

Кухни народов мира №1, 2012

ИСПАНИЯ



Подписной индекс в каталоге «Почта России» 25986

Овощной салат «Эскаливада» ➡

1 баклажан, 2 сладких перца, 1 луковица, 2-3 помидора, морская соль, свежемолотый черный перец, оливковое масло - по вкусу.

Овощи вымыть, обсушить, выложить на решетку, поместить в нагретую до 180°C духовку и запечь до готовности: помидоры - 15-20 минут, перец и лук - 25-30 минут, баклажан - 40-50 минут.

Помидоры очистить от кожицы, разрезать пополам. Перцы очистить от кожицы, разрезать пополам, удалить семена. Лук очистить от чешуи, нарезать кружочками. Баклажан очистить, нарезать кусочками длиной 2-3 см. Овощи выложить на тарелку, полить оливковым маслом, по вкусу посолить и приправить перцем.

Салат с тунцом

1 банка консервированного тунца, 2 вареных яйца, 1/4 банки маслин, 1 луковица, 50 г салатных листьев (радиччио, мизуна, лолло-россо), 3 ст.ложки оливкового масла, 1 ст.ложка столового уксуса, соль, черный молотый перец - по вкусу.

Листья салата промыть, обсушить, нарвать руками на небольшие кусочки. С консервов слить масло, рыбу нарезать небольшими кусочками. Маслины и яйца нарезать кружочками, лук - мелкими кубиками.

Подготовленные продукты соединить, по вкусу посолить и поперчить, заправить оливковым маслом, смешанным с уксусом.

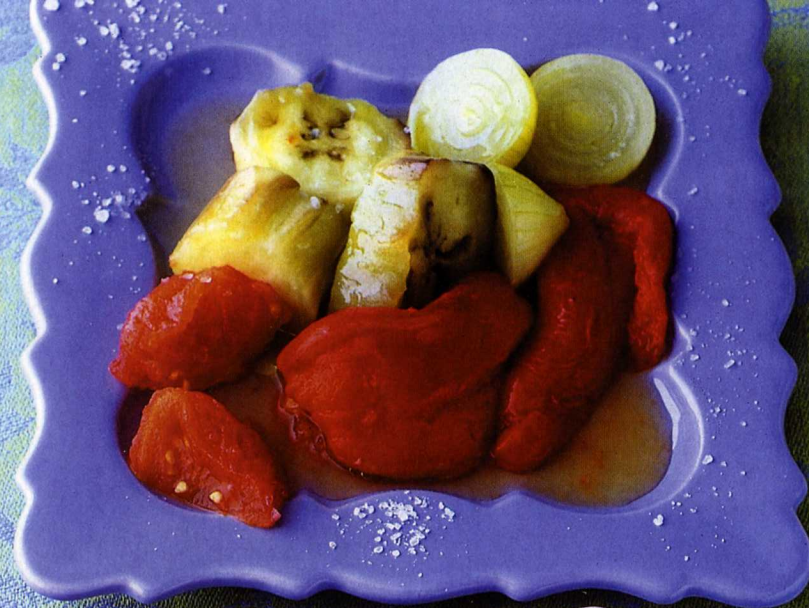
Испанский салат ➡

50 г сыровяленой ветчины хамон, 2 вареных яйца, 2 помидора, 1 сладкий перец, 50 г листьев салата айсберг, 1/4 банки маслин, 1 ч.ложка сока лимона, 1 долька чеснока, 3-4 ст.ложки оливкового масла, соль, свежемолотый черный перец - по вкусу.

Помидоры нарезать ломтиками, сладкий перец - полосками, ветчину - тонкой соломкой. Листья салата промыть, обсушить, нарвать руками на небольшие кусочки. Яйца очистить, разрезать на 4 части.

На тарелку выложить листья салата, ломтики помидоров, перец, яйца, маслины, полить соусом. Сверху выложить ветчину и подавать.

Приготовление соуса: чеснок растереть пестиком в ступке до образования кашицы, добавить сок лимона, соль, перец, тщательно растереть. Продолжая растирать, влить оливковое масло и растирать еще 2-3 минуты, до образования однородной массы.



Салат с редькой

1 редька (150 г), 2 свежих огурца (200 г), 2 свежих помидора (200 г), 1 луковица, по 1 ч.ложке нашинкованной зелени укропа и петрушки, 3 ст.ложки оливкового масла, 1 ст.ложка столового уксуса, соль - по вкусу, салатные листья.

Редьку, помидоры и огурцы нашинковать тонкой соломкой. Подготовленные продукты соединить, добавить зелень петрушки и укропа, по вкусу посолить и поперчить, полить оливковым маслом, смешанным с уксусом. Тщательно перемешать, выложить на тарелку, украсить листьями салата и подавать.



Салат из кукурузы

2 помидора, 200 г салатных листьев (радищико, лолло-rosso, айсберг), 2 яблока, 1 огурец, 1 банка консервированной кукурузы, 1/2 банки маслин, 3 ст.ложки оливкового масла, 1 ст.ложка столового уксуса, соль - по вкусу, зелень.



С кукурузы слить жидкость, выложить зерна в ситечко, залить водой, по вкусу посолить и проварить 3-4 минуты, откинуть на сито, остудить. Помидоры, огурцы и очищенные яблоки нарезать кубиками, маслины - кружочками. Листья салата промыть, обсушить, нарвать руками на небольшие кусочки. Подготовленные продукты соединить, по вкусу посолить и поперчить, заправить оливковым маслом, смешанным с уксусом. При подаче салат украсить зеленью базилика или петрушки.

Апельсиновый салат

1/2 стебля лука-порей, 1/2 красной луковицы, 250 г лосося горячего копчения, 3 апельсина, 100 г фаршированных оливок, 50 г ядер грецких орехов.

