



50

рецептов
ИТАЛЬЯНСКОЙ
КУХНИ

Составитель Е.С. Рзаева

Подписано в печать 22.09.05. Формат 84х108 1/32.
Усл. нем. л. 1,68. Доп. тираж 3 000 экз. Заказ № 5795

50 рецептов итальянской кухни / сост. Е.С. Рзаева. — М.: АСТ;
П99 СПб.: Полигон, 2006. — 30, [2] с.

ISBN 5-17-034240-3 (ООО «Издательство АСТ»)
ISBN 5-89173-123-1 (ООО «Издательство «Полигон»)

Кухня солнечной Италии представлена в этой брошюре во всем многообразии.
Приготовление простых овощных, рыбных, мучных, мясных блюд способствует
долговременному хорошему настроению.

УДК 641
ББК 36.997

Популярное издание

50 рецептов итальянской кухни

Редактор И. В. Петрова
Компьютерная верстка: Ю.С. Петрова
Технический редактор И.В. Будалева
Корректор И.С. Милеева

Общероссийский классификатор продукции
ОК-005-93, том 2; 953004 — научная и производственная литература

Санитарно-эпидемиологическое заключение
№ 77.99.02.953.Д.001056.03.05 от 10.03.2005 г.

ООО «Издательство АСТ»
667000, Республика Тыва, г. Кызыл, ул. Кочетова, д. 93
Наши электронные адреса: WWW.AST.RU E-mail: astpub@asta.ru

ООО «Издательство «Полигон»
194044, С.-Петербург, Б. Сапсониинский пр., 38/40
Тел./факс: 542-91-12 E-mail: polygon@to1.ru

Отпечатано с готовых диапозитивов в ООО «Типография ИПО
профсоюз Профиздат» 109044, Москва, Крутицкий вал, 18

©Сергеев А.В., дизайн обложки, 2002

Предисловие 5.....

СУПЫ

1. Минестроне 7.....
2. Суп рыбный по-ливорнски 7.....
3. Суп-пюре томатный 8.....

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

4. Томатный салат с хлебом 9.....
5. Помидоры по-милански 9.....
6. Фасоль, тушеная по-тоскански 9.....
7. Овощи по-римски 10.....
8. Колбаса из шпината 10.....
9. Фаршированные баклажаны 11.....
10. Голубцы под соусом 11.....
11. Гороховое пюре с яйцом 12.....
12. Морковь пикантная 12.....
13. Маринованная тыква 12.....

РЫБНЫЕ БЛЮДА

14. Вяленая треска по-веронски 14.....
15. Скумбрия в маринаде 14.....
16. Путассу в духовке 14.....
17. Котлеты «Рыбки» 15.....

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ

18. Спагетти с баклажанами 16.....
19. Макароны по-неаполитански 16.....
20. Лапша для гурманов 17.....
21. Вермишель под соусом из творожной массы 17.....
22. Рожки по-сиенски 17.....

23. Равиоли по-генуэзски 18
24. Полента 18
25. Пицца с сыром 18

БЛЮДА ИЗ СЫРА И ЯИЦ

26. Пудинг из сыра и хлеба 20
27. Омлет по-флорентийски 20

БЛЮДА ИЗ РИСА

28. Ризотто с сыром и ветчиной 21
29. Ризотто с помидорами 21

МЯСНЫЕ БЛЮДА

30. Телятина по-милански 22
31. Жареная баранина с зеленью и чесноком 22
32. Тушеное мясо с оливками 23
33. Мясо по рецепту императрицы 23
34. Эскалоп по-болонски 24
35. Лакомая котлета 24
36. Мясные гнезда 25
37. Запеканка с мясом и помидорами 25
38. Трехцветный рулет 25
39. Заливное из курицы 26
40. Курица в пиве 26

СОУСЫ

41. Соус бешамель 27
42. Соус тартар 27
43. Болонский соус 27

ДЕСЕРТНЫЕ БЛЮДА

44. Сабайон 29
45. Шоколадные равиоли 29
46. Дикобразы из абрикосов 30
47. Груши в красном вине 30
48. Фруктовый салат с ликером 31
49. Фаршированный апельсин 31
50. Ананасовый напиток 31

Солнечная Италия подарила нам салаты и пиццу, любовь к спагетти и кофе эспрессо; именно здесь устраивал баснословно роскошные пиры римский консул Лукулл. И, хотя мы не будем возлежать за большим столом-триклинией — под музыку и пение, но сказать себе *viop appetito* (приятного аппетита) — почему бы и нет?

Завтрак итальянца скуден — кофе, булочка, но за обедом и ужином все навёрстывается. В Северной Италии популярны полента (густая желтоватая каша из кукурузной муки), ризотто (блюда из риса). В Венеции с полентой частенько подают треску, тушенную с молоком, килька-ми и луком. Одно из изысканных блюд Центральной Италии — говяжий хвост. Предпочитают здесь уху из множества сортов рыбы (до 18), жареных диких голубей, суп «вирта» (7 видов зимних сушеных овощей, 7 — овощей летних, 7 — весенних, 7 приправ, 7 типов макаронных изделий, 7 разных видов мяса, сваренных вместе за 7 часов). Символами кухни Южной Италии можно считать помидоры и спагетти. Здесь чаще всего обед начинается с пасты — мучного блюда, в основе которого — макаронные изделия. Кроме привычных вермишели, ракушек и т. д. итальянцы знают и любят каннеллони, тальиателлу, букатини, тренетте, фарбфаллини... Паста в сочетании с соусами, овощами, сыром, мясом, рыбой, яйцами превращается в пасташутту. И без умения хорошо приготовить пасту и соусы для нее итальянке нечего и думать о замужестве. В Калабрии, например, хорошей невестой считается та, что сможет приготовить 13 видов пасташутты.

