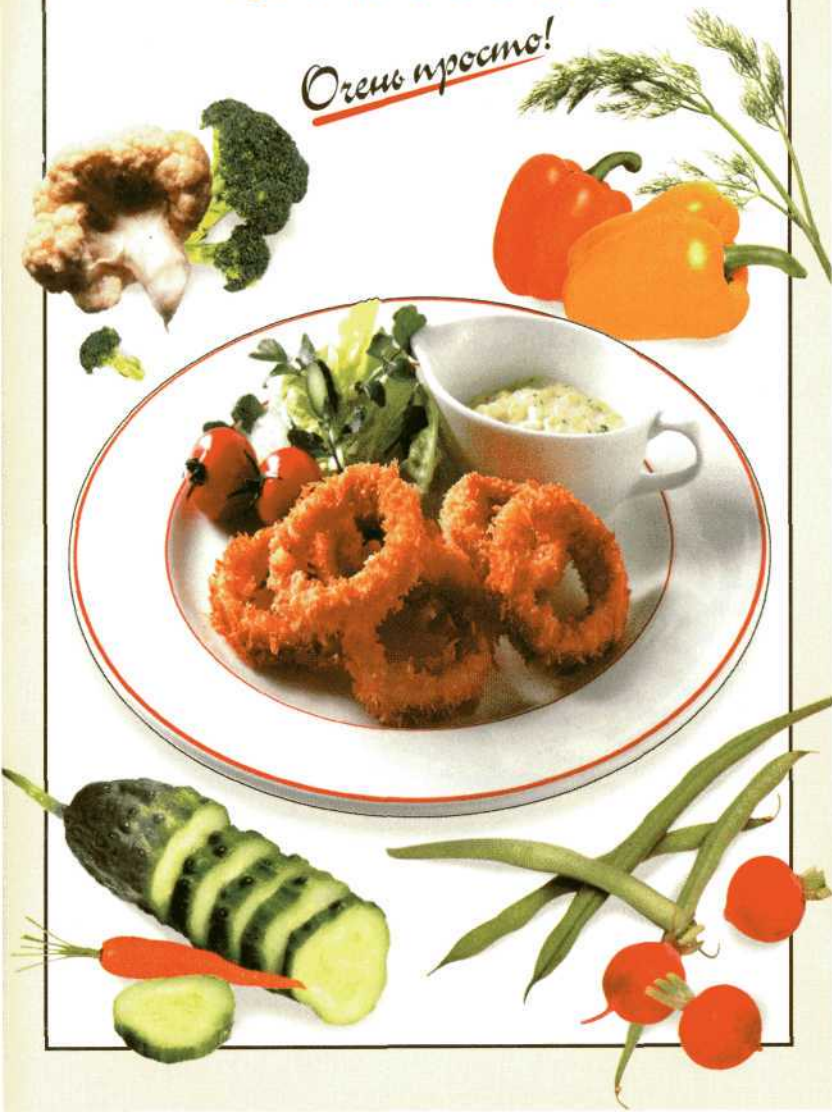


ФРИТЮР

Очень просто!



ББК 36.991

Ф89

Составитель *Т. И. Ильичева*

Ф89 Фритюр. / Сост. Т.И. Ильичева. - М.: Эксмо, СПб.: Терция, 2006. - 64 с.

Сегодня любителям продуктов, зажаренных до румяной корочки, трудно обойтись без фритюрницы. Продукты, приготовленные во фритюре, менее калорийны, чем жаренные «обычным» способом, в них сохраняется больше витаминов и минералов.

В нашей книге приводится множество рецептов: это самые разнообразные закуски, блюда из мяса, птицы, рыбы и морепродуктов, творога и сыра, овощей, кукурузы и бобовых. Несомненно, порадуют ваших друзей и близких приготовленные во фритюре пончики, пирожки и пышки.

© «Терция», составление, 2001

© «Терция», оформление, 2001

© «Эксмо», 2001

ISBN

5-04-088164-9

ПРЕДИСЛОВИЕ

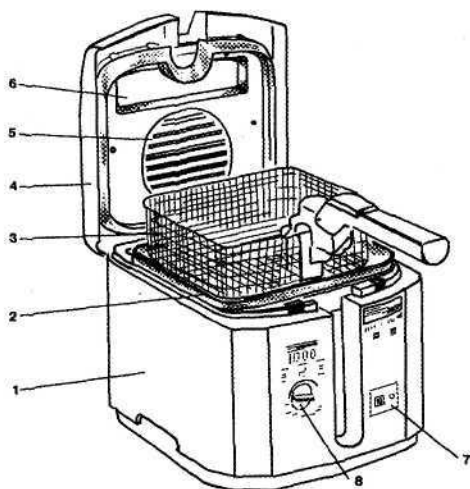
В последние годы на кухне появилось много современной техники, которая облегчает труд хозяйки. Среди этой техники выделяется особой простотой в применении фритюрница, без которой сложно обойтись любителям продуктов, зажаренных до хрустящей румяной корочки.

Использование этого современного кухонного электроприбора, предназначенного для жаренья пищи, позволяет избежать недостатков ее приготовления в сковороде на обычной плите, прежде всего чада и неприятного запаха. Но главное — во фритюрнице масло нагревается до температуры 190° С, которая поддерживается на этом уровне постоянной, а это значит, что масло не горит и не теряет своих полезных свойств. Продукты, приготовленные во фритюрнице, менее калорийны, чем жаренные «обычным» способом, так как горячее масло сразу «схватывает» продукт, и жир уже не проникает внутрь (при этом сохраняется большая часть витаминов и минералов).

Устройство прибора несложно, его легко содержать в чистоте. Стоит ознакомиться и с приведенными ниже мерами безопасности при эксплуатации фритюрницы.

Устройство фритюрницы

Большое количество моделей фритюрниц, предлагаемых современному потребителю, отличаются друг от друга по форме, объему, мощности, дизайну.



Но принцип действия (и, соответственно, устройство) — один и тот же для всех.

Масло, налитое в металлический бачок или съемный контейнер 2 (см. рисунок), вставляемый в корпус 1, разогревается с помощью электрического нагревательного элемента, встроенного в корпус, до нужной температуры, которую можно регулировать, изменяя положение переключателя 8 термостата.

В контейнер с маслом помещают металлическую корзину с пластмассовой ручкой 3 с жаряемым продуктом.

4 При использовании фритюрницы, оборудованной электронным таймером 7, можно задавать время



приготовления. По истечении этого времени таймер подаст сигнал, но не прекратит работу прибора.

В крышку 4 фритюрницы встроены блок фильтрации 5 с поглощающим запах фильтром и индикатором его насыщения, а также смотровое окошко 6.

Достоинства фритюрницы

Пластиковые стенки фритюрницы теплоизолированы, поэтому исключается опасность получения ожогов в процессе приготовления пищи. Смотровое окошко в крышке позволяет следить за процессом приготовления.

Масло, заливаемое во фритюрницу, можно использовать многократно.

Меры безопасности

Хотя фритюрница имеет довольно простую конструкцию и эксплуатировать ее легко, без соблюдения определенных мер предосторожности невозможно гарантировать безопасность ее работы.

Ознакомьтесь с инструкцией по эксплуатации фритюрницы и следуйте ее рекомендациям.

Ставьте фритюрницу на ровную устойчивую поверхность, на которую не может попасть вода. Не устанавливайте прибор около источников тепла.

Не включайте фритюрницу, если контейнер не заполнен маслом.

Проверяйте уровень масла перед каждым включением — он должен находиться между максимальным и минимальным предельными уровнями, лучше ближе к минимальному.



Следите за тем, чтобы вентиляционную решетку отсека фильтрации не закрывали какие-либо предметы.

Не вынимайте контейнер, если он съемный, из фритюрницы во время ее работы.

Никогда не оставляйте работающую фритюрницу без присмотра.

Не позволяйте детям приближаться к включенной фритюрнице.

Не держите руки над крышкой фильтра при работе прибора, так как выходящий пар очень горячий.

Не прикасайтесь к нагретым внешним и внутренним металлическим поверхностям фритюрницы, если крышка открыта.

Не перемещайте фритюрницу во время работы, а также с открытой крышкой, если внутри горячее масло.

Фильтруйте и заменяйте регулярно масло в соответствии с рекомендациями производителя.

Регулярно заменяйте угольный фильтр для обеспечения безопасной эксплуатации прибора и во избежание разлития горячего масла.

Отключайте прибор после работы, перед любой операцией по уходу и чистке, перед каждым сливом либо заполнением маслом или при неисправности.

При воспламенении масла закройте крышку и отключите прибор от сети. Никогда не применяйте воду для тушения. Лучше используйте влажную ткань.

Приготовление пищи во фритюрнице

Приемы приготовления пищи во фритюрнице, как и во всяком другом кухонном электрическом приборе, имеют свои особенности, изучив которые, вы сможете быстро и без затруднений готовить вкусные и аппетитные блюда.



Используйте смешанное растительное масло, чистое кукурузное или чистое рапсовое масло. Не употребляйте арахисовое, подсолнечное, соевое, оливковое масла, топленые свиной и говяжий жиры.

Если вы пользуетесь сливочным или бутербродным маслом, то сначала растопите его в сковороде, а затем перелейте во фритюрницу. Только в моделях, имеющих регулируемый термостат, можно топить твердое масло, нарезав его на мелкие кубики, в контейнере (но ни в коем случае не в корзине) при самой низкой температуре.

Никогда не смешивайте различные виды масла (например, растительное и сливочное) и жиров, а также старое масло со свежим.

Масло можно хранить в отключенной от сети фритюрнице, закрытой крышкой.

Для образования хрустящей корочки перед жареньем влажные продукты (например, нарезанный картофель) тщательно обсушивайте, а замороженные – отряхивайте от кусочков льда.

Вкуснее получаются продукты, на которые нанесено кулинарное покрытие (приправленная мука, панировочные сухари, жидкое тесто и т. п.).