Для соуса: 50 г оливкового масла, 1 ч.ложка сока лимона, 1-2 дольки чеснока, молотый чили, соль, сахар - по вкусу.

Лук-порей и красную луковицу нашинковать тонкими колечками, оливки - тонкими кружочками, рыбу нарезать тонкой длинной соломкой. Апельсины очистить от кожицы, белых пленок и косточек, разобрать на дольки. Орехи крупно порубить.

Подготовленные продукты соединить, заправить соусом, выложить в салатник и подавать.

Приготовление соуса: оливковое масло соединить с соком лимона, добавить пропущенный через пресс чеснок, приправить по вкусу чили, солью и сахаром, слегка взбить.



Тапас

Для гороха и перца:

1 банка (410 г) консервированного турецкого гороха, 400 г консервированных перцев пимьенто, 1 ст.ложка измельченной зелени тимьяна, 2 ст.ложки заправки винегрет.

Для креветок: 2 ст.ложки оливкового масла, 200 г отварных очищенных тигровых креветок, 1 долька чеснока, 1 лимон.

Для чоризо: по 100 г чоризо в нарезке и в виде маленьких колбасок, оливковое масло для жаренья.

Для соуса винегрет:

1 ч.ложка морской соли, 1 ч.ложка горошин черного перца, 1 долька чеснока, 1 ч.ложка порошка горчицы, 1 ч.ложка бальзамического уксуса, 5 ст.ложек оливкового масла.

Для подачи: белый хлеб, каперсы, листья салата, зелень петрушки, томаты черри.

Приготовить соус винегрет: морскую соль и горошины черного перца истолочь пестиком, добавить чеснок, перетереть в пюре, всыпать порошок горчицы и растереть еще 30 секунд. Продолжая растереть, ввести уксус, затем - оливковое масло, тщательно взбить венчиком.



Приготовить горох с перцами: с гороха и перцев слить сок, перец очистить от семян и нарезать тонкими кольцами, смешать с горохом, добавить зелень тимьяна и соус, тщательно перемешать.

Приготовить креветки: с лимона теркой снять цедру, выжать сок, чеснок мелко порубить. Оливковое масло прогреть, добавить чеснок, креветки, цедру и сок лимона, жарить на сильном огне, помешивая, 2-3 минуты, пока жидкость не выпарится.

Приготовить чоризо: на оливковом масле обжарить до хрустящей корочки разрезанные пополам колбаски и кружочки чоризо.

Как подавать

Хлеб нарезать крупными ломтиками, сбрызнуть оливковым маслом, подсушить на гриле или в нагретой до 180°C духовке 2-3 минуты. Листья салата промыть, обсушить. На большую тарелку выложить горох с перцами, чесночные креветки, обжаренные чоризо и хлеб. Украсить листьями салата, каперсами, зеленью петрушки, томатами черри и подавать.

Тапас с креветками

150 г тигровых креветок, по 50 г салата радиччио и фриллис, 1 персик, 1 ч.ложка семян кунжута, оливковое масло.

Для джема: 1 яблоко, 1 ст.ложка сливочного масла, по щепотке карри и смеси свежемолотого черного, красного и белого перца, 1 ч.ложка винного уксуса.

Для соуса: 1/2 стакана персикового сока, 1 ч.ложка сока лимона, щепотка соли и черного молотого перца, 1/4 ч.ложки кунжутного масла.

Приготовить соус: персиковый сок выпарить наполовину, добавить сок лимона, кунжутное масло, соль и перец, проварить 1-2 минуты.

Приготовить джем: яблоки очистить, удалить сердцевину, мякоть нарезать кубиками, обжарить 2-3 минуты на сливочном масле, добавить сахар, карри, уксус и смесь перцев, жарить 2-3 минуты.

Приготовить чипсы: мякоть персика нарезать тонкими ломтиками, выло-

жить на застеленный пергаментной бумагой противень и запекать в нагретой до 80°C духовке 30-35 минут. Креветки очистить, обжарить на оливковом масле 2-3 минуты. Листья салата промыть, обсушить, нарвать руками на небольшие кусочки. На тарелку выложить яблочный джем, сверху уложить креветки и листья салата, украсить чипсами из персика, полить соусом, посыпать кунжутом и подавать.



Жареные кальмары

500 г кальмаров, 1/4 стакана муки, 1 ст.ложка паприки, растительное масло для жаренья, соль, сок лимона - по вкусу.

Кальмары очистить, промыть, обсушить, нарезать кольцами. Муку смешать с паприкой, по вкусу подсолить.

Обваливать кольца кальмаров в муке, обжарить в кипящем растительном масле 2-3 минуты. Выложить на тарелку, сбрызнуть соком лимона и сразу подавать.



Жареный сыр

250 г сыра махон, 5 ст.ложек пшеничной муки, 5 ст.ложек кукурузной муки, 2 яйца, 2 ст.ложки молока, растительное масло для жаренья.



Сыр нарезать кубиками со стороной 2,5 см, обваливать в пшеничной муке, стряхнуть излишки муки. Обмакнуть во взбитые с молоком яйца, обваливать в кукурузной муке и обжарить в кипящем растительном масле до золотистой корочки. Выложить на бумажное полотенце, чтобы удалить лишнее масло. При подаче украсить листьями салата, зеленью петрушки, нарезанным кольцами острым перцем.

Овощная закуска с дипом

2 яичных белка, 2 ст.ложки пшеничной муки, 1/2 стакана молока, 200 г спаржи, 2 красных сладких перца, растительное масло для жаренья.

Для дипа: 1 ст.ложка оливкового масла, 1 красный сладкий перец, 1 луковица, 2-3 ст.ложки красного сухого вина, соль.