Итальянская еда содержит сравнительно мало жиров, богата овощами, рыбой, фруктами. Мясо в Италии — далеко не главная часть меню, так как подается всегда после пасты. Среди приправ лидируют всевозможные травы, чеснок, мускатный орех, оливки, каперсы (нераскрывшиеся цветочные почки каперсника). Знамениты по всему миру король итальянских сыров пармезан и благородный плесневый сыр горгонзола, генуэзские равиоли и пармская ветчина, сицилийское мороженое и родная сестра пиццы — фокачча (та же пицца, но с верхней корочкой теста и без помидоров).

Конечно, на русской кухне проблематично приготовить такие национальные блюда Италии, как лягушку с черешней, рагу из жареного фазана, омаров на вертеле, соус рыболова (из морских цикад, каракатиц, морских черенков и раков); не купить многим и самых дорогих в мире грибов — белых трюфелей Пьемонта... Но в остальном мы сможем перешагнуть через границы — ведь и через сближение национальных кухонь приходит к народам взаимопонимание.

1. Минестроне

2,5 л мясного бульона, 50 г свиного сала, 1 зубчик чеснока, пучок петрушки, несколько веточек сельдерея, 2 моркови, 1 луковица, 4 картофелины, 1 маленький кабачок, 0,5 кочана белокочанной капусты, 3 помидора (или 1 ст. ложка томатного соуса), горсть гороха, 250 г фасоли, 200 г риса, тертый сыр, соль.

Замочить фасоль и горох в холодной воде на 12 ч. Приготовить фарш из сала, чеснока и петрушки. Нарезать овощи, 2 картофелины оставить целиком. Все положить в кастрюлю, залить холодным бульоном, посолить и варить на небольшом огне 3 ч. За 30 мин до готовности вынуть целые картофелины, размять их и снова положить в кастрюлю. Всыпать рис и варить еще 20 мин. Подать с тертым сыром.

2. Суп рыбный по-ливорнски

2 л воды, 2 кг рыбы (4—5 видов), 1 корень сельдерея, 4 листика душицы, 1 долька чеснока, 0,5 кг помидоров, 2 луковицы, 1 стакан белого сухого вина, растительное масло, гренки, соль, черный молотый перец.

Рыбу очистить, промыть, нарезать кусочками. В растительном масле обжарить до золотистого оттенка мелко нарезанные сельдерей, лук, чеснок и душицу. Добавить помидоры и немного их обжарить. Положить рыбу, начиная с более жесткой. Залить вином, водой и через несколько минут добавить другие виды рыб. Посолить, поперчить, довести до готовности. В супницу положить гренки, залить супом.

3. Суп-пюре томатный

1 кг помидоров, 150 г репчатого лука, листики базилика, 4 ст. ложки нарубленной петрушки, соль, 1 ст. ложка сахарного песка, 80 г сливочного масла, 50 г пшеничной муки, 750 мл молока, лимонный сок, черный перец.

Разрезать каждый помидор на 4 части. Мелко нарубить лук, базилик, смешать с петрушкой, солью, сахаром, засыпать смесью помидоры и залить водой так, чтобы она покрывала овощи. Варить до тех пор, пока помидоры не станут мягкими. Протереть все вместе через сито. Из сливочного масла и муки приготовить светлую мучную подливку. Подогреть молоко и при постоянном помешивании добавить подливку, а потом томатную массу. Проварить все вместе на слабом огне 5 мин. Приправить перцем и лимонным соком.

К супу хорошо подать хлеб, обжаренный в растительном масле с чесноком.

4. Томатный салат с хлебом

3,5 стакана чуть зачерствевшего нарезанного белого или черного хлеба, 4 крупных помидора, 1 крупная красная луковица, листья базилика.

Для соуса: 4 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки белого винного уксуса, черный перец, соль.

Тонкие ломтики хлеба поместить в мелкую посуду и залить водой на полчаса. Нарезать помидоры дольками и выложить на блюдо. Тонко нарезать луковицу и положить туда же. Выжать хлеб и добавить к луку и помидорам. Приготовить соус из масла и уксуса, посолить, поперчить. Полить соусом салат, перемешать. Дать постоять в прохладном месте не меньше 2 часов. Украсить базиликом.

5. Помидоры по-милански

4 помидора, 100 г тертого сыра, 3 зубчика чеснока, растительное масло, соль.

Разрезать помидоры пополам горизонтально, удалить мякоть, мелко нарезать ее с толченым чесноком, добавив тертый сыр и немного растительного масла. Перемешать до получения однородной массы. Наполнить помидоры этой смесью и поставить в духовку. Подавать в горячем или холодном виде.

6. Фасоль, тушенная по-тоскански

1,5 кг очищенной свежей фасоли, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки растительного масла, 50 г грудин-

ки, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, соль, черный молотый перец.