Куски продуктов, закладываемых для жаренья, должны быть одного размера, чтобы они обрабатывались в одинаковой степени. Не используйте слишком толстые куски – они могут не прожариться полностью.

Заполняя корзину продуктами, никогда не превышайте максимально допустимого их количества. Замороженными продуктами заполняйте корзину не более чем на $\frac{3}{4}$ ее объема.

Перед тем как опустить корзину с продуктами в масло, нагрейте его во фритюрнице до нужной температуры.

Опускайте корзину в масло лишь после того, как сигнальная лампочка температуры погаснет,



причем делайте это осторожно и не быстро, иначе масло может выплеснуться.

Внимательно следите за процессом жаренья продукта во избежание его пережаривания. Время, указанное на фритюрнице и в приводимых ниже рецептах, является ориентировочным и может изменяться в зависимости от количества, качества и первоначальной температуры продуктов, а также в соответствии с вашим вкусом.

Чтобы увеличить длительность использования жира, избегайте продолжительного перегрева фритюра.

Перед подачей на стол надо обязательно дать маслу стечь с готовых продуктов. Однако не оставляйте блюдо слишком долго в корзине, так как горячие пары могут размягчить его хрустящую корочку.

Чтобы предотвратить преждевременное загрязнение масла, соль и перец добавляйте уже в готовые продукты и после того, как они будут извлечены из корзины.

Уход за прибором

Содержание фритюрницы в чистом виде — одно из необходимых условий ее исправной и безопасной работы, поэтому так важно знать правила ухода за этим электроприбором.

Перед чисткой отключайте фритюрницу от сети и давайте ей остыть.

Каждый раз после приготовления обмывайте фритюрницу снаружи при помощи губки или мягкой ткани, смоченной в воде со средством для мытья посуды, а затем вытирайте ее насухо губкой или тряпкой, промытой в чистой воде. Никогда не используйте абразивные средства или губки, а также спирт. Никогда не опускайте весь прибор или его крышку в воду либо под водяную



После каждого использования фритюрницы протирайте ее крышку изнутри мягкой влажной тканью, а угольный фильтр бумажным полотенцем.

Корзину мойте также после каждого приготовления, опустив ее в теплую воду со средством для мытья посуды. После мытья тщательно ее прополосните и вытрите.

Чистку несъемного бачка или мытье съемного контейнера производите при каждой замене фритюра.

Освобожденный от масла несъемный бачок протрите промокательной бумагой, салфеткой или бумажным полотенцем, промойте его губкой, смоченной горячей водой с добавлением средства для мытья посуды, прополосните и тщательно осушите.

Для мытья съемного контейнера с антипригарным покрытием используйте горячую воду, жидкость для мытья посуды и мягкую губку. Съемный контейнер можно мыть в посудомоечной машине, но надо следить, чтобы при помещении контейнера в машину ее полки не поцарапали его внутреннюю поверхность. После мытья контейнера в посудомоечной машине нужно смазать его изнутри маслом с помощью бумажного полотенца.

РЕЦЕПТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

Кулинарные покрытия



Английский сладкий соус

1 яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, 20 г сахарной пудры.

Взбить яйцо с растительным маслом и сахарной пудрой.



Английский соленый соус

1 яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, соль и молотый перец по вкусу.

Взбить яйцо с растительным маслом, добавить соль и перец.



Панировка по-английски

10

1 яйцо, пшеничная мука, молотые белые сухари, соль по вкусу.



Обвалить продукты в муке, затем обмакнуть во взбитое яйцо и обвалить в сухарях, смешанных с солью.



Пивной кляр

150 г муки, $\frac{3}{4}$ стакана пива, 1 яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, соль по вкусу.

Соединить все продукты и тщательно перемешать.



Яичный кляр

1 яйцо, 100 г муки, $\frac{3}{4}$ стакана молока, 1 ч. ложка растительного масла, 1 щепотка соли.

Яичный желток отделить от белка и соединить с мукой, солью, молоком и маслом. Все перемешать.

Белок взбить в густую пену, влить в мучную массу и осторожно смешать с ней.

Закуски



Жареные куриные крылышки

4 порции: 800 г куриных крылышек, 4 ст. ложки муки, молотый белый перец и соль по вкусу.



при 180° С.

Куриные крылышки разрезать в суставах, обвалить в муке, приправленной перцем и солью, и жарить во фритюрнице 10–12 мин



Ветчина с тмином в кляре

2 порции: 200 г ветчины, 1 яйцо, 100 г муки, 3/4 стакана молока, 1 ч. ложка растительного масла, соль и молотый тмин по вкусу.

Ветчину нарезать на 4 ломтика, а затем полосками.

Из муки, яйца, молока, масла и соли приготовить яичный кляр, как указано выше в разделе «Кулинарные покрытия».

Полоски ветчины посыпать тмином, обмакнуть в кляр и жарить во фритюрнице 2–3 мин при 180° С.



Маринованные рыбные палочки

4 порции: 400 г рыбного филе, 50 мл растительного масла, сок 1 лимона, 1 яйцо, 2 ст. ложки горчицы, 3 ст. ложки муки, 3 ст. ложки молотых сухарей, соль, молотый перец по вкусу.

Нарезать рыбное филе на палочки сечением 1 × 1 см. Положить их на 1 ч в маринад, приготовленный из лимонного сока, растительного масла, горчицы и соли.

12 Затем запанировать палочки по-английски, как указано выше в разделе «Кулинарные покрытия»,

и жарить во фритюрнице 5–7 мин при температуре 160° С.

Подавать жареные палочки с майонезом.



Картофельные чипсы

4 порции: 750 г картофеля, соль по вкусу.

Картофель очистить и нарезать на ломтики толщиной 2 мм. Тщательно его промыть и обсушить. Заполнить корзину фритюрницы наполовину картофелем и жарить чипсы 4–5 мин при 190° С.

Дать маслу стечь, посолить и подавать к столу.



«Стружка» картофельная

2–3 порции: 400 г картофеля, соль по вкусу.

Крупный картофель очистить и обрезать так, чтобы получился клубень цилиндрической формы высотой 2–3 см. С подготовленного таким образом клубня срезать длинные полоски. Полученные полоски промыть, обсушить и свернуть в виде стружки.

Жарить картофельную «стружку» во фритюрнице 7–9 мин при 190° С. Дать маслу стечь и посолить картофель.



Пампушки картофельные

5–6 порций: 1,2 кг картофеля, 1/2 стакана муки, 1 яйцо, соль по вкусу.



Отваренный в кожуре картофель охладить и очистить, пропустить через мясорубку, добавить соль, яйцо, немного муки и вымешать до крутой консистенции.

Подготовленную массу выложить на стол или деревянную доску, посыпанную мукой, и раскатать в слой толщиной 2 см. Тесто нарезать ромбиками и жарить 7–9 мин при 190° С.

Пампушки можно подать с маслом, сметаной или сметанным соусом.



Яйца с ветчиной по-шотландски

5 порций: 5 яиц, 150 г ветчины, 3 анчоуса, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1/4 ч. ложки мслотого черного перца.

Анчоусы очень мелко порубить, ветчину пропустить через мясорубку, добавить сухари, перец и 1 яйцо.

Остальные четыре яйца сварить вкрутую, очистить, обвалять в подготовленной массе и жарить во фритюрнице 4–6 мин при 160° С. Затем, каждое яйцо разрезать пополам и подать на поджаренном ломтике хлеба.



Палочки картофельные, жаренные в сыре

5–6 порций: 1 кг картофеля, 5 ст. ложек тертого сыра, соль по вкусу.

14 Сырой очищенный картофель, положить в кастрюлю, полностью залить холодной водой, на медлен-



ном огне довести воду до кипения и варить, не допуская бурного кипения, 10 мин. ·

Затем нарезать картофель в виде длинных палочек диаметром 4 мм, обсыпать их тертым сыром, высушить и посолить.

Жарить палочки во фритюрнице 7–9 мин при 190° С.



Кольца лука во фритюре

2 порции: 150 г репчатого лука, 1/4 стакана пшеничной муки, соль по вкусу.

Лук очистить, промыть и тонко нарезать кружочками. Разделить кружки на кольца.

Обвалять кольца лука в муке и жарить во фритюрнице 2–4 мин при 180° С.

Дать маслу стечь с жареного лука и посолить его.



Пышки из сушеных грибов

4 порции: 100 г сушеных грибов, 100 г белого хлеба, 1/4 стакана сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 2 яичных желтка, 2 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 4 ст. ложки молотых сухарей, соль по вкусу.

Предварительно замоченные сушеные грибы сварить, мелко порубить, добавить замоченный в грибном бульоне белый хлеб, сметану, сливочное масло, яйца, печеный репчатый лук. Все тщательно растереть, дать фаршу набухнуть.



Затем сформовать пышки в виде маленьких шариков, обвалить их в желтках, смешанных с растительным маслом, затем запанировать в молотых сухарях.

Жарить пышки во фритюрнице 5–6 мин при 150° С.

Подавать, полив сливочным маслом.



Пампушки по-русски

4 порции: 4 ломтика белого хлеба, 4 зубчика чеснока, соль по вкусу.

Ломтики хлеба жарить во фритюрнице в течение 1–2 мин при 190° С.

Дать маслу стечь и посыпать пампушки измельченным чесноком и солью.

Блюда из мяса



Говядина по-венгерски

4 порции: 4 ломтика мяса (примерно по 180 г), 3 ст. ложки жира, 1 луковица, 1 стакан красного вина, 150 г вареных грибов, 1 ст. ложка томатной пасты, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки растительного масла, молотый красный перец на кончике ножа, молотый черный перец и соль по вкусу.



Обжарить в кастрюле на масле мелко нарубленный лук. Снять с огня, добавить красный перец и томатную пасту. Залить красным вином, поставить на несколько минут на огонь и потушить.