Приготовить дип: очищенный от семян перец и лук нашинковать мелкими кубиками, обжарить на оливковом масле до мягкости, 6-8 минут, взбить блендером, протереть через сито. Затем прогреть, по вкусу посолить, снять с огня, добавить красное вино, тщательно перемешать.

Приготовить кляр: белки слегка взбить, продолжая взбивать, всыпать муку, влить молоко и взбивать еще 2-3 минуты, до образования однородного теста.

Перец очистить от семян, нарезать кольцами или полосками. Спаржу вымыть, обсушить, нарезать кусочками длиной 2,5-3 см.

Кусочки перца и спаржи обмакнуть в тесто и обжарить в кипящем масле до золотистого цвета. Выложить на салфетку, чтобы удалить лишнее масло. Подавать обжаренные овощи с горячим дипом.





Канapé с анчоусами

4-5 ломтиков пшеничного хлеба, по 30 г анчоусов и анчоусного масла, 20 г сладкого перца, 1/2 ч.ложки каперсов, 1 ст.ложка майонеза, маслины и зелень для украшения.

Перец запечь в духовке до готовности, очистить, очень мелко нарезать.

Анчоусы и каперсы мелко порубить, соединить с перцем и майонезом, хорошо перемешать. Из хлеба вырезать гренки круглой формы.

Кусочки хлеба смазать анчоусным маслом, сверху выложить пикантную смесь, украсить зеленью и кружочками маслин.

Такос с чоризо

6-8 кукурузных лепешек (тортилья), 200 г чоризо, 1 сладкий перец, 1/4 стакана молока, 6 яиц, 2-3 спелых помидора, 2-3 ст.ложки нашинкованного зеленого лука, 1 ст.ложка нашинкованной зелени петрушки, оливковое масло, соль, черный молотый перец - по вкусу.

Чоризо нарезать мелкими кубиками, обжарить на раскаленной сковороде до золотистой корочки, добавить нарезанный мелкими кубиками перец и жарить еще 2-3 минуты.

Яйца взбить с молоком, по вкусу посолить и приправить перцем, вылить на сковороду с колбасой и перцем, жарить на сильном огне, помешивая, до готовности яиц.

Приготовить соус: помидоры нарезать кубиками, добавить лук и петрушку, по вкусу посолить, приправить перцем.

Лепешки прогреть на сухой сковороде, сверху выложить по 2 ст.ложки такоса и соус, сложить пополам и подавать.



Мясной суп «Косидо»

1 стакан нута, 1 говяжья рулька (300-400 г), 2-3 куриные ножки, 250 г телячьих костей, 100 г чорризо, 150 г свиной грудинки, 100 г кровяной колбасы, 300 г говяжьего фарша, 1 яйцо, 2 ст.ложки кедровых орешков, 200 г белокочанной капусты, по 3 моркови и картофеля, 3-4 дольки чеснока, 100-150 г домашней лапши, соль - по вкусу.

По такому рецепту «Косидо» готовят на севере Испании, на юге вместо нута используют фасоль.

Нут промыть, замочить в слегка подсоленной воде на 10-12 часов.

Рульку, кости, курицу и свиную грудинку залить водой и довести до кипения, снять накипь, выложить нут и варить на слабом огне 1,5-2 часа.

Затем добавить очищенные морковь и картофель, чорризо и кровяную колбасу, варить еще 1-1,5 часа. За 20-30 минут до окончания варки по вкусу посолить. Когда горох станет мягким, отлить часть мясного бульона и процедить.

Чеснок измельчить и поджарить на оливковом масле 1-2 минуты. Капусту нарезать небольшими кусочками, отварить до мягкости в мясном бульоне, по вкусу посолить, затем бульон слить, добавить чеснок, перемешать и поставить в теплое место.

Орешки измельчить блендером, добавить фарш и яйцо, по вкусу посолить, взбивать 1-2 минуты. Из массы сформовать небольшие фрикадельки.

Лапшу опустить в кипящий бульон (количество - по желаемой густоте супа) и варить до полуготовности. Опустить фрикадельки, по вкусу подсолить и варить до готовности лапши и фрикаделек.

Подавать к столу на нескольких тарелках: суп-лапша с фрикадельками, отварное мясо с горохом, морковь и картофель, капуста с чесноком.

Пучеро



300 г постной говядины, 150 г окорока, 2-3 ст.ложки зеленого горошка, 60 г чесночной колбасы, 1-2 моркови, 1 луковица, соль, 3-4 горошины черного перца.

Для клецек: 50 г окорока, 40 г шпика, 2 яйца, 1 ст.ложка измельченной зелени петрушки, мясной бульон, чеснок, соль - по вкусу, панировочные сухари, растительное масло для жаренья.

Горошек замочить на ночь в холодной воде. После выложить в кастрюлю, добавить говядину и окорок, варить до полуготовности мяса.

После положить нарезанные кубиками колбасу, морковь и лук, по вкусу посолить, добавить горошины перца и варить до готовности.

Приготовить клецки: окорок, шпик, чеснок и петрушку очень мелко порубить, соединить, добавить взбитые яйца, по вкусу посолить, влить немного бульона, всыпать столько панировочных сухарей, чтобы получилась эластичная масса. Сформовать небольшие клецки, обжарить до золотистого цвета в большом количестве растительного масла.

При подаче разлить суп по тарелкам и положить клецки.



Испанский миндальный суп

1/2 стакана миндаля, 100 г подсушенного белого хлеба, 2-3 дольки чеснока, 3 ст.ложки винного уксуса, 6 ст.ложек оливкового масла, 3 желтка, 2 ч.ложки сахара, 1,5 стакана воды, 100 г винограда.