Фасоль отварить до полуготовности в подсоленной воде. Слегка поджарить на сковороде в сливочном и растительном масле нарезанные на кусочки грудинку и лук. Добавить муку, разведенную с небольшим количеством воды, фасоль с бульоном, в котором она варилась, и продолжать тушить на среднем огне 1 ч. Жидкость должна впитаться. Если необходимо, подсолить и поперчить.

7. Овощи по-римски

500 г зеленого горошка, 300 г стручковой фасоли, 2 стебля лука-порея, 2 яичных желтка, сок лимона, растительное и сливочное масло, соль, черный молотый перец.

Высыпать в кастрюлю зеленый горошек и очищенную фасоль, добавить нарезанный лук-порей, растительное и сливочное масло, посолить, поперчить, залить теплой водой и варить на слабом огне до готовности. Снять с огня, добавить яичные желтки, взбитые с соком лимона, щепоткой соли и перца. Все тщательно перемешать.

8. Колбаса из шпината

500 г шпината, 50 г тунца в масле, 1 очищенная от костей салака, мякиш пшеничного хлеба, 0,5 стакана молока, 4 ст. ложки тертого сыра, 4 ст. ложки панировочных сухарей, томатный соус (или майонез), соль, черный молотый перец.

Очистить, промыть и отварить шпинат. Отжать его, провернуть через мясорубку с мякишем хлеба, вымоченным в молоке и отжатым. Перемешать с нарезанным тунцом, салакой, добавить тертый сыр, панировочные сухари, соль и перец. Полученную смесь завернуть в марлю в виде колбасы и связать с обеих сторон. Положить в кастрюлю, кипятить 30 мин. Процедить и через 15 мин снять марлю.

Нарезать на кусочки, залить томатным соусом или майонезом.

9. Фаршированные баклажаны

4 баклажана, 50 г говядины, 50 г тертого сыра, 50 г панировочных сухарей, 1 яйцо, 1 зубчик чеснока, 5 помидоров, 50 г сливочного масла, мясной бульон, базилик, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Промыть баклажаны, удалить плодоножки, сделать 4—5 вертикальных надрезов вокруг, посолить и оставить на 30 мин. Приготовить фарш: мясо мелко нарубить, перемешать с сыром, панировочными сухарями, яйцом, чесноком, мелко нарезанными базиликом и петрушкой, солью, перцем. Смыть с баклажанов соль, обсушить их и положить фарш в каждый надрез. Обжарить в сливочном масле, добавить очищенные от кожицы и мелко нарезанные помидоры, залить бульоном и тушить на небольшом огне.

10. Голубцы под соусом

16 листьев белокочанной капусты, 0,5 луковицы, 80 г сливочного масла, 300 г сосисок, мякиш пшеничного хлеба, молоко, 1 яйцо, 50 г тертого сыра, 2 ст. ложки томатного соуса, мясной бульон, соль, черный молотый перец.

Листья капусты варить не сколько минут в подсоленной воде, затем обдать холодной водой, выложить на полотенце и просушить. Приготовить фарш: мелко нарезанный лук обжарить в 20 г сливочного масла, снять с огня и тщательно перемешать с измельченными сосисками, яйцом, хлебом (вымоченным в молоке и отжатым), тертым сыром, солью и перцем. Смесь выложить на листья капусты, сформировать голубцы, перевязать ниткой и обжарить в сливочном масле до образования румяной корочки. Полить томатным соусом, разбавленным небольшим количеством

мясного бульона, закрыть крышкой и оставить на среднем огне на 1 ч, добавляя при необходимости мясной бульон.

11. Гороховое пюре с яйцом

400 г сухого гороха, 100 г свиного сала, 6 яиц, 2 луковицы, 2 моркови, 1 пучок зелени петрушки, 1 стакан молока, 50 г сливочного масла, уксус, соль, черный молотый перец.

Горох вымочить в холодной подсоленной воде, положить в кастрюлю. На сале обжарить до золотистого оттенка нарезанные кубиками морковь и лук, зелень петрушки. Добавить горох, воду, отварить, протереть через сито, удалив петрушку. Пюре положить в кастрюлю и поставить на небольшой огонь. Постоянно помешивая, добавить горячее молоко, сливочное масло, соль, перец. Приготовить яйца: другую кастрюлю наполнить на $\frac{3}{4}$ водой, влить рюмку уксуса, перед закипанием вылить яйца. Варить 3 мин, затем вынуть шумовкой и положить на пюре.

12. Морковь пикантная

500 г моркови, 4 ч. ложки уксуса, 1 ч. ложка сахарного песка, 1 лавровый лист, сливочное масло, соль.

Морковь очистить, отварить в подсоленной воде, нарезать в виде колбасок, обжарить в сливочном масле. Добавить уксус, сахарный песок, лавровый лист и оставить на умеренном огне до готовности.

13. Маринованная тыква

1 кг спелой и твердой тыквы, 0,5 л 6%-ного уксуса, 250 г сахарного песка, гвоздика, корица.