Мясо переложить в кастрюлю, вылить на него приготовленный соус, чтобы он покрыл мясо. Добавить порубленные предварительно обжаренные грибы.

К мясу подать жареный картофель.



Говяжьи рулетики

4 порции: 600 г мягкой говядины, 5 зубчиков чеснока, 125 г сливочного масла, 3 яйца, 75 г молотых сухарей, 1 ст. ложка молока, 1 ст. ложка зелени петрушки, мука, соль и молотый черный перец по вкусу.

Мясо нарезать на куски, отбить, посолить, поперчить и натереть чесноком. На середину каждого куска положить немного сливочного масла, свернуть из них рулетики, обмакнуть в смесь яиц, молока и муки и обвалять в сухарях.

Жарить рулетики во фритюрнице 10 мин при 180° С.

Подавать рулетики, посыпав зеленью петрушки, с жареным картофелем.



Свинные эскалопы

4 порции: 4 тонких куска свинины, 1 яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, 1 лимон, 4 ст.



ложки муки, 4 ст. ложки молотых сухарей, молотый черный перец и соль по вкусу.

Эскалопы посолить и поперчить. Обвалять их в муке, обмакнуть в соленый английский соус, приготовленный, как указано выше в разделе «Кулинарные покрытия». Затем обвалять мясо в молотых сухарях.

Жарить эскалопы во фритюрнице 5–7 мин при 180° С. Подавать с ломтиками лимона.



Свинина по-вьетнамски

4 порции: 500 г свиного филе, 1 яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, 4 ст. ложки муки, 4 ст. ложки молотых сухарей, молотый черный перец и соль по вкусу.

Нарезать свинину на полоски шириной 1,5 см. Обвалять их в муке и обмакнуть в соленый английский соус, приготовленный, как указано выше в разделе «Кулинарные покрытия». Затем обвалять мясо в молотых сухарях.

Жарить свинину во фритюрнице 5–7 мин при 180° С.

В качестве гарнира подать нарезанный репчатый лук и соевые побеги.



Свинина в кисло-сладком соусе

4 порции: 500 г свиного филе, 250 г маринованных огурцов, 2 зубчика чеснока, 2–3 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки сахарного песка, 2–3 ст. ложки зелени петрушки и укропа, 1 ч. ложка крахмала, 3 ст. ложки

муки, 2 яйца, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка соли, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотого черного перца.



Мясо нарезать порционными кусками. Из муки, 4 ст. ложек воды, яиц, соли и перца замесить не слишком жидкое тесто. Куски мяса обмакнуть в тесто, быстро опустить во фритюрницу и жарить 5–7 мин при 180° С.

Для приготовления соуса растительное масло разогреть в сковороде, добавить толченый чеснок, слегка обжарить и снять с огня. Затем добавить уксус, сахар, зелень, разведенный крахмал, измельченные огурцы, перец. Вскипятить соус и залить им куски мяса.

Подавать свинину с рисом или макаронными изделиями.



Баранина в кляре

3–4 порции: 400 г бараньего филе, 1 яйцо, 100 г муки, $\frac{3}{4}$ стакана молока, 1 ч. ложка растительного масла, молотый черный перец, тимьян и соль по вкусу.

Баранину нарезать на 8 кусочков, посолить, поперчить и посыпать тимьяном. Из яйца, муки, молока, масла и соли приготовить яичный кляр, как указано выше в разделе «Кулинарные покрытия». Кусочки баранины обмакнуть в кляр и жарить во фритюрнице 4–5 мин при 180° С.



Котлеты рубленые из говядины и квашеной капусты

3–4 порции: 250 г говяжьего филе, 250 г квашеной капусты, 25 г репчатого лука, 6 яиц, 2 ст.



ложки молотых сухарей, соль и молотый черный перец по вкусу.

Мясо пропустить через мясорубку. В фарш добавить мелко нарезанные и пассерованные квашеную капусту, репчатый лук, ввести 5 яиц, соль и перец.

Сформовать котлеты, обмакнуть их в смесь молотых сухарей с яйцом и жарить во фритюрнице при 180° С в течение 7–8 мин. Подавать с картофельным пюре и зеленью. Отдельно подать томатный соус.



Биточки рубленые из говядины в кляре

400 г говяжьего филе, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1 яйцо, 1/3 стакана молока, черный молотый перец и соль по вкусу.

Говядину дважды пропустить через мясорубку, добавить соль, черный молотый перец, 1/2 стакана воды. Хорошо вымешать фарш и разделить в виде биточков. Обмакнуть их в яичный кляр, приготовленный, как указано в разделе «Кулинарные покрытия», из муки, яйца, молока и соли.

Жарить биточки во фритюрнице 6–7 мин при 180° С.

Подавать с картофелем, огурцами, зеленым луком. Украсить зеленью петрушки.



Зразы рубленые из говядины

20 *700 г говяжьего филе, 1/3 стакана молока, 2 яйца, 150 г жареных грибов, 1 ст. ложка муки, 200 г*

картофеля, 50 г репчатого лука, черный молотый перец, соль по вкусу.



Говядину дважды пропустить через мясорубку, заправить молоком, солью, черным молотым перцем и 1 яйцом. Из фарша сформовать лепешки, на которые уложить начинку из жареных грибов и пассерованного репчатого лука. Завернуть начинку в фарш и сформовать овальные зразы, смочить их в смеси муки с яйцом, обвалять в сыром картофеле, нарезанном мелкими кубиками, затем еще раз смочить в смеси муки с яйцом и обвалять в сыром картофеле.

Жарить зразы во фритюрнице 7–9 мин при 160° С.

Подавать с луком фри, жареным картофелем, зеленью, огурцами и помидорами.



Натуральные котлеты по-венгерски

4 порции: 4 телячьих котлеты (примерно по 120 г), 70 г шампиньонов, нарезанных и обжаренных в масле, 125 г шпината, 2 ст. ложки тертого сыра, 2 желтка, 1 ст. ложка молотых сухарей, 1 1/2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1–2 ст. ложки мелко порубленной свинины, 1/2 стакана молока, соль по вкусу.

Котлеты обвалять в панировочных сухарях и жарить во фритюрнице 4–5 мин при 180° С.

Приготовить соус бешамель. Для этого масло растопить, смешать с мукой и порубленной свининой, поджарить, не подрумянивая, развести молоком, посолить, довести до кипения и смешать с желтками.

Дно сковороды выложить листьями ошпаренного шпината и уложить на них котлеты. Котлеты



покрыть слоем грибов и все залить соусом бешамель, а сверху посыпать тертым сыром.



Бифштекс рубленый из говядины и свеклы

5 порций: 500 г говяжьего фарша, 100 г отварного картофеля, нарезанного мелкими кубиками, 100 г порубленной маринованной свеклы, 2 ст. ложки тертого репчатого лука, 2 ст. ложки мелко нарезанных маринованных огурцов, 2 яйца, соль, молотый красный перец и горчица по вкусу.

Все продукты перемешать и сформовать из полученного фарша бифштексы толщиной в 1,5 см.

Жарить бифштексы во фритюрнице при 180° С 9–10 мин.

Подавать с жареным картофелем.



Бифштекс рубленый в кляре

4–5 порций: 300 г свиного филе, 300 г говяжьего филе, $\frac{1}{2}$ стакана сливок 20%-ной жирности, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка сливочного масла, $\frac{1}{4}$ стакана молока, 1 яйцо, соль и молотый черный перец по вкусу.

Филе свинины и говядины пропустить через мясорубку, ввести взбитые сливки, посолить, поперчить и перемешать полученный фарш.

Сформовать из фарша бифштексы толщиной 2,5–3 см. Обмакнуть в яичный кляр, приготовленный, как указано выше, из муки, сливочного масла, соли, яйца и молока.



Жарить бифштексы во фритюрнице 4–5 мин при 150° С. Подавать, полив сливочным маслом, с жареным картофелем, огурцами, зеленым горошком, прогретым в собственном соку, и зеленью.



Жареная телячья грудинка

4–5 порций: 800 г телячьей грудинки, 2 яйца, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки молотых сухарей, 1 лимон, 3 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, соль и молотый черный перец по вкусу.

Грудинку промыть, залить кипящей подсоленной водой и варить под крышкой до готовности. Готовое мясо вынуть из бульона, удалить все кости и толстые хрящи. Уложить на блюде, прижать кухонной доской с грузом и оставить до полного охлаждения.

Охлажденную грудинку нарезать равными порционными прямоугольными кусками, посолить, поперчить, обвалять в муке, взбитых яйцах и молотых сухарях.

Жарить мясо во фритюрнице 4–5 мин при 180° С. Готовую грудинку уложить на продолговатом блюде, украсить зеленью петрушки и ломтиками лимона. Подавать с картофелем в любом виде и салатом из сырых овощей.



Жареная баранья грудинка

4 порции: 750 г бараньей грудинки, 1 яйцо, 1/2 стакана оливкового масла, 2 зубчика чеснока,



Фритюр

2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1 маленький стручок горького красного перца, 1 лавровый лист, соль по вкусу.

Оливковое масло ($\frac{1}{4}$ стакана) смешать с измельченным чесноком и мелко нарезанным перцем. Добавить лавровый лист и соль. Грудинку разрезать на 12 частей и обмазать приготовленной смесью. Дать постоять 2 ч.

После этого мясо обсушить, обвалять в муке, обмакнуть в соленый английский соус, приготовленный как указано в разделе «Кулинарные покрытия», из яйца и масла. Затем обвалять в сухарях. Жарить запанированные куски грудинки во фритюрнице 5–7 мин при 180° С.

Подавать блюдо очень горячим.



Тефтели из баранины

4 порции: 500 г бараньего филе, 2 клубня картофеля, 4 зубчика чеснока, 2 ст. ложки муки, 1 яйцо, соль, молотый красный и черный перец по вкусу.