С хлеба срезать корочки. Миндаль залить кипятком и оставить на 5 минут, после очистить, обсушить и измельчить блендером вместе с хлебом и чесноком до образования мелкой крошки. Добавить уксус, масло, желтки и сахар, взбивать еще 2-3 минуты. Продолжая взбивать, влить ледяную воду и взбивать еще 2-3 минуты. Поместить приготовленный суп в холодильник на 30-40 минут. Виноград разрезать пополам, удалить косточки. В тарелки положить виноград, разлить суп и сразу подавать.

Гаспаччо с арбузом

300 г мякоти арбуза, 1 сладкий перец, 1 свежий огурец, 1 небольшая красная луковица, 1 стручок перца хопленьо, 2 ст.ложки оливкового масла, 2-3 ст.ложки сока лимона, 2 ст.ложки нашинкованной зелени петрушки, соль, черный молотый перец - по вкусу.

Перец очистить от семян и нарезать мелкими кубиками. Мякоть арбуза, огурец и лук нашинковать мелкими кубиками. Подготовленные продукты соединить, перемешать. В чашу блендера выложить половину подготовленных овощей, добавить очищенный от семян перец хопленьо и взбивать 2-3 минуты, до образования однородного пюре. Добавить сок лимона, оливковое масло и зелень петрушки, по вкусу посолить и приправить перцем, взбивать еще 2-3 минуты. Оставшиеся овощи разложить по бокалам, залить приготовленным пюре и поместить в холодильник на 1-1,5 часа. При подаче украсить ломтиками арбуза, зеленью.

К гаспаччо хорошо подойдут жаренные на гриле мясо или рыба.

Для остроты в гаспаччо можно добавить несколько капель соуса табаско. Добавляя в суп сладкий перец, берите стручки разного цвета - вкус блюда получится богаче. Перед тем как гаспаччо налить в тарелку, охладите ее в холодильнике.



Андалузское гаспачо

600-700 г помидоров, 1 огурец, 50 г белого хлеба, 100 г майонеза, 2 ст.ложки столового уксуса, 1 небольшая луковичка, соль, черный и красный молотый перец, сахар, зелень петрушки - по вкусу.

Хлеб без корок размочить в воде, помидоры вымыть, ошпарить кипятком, снять кожицу.

2 помидора протереть через сито вместе с хлебом, заправить майонезом, смешанным с уксусом, перемешать. Влить 1/2 л холодной кипяченой воды, приправить по вкусу солью, сахаром и молотым перцем, добавить тертую на мелкой терке лу-

ковицу, хорошо перемешать.

Огурец очистить от кожицы и семян, нарезать мелкими кубиками, оставшиеся помидоры также нарезать мелкими кубиками, выложить овощи в суп.

При подаче посыпать суп зеленью петрушки, можно добавить в каждую тарелку кубики пищевого льда.



Дорадо со спаржей в апельсиновом соусе

1 дорадо, 1/4 стакана белого сухого вина, 150 г спаржи, 1/2 стакана 35%-ных сливок, 1/2 апельсина, 1/4 ч.ложки тертого свежего корня имбиря, 1 ч.ложка сока лимона, оливковое масло, морская соль, свежемолотый черный перец - по вкусу.

Дорадо очистить, выпотрошить, срезать филе, тщательно промыть, обсушить, сбрызнуть соком лимона, по вкусу посолить и приправить перцем. Припустить в белом вине до готовности, выложить на прогретую тарелку, оставшийся от варки бульон процедить через сито. Спаржу отварить в слегка подсоленной воде 2-3 минуты, откинуть на сито, сбрызнуть оливковым маслом. С апельсина срезать цедру, нарезать ее тонкой соломкой, из мякоти выжать сок.

Приготовить соус: сливки прогреть, добавить рыбный бульон, сок апельсина и имбирь, выпаривать на слабом огне до загустения, по вкусу посолить и приправить перцем. На тарелку выложить спаржу и филе дорадо, полить соусом, посыпать цедрой апельсина, украсить листочками базилика и подавать.



Запеченные сардины с салатом из томатов

400 г свежих сардин, 2 яйца, 1 стручок острого перца, по 2-3 столовые ложки оливкового масла и белого винного уксуса, 1 лавровый лист, 1 веточка тимьяна, морская соль, свежемолотый черный перец - по вкусу.

Для салата: 2-3 спелых мясистых помидора, 1 луковица, 1/2 банки маслин, 2 ст.ложки нашинкованной зелени петрушки, 1 ст.ложка сока лимона, 2-3 ст.ложки оливкового масла, соль, черный молотый перец - по вкусу.



Для улучшения вкуса рыбу можно, обмакнув в яйцо, запанировать в измельченных миндальных хлопьях. Помидоры и лук для салата можно немного подпечь на гриле. К этому блюду хорошо подойдут белые испанские вина Вердехо с легкой горчинкой и травянистыми нотами во вкусе.

Сардины очистить, выпотрошить, тщательно промыть и обсушить. Перец очистить от семян и нарезать тонкими полосками. Яйца взбить.

В брюшки сардин положить по полоске перца, обмакнуть тушки в яйца, выложить на смазанный оливковым маслом противень. Полить уксусом и оливковым маслом, посыпать солью и перцем, раскрошенным лавровым листом и тимьяном. Запекать в нагретой до 190°C духовке 10-15 минут.

Помидоры нарезать кружочками, лук нашинковать тонкими кольцами, сбрызнуть соком лимона и слегка помять руками. На тарелку выложить кружочки помидоров и маслины, посыпать луком, солью, перцем и зеленью петрушки, полить оливковым маслом. Сверху выложить запеченные сардины и подавать.

Креветки с чесноком и чили

500 г королевских креветок, 2-3 дольки чеснока, 1 стручок красного перца чили, оливковое масло для жаренья, морская соль, свежесжатый сок лимона - по вкусу.

