны и вареных грибов. Завернуть мясо в виде колбаски, обвалить в муке и обжарить со всех сторон. Подавать с жареным картофелем.



### Мясо с грушами

*800 г говядины, 75 г топленого масла, 1 ст. ложка муки, 1,1 кг груш, 2 ст. ложки сахара, 1,5 ч. ложки соли.*

Мясо нарезать на кусочки, обжарить в топленом масле, посолить, добавить теплую воду и тушить почти до готовности. Промыть груши, нарезать дольками, очистить от сердцевин, слегка обжарить в топленом масле и выложить их на мясо. Залить соусом из жженого



сахара, обжаренной муки и кипяченой воды. Довести до готовности в духовке.



### Нежный ростбиф с травяной корочкой

*1 кг филе говядины, 1 долька чеснока, 150 г сыра, 1 яичный желток, 5 ст. ложек рубленой зелени, 2 тоста, черный молотый перец, соль.*

Мясо промыть, обтереть насухо, посолить, поперчить. Чеснок очистить и порубить. Смешать с тертым сыром и зеленью. Тосты нарезать на мелкие кубики, желток, сваренный вкрутую, порубить, добавить к сыру. Ростбиф обмазать получившейся массой, переложить на противень и жарить примерно 35 мин в нагретой духовке. Оставить в выключенной духовке еще на 10 мин.



### Отбивные с тушеной морковью

*700 г говядины, 3 моркови, 1 долька чеснока, 50 г петрушки, 1 ст. ложка топленого масла, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки растительного масла, 200 мл красного вина, 2 ст. ложки сахара, 3 ст. ложки уксуса, черный молотый перец, соль.*

Морковь очистить и нарезать соломкой. Чеснок очистить и нарезать маленькими кубиками. Петрушку вымыть, половину порубить. Морковь обжарить в топленом масле.

**48** Добавить соль, чеснок, 4 ст. ложки воды и тушить под крышкой 15 мин. Мясо нарезать на порционные





куски, посолить, поперчить, обвалить в муке и обжарить в топленом масле, снять со сковороды и поставить в теплое место. В сок от жарення влить вино, добавить сахар и уксус и, помешивая, кипятить, пока сахар не растворится. Посолить и поперчить. Морковь откинуть на дуршлаг, перемешать с рубленой петрушкой. Подавать мясо с овощами и соусом.



### **Пикантное мясо**

*1 кг говядины, 125 мл белого сухого вина, 2 небольших кабачка, 2 баклажана, 4 помидора, 5 луковиц, 5 долек чеснока, 30 г зелени укропа, 30 г зелени петрушки, 50 г сливочного масла, 70 г острого томатного соуса, гвоздика, черный перец горошком, соль.*

Мясо разрезать на небольшие кусочки, отбить и замариновать на 2 часа в вине с томатным соусом, солью и перцем и гвоздикой. Лук нарезать колечками, кабачки, баклажаны и помидоры – кружочками. Укроп, петрушку и чеснок мелко порубить. В кастрюле растопить масло и сложить в нее слоями мясо и овощи. Сверху посыпать измельченной зеленью и чесноком. Залить маринадом и тушить на среднем огне 35–40 мин.



### **Пикантное мясо в пиве**

*750 г филе говядины, 50 г любой зелени, 75 г сливочного масла или маргарина, 4 луковицы, несколько ломтиков хлеба, 500 мл светлого пива, 1,5 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка сахара, горчица, тмин, лавровый лист, соль.*



Мясо разрезать на порционные куски, отбить, обжарить с обеих сторон и снять со сковороды. В оставшемся масле потушить мелко нарубленную зелень и, добавив немного масла, обжарить до золотистого цвета мелко нарезанный лук. Затем уложить в кастрюлю слоями лук, мясо и зелень, прикрыть ломтиками хлеба без корки, смазанными горчицей, добавить часть пива, тмин и один лавровый лист. Тушить в течение 2 часов на слабом огне. По мере выпаривания жидкости добавлять понемногу пиво. Подливку заправить уксусом и сахаром.