Тыкву промыть, очистить, удалить семена, нарезать кубиками, ошпарить водой. Сахарный песок залить $\frac{1}{4}$ стакана кипятка. Когда сахар растворится, влить уксус. Полученный маринад вскипятить, положить специи, кубики

тыквы, еще раз вскипятить. Оставить на сутки. Маринад слить, прокипятить, кипящим маринадом вновь залить тыкву. На третий день тыкву прокипятить в маринаде. Если она еще останется твердой, продолжать кипятить. Остывшую тыкву положить в стеклянные стерилизованные банки, герметически закрыть, поставить в сухое и прохладное место.

14. Вяленая треска по-веронски

800 г вымоченной вяленой трески, 500 г картофеля, 1 корень сельдерея, 50 г кедровых орехов, 50 г изюма, 1 стакан сливок, 2 стакана молока, сливочное масло, соль, черный молотый перец.

Обильно смазать сливочным маслом противень, положить слой картофеля, нарезанного кружками, слой натертого на крупной терке корня сельдерея, вяленую треску, нарезанную маленькими кусочками, посолить, посыпать тертыми кедровыми орехами и изюмом, поперчить, покрыть стружкой из сливочного масла. Повторить все слои, закончить сливочным маслом. Залить сливками и молоком, поместить в духовку с умеренной температурой на 1 ч.

15. Скумбрия в маринаде

4 кусочка скумбрии по 120 г, панировочные сухари, 80 г сливочного масла, лимон, зелень петрушки, 3 ст. ложки растительного масла, мелко нарезанная луковица, 2 толченые гвоздики, соль, черный молотый перец.

Приготовить маринад из растительного масла, лука, петрушки, гвоздики, соли, перца. Опустить в него рыбу на 2 ч, процедить, обвалить в панировочных сухарях, через 30 мин поджарить в сливочном масле. Выложить на блюдо, украсить дольками лимона и веточками петрушки.

16. Путассу в духовке

800 г путассу, 2 зубчика чеснока, зелень петрушки, сок 1 лимона, 1 стакан белого сухого вина, сливочное масло, соль, черный молотый перец.

Рыбу разрезать, очистить, изнутри посолить, поперчить, полить соком лимона. По бокам сделать два надреза и в каждый вложить толченый чеснок, соль, перец. Положить на сковороду, смазанную маслом, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, несколько столовых ложек сливочного масла, вино. Поставить в горячую духовку на 30 мин, время от времени переворачивая рыбу.

17. Котлеты «Рыбки»

200 г отварной рыбы, 0,5 стакана холодного молока, 0,5 стакана воды, 50 г мелко нарезанного картофеля, 2 яйца, сливочное масло, 3 ст. ложки тертого сыра, 3 ст. ложки зелени петрушки, тертый мускатный орех, мука, панировочные сухари, 100 г зеленого горошка, лимон, соль, черный молотый перец.

Картофель залить кипящей подсоленной водой с молоком, перемешать. Добавить мелко нарезанную рыбу, сырое яйцо, тертый сыр, мелко нарезанную зелень петрушки, соль, перец, мускатный орех. Смесь тщательно перемешать, обваливать в муке, скатать в колбаску, нарезать небольшими кусочками. Из каждого сформировать рыбку, обваливать в яйце и панировочных сухарях, поджарить в сливочном масле до образования румяной корочки. Выложить на блюдо, каждой рыбке сделать глаз из зеленого горошка. Украсить дольками лимона и зеленью петрушки.

18. Спагетти с баклажанами

500 г спагетти, 3 баклажана, 1 пучок зелени петрушки, несколько листиков базилика, растительное масло, тертый сыр, соль, черный молотый перец.

Баклажаны нарезать ломтиками, положить на тарелку, посолить, накрыть другой тарелкой с грузом, чтобы вышел сок. Через 1 ч сок слить, баклажаны поджарить в кипящем растительном масле, выложить на бумажную салфетку, затем положить в тарелку. Заправить их растительным маслом, солью, перцем, очень мелко нарезанными базиликом и петрушкой. Отварить в подсоленной воде спагетти, процедить, промыть, перемешать с баклажанами и тертым сыром.

19. Макароны по-неаполитански

300 г макарон, 2 крупных ломтика лука, 80 г сливочного масла, 1 ст. ложка растительного масла, 500 г помидоров, тертый сыр, базилик, соль, черный молотый перец.

Макароны отварить в подсоленной воде и промыть. Лук обжарить в 30 г сливочного и растительном масле до золотистого оттенка. Затем положить его в кастрюлю, помять пестиком и удалить. Добавить помидоры, очищенные от семян и нарезанные ломтиками, к пережаренному с луком маслу мелко нарезанный базилик, соль, перец. Заправить макароны этим соусом, оставшимся сливочным маслом и тертым сыром.

20. Лапша для гурманов

400 г лапши, 40 г маргарина, 1 луковица, 100 г ветчины куском, 0,5 стакана молока, 1 плавленный сырок, тертый сыр, соль, черный молотый перец.

Лапшу отварить в подсоленной воде, процедить и промыть. Маргарин распустить на небольшом огне, не доводя до золотистого оттенка. Добавить мелко нарезанную луковицу, ветчину мелкими кубиками, соль, перец. Жарить несколько минут, затем влить молоко, положить мелко нарезанный плавленный сырок. Как только соус загустеет, залить им лапшу. Отдельно подать тертый сыр.