Креветки очистить от панциря, промыть, обсушить. Перец чили очистить от семян, нарезать тонкими кольцами.

Масло разогреть, добавить раздавленные дольки чеснока и перец, жарить, помешивая, 1-2 минуты.

После выложить креветки, по вкусу посолить и жарить 2-3 минуты, пока креветки не приобретут розовый цвет.

Сбрызнуть соком лимона, переложить на теплую тарелку, украсить тимьяном и сразу подавать.



Домашняя птица с ветчиной

1 курица (1-1,2 кг), 100 г сыровяленной ветчины, 6-7 долек чеснока, 1/2 стакана хереса, оливковое масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

3-4 дольки чеснока нарезать мелкими кубиками, добавить соль и перец, тщательно перемешать. Курицу вымыть, обсушить, разрезать на 6-8 кусков, натереть чесночной пастой. В сковороде разогреть оливковое масло, выложить куски курицы и оставшиеся целые дольки чеснока, жарить на сильном огне до золотистого цвета. Добавить нарезанную мелкими кубиками ветчину и жарить еще 1 минуту. Залить хересом и тушить на слабом огне до полного выпаривания вина, 15-20 минут.



Баранья нога с картофелем

1,5 кг бараньей ноги, 2-3 веточки розмарина, 1 кг молодого картофеля, 2-3 дольки чеснока, 1/4 стакана красного сухого вина, оливковое масло, морская соль, свежемолотый черный перец - по вкусу.

Ногу тщательно вымыть, обсушить, сделать на коже несколько неглубоких надрезов и нашпиговать разрезанными пополам дольками чеснока, хорошо натереть солью и перцем, смазать оливковым маслом.

Форму для запекания смазать оливковым маслом, на дно положить веточки розмарина, сверху выложить баранину и запекать в нагретой до 220°C духовке 20-30 минут, часто переворачивая и поливая выделившимся соком и красным вином.

Картофель очистить, выложить вокруг баранины, посолить и поперчить, запекать еще 15-20 минут. После огонь убавить до 180°C и запекать до готовности мяса и картофеля, часто переворачивая и поливая выделившимся при жаренье соком.

Яйца по-кубински

1 стакан риса, 3-4 ст.ложки замороженного зеленого горошка, 250 г томатов в собственном соку, 1/2 ст.ложки сахара, 2 маленьких банана, 3 яйца, оливковое масло для жаренья, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.



Рис промыть, опустить в кипящую воду (2 стакана), по вкусу посолить и варить на слабом огне до готовности. За 3-5 минут до окончания варки добавить зеленый горошек.

Приготовить соус: томаты измельчить, выложить в сотейник и довести до кипения, добавить сахар, по вкусу посолить и поперчить, тушить на слабом огне 10 минут, затем протереть через сито.

Бананы очистить, нарезать кружочками и обжарить на оливковом масле по 1 минуте с каждой стороны. На сковороде разогреть оливковое масло и быстро поджарить яичницы-глазуньи, чтобы желток только слегка схватился.

В готовый рис с горошком добавить 3-4 ст.ложки томатного соуса, перемешать и выложить на тарелку. Сверху положить глазуньи, вокруг риса выложить жаренные бананы, полить томатным соусом, украсить зеленью и подавать.

Шашлычки

из почек с тостами

Приготовить маринад: чеснок мелко порубить, добавить сок лимона, вино, уксус, раскрошенные лавровые листья и 2-3 ст.ложки оливкового масла, тщательно перемешать.

Почки разрезать пополам, залить холодной водой и вымачивать 5-6 часов, меняя воду каждые 20-30 минут. После нарезать кубиками и залить маринадом, убрать в прохладное место на 5-6 часов.

Затем почки вынуть из маринада, посыпать солью и перцем, нанизать на шампуры и жарить над углями или на решетке в духовке, нагретой до 200°C, до образования румяной корочки, периодически поливая маринадом.

Кусочки хлеба сбрызнуть оливковым маслом и подсушить на гриле или в духовке, нагретой до 200°C, 2-3 минуты.

Подавать шашлычки с теплым хлебом, украсив дольками лимона.



500 г телячьих почек, 1 стакан красного сухого вина, 1-2 лавровых листа, 2-3 ст.ложки сока лимона, 1 ст.ложка красного винного уксуса, 1-2 дольки чеснока, 5-6 ломтиков белого хлеба, оливковое масло, морская соль, свежемолотый черный перец - по вкусу.

Фрикадельки из телятины

Лук и чеснок нашинковать мелкими кубиками, обжарить на оливковом масле 2-3 минуты. В фарш добавить обжаренные овощи и яйцо, по вкусу посолить и приправить перцем, тщательно вымесить.

Сформовать фрикадельки размером с грецкий орех и обжарить на оливковом масле до золотистого цвета, переложить на тарелку.

Приготовить соус: зеленый лук обжарить на оливковом масле 1 минуту, влить херес и бульон, добавить нарезанные мелкими кубиками томаты вместе с соком, тушить на слабом огне 3-5 минут, по вкусу посолить, приправить перцем и тимьяном. Убавить огонь до минимального, выложить фрикадельки и варить на слабом огне до загустения соуса.

500 г мякоти телятины, 1 яйцо, 1 луковица, 1 долька чеснока, оливковое масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

Для соуса: 300 г томатов в собственном соку, 3 ст.ложки нашинкованного зеленого лука, 1 стакан мясного бульона, 1/4 стакана хереса, 1 ч.ложка оливкового масла, соль, черный молотый перец, сушеная зелень тимьяна - по вкусу.