### «Райское наслаждение»

*900 г говядины (тонкий или толстый край), 100 г сыра, 6 долек ананаса, панировочные сухари, 2 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.*

Приготовить ромштексы: мясо нарезать на 6 порционных кусков, отбить, посолить, обвалять в панировочных сухарях, поперчить, смазать растительным маслом и поджарить в гриле или на сильно разогретой сковороде с обеих сторон.

За 2–3 мин до конца приготовления положить на каждый ромштекс по кусочку сыра, еще через 1–2 мин — по кусочку ананаса.



### Ромштекс с жареным луком

**50** *800 г говядины (тонкий или толстый край), 6 луковиц, 25 г сливочного масла, 1 ст. ложка растительного*



масла, 25 г топленого масла, 2 ст. ложки муки, 1 ч. ложка крахмала, 0,5 стакана бульона, 125 мл красного вина, панировочные сухари, черный молотый перец, соль.

Приготовить ромштексы: мясо нарезать на 4 порционных куска, натереть солью и перцем, обвалять в сухарях. Репчатый лук очистить и нарезать колечками.

На сковороде разогреть растительное и сливочное масло, обжарить в нем лук, посыпая его мукой, посолить, выложить из сковороды и поставить в теплое место. В той же сковороде разогреть топленое масло и обжарить в нем мясо. Выложить из сковороды, завернуть в алюминиевую фольгу и положить в теплое место.

В оставшийся на сковороде сок влить бульон и красное вино, вскипятить, добавить крахмал, посолить и поперчить. Готовые ромштексы посыпать жареным луком и полить соусом.



### Маринованный рулет с овощной начинкой

1 кг говядины для рулета (плоский кусок), 2 стакана бульона из кубиков, 2–3 ст. ложки уксуса, 250 г шпината, 4 моркови, 2 яйца, 1 луковица, 1 долька чеснока, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка тимьяна, 1 ст. ложка измельченной петрушки, 1 ч. ложка молотой паприки, 2 ст. ложки крахмала, соль.

Приготовить маринад: смешать уксус, измельченный чеснок и тимьян. Мясо положить в маринад на 20 мин. Морковь сварить. Яйца сварить вкрутую, разрезать каждое на 8 долек. Лук мелко нарезать. Перебрать шпинат. Мясо вынуть из маринада. Шпинат, морковь, наре-



занную кружками, яйца и лук выложить на мясо, посыпать петрушкой, солью и паприкой, свернуть рулетом и обвязать его толстой ниткой.

Слегка обжарить рулет в растительном масле, добавить немного бульона и жарить еще 1 час, время от времени подливая бульон небольшими порциями. Готовый рулет вынуть и нарезать.

Оставшийся бульон немного загустить крахмалом и подать к рулету.



### **Рулет с грибами**

*600 г говяжьей вырезки, 200 г шпика, 200 г свежих грибов, 2 луковицы, 30 г желатина, 2 яйца, 2 ст. ложки муки, 0,5 стакана молока, черный молотый перец, соль.*

Мясо отбить, посолить, поперчить, посыпать набухшим желатином. Из яиц, муки и молока приготовить омлет.

Грибы очистить, отварить, обжарить с мелко нашинкованным луком. На отбитое мясо выложить тонкий слой шпика (если кусок толстый, нарезать на мелкие кубики), омлет, грибы.

Свернуть мясо в рулет, завернуть в марлю, перевязать ниткой и варить до готовности. Готовый рулет положить под пресс.



### **Мясной рулет с зеленью и яйцами**

**52** *600 г говяжьего фарша, 5 клубней картофеля, 5 помидоров, 50 г зелени петрушки, 50 г зеленого лука,*



3 яйца, 1 лимон, 2 луковицы, 3 ломтика сала, 3 ст. ложки панировочных сухарей, 2 ст. ложки уксуса, 4 ст. ложки растительного масла, сахар, черный молотый перец, соль.

Отварить 2 яйца в «мешочек», охладить и очистить от скорлупы. Натереть на терке цедру лимона. Петрушку и зеленый лук вымыть, обсушить и мелко порубить. Смешать фарш, лук, зелень, тертую цедру, сухари, 1 сырое яйцо, соль и перец.

