

**В.Жданов**

# ***Кухня народов мира***

## ***мясо, птица***

***(160 оригинальных рецептов)***



# *Кухня народов мира*

## *Мясо, птица*

(для поиска блюда наведите курсор на нужный рецепт и нажмите левую кнопку мыши)

### **Оглавление**

1. Азу по-татарски .....	8
2. Баранина жареная по-одесски .....	9
3. Баранина по-дальневосточному .....	10
4. Баранина по-охотничьи .....	11
5. Баранина с айвой и овощами.....	12
6. Баранина с зеленью .....	13
7. Баранина с маслинами .....	14
8. Баранина с фасолью.....	15
9. Баранина с чечевицей по-марсельски .....	16
10. Бараньи отбивные на косточке.....	17
11. Бараньи рульки с черносливом .....	18
12. Баранья чучанга .....	19
13. Бешпармак по-киргизски.....	20
14. Биточки из говядины .....	21
15. Бифштекс винодела .....	22
16. Венгерские бараньи котлеты.....	23
17. Венгерский гуляш .....	24
18. Вырезка на пару .....	25
19. Вырезка с изюмом и можжевельником.....	26
20. Вырезка, нашпигованная вишнями.....	27
21. Глазированное свиное филе .....	28
22. Глазированные окорочка и крылья .....	29
23. Говядина в виноградном соусе.....	30
24. Говядина в луковом соусе .....	31

25. Говядина оригинальная .....	32
26. Говядина с грибами .....	33
27. Говядина, тушенная по-русски .....	34
28. Говядина, тушенная с овощами .....	35
29. Говядина, фаршированная по-польски .....	36
30. Грудинка в овощном отваре .....	37
31. Грудинка с горошком .....	38
32. Груди индейки .....	39
33. Гуляш по-мадьярски .....	40
34. Гусь фаршированный .....	41
35. Жареная печень с луком .....	42
36. Жаренка.....	43
37. Жаренные в духовке цыплята .....	44
38. Жаркое из маринованной говядины.....	45
39. Жаркое по-деревенски .....	46
40. Жаркое по-карельски .....	47
41. Имбирная утка .....	48
42. Индейка жареная.....	49
43. Индейка с омлетом .....	50
44. Кордон-блю.....	51
45. Классический стейк .....	52
46. Колбаса по-домашнему .....	53
47. Колбаски свиные.....	54
48. Котлеты по-киевски.....	55
49. Котлеты из баранины.....	56
50. Котлеты "Мэриленд" .....	57
51. Котлеты с капустой.....	58
52. Котлеты с сыром.....	59
53. Крокеты корейские .....	60
54. Куриное филе.....	61

55. Куриное рагу в горшочке .....	62
56. Куриные крылышки.....	63
57. Куриный рулет .....	64
58. Курица в маринаде.....	65
59. Курица жареная .....	66
60. Курица по-индийски.....	67
61. Курица по-мароккански.....	68
62. Курица по-удмуртски .....	69
63. Курица с восточным соусом.....	70
64. Курица с черносливом.....	71
65. Лагман .....	72
66. Лангет с пряными травами .....	73
67. Луковый клопс .....	74
68. Льежские антрекоты .....	75
69. Манты по-узбекски .....	76
70. Маринованная телятина .....	77
71. Мусака с горшочком.....	78
72. Мясное рагу с фасолью и грибами.....	79
73. Мясные зразы.....	80
74. Мясные котлеты по-баварски.....	81
75. Мясо в горшочке .....	82
76. Мясо в соляной корочке .....	83
77. Мясо по-бразильски.....	84
78. Мясо по-венски .....	85
79. Мясо с сырно-ореховой приправой.....	86
80. Мясо типа "барбекю" .....	87
81. Мясо, маринованное с можжевельником.....	88
82. "Огненный" стейк .....	89
83. Окорочка в смородиновом соусе .....	90
84. Оладьи из печени .....	91

85. Отбивные из мяса ягненка.....	92
86. Отварная курица .....	93
87. Отварное мясо.....	94
88. Пекинская утка .....	95
89. Пельмени старорусские .....	96
90. Печень по-берлински.....	97
91. Печень, тушенная куском.....	98
92. Поджарка.....	99
93. Поросенок жареный.....	100
94. Почки пикантные.....	101
95. "Праздничная корона" .....	102
96. Пряное свиное жаркое .....	103
97. Рейнское жаркое .....	104
98. Рождественская индейка .....	105
99. Ростбиф в красном вине .....	106
100. Рулет в тесте.....	107
101. Рулет "Венский" .....	108
102. Рулет "Гурман" .....	109
103. Рулет из индейки с морковью и шпинатом.....	110
104. Рулет со шпинатом .....	111
105. Рулетики в медовом маринаде .....	112
106. Свиная вырезка оригинальная.....	113
107. Свиная грудинка в панировке .....	114
108. Свинина в грушевой глазури.....	115
109. Свинина в ореховой глазури .....	116
110. Свинина во французском тесте .....	117
111. Свинина моравская .....	118
112. Свинина по-восточному .....	119
113. Свинина под винно-сливочным соусом.....	120
114. Свинина по-домашнему.....	121

115. Свинина по-флорентийски .....	122
116. Свинина с бамией .....	123
117. Свинина с лисичками.....	124
118. Свинина с пряной корочкой .....	125
119. Свиное жаркое по-балкански .....	126
120. Свиные котлеты в пиве.....	127
121. Свиные котлеты по-особому .....	128
122. Свиные ножки .....	129
123. Свиные отбивные по-австрийски .....	130
124. Свиные отбивные.....	131
125. Сомса по-казахски .....	132
126. Сосиски в слойке .....	133
127. Сочное жаркое с маринадом.....	134
128. Таджин из говядины .....	135
129. Телятина "Антуан" .....	136
130. Телятина в ягодном соусе.....	137
131. Телятина с мирабелью .....	138
132. Телятина с эстрагоном.....	139
133. Телячье филе с винным соусом.....	140
134. Телячьи ножки под соусом.....	141
135. Тефтели по-гречески.....	142
136. Тефтели по-индийски .....	143
137. Токань со сладким перцем.....	144
138. Тушеная утка с капустой .....	145
139. Угро .....	146
140. Утка по-французски.....	147
141. Утка, фаршированная гренками .....	148
142. Фаршированная золотистая курочка.....	149
143. Фаршированная курица без костей .....	150
144. Фаршированное свиное филе .....	151

145. Филе с красным вермутом.....	152
146. Филе с соусом мадера.....	153
147. Филе фаршированное .....	154
148. Фрикадельки "Сами с усами" .....	155
149. Хинкали.....	156
150. Цыпленок в тесте .....	157
151. Цыпленок по-тайски .....	158
152. Цыпленок с майораном.....	159
153. Цыпленок табака.....	160
154. Цыплята особые .....	161
155. Шашлык "Генеральский".....	162
156. Шашлычки с перцем.....	163
157. Шейка с майораном и яблоками.....	164
158. Шницели в панировке.....	165
159. Яблочный цыпленок .....	166
160. Язык в савойской капусте.....	167
161. Язык с соусом .....	168

Условные обозначения на фотографиях блюд:



время приготовления



примерная стоимость продуктов



сложность приготовления блюда

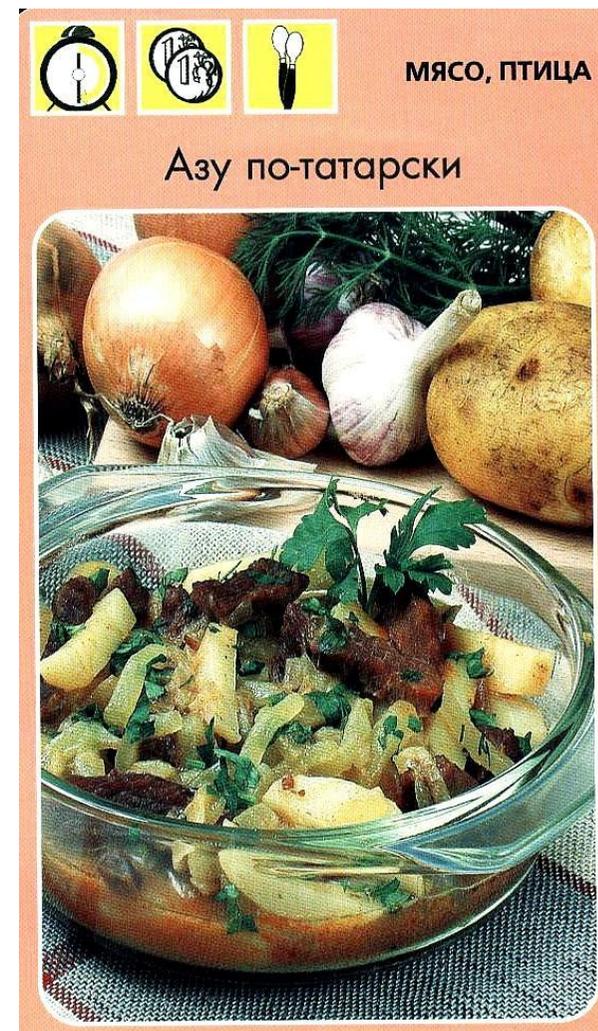
# 1. Азу по-татарски

## ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть).....	300-400 г
Топленое масло .....	3 ст. л.
Соленые огурцы .....	2 шт.
Чеснок .....	2-3 зубчика
Томатная паста.....	1 ст. л.
Картофель .....	4-5 шт.
Бульон .....	1 стакан
Репчатый лук .....	1 -2 шт.
Петрушка (зелень).....	2-3 веточки
Черный перец молотый	
Соль	

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Грудинку очистить от пленок, вымыть, нарезать брусочками шириной в 2 см и длиной 4 см. Обжарить ее на разогретой сковороде с растопленным топленым маслом (1 ст. ложка).
2. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать и обжарить на сковороде с топленым маслом (1 ст. ложка).
3. Обжаренные куски мяса сложить в жаропрочную форму, посолить, поперчить, положить нашинкованный обжаренный репчатый лук.
4. Влить в посуду с мясом бульон, добавить томатную пасту, кипятить около 40 мин.
5. Очистить, вымыть, порезать крупными ломтями картофель. Зажарить его до полуготовности на топленом масле (1 ст. ложка).
6. Соленые огурцы очистить от кожи и зерен, нарезать дольками и слегка проварить.
7. Положить подготовленные картофель и соленые огурцы в посуду с мясом и тушить около 10 мин.
8. Готовое азу перемешать, разложить на тарелки, посыпать зеленью и рубленным чесноком.



## К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Очень вкусное азу получается из баранины, его тушат с морковью, порезанной тонкими кружочками.
- Свежий спелый томат вместо томатной пасты несколько смягчит вкус кушанья.

## 2. Баранина жареная по-одесски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина (корейка) ..... 600 г  
Топленое масло ..... 2 ст. л.  
Сливочное масло ..... 1 ст. л.  
Мука..... 2 ст. л.  
Яйцо ..... 1 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

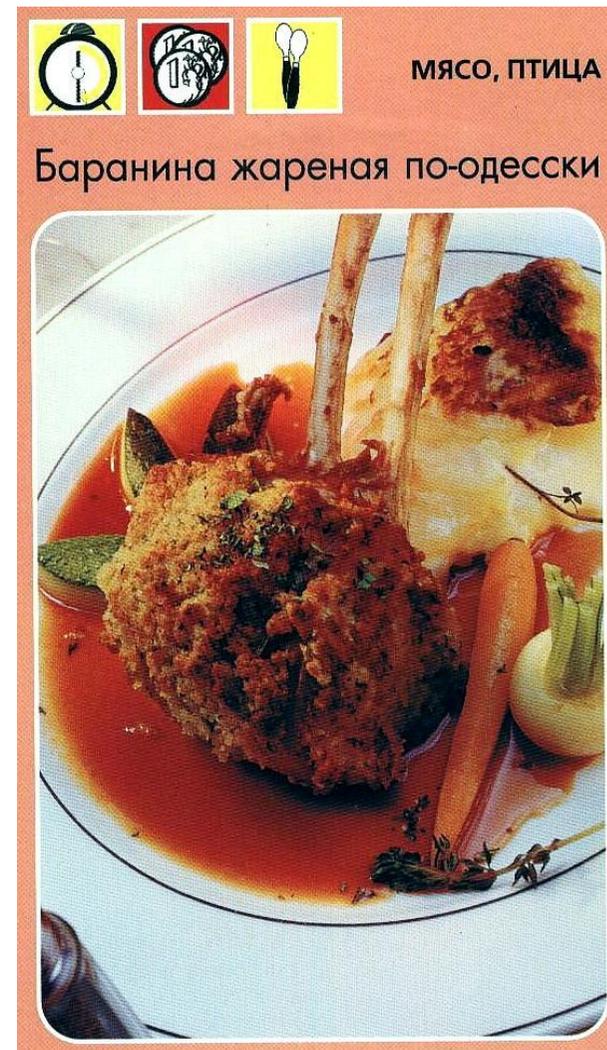
*Для шницелей из капусты:*  
Капуста ..... 300 г  
Мука. .... 4 ст. л.  
Яйцо ..... 1 шт.  
Панировочные сухари ..... 4 ст. л.  
Растительное масло..... 3 ст. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Баранью корейку зачистить от сухожилий и нарезать из нее котлеты с косточками. Косточки зачистить, мякоть слегка отбить.
2. Мясо посыпать солью и перцем, запанировать в муке и смочить в яйце. После чего поджарить на сковороде с топленным маслом сначала с одной стороны, а затем, быстро перевернув, дожарить при слабом нагреве на плите или в духовке.
3. Готовую баранину выложить на порционные тарелки. Сливочное масло растопить в образовавшемся мясном соке и полить им мясо.
4. Сбоку на порционные тарелки положить шницели из капусты.

### *Шницели из капусты*

5. Отобрать крупные капустные листья (300 г), вымыть и варить в подсоленной воде до готовности.
6. Затем переложить их на сито, дать стечь воде, толстые стебли слегка размягчить, отбивая тупкой, или срезать ножом.
7. Каждый лист сложить в виде конверта, обвалить в муке, смочить в яйце, обвалить в сухарях и с обеих сторон обжарить в сковороде на масле.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Отдельно к шницелям из капусты можно подать сметану или сметанный соус.

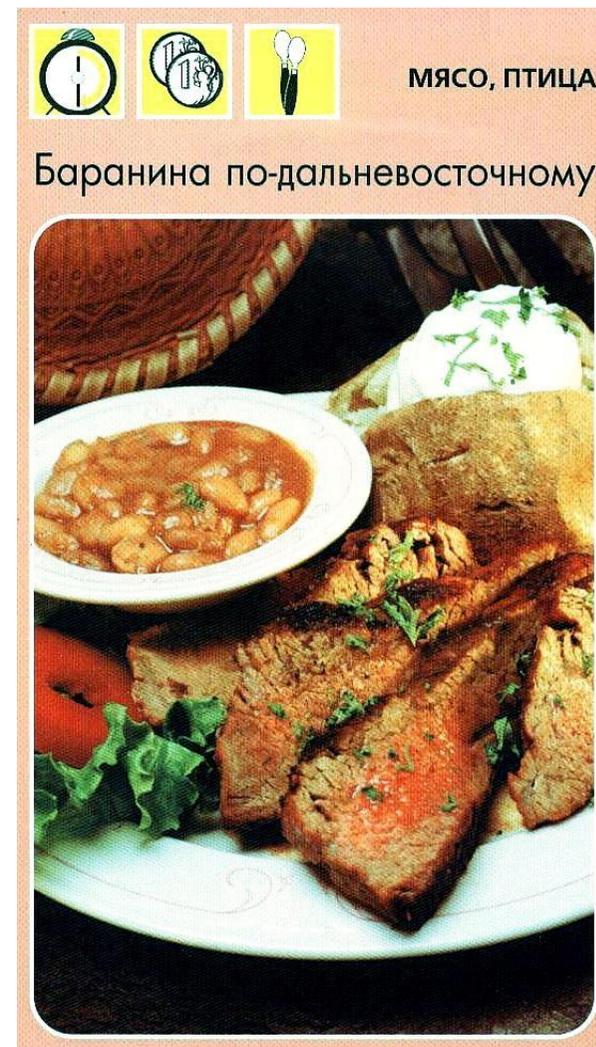
### 3. Баранина по-дальневосточному

#### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина (филе) ..... 2 куска по 300 г  
Лимон ..... 1 шт.  
Соевый соус ..... 2 ст. л.  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Растительное масло ..... 2 ст. л.  
Листья салата ..... 3-4 шт.  
Фенхель (или петрушка, зелень) . . 2-3 веточки  
Соль

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Филе баранины обмыть, обсушить салфеткой и поместить на плоское блюдо.
2. Лимон вымыть, теркой снять цедру, сок отжать. Чеснок очистить и растолочь.
3. Смешать лимонный сок и цедру, соевый соус и толченый чеснок. Полученным маринадом натереть баранину, положить в глубокую миску и поставить в холодное место на 6-8 ч.
4. Затем баранье филе вынуть из маринада и выложить в глубокий противень, смазанный маслом. Духовку нагреть до 230°C и запекать мясо в течение 20-25 мин.
5. Готовое мясо выложить на разделочную доску, дать остыть в течение 5 мин и нарезать на порционные ломтики.
6. С противня удалить жир, выделившийся мясной сок перелить в сотейник, добавить оставшийся маринад и довести соус до кипения, помешивая.
7. Листья салата и зелень фенхеля (или петрушки) вымыть, стряхнуть воду. Зелень мелко порубить.
8. Красиво разложить ломтики баранины на сервировочных тарелках, полить горячим соусом, украсить листьями салата, рубленой зеленью, при необходимости подсолить и подать на стол.



#### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- В качестве гарнира к баранине рекомендуется тушеная фасоль, отварной ароматный рис, морковный салат с горчицей

## 4. Баранина по-охотничьи

### ИНГРЕДИЕНТЫ

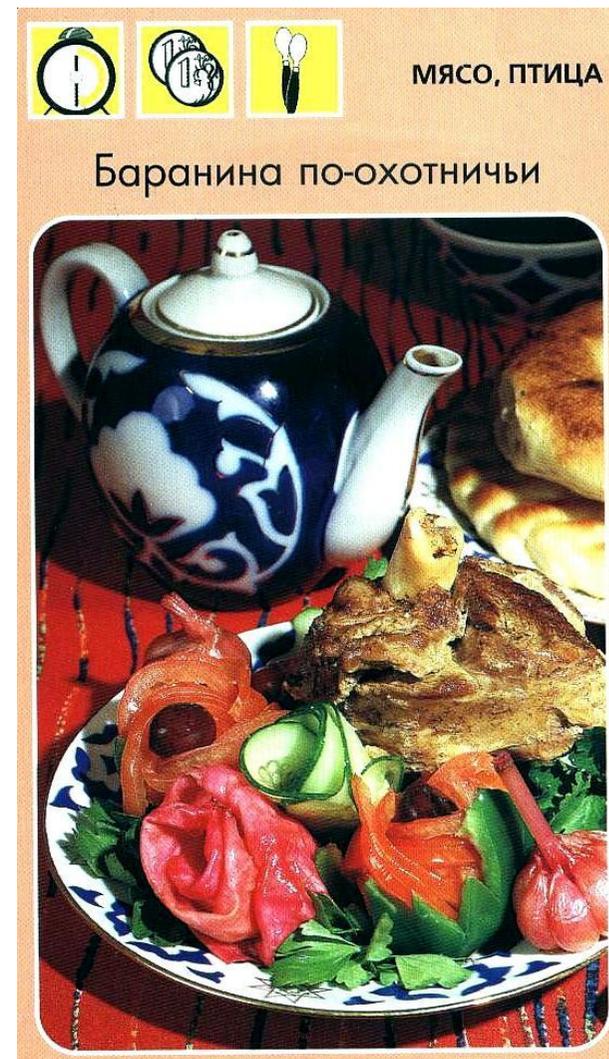
Баранина (мякоть) .....	1,6 кг
Чеснок .....	3 зубчика
Ягоды можжевельника.....	12 шт.
Репчатый лук .....	1 шт.
Морковь .....	1 шт.
Портвейн.....	4 ст. л.
Уксус (винный) .....	2 ст. л.
Растительное масло. ....	2 ст. л.
Розмарин (или эстрагон).....	3-4 веточки
Черный (или белый) перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Баранину вымыть, срезать лишний жир, сделать в мякоти несколько косых разрезов.
2. Чеснок очистить, вымыть, порубить. Веточки розмарина (или эстрагона) промыть. В каждый разрез на мясе вставить кусочки чеснока и листочки розмарина.
3. Баранину положить в эмалированную посуду.
4. Ягоды можжевельника раздавить, а репчатый лук и морковь очистить, вымыть, нарезать кружочками и добавить к баранине.
5. Смешать портвейн, уксус, растительное масло, посолить и поперчить по вкусу. Залить этой смесью баранину. Оставить ее в маринаде на 15-20 ч.
6. Маринованную баранину выложить в жаровню с крышкой (или утятницу). Маринад процедить и залить им мясо.
7. Разогреть духовку до 180°C. Накрывать жаровню (или утятницу) крышкой (либо фольгой) и поставить в духовку на 2,5 ч. За 30 мин до окончания приготовления крышку снять.
8. Готовую баранину переложить на подогретое блюдо и по возможности удалить листочки розмарина (или эстрагона).
9. Слить из жаровни (утятницы) жир. Оставшийся мясной сок процедить и полить им баранину.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Перед подачей к столу кушанье украшают свежими томатами, огурцами, сладким перцем, маринованным чесноком, краснокочанной капустой, маринованными сливами, веточками петрушки.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

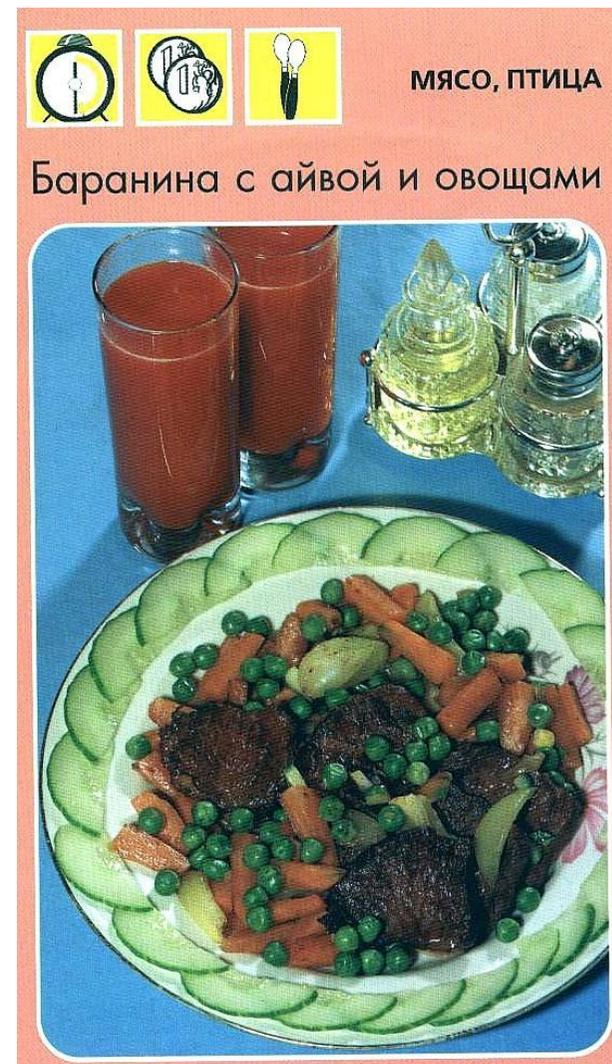
## 5. Баранина с айвой и овощами

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина (мякоть) .....	600 г
Айва .....	2-3 шт.
Сливочное масло.....	2 ст.л.
Морковь.....	3 шт.
Зеленый горошек (в стручках).....	1/2 стакана
Сахарный песок.....	1 ст. л.
Мука.....	1 ч.л.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мякоть баранины вымыть, нарезать небольшими кусками и обжарить в глубокой сковороде на масле.
2. Когда мясо подрумянится, посолить и прибавить горячую воду (или бульон), чтобы она покрыла баранину.
3. Тушить в течение 30 мин при слабом нагреве, прибавляя по мере выкипания горячую воду.
4. Морковь очистить, вымыть, нарезать. Зеленый горошек извлечь из стручков.
5. Поместить мясо вместе с подливкой в глубокую жаровню (или утятницу), внести морковь с горошком и потушить около 20 мин.
6. Айву вымыть, нарезать дольками, вырезать твердую сердцевину вместе с семенными коробочками.
7. Насыпать на сухую сковороду сахарный песок и, помешивая, нагревать при небольшом нагреве, пока сахар не сделается темно-коричневым и не появится легкий дымок.
8. Продолжая мешать сахар, постепенно добавить у 2 стакана горячей воды и муку, тщательно мешать, чтобы не было комков.
9. На мясо с морковью и горошком уложить айву. Полить подливкой из жженого сахара и поставить в духовку на 20-30 мин.
10. Готовую баранину выложить на блюдо, гарнировать тушеной морковью с зеленым горошком и айвой.



МЯСО, ПТИЦА

Баранина с айвой и овощами



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

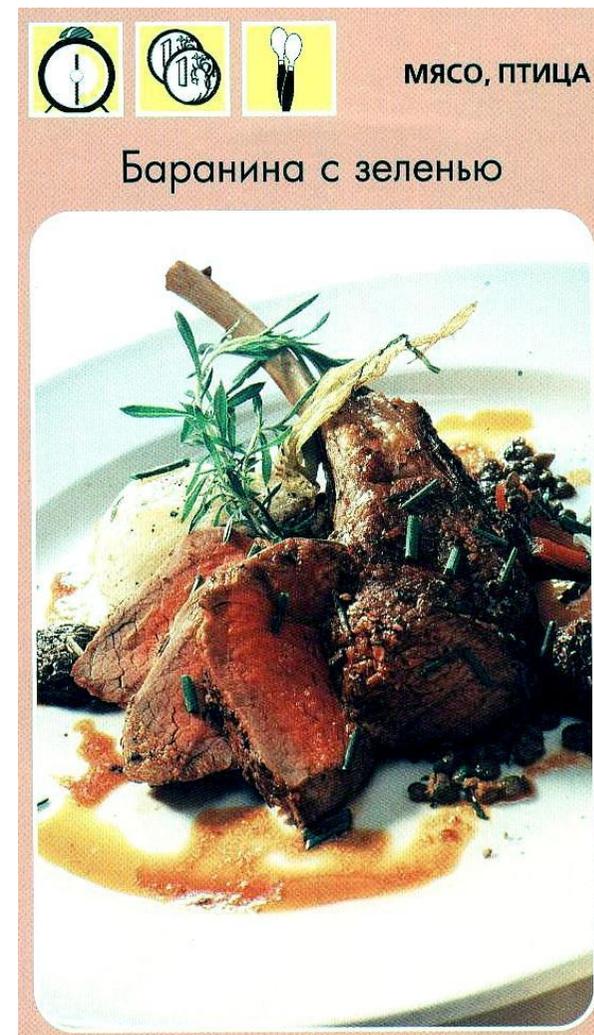
## 6. Баранина с зеленью

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Бараньи котлеты на косточке ..... 4 шт.  
Растительное масло ..... 3 ст. л.  
Салат-латук (или листовой салат) ..... 1 пучок  
Лук-батун (или лук-шалот) .. ..... 1 пучок  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Мята ..... 4-5 веточек  
Зеленый горошек ..... 2 стакана  
Куриный бульонный кубик ..... 1/2 шт.  
Розмарин (или тархун) ..... 1-2 веточки  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Салат-латук (или листовой) перебрать, очистить, промыть, стряхнуть воду и порезать. Лук-батун (или лук-шалот) очистить, вымыть и нарезать на небольшие кусочки.
2. У мяты и петрушки удалить толстые стебли, промыть их, обсушить полотенцем и мелко порубить.
3. Из 1/2 бульонного кубика приготовить 150 мл куриного бульона, растворив его в горячей воде.
4. В кастрюле нагреть масло, добавить подготовленные салат-латук (или листовой), лук-батун (или лук-шалот), мяту, петрушку, зеленый горошек, бульон, немного соли и перца.
5. Довести до кипения, плотно накрыть кастрюлю крышкой и тушить при слабом нагреве около 20 мин. Затем увеличить нагрев и открыть крышку, чтобы выкипела лишняя жидкость, объем которой должен уменьшиться примерно вдвое.
6. Баранину обмыть, обсушить бумажной салфеткой, натереть солью и перцем и обжаривать приблизительно 5-7 мин с каждой стороны до золотистого цвета на сковороде в растительном масле.
7. Выложить готовый горошек с зеленью горкой на блюдо и сверху разместить бараньи котлеты. Полить соусом, полученным при тушении овощей.
8. Украсить кушанье веточкой розмарина (или тар-хуна), подать вместе с молодым отварным картофелем, печеным болгарским перцем.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Во время тушения овощей в кастрюлю для смягчения вкуса можно добавить 1/2 ч. ложки сахарного песка.

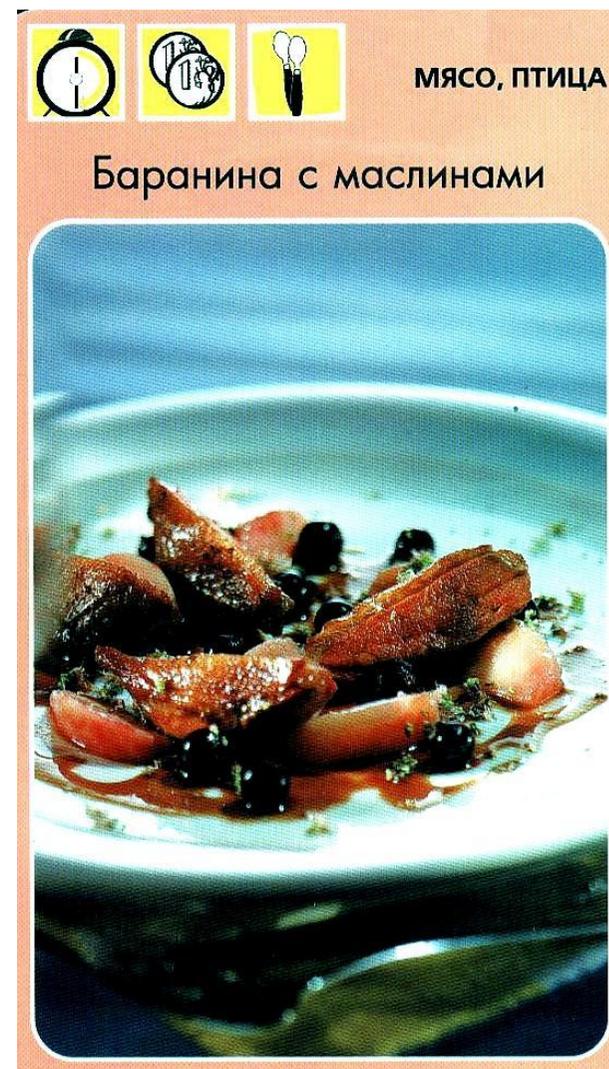
## 7. Баранина с маслинами

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранья нога .....	900 г
Репчатый лук .....	1 шт.
Чеснок .....	2 зубчика
Бараний (или куриный) бульон.....	2 стакана
Лук-порей .....	3 стебля
Репка .....	2 шт.
Картофель .....	6-7 шт.
Красное вино .....	4 ст. л.
Маслины без косточек .....	1 банка
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Баранью ногу вымыть поместить в глубокую огнеупорную жаровню.
2. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать крупными ломтиками. Чеснок очистить и измельчить.
3. Добавить в жаровню лук, чеснок, бульон, вино, приправить по вкусу солью и перцем.
4. Разогреть духовку до 180°C. Жаровню поставить на огонь, довести содержимое до кипения. Затем накрыть ее крышкой и поместить в духовку на 1,5 ч.
5. Лук-порей очистить, вымыть и нарезать крупными кусками.
6. Картофель и репу очистить, вымыть и нарезать на большие брусочки.
7. Добавить в жаровню лук-порей, репу и картофель и оставить в духовке еще на 30 мин, пока овощи не станут мягкими, а мясо не будет легко отделяться от костей.
8. Вынуть жаровню из духовки. Отделить мясо от костей и нарезать на аккуратные кусочки, удаляя случайно оставшийся жир.
9. С поверхности оставшейся в жаровне овощной смеси также удалить жир.
10. Разложить мясо и овощи на сервировочные тарелки, украсить маслинами.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Бульон для этого кушанья можно приготовить из 2 бульонных кубиков.
- Если при тушении добавить в жаровню смесь пряностей, то кушанье приобретает нежный вкусовой оттенок.

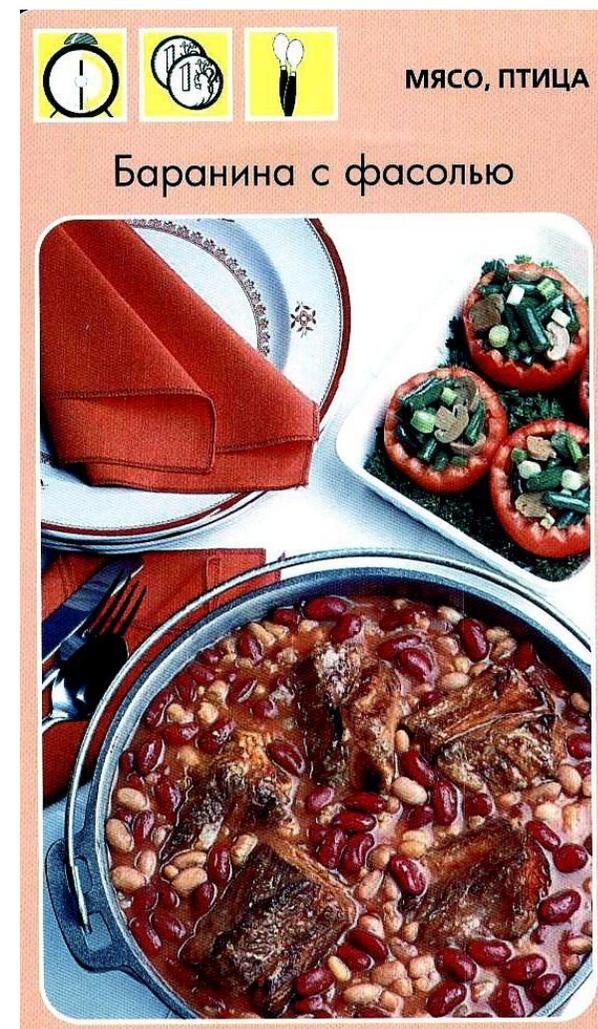
## 8. Баранина с фасолью

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина (мякоть) . . . . . 400 г  
Фасоль (красная и белая) . . . . . 2 стакана  
Репчатый лук . . . . . 1 шт.  
Томаты . . . . . 2 шт.  
Растительное масло . . . . . 2 ст. л  
Сахарный песок . . . . . 1 ст. л  
Томатный соус. . . . . 2-3 ст. л  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Фасоль перебрать, промыть и замочить в холодной воде на 8-10 ч.
2. Баранину обмыть, очистить от пленок и сухожилий, нарезать небольшими кусками, посолить, поперчить. Раскалить сковороду и обжарить мясо на разогретом масле (1 ст. ложка) до образования золотистой корочки.
3. Обжаренную баранину переложить в огнеупорную посуду, добавить ранее замоченную фасоль, 2-2 ½ стакана воды, закрыть крышкой и варить около 1 ч.
4. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать соломкой и слегка поджарить на масле (1 ст. ложка).
5. Томаты вымыть и нарезать дольками.
6. Подготовленные лук, томаты, томатный соус и сахарный песок добавить в огнеупорную посуду, закрыть крышкой и тушить баранину с фасолью в духовке при температуре 160°C около 30 мин, периодически помешивая. При необходимости подлить горячей воды.
7. За 15 мин до конца тушения снять с посуды крышку, чтобы выпарилось немного жидкости.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Особый вкус кушанью придаст горчичное семя (1 ч. ложка), добавленное вместе с жареным луком.
- Если белую фасоль заменить картофелем, то блюдо приобретет несколько иной вкусовой оттенок. Его вносят вместе с жареным луком.