Овощная паэлья с паприкой и диким рисом

1 стакан дикого риса, по 1 сладкому перцу зеленого, желтого и красного цвета, 2 дольки чеснока, 1 луковица, 2 стакана овощного бульона, шафран - на кончике ножа, оливковое масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

Перец разрезать пополам, удалить семена, нарезать кубиками. Лук и чеснок нарезать кубиками, обжарить на оливковом масле 2-3 минуты, добавить перец и жарить еще 3-5 минут, переложить в сотейник.

В сковороду выложить рис и жарить 1 минуту, залить бульоном, добавить шафран, по вкусу посолить и поперчить, варить на слабом огне до готовности риса.

Затем добавить обжаренные овощи, перемешать, накрыть листом фольги и запекать в нагретой до 180°C духовке 7-10 минут. При подаче украсить базиликом.

Цветная капуста в чесночном соусе

1 кг цветной капусты, 1 яйцо, 1-2 дольки чеснока, оливковое масло, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

Капусту разобрать на небольшие соцветия, отварить в подсоленной воде до готовности, откинуть на сито, слегка остудить. В форме для запекания разогреть оливковое масло, добавить измельченный чеснок и жарить 1 минуту, выложить капусту, по вкусу посолить и поперчить, разбить в форму яйцо и запекать 2-3 минуты в нагретой до 180°C духовке. Украсить зеленью петрушки и сразу подавать.



При варке капусты можно добавить 1/2 стакана молока, чтобы нейтрализовать специфический запах.

Зеленая чечевица с чоризо

1 стакан зеленой чечевицы, 1 морковь, 1 долька чеснока, 1 лавровый лист, 150 г лук-порей, 1 луковица, 100 г колбасок чоризо, оливковое масло для жаренья, соль - по вкусу.

Чечевицу промыть, залить водой, добавить очищенную морковь, чеснок и лавровый лист, довести до кипения и варить на среднем огне 20 минут. После положить нарезанный кольцами лук-порей и тушить на

слабом огне до мягкости, морковь и чеснок убрать. Лук-порей нарезать кубиками, обжарить на оливковом масле до мягкости, добавить нарезанные ломтиками колбаски чоризо и жарить до золотистого

цвета. После выложить чечевицу, по вкусу посолить и потушить еще 2-3 минуты. Подавать чечевицу с луком и чоризо в теплом виде, посыпать по желанию измельченной зеленью петрушки, кинзы или базилика.

Картофельная тортилья

1 цуккини (200 г), 2-3 картофелины, 1 долька чеснока, 1-2 веточки тимьяна, 5 яиц, оливковое масло для жаренья, соль, паприка - по вкусу.

Цуккини нарезать тонкими кружочками, обжарить на оливковом масле 2-3 минуты, переложить на тарелку. Картофель очистить, нарезать тонкими ломтиками, обжарить на оливковом масле 2-3 минуты, добавить

измельченный чеснок и жарить на слабом огне до мягкости. Сверху выложить цуккини, разровнять, посыпать зеленью тимьяна. Яйца тщательно взбить, по вкусу посолить, добавить паприку, перемешать.

Залить яичной смесью картофель с цуккини и готовить на слабом огне 10-12 минут. Затем поставить под гриль на 2-3 минуты, до образования золотистой корочки. Выложить на тарелку, украсить тимьяном и подавать.

Испанская лепешка

3-4 картофелины, 1 ст.ложка соли, 1 ст.ложка оливкового масла, 1 луковица, 8 яиц, 1 ч.ложка листочков тимьяна, 1/2 ч.ложки черного молотого перца, 2 ст.ложки растительного масла, томатный соус.

Картофель очистить, отварить до готовности в подсоленной воде, отвар слить, картофель размять в пюре. Лук нашинковать кубиками, обжарить на оливковом масле до золотистого цвета, добавить томатный соус (2-3 ст.ложки) и потушить еще 2-3 минуты. Яйца взбить с солью, перцем и тимьяном, добавить обжаренный лук и картофель, тща-



тельно перемешать. Форму для запекания смазать растительным маслом, выложить тесто и запекать в нагретой до 180°C духовке 30

минут. Готовую лепешку нарезать кусочками, выложить на блюдо. Подавать с жареными сосисками, томатным соусом и зеленью.

Соус ромеско

1 сладкий перец, 1 стручок перца чили, 1/4 стакана хлопьев миндаля, 1/3 стакана оливкового масла, 1 долька чеснока, 2 ст.ложки красного винного уксуса, 1/2 ч.ложки соли, 1/4 ч.ложки черного молотого перца.



Сладкий перец тщательно вымыть и обжаривать на гриле, часто переворачивая, 7-10 минут, пока кожица не станет подгорать.

Слегка остудить, очистить от кожицы и семян, мякоть нарезать небольшими кусочками.

Хлопья миндаля обжарить на разогретой сковороде без масла до золотистого цвета. Перец чили очистить от семян.

В чашу блендера положить миндаль, чеснок, сладкий перец и чили, взбивать 1-2 минуты, затем добавить соль, черный молотый перец, оливковое масло и винный уксус, взбивать еще 3-5 минут, до образования однородной массы.

Подавать соус к жареным на гриле рыбе, курице, овощам и морепродуктам.

Испанский соус песто

100 г овечьего сыра, 2 дольки чеснока, 1/4 пучка листьев базилика (30 г), 1 ст.ложка кедровых орешков, 1-2 веточки петрушки, 1/2 стакана оливкового масла.

Овечий сыр раскрошить. Чеснок измельчить и растереть пестиком до образования пасты. Кедровые орешки поджарить на раскаленной сковороде без масла до золотистого цвета. Листья базилика и петрушки промыть, обсушить, мелко нарезать. Блендером измельчить кедровые орешки вместе с зеленью, добавить чеснок, сыр и оливковое масло, взбивать еще 2-3 минуты, до образования однородной массы.