Сделать из фарша лепешку, положить на нее вареные яйца и придать фаршу форму батона. Выложить рулет на противень, смазанный жиром, и запекать 40 мин при температуре 180° С.

Разрезать ломтики сала на 3 части, выложить на рулет и запекать еще 10 мин. Картофель сварить в мундире, очистить и нарезать ломтиками. Помидоры нарезать дольками, лук — колечками.

Смешать уксус, соль, перец, сахар, масло и полить этой смесью овощи. Готовый рулет выложить на овощи и украсить веточками петрушки.



### Рулет с оливками и кукурузой

750 г рубленой говядины, 100 г оливок с начинкой из перца, 750 г цуккини, 100 г сала, 1 яйцо, 4 луковицы, 1 долька чеснока, 1 банка консервированной кукурузы, 50 г белого хлеба, 4 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка горчицы, 1 ст. ложка рубленого тимьяна, 3–4 ст. ложки лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Хлеб размочить в воде. Порубить 2 луковицы. Кукурузу откинуть на дуршлаг.



Хлеб отжать и перемешать с мясом, рубленным луком, яйцом, кукурузой и оливками. Приправить солью, перцем и горчицей. Смазать противень растительным маслом.

Придать фаршу форму рулета, затем положить его положить на противень и запекать около 45 мин при температуре 200° С.

Через 15 мин покрыть рулет ломтиками сала. Цуккини нарезать ломтиками.

Оставшийся лук нарезать кружочками, чеснок порубить. Пассеровать лук и чеснок в масле. Добавить цуккини и тимьян и жарить 8 мин. Приправить солью, перцем и соком лимона. Подавать рулет с жареными цуккини и соусом.



### Рулетики с начинкой

*550 г говяжьего фарша, 130 г брынзы, 170 г оливок, 180 г сметаны, 30 г зелени укропа, 75 г белого хлеба, 2 дольки чеснока, 1 луковица, 1 яйцо, 1 сладкий перец (паприка), 500 г цуккини, 1,5 стакана овощного бульона, 1 ст. ложка горчицы, красный молотый перец, соль.*

Хлеб размочить в воде и отжать, лук и чеснок порубить. Смешать все с фаршем, яйцом и горчицей, посолить, поперчить. Разделить фарш на две части, раскатать между кусками пищевой пленки.

Брынзу и паприку нарезать маленькими кубиками, выложить с оливками на один пласт фарша, поперчить, свернуть рулетом. Потушить полоски цуккини в небольшом количестве воды.

**54** Измельченный укроп смешать со сметаной. Посолить, поперчить. Разложить цуккини на втором плас-

те фарша. Сверху полить укропным соусом и также свернуть рулетом. Выложить рулеты в промасленную форму. Влить бульон и запекать 45 мин при температуре 175° С.



### Рулеты из говядины с хлебной начинкой

*600 г филе говядины, 40 г сала с прожилками, 60 г белого хлеба, 1 луковица, 1 яйцо, 1 морковь, 0,5 стакана молока, 50 г сливочного масла, 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки, 125 мл белого вина, 5 г ложки томатной пасты, лавровый лист, черный молотый перец, соль.*

Молоко смешать с 0,5 стакана воды, довести смесь до кипения и залить ею нарезанный кубиками хлеб. Через 15 мин хлеб отжать и протереть через сито.

Обжарить в 1 ст. ложке сливочного масла нарезанные кубиками сало и лук, смешать с хлебной массой, взбитым яйцом и рубленой петрушкой. Посолить, поперчить.

Мясо нарезать на 4 куса, отбить, посолить, поперчить, намазать получившейся смесью, скатать в рулеты и обжарить в сливочном масле.

Добавить мелко нарезанную морковь, лавровый лист, зелень, вино и томат-пасту, тушить 75 мин.



### Альбондигас

*450 г говяжьего фарша, 1 луковица, 1 долька чеснока, 4 ст. ложки растительного масла, 2 яйца, 4 ст. ложки хлебных крошек, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка из-*



мельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка тимьяна, черный молотый перец, соль.