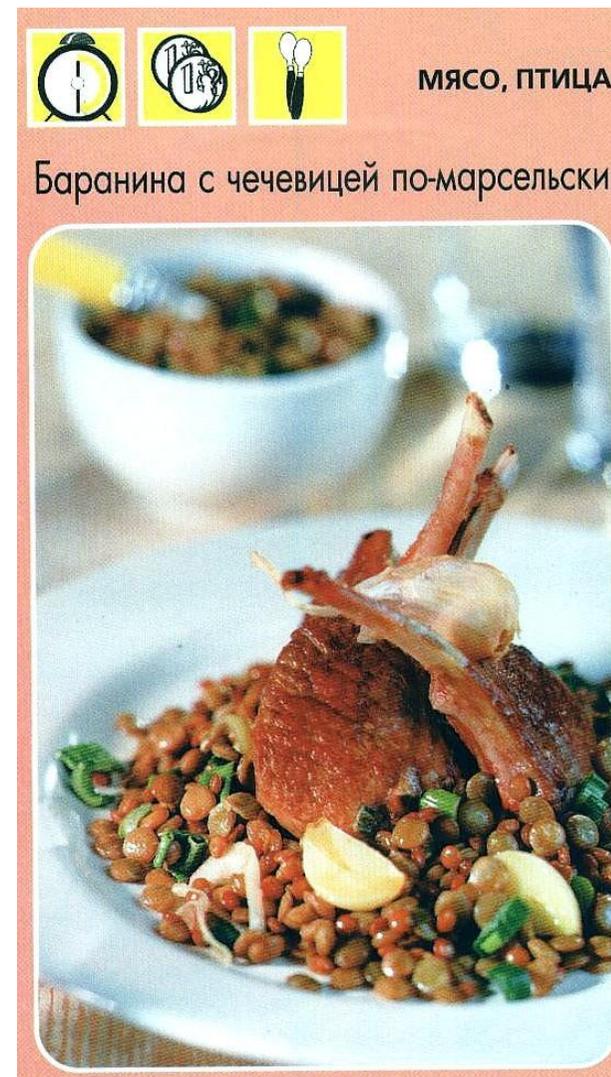
## 9. Баранина с чечевицей по-марсельски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Бараньи котлеты, с косточкой ... 8 шт. (по 100 г)  
Чечевица ..... 1 стакан  
Куриный бульон ..... 1 стакан  
Сливочное масло ..... 3 ст. л.  
Лук-батун,(или лук-шалот)..... 1 пучок  
Салат-латук ..... 1 пучок  
Мята ..... 2-3 веточки  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Чечевицу перебрать, промыть, залить в кастрюле 2 стаканами холодной воды и оставить на 3-4 ч.
2. Воду слить, вновь залить чечевицу водой и поставить варить на 1 ч. Перед окончанием варки слегка подсолить, затем воду слить.
3. Салат-латук перебрать, промыть, дать стечь воде и измельчить. Лук-батун (или лук-шалот) очистить, вымыть, стряхнуть воду и нарезать на кусочки.
4. Мята и петрушку промыть, удалить толстые стебли, обсушить полотенцем и мелко нарезать.
5. В кастрюле разогреть масло, добавить измельченные салат-латук, лук-батун, мяту, петрушку, чечевицу, куриный бульон (С/2 стакана), черный перец и подсолить.
6. Довести до кипения, плотно накрыть кастрюлю крышкой, нагрев уменьшить и тушить овощи около 20 мин.
7. Затем нагрев усилить и открыть крышку, чтобы объем жидкости в кастрюле уменьшился вдвое.
8. Бараньи котлеты на косточке вымыть, обсушить бумажной салфеткой, натереть солью и перцем и тушить до готовности под крышкой, периодически подливая в жаровню оставшийся бульон.
9. Выложить готовую чечевицу горкой на сервировочные тарелки, сверху выложить по 2 бараньи котлеты на косточке.



МЯСО, ПТИЦА

Баранина с чечевицей по-марсельски



быстро

дешево

легко

обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Особую пикантность кушанью придадут зубчики чеснока, нарезанные тонкими пластинами.

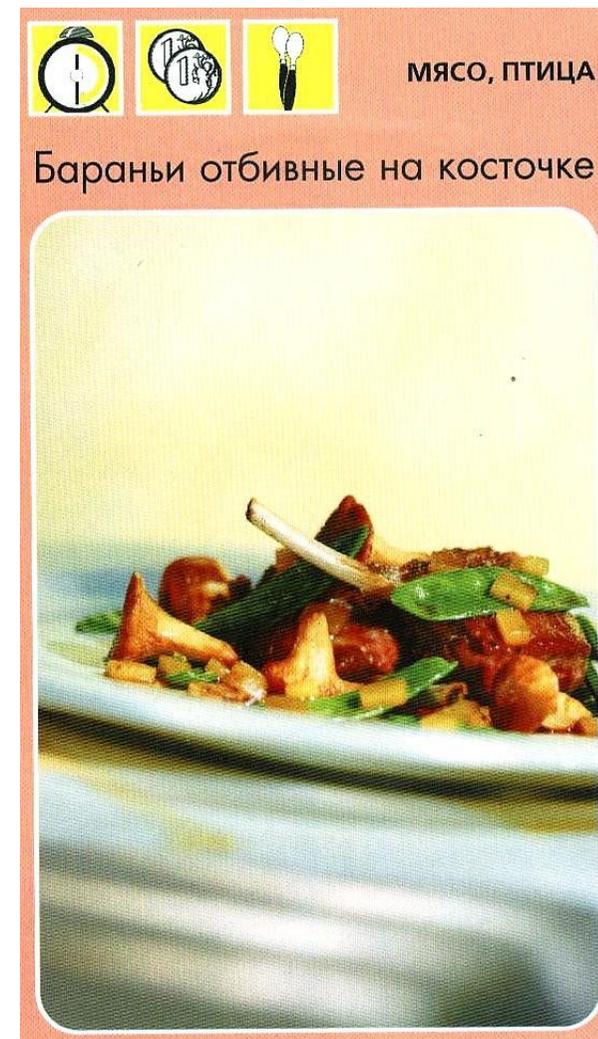
## 10. Бараньи отбивные на косточке

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Бараньи отбивные на косточке .....	8 шт.
Репчатый лук .....	2 шт.
Чеснок .....	3 зубчика
Растительное (лучше оливковое) масло. . .	3 ст. л.
Фасоль (стручки) .....	150 г
Лисички .....	250 г
Сливочное масло .....	3 ст. л.
Красный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Бараньи отбивные на косточке вымыть, обсушить и слегка отбить.
2. Чеснок очистить и растереть с молотым перцем. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами. Смешать растительное масло с нарезанным луком в эмалированной миске.
3. Чесночной смесью намазать отбивные и положить их в миску с растительным маслом и луком. Поставить миску с мясом в холодильник примерно на 5 ч, периодически его переворачивая.
4. Стручки фасоли вымыть, очистить от жилок, нарезать в виде ромбиков, сварить в кипящей подсоленной воде. Откинуть их на дуршлаг и дать воде стечь.
5. Лисички очистить, тщательно промыть и потушить на сковороде в сливочном масле до готовности.
6. Готовые грибы смешать с фасолью, приправить по вкусу солью и молотым перцем.
7. Раскалить сковороду, слить в нее растительное масло из миски с бараниной и сильно разогреть его.
8. Мясо очистить от лука и чеснока, обжарить с двух сторон до золотистой корочки.
9. Разложить готовые отбивные по сервировочным тарелкам, гарнировать смесью из фасоли и грибов.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Для сохранения зеленой окраски стручки фасоли рекомендуется варить в открытой просторной посуде, поддерживая сильное кипение.

## 11. Бараньи рульки с черносливом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

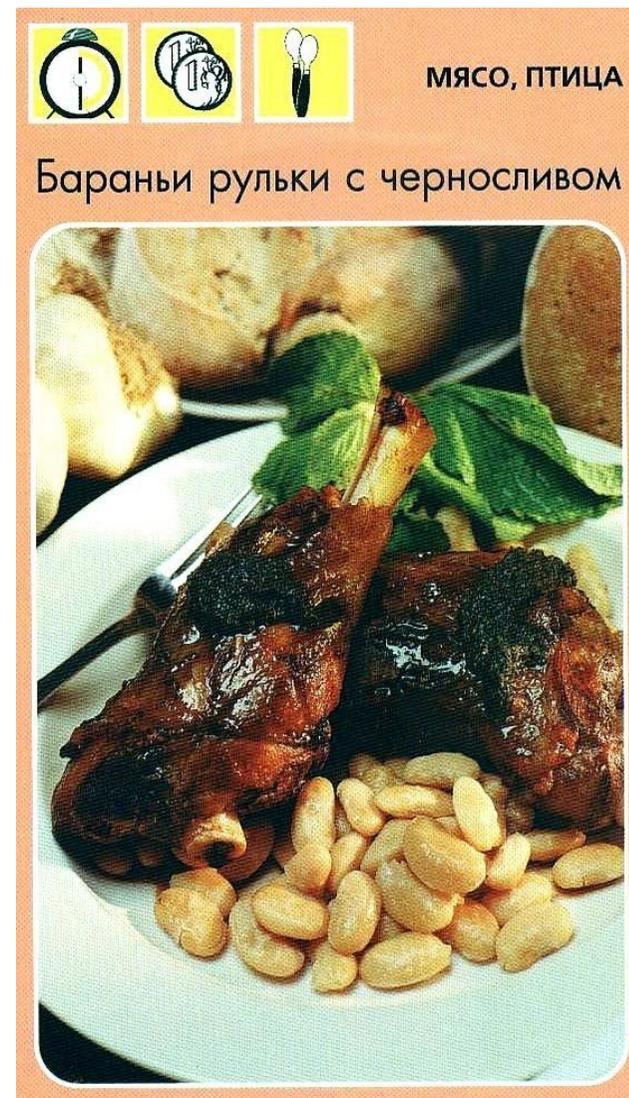
Бараньи рульки ..... 2 кг  
Чеснок ..... 3 зубчика  
Томатная паста..... 2 ст. л.  
Мука. .... 1 ст. л.  
Лимонный сок. .... 2 ст. л.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Морковь ..... 1 шт.  
Чернослив ..... 10-15 шт.  
Мясной бульон. .... 4 стакана  
Крахмал ..... 1 ч. л.  
Сахарный песок..... 2 ч. л.  
Мята ..... 1 веточка  
Тмин (молотый) ..... 1 щепотка  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Бараньи рульки вымыть, сделать косые надрезы. Чеснок очистить, тонко нашинковать, вставить в надрезы на мясе.
2. Смешать томатную пасту с мукой, лимонным соком, солью, тмином и черным перцем. Нанести эту смесь на баранину и оставить на 12 ч в эмалированной посуде.
3. Мясной бульон в кастрюле довести до кипения, поместить в него бараньи рульки.
4. Репчатый лук и морковь очистить, вымыть и крупно нарезать. Чернослив тщательно промыть.
5. Добавить в кастрюлю с бараниной лук, морковь, 3-4 ягоды чернослива и тушить до готовности. Чтобы рульки получились золотистыми, на 10 мин поместить их в разогретую духовку.
6. Оставшийся чернослив припустить с сахарным песком, добавить соус, образовавшийся при тушении, крахмал, перемешать.
7. Готовые рульки выложить на подогретое блюдо, полить соусом с черносливом, украсить листиками мяты.
8. В качестве гарнира к бараньим рулькам подать разогретую консервированную белую фасоль.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- При тушении бараньих рулек в кастрюлю рекомендуется добавить кожу и кости от копченого окорока, а также украсить готовое блюдо яблоками, запеченными в духовке с сахарным песком и корицей.



## 12. Баранья чучанга

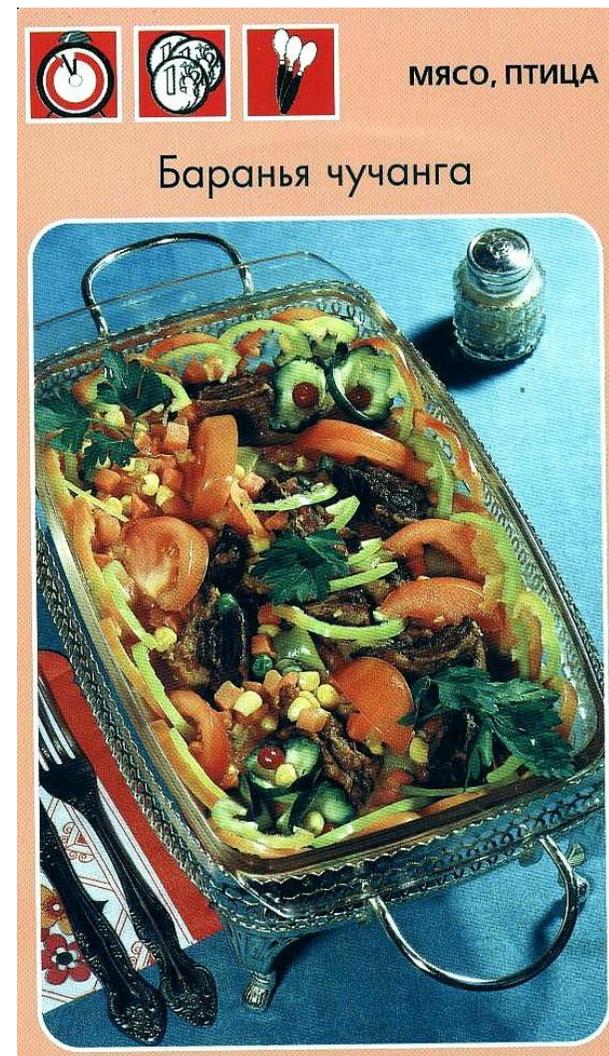
### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина ..... 1,2 кг  
Растительное масло..... 4 ст. л.  
Мука ..... 4 ст. л.  
Чеснок ..... 1-2 зубчика  
Сметана ..... 1/2 стакана  
Консервированный зеленый горошек ..... 150 г  
Консервированная кукуруза ..... 150 г  
Консервированная морковь ..... 150 г  
Соль

Для маринада:  
Уксус..... 1 стакан  
Лавровый лист ..... 3 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Черный и душистый перец горошком .... по 2-3 шт.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Для маринада репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кружками. Вскипятить воду (3 стакана) с луком, солью, горошинами черного и душистого перца, лавровым листом, охладить и добавить уксус.
2. Баранину вымыть, уложить в глубокую миску, залить маринадом. Сверху поместить гнет и поставить в прохладное место на 24 ч, несколько раз мясо перевернуть.
3. Вынуть баранину из маринада, обсушить, натереть солью с измельченным чесноком, посыпать мукой (2 ст. ложки). Обжарить мясо в сковороде с растительным маслом (1 ст. ложка) до образования золотистой корочки со всех сторон.
4. Затем переложить баранину на противень, полить растительным маслом (3 ст. ложки) и поставить в духовку. Во время запекания при среднем нагреве время от времени сбрызгивать чучангу маринадом, в котором она находилась.
5. Сметану смешать с мукой (2 ст. ложки) и залить чучангу после того, как мясо при прокалывании перестанет выделять розовый сок, и опять поместить в духовку на 20-25 мин.
6. Срезать мякоть с кости. Нарезать его кусками, сложить в блюдо и полить образовавшимся при запекании соусом.
7. Смешать консервированные зеленый горошек, кукурузу, морковь и выложить поверх баранины.



МЯСО, ПТИЦА

### Баранья чучанга



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Консервированную морковь можно заменить свежей, отваренной в подсоленной воде и нарезанной маленькими кубиками.

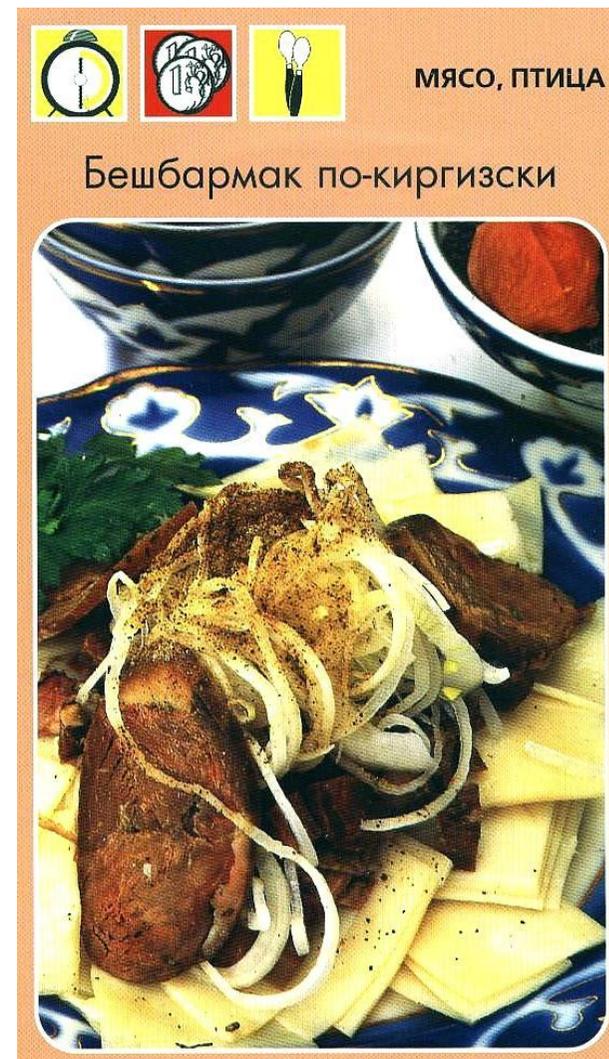
## 13. Бешбармак по-киргизски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина (мякоть) ..... 1 кг  
Репчатый лук ..... 3 шт.  
Мука..... 1 ½ стакана  
Яйцо..... 1 шт.  
Шафран ..... 1/2 ч.л.  
Чабрец (молотый)..... 1/2 ч.л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Баранину вымыть, вырезать пленки и сухожилия. Нарезать крупными кусками, положить в посуду, залить небольшим количеством холодной воды, чтобы она покрыла мясо. Отварить до мягкости с солью и молотым черным перцем.
2. Готовое мясо вынуть из бульона и охладить.
3. Муку просеять и высыпать горкой на разделочную доску. Сделать в ней углубление и добавить яйцо, шафран, молотый чабрец, соль и теплую воду. Замесить крутое тесто.
4. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не станет однородным и густым.
5. Оставить тесто примерно на 40 мин, затем тонко раскатать и нарезать продолговатыми прямоугольниками.
6. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами.
7. Довести до кипения немного бульона, в котором варилось мясо, опустить в него нарезанный лук, нарезанное прямоугольниками тесто, мясо, посолить, поперчить и проварить.
8. Бешбармак выложить на большое сервировочное блюдо. Отдельно в пиалах подать бульон.



МЯСО, ПТИЦА

### Бешбармак по-киргизски

 быстро

 дешево

 легко

 обычно

 обычно

 обычно

 долго

 дорого

 трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- При подаче рекомендуется украсить кушанье веточками пряных трав.

## 14. Биточки из говядины

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть) .....	400 г
Белый хлеб .....	100 г
Молоко или вода .....	100 мл
Панировочные сухари .....	50 г
Животный жир .....	25 г
Сливочное масло .....	40 г
Растительное масло .....	40 г
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

#### Фарш

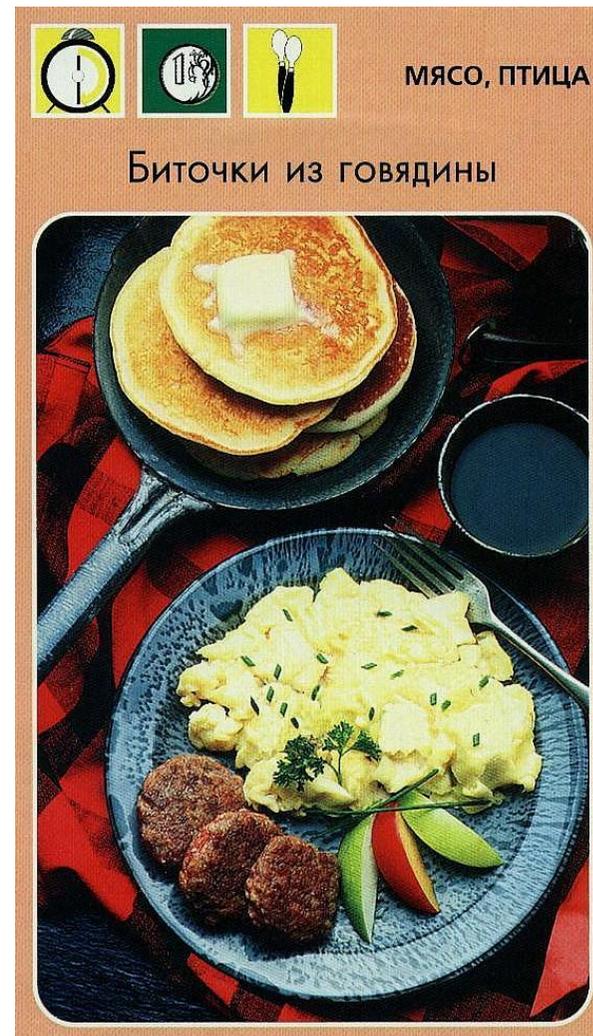
1. Мясо обмыть, очистить от сухожилий, разрезать на небольшие куски и дважды пропустить через мясорубку.
2. Хлеб (корки предварительно срезать) размочить в молоке (или воде), отжать, перемешать с рубленным мясом. Всю массу снова пропустить через мясорубку, затем посолить и поперчить.

#### Биточки

3. Из приготовленного фарша сделать круглые плоские лепешки, запанировать в сухарях, подровнять ножом.
4. Уложить биточки вплотную друг к другу, жарить на разогретой сковороде до образования корочки, перевернуть и довести до готовности. Весь процесс жарки длится 12-15 мин.
5. Перед подачей на стол биточки полить соусом (луково-сметанным или томатным) или растопленным сливочным маслом.
6. В качестве гарнира подать картофельное пюре или овощи с поджаренными хлебцами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- При желании в фарш можно добавить 1 луковицу, пропущенную через мясорубку.
- Биточки можно жарить и в духовке. Положить их на противень с растопленным жиром и тут же перевернуть и продолжать жарить 7-8 мин при температуре 250-300°С.



МЯСО, ПТИЦА

### Биточки из говядины



## 15. Бифштекс виодела

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Мясо (вырезка).....	600 г
Шампиньоны (свежие).....	300 г
Томаты .....	3-4 шт.
Сливочное масло .....	2 ст. л.
Растительное масло. ....	3 ст. л.
Красное сухое вино .....	1/2 стакана
Петрушка (зелень).....	1 пучок
Приправа с глутаматом натрия . .	1 ч. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Вырезку свинины или говядины обмыть, очистить от пленок, нарезать ломтиками, по два на порцию, и отбить.
2. Отбитые ломтики положить на сковороду с разогретым маслом (2 ст. ложки сливочного и 1 ст. ложку растительного) и жарить 8-10 мин с обеих сторон до подрумянивания. Затем посолить, поперчить и отложить в теплое место.
3. Свежие шампиньоны (или белые грибы) очистить, обмыть холодной водой. Крупные грибы нарезать ломтиками, мелкие оставить целыми и поджарить на сковороде с разогретым растительным маслом (1 ст. ложка).
4. В кастрюлю влить вино, положить обжаренные грибы, прокипятить, добавить приправу и сразу снять с огня.
5. Томаты вымыть, разрезать поперек кружками, посолить и слегка обжарить на растительном масле (1 ст. ложка).
6. При подаче на стол положить на блюдо вымытую зелень петрушки. Сверху поместить бифштексы и грибы, рядом - томаты. Полить грибным соусом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- В процессе жарки порционные куски мяса кладут на сильно разогретую сковороду с маслом так, чтобы между ними были промежутки около 2 см; при тесной укладке масло на сковороде охлаждается, мясо получается без корочки и имеет вид и вкус вареного, а не жареного.

мясо, птица

### Бифштекс виодела

быстро  
обычно  
долго  
дешево  
обычно  
дорого  
легко  
обычно  
трудно

## 16. Венгерские бараньи котлеты

### ИНГРЕДИЕНТЫ

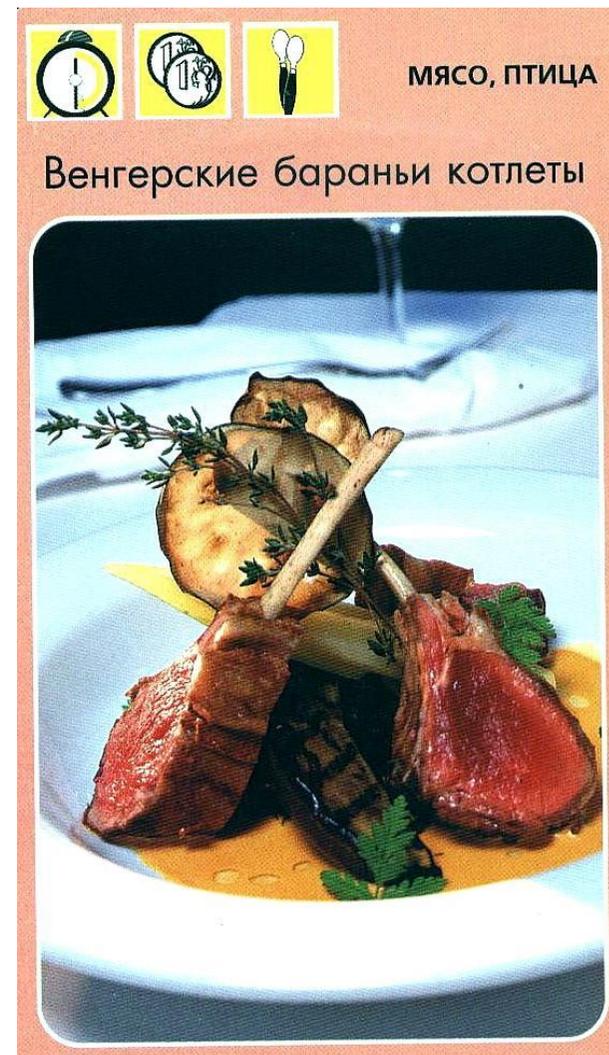
Баранина (с ребрышками) ..... 1,5 кг  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Растительное масло ..... 2 ст. л.  
Сливочное масло ..... 3 ст. л.  
Мука ..... 2 ст. л.  
Сметана ..... 1 стакан  
Лимонный сок ..... 1 ч. л.  
Уксус ..... 1 ч. л.  
Сахарный песок ..... 1 ч. л.  
Сливки ..... 1/2 стакана  
Яйцо ..... 1 шт.  
Эстрагон (тархун) ..... 5 веточек  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо вымыть, вырезать крупные кости, нарезать на порционные котлеты с ребрышком. Из крупных костей сварить очень крепкий бульон.
2. Бараньи котлеты отбить, посолить, поперчить и обжарить на раскаленной сковороде в горячем растительном масле.
3. Репчатый лук очистить, вымыть и, не разрезая, опустить в кипящий бульон. Готовый бульон процедить, приправить солью, перцем.
4. Эстрагон вымыть, стряхнуть воду, мелко нарезать и положить в бульон.
5. Приготовить на сливочном масле светлую мучную заправку и влить ее в бульон.
6. Затем добавить сметану (если соус окажется недостаточно густым, к сметане подмешать немного муки), приправить лимонным соком, уксусом и сахарным песком и прокипятить.
7. Сливки взбить с яичным желтком, осторожно, тоненькой струйкой, постоянно помешивая, ввести их в приготовленный эстрагонный соус. (После этого кипятить соус нельзя!)
8. Бараньи котлеты выложить на порционные тарелки, залить эстрагонным соусом, гарнировать отварным или жареным картофелем.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Баранину, запеченную куском, также можно разрезать на отдельные порции и подать с эстрагонным соусом.



## 17. Венгерский гуляш

### ИНГРЕДИЕНТЫ

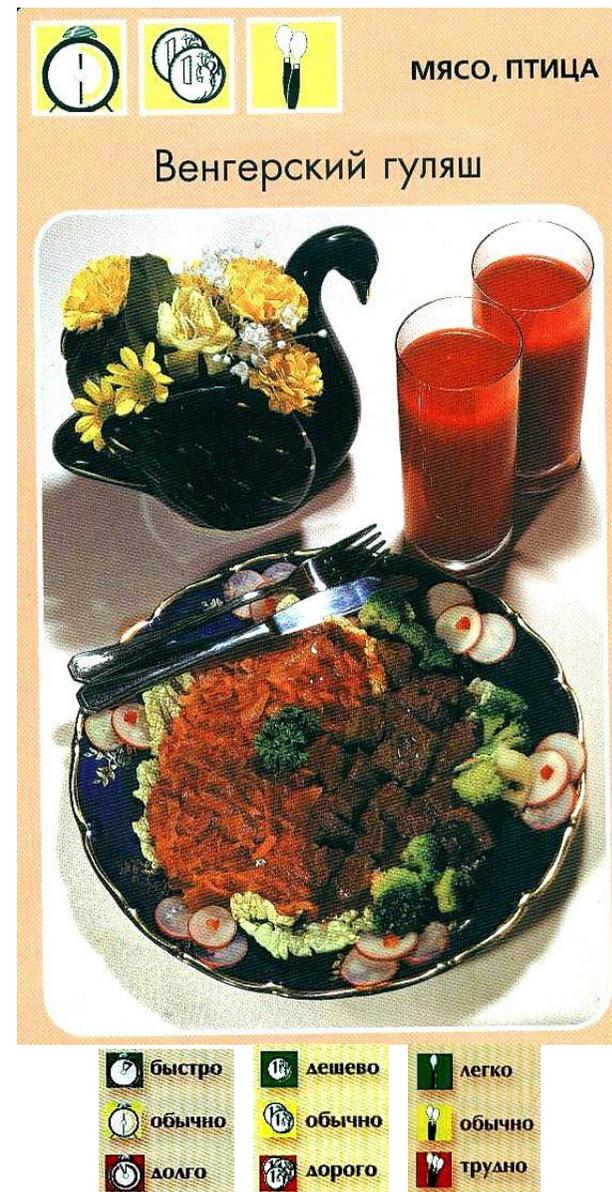
Говядина (мякоть).....	500-600 г
Томатная паста .....	2 ст. л.
Сливочное масло. ....	3 ст. л.
Репчатый лук .....	3 шт.
Томаты .....	2 шт.
Чеснок .....	1-2 зубчика
Картофель .....	1-2 шт.
Бульонный кубик .....	1 шт.
Тмин .....	1 ч.л.
Черный перец молотый	
Красный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами.
2. В огнеупорной жаровне (или утятнице) растопить масло и в течение 2 мин обжаривать в нем лук, периодически его помешивая.
3. Говядину вымыть, удалить жир и нарезать кубиками. Положить мясо в жаровню (или утятницу), к луку добавить красный молотый перец и обжаривать 3-4 мин.
4. Чеснок очистить и растолочь. Картофель очистить, вымыть и натереть на терке. Томаты ошпарить кипятком, очистить от кожицы и семян, нарезать на кусочки.
5. Из мясного бульонного кубика приготовить бульон (1 стакан).
6. Влить в жаровню (или утятницу) с мясом бульон. Добавить чеснок, тмин, картофель, томатную пасту, томаты, приправить солью и черным молотым перцем.
7. Довести содержимое жаровни (или утятницы) до кипения. Нагрев уменьшить, накрыть посуду крышкой. Тушить мясо при слабом нагреве около 2 ч.
8. За 30 мин до окончания тушения снять крышку, чтобы выкипела лишняя жидкость. Перемешать гуляш, попробовать и при необходимости приправить черным молотым перцем и солью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Подают гуляш, и не перемешивая с овощами, гарнируют редисом и листьями салата.
- Особенно вкусным получится гуляш, если в него добавить молотую смесь различных перцев.