21. Вермишель под соусом из творожной массы

400 г вермишели, 50 г мягкого сыра, 100 г сливочного масла, 200 г творожной массы, молоко, 1 ст. ложка муки, 50 г тертого сыра, измельченная корица.

В течение 2 мин тщательно перемешать в кастрюле мягкий сыр, сливочное масло, творожную массу и муку, постепенно добавляя горячее молоко, пока все не разойдется. Смесью заправить вермишель, отваренную в подсоленной воде, процеженную и промытую. Добавить тертый сыр и корицу на кончике ножа.

22. Рожки по-сиенски

400 г рожков, листики базилика, 120 г грецких орехов, 50 г сливочного масла, 100 г ветчины, 250 мл сливок, соль, черный молотый перец, тертый сыр.

Отварить рожки. Базилик и орех растолочь. Растопить сливочное масло, добавить базилик и орехи и тушить на слабом огне около 10 мин. Добавить мелко нарезанную ветчину и сливки, соль и перец. Засыпать рожки и несколько раз перемешать (на слабом огне). Добавить половину сыра, перемешать. Подавать, посыпав перцем и тертым сыром.

23. Равиоли по-генуэзски

Для теста: 400 г муки, 4 яйца, 100 г воды, соль.

Для начинки: 0,5 грудки курицы, 300 г бараньих мозгов, 1 печень курицы, 1 ломтик ветчины, 50 г сливочного масла, 2 яичных желтка, 3 листика шпината, тертые сыр и мускатный орех, соль.

Из муки, яиц, воды и соли замесить тесто, оставить его на 1 ч. Мелко нарезать мясо курицы, мозги, печень, ветчину, обжарить в сливочном масле, добавить отваренный шпинат, пропущенный через мясорубку, тертый сыр, тертый мускатный орех, яичные желтки, соль. Все тщательно перемешать. Тесто раскатать тонким слоем, с помощью станка нарезать кружочки. На каждую половину кружочка положить по 1 ч. ложке смеси, закрыть другой половиной, защипить и отварить в подсоленной воде.

24. Полента

3,5 л воды, 1 кг кукурузной муки, крупная соль.

Вскипятить воду с солью. Постоянно помешивая деревянной ложкой, добавить кукурузную муку, чтобы не образовались комочки. Оставить на 1 ч на довольно сильном огне, процедить. Выложить на деревянную доску, нарезать ломтиками.

25. Пицца с сыром

Для теста: 150 г муки, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, 0,5 стакана молока, соль.

Для начинки: 150 г швейцарского сыра, 3 яйца, 0,5 стакана молока, соль, черный молотый перец.

Приготовить тесто, раскатать его в форме листа. Положить на сковороду, смазанную маслом, закрыть дно и стенки. Покрыть сыром, нарезанным ломтиками, яйцами, взбитыми с солью, перцем и молоком. Загнуть лист по краям, поставить в духовку с умеренной температурой на 30 мин до образования золотистой корочки.

26. Пудинг из сыра и хлеба

200 г тертого голландского сыра, 8 ломтиков хлеба, 3 яйца, 0,5 л молока, 50 г сливочного масла, соль.

Освободить хлеб от корочек, разделить ломтики на две части. Половину их выложить в форму, обильно смазанную маслом, посыпать тертым сыром, накрыть остальными ломтиками и вновь посыпать сыром. Полить яйцами, взбитыми с молоком и солью, сверху положить хлопья сливочного масла. Закрыть крышкой и поставить в холодильник на 10 ч. Затем вынуть и запекать в духовке с умеренной температурой 30—40 мин.

27. Омлет по-флорентийски

6 яиц, 500 г очищенных помидоров, 2 зубчика чеснока, 1 пучок мелко нарезанной зелени петрушки, 2 листика базилика, сливочное и растительное масло, тертый сыр, соль, черный молотый перец.

На сковороде в растительном масле поджарить чеснок. Когда он приобретет золотистый оттенок, удалить его и положить помидоры, протертые через сито, заправить солью, перцем, добавить петрушку и базилик. Разогреть соус 15 мин на небольшом огне. В миске взбить яйца со щепоткой соли.

На 25 г сливочного масла поджарить очень тонкий омлет до золотистого оттенка, снять его. Делать омлеты, пока не закончится смесь. Затем каждый омлет свернуть и нарезать в виде тонкой лапши. Полить приготовленным соусом и подогревать несколько минут. Подавать к столу в горячем виде под тертым сыром.

28. Ризотто с сыром и ветчиной

400 г риса, 40 г сливочного масла, 1 луковица, 1,5 л мясного бульона, 50 г ветчины кубиками, 3 плавленых сырка, соль.

В масле обжарить нарезанный ломтиками лук до золотистого цвета. Добавить рис и бульон и варить, постоянно помешивая. За несколько минут до готовности положить ветчину, нарезанную кубиками, ломтики сырка, хорошо перемешать.

29. Ризотто с помидорами

500 г риса, 500 г помидоров, 100 г сливочного масла, тертый сыр, соль.

Распустить сливочное масло в кастрюле, всыпать рис и, когда он пропитается, понемногу влить горячую воду. Добавить мелко нарезанные помидоры, посолить, тщательно перемешать, довести до готовности. Перед тем как снять с огня, посыпать тертым сыром.