Баранину вместе с очищенным сырым картофелем и чесноком дважды пропустить через мясорубку, добавить соль, черный и красный перец, взбитое яйцо и перемешать. Сделать из фарша шарики и обвалять их в муке.

Жарить тефтели во фритюрнице 7–9 мин при 190° С.

Подавать тефтели с кетчупом.



Ветчина в чипсах

24 *3 порции: 400 г ветчины, 50 г картофельных чипсов, 2 яйца, 2 ст. ложки муки.*



Чипсы хорошо раздробить. Ветчину нарезать квадратиками. Яйца взбить в глубокой тарелке. Муку высыпать в другую тарелку, а чипсы – в третью. Кусочки ветчины быстро обваливать последовательно в муке, яйце и чипсах. Жарить во фритюрнице 5–7 мин при 180° С.

Подавать вместе с огурцами или зеленым салатом.



Жареные сардельки

3 порции: 6 сарделек.

Сардельки надрезать с двух концов крестообразно и жарить во фритюрнице 2–3 мин при 180° С.

Подавать с картофелем фри и тушеной капустой.



Сосиски в кляре

4 порции: 500 г сосисок, 1 стакан муки, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 стакан молока, сахарный песок, зелень петрушки и соль по вкусу.

Яичные желтки отделить от белков.

Желтки растереть со сметаной, всыпать соль, сахар, вымешать с просеянной мукой, развести молоком до необходимой консистенции, перемешать со взбитыми белками.

С сосисок снять оболочку, нарезать на кусочки, обмакнуть их в кляр и жарить во фритюрнице 4–5 мин при 160° С.



Выложить куски на блюдо, украсить веточками петрушки и подать горячими.

Блюда из птицы



Куриное мясо в пивном кляре

3 порции: 400 г белого куриного филе, 1 яйцо, $\frac{3}{4}$ стакана пива, 150 г муки, 1 ст. ложка растительного масла, 1 зубчик чеснока, паприка и соль по вкусу.

Куриное мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, посыпать паприкой, обмазать измельченным чесноком.

Из пива, яйца, муки, масла и соли приготовить пивной кляр, как указано в разделе «Кулинарные покрытия».

Кусочки курицы обмакнуть в кляр и жарить во фритюре 4–5 мин при 180° С.



Куриное мясо с орехами и кунжутом

4 порции: 4 куриные грудки, 1 яичный белок, 1 ст. ложка хереса, 1 ст. ложка соевого соуса, 1 ст. ложка кукурузного крахмала, 100 г измельченных грецких орехов, 50 г кунжута, 4 ст. ложки молотых сухарей.

Смешать яичный белок, херес, соевый соус, крахмал, орехи и кунжут.



Курицу нарезать на порционные куски. Смазать приготовленной ореховой массой куски курицы. Обвалять их в молотых сухарях.

Жарить курицу во фритюрнице 7–9 мин при 180° С.



Куриные палочки

4 порции: 2 куриные грудки, 100 г тертого сыра, 1 лимон, 1 яйцо, 4 ст. ложки муки, 4 ст. ложки молотых сухарей, соль по вкусу.

Куриное мясо нарезать полосками размерами 2 × 10 см. Молотые сухари смешать с тертым сыром.

Запанировать кусочки курицы по-английски, как указано в разделе «Кулинарные покрытия».

Жарить полученные куриные палочки во фритюрнице 4–5 мин при 180° С.

Дать маслу стечь и подавать палочки с ломтиками лимона.



Котлеты по-киевски

4 порции: 4 куриные грудки, 100 г сливочного масла, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 сырое яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу.

Смешать размягченное сливочное масло с мелко порубленными вареными яйцами, зеленью петрушки, солью и перцем.



Куриное мясо нарезать на порционные куски, отбить их так, чтобы получились ровные пластины. Положить на каждую яичную начинку и свернуть мясо так, чтобы ее закрыть.

Запанировать мясо по-английски, как указано в разделе «Кулинарные покрытия», и жарить котлеты во фритюрнице 8–10 мин при 180° С.



Цыпленок жареный

4 порции: 1 небольшой цыпленок (примерно 600 г), 1 яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, 4 ст. ложки муки, 4 ст. ложки молотых сухарей, 1 пучок кресс-салата, молотый черный перец и соль по вкусу.

Цыпленка разрубить на 4 части и отбить. Приправить солью, перцем и запанировать по-английски, как указано в разделе «Кулинарные покрытия».

Жарить цыпленка во фритюрнице 12–15 мин при 180° С.

Дать маслу стечь и подавать с кресс-салатом.



Цыплята маринованные жареные

8 порций: 2 цыпленка (по 600–700 г), 2 луковицы, 1 лимон, 2 зубчика чеснока, молотый черный перец и соль по вкусу.

Подготовить цыплят, разделить каждого на 8 частей.

Приготовить маринадную массу из сока лимона, мелко порубленного репчатого лука, перца и рас-



тертого с солью чеснока. Нанести эту массу на куски цыплят и дать им промариноваться в течение 2 ч.

Жарить цыплят во фритюрнице 12–15 мин при 180° С.



Тефтели куриные

2 порции: 250 г куриного мяса, 5–6 ст. ложек растительного масла, 5 ст. ложек муки, 1 ст. ложка мелко порубленного репчатого лука, 1 1/4 стакана молока, 50 г ветчины, 2 яйца, 1 ст. ложка молотых сухарей, тертый мускатный орех, молотый черный перец и соль по вкусу.

Лук слегка обжарить в хорошо разогретом растительном масле, добавить мелко нарезанную ветчину, затем муку и осторожно подлить молоко, непрерывно помешивая подливку, чтобы в соусе не образовалось комочков.

Куриное мясо мелко порубить и положить в приготовленный соус. Все тушить на очень слабом огне, приправить по вкусу солью, перцем и мускатным орехом. Дать массе остыть, сформовать из нее небольшие шарики и обвалить их во взбитом яйце и сухарях.

Жарить тефтели во фритюрнице 4–6 мин при 160° С.

Блюда из рыбы и морепродуктов



Камбала фри, панированная в муке

4 порции: 500 г филе камбалы, 2 ст. ложки муки, 1/3 стакана молока, 1 ст. ложка сливочного



масла, $\frac{1}{2}$ лимона, зелень петрушки, соль и молотый черный перец по вкусу.

Рыбу нарезать на порционные куски и замочить в молоке. Затем куски посыпать солью и перцем, запанировать в муке и поместить в разогретую фритюрницу.

Жарить рыбу 4–6 мин при 160°C . Готовую рыбу украсить ломтиками лимона и зеленью петрушки.



Лососина, жаренная в кляре

4 порции: 500 г филе лосося, 1 стакан муки, 1 яйцо, $\frac{1}{2}$ стакана светлого пива, $\frac{1}{2}$ лимона, соль по вкусу.

Рыбу сполоснуть, нарезать полосками, посолить, сбрызнуть соком лимона.

Из муки, яйца, пива и соли приготовить пивной кляр, как описано в разделе «Кулинарные покрытия». Куски рыбы обвалить в муке, обмакнуть в кляр.

Жарить рыбу во фритюрнице 4–6 мин при 160°C .



Маринованный морской окунь, жаренный во фритюре

4 порции: 4 куса филе морского окуня, $\frac{3}{4}$ стакана растительного масла, 1 яйцо, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка молотых сухарей, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу.



Нанести полученную смесь на рыбу и дать ей промариноваться в течение 1 ч.

Затем запанировать рыбное филе в муке и обмакнуть в соленый английский соус, приготовленный, как указано в разделе «Кулинарные покрытия», из яйца, 1 ст. ложки растительного масла, соли и перца. Обвалять в молотых сухарях.

Жарить рыбу во фритюрнице 7–8 мин при 160° С.



Палтус фри, панированный в сухарях

4 порции: 500 г палтуса, 2 ст. ложки муки, 2 яйца, 3 ст. ложки молотых сухарей, 1/2 лимона, соль и молотый черный перец по вкусу.

Подготовленные порционные куски посыпать солью и перцем, запанировать в муке, смочить в яйце и запанировать в сухарях.

Жарить рыбу во фритюрнице 4–6 мин при 160° С.

Готовую рыбу украсить ломтиками лимона. Подавать с жареным картофелем.



Салака, жаренная в кляре

4 порции: 500 г филе салаки, 2 ст. ложки растительного масла, 2/3 стакана муки, 1/2 лимона, 2 яйца, 1/3 стакана молока, 3 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, соль и молотый черный перец по вкусу.

Филе салаки посолить и оставить на 10–15 мин. Затем сбрызнуть его лимонным соком, полить



растительным маслом, посыпать молотым перцем и петрушкой, уложить рядами в неокисляющуюся посуду и выдержать на холоде не менее 30 мин.

Затем кусочки филе свернуть в виде рулетиков, начиная с хвоста, кожей внутрь и скрепить их деревянными шпильками.

Подготовленное филе обмакнуть в яичный кляр, приготовленный, как описано в разделе «Кулинарные покрытия», из молока, яйца, муки, масла и соли. Жарить рулетики во фритюрнице 4–6 мин при 160° С.

Подать рыбу немедленно после жаренья, вынув шпильки. Отдельно подать томатный соус или майонез.



Сельдь свежая, жаренная в кляре

6–8 порций: 1 кг некрупной свежей сельди, 3–4 ст. ложки муки, 1 яйцо, 1/2 стакана молока, соль по вкусу.

Сельдь очистить, удалить внутренности и обсушить. Слегка посолить и разрезать вдоль.

Из муки, молока, яйца и соли приготовить кляр, как указано в разделе «Кулинарные покрытия».

Половинки сельди обмакнуть в кляр и сейчас же поместить во фритюрницу с разогретым маслом.

Жарить рыбу 4–6 мин при 160° С.



Сельдь свежая, жаренная во фритюре

32 *6–8 порций: 1 кг свежей сельди, 1 небольшой лимон, 2 яйца, 3 ст. ложки молотых сухарей, 2 ст.*



ложки пшеничной муки, зелень петрушки и соль по вкусу.