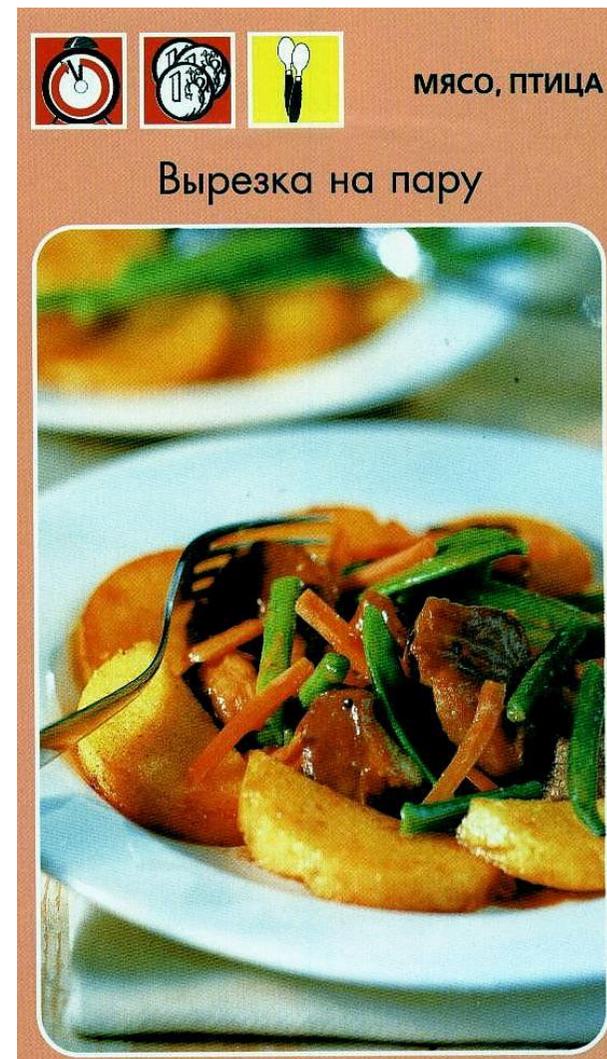
## 18. Вырезка на пару

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Вырезка говяжья.....	800 г
Шпик .....	100 г
Картофель .....	5-8 шт.
Петрушка (корень) .....	2 шт.
Морковь .....	2 шт.
Зеленая фасоль .....	200 г
Репа .....	1 шт.
Репчатый лук .....	1 шт.
Сливочное масло .....	2 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Говяжью вырезку вымыть, отбить тупой стороной ножа. Шпик нарезать на маленькие кусочки и нашпиговать им мясо.
2. Картофель и репу очистить, вымыть и нарезать дольками. Корень петрушки и репчатый лук очистить, вымыть и нашинковать. Морковь очистить, вымыть и нарезать соломкой.
3. На дно кастрюли положить сливочное масло, а на него - мясо, измельченный лук, корень петрушки, морковь, стручки зеленой фасоли, дольки репы и картофеля.
4. Приправить блюдо по вкусу солью и черным молотым перцем. Кастрюлю плотно закрыть крышкой.
5. Во вторую кастрюлю, значительно большую по объему, чем первая, налить воду, довести ее до кипения, поставить в нее кастрюлю с мясом и варить 2,5 ч, постоянно доливая в большую кастрюлю выкипающую воду.
6. Готовую говядину нарезать на ломтики, выложить на блюдо. Вокруг разместить дольки картофеля и репы. Украсить кусочками моркови и зеленой фасолью, полить образовавшимся мясным соком.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Для приготовления этого кушанья особенно удобно использовать пароварку

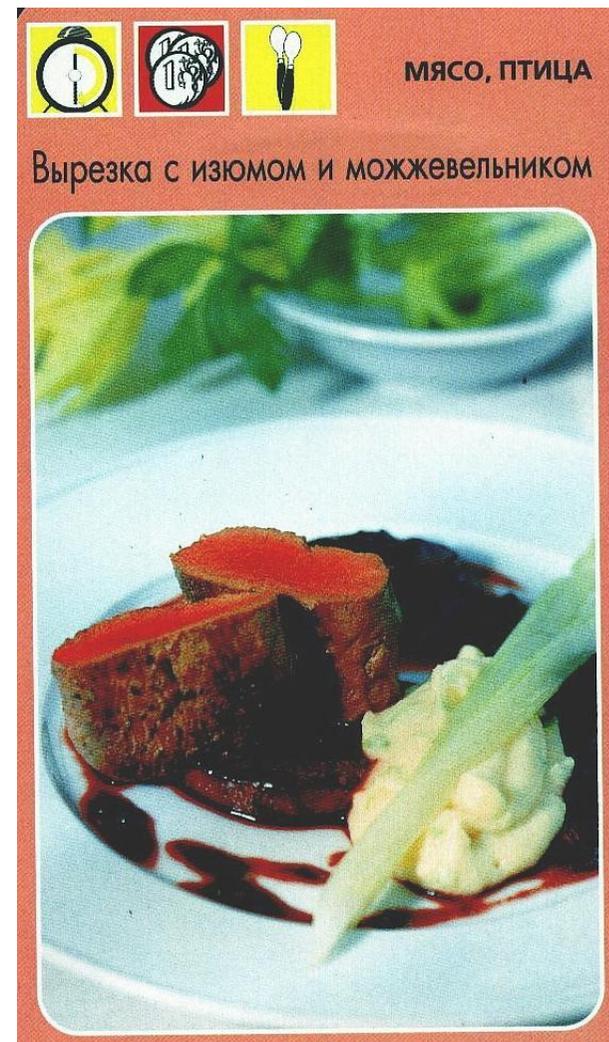
## 19. Вырезка с изюмом и можжевельником

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (вырезка) . . . . .	600 г
Репчатый лук . . . . .	3 шт.
Морковь . . . . .	1 шт.
Винный уксус . . . . .	1 стакан
Ягоды можжевельника . . . . .	8 шт.
Топленое масло . . . . .	2 ст. л.
Крахмал . . . . .	1 ст. л.
Черный изюм (без косточек) . . . . .	1/2 стакана
Лавровый лист . . . . .	1 шт.
Черный перец горошком . . . . .	5 шт.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук и морковь очистить, вымыть и нарезать.
2. В кастрюлю налить 2 стакана воды, добавить уксус и вскипятить. Положить в кастрюлю лук, морковь, черный перец горошком, ягоды можжевельника и лавровый лист. Приготовленный маринад охладить.
3. Вырезку вымыть, залить маринадом и оставить мясо в смеси на 2 дня.
4. В жаровне разогреть топленое масло. Мясо вынуть из маринада и обсушить, натереть солью, молотым перцем и как следует обжарить со всех сторон.
5. Влить в жаровню 1 стакан маринада вместе с овощами. Закрыть жаровню крышкой и тушить примерно 1,5 ч. Затем мясо вынуть.
6. Изюм перебрать и промыть. Слить из жаровни сок с овощами, протереть через сито. Влить 2 стакана воды. Добавить изюм, вскипятить и загустить крахмалом.
7. Разрезать мясо на куски, выложить на сервировочные тарелки, полить соусом с изюмом и гарнировать овощами.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Для маринования мяса лучше использовать небольшую емкость. Во время маринования следует время от времени переворачивать мясо, идеально подходит плотно закрывающаяся емкость для замораживания.

## 20. Вырезка, нашпигованная вишнями

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говяжья вырезка .....	1 кг
Вишня .....	300 г
Растительное масло.....	2 ст. л.
Репчатый лук .....	2 шт.
Красное вино.....	1 стакан
Лимонный сок .....	1 ст. л.
Вишневое желе . . . . .	4 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Говяжью вырезку вымыть. Вишню вымыть, удалить плодоножки и косточки, нашпиговать ею подготовленную вырезку.
2. Натереть вырезку солью и перцем. Обжарить в глубокой сковороде на масле при сильном нагреве до румяной корочки.
3. Вырезку переложить на отдельное блюдо. Постараться сохранить мясо теплым.
4. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Выложить в освободившуюся сковороду и пассеровать в течение 4 мин до мягкости и золотистого цвета.
5. Влить к луку вино и лимонный сок, довести до кипения. Добавить, помешивая, вишневое желе и дождаться, пока оно растворится. Приправить солью по вкусу.
6. Выложить в сковороду нашпигованную вырезку, накрыть крышкой, поставить в духовку и тушить около 1-1,5 ч.
7. Затем духовку выключить и оставить в ней мясо еще на 10 мин.
8. Готовое мясо нарезать на порционные куски и выложить на сервировочное блюдо. Украсить зеленью, консервированной или маринованной вишней.
9. Соус, в котором тушилась вырезка, процедить и подать отдельно в соуснике.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Гарнировать вырезку вареным картофелем, картофельными клецками или овощным салатом.

## 21. Глазированное свиное филе

### ИНГРЕДИЕНТЫ

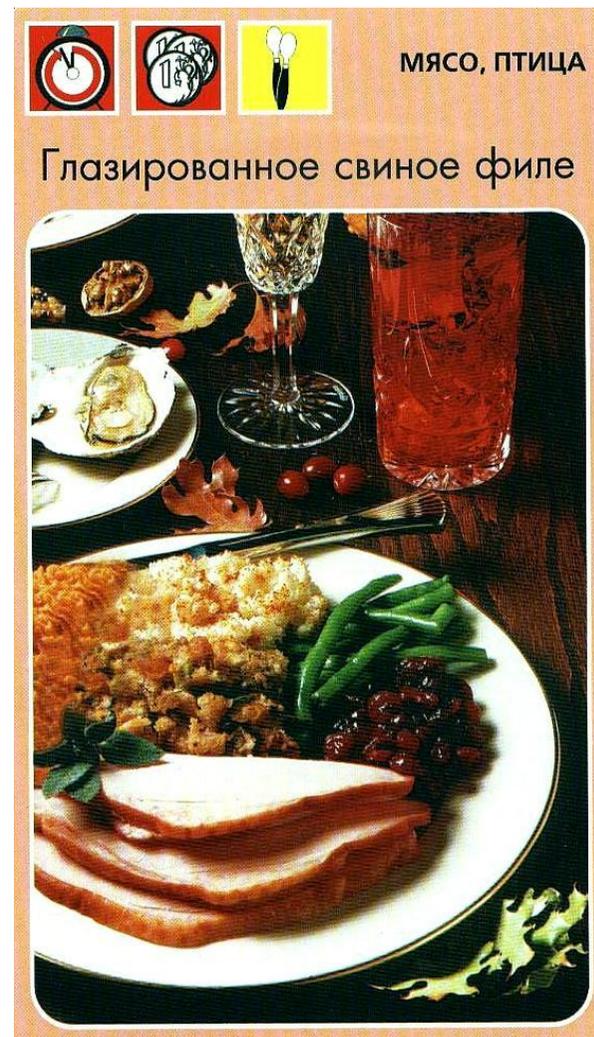
Свинина (филе) .....	600 г
Яблочное желе .....	6 ст. л.
Лимонный сок .....	3 ст. л.
Мед .....	2 ч.л.
Соевый соус .....	2 ст. л.
Сливочное масло. ....	40 г
Вишневая наливка .....	1/2 стакана
Крахмал .....	1/2 ч. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Филе свинины очистить от сухожилий и жира, промыть, обсушить салфеткой. Натереть филе солью и перцем.
2. Яблочное желе, лимонный сок, мед и соевый соус смешать в кастрюле и разогреть на слабом огне, помешивая до однородной массы.
3. В сковороде разогреть масло. Поджарить, в нем подготовленное филе.
4. Мясо выложить на противень, полить яблочным соусом и в течение 20-25 мин запекать в разогретой до 200°C духовке, периодически переворачивая его и поливая яблочным соусом, чтобы филе покрылось глазурью.
5. Мясо достать, завернуть в фольгу и снова поместить в духовку на 5 мин. После запекания поставить в теплое место.
6. Оставшуюся от мяса подливку разогреть с вишневой наливкой, процедить через сито и вскипятить.
7. Крахмал развести в небольшом количестве холодной воды и закрепить им оставшуюся подливку. Подать к мясу в качестве соуса.
8. Мясо освободить от фольги, нарезать на куски толщиной 2 см и выложить на порционные тарелки.
9. В качестве гарнира подать вареный длинный рис, смешанный со сладкой консервированной кукурузой, а также консервированную стручковую фасоль, тушеную с томатами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Чтобы соус был более нежным, смешайте его со сметаной.



Глазированное свиное филе

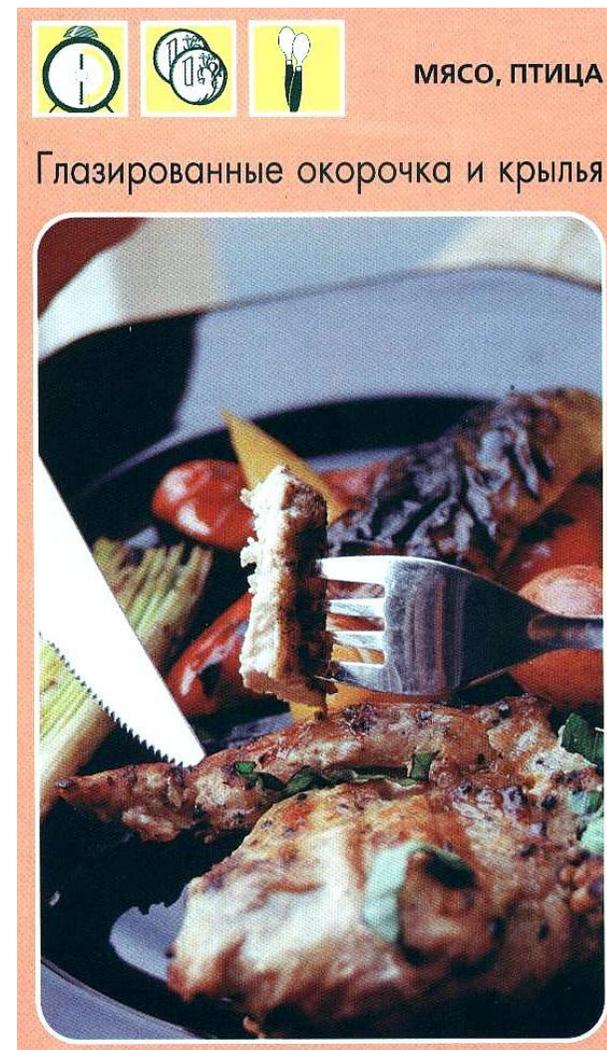
## 22. Глазированные окорочка и крылья

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Куриные окорочка и крылья .....	600 г
Растительное масло .....	4 ст. л.
Сухой вермут .....	120 мл
Петрушка (зелень) .....	2 веточки
Бasilik .....	2 веточки
Томаты (мелкие) . . . . .	8 шт.
Сладкий перец .....	2 шт.
Лук-порей .....	2 шт.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Куриные окорочка и крылья вымыть и обжарить на растительном масле (2 ст. ложки) с обеих сторон в глубокой сковороде до образования золотистой корочки.
2. Затем влить вермут, приправить по вкусу солью и перцем. Готовить при слабом нагревании 15-20 мин, пока куриные окорочка и крылья не покроются блестящей глазурью.
3. Зелень петрушки и базилик промыть, обсушить и мелко порубить.
4. Через 10 мин после добавления вина всыпать в сковороду мелко нарубленную зелень.
5. Томаты (мелкие) вымыть и удалить плодоножки, сладкий перец (красный и желтый) вымыть, разрезать вдоль на 4 части, удалить плодоножки и семена. Лук-порей очистить, промыть и разрезать каждый стебель вдоль.
6. Разогреть духовку до 180-200Х. На противень, смазанный маслом (1 ст. ложка), выложить половинки лука-порея, дольки сладкого перца и целые томаты. Слегка сбрызнуть овощи маслом и испечь в духовке.
7. Готовые куриные окорочка и крылья выложить на сервировочные тарелки и гарнировать печеными овощами.



МЯСО, ПТИЦА

Глазированные окорочка и крылья



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Если куриные окорочка слишком жирные, лишний жир перед жарением следует срезать.

## 23. Говядина в виноградном соусе

### ИНГРЕДИЕНТЫ

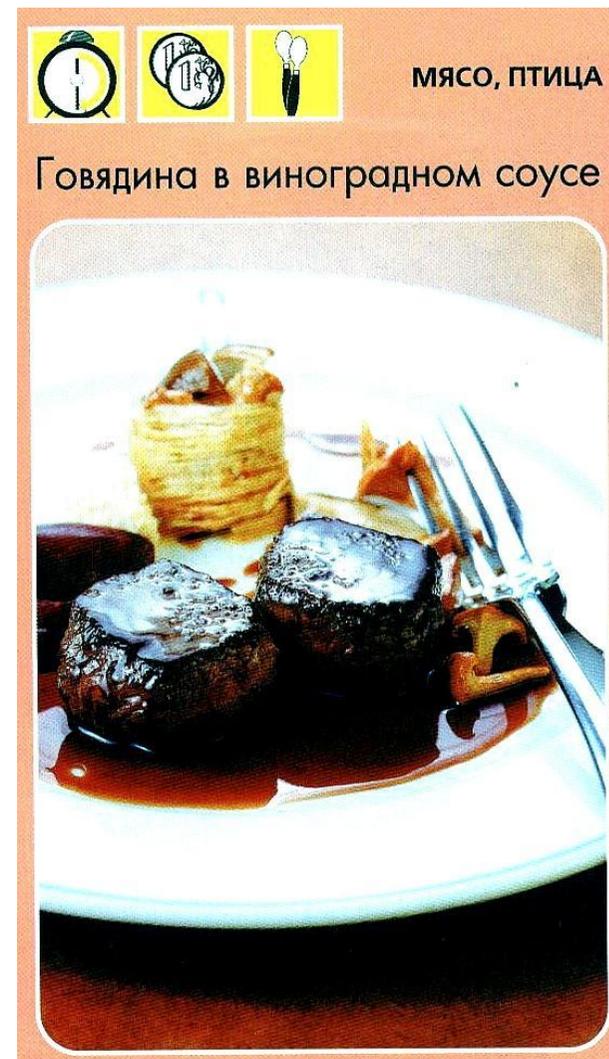
Говядина (мякоть).....	800 г
Белое сухое вино .....	2 стакана
Уксус .....	1/2 стакана
Петрушка (корень) .....	1 шт.
Растительное масло. ....	2 ст. л.
Сливки. ....	1/3 стакана
Черный виноград .....	200 гр
Гвоздика. ....	6 шт.
Корица .....	1 палочка
Черный перец горошком .....	1 ч. л
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Влить в посуду вино и уксус, вскипятить, добавить черный перец горошком, гвоздику, палочку корицы и быстро довести до кипения. Затем охладить.
2. Мясо вымыть, срезать сухожилия и пленки, нарезать крупными кусками, залить маринадом и мариновать 1 день.
3. Мясо вынуть и обсушить. Натереть каждый кусок солью и молотым перцем и обжарить со всех сторон в растительном масле.
4. Корень петрушки очистить, вымыть и мелко нарезать.
5. Маринад процедить. Мясо сложить в кастрюлю, добавить петрушку, влить 1 стакан маринада. Накрыть кастрюлю и тушить мясо около 1 ч.
6. Готовое мясо вынуть и постараться сохранить его горячим.
7. Крупный черный виноград вымыть, разрезать пополам, вынуть косточки и миксером измельчить в пюре.
8. В посуду с виноградным пюре влить сок от жаркого, довести до кипения и несколько минут проварить при слабом нагреве. Затем протереть через сито, влить сливки и соус вскипятить.
9. Кусочки мяса выложить на подогретые сервировочные тарелки, обильно полить виноградным соусом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Соус получится особенно пикантным, если загустить его специальным закрепителем.



## 24. Говядина в луковом соусе

### ИНГРЕДИЕНТЫ

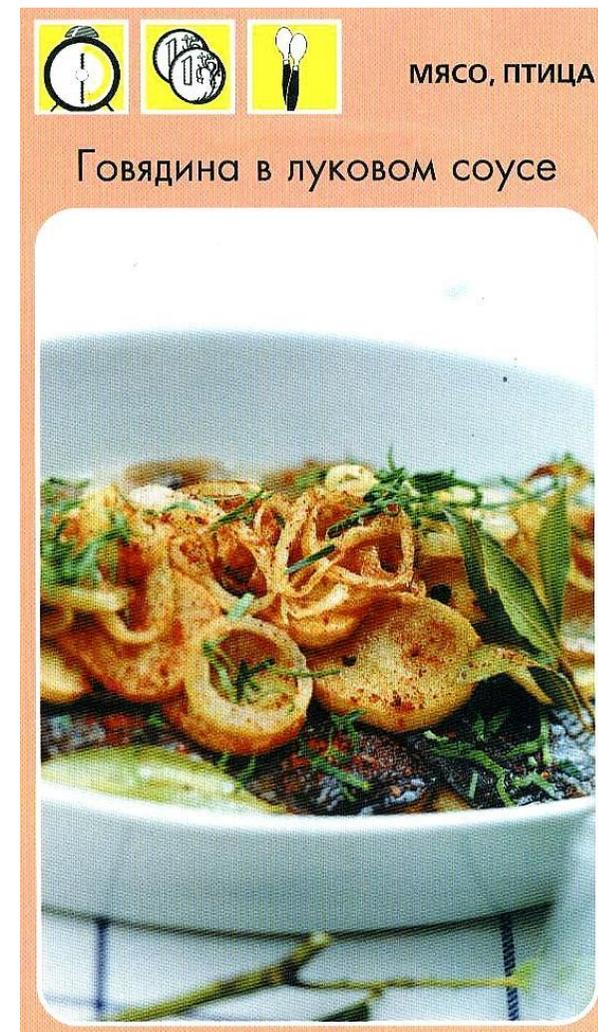
Говядина (мякоть)..... 600 г  
Картофель ..... 6-8 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Мука ..... 1 ст. л.  
Растительное масло..... 3 ст. л.  
Панировочные сухари ..... 1ч.л.  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки

### Для лукового соуса:

Репчатый лук ..... 2-3 шт.  
Мука ..... 1 ст. л.  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.  
Бульон ..... 2 стакана  
Томат-пюре ..... 2 ст. л.  
Уксус ..... 2 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Для приготовления лукового соуса муку поджарить на сковороде в сливочном масле (1 ст. ложка) и развести бульоном. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко изрубить и поджарить на сливочном масле (1 ст. ложка). Положить его в сковороду с бульоном и мукой. Добавить томат-пюре, соль, молотый перец по вкусу и еще раз прогреть. Затем влить уксус и уварить до густоты сметаны.
2. Мякоть говядины обмыть, срезать пленки и сухожилия и отварить или потушить одним куском, нарезать порционными ломтиками.
3. Картофель тщательно вымыть, отварить в кожуре, затем очистить и нарезать кружочками.
4. Панировочные сухари просеять. Зелень петрушки промыть, просушить полотенцем и мелко нарезать.
5. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, обвалить в муке и обжарить в растительном масле (1 ст. ложка) до золотистого цвета.
6. Форму для запекания смазать растительным маслом, налить у 2 стакана приготовленного лукового соуса, уложить куски говядины, а вокруг - кружочки картофеля.
7. Затем мясо и картофель залить оставшимся луковым соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть растительным маслом и запечь в духовке до образования поджаристой корочки.
8. Готовое мясо с картофелем вынуть из духовки, посыпать поджаренным луком, измельченной зеленью и подать в той посуде, в которой оно запекалось.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- в луковом соусе готовят постную свинину и телятину

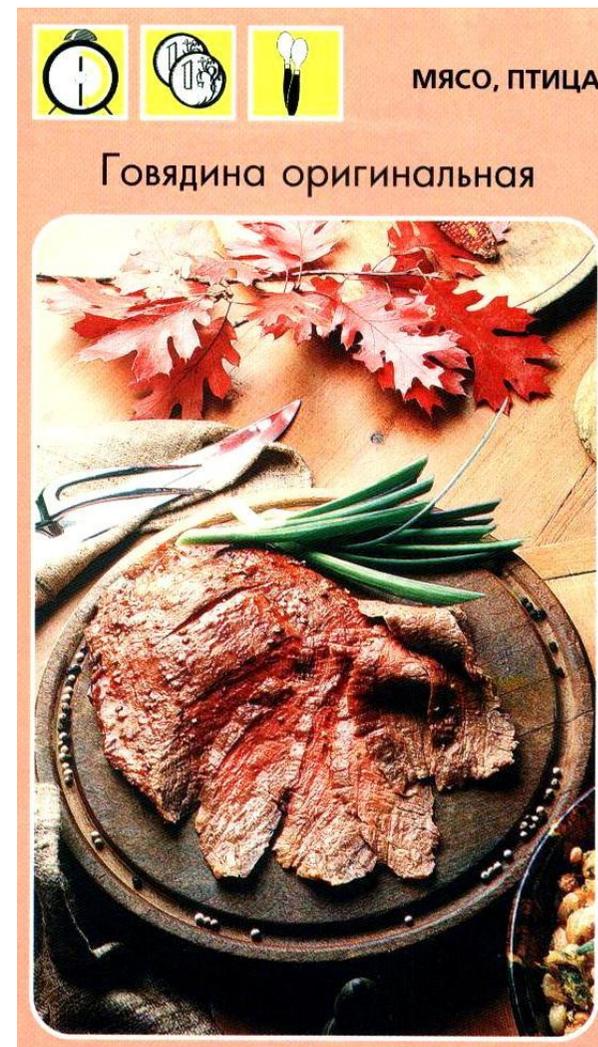
## 25. Говядина оригинальная

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть) .....	1,5 кг
Свиное сало .....	100 г
Сливочное масло .....	75 г
Морковь .....	3 шт.
Лук репчатый .....	4 шт.
Чеснок .....	6 зубчиков
Сухое белое вино .....	1,5 стакана
Мясной бульон .....	1 стакан
Сельдерей .....	1 веточка
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо очистить от пленки, промыть и обсушить салфеткой.
2. Чеснок мелко порубить, предварительно замороженное свиное сало (полпорции) нарезать тонкими полосками.
3. Нашпиговать мясо чесноком и свиным салом.
4. Положить в толстостенную кастрюлю, предварительно разогрев в ней масло и оставшееся сало.
5. Добавить нашинкованный лук, сельдерей, посыпать солью и перцем. Обжарить мясо на умеренном огне, переворачивая время от времени, до образования легкой корочки.
6. Добавить вино, мясной бульон, нарезанную ломтиками морковь, закрыть кастрюлю крышкой и тушить мясо при небольшом нагреве 3 ч. Проверить готовность мяса, затем вынуть его и обернуть фольгой, чтобы не остыло.
7. Образовавшийся в кастрюле соус вместе с содержимым протереть через сито и потушить еще 5 мин.
8. Мясо нарезать ломтиками и подать к столу, полив полученным соусом.
9. Гарнировать стручковой фасолью или перышками зеленого лука.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Мясо будет мягче и вкуснее, если за 2-3 ч до приготовления выдержать его в белом столовом вине или разбавленном водой (1:1) уксусе.

## 26. Говядина с грибами

### ИНГРЕДИЕНТЫ

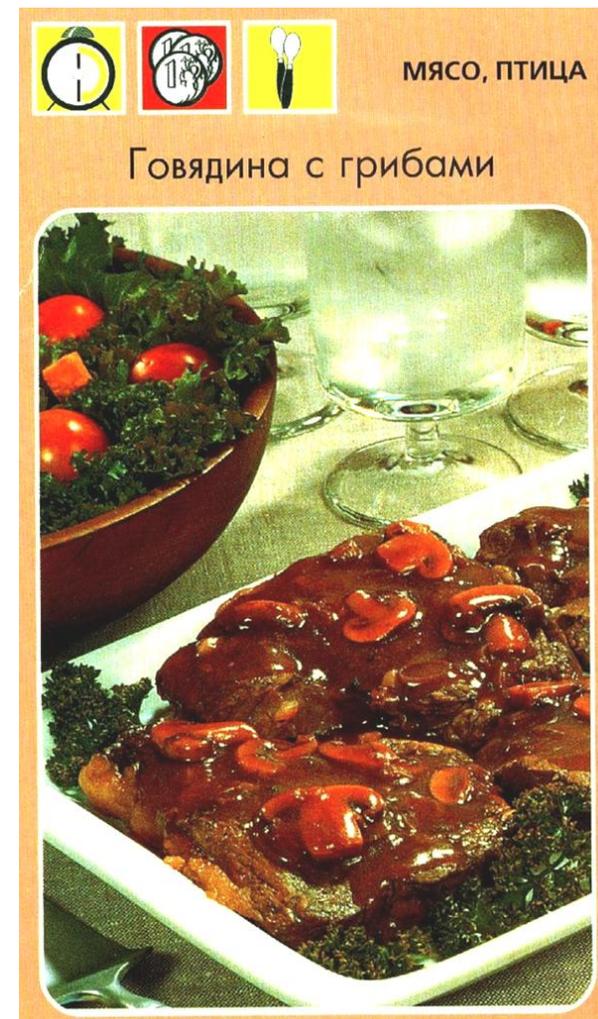
Говядина (мякоть).....	700 г
Грибы (свежие).....	300 г
Сливки(или сметана) .....	1/2стакана
Растительное масло .....	2 ст. л.
Морковь .....	1 шт.
Репчатый лук .....	1 шт.
Сельдерей (зелень).....	1 пучок
Петрушка (зелень) .....	1 пучок
Лавровый лист. ....	3 шт.
Черный перец горошком .....	8 шт.
Гвоздика.....	2 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Говядину обмыть, очистить от пленок и сухожилий, целиком положить в кастрюлю и залить кипящей водой так, чтобы она только покрыла мясо.
2. Кастрюлю накрыть крышкой и поставить на огонь. Когда вода закипит, снять шумовкой накипь и варить на слабом огне около 1,5 ч.
3. Морковь и репчатый лук очистить, вымыть и крупно нарезать. Зелень петрушки и сельдерея промыть и связать пучком.
4. Положить в кастрюлю подготовленные морковь, лук и зелень, добавить 2 лавровых листа, 4 горошины перца, соль по вкусу и варить еще 30 мин.
5. Свежие грибы (шампиньоны, белые, подберезовики, подосиновики) перебрать, очистить, промыть и ошпарить. Нарезать дольками, посолить и слегка обжарить в масле на сковороде.
6. Затем поместить грибы в кастрюлю и залить горячими сливками или слегка разведенной горячей водой сметаной. Добавить гвоздику, оставшийся перец и лавровый лист, посолить по вкусу.
7. Накрыть кастрюлю крышкой и тушить около 1 ч на плите или в умеренно горячей духовке.
8. Готовое мясо вынуть из бульона, нарезать порционными кусками, выложить на подогретое блюдо и залить тушеными грибами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Блюдо из отварного мяса гарнируют тушеными и отварными овощами или рассыпчатым рисом.



## 27. Говядина, тушенная по-русски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

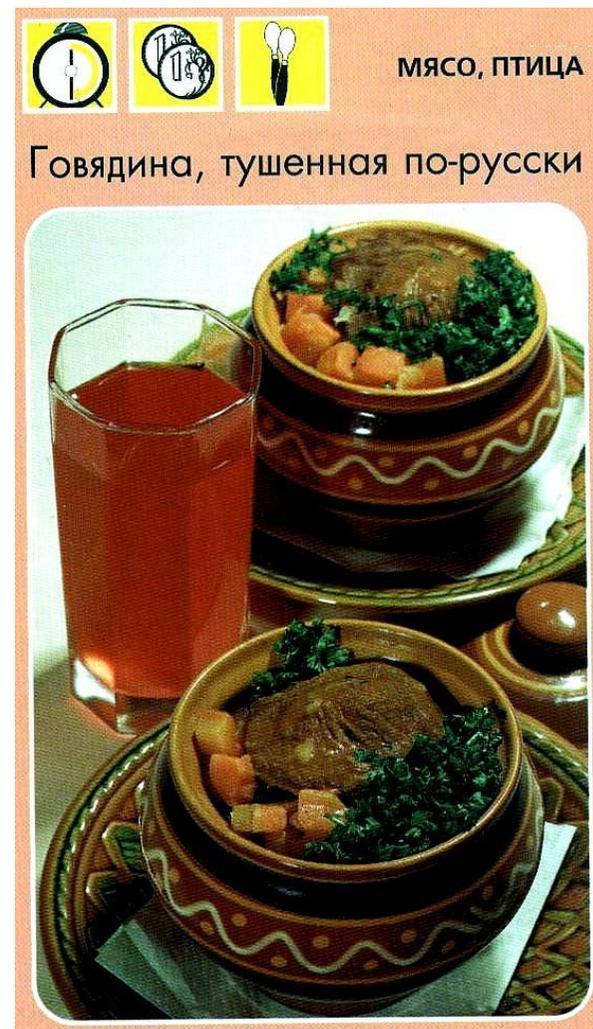
Говядина (мякоть)..... 600-800 г  
Репчатый лук ..... 3 шт.  
Морковь ..... 1 шт.  
Сельдерей (корень) . ..... 1 шт.  
Ржаной хлеб ..... 2 кусочка  
Шпик ..... 150 г  
Мука ..... 1/2 стакана  
Топленое масло ..... 2 ст. л.  
Бульон ..... 2 стакана  
Сметана ..... 1/2 стакана  
Лавровый лист. .... 2 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 4-6 веточек  
Черный перец горошком..... 3-4 шт.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Кусок мяса от задней ноги или лопатки нарезать широкими ломтями, посолить, обвалить в муке и обжарить на масле с обеих сторон до образования поджаристой корочки.
2. Репчатый лук, морковь и корень сельдерея очистить, вымыть, нашинковать соломкой. Ржаной кислый хлеб нарезать мелкими кубиками. Шпик разрезать на тонкие ломтики.
3. Измельченные овощи смешать в большой миске с кубиками хлеба, добавить лавровый лист, черный перец и соль по вкусу.
4. Дно глиняных горшочков уложить ломтиками шпика. На него поместить ломти обжаренного мяса, а на мясо - слой овощной смеси. Затем снова мясо и слой смеси.
5. Продукты залить бульоном так, чтобы он только покрывал второй слой мяса.
6. Разогреть духовку и поставить в нее горшочки, закрыв их крышками, на 2-2,5 ч.
7. За 20-25 мин до окончания тушения добавить в горшочки сметану.
8. Готовую говядину подать в порционных горшочках, в которых она тушилась, посыпав измельченной зеленью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- К готовому блюду отдельно подают отварной картофель.



## 28. Говядина, тушенная с овощами

### ИНГРЕДИЕНТЫ

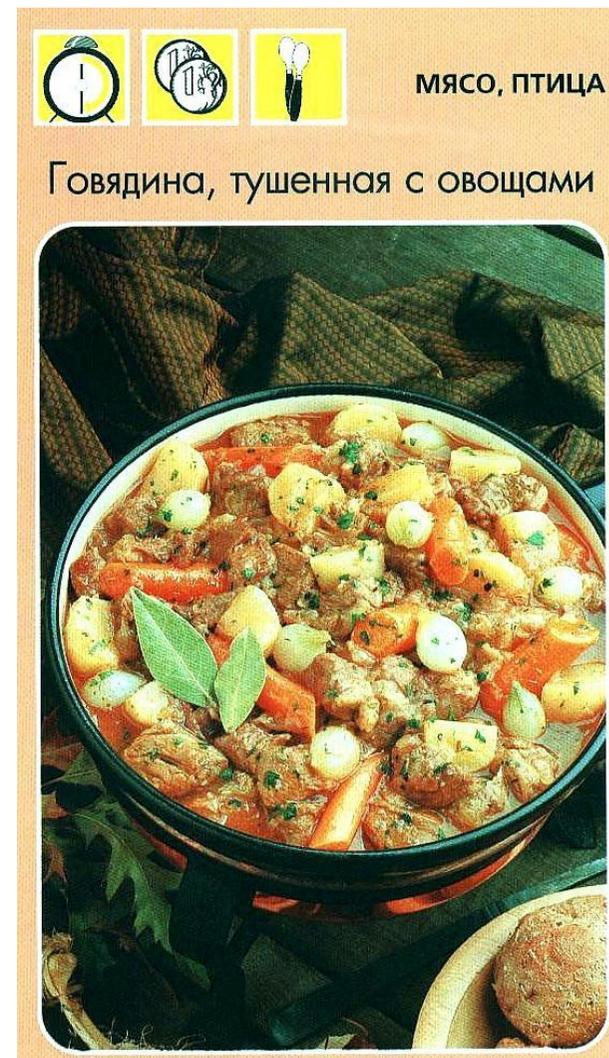
Говядина (мякоть).....	1 кг
Репчатый лук .....	2 шт.
Мука .....	1 стакан
Растительное масло .....	2 ст. л.
Морковь .....	300 г
Лук-севок .....	6 шт.
Картофель .....	500 г
Томаты .....	200 г
Сливочное масло . . . . .	1 ст. л.
Лавровый лист .....	2 шт.
Мука для заправки .....	1 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Тщательно перемешать нарезанное кубиками (4x4 см) подготовленное мясо, нарезанный кольцами лук и муку. Посолить, поперчить и вновь перемешать.
2. Хорошо разогреть в толстостенной сковороде растительное масло. Затем небольшими порциями обжаривать в нем обваленное в муке мясо с луком, часто помешивая, до образования коричневой корочки (примерно 5 мин). Каждую порцию обжаренного мяса снимать со сковороды в дуршлаг, заменяя ее новой.
3. Когда все мясо будет обжарено, снять бумажной салфеткой излишек жира со сковороды, и положить в нее мясо и поставить на умеренный огонь. Влить немного горячей воды, довести до кипения и тушить под крышкой около 30 мин, пока мясо не станет мягким.
4. Картофель нарезать кубиками, а морковь - продолговатыми кусочками, добавить к мясу и тушить еще примерно 20 мин, пока овощи не станут мягкими.
5. Нарезанные томаты (можно свежемороженые), лук-севок (целиком) и лавровый лист добавить в сковороду и тушить при помешивании еще 10-15 мин.
6. Соединить 1 ст. ложку размягченного сливочного масла с таким же количеством муки и понемногу, помешивая, добавлять к тушеному мясу до загустевания соуса.
7. Подавать к столу в порционных тарелках.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Это вкусное и сытное мясное кушанье можно приготовить накануне, а перед подачей только разогреть.