Шоколадный рулет

Для теста: 8 яичных белков, 1 стакан сахара, 1/2 ч.ложки ванили, 100 г шоколада, 20 г сливочного масла (или 100 г готовой шоколадной глазури), 2 ст.ложки муки.

Для крема: 1 стакан сахара, 1 ст.ложка крахмала, 2 желтка, 2 стакана молока, 250 г сливочного масла, 2 ст.ложки коньяка.

Шоколад растопить на водяной бане вместе со сливочным маслом. Белки взбить в густую пену, всыпать сахар, взбивать еще 2-3 минуты. Добавить ваниль и, помешивая, влить теплый шоколад, всыпать муку, перемешать. Выложить тесто в кондитерский мешок с большой насадкой и отсадить на противень, выстеленный пергаментной бумагой, полоски теста, формируя корж. Выпекать в нагретой до 180°C духовке 15-20 минут.

Приготовить крем: половину сахара соединить с крахмалом, желтками и 1 стаканом молока, взбить венчиком. Оставшееся молоко и сахар смешать, довести до кипения, помешивая, влить массу с крахмалом и проварить на слабом огне 2-3 минуты, до загустения. Крем переложить в миску, посыпать сахарной пудрой, чтобы при охлаждении на поверхности не образовалась пленка, остудить. Затем протереть через



сито, взбить. Сливочное масло взбить в пену, продолжая взбивать, влить крем, взбивать до образования однородной смеси, добавить коньяк, перемешать. При взбивании крем должны иметь одинаковую температуру, иначе масло может

свернуться и крем станет жидким. На корж выложить крем, разровнять, свернуть в рулет, завернуть в фольгу и оставить на 2-3 часа. Перед подачей рулет обсыпать какао и сахарной пудрой, нарезать кусочками, украсить ягодами.



Миндальный пирог

Для теста: 220 г муки, 120 г сливочного масла, 50 г сахара, 1 желток, щепотка соли, 1/2 ч.ложки ванили.

Для начинки: 200 г неочищенного миндаля, 4 яйца, 80 г сахара, 4 ст.ложки хереса «Крем-Шерри», тертая цедра 1 лимона, щепотка соли.

Муку просеять горкой, в середине сделать углубление, положить нарезанное кубиками сливочное масло, сахар, желток, соль и ваниль. Быстро вымесить песочное тесто. Скатать в шар, завернуть в пищевую пленку и убрать в холодильник на 1 час.

Миндаль ошпарить кипятком, затем облить холодной водой, очистить от шелухи, обсушить на горячей сковороде, после измельчить.

Отделить желтки от белков, растереть с сахаром в пену, добавить орехи, смешанные с хересом и тертой цедрой лимона, перемешать. Белки

взбить, продолжая взбивать, добавить соль и взбивать до образования плотной пены. После аккуратно подмешать в начинку.

Форму выстелить пергаментной бумагой, присыпать мукой, выложить тесто слоем толщиной 3 см, сверху уложить начинку. Выпекать в нагретой до 190°C духовке 10-15 минут, после накрыть форму фольгой и выпекать еще 20-30 минут. Вынуть пирог из формы и поставить остывать на кухонную решетку. При подаче посыпать сахарной пудрой, используя для этого шаблон из бумаги.

Миндальное печенье

2 стакана очищенного молотого миндаля, 2 белка, 1 стакан сахарной пудры, 1 ч.ложка ванили.

Миндаль подсушить на раскаленной сковороде 2-3 минуты, постоянно помешивая, остудить. Белки взбить в густую пену и, продолжая взбивать, добавить сахарную пудру, взбивать 5-8 минут. Затем аккуратно подмешать миндаль и ваниль. На смазанный оливковым маслом противень ложкой выложить круглое печенье, выпекать в нагретой до 170°C духовке 20 минут, до румяного цвета. Остудить, посыпать сахарной пудрой и подавать.



Рождественское печенье

1 стакан молотых ядер грецких орехов, 220 г сливочного масла, 300-320 г муки, 1/2 стакана сахарной пудры с ванилью, щепотка соли, сахарная пудра для подачи.

Сливочное масло охладить, нарезать кусочками, порубить с мукой до образования мелкой крошки. Добавить молотые орехи, сахарную пудру и соль, быстро замесить тесто. Долго не вымешивать!

Скатать в шар, убрать в холодильник на 30 минут, затем разделить на

кусочки величиной с грецкий орех. Скатать жгутики, придать им форму полумесяцев, выложить на смазанный маслом противень.

Выпекать в духовке, нагретой до 200°C, 12-15 минут. Готовое печенье снять с противня, посыпать сахарной пудрой и подавать.

Сахарную пудру можно также взять с ароматом корицы, а ваниль в тесто добавить отдельно.

Чуррос с фруктовым соусом

50 г сливочного масла, 65 г пшеничной муки, 2 яйца, растительное масло для жаренья, сахарная пудра, клубничное варенье - по вкусу.



Сливочное масло растопить в сотейнике, добавить 150 мл воды, довести до кипения, снять с огня, всыпать муку и взбивать деревянной лопаткой, пока тесто не будет отходить от стенок сотейника.

Слегка остудить и, взбивая тесто деревянной лопаткой, добавить по одному яйца, взбивать, пока тесто не станет блестящим. Переложить в кондитерский мешок с большой насадкой в форме звезды.

Масло для жаренья раскалить, выдавить в него 2-3 завитка теста, срезав тесто с насадки мокрым острым ножом. Жарить по 2 минуты с каждой стороны, до золотистого цвета, выложить на салфетку, чтобы удалить лишнее масло. Посыпать чуррос сахарной пудрой и подавать с теплым клубничным вареньем.

Рождественские чашечки

500 г готового слоеного теста, 5 яиц, 2/3 стакана сахара, 5 ст. ложек сливочного масла, щепотка соли, 1 ч. ложка ванили, 1 стакан молотых грецких орехов, 2/3 стакана изюма без косточек, растительное масло.