Для соуса: 1 луковица, 100 г свежих грибов, 1 ст. ложка муки, 150 мл белого сухого вина, 3 стакана бульона, 400 г консервированных помидоров, красный молотый перец.

Нашинкованный лук и измельченный чеснок слегка обжарить на 1 ст. ложке растительного масла. Соединить фарш, яйца, хлебные крошки, петрушку, тимьян, перец, соль, луковую смесь и тщательно перемешать. Сформовать из фарша шарики размером с грецкий орех и обвалять их в муке. Разогреть на сковороде оставшееся растительное масло и обжарить на нем мясные шарики, покачивая сковороду, чтобы мясо прожарилось равномерно. Готовые шарики выложить на тарелку.

Приготовить соус. Для этого на сковороду, где жарилось мясо, положить нашинкованный лук, измельченные грибы и перец.

Слегка обжарить, снять с огня, аккуратно всыпать муку, перемешать и снова поставить на огонь. Затем постепенно влить вино, перемешать, добавить бульон и помидоры. Снова перемешать и довести до кипения.

Уменьшить огонь, в соус положить мясные шарики и тушить их на слабом огне, пока не загустеет соус.



### Сырно-мясные шарики

350 г рубленой говядины, 150 г сыра камамбер, 1 яйцо, 1 луковица, 50 г белого хлеба, 1 сладкий перец, 0,5 огурца, 50 г редиса, 6 ст. ложек молока, 1 ч. ложка сухого майорана,

3 ст. ложки овсяных хлопьев, топленое масло для жарки, черный молотый перец, соль.





Хлеб нарезать кубиками и размочить в молоке. Луковицу очистить, мелко нарезать. Приготовить фарш из рубленого мяса, отжатых кусочков хлеба, лука, яйца, майорана, соли и перца. С камамбера срезать корочку и нарезать его кубиками. Из мясного фарша слепить шарики, беря его чайной ложкой. Вдавить кубики сыра в мясные шарики.

Обвалять шарики в овсяных хлопьях и обжарить в топленом масле до образования румяной корочки. Огурец, сладкий перец и редис помыть, почистить и нарезать мелкими кубиками. Выложить на блюдо, а сверху положить мясные шарики. В качестве гарнира лучше всего подходит картофель фри.



### **Трубочки из рубленого мяса с грецкими орехами**

*400 г говяжьего фарша, 300 г копченого сала, 100 г сливок, 80 мл белого вина, 0,5 стакана мясного бульона из кубиков, 1 луковица, 1 яйцо, 5 ст. ложек измельченных грецких орехов, 1 ч. ложка горчицы, 2 ст. ложки топленого масла, 1 ст. ложка брусничного варенья или конфитюра, сахар, черный молотый перец, соль.*

Лук мелко порубить. Смешать с фаршем, яйцом, половиной орехов, горчицей, посолить, поперчить. Скатать восемь трубочек, обмотать каждую из них двумя ломтиками сала и обжарить со всех сторон в топленом масле до образования румяной корочки. Влить вино и половину бульона. Накрыть крышкой и тушить на среднем огне 15 мин. Вынуть трубочки и поставить в теплое место. Остаток сала нарезать кубиками. Пассеровать с оставшимися орехами в соке, образовавшемся при обжаривании мяса. Влить остаток мясного бульона и сливки, варить



5 мин. По вкусу приправить соус конфитюром, сахаром, солью и перцем. Подавать, полив трубочки соусом.



### Фаршированная вырезка по-австралийски

*1 кг говяжьей вырезки, 300 г грибов, 40 г панировочных сухарей, 1 яйцо, 0,5 ч. ложки измельченной зелени петрушки, 0,5 ч. ложки лимонной цедры, масло для жарки, черный молотый перец, соль.*

Грибы очистить, нарезать, слегка обжарить в масле, добавить сухари, петрушку, лимонную цедру и взбитое яйцо. Посолить, поперчить и перемешать.

Сделать в куске мяса надрез в виде кармана, заполнить его начинкой и зашить.