МЯСО, ПТИЦА

Говядина, тушенная с овощами



быстро

дешево

легко

обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

## 29. Говядина, фаршированная по-польски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говяжье филе (куском)..... 800 г  
Топленое масло ..... 2 ст. л.  
Бульон мясной ..... 2 стакана  
Черный перец молотый  
Соль

#### Для фарша:

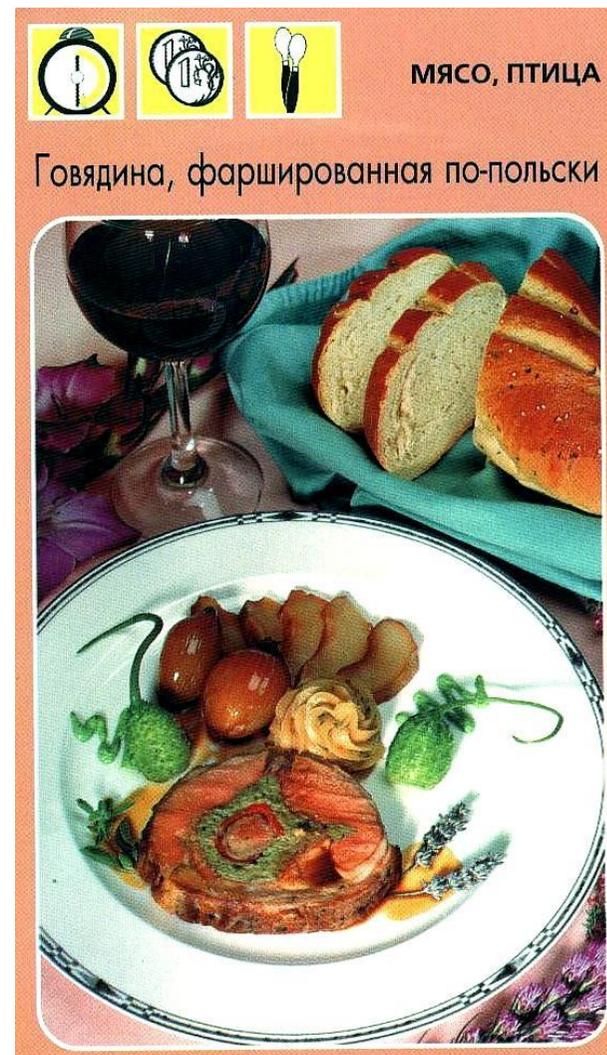
Сушеные белые грибы..... 2 шт.  
Зеленый лук ..... 200 г  
Топленое масло ..... 3 ст. л.  
Ветчина ..... 200 г  
Яйцо ..... 1 шт.  
Мука ..... 2 ст. л.  
Петрушка (зелень) ..... 1 пучок  
Горчица (готовая) ..... 2 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Белые грибы размочить в 1/2 стакана воды. Зеленый лук перебрать, очистить, промыть, дать стечь воде, мелко нарезать и потушить в топленом масле (2 ст. ложки).
2. Зелень петрушки перебрать, удалить толстые стебли, промыть, дать стечь воде и мелко нарезать. Желток отделить от белка. Муку обжарить в масле (1 ст. ложка). Ветчину нарезать длинными брусочками.
3. Размоченные грибы, обжаренный лук и зелень петрушки провернуть через мясорубку в эмалированную миску. Добавить воду, в которой замачивались грибы, горчицу, желток, обжаренную муку, соль, перец и тщательно перемешать фарш.
4. Филе надрезать вдоль по всей длине, развернуть и отбить. Натереть мясо перцем и солью. Разложить фарш, поместив в середину брусочки ветчины, свернуть и перевязать.
5. Разогреть духовку до 200°C. Филе выложить в жаровню (или утятницу) с топленым маслом, влить бульон и тушить 2-2,5 ч, уменьшив через 20-30 мин температуру до 160°C.
6. Готовое филе вынуть, завернуть в фольгу и оставить на 30 мин.
7. Оставшийся соус вываривать около 30 мин, затем процедить.
8. Фаршированное говяжье филе нарезать порционными кусками, гарнировать маринованными овощами. Отдельно подать приготовленный соус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Гарнируют филе маринованными или свежими овощами, тушеным с луком картофелем или топинамбуром.



## 30. Грудинка в овощном отваре

### ИНГРЕДИЕНТЫ

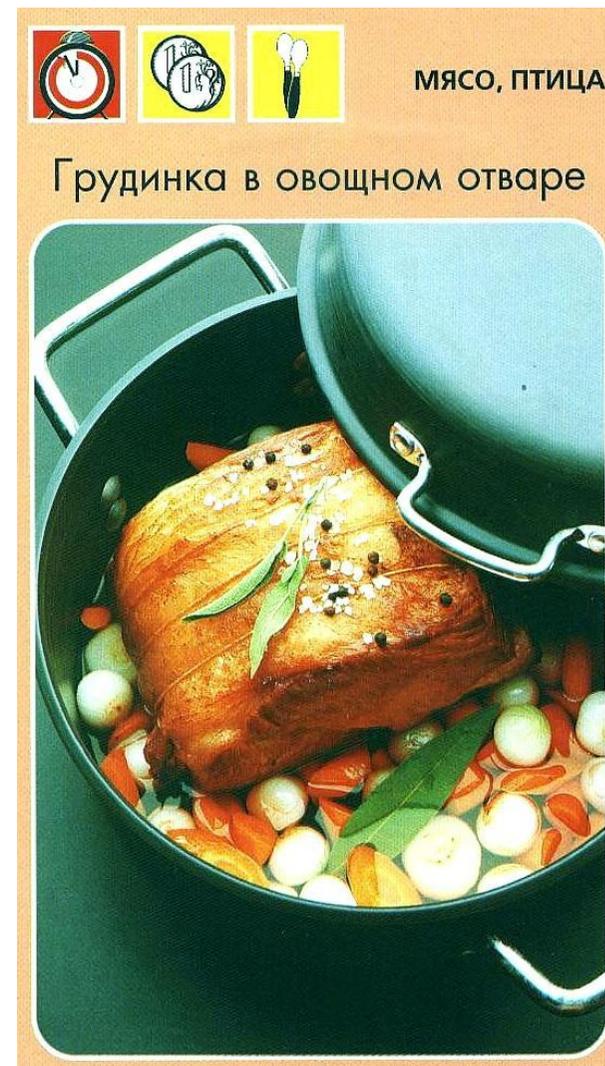
Грудинка копченая .....	400 г
Морковь .....	5 шт.
Репчатый лук (мелкий) .....	6-12 шт.
Сельдерей (корень) .....	3 шт.
Черный перец горошком .....	12-15 шт.
Лавровый лист .....	4 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Копченую свиную грудинку с кожей вымыть и замочить в холодной воде на 4-5 ч.
2. Овощи и корни почистить, вымыть. Морковь и сельдерей порезать на 2-3 части, луковицы (желательно мелкие) оставить целыми.
3. Сменить воду в кастрюле с грудинкой и добавить туда овощи, корни, лавровый лист, перец. Варить при слабом кипении в течение 2 ч, пока мясо не станет мягким. Не допускать, чтобы оно переварилось.
4. Готовую грудинку вынуть из кастрюли, нарезать (вместе с кожей) поперек тонкими ломтиками по 2-3 шт. на порцию.
5. При подаче на стол полить грудинку бульоном или любым соусом для мяса.
6. Гарнировать тушеной свежей или квашеной капустой, пюре из картофеля, консервированной фасолью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- К блюду великолепно подойдет острый луковый соус, взять по 1 ст. ложки муки и сливочного масла, поджарить, развести 1 стаканом мясного бульона. Соединить с мелко нашинкованной пассерованной луковицей, посолить, поперчить и перемешать. Прожарить смесь и, влив 2 ст. ложки винного уксуса, уварить до густоты сметаны.



МЯСО, ПТИЦА

### Грудинка в овощном отваре



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

## 31. Грудинка с горошком

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Копченая грудинка .....	300 г
Морковь .....	1 шт.
Томат .....	1 шт.
Петрушка (корень) .....	1 шт.
Зеленый горох (стручковый)..	500 г
Репчатый лук .....	1 шт.
Сахарный песок .....	1 ч. л.
Сливочное масло .....	2 ст. л.
Растительное масло .....	2 ст. л.
Лавровый лист .....	1-2 шт.
Черный перец горошком .....	4-5 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Копченую свиную грудинку вымыть и положить в холодную воду на 4-5 ч. Затем воду слить, а грудинку поместить в кастрюлю и вновь залить холодной водой.
2. Морковь, корень петрушки, лук очистить, вымыть, крупно порезать и положить в кастрюлю с корейкой. Добавить черный перец горошком и варить при слабом кипении около 2 ч, до тех пор пока мясо не станет мягким, но не допуская переваривания. За 5-10 мин до конца варки положить лавровый лист.
3. Вареную горячую грудинку вынуть из бульона, нарезать (вместе с кожей) поперек тонкими длинными ломтиками и на раскаленной сковороде с растительным маслом быстро обжарить с двух сторон. Часть ломтиков порезать кубиками.
4. Томат вымыть, нарезать небольшими кусочками. Зеленый горошек вынуть из стручков и варить в кастрюле в подсоленном кипятке на сильном огне в течение 10-15 мин. Сваренный горошек откинуть на сито, дать воде стечь, затем переложить в кастрюлю, добавить сливочное масло, кубики грудинки и порезанный томат, сахарный песок и, встряхивая, перемешать.
5. Готовый горошек поместить на глубокое блюдо, сверху выложить длинные ломтики грудинки, полить горячим соусом, образовавшимся при ее обжаривании, и подать к столу.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Если кушанье готовят из консервированного горошка, то его выкладывают из банки в кастрюлю, прогревают, затем откидывают в дуршлаг и заправляют маслом и кубиками грудинки.

**мясо, ПТИЦА**

### Грудинка с горошком

быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 32. Грудки индейки

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Грудки индейки ..... 4 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Яйцо ..... 1 шт.  
Растительное масло. .... 1/2 стакана  
Панировочные сухари ..... 1/2 стакана  
Сыр ..... 2 ст. л  
Петрушка (зелень) ..... 3 веточки  
Зеленый лук. .... 5-7 перышек  
Любисток (или зорю).  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Грудки индейки промыть и с филейной части удалить кожу. Срезать филе и в каждом отделить наружное филе от внутреннего.
2. Зачищенные филе развернуть, слегка отбить до толщины 3-4 мм и подрезать сухожилия. На образовавшиеся разрезы наложить тонко отбитые кусочки мяса.
3. Репчатый лук и чеснок очистить, вымыть и тонко нашинковать. Любой подсохший сыр натереть на мелкой терке или измельчить ножом.
4. Петрушку, зеленый лук и любисток (или зорю) вымыть, обсушить полотенцем и мелко порезать.
5. Смешать репчатый лук и чеснок с натертым сыром и нарезанной пряной зеленью.
6. На середину каждого из 4-х подготовленных больших филе положить сырно-овощную начинку, накрыть ее малым филе. Затем завернуть края большого филе, придавая округлую форму.
7. Получившиеся фаршированные грудки посолить, смочить во взбитом яйце, запанировать в сухарях. Снова смочить в яйце, и еще раз запанировать.
8. Раскалить сковороду, влить масло и пожарить грудки во фритюре 5-10 мин.
9. При подаче на стол грудки индейки положить на блюдо и гарнировать тушеными овощами или салатом.



### 33. Гуляш по-мадьярски

#### ИНГРЕДИЕНТЫ

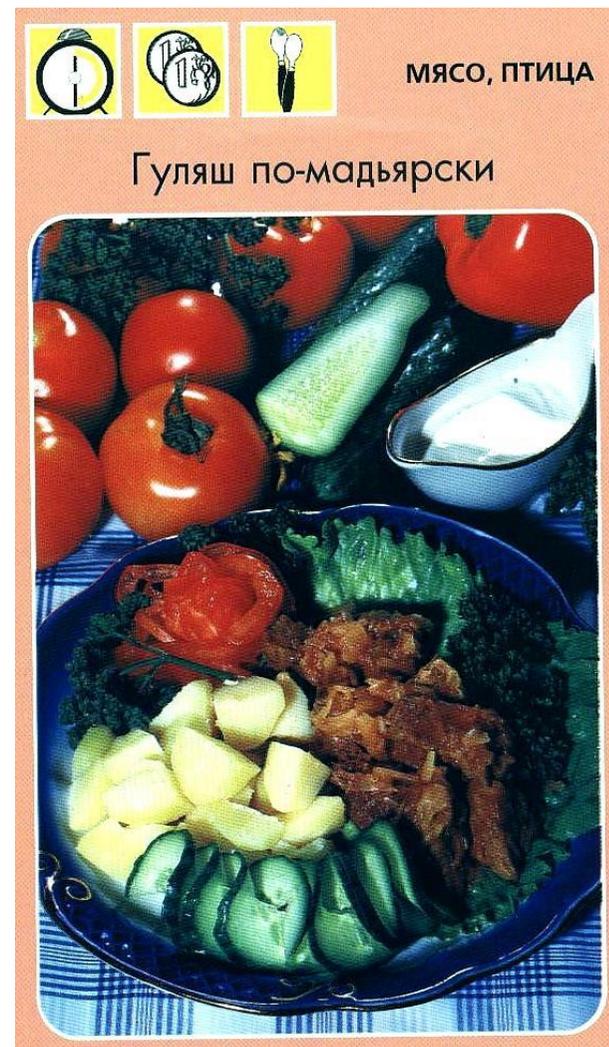
Говядина (мякоть) ..... 1 кг  
Репчатый лук ..... 6 шт.  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Свиной жир ..... 100 г  
Томат-паста ..... 3 ст. л.  
Сметана ..... 4 ст. л.  
Тмин (молотый) ..... 1/2 ч. л.  
Лимон ..... 1 шт.  
Листья салата ..... 4-6 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 5-6 веточек  
Красный перец молотый ..... 1 ст. л.  
Соль

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Чеснок очистить и растолочь. Лимон вымыть и с половины его теркой снять цедру.
2. В глубокой сковороде или сотейнике растопить свиной жир, обжарить лук и чеснок до золотисто-желтого цвета.
3. Мясо вымыть, срезать пленки и нарезать на куски.
4. Добавить в сковороду томат-пасту, положить мясо, посыпать красным перцем и влить немного горячей воды.
5. Закрывать сковороду крышкой и тушить гуляш при небольшом нагреве до тех пор, пока мясо не станет мягким. Если вода испарится слишком быстро, следует ее долить.
6. В конце тушения добавить в сковороду молотый тмин, лимонную цедру, соль и залить все сметаной.
7. Листья салата промыть и дать стечь воде. У петрушки удалить толстые стебли, промыть ее и обсушить полотенцем.
8. Сервировочные тарелки выстелить салатными листьями. На них выложить гуляш, гарнировать отварным картофелем, овощами, украсить зеленью петрушки.

#### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Отдельно можно подать овощной салат или ассорти из свежих и маринованных овощей.



## 34. Гусь фаршированный

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Гусь	1 шт. (около 1,5-2 кг)
Яблоки	5-6 шт.
Яйцо	1 шт.
Белый хлеб	½ батона
Сливочное (или топленое) масло	1-2 ст. л.
Растительное масло	1-2 ст. л.
Молоко (или сливки)	½ стакана
Сахарный песок	2 ст. л.
Лимон	1 шт.
Черный перец молотый	
Корица (желательно)	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Подготовленного гуся тщательно промыть в холодной, проточной воде. Чтобы придать тушке красивый внешний вид, на брюшке можно надрезать кожу и вправить в эти разрезы ножки.
2. Отжать сок лимона и смешать его с перцем и солью по вкусу. Этой смесью натереть гуся снаружи и изнутри, выдержать 2-3 ч.
3. С белого хлеба срезать корки, яблоки вымыть и очистить. Хлеб и яблоки нарезать кубиками. Хлеб замочить в смеси яйца и молока (или сливок), залить растопленным сливочным маслом и перемешать.
4. Яблоки засыпать сахарным песком и корицей, смешать с подготовленной хлебной начинкой. Полученной массой нафаршировать тушку и зашить брюшко толстой ниткой.
5. Положить гуся на смазанный растительным маслом противень с бортиками спинкой вниз, подлить 1/2 стакана горячей воды (или белого вина) и поставить в очень горячую духовку.
6. Периодически поворачивая, обжарить птицу до образования золотистой корочки по всей поверхности (около 2,5 ч). Время от времени подливать горячую воду и обливать тушку выделяющимся жиром.
7. Последний раз гуся перевернуть на спинку и довести до готовности при температуре 150°C, вновь поливая выделяющимся соком, (примерно 30 мин.). Готовность определить по соку, выделяющемуся из жарящейся тушки при прокале иглой наиболее толстых частей. Если сок бесцветно-прозрачный, то гусь готов.
8. Жареного гуся вынуть из духовки, удалить нитки, выложить на блюдо с листьями салата.
9. Украсить кушанье маринованными или свежими яблоками, томатами, замоченным в теплой воде черносливом и веточками петрушки.



МЯСО, ПТИЦА

### Гусь фаршированный



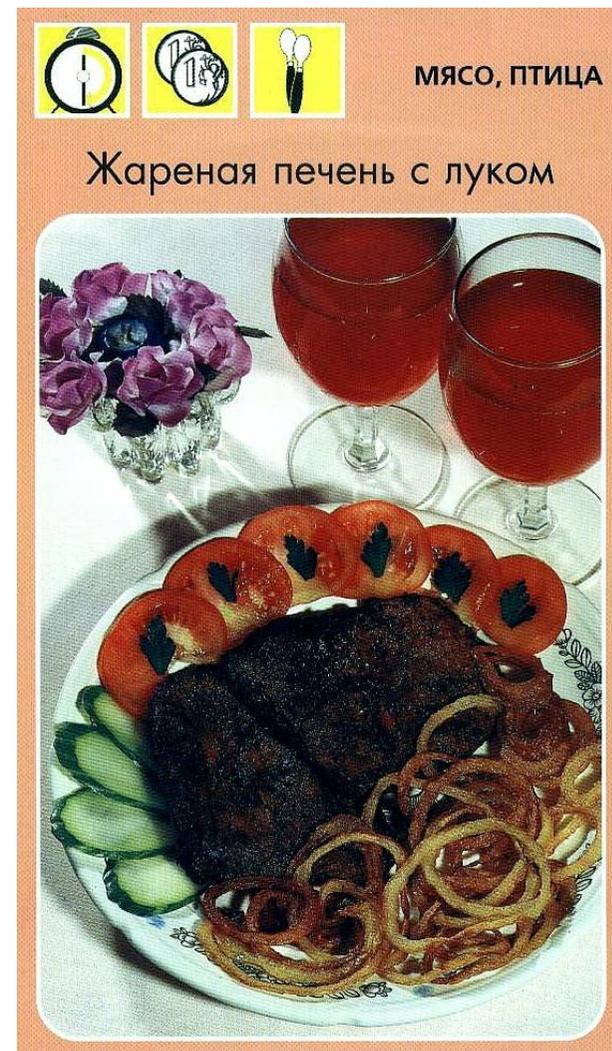
## 35. Жареная печень с луком

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Печень ..... 600 г  
Молоко..... 1 стакан  
Репчатый лук ..... 5 шт.  
Копченое сало..... 100 г  
Мука. .... 2 ст. л.  
Майоран (молотый) ..... 1 щепотка  
Топленое масло ..... 3 ст. л.  
Белый перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Печень очистить от пленок, вырезать протоки. Нарезать порционными кусками, вымыть, положить в небольшую посуду и залить молоком.
2. Когда печень пропитается молоком (2-3 ч), поместить в дуршлаг и дать стечь жидкости.
3. Смешать муку с 1 ч. ложкой соли, молотым сухим майораном и белым перцем. Затем обвалить порционные куски печени в подготовленной муке, стряхнуть лишнюю.
4. Разогреть на сковороде топленое масло и обжарить печень в течение 3 мин с каждой стороны.
5. Копченое сало нарезать на тонкие ломтики, слегка надрезать с одной стороны и жарить на сухой сковороде до шкварок.
6. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.
7. Удалить со сковороды шкварки, а в растопленном сале поджарить колечки лука до золотистого цвета.
8. Готовую печень выложить на блюдо, украсить золотистыми хрустящими колечками лука. Гарнировать зеленью, свежими овощами, а также макаронами, отварным или жареным картофелем, гречневой кашей.



МЯСО, ПТИЦА

### Жареная печень с луком

быстро

дешево

легко

обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Жир для жарки печени должен быть без примеси воды, т.е. сливочное масло и столовый маргарин не подходят.

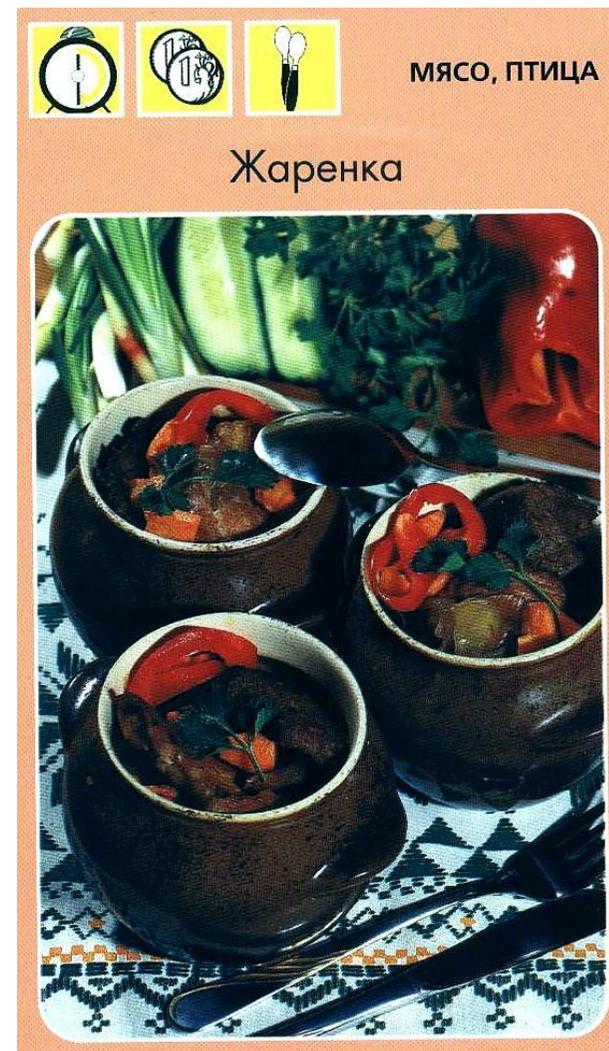
## 36. Жаренка

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть).....	800 г
Картофель .....	6 шт.
Сало .....	100 г
Репчатый лук .....	2 шт.
Белые грибы сушеные.....	4-6 шт.
Морковь .....	2 шт.
Сметана .....	3 ст. л.
Петрушка (зелень) .....	3-4 веточки
Сладкий перец .....	1 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Сало порезать на тонкие кусочки, слегка надрезать с одной стороны и поджарить. Шкварки выложить.
2. Говядину вымыть, срезать пленки, нарезать мясо небольшими кусочками. Посолить и быстро обжарить в сковороде при сильном нагреве на растопленном сале (40 г) до золотистой корочки.
3. Сушеные белые грибы промыть в теплой воде, замочить на 2 ч в 2 стаканах воды. После чего, не сливая воду, отварить, а затем посолить и обжарить на растопленном сале (30 г).
4. Репчатый лук, морковь и картофель очистить, вымыть, нарезать небольшими кусочками и обжарить по отдельности на сале (30 г).
5. В порционные горшочки разложить картофель, затем грибы, смешанные с луком, морковь. Сверху поместить кусочки мяса.
6. Содержимое горшочков залить бульоном, в котором варились грибы, так, чтобы он едва достигал одного уровня с продуктами.
7. Добавить в горшочки сметану, при необходимости посолить, закрыть их крышками, поставить в духовку и тушить до готовности.
8. Петрушку и сладкий перец вымыть. Из перца удалить семена и нарезать его колечками.
9. Подать жаренку в горшочках, украсить веточками петрушки, колечками сладкого перца.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Очень вкусна жаренка со свежими белыми грибами или шампиньонами.

## 37. Жаренные в духовке цыплята

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Цыплята..... 3 шт.  
Растительное масло ..... 3 ст. л.  
Лимонный сок ..... 1 ст. л.  
Чеснок ..... 4 зубчика  
Сметана ..... 1/2 стакана  
Сливочное масло..... 2 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Подготовленные тушки цыплят промыть, обсушить салфеткой, слегка надрезать вдоль грудки. Натереть их солью, поперчить, затем натереть смесью растительного масла и лимонного сока. Сложить в эмалированную кастрюлю и оставить при комнатной температуре на 1-1,5 ч.
2. Мелко нарезанный чеснок залить небольшим количеством подсоленной кипяченой воды и настоять под крышечкой. Нашпиговать цыплят полученными нарезанными зубчиками чеснока. Для этого тушки проколоть в нескольких местах ножом и вложить в надрезы кусочки чеснока.
3. Цыплят уложить на противень кожей вверх, сверху полить растопленным сливочным маслом и смазать сметаной, чтобы при жарении получилась золотистая корочка.
4. Поместить противень в духовку, нагретую до 200°C, и жарить цыплят 30-35 мин. Если цыплята сильно подрумянились в духовке, но еще не готовы, то прикрыть их сверху пергаментом, смазанным растительным маслом.
5. Готовых цыплят выложить на подогретое блюдо, гарнировать овощами, картофелем, рассыпчатым рисом или салатом.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Цыплят жарят и половинками, причем не маринуют заранее, а смазав сверху смесью растительного масла с лимонным соком непосредственно перед жарением.

## 38. Жаркое из маринованной говядины

### ИНГРЕДИЕНТЫ

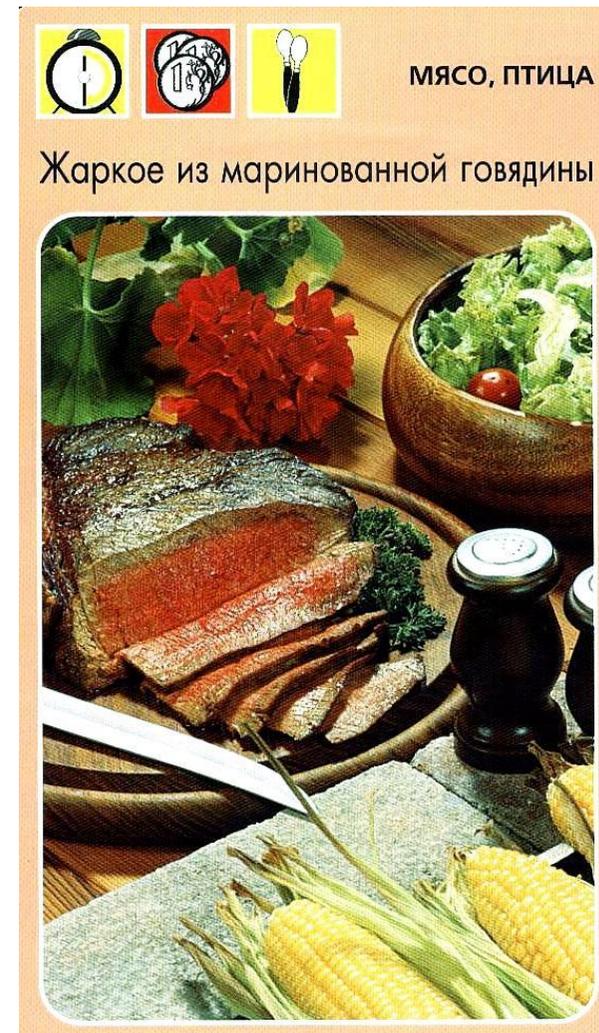
Говядина (вырезка) .....	500-600 г
Пиво .....	1 стакан
Чеснок.....	4-5 зубчиков
Сахарный песок .....	1 ст. л.
Тимьян (чабрец). .....	1 ч. л.
Лимон.....	1 шт.
Растительное масло. ....	3 ст. л.
Красный перец молотый .....	2 ч. л.
Петрушка (зелень) .....	2-3 веточки
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Зубчики чеснока очистить, вымыть, мелко порубить. Смешать его с тимьяном, сахарным песком, перцем, солью и залить пивом в эмалированной кастрюле.
2. Лимон вымыть, ошпарить кипятком и, не очищая кожицы, нарезать кружочками и добавить в маринад.
3. Говядину вымыть, поместить в кастрюлю с маринадом и выдержать 3-4 ч в прохладном месте, периодически переворачивая.
4. Маринованную говядину вынуть, отжать и положить в утятницу или на противень, смазанные растительным маслом. При желании влить маринад.
5. Духовку разогреть до 230-250°C, поместить в нее утятницу (без крышки) или противень с мясом. Жарить вырезку, каждые 10-15 мин поливая соком, около 1 ч до готовности.
6. Перед подачей на стол мясо нарезать порционными кусками, выложить на блюдо, украсить веточками петрушки.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Маринование - это очень удобный прием, о котором стоит вспомнить в напряженные предпраздничные дни. Чтобы сэкономить время, заранее замаринуйте мясо для горячего блюда и храните его в холодильнике. Перед приходом гостей приготовьте, как больше нравится: на решетке, на пару, в утятнице...



МЯСО, ПТИЦА

Жаркое из маринованной говядины



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

## 39. Жаркое по-деревенски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

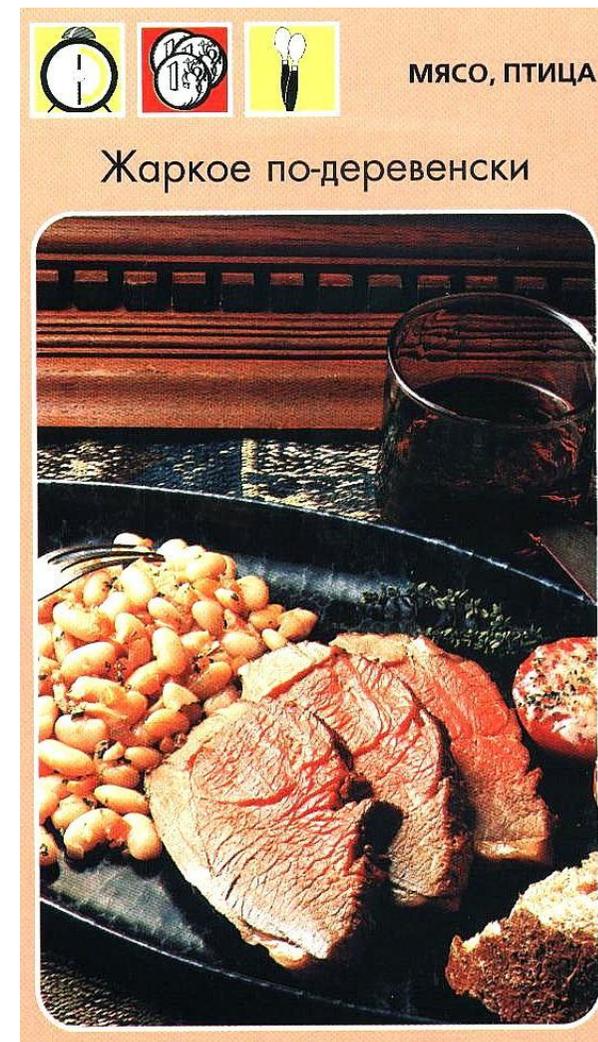
Мясо (вырезка, спинная часть)..... 1 кг  
Томатный (или соевый) соус. .... 3 ст. л.  
Коньяк..... 2 ст. л.  
Растительное масло ..... 4 ст. л.  
Красный перец молотый ..... 1/2 ч. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо очистить от пленок и сухожилий, вымыть и надрезать верхний слой «крестом».
2. Смешать 3 ст. ложки масла, соус, коньяк, поперчить. Полученную смесь нанести на мясо. Положить его в кастрюлю, закрыть крышкой и оставить на 1-2 ч. В течение этого времени мясо 2-3 раза перевернуть, затем вынуть и слегка натереть его солью.
3. Разогреть духовку до 250°C. Смазать противень маслом (1 ст. ложка), положить на него мясо, слить из кастрюли в него жидкость от маринования. Поместить противень в духовку и жарить мясо примерно 25-30 мин при средней температуре, поливая образовавшимся соусом.
4. Готовое жаркое вынуть из духовки, переложить на блюдо, полить соусом, полученным при жарке и нарезать на порционные куски.
5. Разложить куски жаркого на тарелки, гарнировать тушеной или вареной фасолью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Когда мясо куском жарится в духовке, рекомендуется под противень поставить сосуд с горячей водой, чтобы жаркое не подсыхало.
- Если мясо после маринования нашпиговать небольшими полосками сала, то кушанье получится более сочным.