Тесто раскатать в пласт толщиной 3-4 мм, вырезать кружочки по размеру формочек для маффинов. Уложить тесто в смазанные маслом формочки, слегка прижимая к стенкам и дну.

Яйца взбить с сахаром до образования густой белой пены, добавить размягченное сливочное масло, соль и ваниль, тщательно перемешать. Грецкие орехи смешать с изюмом, выложить на тесто, наполняя формочки наполовину. Затем залить яичной смесью так, чтобы формы были наполнены на 3/4. Выпекать в нагретой до 200°C духовке 20-25 минут, до золотистого цвета.



Апельсиновый флан

Для карамели: 1 стакан сахара, 1/2 стакана воды.

Для основы: 1,5 стакана молока, 1/2 стакана 10%-ных сливок, 1/2 стакана сахара, 5 яиц, цедра с 3 апельсинов.



Приготовить карамель: сахар залить водой, довести до кипения, варить на среднем огне, помешивая, пока смесь не приобретет золотистый оттенок (6-8 минут). Разлить по формочкам и дать остыть.

В молоко добавить сахар, сливки и апельсиновую цедру, довести до кипения и проварить 3 минуты. Снять с огня, накрыть крышкой и оставить на 10 минут. Яйца взбить, продолжая взбивать, понемногу добавив 1/2 стакана горячей молочной смеси.

Оставшуюся молочную смесь прогреть, добавить смесь с яйцами, перемешать. Разлить в формочки поверх застывшей карамели, накрыть фольгой. Запекать в нагретой до 160°C духовке на водяной бане 20-25 минут, остудить при комнатной температуре. При подаче формочки с фланом перевернуть на тарелки, украсить ломтиками апельсина, веточками мяты и подавать.



Горячий шоколад

200 г шоколада, 1 л молока, 2 ч.ложки крахмала, сахар.

Шоколад наломать маленькими кусочками, выложить в сотейник, залить молоком, варить на слабом огне до тех пор, пока он полностью не растопится.

Добавить по вкусу сахар, влить разведенный в 2 ст.ложках холодной воды крахмал и проварить на слабом огне, помешивая, до загустения.

Разлить шоколад по чашкам и сразу подавать.

Десерт с мандаринами

1 ананас, 2-3 мандарина, 100 г сахара, 10 черешен, 50 мл мандаринового ликера.

Сварить сироп: сахар растворить в 100 мл воды и проварить на слабом огне до легкого загустения, добавить ликер, тщательно перемешать.

Ананас очистить, вырезать сердцевину, нарезать ломтиками, залить сиропом с ликером, оставить на 30 минут. Мандарины очистить, разделить на дольки.

На тарелку выложить ломтики ананаса, дольки мандаринов и черешню. Полить десерт сиропом с ликером, посыпать сахаром, украсить листочками мяты и подавать.

Сангрия

1 яблоко, 1 персик, 1 апельсин, 1/2 лимона, 1 стакан коньяка, 1 бутылка красного сухого вина, 2 стакана тоника, 4 ст.ложки сахара, 1 ч.ложка молотой корицы.

Яблоко очистить, удалить сердцевину, у персика удалить косточку, апельсин и лимон очистить от кожицы, разделить на дольки, очистить от белых пленок и косточек.

Подготовленные фрукты нарезать небольшими кусочками, залить коньяком и поставить в холодильник на 5-7 часов. После выложить в кувшин, добавить сахар и корицу, тщательно перемешать, влить вино и тоник, перемешать и поместить в холодильник еще на 15-20 минут. Разлить сангрию по бокалам, украсить кружочком лимона, добавить по желанию кубики льда и подавать.



Персик можно заменить дыней или спелым манго, а вместо тоника добавить любой другой лимонад (лучше лимонный или содовую).

Кухни народов мира

ИСПАНИЯ

№1, январь, 2012 г.
Подписной индекс
25986

Главный редактор

Елена РУФАНОВА

Телефон

(831) 432-98-16

e-mail: e.rufanova@gmi.ru

Учредитель ООО «Слог»

Издатель ЗАО «Издательство
«Газетный мир»

Адрес издателя и редакции:

603126, Н.Новгород,
ул. Родионова, 192, корп. 1

www.gmi.ru

Рекламное агентство

тел. (831) 434-88-20

факс (831) 434-88-22

e-mail: reclama@gmi.ru

За достоверность рекламной
информации ответственность
несет рекламодатель.

Служба продаж

телефоны: (831) 275-95-22,
438-00-54

e-mail: sales@gmi.ru

**Служба экспедирования
и перевозок**

телефон (831) 434-90-44

e-mail: dostavka@gmi.ru

Распространение

в Республике Беларусь

ООО «Агро-НН». Адрес: 220030,
г. Минск, ул. К.Маркса, д. 15,
офис 313, тел. 328-68-46

Газета зарегистрирована Федеральной
службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых
коммуникаций (Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации средства
массовой информации
ПИ № ФС77-37641 от 22 сентября 2009 г.

Подписано в печать 7 декабря 2011 г.
в 16 часов (по графику - в 16 часов)

Дата выхода в свет 3 января 2012 г.

Тираж 20404.

Заказ №921.

Цена договорная

Отпечатано

в ООО «РИДО-НН»,
603074, г. Н.Новгород,
ул. Шалапина, д. 2а.

Дизайн:

Алексей ВИНУКОВ

Фото:

Евгений СОБОЛЬ,
Carolborreda@Dreamstime.com \
Dreamstock.ru
Jalag/EastNews.

Повара:

Евгений КУВШИНОВ,
шеф-повар,
Марина ПАРШИНА