Сельдь очистить, разделать, промыть, разделить вдоль хребта на две части, очистить от костей, сбрызнуть лимонным соком и оставить на 1 ч. Затем обсушить, посолить, запанировать в муке, взбитых яйцах, обвалять в сухарях. Жарить рыбу во фритюрнице 4–6 мин при 160° С.

Готовую рыбу украсить зеленью петрушки. Подать с картофелем и салатом из сырых овощей.



Сельдь соленая, жаренная в кляре

5–6 порций: 700 г соленой сельди, 2 стакана молока, 2 яйца, 2 ч. ложки растительного масла, 1 стакан муки, 5–6 ч. ложек сметаны, соль по вкусу.

Яичные желтки отделить от белков.

Соленую сельдь вымочить в молоке в течение 5–6 ч. Филе очистить от костей и кожи, свернуть трубочками и закрепить их деревянными зубочистками.

Приготовить кляр. Для этого желтки растереть с растительным маслом, сметаной, половиной муки. Смешать со взбитыми белками и остальной мукой, слегка посолить. Сельдь с помощью вилки обмакнуть в тесто и поместить в разогретую фритюрницу. Жарить в течение 6–7 мин при 160° С.



Судак, жаренный во фритюре

4 порции: 500 г филе судака, 2 яйца, 4 ст. ложки муки, 1/2 лимона, 2 ст. ложки молотых сухарей.



Рыбу нарезать в виде ромбов, запанировать в муке, смочить в яйце и обвалить в сухарях. Жарить судака во фритюрнице 6–7 мин при 160° С. При подаче на стол на кусочки рыбы положить ломтики лимона. В качестве гарнира подать жареный картофель или жареную зелень петрушки. Отдельно подать томатный или горчичный соус или майонез с корн-шонами.



Форель по-армянски

— 4 порции: 600 г форели, 2 ст. ложки сливочного масла, 4 яйца, 1–2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, соль и молотый черный перец по вкусу.

Форель очистить и вымыть, затем каждую рыбу распластать, срезать спинные плавники, разрезать на порционные куски. Подготовленную таким образом рыбу жарить во фритюрнице при 160° С в течение 4–6 мин в зависимости от размера подготовленных кусков рыбы.

Яйца взбить, посолить и добавить перец по вкусу. Зажаренную во фритюрнице рыбу выложить на сковороду и полить этой смесью, после чего поставить в духовку на 3–5 мин.

Готовую рыбу посыпать зеленью.



Рулетки рыбные с лимоном

топленого масла, 2 ст. ложки муки, 5 ст. ложек молотых сухарей, 3 ст. ложки нарезанной зелени петрушки.



Филе рыбы нарезать на порционные куски и слегка отбить.

На середину каждого куса положить сливочное масло с рубленой зеленью и мелко нарезанным лимоном, все это завернуть в виде рулетиков, скрепить их деревянной зубочисткой, смочить во взбитых яйцах, обвалить в молотых сухарях.

Жарить рулетики во фритюрнице 4–6 мин при 170° С.

Подавать на кусочках хлеба, обжаренного в масле, с жареным картофелем, маринованными фруктами и лимоном.



Рулетики рыбные со шпиком

5–6 порций: 800 г рыбного филе, 150 г шпика, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки молотых сухарей, молотый черный перец и соль по вкусу.

Шпик нарезать тонкими ломтиками.

Филе свежей или мороженой рыбы нарезать порционными кусками, слегка отбить, натереть солью и перцем.

На каждый кусок рыбы положить ломтик шпика, свернуть их рулетиками и заколоть деревянными зубочистками.

Обвалить подготовленные рулетики во взбитом яйце, запанировать в муке, еще раз обвалить в яйце, а затем обвалить в сухарях.



Жарить рулетики во фритюрнице 4–6 мин при 160° С. Подавать рулетики с тушеными овощами.



Крокеты рыбные с сыром

4 порции: 600 г рыбного филе, 1 ломтик черствого белого хлеба, 4 ст. ложки молока, 2 яйца, 2 ст. ложки тертого сыра, 2 ст. ложки молотых сухарей, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яичные желтки отделить от белков. Белки взбить. Белый хлеб залить молоком.

Если у филе темная толстая кожа, снять ее, а филе пропустить через мясорубку вместе с замоченным и отжатым хлебом. Добавить к массе яичные желтки, тертый сыр, перец и соль.

Из приготовленной массы сформовать небольшие шарики, смочить их в белке, запанировать в сухарях. Жарить крокеты во фритюрнице 5–7 мин при 190° С.

Подавать с тушеными овощами, салатом и соусом.



Креветки в кляре с соусом из авокадо

4 порции: 16 крупных креветок, 2 авокадо, сок 1/2 лимона, 150 г муки, 1 яйцо, 3/4 стакана пива, 1 ст. ложка растительного масла, молотый черный перец и соль по вкусу.



разделе «Кулинарные покрытия», из муки, яйца, пива, масла, перца и соли. Жарить креветки во фритюрнице 4–5 мин при 160° С.

Приготовить соус. Для этого разрезать авокадо и удалить косточки. Перемешать его мякоть с лимонным соком, солью и перцем.

Креветки, зажаренные в кляре, подавать с соусом из авокадо.

Блюда из творога и сыра



Пончики творожные

5–6 порций: 500 г творога, 150 г овсяной муки, 80 г меда, 2 яйца, 35 г пшеничной муки, 100 г сметаны.

Творог смешать с яйцами, овсяной мукой, медом. Из полученной массы сформовать шарики и обвалять их в пшеничной муке.

Жарить пончики во фритюрнице 3–4 мин при 170° С. Подавать, полив сметаной.



Пончики сырные

3–4 порции: 4 яичных белка, 200 г сыра, 2 ст. ложки муки, 1/2 ч. ложки соды, 2 ст. ложки нарезанной зелени петрушки, соль по вкусу.

Белки взбить в густую пену, затем, продолжая взбивать, добавить сыр, натертый на мелкой терке,



и смешанную с содой муку, все перемешать в густую пышную массу.

Из полученного теста сформовать небольшие шарики величиной с орех, обвалять их в муке и жарить во фритюрнице 2–3 мин при 150° С.

Подавать, посыпав зеленью петрушки.



Бублики творожные

5–6 порций: 500 г творога, 250 г маргарина, 500 г муки, 150 г сахарного песка, 2 ст. ложки сахарной пудры, 1 яйцо, 1 ч. ложка соды, ванилин по вкусу.

Яичный желток отделить от белка.

К просеянной муке с содой добавить творог, протертый через сито, натертый на крупной терке маргарин, сахар, желток и вымешать до образования однородной массы. Если тесто получилось слишком густым, влить 1–2 ст. ложки кефира или сметаны, перемешать. Затем раскатать тесто в пласт толщиной 1–1,5 см, стаканом вырезать лепешки, рюмкой вырезать в них отверстия, чтобы образовались бублики.

Жарить бублики во фритюрнице 5–7 мин при 160° С.

Готовые бублики положить на блюдо, посыпать сахарной пудрой и ванилином.



Галушки по-чешки

4–5 порций: 1 батон, 150 г сыра, 2 яйца, 1 стакан молока, соль по вкусу.



Черствый батон нарезать кубиками, залить смесью из молока и яиц и выдержать 10–15 мин, чтобы молоко впиталось. Полученную массу посолить, смешать с сыром, натертым на мелкой терке. Если масса получилась жидкой, добавить муку или молотые сухари.

Мокрыми руками сформовать галушки и жарить их во фритюрнице 2–3 мин при 160° С.

Подать горячими с томатным соусом или салатом.



Шницель из сыра

4 порции: 4 ломтика сыра толщиной 1 см, 1 яйцо, 1 ст. ложка молотых сухарей, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 1–2 помидора.

Ломтики сыра обмакнуть во взбитое яйцо и обвалить в молотых сухарях.

Жарить сыр во фритюрнице 2–3 мин при 190° С.

Посыпать мелко нарезанным зеленым луком, украсить ломтиками помидоров и подать со шпинатом и картофелем.



Крокеты из сыра с картофелем

4 порции: 150 г тертого сыра чеддер, 500 г картофеля, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 сырое яйцо, 4 ст. ложки муки, 4 ст. ложки молотых сухарей, 3 ст. ложки мелко нарезанных петрушки и укропа, тертый мускатный орех, молотый черный перец и соль по вкусу.



Картофель очистить, сварить в подсоленной воде и пропустить через мясорубку.

Яйца, сваренные вкрутую, мелко порубить.

Соединить сыр, картофель, зелень, порубленные яйца, перец, мускатный орех, соль и все тщательно перемешать.

Сформовать из полученной массы круглые или продолговатые крокеты. Запанировать их по-английски, как описано в разделе «Кулинарные покрытия», и жарить во фритюрнице 5–6 мин при 190° С.

Подавать со свежими овощами и кетчупом.



Яйца с сыром по-шотландски

4 порции: 4 сваренных вкрутую яйца, 1 сырое яйцо, 150 г вареного белого куриного мяса, 90 г сыра моцарелла, по 2 ст. ложки муки и молотых сухарей, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки, 1 ч. ложка горчицы, молотый перец и соль по вкусу.

Яйца очистить от скорлупы. Куриное мясо пропустить через мясорубку, смешать с горчицей, петрушкой, солью и перцем. Сыр нарезать тонкими ломтиками. Каждое яйцо обернуть сыром и куриным фаршем, запанировать по-английски, как указано выше. Панированные яйца жарить во фритюрнице 8–10 мин при 180° С.

Блюда из овощей, кукурузы и бобовых



Клецки овощные

40

3–4 порции: 250 г любых тушеных овощей, 65 г овсяных хлопьев, 1 яйцо, 1 луковица, 3 ст. ложки

молотых сухарей, молотый черный или красный перец и соль по вкусу.