## 40. Жаркое по-карельски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

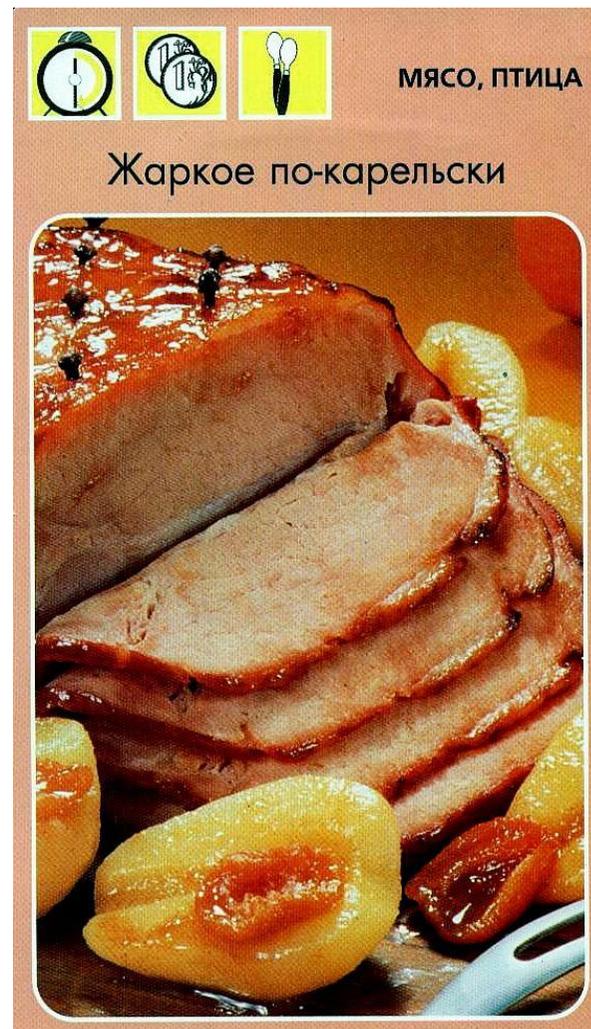
Телятина (мякоть) .....	700-900 г
Репчатый лук.....	1 шт.
Морковь.....	1 шт.
Мука .....	1 -2 ст. л.
Топленое масло .....	1 -2 ст. л.
Сливки. ....	2 ст. л.
Гвоздика .....	8-10 шт.
Белый (или черный) перец молотый	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Телятину вымыть, обсушить полотенцем и обжарить целиком до золотистого цвета на раскаленной глубокой сковороде в топленом масле.
2. Поверхность обжаренной телятины натереть солью и перцем.
3. Морковь и лук очистить, вымыть и разрезать пополам. Затем вместе с подготовленной телятиной положить в утятницу и пожарить 5-7 мин, переворачивая мясо.
4. На поверхность телятины воткнуть бутоны гвоздики. Подлить в утятницу около 1 стакана горячей воды и жарить мясо в духовке при 160-180°C, не закрывая крышкой, до светло-коричневого цвета.
5. Телятину переложить в теплое место, укрыть. Из утятницы удалить лук и морковь, заправить образовавшийся при жарении сок сливками и мукой, вскипятить.
6. Жаркое гарнировать маринованными фруктами, моченой брусникой, отварным картофелем. Отдельно подать приготовленный соус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- В охлажденном виде жаркое из телятины - прекрасная мясная закуска.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 41. Имбирная утка

### ИНГРЕДИЕНТЫ

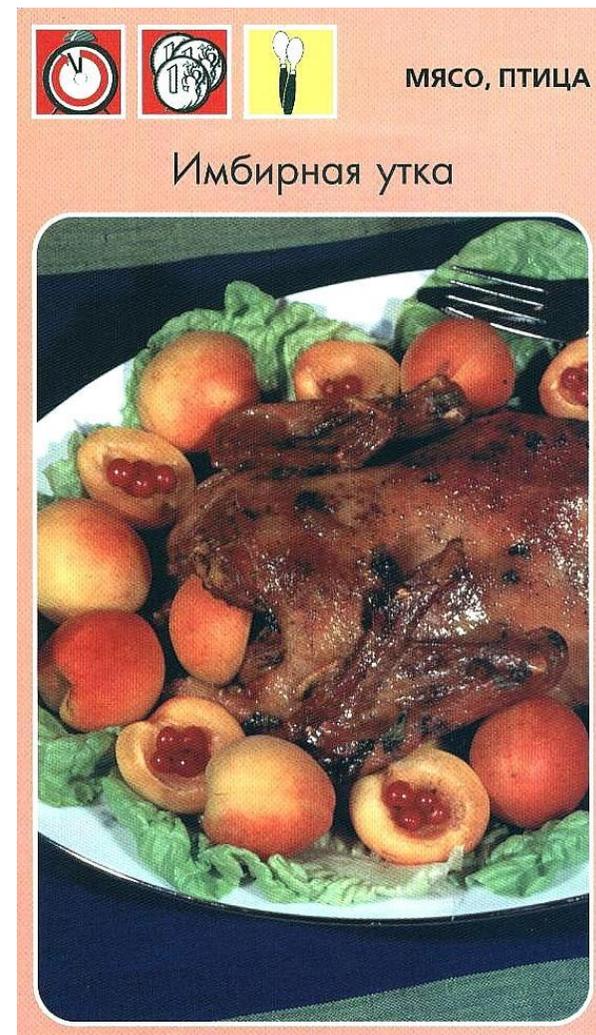
Утка ..... 1,5 кг  
Лук-порей ..... 100 г  
Имбирь (корень) ..... 50 г  
Белое сухое вино ..... 1 стакан  
Соевый соус ..... 4 ст. л.  
Консервированные персики ..... 15-20 шт.  
Крахмал ..... 1 ч. л.  
Растительное масло ..... 3 ст. л.  
Листья салата ..... 10-12 шт.  
Черный перец молотый  
Красный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Выпотрошенную утку тщательно промыть холодной водой, натереть солью и черным молотым перцем.
2. Лук-порей вымыть, стряхнуть воду, мелко порезать.
3. Имбирь разрезать пополам, половину нашинковать соломкой, а другую - натереть.
4. Обжарить лук-порей с нашинкованным имбирем в сковороде с 1 ст. ложкой масла. Добавить вино, соевый соус, красный молотый перец и кипятить в течение 5 мин.
5. Положить птицу в утятницу, залить подготовленным соусом, тушить, пока мясо не станет мягким.
6. Затем достать утку, дать ей обсохнуть, смазать оставшимся маслом и в духовке на противне зажарить до образования золотистой корочки.
7. В соус, оставшийся в утятнице, добавить 5 ст. ложек жидкости от консервированных персиков, крахмал и вскипятить. Добавить тертый имбирь и вновь вскипятить.
8. Листья салата перебрать, промыть, обсушить полотенцем и выложить на блюдо. На листья поместить утку и украсить ее половинками консервированных персиков.
9. К утке подать рис или белый хлеб, отдельно приготовленный соус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Можно использовать и свежие персики: плоды моют,резают пополам, удаляют косточки. Затем персики добавляю в соус вместе с имбирем и кипятят.



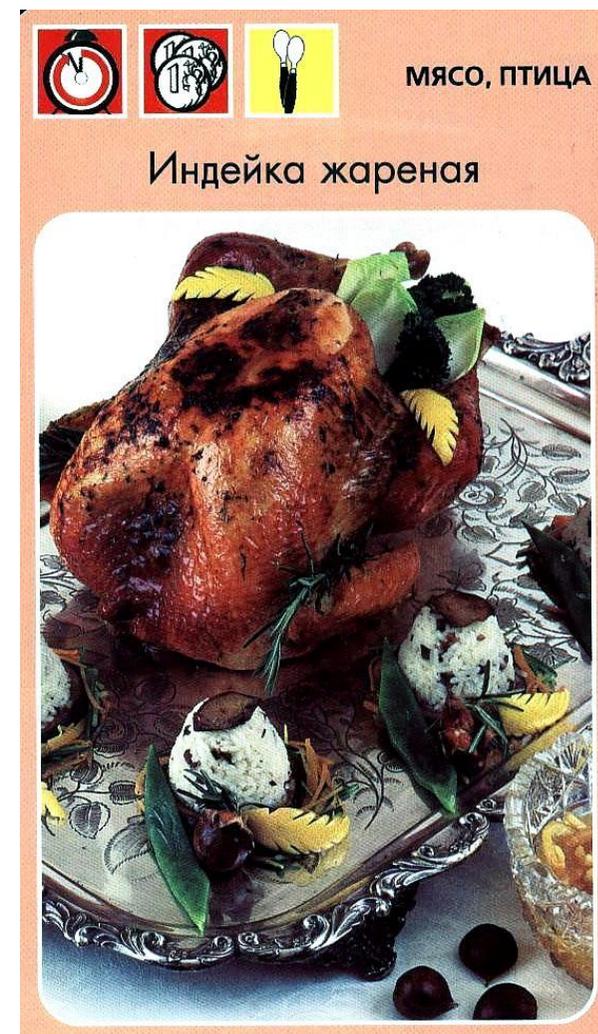
## 42. Индейка жареная

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Индейка .....	1 шт. (2-3 кг)
Сливочное масло.....	2 ст. л.
Белое сухое вино .....	2 стакана
Куриный кубик. ....	1 шт.
Сельдерей (зелень) .....	1 пучок
Петрушка (зелень) .....	1 пучок
Укроп .....	1 пучок
Черный перец молотый	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Индейку выпотрошить и тщательно промыть холодной проточной водой. Тщательно вытереть снаружи и внутри, натереть солью и перцем.
2. Подготовленную индейку положить на противень грудкой вверх. Растопить масло и кисточкой обильно смазать тушку. Нагреть духовку до 200°C.
3. Зелень петрушки, сельдерея и укроп перебрать, промыть, стряхнуть воду, измельчить и положить на противень.
4. Поставить противень в нижнюю часть духовки и жарить индейку в течение 30 мин. Затем подлить 1 стакан вина и жарить еще 30 мин.
5. Куриный кубик залить 2 стаканами горячей воды, тщательно размешать.
6. Уменьшить температуру духовки до 160°C. Жарить индейку еще в течение 2,5 ч, попеременно поливая оставшимся вином, полученным из кубика бульоном и образовавшимся соком.
7. Готовую индейку достать из духовки, выложить на подогретое блюдо, полить образовавшимся соком.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Разделявая индейку на порции, ее разрубают сначала на две половины, затем каждую половину - на 4-8 кусков.
- На гарнир к жареной индейке рекомендуются печеные яблоки или жареный картофель.

## 43. Индейка с омлетом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

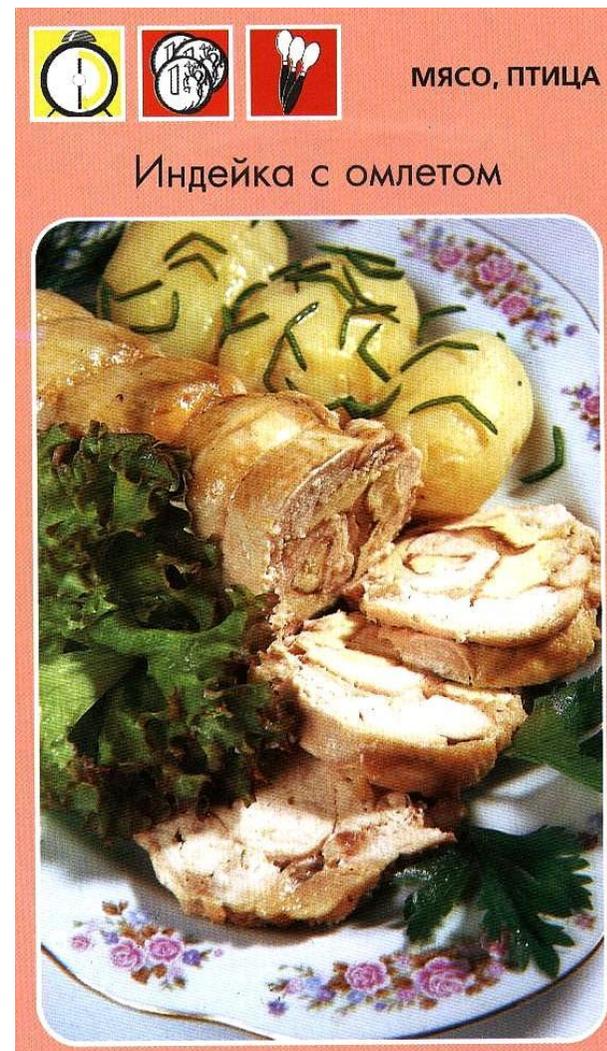
Филе индейки ..... 600 г  
Чеснок ..... 3 зубчика  
Яйца ..... 4 шт.  
Молоко ..... 3 ст. л.  
Растительное масло ..... 1-2 ст. л.  
Бульон ..... 2 стакана  
Желатин ..... 15 г  
Лавровый лист ..... 1 шт.  
Листья салата ..... 4-5 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 2 веточки  
Красный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Филе индейки с кожей вымыть и слегка отбить тыжкой. Чеснок очистить и мелко нарубить или пропустить через пресс.
2. Филе посолить по вкусу и натереть измельченным чесноком и красным молотым перцем, оставить на 20 мин.
3. Яйца размешать с молоком, добавить соль, взбить и на сковороде пожарить омлет на масле в виде тонких блинчиков.
4. Положить филе на мягкую салфетку из ткани. Сверху разместить омлет, свернуть с помощью салфетки в виде рулета. Аккуратно перевязать рулет нитками.
5. Отварить рулет в бульоне при слабом кипении в течение 20-25 мин, добавив в конце варки лавровый лист. Затем поместить рулет под легкий пресс и охладить.
6. В посуду налить у 4 стакана холодной кипяченой воды и, помешивая, всыпать желатин. Оставить его для набухания на 1-2 ч.
7. Нагреть 1 стакан бульона, в котором варилась индейка. Положить размоченный желатин и размешать его до полного растворения.
8. Рулет освободить от ниток, залить его приготовленным желатином и оставить охлаждаться.
9. Выложить рулет на блюдо, украсить листьями салата, зеленью петрушки. Гарнировать отварным картофелем.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Если в горячее желе добавить майонез, то оболочка, покрывающая рулет, станет белой, а кушанье приобретет пикантный вкусовой нюанс.



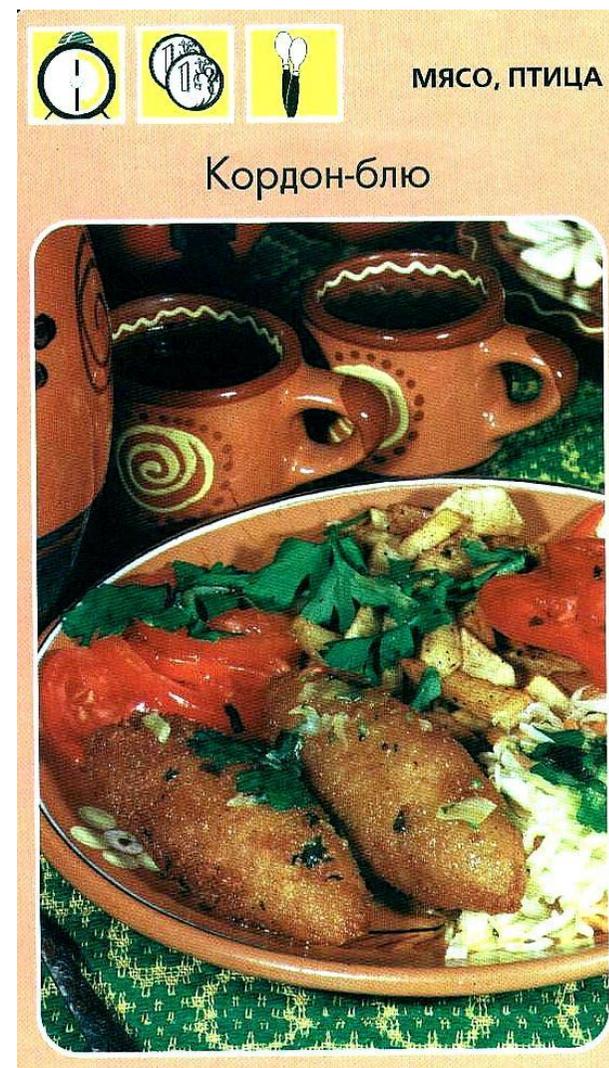
## 44. Кордон-блю

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Телячьи шницели .....	4 шт. (по 200 г)
Сыр .....	60 г
Ветчина .....	60 г
Яйца .....	2 шт.
Мука .....	2 ст. л.
Панировочные сухари .....	6 ст. л.
Растительное масло .....	2 ст. л.
Сливочное масло .....	2 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Телячьи шницели вымыть и промокнуть. Затем тонким острым ножом сделать надрезы в виде карманов.
2. Ветчину и сыр нарезать на 4 кусочка.
3. В разрезы телятины положить по кусочку ветчины и сыра. Каждый шницель свернуть в рулетик и скрепить шпажкой.
4. Приправить шницель солью и черным перцем. Яйца отбить в посуду и слегка взбить.
5. Рулетики сначала обвалить в муке, затем обмакнуть в яйцо, а потом запанировать в сухарях.
6. Сливочное и растительное масло разогреть в сковороде и обжарить шницели по 7-10 мин с каждой стороны.
7. Готовые кордон-блю выложить на сервировочные тарелки, гарнировать жареным картофелем, украсить зеленью.
8. Отдельно подать свежие, нарезанные кружочками томаты, и салат из свежей, квашеной или маринованной капусты.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Свежие томаты и капустный салат можно выложить непосредственно на сервировочные тарелки в качестве составляющих сложного гарнира.

## 45. Классический стейк

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (филе) ..... 600-1000 г  
Растительное масло ..... 4 ст. л.  
Бульон.....1/2 стакана  
Черный (или белый) перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо зачистить от пленок и сухожилий, промыть и нарезать поперек волокон на куски толщиной примерно 3 см и весом 150-200 г, слегка отбить.
2. Перед тем как жарить стейки, надрезать каждый на глубину около 2 см, чтобы они сохранили форму.
3. Раскалить сковороду, влить растительное масло и разогреть его.
4. Обжарить стейки на сильном огне - каждую сторону в течение 1 мин. Затем убавить пламя и обжаривать мясо еще по несколько минут с каждой стороны, потом посолить и поперчить.
5. Стейк с кровью получается при обработке в течение 8-10 мин., полностью прожаренный - 12-15 мин.
6. Масло, оставшееся после жарки мяса, нагреть на слабом огне и, когда вода выпарится, слить. В сковороду налить бульон и кипятить его 5-8 мин. Полученный мясной соус процедить.
7. Готовые стейки выложить на блюдо или порционные тарелки, полить ранее слитым со сковороды маслом и мясным соусом, гарнировать овощами, отварным или жареным картофелем, шампиньонами, обжаренным луком и т. д.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Слабопрожаренный стейк имеет на разрезе розовый цвет, средне-прожаренный - красноватый, а полностью прожаренный - серый.
- Стейк можно зажарить на решетке.



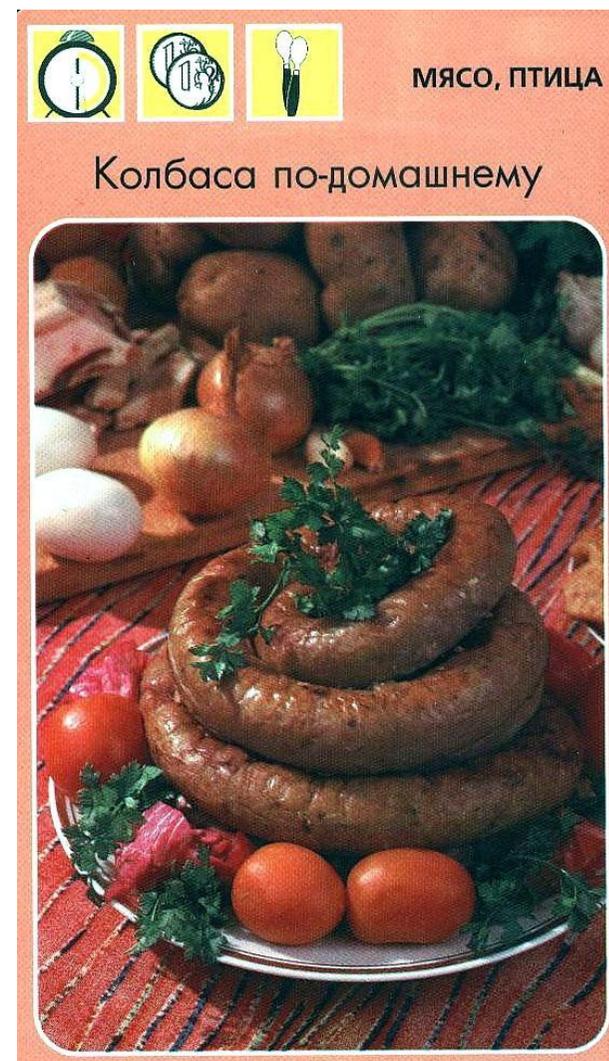
## 46. Колбаса по-домашнему

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина (мякоть).....	1,5-2 кг
Репчатый лук .....	3 шт.
Острый перчик .....	2 шт.
Бульон из костей .....	1 стакан
Сахарный песок .....	1/2 ч. л.
Тмин (молотый) .....	1 ч. л.
Растительное масло .....	2 ст. л.
Черный перец молотый .....	1 ч. л.
Соль .....	2-3 ст. л.
Свиные кишки	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свинину вымыть, очистить от пленок и сухожилий и 2 раза пропустить через мясорубку в эмалированную миску.
2. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко порубить! и обжарить на растительном масле, посыпав сахарным песком.
3. Сухие стручки острого перчика измельчить.
4. В миску к мясному фаршу добавить обжаренный репчатый лук, соль, черный молотый перец тмин, измельченный острый перчик и бульон и: костей.
5. Полученную смесь размешать и оставить на 8-10 ч.
6. Обварить узкие кишки, набить в них мясной смесь, перевязать концы веревочкой и опустить! в кипящую воду.
7. Когда вода снова закипит, колбаски вынуть, от цедить и повесить для просушки в сухом месте
8. На стол колбасу подавать жареной или запеченной с гарниром из фасоли, картофеля, краснокочанной маринованной капусты, с салатом из свежих овощей и зеленым горошком.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Кишки следует вывернуть на деревянной доске и до тех пор скоблить деревянной лопаточкой, пока они не станут тонкими и прозрачными.

## 47. Колбаски свиные

### ИНГРЕДИЕНТЫ

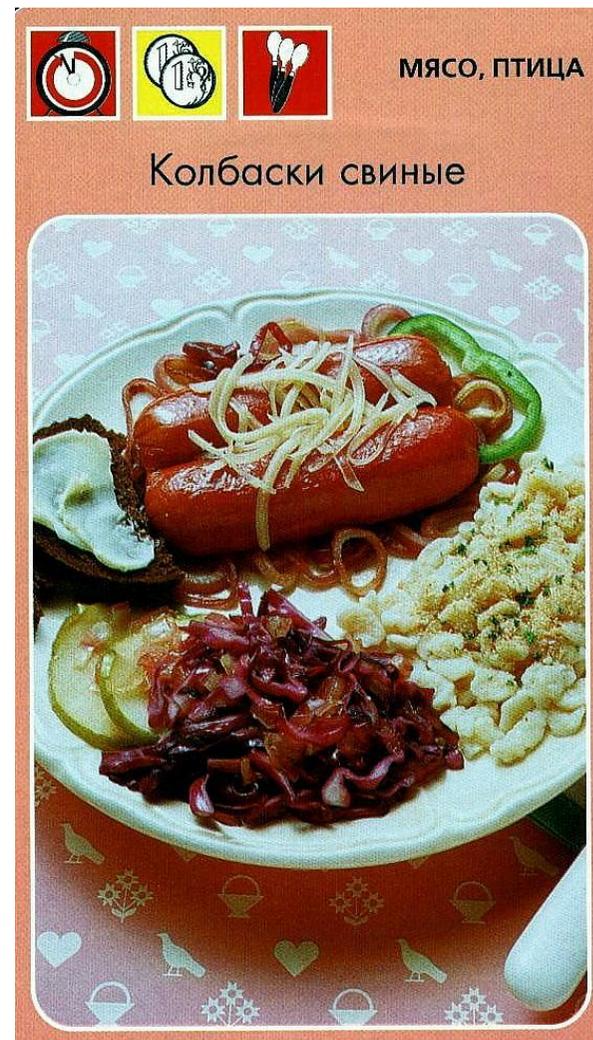
Свинина (мякоть) .....	800 г
Свиные кишки	
Репчатый лук .....	2 шт.
Чеснок .....	3 зубчика
Корица (порошок) .....	1/2 ч. л.
Тмин .....	1/2 ч. л.
Гвоздика .....	1/2 ч. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свиные кишки очистить, затем вымочить в холодной воде в течение 2-3 ч и основательно промыть под струей воды.
2. Мясо пропустить через мясорубку, посолить. Добавить мелкорубленный репчатый лук, растертый с солью чеснок, всыпать гвоздику, корицу, тмин, поперчить и все перемешать.
3. Подготовленным фаршем набить кишки, завязать с концов ниткой.
4. Жарить на решетке или на обычной сковороде в масле, переворачивая колбаски, чтобы они равномерно прожарились.
5. Готовые колбаски положить на подогретое блюдо. Сверху посыпать нарезанным полукольцами репчатым луком.
6. В качестве гарнира можно использовать отварной картофель или маринованную свеклу.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Чтобы колбаски не лопнули при жарке, проткните их вилкой.
- Чтобы придать им «блеск», в процессе жарки поливайте колбаски растительным маслом



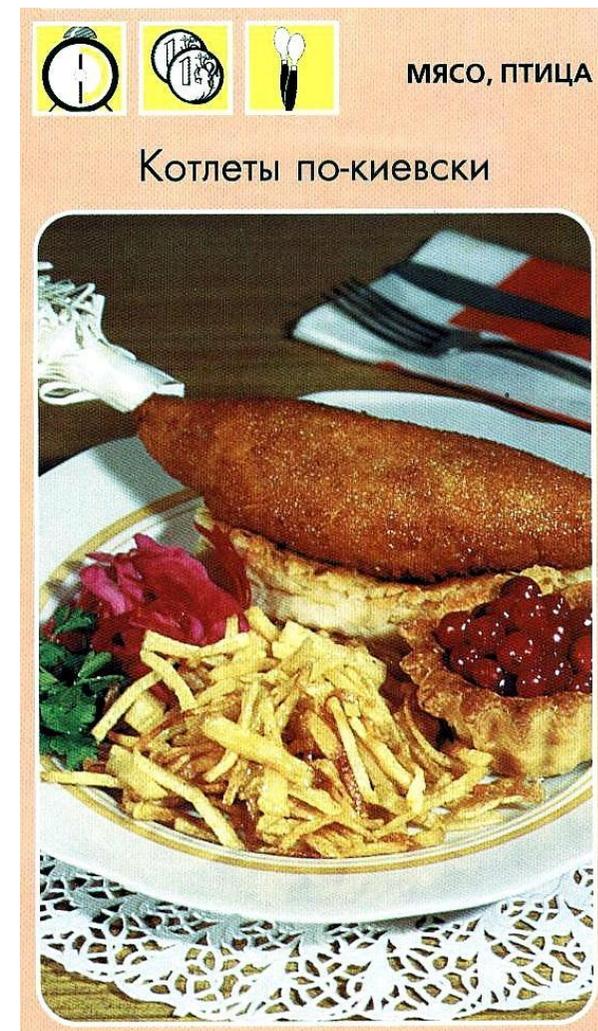
## 48. Котлеты по-киевски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Куриные грудки..... 2 шт.  
Сливочное масло ..... 200-250 г  
Яйца ..... 3 шт.  
Панировочные сухари ..... 1 стакан  
Белый хлеб ..... 4 ломтика  
Растительное масло ..... 1/2 стакана  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Куриные грудки обмыть, удалить с них кожу, вырезать филейные части с косточками, зачистить их от пленок и сухожилий. Разделить каждый кусок мяса на два, чтобы образовался внутренний и внешний филейный край.
2. Внешний кусок отбить в ровный по толщине пласт. На середину пласта положить кусок холодного сливочного масла и накрыть тонкой полоской малого филе. Затем при помощи ножа закрыть масло со всех сторон мясом.
3. Котлету посолить, смочить во взбитых яйцах, запанировать в сухарях, снова смочить в яйце и еще раз запанировать.
4. Раскалить сковороду и разогреть в ней растительное масло.
5. Обжарить подготовленную котлету в течение 3-4 мин со всех сторон. Затем поставить ее на 1-2 мин в духовку.
6. Тонкие ломтики белого хлеба поджарить с обеих сторон и при подаче уложить на них котлеты. В качестве гарнира подать жареный солонкой картофель и зелень. Прекрасным дополнением к котлетам по-киевски послужат свежие и маринованные овощи.
7. Готовые котлеты полить растопленным сливочным маслом, а на косточки надеть папильотки.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Котлеты по-киевски жарят непосредственно перед подачей.
- Очень оригинальная начинка в котлеты - сливочное масло, смешанное с желтком вареного яйца, протертым через сито, мелко нарезанным укропом.

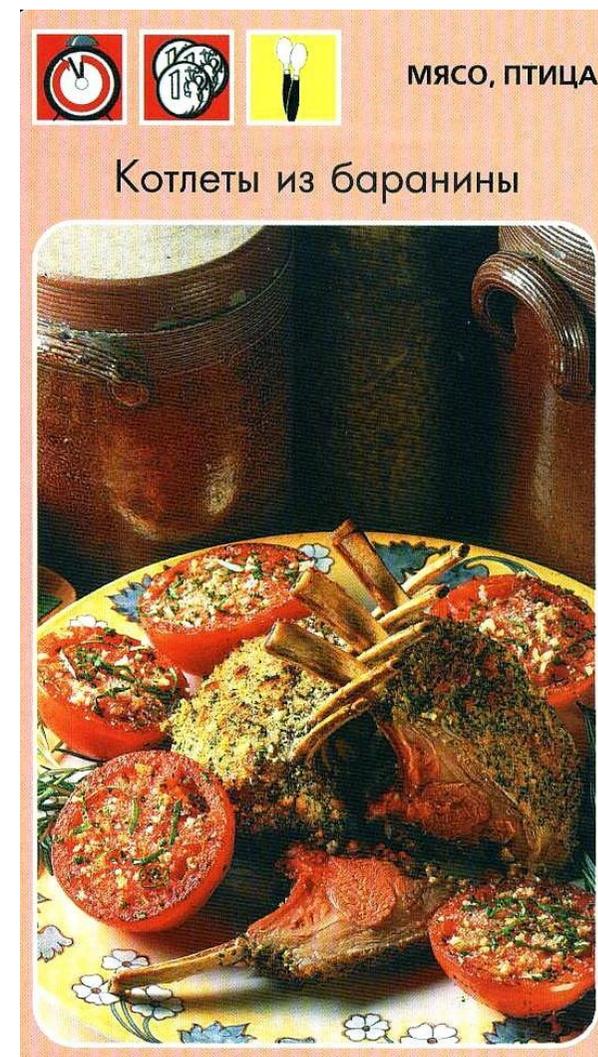
## 49. Котлеты из баранины

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Двойные котлеты из баранины (с реберной косточкой). . . . .	8 шт.
Кориандр (зерна). . . . .	15 шт.
Чеснок. . . . .	2 зубчика
Крепленое красное вино. . . . .	1/2 стакана
Мясной бульон . . . . .	1/2 стакана
Сахарный песок . . . . .	1 ч. л.
Уксус . . . . .	1-2 ч. л.
Сливочное масло. . . . .	30 г
Черный перец молотый	
Крупная соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Котлеты обмыть, срезать жирный слой и слегка отбить. Затем натереть мясо солью, перцем и толченым кориандром.
2. Положить внутренней стороной друг к другу так, чтобы концы ребер перекрещивались. Получившуюся таким образом форму крепко обмотать ниткой в трех местах.
3. Отделенный от ребер жир положить на дно утятницы. Затем поместить туда котлеты и добавить неочищенный чеснок.
4. Жарить 40-45 мин в предварительно разогретой до 220°C духовке. Затем завернуть мясо в фольгу и положить в кастрюлю, чтобы не остыло.
5. Обезжирить оставшуюся массу и вываривать вместе с чесноком до получения густого соуса. Добавить сахарный песок, уксус, соль, перец и перемешать.
6. Снять с мяса фольгу и разрезать его на отдельные котлеты.
7. Поместить котлеты на подогретое блюдо, полить подготовленным соусом.



МЯСО, ПТИЦА

### Котлеты из баранины



быстро



дешево



легко



обычно



обычно



трудно



долго



дорого



трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Блюдо рекомендуется гарнировать свежими томатами, посыпанными зеленью, или обжаренными в масле овощами - брюквой, цветной капустой, картофелем.

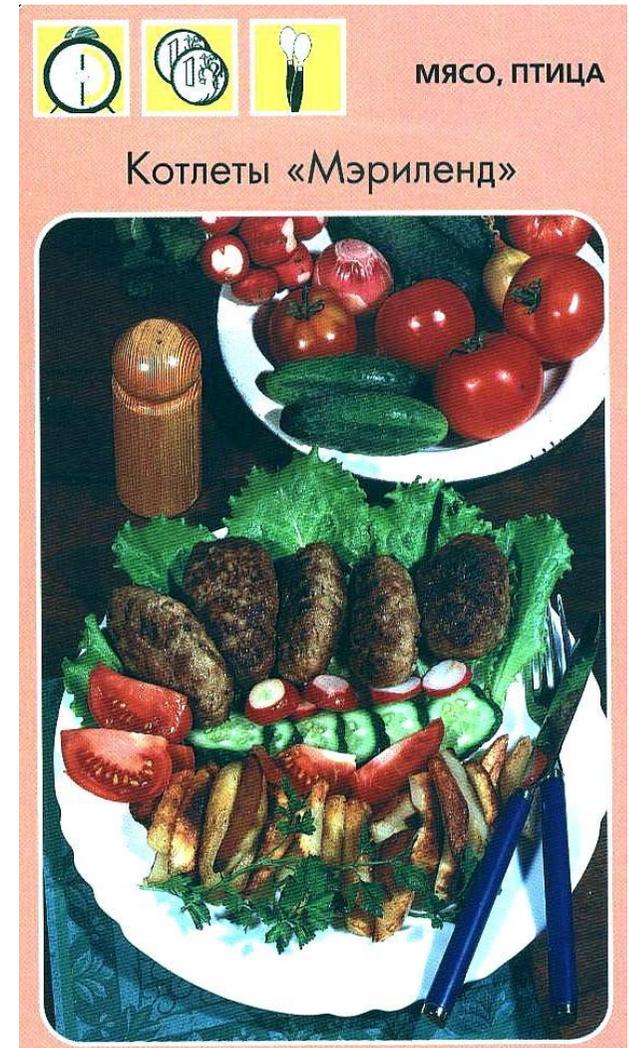
## 50. Котлеты "Мэриленд"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина (мякоть).....	400 г
Вареная свиная колбаса .....	100 г
Сыр .....	50 г
Яйца .....	2 шт.
Растительное масло .....	2 ст. л.
Листья салата .....	6-8 шт.
Петрушка (зелень) .....	10-12 веточек
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Сыр и колбасу нарезать небольшими кубиками.
2. Мякоть свинины обмыть, срезать пленки, провернуть через мясорубку.
3. Смешать фарш, колбасу, сыр, отбить яйца и еще раз пропустить через мясорубку.
4. Зелень петрушки промыть, отложить 2 веточки для украшения. Остальную зелень обсушить полотенцем и порубить.
5. Смешать зелень петрушки с получившимся фаршем, посолить по вкусу и сделать котлеты.
6. Разогреть сковороду с маслом и обжарить котлеты с каждой стороны до золотистой корочки. Затем уменьшить нагрев и жарить их еще примерно 10 мин.
7. Листья салата промыть, дать стечь воде и выстелить ими блюдо или сервировочные тарелки.
8. Выложить на листья котлеты, украсить веточками петрушки, можно гарнировать ломтиками томатов, огурца, редиса.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Прекрасным гарниром к котлетам «Мэриленд» послужит также консервированная кукуруза, разогретая в сливочном масле, или жареный картофель.

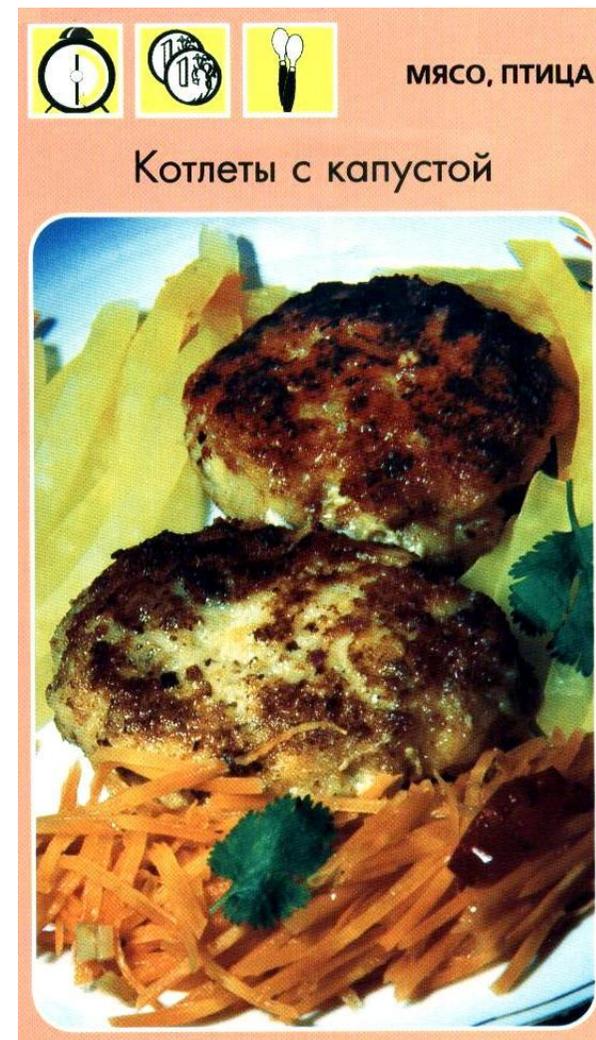
## 51. Котлеты с капустой

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть)..... 500 г  
Капуста .....300 г.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Яйцо ..... 1 шт.  
Растительное масло. .... 2-3 ст. л.  
Мускатный орех (молотый)  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо вымыть, удалить крупные пленки, нарезать кусками и пропустить через мясорубку.
2. Чистую белокочанную капусту очень мелко нашинковать и соединить с мясным фаршем.
3. Лук очистить, вымыть, порезать. Обжарить его на сковороде с растительным маслом (1 ст. ложка) и добавить в подготовленный фарш. Внести туда же яйцо, соль, перец, мускатный орех и тщательно вымесить.
4. Руки смочить растительным маслом и сформовать котлеты толщиной около 1,5 см.
5. Котлеты выложить на сковороду с хорошо разогретым маслом и обжарить до румяной корочки с одной стороны. Перевернуть котлеты, уменьшить нагрев, закрыть сковороду крышкой и дожаривать до готовности 15-20 мин при слабом нагреве.
6. Готовые котлеты выложить на блюдо. Гарнировать свежими или маринованными овощами, украсить зеленью по своему вкусу.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Котлеты будут сочнее, если при формировании сделать сначала небольшую лепешку, свернуть рулетиком, придать форму котлеты и класть на сковороду швом вниз. При этом внутри котлеты образуются полости, в которых и собирается сок.