Обжарить мясо с двух сторон в разогретом масле, после чего поставить сковороду в духовку и запекать на слабом огне до готовности (приблизительно 2 часа), поливая мясным соком.



### Фрикадельки пикантные

*300 г филе говядины, 200 г ветчины, 1 яйцо, 0,5 стакана молока, 1 ломтик белого хлеба, 1 небольшая луковица, 40 г тертого сыра, 25 г острого томатного соуса, тмин, зелень петрушки, жир для жарки, черный молотый перец, соль.*

**58** Белый хлеб, вымоченный в молоке, нашинкованный лук, обжаренный в сливочном масле, мясо пропустить



дважды через мясорубку. Добавить измельченную ветчину, сыр, томатный соус, тмин, рубленую петрушку, перец и соль, тщательно перемешать. Сформовать небольшие фрикадельки и обжарить их в жире на раскаленной сковороде. Затем поставить в духовку и запекать до готовности.

Фрикадельки разложить на блюде и в каждую воткнуть коктейльную шпажку.



### **Фрикадельки с рисом**

*400 г рубленой говядины, 250 г риса, 1 яйцо, 1 луковица, 1 долька чеснока, 1 стручок желтого сладкого перца, 400 г томатного соуса, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка карри, соль.*

Отварить рис и откинуть на сито. Лук и чеснок порубить, соединить с рубленным мясом, яйцом, солью и карри и тщательно перемешать.

Сделать из фарша маленькие шарики и обжарить их со всех сторон в растительном масле. Стручок сладкого перца нарезать тонкими полосками. Добавить к шарикам и немного потушить. Перемешать с соусом и оставить на 2–3 мин. Подавать фрикадельки с рисом.



### **Шарики из мясного фарша под сырно-овощным соусом**

*500 г говяжьего фарша, 50 г ветчины, 150 г кольраби, 1 крупная морковь, 200 г сыра, 5 яиц, 2 стакана молока, 50 г белого хлеба, 50 г сливочного масла, 2 веточки*



*петрушки, 2 веточки базилика, лимонный сок, мускатный орех, черный молотый перец, соль.*

Хлеб размочить. Ветчину нарезать. Зелень вымыть и порубить. Отжатый хлеб перемешать с ветчиной, зеленью, фаршем и 2 яйцами. Посолить, поперчить и сформовать шарики. Обжарить в горячем сливочном масле в течение 5–7 мин.

Морковь вымыть, очистить и нарезать соломкой. Кольраби очистить, вымыть и нарезать полосками.

Морковь и кольраби отварить в течение 5–10 мин и откинуть на дуршлаг. Сыр натереть на терке и взбить с молоком и 3 яйцами.

Помешивая, нагреть смесь, не доводя до кипения. Добавить морковь и кольраби. Приправить мускатным орехом и лимонным соком, посолить, поперчить. Шарики из фарша подавать вместе с соусом.



### Эскалоп по-польски

*1 кг говядины, жир для жарки, соль.*

*Для соуса: 3 луковицы, 80 г сливочного масла, 50 г изюма, 100 г миндаля, 2 ст. ложки муки, 2 стакана бульона, 125 мл красного вина, 1 небольшой лимон, 2 ст. ложки сахара, соль.*

Мясо отбить, натереть солью, обжарить до образования хрустящей корочки. Лук мелко нарезать, обжарить в масле, добавить бульон, прокипятить.

Затем влить вино и сок лимона. Чтобы придать соусу красивый цвет, сахар обжарить на сковороде, после чего положить в соус. Довести соус до кипения, положить протертый изюм и толченый миндаль, посолить по

вкусу. Подать соус к мясу. Можно посыпать мясо зеленью.



### Эскалопы слоеные

*1 кг постной говядины, 200 г свиного сала с прожилками, 100 г сливочного масла, 300 г тертого сыра, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.*

Мясо и свиное сало нарезать очень тонкими ломтиками. В кастрюле распустить сливочное масло, положить ломтики сала, на него — первый слой говядины, посолить, поперчить, посыпать тертым сыром и мелко нарезанной зеленью петрушки, затем выложить второй слой говядины, заправленный таким же образом, и т. д. На последний слой мяса положить маленькие кусочки сливочного масла, тушить до готовности.