30. Телятина по-милански

4 ст. ложки оливкового масла, 1 натертый зубчик чеснока, 4 куса телятины толщиной около 5 см, 1 стакан белого сухого вина, 1,5 стакана говяжьего или куриного бульона, 1 лавровый лист, 1/4 ст. ложки сушеного тимьяна, мука, черный перец, соль.

Для соуса: 1 зубчик чеснока, 2 ст. ложки нарезанной свежей петрушки, 1 ч. ложка нарезанной лимонной цедры.

Разогрейте духовку. Подогрейте масло с чесноком в посуде с толстыми стенками — такой, чтобы вместить один слой мяса. Слегка присыпьте мясо мукой. Положите его в посуду и подрумяньте с обеих сторон. Приправьте солью и перцем. Добавьте вино и готовьте на умеренном огне 3 мин, переворачивая несколько раз. Добавьте бульон, лавровый лист, тимьян и запекайте 2 ч.

Приготовьте соус, смешав мелко нарезанные чеснок, петрушку, цедру. Выньте блюдо из духовки. При необходимости, посолив соус, хорошо перемешайте его с мясом. Поставьте блюдо в духовку еще на 10 мин и подавайте на стол.

31. Жареная баранина с зеленью и чесноком

1,5 кг бараньей ноги, 4 ст. ложки оливкового масла, 4 зубчика чеснока, разрезанных пополам, по 1 ч. ложке шалфея, розмарина, 1/2 ч. ложки тимьяна, 2 лавровых листа, 3/4 стакана сухого белого вина, черный перец, соль, свежая зелень для гарнира.

Обрежьте с мяса жир. Полейте его 1 ложкой оливкового масла. Сделайте маленькие надрезы в коже по всему

куску, положите в надрезы чеснок. Посыпьте мясо частью трав и дайте постоять в прохладном месте не меньше 2 ч. Разогрейте духовку. Положите мясо на противень, окружив его травами. Вылейте сверху 2 ст. ложки масла и посолите. Жарьте 35 мин, поливая маслом.

Полейте мясо вином и жарьте еще 15 мин. Переложите мясо на подогретое блюдо. Нарезьте мясо и подавайте с жиром в отдельной посуде. Украсьте мясо свежей зеленью.

32. Тушеное мясо с оливками

800 г мякоти говядины куском, 400 г оливок, 80 г сливочного масла, 1 луковица, 1 веточка сельдерея, 1 морковь, зелень петрушки, базилик, 0,5 стакана белого сухого вина, 1 ст. ложка томатного соуса, разбавленного одной порцией мясного бульона, соль, черный молотый перец.

Мясо положить в кастрюлю со сливочным маслом, мелко нарезанным луком, сельдереем, морковью, петрушкой, базиликом. Все посолить, поперчить, обжарить со всех сторон, залить вином. Когда вино испарится, добавить разбавленный томатный соус. Закрыть крышкой и тушить 1,5 ч. Положить оливки, очищенные от косточек, и тушить еще 1 ч, подливая, если нужно, бульон.

33. Мясо по рецепту императрицы

500 г мякоти говядины, 50 г постной и жирной ветчины, 3 ч. ложки тертого сыра, 2 яйца, 30 г сливочного масла, 1 ст. ложка растительного масла, 1 зубчик чеснока, несколько листиков розмарина, томатный соус, соль, черный молотый перец.

Мясо и ветчину перевернуть через мясорубку. Добавить тертый сыр, яйца, соль, перец. Все тщательно перемешать и влажными руками сформировать лепешку в 2 пальца высотой. Положить ее на сковороду со сливочными рас-

тительным маслом, поставить на огонь. Через несколько минут добавить мелко нарезанный чеснок и розмарин. Незадолго до готовности добавить томатный соус, слегка разбавленный водой.

34. Эскалоп по-болонски

300 г постной мякоти говядины, 80 г постной и жирной ветчины, 300 г картофеля, 70 г сливочного масла, 1 ст. ложка тертого сыра, соль, черный молотый перец, тертый мускатный орех.

Картофель отварить до полуготовности, нарезать тонкими ломтиками, ветчину — полосками шириной 1—2 см. Мясо нарезать очень тонко на эскалопы, заправить солью, перцем и тертым мускатным орехом, обжарить на половине сливочного масла, не подрумянивая. Эскалопы покрыть ветчиной, картофелем, посыпать тертым сыром, положить на каждый по кусочку сливочного масла. Обжарить на небольшом огне и подавать к столу.

35. Лакомая котлета

600 г мякоти говядины куском, 200 г ветчины, 200 г зеленых оливок, 2 сваренных вкрутую яйца, 50 г сливочного масла, 0,5 стакана белого сухого вина, мясной бульон, соль.

Ветчину мелко нарезать и смешать с оливками, очищенными от косточек, и дольками яиц. Массу выложить на отбитое мясо, сформировать рулет, посолить, перевязать ниткой. Положить в кастрюлю со сливочным маслом, залить вином. Когда вино испарится, добавить поварешку мясного бульона, закрыть крышкой и оставить на большом огне примерно на 1,5 ч, подливая бульон. Удалить нитку. Котлету разрезать ломтиками. Подавать к столу с соусом, отварным картофелем и стручковой фасолью.