## 52. Котлеты с сыром

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говяжий фарш.....	250 г
Свиной фарш .....	250 г
Плавленый сыр.....	250 г
Яйца.....	2 шт.
Репчатый лук.....	2 шт.
Растительное масло .....	2-3 ст. л.
Панировочные сухари .....	2-3 ст. л.
Черный перец молотый	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нашинковать. Плавленый сыр размять.
2. В эмалированной миске перемешать говяжий и свиной фарш. Добавить нашинкованный лук, плавленый сыр и перемешать.
3. Разбить и добавить в фарш яйца, заправить солью и перцем. Котлетную массу тщательно вымесить.
4. Руки смочить водой и сформовать из массы 4-6 котлет. Обвалять их в панировочных сухарях.
5. Разогреть на сковороде масло и положить на нее котлеты. Обжарить с одной стороны 4-5 мин.
6. Огонь сделать слабее, перевернуть котлеты и обжарить с другой стороны (4-5 мин).
7. Готовые котлеты выложить на подогретое блюдо. Гарнировать жареным картофелем, свежими или маринованными овощами, украсить зеленью.



МЯСО, ПТИЦА

### Котлеты с сыром



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- К котлетам рекомендуется подать хрен или горчицу.
- Рубленое мясо нельзя хранить в холодильнике более 10-12 ч.

## 53. Крокеты корейские

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина .....	400 г
Сладкий зеленый перец .....	2 шт.
Мука .....	2 ч. л.
Крахмал .....	1 ч. л.
Соевый соус .....	1 ст. л.
Растительное масло.....	3 ст. л.
Мясной бульон (вода) .....	2 ст.л.
Мандарин .....	1 шт.
Яйцо.....	1 шт.
Кедровые орехи (ядра).....	2 ст. л.
Зеленый лук. ....	6 перышек
Зеленый горошек.....	2 ст. л.
Чеснок .....	2 зубчика
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мякоть говядины обмыть, очистить от пленок и сухожилий, отбить и мелко нарезать.
2. Зеленый перец вымыть, обрезать верхушки вместе со стеблем, удалить семена и мелко нарезать.
3. Зеленый лук и чеснок очистить, вымыть и растолочь.
4. Мясо смешать с половиной нарезанного перца, растолченными луком и чесноком, добавить 72 ч. ложки крахмала, муку, молотый перец, 1 ч. ложку растительного масла, яйцо. Затем влить соевый соус, 2 ст. ложки мясного бульона (или воды), все перемешать и дать постоять.
5. Подготовленный фарш посолить и еще раз перемешать, чтобы получилась клейкая масса. Скатать из нее шарики.
6. На раскаленную сковороду влить растительное масло (2 ст. ложки) и обжарить мясные крокеты на сильном огне.
7. Оставшийся крахмал развести в воде (1:2).
8. Разогреть смазанную маслом кастрюлю, положить разведенный крахмал, оставшийся сладкий перец, посолить. Осторожно поместить в кастрюлю крокеты и, помешивая, жарить их до готовности.
9. На подогретое блюдо выложить отваренный рассыпчатый рис. Сверху разместить крокеты, украсить ядрами кедровых орехов, дольками мандаринов и зеленым горошком.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Крокеты хороши и тушеными, в этом случае в кастрюлю дополнительно влить 1 стакан бульона и тушить 35 мин, добавить имбирь и потушить еще 10 мин.

**мясо, птица**

### Крокеты корейские

**быстро** **дешево** **легко**  
**обычно** **обычно** **обычно**  
**долго** **дорого** **трудно**

## 54. Куриное филе

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Куриное филе . . . . .	600-700 г
Молоко . . . . .	1 стакан
Сливочное масло . . . . .	50 г
Топленое масло.....	50 г
Панировочные сухари.....	1 стакан
Соль	
<b>Для соуса:</b>	
Мука. . . . .	1 ст. л.
Морковь . . . . .	1 шт.
Петрушка (корень) . . . . .	1 шт.
Репчатый лук . . . . .	1 шт.
Томатная паста.....	1 ст. л.
Мясной бульон . . . . .	2 стакана
Мадера . . . . .	2 ст. л.
Растительное масло.....	2 ст. л.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Куриное филе слегка отбить.
  2. Молоко подсолить и хорошо пропитать им подготовленное филе. Затем обвалить каждый кусок в панировочных сухарях. На сковороде растопить топленое масло и обжарить филе с двух сторон до золотистой корочки.
  3. При подаче на стол выложить филе на блюдо или тарелку. Сливочное масло растопить и полить им готовое кушанье.
  4. Гарнировать жаренным соломкой картофелем, маринованными или отваренными в молоке овощами. Отдельно подать зеленый салат, а в соуснике - соус с вином.
- Соус с вином
5. Муку поджарить на раскаленной сковороде с маслом (1 ст. ложка) до коричневого цвета, смешать с томатной пастой и развести мясным бульоном.
  6. Морковь, корень петрушки и репчатый лук очистить, вымыть, нарезать. Слегка поджарить на сковороде с растопленным маслом, добавить в ранее подготовленный мучной соус и проварить на слабом огне 20-30 мин.
  7. По окончании варки добавить в соус соль, мадеру и процедить сквозь сито.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Изысканный вкус куриного филе особенно подчеркнет маринованная краснокочанная капуста.
- Филе можно панировать подсушенным и нарезанным тонкой соломкой белым хлебом. В этом случае масла потребуется больше.

МЯСО, ПТИЦА

### Куриное филе

быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 55. Куриное рагу в горшочке

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица ..... 1 шт. (700-900 г)  
Картофель (мелкий) ..... 6-8 шт.  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 1 пучок  
Растительное масло ..... 5 ст. л.  
Соль

#### Для оригинального соуса:

Мука ..... 1 ст. л.  
Морковь ..... 1 шт.  
Петрушка (корень) ..... 1 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Томатный соус ..... 1 ст. л.  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.  
Мясной бульон ..... 2 стакана  
Мадера (или портвейн) ..... 2 ст. л.  
Чеснок ..... 1-2 зубчика

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

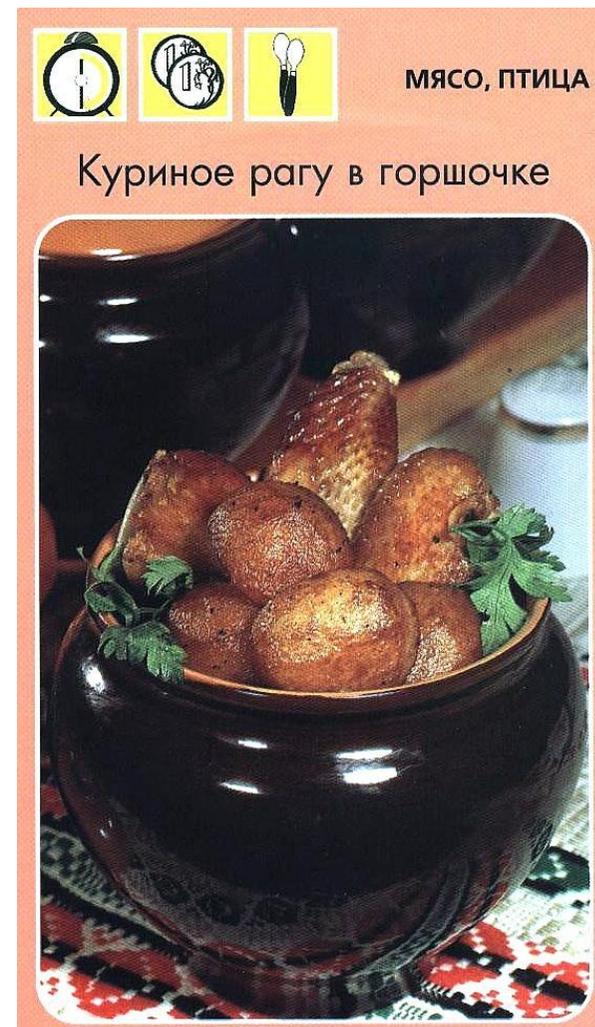
1. Курицу промыть, разрубить на куски, посолить и обжарить на сковороде в растительном масле (2 ст. ложки) почти до готовности.
2. Мелкий молодой картофель очистить, вымыть и обжарить в сковороде на растительном масле (2 ст. ложки) на сильном огне до золотистой корочки.
3. Репчатый лук очистить, вымыть и обжарить с растительным маслом (1 ст. ложка).
4. Зелень петрушки перебрать, промыть и стряхнуть воду.
5. Обжаренные куски курицы разложить в горшочки, добавить подготовленные лук и картофель, залить оригинальным соусом.
6. Накрыть горшочки крышками и потушить рагу в разогретой духовке 15-20 мин. Подать к столу в горшочках, украсив веточками петрушки.

#### Соус оригинальный

7. Муку поджарить с 1 ст. ложкой сливочного масла до темно-коричневого цвета, смешать с томатным соусом и развести мясным (или куриным) бульоном.
8. Репчатый лук, морковь и корень петрушки очистить, вымыть, мелко нарезать, слегка поджарить (1 ст. ложка сливочного масла), добавить в соус и проварить на слабом огне в течение 10-15 мин. Чеснок очистить, мелко порубить и положить в соус за 5 мин до окончания варки.
9. По окончании варки прибавить в соус соль, влить мадеру (или портвейн), размешать и процедить сквозь сито.

#### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Чтобы кушанье выглядело более эффектным, за 7-10 мин до окончания тушения с горшочков снять крышки.



МЯСО, ПТИЦА

Куриное рагу в горшочке



быстро



дешево



легко



обычно



обычно



обычно



долго



дорого



трудно

## 56. Куриные крылышки

### ИНГРЕДИЕНТЫ

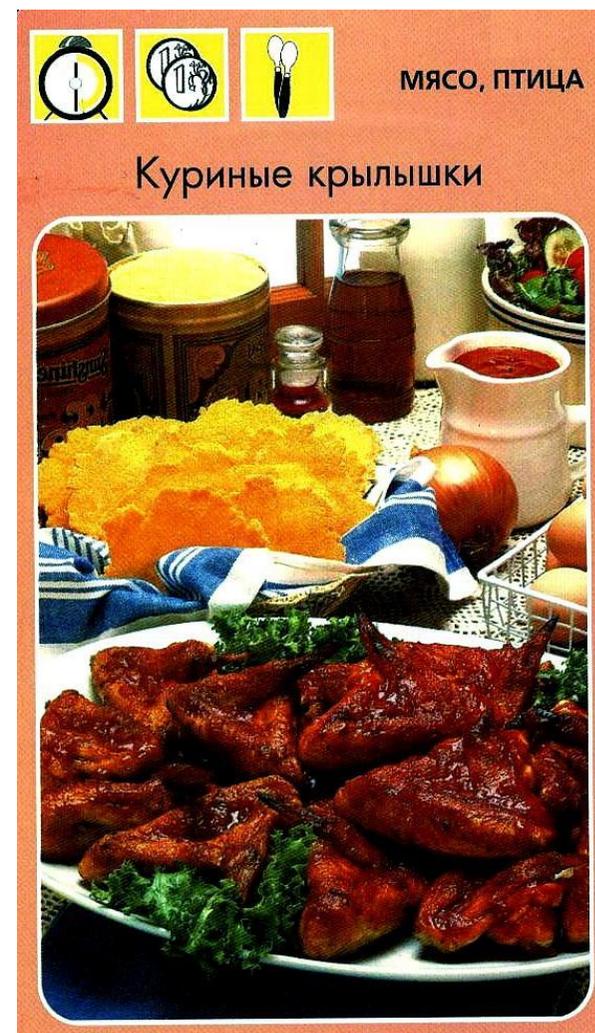
Куриные крылышки .....	10-12 шт.
Белое сухое вино.....	1/2 стакана
Растительное масло .....	3 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### Для итальянского соуса:

Мука. ....	1 ст. л.
Мясной бульон. ....	1 стакан
Морковь .....	1 шт.
Петрушка (корень). ....	1 шт.
Репчатый лук .....	1 шт.
Шампиньоны .....	100 г
Портвейн .....	1-2 ст. л.
Ветчина .....	50 г

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Куриные крылышки вымыть, посолить, поперчить и обжарить в сотейнике с растительным маслом (1 ст. ложка) до готовности.
  2. По окончании жарки влить белое вино и прокипятить, добавить итальянский соус и еще раз прокипятить.
  3. При подаче на стол куриные крылышки выложить на блюдо. Полить соусом, образовавшимся при жарке, и украсить веточками зелени.
  4. На гарнир подать кабачки, обжаренные в сухарях, жареные томаты и картофель.
- #### Итальянский соус
5. Муку поджарить на сковороде с растительным маслом (1 ст. ложка) до темно-коричневого цвета. После чего смешать с томатной пастой и развести мясным бульоном.
  6. Морковь, корень петрушки и лук очистить, вымыть, нарезать, слегка поджарить с 1 ст. ложкой растительного масла на другой сковороде. Добавить подготовленные овощи в соус и проварить на слабом огне в течение 20-25 мин.
  7. Шампиньоны очистить, вымыть холодной водой, мелко нарезать и обжарить. Ветчину мелко нарезать и обжарить.
  8. Подготовленные грибы и ветчину добавить в соус, влить портвейн, варить 5-8 мин и протереть через сито.
  9. Прибавить мелко нарезанную зелень петрушки, соль, перец и вскипятить.



## 57. Куриный рулет

### ИНГРЕДИЕНТЫ

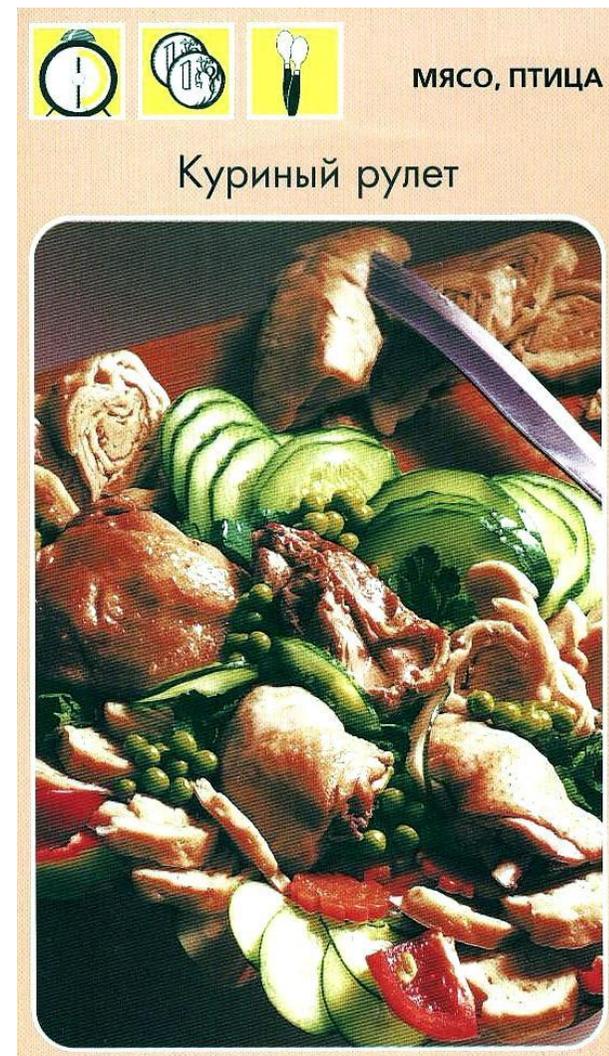
Курица ..... 1 шт. (800-900 г)  
Репчатый лук. .... 1 шт.  
Петрушка (корень) ..... 1 шт.  
Морковь. .... 1 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Потрошеную курицу вымыть, отделить мякоть вместе с кожей от костей. Положить птицу на разделочную доску кожей вниз, посолить, поперчить.
2. Свернуть курицу рулетом и завернуть в фольгу, придав форму цилиндра.
3. Репчатый лук, корень петрушки и морковь очистить, вымыть и нарезать.
4. В кастрюлю налить воду (2-3 стакана), посолить, довести до кипения, добавить нарезанные коренья, репчатый лук.
5. Рулет перевязать ниткой, опустить в кипящий отвар. Варить при слабом кипении 45-55 мин до готовности.
6. Готовый рулет вынуть из бульона, охладить до комнатной температуры. Затем снять с него нитки и фольгу, поместить под гнет и поставить в холодильник на 3-4 ч.
7. Охлажденный рулет нарезать кружочками, выложить на блюдо, гарнировать свежими или консервированными овощами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

• Такой рулет подают в качестве холодной закуски. Чтобы рулет приготовить как горячее кушанье, его следует, вынув из бульона и освободив от фольги, поставить на ю-15 мин в разогретую духовку.



## 58. Курица в маринаде

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица .....	1 шт. (1,2 кг)	<b>Для маринада:</b>	
Сливочное масло.....	2 ст. л.	Морковь .....	1 шт.
Соль		Репчатый лук .....	1 шт.
		Сельдерей (зелень) ...	1 пучок
		Чеснок .....	2 зубчика
		Тмин семена .....	1 щепотка
		Лавровый лист .....	2 шт
		Гвоздика .....	2 шт
		Перец горошком . . .	6 шт
		Белое сухое вино .....	2 стакана
		Уксус .....	1 стакан
		Растительное масло .	3/4 стакана

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Морковь и репчатый лук очистить, вымыть, нарезать: морковь - тонкими кружочками, лук - полукольцами. Зелень сельдерея перебрать, промыть, обсушить полотенцем и мелко нарезать. Чеснок очистить и порубить.
2. Курицу выпотрошить и тщательно промыть в холодной воде.
3. На дно небольшой посуды, вмещающей курицу и маринад, положить половину измельченных овощей, зелени и пряностей (тмина, перца, гвоздики), лавровый лист, на них поместить курицу, а сверху - оставшуюся часть овощей, зелени и пряностей.
4. Залить курицу уксусом, сухим белым вином и растительным маслом ( 1/2 стакана). Поставить посуду в холодное место на 4-5 ч, регулярно переворачивая птицу.
5. Промаринованную курицу достать из посуды, очистить от овощей, зелени и пряностей и натереть солью.
6. Зажарить птицу на противне, смазанном растительным маслом, в духовке (при температуре 180-200Х) до золотистой корочки.
7. Оставшийся маринад процедить, уварить при сильном нагреве. Сливочное масло размягчить и перед подачей на стол взбить его вместе с уваренным маринадом.
8. Готовую птицу выложить на блюдо, полить приготовленным соусом или подать его отдельно.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Соус приобретет более насыщенный цвет и особый вкусовой нюанс, если в маринад добавить 200 г свежей или 100 г сушеной черники

МЯСО, ПТИЦА

### Курица в маринаде

	быстро		дешево		легко
	обычно		обычно		обычно
	долго		дорого		трудно

## 59. Курица жареная

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица .....2 кг  
Панировочные сухари ..... 1/2стакана  
Мука..... 2 ст. л.  
Яйцо ..... 1 шт.  
Морковь ..... 1 шт.  
Сливочное масло. .... 4-5 ст. л.  
Петрушка (корень) ..... 1 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Сухая приправа. .... 3 ст. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Подготовленную тушку курицы положить в кастрюлю, добавить очищенные, промытые и разрезанные корни и лук.
2. Залить курицу водой на 3/4 высоты тушки, посолить и, закрыв кастрюлю крышкой, варить приблизительно в течение 1 ч.
3. Сваренную курицу разрубить на части. Посолить по вкусу, обвалить сначала в муке, затем, смочив разведенным яйцом,- в сухарях и сухой приправе.
4. Разогреть на сковороде масло и обжарить куски курицы с обеих сторон на среднем огне в течение 8-10 мин.
5. Когда на поверхности образуется равномерная румяная корочка, уложить на блюдо, полить маслом и украсить зеленью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Отдельно к курице можно подать любой салат из свежих овощей, не лишними будут и ломтики лимона.
- Если готовить цыпленка, то время варки займет 30-40 мин.



МЯСО, ПТИЦА

Курица жареная



## 60. Курица по-индийски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица ..... 1 шт. (1,2 кг)  
Соль

#### *Для маринада:*

Острый красный перчик ..... 1 шт.  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Имбирь (корень) ..... 1 см  
Набор восточных пряностей ..... 4 ст. л.  
Йогурт ..... 100 мл

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Острый красный перчик вымыть и очень мелко нарезать (лучше в перчатках). Чеснок очистить и растолочь. Имбирный корень натереть на мелкой терке. Все компоненты смешать с восточными пряностями и натуральным йогуртом.
2. Курицу выпотрошить, вымыть холодной водой и обсушить салфеткой. Обмазать курицу внутри и снаружи маринадом, положить в посуду, закрыть крышкой и поставить в холодильник на 3-4 ч.
3. Вынуть курицу из маринада, при необходимости подсолить, положить в прозрачную пленку - пакет для запекания, закрепить с двух сторон специальными жаростойкими зажимами. Сделать в пленке несколько проколов, положить на противень, поместить в духовку и запекать до готовности (около 1,5 ч) при температуре 180°C.
4. Готовую курицу достать из пакета, выложить на блюдо, гарнировать свежими овощами, украсить зеленью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Прозрачная пленка для запекания поможет сохранить натуральные вкус и аромат курицы, и при этом духовка останется чистой. Пленка для запекания не должна касаться горячих стенок духовки.
- Прекрасное дополнение к курице по-индийски - рассыпчатый рис, приготовленный с карри и пассерованными в сливочном масле луком и морковью.

**МЯСО, ПТИЦА**

### Курица по-индийски

	быстро		дешево		легко
	обычно		обычно		обычно
	долго		дорого		трудно

## 61. Курица по-мароккански

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица ..... 1,5 кг  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Сливочное масло ..... 150 г  
Растительное масло ..... 75 г  
Петрушка (зелень) ..... 2 ст. л.  
Свежий лимон ..... 1 шт.  
Цедра соленого лимона ..... 1 шт.  
Черный перец молотый

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

#### Тесто

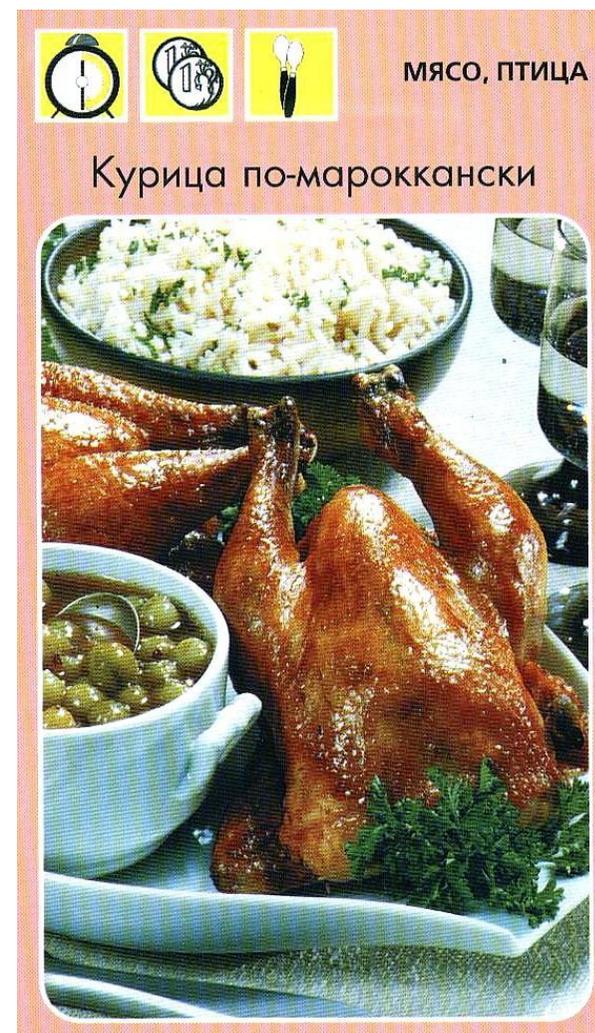
1. Просеянную муку насыпать на стол или разделочную доску холмиком и сделать в нем углубление.
2. В чашку разбить яйцо, смешать с водой и небольшим количеством муки, чтобы получилось жидкое тесто (как для блинов).
3. Жидкое тесто влить в просеянную муку и замесить крутое тесто. Вымешивать до тех пор, пока оно не станет блестящим и не будет приставать к рукам.
4. Из приготовленного теста сделать два колобка, накрыть их полотенцем и отложить на 30 мин.

#### Начинка

5. Говядину и свинину очистить от пленок и сухожилий и тщательно промыть. Репчатый лук очистить и вымыть.
6. Пропустить через мясорубку мясо, репчатый лук, посолить, поперчить, добавить для сочности немного очень холодной воды (молока или сливок) и все тщательно перемешать.

#### Пельмени

7. Раскатать тесто в виде тонкой лепешки и вырезать стаканом кружочки.
8. На середину каждого кружочка положить примерно по 1 ч. ложке начинки, края кружочков теста соединить и защипать.
9. Выложить пельмени на доску, посыпанную мукой. Хранить до варки в прохладном месте.
10. Варить пельмени следует в кипящей подсоленной воде или мясном бульоне 6-8 мин (пока они не всплывут).
11. Подать к столу в бульонной чашке или тарелке с растопленным сливочным маслом и сметаной.



МЯСО, ПТИЦА

### Курица по-мароккански

быстро

дешево

легко

обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

## 62. Курица по-удмуртски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица ..... 1 шт. (около 900 г)  
Сметана ..... 2-3 ст. л.  
Сливочное масло ..... 3 ст. л.  
Чеснок ..... 3-4 зубчика  
Черный перец молотый  
Соль

### Для соуса зырет:

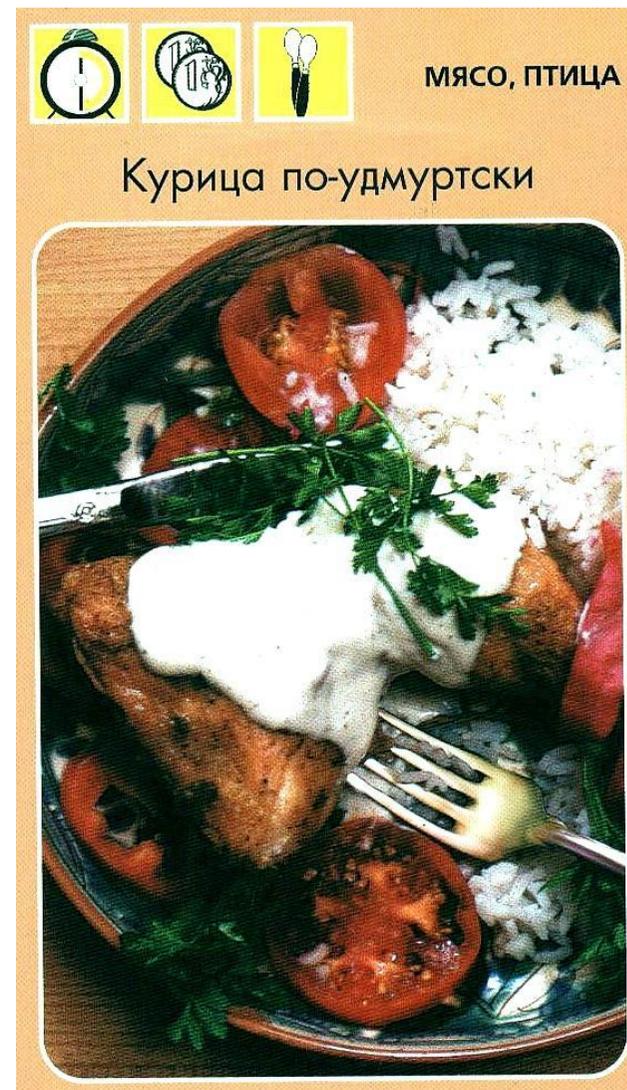
Молоко ..... 1 стакан  
Яйца ..... 4 шт.  
Мука ..... 1 ст. л.  
Сахарный песок. . . 1-2 ч. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Потрошеную курицу вымыть, разрубить вдоль по хребту, оставив целой грудку. Распластать птицу.
2. Затем на 30-40 мин положить тушку под легкий пресс, после этого слегка отбить.
3. Курицу обтереть салфеткой, уложить в низкую, широкую кастрюлю и слегка припустить на сливочном масле, затем снова положить под пресс на 30 мин, посолить, поперчить.
4. Чеснок очистить и порубить. Натереть курицу чесноком, обмазать сметаной и поставить в предварительно разогретую до 200°C духовку.
5. Жарить курицу до готовности (около 1 ч), периодически поливая выделяющимся соком.
6. Готовую курицу разделить на порционные куски, гарнировать отварным рассыпчатым рисом, полить соусом зырет, украсить свежими и маринованными овощами, зеленью или подать отдельно овощной салат.

### Соус зырет

7. Вскипятить 1/2 стакана молока и охладить. В это молоко отбить яйца, добавить муку и взбить. Посолить, всыпать по вкусу сахарный песок. Взбивать массу до исчезновения комочков.
8. Оставшееся молоко вскипятить. В кипящее молоко осторожно ввести подготовленную массу, постоянно помешивая.
9. Когда соус загустеет, снять его с огня и поставить для охлаждения, затем тщательно взбить.



МЯСО, ПТИЦА

### Курица по-удмуртски

быстро

дешево

легко

обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

## 63. Курица с восточным соусом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица ..... 1 шт. (около 900 г)  
Пшеничный хлеб ..... 100 г  
Сыр ..... 60 г  
Сливочное масло ..... 4 ст. л.  
Растительное масло ..... 1 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

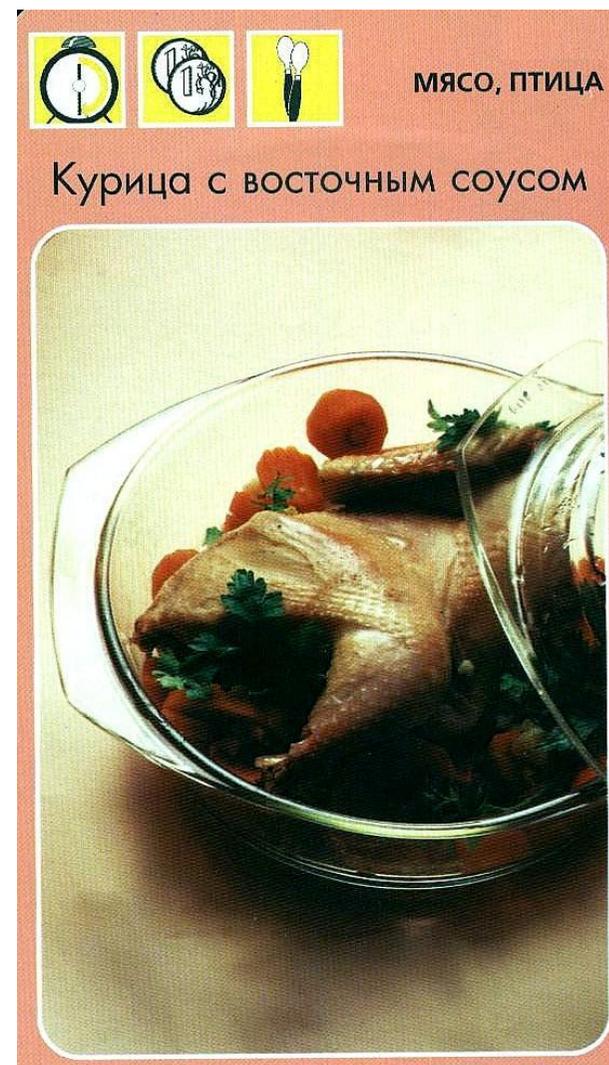
*Для соуса:*  
Грецкие орехи ..... 7 шт.  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Томатный соус ..... 1 стакан  
Петрушка (зелень) ..... 3-4 веточки  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Пшеничный хлеб и сыр нарезать маленькими кубиками.
2. Курицу выпотрошить и промыть. Потроха (печень, желудок, сердце) очистить, мелко порубить.
3. Нафаршировать курицу кубиками хлеба и сыра, сливочным маслом. Положить туда же подготовленные куриные потроха.
4. Зашить курицу ниткой, посолить, поперчить и смазать растительным маслом.
5. Влить в жаровню или глубокую сковороду у 2 стакана горячей воды, положить курицу, поставить в духовку и жарить, периодически поливая вытекающим из птицы соком.
6. Готовую курицу остудить, выложить на блюдо, удалить нитку, украсить маринованными фруктами и соленьями, полить восточным соусом.

#### *Восточный соус*

7. Грецкие орехи очистить от скорлупы и внутренних перегородок. Чеснок очистить. Зелень петрушки промыть, стряхнуть воду и мелко нарезать.
8. Растолочь ядра грецких орехов с зеленью и чесноком, добавить готовый томатный соус, черный молотый перец, соль по вкусу и все тщательно перемешать.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Готовый восточный соус к курице подают также и отдельно в соуснике.

## 64. Курица с черносливом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

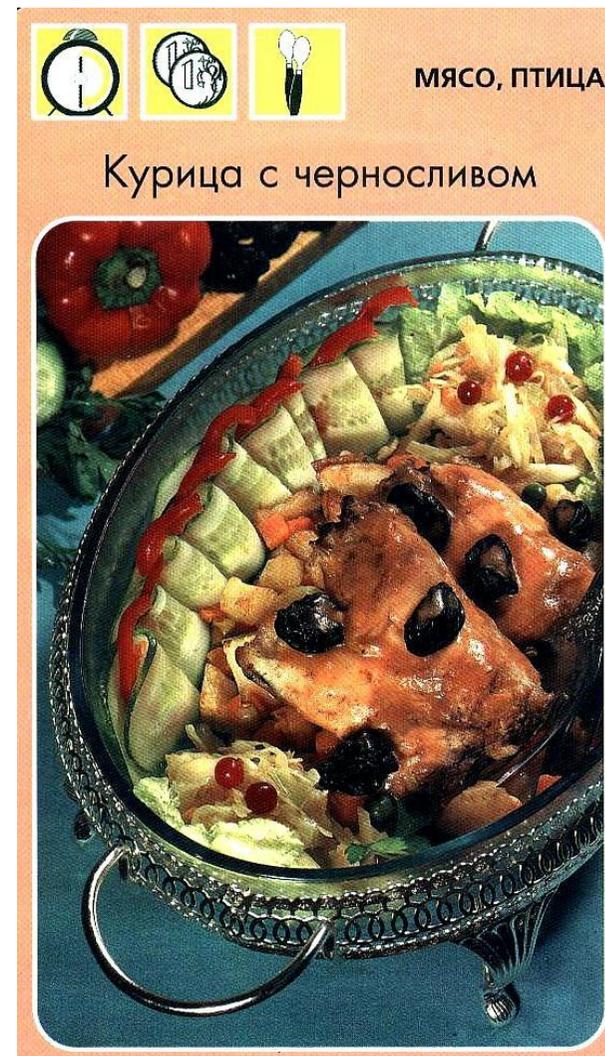
Курица..... 1 шт. (около 900 г)  
Чернослив ..... 1 стакан  
Репчатый лук ..... 2-3 шт.  
Сливочное масло ..... 4 ст. л.  
Мука ..... 1/2 ст.л.  
Томатный сок ..... 1/2 стакана  
Белое сухое вино ..... 1/2 стакана  
Корица (молотая) ..... 1/2 ч. л.  
Сахарный песок ..... 1 ч. л.  
Чеснок ..... 4 зубчика  
Лавровый лист ..... 2 шт.  
Яблочный (или виноградный) уксус ..... 1 ч. л.  
Петрушка (зелень) ..... 3-4 веточки  
Красный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Потрошеную курицу вымыть, нарезать кусками, обжарить на сковороде в масле (2 ст. ложки) до золотистой корочки и сложить в кастрюлю.
2. Приготовить заправку. Для этого репчатый лук очистить, вымыть, нарезать небольшими кусочками, обжарить на сковороде в масле (1 ст. ложка). Добавить томатный сок, сахарный песок, красный молотый перец, корицу и вино.
3. Готовую заправку внести в кастрюлю с курицей и тушить 30 мин.
4. Муку слегка обжарить в масле (1 ст. ложка) и развести яблочным (или виноградным) уксусом.
5. Добавить в кастрюлю промытый чернослив (удалив косточки), подготовленную муку с уксусом, лавровый лист, соль и тушить еще 10-15 мин при слабом нагреве.
6. Чеснок очистить и порубить. Зелень петрушки промыть, дать стечь воде и мелко нарезать.
7. За 1-2 мин до конца тушения добавить в кастрюлю чеснок и зелень. Затем нагревание прекратить и дать кушанью постоять 5-6 мин.
8. Готовую курицу выложить на сервировочное блюдо, полить соусом, образовавшимся при тушении, гарнировать свежими овощами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- По этому рецепту готовят молодую индейку или небольшого гуся.