### Филе «Веллингтон»

*1 кг говяжьего филе, 400 г замороженного слоеного теста, 400 г шампиньонов, 2 луковицы, 1 яичный белок, 2 яичных желтка, 125 г сливочного масла, 3 ст. ложки топленого масла, 1 ст. ложка сухого карри, 0,5 ч. ложки кайенского перца, 0,5 ч. ложки тертого мускатного ореха, мука, 1 ч. ложка свежемолотого белого перца, 1 ч. ложка соли.*

Тесто вынуть из упаковки и разморозить. 75 г сливочного масла положить в морозильную камеру. Лук и шампиньоны очистить и мелко порубить. Оставшееся



сливочное масло разогреть в сковороде и обжарить в нем лук до прозрачности. Добавить грибы, обжарить их и тушить, пока не испарится вся жидкость. Луково-грибную смесь смешать с карри и охладить. Нарезать хлопьями масло из холодильника. Грибную смесь размять в пюре и смешать с хлопьями масла. Приправить пюре солью, белым и кайенским перцем и мускатным орехом и поставить в холодное место.

Филе вымыть, просушить, удалить пленки и жир. Топленое масло разогреть в сотейнике и обжарить в нем филе со всех сторон в течение 15 мин. Охладить и натереть солью и перцем. Разогреть духовку до 220° С. Раскатать тесто на посыпанной мукой доске в тонкий прямоугольник. С краев отрезать полоски для украшения. Смазать край листа теста белком на ширину 1 см. Половину грибного пюре распределить по тесту, выложить в середину филе и покрыть оставшимся пюре. Завернуть мясом в тесто.

Ополоснуть противень холодной водой и положить филе швом вниз. Желтки взбить, смазать ими тесто, положить оставшиеся полоски теста сверху по диагонали и тоже смазать желтком.

Запекать филе в духовке на среднем огне, пока тесто не станет золотисто-коричневым (примерно 40 мин). Затем выключить духовку, открыть дверцу и выдержать филе 10 мин. Готовое филе нарезать на куски и подавать на заранее нагретом блюде.

# СОДЕРЖАНИЕ



<i>Предисловие</i> . . . . .	3
Холодные блюда . . . . .	7
Горячие блюда . . . . .	18

## **БЛЮДА ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Художественный редактор А. Г. Лютиков

Технический редактор К. В. Силаева

Редактор К. К. Алексеев

Корректор И. Г. Иванова

Художник А. Ю. Котова

ООО «Издательство «Терция»

191180, Санкт-Петербург, ул. Гороховая, д. 73, оф. 2Н

e-mail: [tercia@qhome.ru](mailto:tercia@qhome.ru)

ООО «Издательство «Эксмо»

127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

**Оптовая торговля книгами «Эксмо»:**

ООО «ТД «Эксмо». 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,

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

E-mail: [reception@eksmo-sale.ru](mailto:reception@eksmo-sale.ru)

**Оптовая торговля бумажно-беловыми**

**и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:**

Компания «Канц-Эксмо»: 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,

Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).

e-mail: [kanc@eksmo-sale.ru](mailto:kanc@eksmo-sale.ru), сайт: [www.kanc-eksmo.ru](http://www.kanc-eksmo.ru)

**Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:**

**В Санкт-Петербурге:** ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е. Тел. (812) 365-46-03/04.

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

Тел. (8312) 72-36-70.

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

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

**В Ростове-на-Дону:** ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 268-83-59/60.

**В Екатеринбурге:** ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а. Тел. (343) 378-49-45.

**В Киеве:** ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52.

**Во Львове:** Торговое Представительство ООО ДЦ «Эксмо-Украина»,

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

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

117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.

127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 745-89-15, 780-58-34.

Подписано в печать 18.12.2006

Формат 70x100<sup>1</sup>/<sub>32</sub>. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,58.

Тираж 5000 экз. Заказ № 7143

Отпечатано в ОАО «ИПК «Ульяновский Дом печати»

432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14



**www.mirknig.com**

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение. Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

**www.mirknig.com**

infia

infia