36. Мясные гнезда

400 г мясного фарша, 100 г свиных сосисок, пропущенных через мясорубку, мякиш пшеничного хлеба, 1 яйцо, 2 ст. ложки тертого сыра, 0,5 кг зеленого горошка, щепотка тертого мускатного ореха, соль, соус бешамель, молоко.

В миске тщательно перемешать фарш, сосиски, хлеб (замоченный в молоке и отжатый), яйцо, тертый сыр, мускатный орех, соль, перец. Смесь разделить на 8 равных частей, из которых сформировать шарики. В каждом из них сделать углубление и положить в него зеленый горошек. Поместить шарики в кастрюлю, залить заранее приготовленным соусом бешамель, плотно закрыть крышкой и поставить в духовку с умеренной температурой.

37. Запеканка с мясом и помидорами

300 г отварного мяса, 300 г очищенных помидоров, 1 зубчик чеснока, зелень петрушки и сельдерея, сливочное масло, соль, черный молотый перец.

Тщательно перемешать мелко нарезанные помидоры, чеснок, петрушку, сельдерей, соль, перец. Смесь выложить в форму, смазанную маслом, чередуя со слоями перевернутого через мясорубку мяса, положить хлопья сливочного масла и поставить в духовку на 30 мин.

38. Трехцветный рулет

600 г хорошо отбитой мякоти говядины одним куском, 1 ломтик вареной колбасы, яичница из 3 яиц, 50 г сливочного масла, 0,5 стакана белого сухого вина, мясной бульон, соль.

На кусок мяса положить ломтик вареной колбасы и яичницу. Мясо завернуть, перевязать ниткой и обжарить со всех сторон в сливочном масле, посолить, полить вином. Когда оно испарится, добавить одну поварешку бу-

льона. Оставить на огне 1,5 ч, время от времени добавляя бульон. Удалить нитку, нарезать ломтиками и подавать к столу с острым соусом.

39. Заливное из курицы

1 курица, по 1 моркови, луковице, веточке сельдерея, желатин (на 1 л бульона 1 ст. ложка), соль.

Отварить в подсоленной воде курицу с морковью, луком и сельдереем. Вынуть ее из бульона, остудить, нарезать на кусочки. 1 ст. ложку желатина развести 1 стаканом холодного бульона или кипяченой воды. Через 1 ч нагреть, не доводя до кипения и непрерывно помешивая до полного растворения желатина, процедить через марлю. Добавить 3 стакана бульона. Залить курицу и поставить в холодильник.

40. Курица в пиве

1 курица, нарезанная кусочками, 50 г сливочного масла, 1 луковица, нарезанная ломтиками, 100 ветчины одним куском, 1 зубчик мелко нарезанного чеснока, 250 г пива, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, мука, соль, черный молотый перец.

Кусочки курицы обвалить в муке, посолить, поперчить, поджарить на сливочном масле до золотистого оттенка, переложить в другую посуду. В образовавшийся соус добавить лук, слегка обжарить его и оставить на небольшом огне. Затем добавить ветчину, нарезанную кубиками, чеснок, петрушку, через 2 мин влить пиво, положить куски курицы и поперчить. Закрыть крышккой. Тушить 35—40 мин. Подавать к столу с образовавшимся соусом.

41. Соус бешамель

60 г сливочного масла или маргарина, 30 г муки, 0,5 л молока, 1 яичный желток, 50 г тертого сыра, черный молотый перец, соль.

На сковороде распустить 40 г сливочного масла, добавить муку. Когда мука приобретет золотистый оттенок, влить холодное молоко, посолить, поперчить. Варить, постоянно помешивая, 10 мин. Снять с огня, перемешать с яичным желтком, оставшимся маслом и тертым сыром. Подавать к блюдам из мяса, яиц, овощей.

42. Соус тартар

2 сваренных вкрутую яйца, 2 сырых желтка, 120 г растительного масла, 1 ст. ложка зеленого лука, 40 г маринованных грибов, 40 г соленых огурцов, 40 г горчицы, 120 г сметаны, сахарный песок, сок лимона или уксус, соль.

Крутые яйца очистить от скорлупы. Желтки отделить от белков, положить в миску, растереть с горчицей и сырыми желтками. Тонкой струйкой, постоянно взбивая, влить растительное масло. Добавить мелко нарезанные грибы, вареные белки, огурцы и зеленый лук. Размешать со сметаной, приправить по вкусу солью, сахарным песком, соком лимона. Подавать к рыбе, яйцам отварному языку, ветчине.

43. Болонский соус

На 500 мл жидкости: 15 г сушеных грибов, 1 морковь, 1 стебель сельдерея, 50 г шпика, 1 луковица, 1 зуб-

чик чеснока, 2 ст. ложки оливкового масла, 250 г говяжьего фарша, 125 мл красного вина, 2 ст. ложки томатного соуса, соль, черный перец, майоран, тертый мускатный орех.

Размочить грибы в воде, почистить и помыть морковь и сельдерей. Шпик нарезать кубиками. Мелко нарубить чеснок, грибы и овощи. Разогреть масло и обжарить в нем кусочки шпика до прозрачности. Добавить лук, морковь, сельдерей, грибы, фарш и все потушить. Приправить солью, перцем, майораном, мускатным орехом и поставить на медленный огонь, при необходимости подливая воду. Соус должен вариться на малом огне при периодическом помешивании около 2 ч. Соус подают к любым макаронным изделиям, добавляя тертый сыр.