МЯСО, ПТИЦА

Курица с черносливом



быстро



дешево



легко



обычно



обычно



трудно

## 65. Лагман

### ИНГРЕДИЕНТЫ

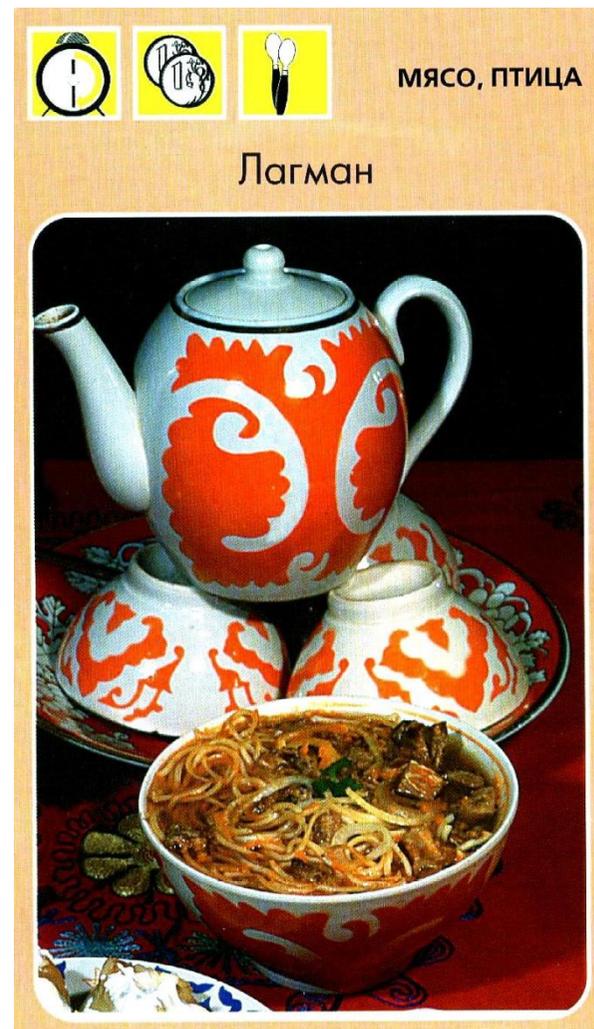
Мука .....	1 стакан
Яйцо .....	1 шт.
Мясо (баранина или говядина) .....	450 г
Репчатый лук .....	1 шт.
Мясной бульон.....	1 ½ стакана
Томатная паста.....	2 ст. л.
Редька (зеленая).....	1 шт.
Перец сладкий. ....	2 шт.
Чеснок .....	2 зубчика
Растительное масло.....	2 ст. л.
Уксус	
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Муку высыпать на доску, сделать в муке углубление, отбить яйцо, посолить и, понемногу подливая воду (около 1/4 стакана), замесить крутое тесто.
2. Тесто тонко раскатать, посыпать мукой и нарезать полосками шириной 5-6 см. Полоски сложить примерно в 6 рядов и, мелко нашинковав, разложить на решето для просушки, после чего отсеять муку.
3. Подготовленную лапшу отварить в кипящей подсоленной воде и, переложив в дуршлаг, промыть холодной водой.
4. Мясо обмыть, очистить от пленок и сухожилий, нарезать тонкими брусочками, посыпать перцем и солью и слегка обжарить на сковороде в разогретом растительном масле.
5. Репчатый лук, редьку и сладкий перец очистить, вымыть, нарезать соломкой, добавить к мясу и продолжить жарку.
6. Чеснок очистить, порубить, положить на сковороду к мясу, внести томатную пасту, влить бульон и варить 20-25 мин.
7. При подаче на стол лапшу разогреть, переложить в пиалы и залить полученным соусом с мясом. Отдельно подать уксус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Разогреть лапшу можно, откинув ее на дуршлаг и погрузив в кипяток.
- Лагман подается к столу и в глубоких тарелках.



МЯСО, ПТИЦА

Лагман



быстро



дешево



легко



обычно



обычно



обычно



долго



дорого



трудно

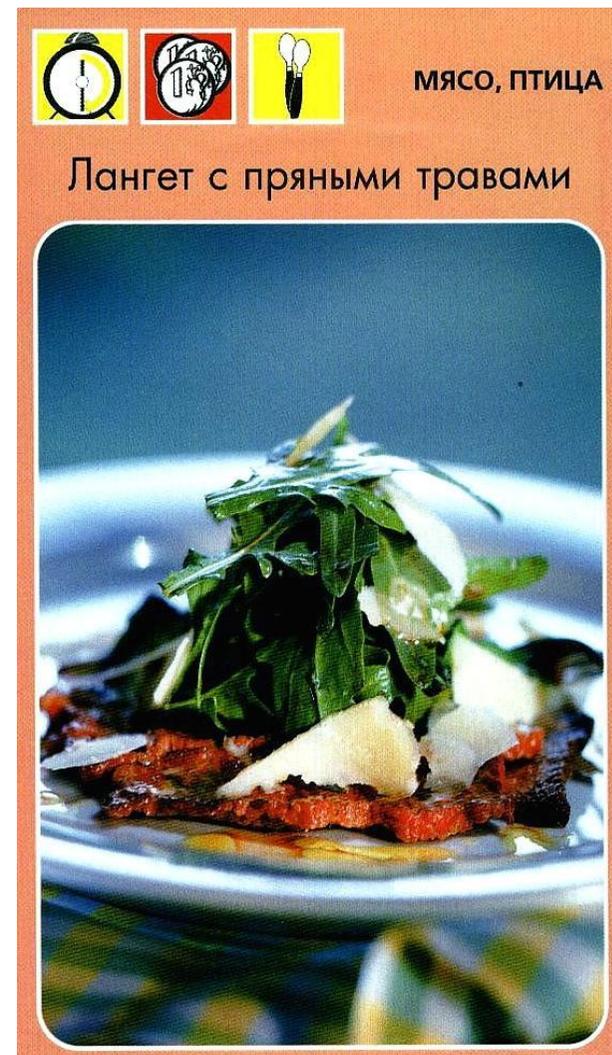
## 66. Лангет с пряными травами

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Вырезка говяжья ..... 600 г  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Петрушка (зелень)..... 1 пучок  
Бasilик..... 5-6 веточки  
Лимон ..... 1 шт.  
Растительное масло ..... 3-4 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Вырезку вымыть, разрезать на 4 ломтя.
2. Каждый ломоть мяса положить в целлофановый пакет и сильно отбить тупой стороной молотка. Посыпать солью и перцем.
3. Чеснок очистить и пропустить через пресс. Лимон вымыть, разрезать пополам и отжать сок.
4. Петрушку и базилик вымыть, удалить толстые стебли, просушить полотенцем, отложить 2-3 веточки базилика для украшения, а остальную зелень мелко нарезать.
5. Смешать 2 ст. ложки растительного масла с чесноком, лимонным соком, измельченной зеленью пряных трав, посолить, поперчить по вкусу.
6. Сильно разогреть сковороду с растительным маслом, выложить на нее мясо и обжарить до образования золотистой корочки.
7. Немного убавить нагрев, перевернуть мясо и смазать его по всей поверхности приготовленной смесью трав.
8. Готовый лангет выложить на блюдо или сервировочные тарелки, а на сковороду подлить несколько ложек бульона или воды и прокипятить. Полученным соком полить мясо.
9. Украсить мясо листочками базилика и свежими овощами.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- В качестве гарнира к лангету с пряными травами подойдет заправленный сливочным маслом зеленый горошек или жареный картофель.

## 67. Луковый клопс

### ИНГРЕДИЕНТЫ

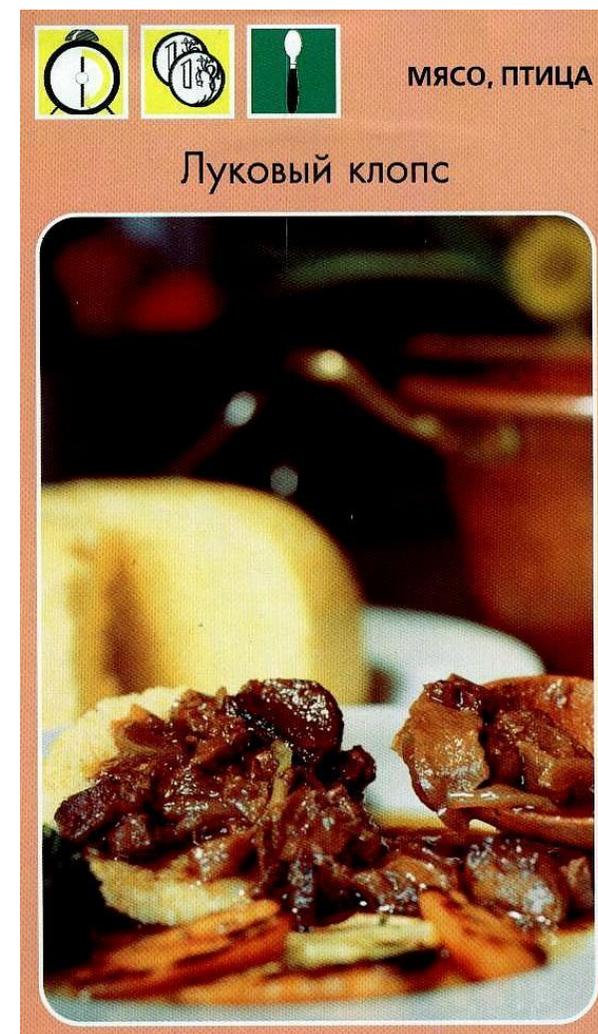
Говядина (мякоть)..... 500 г  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.  
Репчатый лук ..... 3 шт.  
Мука. .... 2 ст. л.

#### Для соуса:

Мука ..... 1 ч. л.  
Бульон ..... 3 ст. л.  
Сливки ..... 1 стакан  
Сливочное масло ..... 1 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мякоть говядины обмыть, очистить от пленок, нарезать на кусочки, отбить каждый, обвалить в муке.
2. Масло растопить на сковороде и обжарить кусочки говядины в кипящем масле до золотистого цвета.
3. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать и обжарить до готовности. Мясо и лук переложить в кастрюлю.
4. Для приготовления соуса прожарить на сковороде муку со сливочным маслом, влить бульон и сливки, посолить и поперчить по вкусу. Довести смесь до кипения и перелить в кастрюлю с мясом и луком.
5. Поставить кастрюлю с луковым клопсом на огонь и при чуть заметном кипении тушить до готовности.
6. К луковому клопсу в качестве гарнира подать жареный или отварной картофель и салат из свежих огурцов и томатов.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Вареный картофель будет особенно вкусным, если добавить в кипяток немного лимонной кислоты.
- Жареный картофель отлично подрумянится, если его предварительно обвалить в муке.

## 68. Льежские антрекоты

### ИНГРЕДИЕНТЫ

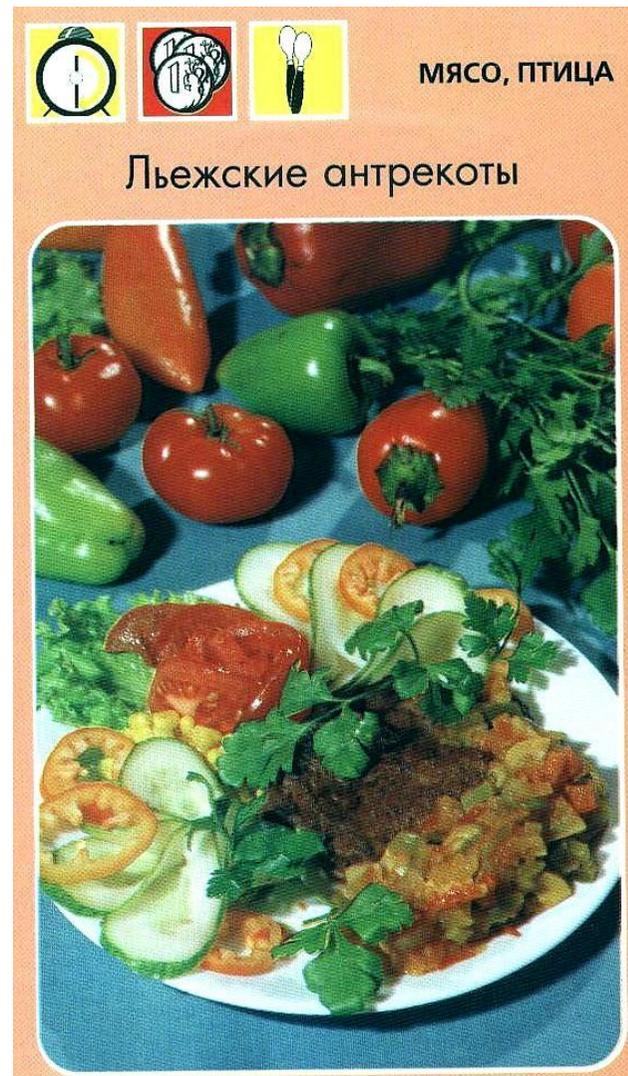
Антрекоты .....	4 шт.
Репчатый лук .....	2 шт.
Томаты .....	3 шт.
Сладкий перец .....	2 шт.
Растительное масло .....	3 ст. л.
Сливочное масло .....	2 ст. л.
Петрушка (зелень) .....	5-6 веточек
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Томаты вымыть, удалить сердцевину и нарезать кубиками. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кусочками.
2. На сковороде разогреть растительное масло и обжарить колечки лука до светло-золотистого цвета. Затем добавить сладкий перец и томаты, тушить 5-7 мин. После чего выложить овощи в отдельную посуду.
3. Антрекоты обмыть, слегка отбить, посыпать солью и молотым перцем. Обжарить мясо в оставшемся после тушения овощей сильно разогретом масле в течение 3 мин с каждой стороны до образования золотистой корочки.
4. Готовые антрекоты выложить на предварительно подогретые тарелки, добавить тушеные овощи.
5. Зелень петрушки промыть и стряхнуть воду.
6. Растопить сливочное масло, полить им антрекоты, украсить зеленью петрушки, кусочками свежих овощей.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- При жарке рекомендуется переворачивать мясо только один раз после того, как одна сторона зарумянилась.
- Антрекоты гарнируют также отварной вермишелью, картофелем, зеленым салатом.



## 69. Манты по-узбекски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина(мякоть) .....	800 г
Мука.....	500 г
Яйцо.....	1 шт.
Репчатый лук.....	3-5 шт.
Растительное масло .....	2 ст. л.
(или курдючное сало). .....	40 г
Сметана .....	6-8 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Жирную баранину обмыть, очистить от пленок и сухожилий и мелко нарубить.
2. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, соединить с бараниной, добавить растительное масло, перец, соль по вкусу и тщательно перемешать. Если есть курдючное сало, то его обмыть и мелко порезать.
3. Муку просеять, насыпать горкой на разделочную доску, сделать в муке углубление, вбить яйцо, добавить теплую воду, соль и замесить крутое тесто.
4. Дать тесту постоять 30 мин, затем раскатать его тонким слоем и нарезать на квадраты размером 10x10 см.
5. Положить на каждый квадрат по 1 ст. ложке фарша (и кусочки сала), соединить кончики квадрата и защипнуть так, чтобы манты приобрели нужную форму.
6. В кастрюлю уложить решетку, налить воды, чтобы она доходила до нижнего края решетки, и поместить на нее манты. Довести воду до кипения и варить манты на пару 45-60 мин.
7. Готовые манты осторожно снять с решетки лопаточкой, выложить на блюдо и облить сметаной. Отдельно подать винный или яблочный уксус, черный перец молотый, зелень, овощи.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- От того, насколько прочно закреплены края мантов, зависит сохранность их формы при варке.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 70. Маринованная телятина

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Телятина (мякоть)..... 800 г  
Растительное масло. .... 4-5 ст. л.  
Кунжут (семена) ..... 4 ст. л.  
Соль

### Для маринада:

Лимон ..... 1 шт.  
Растительное масло..... 5 ст. л.  
Коньяк (или водка) ..... 3 ст. л.  
Набор специй для маринования (любой)..... 1 пакетик  
Красный перец молотый

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

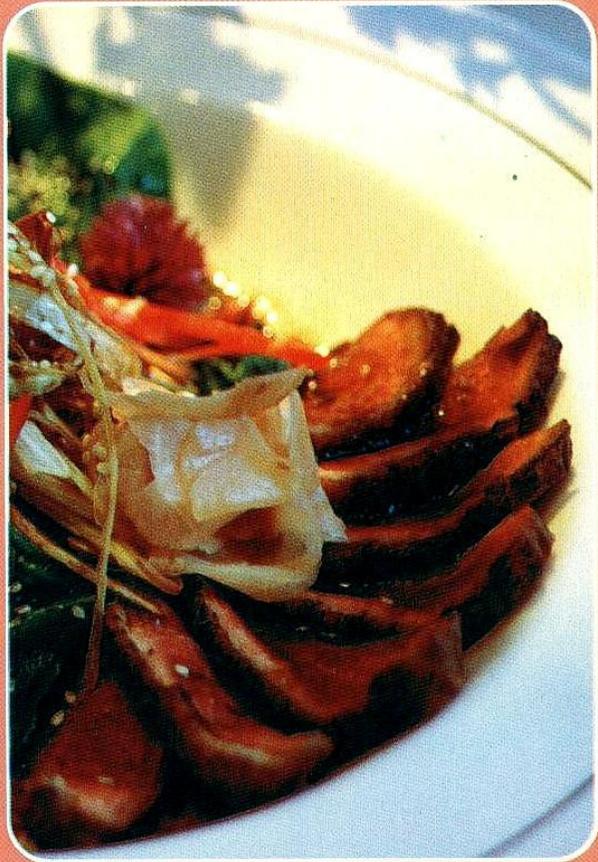
1. Мякоть телятины вымыть, срезать пленки.
2. Для приготовления маринада лимон вымыть, разрезать пополам и отжать сок. Смешать растительное масло, лимонный сок, коньяк (или водку), любую ароматическую смесь специй для маринования и красный молотый перец.
3. Положить мясо на плоское блюдо, смазать маринадом и оставить пропитываться на 1 ч. За это время мясо перевернуть.
4. Телятину слегка отбить, посолить и обжарить на противне, смазанном маслом, в духовке при среднем нагреве до готовности.
5. Готовую телятину порезать на ломтики, выложить на блюдо, полить маслом и мясным соком. Посыпать семенами кунжута, гарнировать свежими и маринованными овощами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Ломтики маринованной телятины можно зажарить и на решетке.
- В таком маринаде готовят также баранину и говядину.

   **МЯСО, ПТИЦА**

### Маринованная телятина



 быстро	 дешево	 легко
 обычно	 обычно	 обычно
 долго	 дорого	 трудно

## 71. Мусака с горшочком

### ИНГРЕДИЕНТЫ

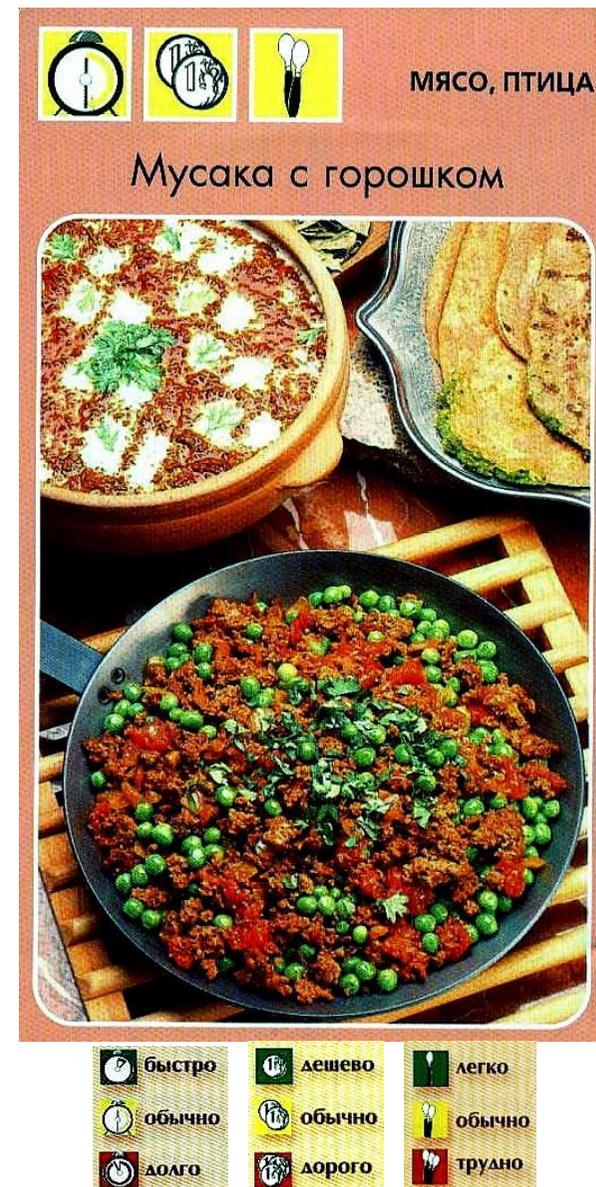
Фарш из баранины . . . . .	600 г
Сливочное масло . . . . .	1-2 ст. л.
Репчатый лук . . . . .	2 шт.
Томаты . . . . .	2-3 шт.
Растительное масло. . . . .	4 ст. л.
Петрушка (зелень) . . . . .	1 пучок
Панировочные сухари . . . . .	5 ст.
Консервированный зеленый горошек . . . . .	250 гр.
Сахарный песок. . . . .	1ч.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Лук очистить, вымыть, мелко порезать. Томаты, зелень петрушки вымыть, нарезать: томаты - кубиками, петрушку - очень мелко.
2. В сковороде разогреть 3 ст. ложки растительного масла и пожарить на нем фарш вместе с луком.
3. Добавить к фаршу 1/2 стакана горячей воды, сахарный песок, перец, соль, перемешать и потушить около 10 мин. Всыпать панировочные сухари (3 ст. ложки) и перемешать.
4. Смазать растительным маслом глубокую сковороду или противень, посыпать панировочными сухарями (около 1 ст. ложки). Уложить слой зеленого горошка с зеленью петрушки, слой томатов, слой фарша, вновь слой горошка с зеленью петрушки. Сверху слегка посыпать панировочными сухарями, сбрызнуть растопленным сливочным маслом.
5. Духовку разогреть до 180°C, поставить сковороду (или противень) с мусакой приблизительно на 1 ч для запекания.
6. При подаче на стол выложить мусаку на подогретое блюдо.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Мусака получится особенно пикантной, если добавить 2-3 баклажана. Их следует очистить и нарезать толстыми кружками, посолить и оставить примерно на 1 ч. Затем сполоснуть кружки баклажанов водой, обсушить, пожарить на растительном масле почти до мягкости и поместить первым слоем на сковороду (или противень) для запекания.



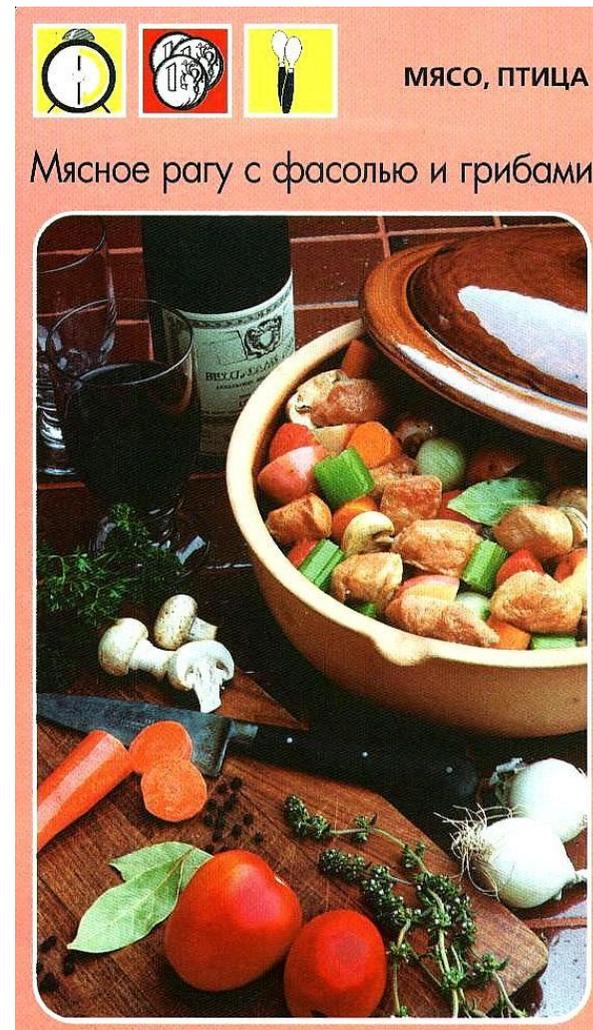
## 72. Мясное рагу с фасолью и грибами

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина (мякоть) ..... 600 г  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Морковь ..... 3 шт.  
Стручковая фасоль. . . . 500 г  
Вода ..... 1-2 стакана  
Грибы (свежие) ..... 300 г.  
Жир ..... 1 ст. л.  
Томатная паста ..... 2 ст. л.  
Мука ..... 2 ч. л.  
Сметана ..... 2 ст. л.  
Яйцо ..... 1 шт.  
Тертый сыр ..... 100 г  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо обмыть, очистить от сухожилий, нарезать кубиками и, выложив в глубокую сковороду, обжарить. К постному мясу добавить жир.
2. Лук мелко нашинковать и потушить вместе с мясом до прозрачности. Подливая воду, продолжать тушить мясо, пока оно не станет полумягким.
3. Порезать морковь на 3 части, а стручки фасоли пополам. Положить овощи в мясо, добавить приправы и не снимать с огня до готовности.
4. Отдельно приготовить грибы. Крупно порезать и тушить в собственном соку или с небольшим количеством жира. Затем заправить томатной пастой, мукой и сметаной, перемешать.
5. Мясо с овощами переложить на блюдо, залить грибной смесью, сверху посыпать тертым сыром.
6. Готовое рагу можно запечь в духовке. Мясо с овощами положить в огнеупорную посуду, сверху — грибы. Запекать 15 мин.



МЯСО, ПТИЦА

Мясное рагу с фасолью и грибами



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- В качестве гарнира к рагу можно подать отварные макароны, рис или салат из свежих овощей.
- Свинину можно заменить бараниной.

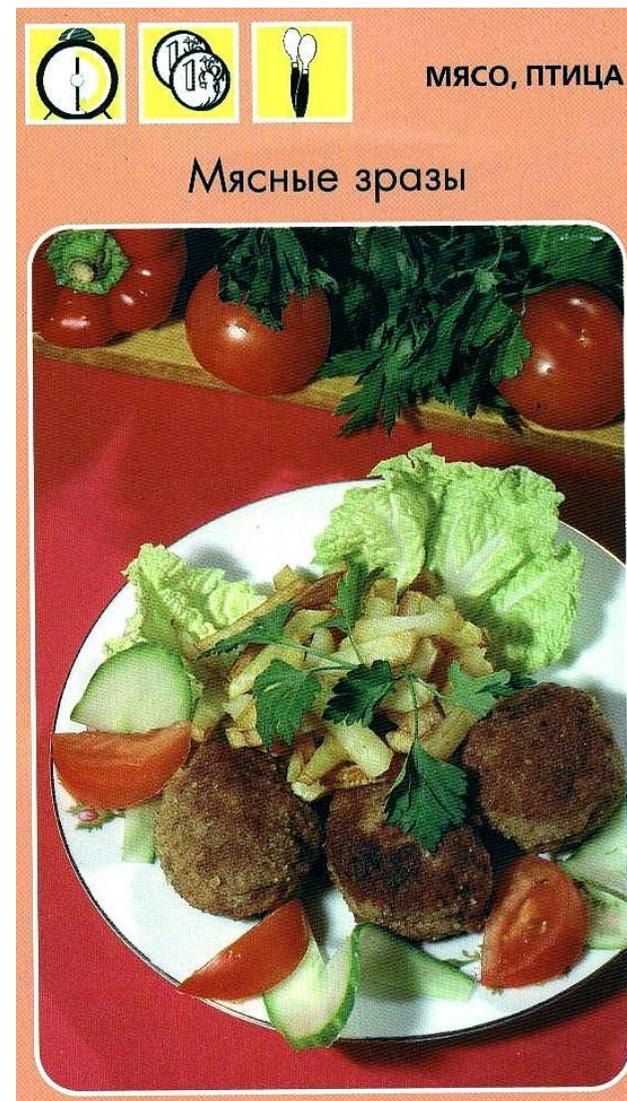
## 73. Мясные зразы

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть).....	600 г
Грибы (сушеные).....	5 шт.
Репчатый лук .....	2 шт.
Шпик .....	150 г
Батон .....	3 куса
Молоко .....	1/3 стакана
Сливочное масло .....	100 г
Яйцо .....	1 шт.
Панировочные сухари. ....	1 стакан
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать и обжарить на сливочном масле. Шпик измельчить.
2. Говядину вымыть, очистить от пленок и сухожилий и вместе со шпиком (100 г) пропустить через мясорубку.
3. Половину обжаренного лука добавить в фарш, посолить, поперчить и еще раз пропустить через мясорубку.
4. Куски батона очистить от корок, размочить в молоке, положить в фарш и, подливая молоко, взбить до пышной консистенции.
5. Грибы промыть, отварить, порубить. Добавить к ним оставшийся измельченный шпик и обжаренный лук, а также горсть панировочных сухарей, соль, перец и тщательно перемешать.
6. Выложить мясной фарш на смоченную водой разделочную доску. Разделить его на небольшие куски, сформовать лепешки. Выложить на них ровным слоем грибную начинку.
7. Края лепешек завернуть конвертиком и придать зразам форму котлеты. Затем обвалить их в яйце и сухарях. Зажарить зразы на сковороде с растопленным маслом (вначале завернутой стороной вниз).
8. Зразы выложить на подогретые тарелки, гарнировать жареным картофелем, украсить свежими томатами, огурцами, листьями салата и веточками петрушки.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Готовность зразы можно определить, надавив на нее ножом. Если сок, который из нее выделился, светлый, значит, кушанье готово.

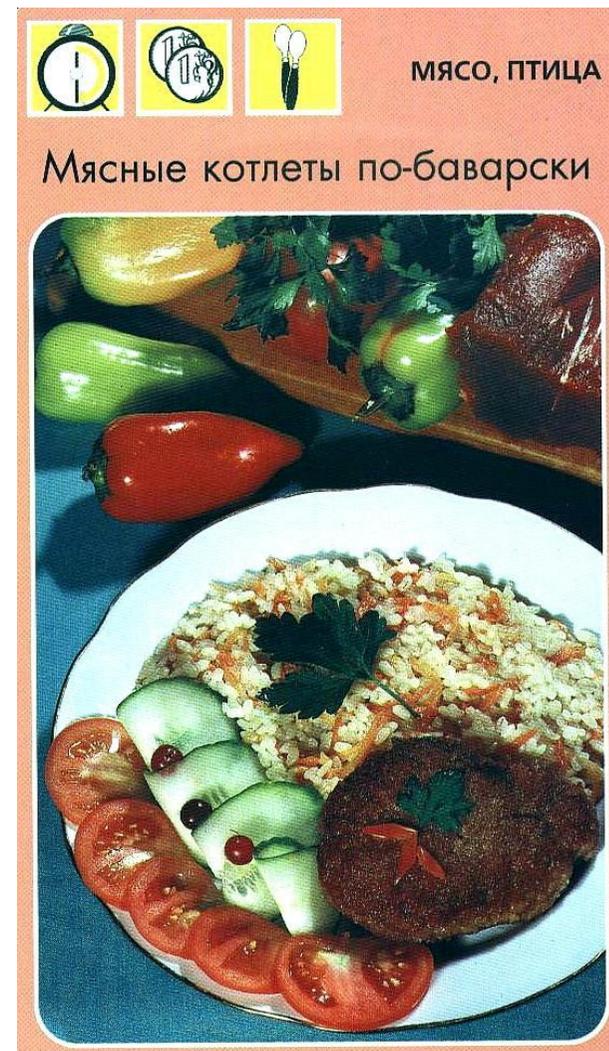
## 74. Мясные котлеты по-баварски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Репчатый лук .....	2 шт.
Сливочное масло .....	4 ст. л.
Молоко .....	2 ст. л.
Рис .....	1 стакан
Панировочные сухари.....	1/2 стакана
Карри. ....	1/2 ч.л.
Морковь .....	2 шт.
Петрушка (зелень) .....	5 веточек
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать маленькими кубиками и спассеровать в сливочном масле (2 ст. ложки).
2. Зелень петрушки промыть, обсушить полотенцем и мелко нарезать.
3. Смешать мясной фарш с половиной подготовленного лука, панировочными сухарями, зеленью петрушки, отбить яйца, влить молоко. Затем посолить и поперчить по вкусу и тщательно перемешать.
4. Сформовать котлеты и обжарить их в масле (2 ст. ложки) по 10 мин со всех сторон при среднем нагреве до образования золотистой корочки.
5. Рис перебрать, промыть и сварить рассыпчатую кашу.
6. Оставшийся обжаренный лук посыпать карри.
7. Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке, смешать с луком и рисом.
8. На сервировочные тарелки выложить мясные котлеты, гарнировать подготовленным рисом с морковью и луком.



МЯСО, ПТИЦА

### Мясные котлеты по-баварски



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Чтобы разнообразить вкус мясных котлет, добавьте к мясному фаршу зерна кукурузы, тушеные цуккини или тертую морковь.
- Пикантность фаршу придадут горчица, каперсы, хрен, стручки перца чили и зелень.