Овощи пропустить через мясорубку, добавить размоченные в воде овсяные хлопья, яйцо и мелко нарезанный лук, заправить пряностями.

Из полученной массы вылепить плоские клецки, обвалять их в сухарях и жарить во фритюрнице 4–6 мин при 170° С.



«Яблоки» из картофеля

4 порции: 4 клубня картофеля, 4 бутона гвоздики, 1 ч. ложка молотого красного перца.

Отварить картофель, очистить и жарить целиком во фритюрнице 5–7 мин при 190° С.

Затем жареный картофель осторожно вынуть, дать стечь маслу, в каждый клубень воткнуть один бутон гвоздики и слегка посыпать его красным перцем. Это прекрасный гарнир для мяса, зажаренного в гриле.



Картофель фри

4 порции: 1 кг картофеля, соль по вкусу.

Картофель очистить и нарезать тонкими палочками толщиной 1 см. Тщательно его промыть и обсушить.

Жарить картофель во фритюрнице 6–7 мин при 190° С. Дать маслу стечь и жарить картофель еще



около 5 мин до приобретения им золотистого цвета. Дать маслу стечь, приправить солью и подать к столу.



Зразы картофельные с мясом

5–6 порций: 1 кг картофеля, 300 г говядины, 2 луковицы, молотый черный перец и соль по вкусу.

Половину картофеля очистить и натереть на мелкой терке.

Оставшийся картофель отварить в кожуре, очистить, пропустить через мясорубку, смешать с сырым тертым картофелем, посолить.

Говядину отварить, пропустить через мясорубку, смешать с поджаренным луком, добавить перец и соль.

Из картофельной массы сформовать лепешки, положить на каждую приготовленный фарш, завернуть лепешку, придав зразам овальную форму.

Жарить зразы во фритюрнице 5–7 мин при 190° С.

Так же можно приготовить зразы картофельные с рыбой.



Котлеты картофельные с тыквой

4–5 порций: 800 г картофеля, 400 г оранжевой тыквы, 2 ст. ложки растительного масла, 2 яйца, 2 ст. ложки муки, 4 ст. ложки молотых сухарей, соль по вкусу.

42 Тыкву очистить и натереть на крупной терке. Яичные желтки отделить от белков.



Картофель очистить, отварить, остудить, пропустить через мясорубку. Растительное масло растереть с желтками, размешать с картофелем, добавить взбитые в пену белки и тертую тыкву, посолить.

Сформовать из полученной массы небольшие котлеты, обвалить их в толченых сухарях и жарить 5–7 мин при 190° С.

Подавать со сметаной или с салатом из сырых овощей.



Пирожки картофельные с сардельками

5–6 порций: 1 кг картофеля, 2 яйца, 2 ст. ложки маргарина, 2–3 ст. ложки муки, 1 ст. ложка крахмала, 4–5 сарделек, 2 ст. ложки молотых сухарей, соль по вкусу.

Картофель очистить, отварить и пропустить через мясорубку. В картофельное пюре положить яйца, маргарин, всыпать муку, крахмал, соль и замесить тесто. Из картофельной массы сформовать лепешки. На каждую лепешку положить ломтик сардельки без оболочки, разрезанный в длину, завернуть, обвалить в молотых сухарях.

Жарить пирожки во фритюрнице 5–7 мин при 170° С.

Подать горячими с томатным соусом и салатом из моркови и огурцов.



Крокеты картофельные с грибным соусом

3–4 порции: 600 г картофеля, 3 яйца, 4 ст. ложки пшеничной муки, 10 г сушеных грибов, 1 ч.



ложка маргарина, 1 луковица, 3 ст. ложки молотых сухарей, соль по вкусу.

Яичные желтки отделить от белков.

Картофель очистить, отварить, охладить и растереть с 1 ст. ложкой муки и желтками. Из полученной массы сформовать 10–12 шариков и запанировать их в муке, смочить в белке и запанировать в сухарях.

Жарить крокеты во фритюрнице 7–9 мин при 190° С.

Приготовить грибной соус. Для этого грибы замочить на несколько часов в холодной воде, промыть и варить до готовности. Затем грибы вынуть, а в отвар добавить пассерованную на маргарине муку (2 ст. ложки) и варить до полуготовности. Отвар процедить, вновь довести до кипения, добавить соль по вкусу и пассерованный лук с грибами и варить 10–15 мин.

При подаче полить крокеты грибным соусом или подать его отдельно.



Пончики из вареного картофеля без дрожжей с капустой

3–4 порции: 600 г картофеля, 4 ст. ложки манной крупы, 3 яйца, 300 г белокочанной капусты, 1 ст. ложка сливочного масла, соль по вкусу.

Картофель отварить и горячим протереть. Добавить манную крупу, 1 яйцо, посолить и тщательно перемешать.

Капусту нарезать, ошпарить кипятком, откинуть на сито и охладить. Прожарить ее на сливочном масле на обычной плите, помешивая, чтобы капуста не пригорела, затем добавить рубленые вареные яйца; посолить и

Из картофельной массы приготовить лепешки, на середину каждой из них положить фарш.



Края лепешек защипать, скатать их в виде шариков и жарить во фритюрнице 7–9 мин при 190° С.



Пончики из вареного картофеля на дрожжах с брынзой

2–3 порции: 500 г картофеля, 1/2 стакана сметаны или молока, 2 яйца, 25 г дрожжей, 1 1/2 стакана муки, 1 ч. ложка сахарного песка, 3 ст. ложки тертой брынзы, соль по вкусу.

Сваренный в кожуре картофель очистить, натереть на терке, смешать с разведенными в подслащенном молоке или сметане дрожжами, мукой, солью и яйцами. Вымешивать до тех пор, пока тесто не будет отставать от рук. Оставить в теплом месте на 1 ч.

Затем раскатать тесто в пласт толщиной с палец, нарезать стаканом кружочки. На них положить размельченную брынзу, покрыть сверху другим кружком, края защипать.

Пончики жарить во фритюрнице 7–9 мин при 190° С. Готовые пончики посыпать тертой брынзой.



Пончики из сырого картофеля на дрожжах

5–6 порций: 1 кг картофеля, 2 стакана муки, 1 стакан молока, 2 яйца, 50 г дрожжей, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 2 ст. ложки маргарина, соль по вкусу.



Яичные желтки отделить от белков. Очищенный картофель вымыть, натереть на мелкой терке, добавить дрожжи, разведенные в теплом молоке, желтки, растертые с размягченным маргарином, муку, крахмал и соль. Замесить крутое тесто. Накрывать посуду с тестом полотенцем и поставить в теплое место для расстойки.

После того как тесто поднимется, металлической ложкой отделять кусочки теста величиной с орех и жарить во фритюрнице 5–7 мин при 190° С.

Подавать горячими. Отдельно подать сметану.



Хворост картофельный

6–8 порций: 6–7 картофелин, 3 стакана муки, 2 ст. ложки сахарной пудры, 2 яйца, соль по вкусу.

Яичные желтки отделить от белков.

Очищенный и сваренный картофель пропустить через мясорубку, смешать с мукой, яичными желтками и взбитыми белками.

Полученную массу тонко раскатать, нарезать ромбами, в середине которых сделать надрез.

Жарить хворост во фритюрнице 2–3 мин при 150° С.

Подавать хворост, посыпав сахарной пудрой.



Капуста цветная в кляре

4–5 порций: 800 г цветной капусты, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, $\frac{2}{3}$ стакана муки, 2 яйца, $\frac{1}{3}$ ч. ложки разрыхлителя, соль и сахарный песок по вкусу.



Отварить цветную капусту, охладить, разделить на соцветия.

Для приготовления кляра яйца взбить венчиком, добавляя попеременно муку, сметану, а в конце — разрыхлитель и соль.

С помощью вилки погрузить кусочки цветной капусты в кляр и поместить в разогретую фритюрницу.

Жарить капусту 4–6 мин при 170° С.

Подавать с томатным соусом и укропом.



Кабачки в кляре

4–5 порций: 800 г кабачков, 1 яйцо, 100 г муки, 3/4 стакана молока, 1 ч. ложка растительного масла, молотый белый перец и соль по вкусу.

Кабачки очистить, промыть и нарезать кружками толщиной 1 см. Приправить солью и перцем.

Приготовить яичный кляр, как описано в разделе «Кулинарные покрытия», из яйца, муки, молока и масла.

Кабачки покрыть кляром и жарить во фритюрнице 10–12 мин при 170° С.

Подавать с томатным чесночным соусом.



Баклажаны жареные

4–5 порций: 800 г баклажанов, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки молотых сухарей, 2 яйца, соль по вкусу.

Баклажаны вымыть, очистить, нарезать ломтиками. Запанировать в муке, обмакнуть во взбитые яйца и обвалять в сухарях.



Жарить баклажаны во фритюрнице 6–8 мин при 170° С. Подавать к мясу или с томатным соусом.



Кукуруза в кляре

5 порций: 5 початков кукурузы, $\frac{2}{3}$ стакана муки, 3 ст. ложки растительного масла, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 3 яйца, соль по вкусу.

Яичные желтки отделить от белков.

Желтки растереть с растительным маслом, добавить молоко, в котором предварительно растворить соль. Всыпать просеянную муку, хорошо размешать, а затем ввести крепко взбитые белки и осторожно перемешать.

Сваренные в подсоленной воде початки кукурузы молочной зрелости очистить от листьев, обмакнуть в кляр и поместить во фритюрницу.

Жарить кукурузу 6–8 мин при 170° С.

Подавать сразу после жаренья. Отдельно подать салат из помидоров.



«Колбаски» фасолевые

2–3 порции: 300 г белой фасоли, 1 яйцо, 3 ст. ложки овсяных хлопьев, по 1 ст. ложке зелени майорана и петрушки, тмин, молотый черный перец и соль по вкусу.

Фасоль замочить в теплой воде, в той же воде отварить, процедить и в миксере размельчить вмес-



те с овсяными хлопьями. Добавить яйцо, измельченные специи, мелко нарезанную зелень.