44. Сабайон

3 яичных желтка, 3 ст. ложки сахарной пудры, 5 ст. ложек белого десертного вина, щепотка тертой апельсиновой цедры

Взбейте желтки с сахарной пудрой, пока смесь не станет бледно-желтой. Добавьте вино. Поместите посуду со смесью над кастрюлей с кипящей водой и продолжайте взбивать еще 6—8 мин, пока смесь не будет ровным слоем покрывать наружную поверхность ложки. Не допускайте, чтобы посуда со смесью касалась горячей воды, иначе сабайон свернется. Добавьте цедру и сразу подавайте блюдо на стол.

45. Шоколадные ravioli

1,5 стакана муки, 1/4 стакана какао-порошка, 2 ст. ложки кондитерского сахара, 3 крупных яйца, сливки, тертый молочный шоколад, соль.

Для начинки: 180 г молочного шоколада, 3 стакана творога, 1 яйцо.

Взбейте вместе муку, соль, какао, сахар, добавьте 2 яйца и месите, пока не получится однородное тесто. Заверните и оставьте на 30 мин.

Для начинки наломайте шоколад и растопите в посуде, оставленной в сковороде с кипящей водой. Слегка охладив шоколад, смешайте с ним творог и яйцо.

Разрежьте тесто пополам. Раскатайте обе половинки отдельными прямоугольниками на слегка присыпанной мучной доске. Накройте тесто влажным полотенцем. Разложите начинку ровными рядами (по 1 ч. ложке) на одной раскатанной лепешке с расстоянием около 4 см между кучками. Смажьте тесто между начинкой взбитым яйцом.

Накройте тесто с начинкой второй лепешкой. Сдавите тесто между местами, где разложена начинка — так, чтобы не образовалось воздушных пузырей. Вырежьте отдельные равиоли ножом или формой. Положите их на посыпанное мукой полотенце. Накройте и продержите около 1 ч. Положите равиоли в кипящую воду и, помешивая, прокипятите их. Выньте. Украсьте сливками и тертым шоколадом.

46. Дикобразы из абрикосов

6 крупных абрикосов, 12 ломтиков бисквита, цедра лимона, 50 г миндаля, 1 стакан жидких сливок, 1 ст. ложка сока лимона, сахарный песок, сахарная пудра.

Миндаль положить в кипяток. Разрезать не слишком спелые абрикосы пополам, удалить косточки, отварить в воде с сахарным песком и цедрой. Абрикосы процедить. Сироп оставить. Из ломтиков бисквита нарезать кружочки чуть больше половинки абрикоса, выложить на блюдо, полить горячим сиропом. Через 30 мин положить на каждый ломтик половину абрикоса, полить оставшимся сиропом и соком лимона. Очистить миндаль от кожицы, нарезать на не очень тонкие палочки и воткнуть в абрикосы (чтобы они походили на дикобразов). Взбить сливки, добавить немного сахарной пудры и выложить в центре блюда куполом.

47. Груши в красном вине

12 сочных груш, 500 мл красного вина, 200 г сахарного песка, немного гвоздики, взбитые сливки.

Разместить груши, не снимая кожуры, в высокой форме для запекания. Залить вином до стебелька, посыпать сахаром. Добавить гвоздику. В предварительно нагретой духовке запекать на среднем огне, пока груши не станут мягкими. Вино должно частично испариться и превратиться в сироп. Достать посуду из духовки, остудить, подать со взбитыми сливками. Так же можно приготовить персики или вишни.

48. Фруктовый салат с ликером

250 г абрикосов, 4 крупных персика, 2 мандарина, 2 груши, 2 яблока, 250 г винограда, 2 ломтика ананаса, 100 г сахарной пудры, 250 мл воды, 2 мл ликера.

Очистить фрукты, нарезать ломтиками и кусочками. Виноград разрезать на половинки, удалить косточки, добавить к фруктам. Перемешать сахарную пудру с водой, быстро вскипятить и остудить. Влить ликер, перемешать. Полить фрукты, поставить в холодильник.

49. Фаршированный апельсин

6 крупных и сочных апельсинов, 100 г очищенного и нарезанного тонкими кусочками миндаля, 200 г очищенных и мелко нарезанных фиников, 4 ст. ложки сахарного песка, 50 г апельсинового сока, 25 г коньяка, 150 г сахарной пудры.

Очистить от кожуры апельсины, нарезать горизонтально тонкими ломтиками. На каждое блюдо положить слоями ломтики апельсина, миндаль, финики и сахарный песок. Перемешать апельсиновый сок, коньяк, сахарную пудру и вылить понемногу на каждый апельсин. Поставить в холодильник на несколько часов.

50. Ананасовый напиток

1 банка консервированных ананасов в сиропе (500 г), 2 лимона, 30 г сахарного песка, 500 г воды.

Воду довести до кипения, снять с огня, влить сок лимонов, положить немного сахара, цедры, перемешать и остудить, в закрытой посуде. Ананас нарезать кубиками. Охлажденную воду процедить через марлю в графин, добавить кубики ананаса с сиропом и поставить в холодильник.