Сформовать из приготовленной массы колбаски величиной с сардельку, запанировать их в сухарях. Жарить колбаски во фритюрнице 9–10 мин при 190° С. Подавать с салатом из квашеной капусты, шкварками.

Изделия из теста



Пончики кукурузные

150 г кукурузной муки, 50 г обычной пшеничной муки, 1 ст. ложка разрыхлителя, 120 г сливочного масла, 1 яйцо, 1/2 луковицы, соль по вкусу.

Лук измельчить и смешать со всеми остальными компонентами. Полученное тесто хорошо вымесить и дать постоять 15 мин.

Из приготовленного теста сформовать шарики и жарить их во фритюрнице 3–5 мин при 170° С.



Пончики сладкие из картофеля

3–4 порции: 500 г картофеля, 1 яйцо, 1 ст. ложка сахарного песка, 1 ст. ложка растительного масла, 20 г дрожжей, 1 ст. ложка молока, 1 1/2 стакана муки, ванильный сахар и соль по вкусу.

Сваренный в кожуре картофель очистить и пропустить через мясорубку. Добавить соль, яйцо,



масло, ванильный сахар, муку и тщательно все перемешать.

Дрожжи развести в подслащенном молоке, смешать с 1 ст. ложкой муки и оставить для подъема. Затем смешать дрожжевую массу с подготовленной картофельной массой. Приготовить крутое тесто и поставить для подъема на 1 ч.

На поверхности, смазанной маслом, раскатать тесто в пласт толщиной 1 см, нарезать стаканом кружочки и жарить их во фритюрнице 7–9 мин при 190° С.

Готовые пончики посыпать ванильным сахаром.



Пончики с вареньем

1 кг муки, 100 г дрожжей, 1/2 стакана сахарного песка, 2 стакана молока, 7 яичных желтков, 1 яйцо, 5–6 ст. ложек растительного масла, 75 мл спирта, 100 г сахарной пудры, 400 г густого варенья, лимонный сок и цедра 1 лимона, 1/4 ч. ложки ванилина, соль по вкусу.

Приготовить опару из дрожжей, растертых с 1 ст. ложкой сахара, 200 г муки и 1 стаканом молока. Она должна быть густой, как сметана. Поставить опару в теплое место, чтобы она подошла.

Яйцо и желтки растереть с сахаром, добавить муку и подошедшую опару, ваниль, лимонный сок и цедру, оставшееся молоко, спирт и соль. Тесто вымешивать до тех пор, пока на его поверхности не появятся пузырьки воздуха. Влить понемногу масло, еще немного вымесить. Поставить тесто в теплое место на 10–15 мин, чтобы оно подошло.



(примерно по 40 г каждый) сделать небольшие кружки, на середину положить по $\frac{1}{2}$ ч. ложки варенья. Защищать края, скатать шарики.

Жарить пончики во фритюрнице 5–6 мин при 160°C .

Готовые пончики обсушить на бумаге, уложить в ряд на плоском широком блюде, горячими посыпать сахарной пудрой с ванилью. Охлажденные пончики можно класть друг на друга.



Бенетки по-голландски

250 г муки, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 10 г пивных дрожжей, 20 г сливочного масла, 20 г сахарного песка, 50 г изюма, 1 яблоко, цедра $\frac{1}{2}$ лимона, 1 яйцо, 2 ст. ложки сахарной пудры, соль по вкусу.

Дрожжи растворить в небольшом количестве теплого молока.

Положить в кастрюлю муку, молоко, дрожжевую смесь, яйцо, масло, сахар, цедру лимона, тертое яблоко, изюм, соль и тщательно вымесить полученное тесто. Накрыть кастрюлю полотенцем и дать тесту подойти в течение 1 ч. Затем из приготовленного теста сформовать шарики и жарить их во фритюрнице 5–6 мин при 170°C .

Перед подачей к столу посыпать бенетки сахарной пудрой.



Пышки

500 г муки, 100 г маргарина, 2 сырых яичных желтка, 1 ст. ложка сахарного песка, 50 г дрож-



жей, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, сахарная пудра, ванилин и цедра лимона по вкусу.

Маргарин порубить с просеянной мукой, добавить дрожжи, растертые со сметаной, сахар, желтки, лимонную цедру и замесить крутое тесто. Раскатать его в пласт толщиной 5 мм, стаканом вырезать кружки, в них рюмкой вырезать отверстия. Жарить пышки во фритюрнице 4–6 мин при 160°C . Жареные пышки выложить на блюдо, посыпать сахарной пудрой с ванилином.



Пышки по-американски

$\frac{1}{2}$ стакана муки, 2 ч. ложки маргарина, 1 стакан сахарного песка, 1 яйцо, 2 ч. ложки разрыхлителя, $\frac{1}{2}$ ч. ложки тертого мускатного ореха, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 1 ч. ложка корицы, соль по вкусу.

Маргарин смешать с половиной сахара, добавить яйцо, муку, разрыхлитель, соль и мускатный орех. Постепенно вливая молоко, замесить тесто. Месить до тех пор, пока оно не начнет отставать от доски, после чего раскатать его в пласт толщиной 1,5 см. Из теста вырезать блюдцем большие круги и в середине каждого круга стаканом вырезать дырку. Жарить пышки во фритюрнице 4–5 мин при 150°C . Готовые пышки выложить на пергаментную бумагу и сверху посыпать сахаром, смешанного с корицей.



Пухкеники по-украински

$1\frac{1}{2}$ стакана муки, $1\frac{1}{2}$ стакана воды, 50 г сливочного масла, $\frac{1}{4}$ стакана сахарного песка, 6 яиц,

100 г варенья или повидла, 2 ч. ложки ванильного сахара.



Яичные желтки отделить от белков. Белки взбить.

В кипящую воду положить масло, всыпать муку, сахар и быстро размешать (в течение 1–2 мин), стараясь, чтобы тесто не прилипало к краям кастрюли. Охладить тесто до 60–70° С. Непрерывно помешивая, добавить один за другим желтки, затем ввести взбитые белки.

Кусочки заварного теста ложкой опустить в разогретую фритюрницу. Жарить 1–2 мин при 150° С.

Готовые пухкеники посыпать ванильным сахаром, подавать горячими с вареньем или повидлом.



Пирожки с капустой

Для теста: 750 г муки, 1 1/2 стакана холодной воды, 50 г сливочного масла или маргарина, 1 яйцо, 1 ч. ложка соли, 25 г дрожжей.

Для начинки: 1,5–2 кг свежей капусты, 3–4 вареных яйца, 100–150 г сливочного масла, 1 ч. ложка сахарного песка, соль по вкусу.

Приготовить безопарное тесто на воде. Для этого растертое сливочное масло смешать с солью, яйцом, водой и дрожжами, замесить тесто, поставить в теплое место.

Для начинки порубить капусту, если она горчит, ошпарить, положить тонким слоем в плоскую кастрюлю или сковороду с растопленным маслом и жарить 10–15 мин, помешивая, чтобы капуста не пригорела. Затем добавить рубленые вареные яйца, сахар и соль по вкусу.

Как только тесто подойдет, нарезать его на порционные куски. Раскатать в виде лепешек круг-



5 мин при 160° С.

лой формы, на каждую положить начинку, края защипать, придать изделию форму лодочки. Жарить пирожки во фритюрнице 4–



Пирожки с луком

Для теста: 2 стакана муки, $\frac{1}{2}$ стакана воды, соль.

Для начинки: 250 г зеленого лука, 1 стакан мелко нарезанной зелени петрушки и укропа, 2 ст. ложки топленого масла, соль и молотый черный перец по вкусу.

Из муки, воды и соли замесить крутое тесто, раскатать в пласт толщиной 5 мм, вырезать кружки размером с чайное блюдце.

Положить на каждый кружок фарш, состоящий из мелко нарубленного зеленого лука, зелени петрушки и укропа, смешанных с черным молотым перцем, солью и заправленных топленым маслом. Кружки завернуть в виде полумесяца, края защипать.

Жарить пирожки во фритюрнице 4–5 мин при 150° С.



Пирожки с мясом

Для теста: 800 г пшеничной муки, $\frac{1}{4}$ стакана теплой воды, $1\frac{1}{4}$ стакана теплого молока, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 1 яйцо, 1 ч. ложка сахарного песка, 1 ч. ложка соли, 25–30 г дрожжей.

Для начинки: 800 г говядины или нежирной свинины, 100–150 г сливочного масла, 3 вареных

яйца, 3 луковицы, соль и молотый черный перец по вкусу.



Приготовить безопарное тесто на молоке. Для этого в теплой воде развести дрожжи, сахар, 1 ч. ложку муки, дать постоять 15 мин. Затем влить молоко, вбить яйцо, добавить растертое масло, соль, сахар и, постепенно досыпая муку, замесить тесто. Поставить его в теплое место, чтобы оно подошло. Когда тесто подойдет, вымесить его вторично (оно должно отставать от рук), дать еще раз подойти.

Для начинки нарезать мясо кусочками по 40–50 г, поджарить на масле с большим количеством лука, добавить воду или бульон и потушить, затем мелко порубить, добавить соль, перец, рубленые вареные яйца, влить 1–2 ст. ложки крепкого бульона, если фарш недостаточно сочный.

Начинить полученной массой пирожки и жарить их во фритюре 4–5 мин при 160° С.



Пирожки с ливером

1 кг безопарного теста на молоке (см. предыдущий рецепт).

Для начинки: по 350 г сердца, печенки, легкого, 100–150 г сливочного масла, 3 вареных яйца, 2–3 луковицы, по 1 ст. ложке зелени петрушки и укропа, соль и молотый черный перец по вкусу.

Одинаковые по весу части сердца, печенки, легкого отварить, порубить, пережарить с луком на сковороде в масле, добавить соль, перец, зелень, рубле-



ные вареные яйца, все перемешать. Начинить полученной массой пирожки и жарить их во фритюрнице 4–5 мин при 160° С.



Пирожки с печенью и гречневой кашей

1 кг безопарного теста (см. рецепт «Пирожки с мясом»).

Для начинки: 300 г печени, 1 стакан гречневой крупы, 150 г сливочного масла, 2 луковицы, соль и молотый черный перец по вкусу.

Печенку очистить от пленок и желчных протоков, нарезать небольшими ломтиками, обжарить вместе с нарезанным луком.

Затем печенку мелко порубить, посолить, посыпать перцем и смешать с рассыпчатой гречневой кашей. Если фарш сухой, влить немного бульона.

Начинить полученной массой пирожки и жарить их во фритюрнице 4–5 мин при 160° С.



Пирожки с рыбой

1 кг безопарного теста на воде (см. рецепт «Пирожки с капустой»), 500 г рыбного филе, 50–100 г сливочного масла, 2 луковицы, 1 ст. ложка нарезанного укропа, соль и молотый черный перец по вкусу.

вить поджаренный лук, укроп и все перемешать. Начинить пирожки приготовленной массой и жарить во фритюрнице 4–5 мин при 160° С.



Пирожки с творогом

Для теста: 750 г муки, 1 стакан молока, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, $\frac{1}{4}$ стакана воды, 50 г дрожжей, 1 ч. ложка соли, 1 ст. ложка сахарного песка.

Для начинки: 500 г творога, 1 яйцо, $\frac{1}{2}$ стакана сахарного песка, 2 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Приготовить опарное тесто. Для этого дрожжи и 2–3 ч. ложки муки развести водой и оставить на ночь. Утром влить в опару молоко, растопленное масло, добавить яйца, сахар, соль, всыпать муку и замесить тесто. Тесто переложить в кастрюлю с таким расчетом, чтобы оно поместилось после увеличения объема вдвое, и поставить кастрюлю в теплое место. Для приготовления начинки творог растереть с маслом, сахаром и яйцом, добавить немного соли. В творог можно положить ванилин, изюм, цукаты (мелко нарезанные). Когда тесто поднимется, умять его и нарезать на порционные куски. Раскатать их в виде лепешек, на каждую положить начинку, края защипать и придать изделию форму лодочки.

Жарить пирожки во фритюрнице 4–5 мин при 160° С.



Пирожки с яблоками

1 кг опарного теста (см. предыдущий рецепт).

Для начинки: 1 кг яблок, 1 стакан сахарного песка, 1 ч. ложка корицы.



Спелые яблоки, преимущественно кисло-сладких и кислых сортов, очистить от кожуры и семечек, нарезать дольками, пересыпать сахаром и корицей и дать постоять им 15–20 мин.

Начинить полученной массой пирожки и жарить их во фритюрнице 4–5 мин при 160° С.



Хворост

2 1/2 стакана муки, 3 яичных желтка, 1 ст. ложка сахарного песка, 2 ст. ложки коньяка, 1 ст. ложка сметаны, 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки сахарной пудры, 1/4 ч. ложки ванилина, 1/4 ч. ложки соли.

Молоко, сметану, яичные желтки, коньяк, сахар и соль хорошо перемешать и, постепенно всыпая муку, замесить крутое тесто. Тонко его раскатать, нарезать полосками шириной 3 см и длиной 15 см. Посередине каждой сделать надрез в длину и продеть в него один конец полоски.

Жарить хворост во фритюрнице 4–6 мин при 160° С.

Готовый хворост обсушить, выложить на блюдо, посыпать сахарной пудрой и ванилином.



Чебуреки

Для теста: 3 стакана муки, 2 яйца, 3/4 стакана воды, соль по вкусу.

58 *Для начинки: 400 г бараньего филе, 1/2 стакана вареного риса, 100 г бараньего сала, 1 луковица,*

3 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, соль и молотый черный перец по вкусу.



Мякоть баранины и баранье (желательно курдючное) сало вместе с репчатым луком пропустить через мясорубку или мелко изрубить ножом. В измельченное мясо добавить соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки и, перемешивая эту массу лопаточкой, влить в нее 2–3 ст. ложки холодной воды. Перемешать фарш с отварным холодным рисом.

Из пшеничной муки, воды и 1 яйца с добавлением соли замесить пресное крутое тесто. Раскатав тесто до толщины 1 мм, вырезать из него кружки величиной с небольшое чайное блюдце.

На половину каждого кружка положить фарш из баранины, накрыть другой его половиной и соединить края, предварительно смазав их взбитым сырым яйцом. Жарить чебуреки во фритюрнице 6–8 мин при 180° С.

Десерты



Яблоки в кляре с корицей

4–5 порций: 400 г свежих яблок, 1 стакан муки, 2 яичных белка, 1/2 стакана молока, 1 ст. ложка сахарного песка, 2 ст. ложки 35%-ных сливок, сахарная пудра, корица и соль по вкусу.

Белки смешать с сахаром, солью, частью молока, всыпать муку, замесить однородное тесто, в конце влить оставшееся молоко. Поставить тесто на 25–30 мин для набухания.



Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать кружочками толщиной 1 см, пересыпать сахаром.

В тесто ввести взбитые сливки, перемешать. Наколотый на вилку кружок яблока обмакнуть в тесто и опустить в разогретую фритюрницу.

Жарить яблоки 5–6 мин при 170° С.

Готовые яблоки посыпать сахарной пудрой и корицей, подать горячими.



Сливы с бренди в кляре

4 порции: 20 слив, 1/4 стакана бренди, 20 г сахарного песка, 20 г сахарной пудры, 1 яйцо, 1 ч. ложка растительного масла, 100 г муки, 3/4 стакана молока.

Смешать бренди, 1/2 стакана воды и сахарный песок. Положить сливы в эту смесь и держать их в ней 6–8 ч.

Затем сливы вынуть, обсушить и обмакнуть в яичный клар, приготовленный, как указано в разделе «Кулинарные покрытия», из яйца, молока, муки и растительного масла.

Жарить сливы во фритюрнице 5–6 мин при 170° С.

Дать маслу стечь и посыпать сливы сахарной пудрой.



Ананасы с миндалем во фритюре

4 порции: 4 ломтика ананаса, 50 г измельченного миндаля, 60 г сахарной пудры, 1 яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, 2 ст. ложки молотых сухарей, 2 ст. ложки муки.



Разрезать ломтики ананаса на 4 части, обвалять в муке, обмакнуть в сладкий английский соус, приготовленный, как указано в разделе «Кулинарные покрытия», из яйца, масла и 20 г сахарной пудры. Затем обвалять в молотых сухарях, смешанных с измельченными миндалем.

Жарить ананасы во фритюрнице 1–2 мин при 170° С.

Дать маслу стечь и подавать на стол, посыпав сахарной пудрой.



Вишня в кляре

4 порции: 500 г крупной вишни, 1 яйцо, 100 г муки, 3/4 стакана молока, 1 ч. ложка растительного масла, ванильный сахар по вкусу.

Из вишен удалить косточки. Насадить ягоды на деревянные зубочистки. Покрыть вишни яичным кляром, приготовленным, как указано в разделе «Кулинарные покрытия», из яйца, муки, молока и масла. Жарить ягоды во фритюрнице 5–6 мин при 170° С.



Шоколадно-ореховый десерт

4 порции: 200 г шоколада, 2 ст. ложки коричневого сахара, 2 яйца, 100 г хрустящих овсяных хлопьев, 50 г измельченного фундука, 1/2 ч. ложки корицы.

Смешать сахар, хрустящие овсяные хлопья, орехи и корицу. Плитки шоколада разломать на небольшие равные кусочки и обмакнуть во взбитое яйцо, затем



в овсяно-ореховую смесь. Жарить шоколад во фритюрнице 2–3 мин при 190° С.



Жареные кубики заварного крема

4 порции: 7 яиц, 100 г сахарного песка, 100 г муки, 1 1/2 стакана молока, цедра 1 лимона, 20 г сахарной пудры, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1/2 ч. ложки корицы.

Взбить 6 яиц с сахаром. Добавить муку, молоко, цедру лимона и корицу. Все хорошо перемешать и варить на медленном огне, постоянно помешивая, до загустения. Затем крем вылить в смазанную маслом форму, остудить, нарезать застывший крем квадратиками. Запанировать их по-английски, как указано в разделе «Кулинарные покрытия». Жарить квадратиками крема во фритюрнице 5–6 мин при 170° С.

СОДЕРЖАНИЕ



ПРЕДИСЛОВИЕ	3
Устройство фритюрницы	3
Достоинства фритюрницы	5
Меры безопасности	5
Приготовление пищи во фритюрнице	6
Уход за прибором	8
РЕЦЕПТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД	10
Кулинарные покрытия	10
Закуски	11
Блюда из мяса	16
Блюда из птицы	26
Блюда из рыбы и морепродуктов	29
Блюда из творога и сыра	37
Блюда из овощей, кукурузы и бобовых	40
Изделия из теста	49
Десерты	59

ФРИТЮР

Художественный редактор *А. Г. Лютиков*
Технический редактор *К. В. Силаева*
Корректор *И. Г. Иванова*
Художник *А. Ю. Котова*

Подписано в печать с готовых монтажей 29.11.2005
Формат 70х100^{1/32}. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,58
Доп. тираж 5 000 экз. Заказ № 6533

ООО Издательство «Терция»
198013, Санкт-Петербург, ул. Можайская, д. 18, оф. 2
e-mail: tercia@mail.wplus.net

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел.: 411-68-86, 956-39-21.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Оптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: reception@eksmo-sale.ru

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:
В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.
Тел. отдела реализации (812) 265-44-80/81/82.

Отпечатано в полном соответствии с качеством
предоставленных диапозитивов во ФГУП ИПК «Ульяновский
Дом печати». 432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

www.infanata.org

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение. Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями! Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

www.infanata.org