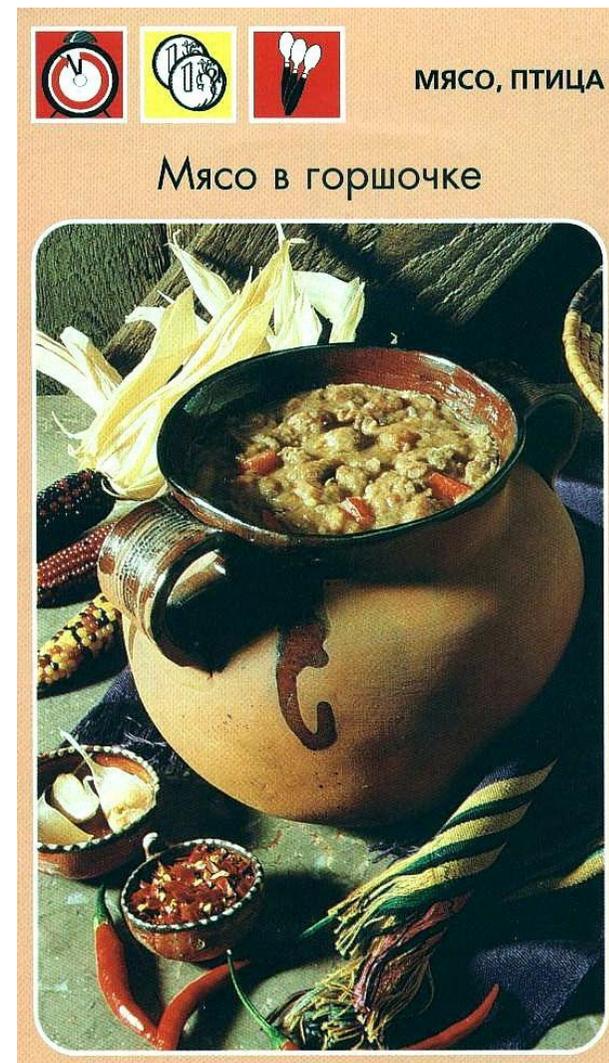
## 75. Мясо в горшочке

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть) .....	700-800 г
Морковь .....	1-2 шт.
Лук репчатый .....	2 шт.
Красная фасоль.....	1 стакан
Картофель .....	700 г
Шпик .....	150 г
Черные молотые сухари .....	2 ст. л.
Петрушка (корень).....	1 шт.
Мясной бульон .....	3 стакана
Сметана .....	300 г
Топленое масло .....	2 ст. л.
Лавровый лист .....	3 шт.
Черный перец горошком .....	4 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Фасоль промыть и замочить в холодной воде на 3-4 ч.
2. Мясо, очищенное от прожилок и пленок, нарезать поперек волокон на куски, слегка отбить и быстро обжарить в сильно разогретом топленом масле на сковороде.
3. Нарезать лук кольцами, коренья - продольными пластинками, шпик - тонкими ломтиками, картофель - крупными кусками.
4. В небольшие порционные горшочки (6 шт.) положить слоями шпик, мясо, фасоль, коренья, лук. Посолить, добавить перец, сухари, лавровый лист и залить мясным бульоном.
5. Горшочки с содержимым поставить на противень, покрыть крышками и поместить в сильно разогретую духовку.
6. Тушить в духовке со средним жаром примерно 2 ч. За 40 мин до готовности добавить картофель, а за 20 мин - сметану (по 2 ст. ложки на каждый горшочек).
7. Готовое мясо подать горячим в горшочках.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- говядину можно заменить бараниной без костей.

## 76. Мясо в соляной корочке

### ИНГРЕДИЕНТЫ

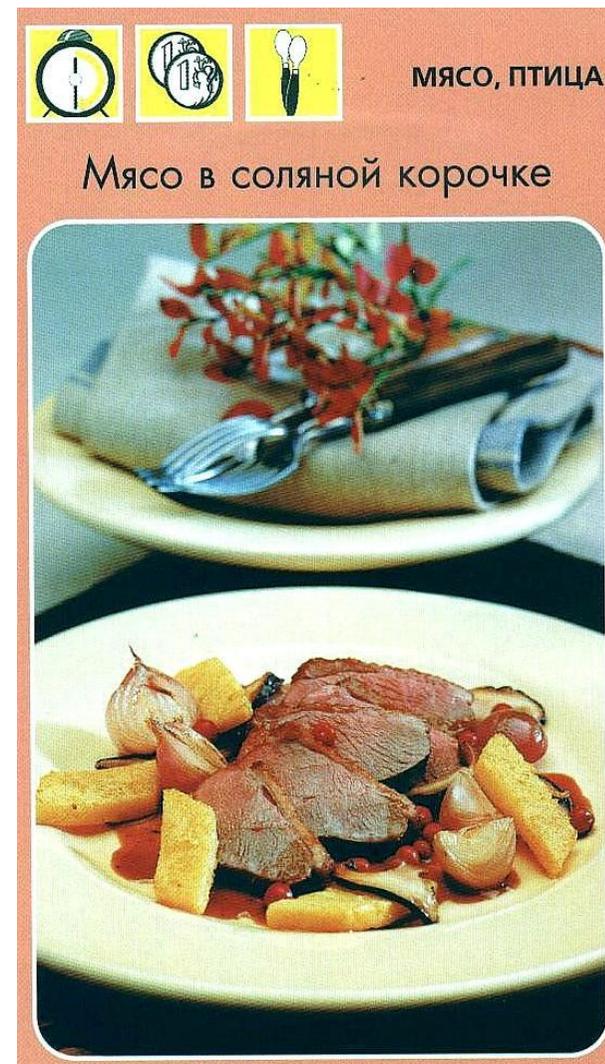
Телятина ..... 800 г  
Мука ..... 1 стакан  
Растительное масло ..... 4ст. л.  
Розмарин ..... 2-3 веточки  
Тимьян ..... 2-3 веточки  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Крупная соль ..... ½ стакана  
Красный перец молотый .... 1 ст. л.  
Черный перец молотый

### Для кизилового соуса:

Кизил ..... 250 г  
Сахарный песок.....1/2 стакана  
Крахмал ..... 1 ч.л.  
Рислинг ..... 2-3 ст. л.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Смешать в миске муку и крупную соль, добавлять холодную воду до тех пор, пока не получится густое тесто. Оставить на 15 мин.
2. Розмарин, тимьян и петрушку промыть, просушить полотенцем, оборвать листики от стеблей и измельчить их.
3. В эмалированной миске смешать красный перец с пряной зеленью, черным перцем и 2 ст. ложками растительного масла.
4. Мясо освободить от пленок, вымыть, обсушить и смазать приготовленной пряной смесью.
5. Раскатать тесто, завернуть в него мясо и аккуратно прижать края.
6. Нагреть духовку до температуры 180°C. Противень смазать оставшимся растительным маслом, положить на него мясо в тесте и запекать в духовке около 40 мин.
7. Готовое мясо достать из духовки, удалить с него образовавшуюся корочку и нарезать ломтиками.
8. Для приготовления кизилового соуса промыть кизил, отложить часть ягод, остальные залить холодной водой (2 стакана) и сварить до мягкости. Отвар слить, а кизил протереть через сито. Кизиловое пюре развести отваром, положить сахарный песок, влить вино и прокипятить 5-7 мин. Крахмал развести холодным отваром, влить в соус и довести до кипения.
9. Выложить ломтики телятины на блюдо или сервировочные тарелки, полить кизиловым соусом, украсить свежими ягодами кизила.



## 77. Мясо по-бразильски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (филей) ..... 1 кг  
Репчатый лук ..... 3 шт.  
Чеснок ..... 3 зубчика  
Сок лайма (или лимона)..... 6 ст. л.  
Оливковое масло . . . . . 4 ст. л.  
Кориандр ..... 4 веточки  
Петрушка (зелень) ..... 2 веточки  
Мята ..... 2 веточки  
Маринованный острый перчик ..... 1-2 шт.  
Уксус ..... 1-2 ст. л.  
Черный перец горошком..... 6-7 шт.  
Красный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо вымыть, очистить от пленок и нарезать порционными кусками.
2. Репчатый лук и чеснок очистить и вымыть. 2 луковицы и 2 зубчика чеснока нарезать кубиками.
3. Смешать лук и чеснок с дробленным черным перцем горошком, половиной сока лайма (или лимона) и 2 ст. ложками оливкового масла. Приправить солью.
4. Веточки кориандра, мяты и петрушки промыть и стряхнуть воду. Мята и 2 веточки кориандра порубить и перемешать с маринадом.
5. Приготовленным маринадом залить мясо в эмалированной миске, закрыть крышкой и оставить для маринования на 12 ч в прохладном месте.
6. Для приготовления перечного соуса оставшийся лук и чеснок измельчить в пюре с 2 ст. ложками оливкового масла и неиспользованной половиной сока лайма (или лимона).
7. Мелко порубить оставшуюся зелень. Острый маринованный перчик нарезать маленькими кусочками. Перемешать рубленую зелень и перчик с луково-чесночным пюре. Соус приправить по вкусу уксусом, солью и красным молотым перцем.
8. Замаринованное мясо слегка отжать и жарить на решетке в течение 20-30 мин.
9. Готовые куски мяса выложить на сервировочные тарелки, гарнировать овощами. Перечный соус в соуснике подать отдельно.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Маринованное мясо можно зажарить на сковороде с антипригарным покрытием, чтобы не добавлять масла.



## 78. Мясо по-венски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (вырезка) ..... 1 кг  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Лавровый лист ..... 1 шт.  
Сельдерей (корень) ..... 1/2 шт.  
Петрушка (корень) ..... 1 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Черный перец горошком ..... 5 шт.  
Морковь ..... 2 шт.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Налить в большую кастрюлю 1 л воды, вскипятить, подсолить ее и добавить перец.
2. Неочищенную крупную луковицу вымыть и разрезать пополам.
3. Вырезку вымыть, зафиксировать нитками, положить в кипящую воду, добавить туда половинки луковицы.
4. Периодически снимать пену в течение первых 20 мин. Затем варить мясо на слабом огне около 1-1,5 ч, не прикрывая крышкой.
5. Морковь, сельдерей и петрушку очистить и вымыть. Морковь разрезать вдоль на 4 части, а затем нашинковать. Сельдерей и петрушку нарезать кубиками.
6. Добавить овощи и лавровый лист к мясу за 30 мин до окончания варки.
7. Готовое мясо достать из кастрюли и нарезать толстыми ломтями.
8. Блюдо подогреть, выложить на него мясо, добавить немного бульона и овощей. Зелень петрушки вымыть, обсушить полотенцем, мелко порезать и посыпать ею мясо.
9. Гарнировать мясо вареным картофелем, запеченным в духовке до золотистой корочки.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Подготовленную вырезку можно просто натереть солью и молотым перцем, запечь в духовке, поливая выделяющимся соком.

**МЯСО, ПТИЦА**

### Мясо по-венски

быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 79. Мясо с сырно-ореховой приправой

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Вырезка ..... 700 г  
Мясной бульон ..... 1 стакан  
Растительное масло. .... 2 ст. л.  
Черный перец свежесмолотый  
Соль

### Для соуса и приправы:

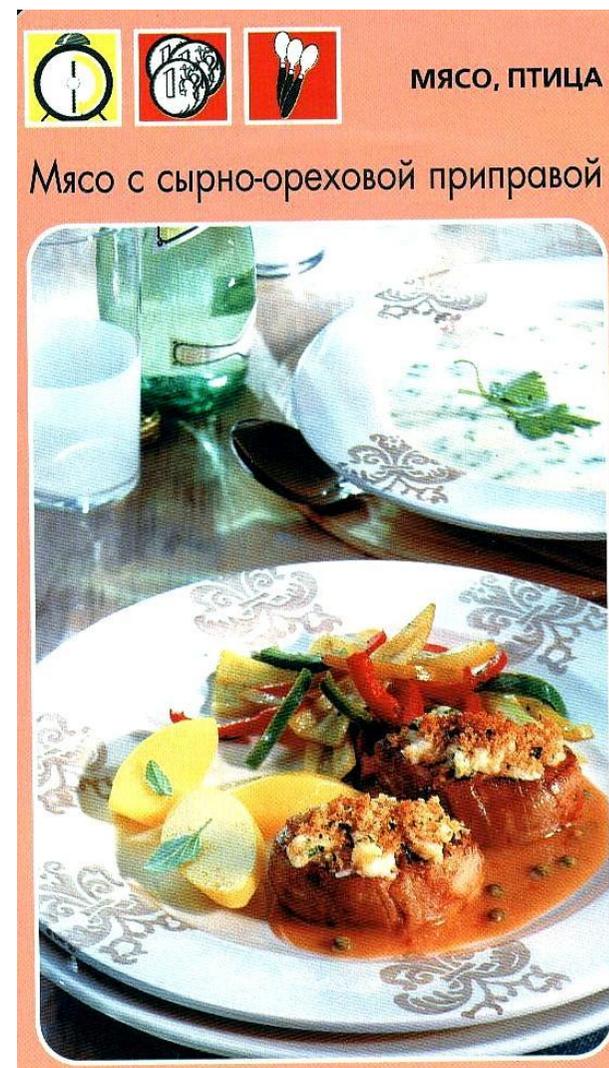
Томатная паста ..... 2 ст. л.  
Мука ..... 1 ч. л.  
Сливочное масло ..... 1 ст. л.  
Фундук (ядра)..... 2 ст. л.  
Овощной отвар..... 3 ст. л.  
Плавленный сыр ..... 200 г  
Апельсин ..... 1 шт.  
Зеленый лук. .... 2-3 перышка  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Вырезку вымыть, нарезать поперек волокон на куски толщиной 2-3 см, слегка отбить, натереть солью и свежесмолотым перцем.
2. Раскалить сковороду с растительным маслом, положить мясо и жарить до полной готовности. Переложить мясо на блюдо, постараться сохранить теплым.
3. Для соуса на сковороду, в которой жарилось мясо, положить томатную пасту и немного выпарить жидкость. Добавить на сковороду муку, развести бульоном, прокипятить 4-5 мин, приправить соус по вкусу солью и молотым перцем.
4. Ядра фундука ошпарить кипятком, очистить от шелухи и измельчить. Плавленный сыр нарезать маленькими кусочками.
5. Растопить на сковороде сливочное масло, добавить измельченные орехи, развести овощным отваром и внести плавленный сыр.
6. Апельсин вымыть, разрезать пополам, выжать сок и влить его в сковороду. Все перемешать, посолить и поперчить по вкусу - приправа готова.
7. Перышки зеленого лука вымыть, нарезать мелкими колечками.
8. Мясо выложить на сервировочные тарелки, полить соусом, покрыть орехово-сырной приправой, посыпать колечками зеленого лука.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Кушанье получается одинаково аппетитным и из говяжьей, и из свиной вырезки.



МЯСО, ПТИЦА

Мясо с сырно-ореховой приправой



обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

## 80. Мясо типа "барбекю"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Мясо (вырезка)..... 800 г  
Лимон..... 1 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Чеснок ..... 4 зубчика  
Красное сухое вино ... .....50 г  
Черный перец молотый  
Соль

#### Для гарнира:

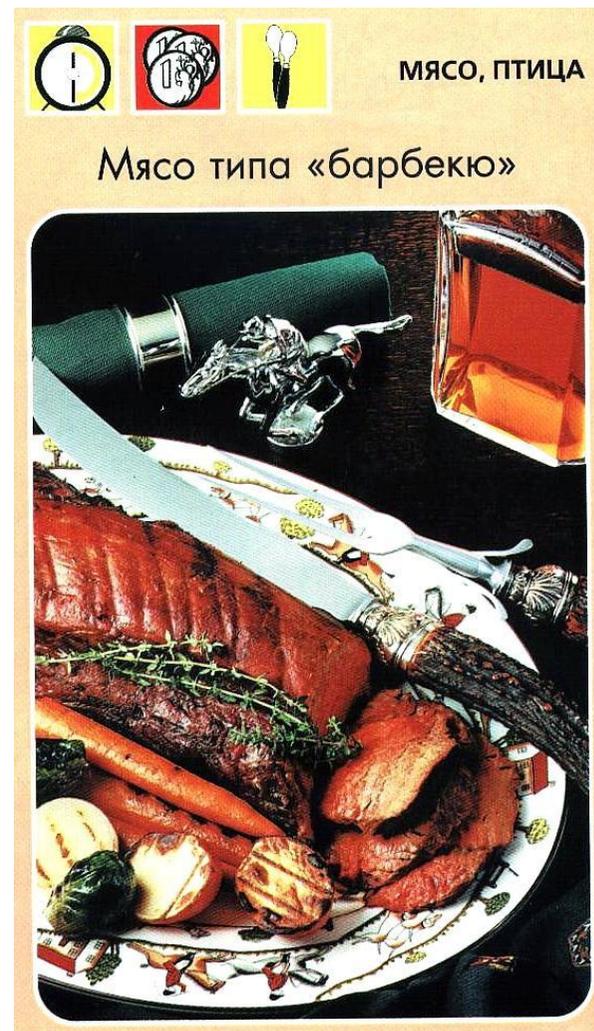
Картофель ..... 4 шт.  
Брюссельская капуста..... 8 кочанчиков  
Морковь (небольшая)..... 4 шт.  
Сливки ..... 1 стакан  
Сыр (твердый)..... 30 г  
Тимьян ..... 2-3 веточки  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Лимон вымыть, разрезать пополам и выжать сок. Луковицу очистить, вымыть и выжать сок. Чеснок очистить и растолочь.
2. Смешать сок лимона и лука, добавить половину чеснока, вино, посолить и поперчить. В этой смеси замариновать мясо и оставить примерно на 2 ч.
3. Подготовленное мясо поджарить при средней температуре на решетке гриля в течение 15-20 мин до желаемой степени готовности.
4. Картофель (клубни средней величины) очистить, вымыть и разрезать пополам. Кочанчики брюссельской капусты срезать с основного стебля, освободить от испорченных листьев, тщательно вымыть и до употребления поместить в холодную воду. Небольшие морковки очистить и вымыть.
5. В низкой кастрюле отварить картофель, капусту и морковь в сливках до полуготовности.
6. Сыр натереть на мелкой терке. Снять кастрюлю с овощами с огня, посолить их, добавить соль, немного сыра, оставшийся толченый чеснок и тщательно перемешать.
7. Смазать сливочным маслом форму для запекания, выложить овощи, сверху присыпать сыром. Поместить форму в духовку и запекать до образования золотистой корочки на картофеле.
8. Готовое мясо выложить на блюдо, рядом поместить запеченные овощи и украсить веточками тимьяна.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Если подготовленные овощи просто отварить в небольшом количестве мясного бульона, то кушанье будет готово быстрее, но получится менее эффективным



### Мясо типа «барбекю»

## 81. Мясо, маринованное с можжевельником

### ИНГРЕДИЕНТЫ

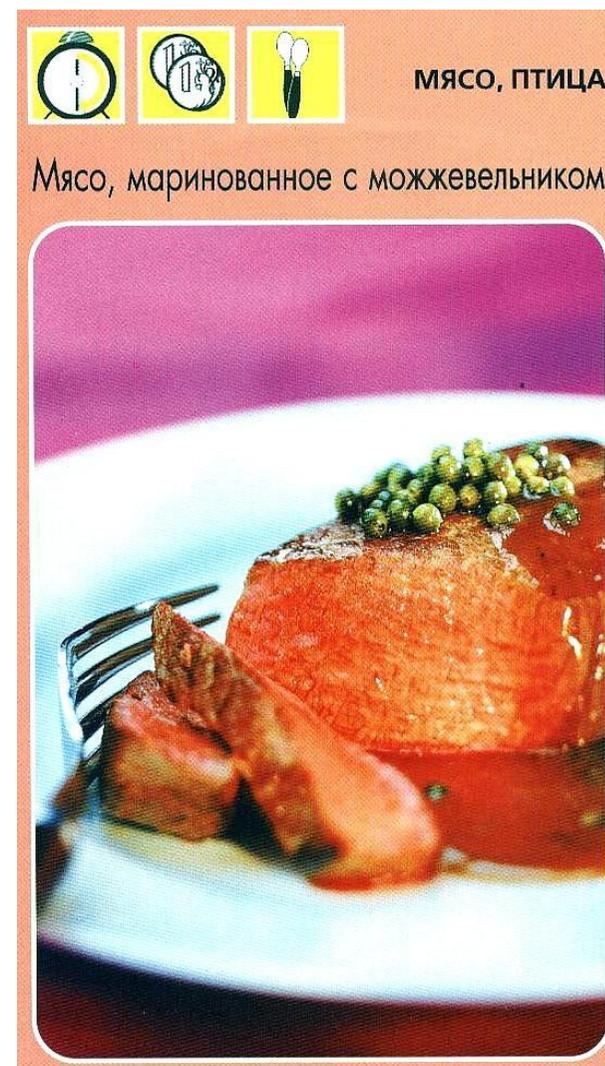
Говяжья вырезка .....	600 г
Репчатый лук .....	1 шт.
Обезжиренное молоко .....	2 стакана
Ягоды можжевельника. ....	8-2 шт.
Лавровый лист. ....	2 шт.
Растительное масло .....	2 ст.л.
Морковь .....	2 шт.
Картофель .....	2 шт.
Сельдерей (корень) . ....	1 шт.
Овощной отвар .....	2 стакана
Черный хлеб.....	2 кусочка
Мед .....	1-2 ст.л.
Сметана .....	1 стакан
Черный перец молотый .....	10 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Вырезку вымыть и обсушить. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.
2. Положить в миску мясо, лук, ягоды можжевельника, лавровый лист и обезжиренное молоко. Накрыть миску крышкой и мариновать мясо 2 дня.
3. Достать мясо из маринада, обсушить, а маринад процедить. Натереть мясо солью и перцем.
4. Разогреть в жаровне (или глубокой сковороде) растительное масло. Обжарить в нем мясо со всех сторон до образования золотистой корочки и вынуть мясо из жаровни.
5. Морковь, картофель и корень сельдерея очистить, вымыть и нарезать. Поджарить овощи в жиру, оставшемся от жаренья мяса.
6. Влить в жаровню с овощами маринад и слегка уварить. Затем переложить в кастрюлю мясо для тушения, туда же влить уваренный маринад.
7. Черный хлеб нарезать маленькими кусочками. Влить в кастрюлю для тушения овощной отвар, добавить раскрошенный хлеб, накрыть крышкой и тушить около 30 мин.
8. Мясо вынуть и постараться сохранить теплым. Из отвара с овощами и хлебом сделать пюре.
9. Влить в пюре мед, сметану и тщательно смешать. Приправить по вкусу черным молотым перцем и солью - соус готов.
10. Мясо выложить на блюдо и полить соусом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Украсить мясо зеленым горошком или подать зеленый горошек со сливочным маслом в качестве гарнира.



МЯСО, ПТИЦА

Мясо, маринованное с можжевельником



быстро

дешево

легко

обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

## 82. "Огненный" стейк

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Мясо (филе) ..... 800 г.  
Чеснок ..... 2-3 зубчика  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Растительное масло ..... 3 ст. л.  
Коньяк ..... 400 мл  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.  
Черный перец горошком ..... 10 шт.  
Соль

#### Для соуса:

Брусника ..... 300 г  
Сахарный песок ..... 1 стакан  
Картофельный крахмал ..... 1 ч. л.  
Белое сухое вино ..... 1/2 стакана  
Корица

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо промыть, зачистить от пленок и сухожилий, нарезать на порции. Каждый стейк надрезать по краю на глубину примерно 2 см перед тем, как жарить, чтобы он сохранил форму.
2. Очистить чеснок, растолочь его с солью и натереть им мясо.
3. Лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Черный перец крупно помолоть в мельнице.
4. Смазать стейк небольшим количеством растительного масла, а остальное - сильно разогреть на сковороде.
5. Посыпать стейк свежемолотым перцем и обжарить с каждой стороны в течение 2 мин. Затем добавить в сковороду лук и, помешивая, обжарить его.
6. Немного подогреть коньяк, например, в пламени свечи, залить им стейк и поджечь.
7. Когда коньяк выгорит, положить на стейк сливочное масло, подождать, пока оно растопится, после чего перевернуть стейк.
8. Готовый стейк положить на подогретую тарелку, гарнировать маринованным чесноком. Отдельно подать брусничный соус.

#### Брусничный соус

9. Бруснику промыть, отложить горсть спелых ягод, остальные залить 2 стаканами холодной воды и сварить до мягкости, после этого отвар слить в отдельную посуду. Бруснику протереть через сито в кастрюлю.
10. Брусничное пюре развести небольшим количеством отвара, положить сахарный песок, корицу, влить вино и прокипятить 5-7 мин.
11. Картофельный крахмал развести 2 ст. ложками холодного отвара, добавить в кастрюлю и, помешивая, довести до кипения. В готовый соус добавить отложенные спелые ягоды брусники.



МЯСО, ПТИЦА

### «Огненный» стейк

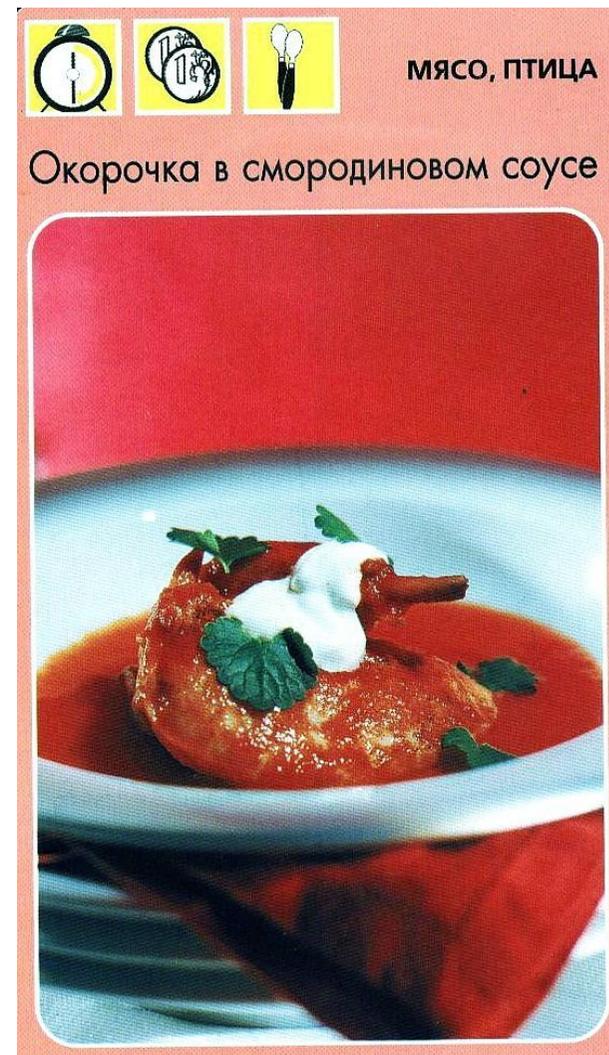
## 83. Окорочка в смородиновом соусе

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Куриные окорочка ..... 6 шт.  
Растительное масло ..... 2 ст. л.  
Портвейн ..... 1 стакан  
Красносмородиновое желе ..... 2 ст. л.  
Майонез ..... 4 ч.л.  
Веточки красной смородины ..... 4 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Куриные окорочка обмыть, вырезать излишки жира, обсушить полотенцем.
2. В сковороде разогреть растительное масло и обжарить куриные окорочка с обеих сторон в течение 10-15 мин (до полной готовности) так, чтобы образовалась румяная корочка.
3. Затем снять окорочка со сковороды и постараться сохранить теплыми.
4. В сковороду, где жарились окорочка, влить портвейн и добавить красносмородиновое желе. Держать сковороду при слабом нагреве, периодически помешивая содержимое, пока красно-смородиновое желе не растворится полностью.
5. Нагрев усилить, чтобы объем соуса несколько уменьшился в результате выкипания лишней жидкости. Приправить по вкусу солью и перцем.
6. Куриные окорочка выложить на 2-3 мин в горячий соус, а затем на сервировочные тарелки. Полить их красносмородиновым соусом, украсить веточками красной смородины, выложить сверху майонез.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Веточки красной смородины можно заменить водяным крессом или любой другой пряной зеленью.
- Так же готовят утиные или гусиные грудки и другую домашнюю птицу

## 84. Оладьи из печени

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Печень (говяжья или телячья)..... 400 г  
Топленое масло ..... 2-3 ст. л.  
Яйцо..... 1 шт.  
Гречневая каша ..... 100-150 г  
Сыр ..... 50 г  
Мука ..... 1 -2 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. С печени тщательно снять пленку, промыть ее и пропустить через мясорубку в эмалированную миску.
2. Добавить к печени топленое масло (1 ст. ложка), желток, соль, перец и хорошо взбить. Ввести взбитый в пену белок и гречневую кашу, аккуратно перемешать.
3. Из приготовленного фарша сформовать оладьи и обвалить их в муке.
4. На сковороде с разогретым топленым маслом выпекать оладьи до легкого подрумянивания при среднем нагреве.
5. Выложить готовые оладьи на блюдо, посыпать тертым сыром, гарнировать овощами и украсить зеленью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Оладьи жарятся очень быстро и должны получиться очень нежными. Их готовность определяется по изменению цвета выпекаемого фарша: цвет станет светлее, но в оладьях должен остаться сок, передержанные оладьи становятся жесткими.
- вместо гречневой каши подойдут измельченные овощи или сыр, натертый на терке.



## 85. Отбивные из мяса ягненка

### ИНГРЕДИЕНТЫ

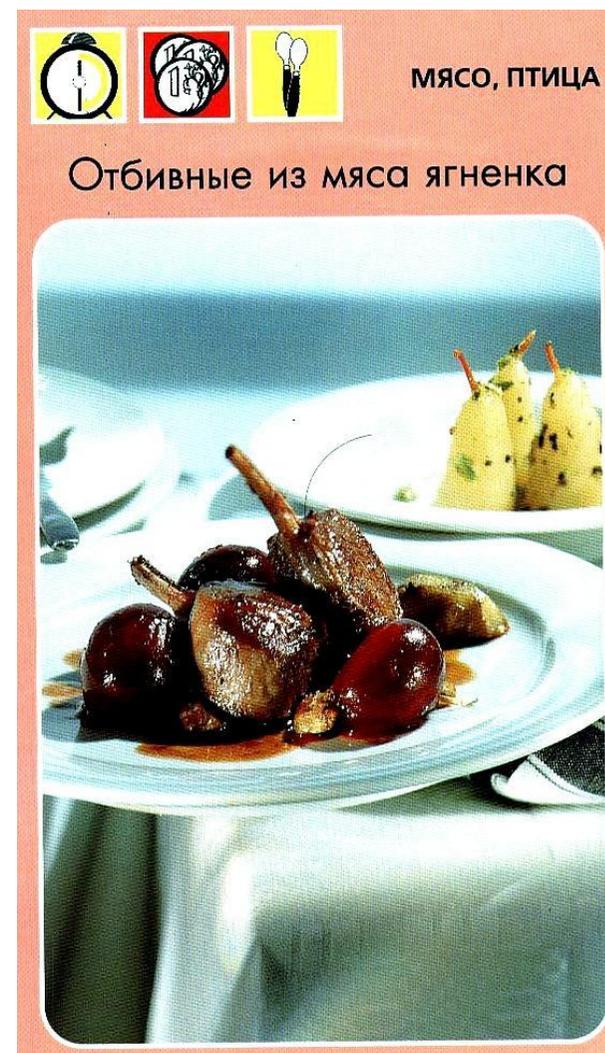
Отбивные из мяса ягненка на косточке ..... 8 шт.  
Репчатый лук..... 1 шт.  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Оливковое масло..... 4 ст. л.  
Растительное масло ..... 1-2 ст. л.  
Консервированные сливы ..... 12 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Отбивные из мяса ягненка на косточке вымыть и обсушить кухонной салфеткой. Несколько раз надрезать слой жира по бокам на каждой отбивной.
2. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко порубить.
3. Чеснок очистить, растолочь, растереть с солью, черным молотым перцем и смешать с оливковым маслом и луком.
4. Приготовленной смесью намазать отбивные. Сложить их в посуду, накрыть пищевой пленкой и поставить в холодильник на 3 ч.
5. Разогреть жаровню с растительным маслом и обжарить отбивные с двух сторон до образования румяной корочки.
6. Слить в жаровню сок из банки с консервированными сливами (примерно 1 стакан). Закрыть жаровню крышкой, уменьшить нагрев и тушить до готовности мяса.
7. Готовые отбивные выложить на сервировочные тарелки, украсить консервированными сливами, полить соусом, образовавшимся при тушении.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- К отбивным из мяса ягненка в качестве гарнира подают тушеные овощи или капусту, картофельное пюре.
- Ароматные и нежные отбивные на косточке получаются из мяса козленка.



## 86. Отварная курица

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица ..... 1 шт. (900 г)  
Морковь ..... 1 шт.  
Петрушка (корень) ..... 1 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 1 пучок  
Соль

#### Для соуса:

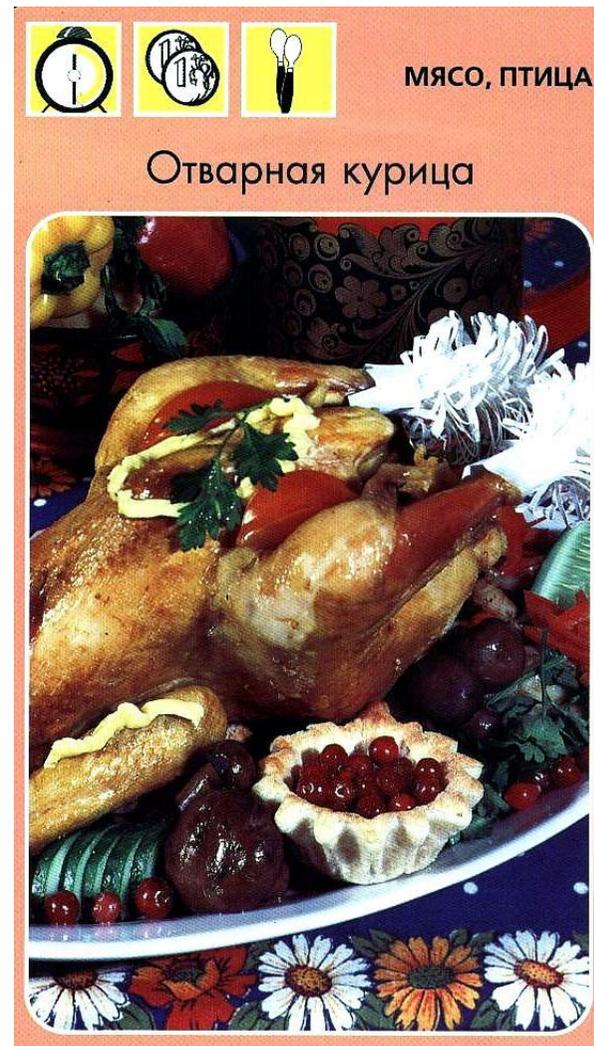
Мука..... 2 ст. л.  
Сливочное масло. .... 3-4 ст. л.  
Лимонный сок ..... 1 ч. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Тушку курицы выпотрошить и тщательно промыть. Разрезать кожу на брюшине тушки и вставить в разрезы концы ножек, а крылышки подвернуть за спину.
2. Подготовленную тушку положить в кастрюлю, залить водой с таким расчетом, чтобы вода ее только прикрывала. Довести до кипения и закрыть кастрюлю крышкой.
3. Варить курицу при слабом кипении, периодически снимая с бульона образующуюся пену.
4. Корень петрушки, морковь и репчатый лук очистить и вымыть. Зелень петрушки промыть и связать в пучок.
5. Когда курица сварится до полуготовности (через 30-40 мин), положить в бульон подготовленные коренья, пучок зелени, соль, закрыть посуду крышкой и продолжать варить курицу при слабом кипении до готовности (еще 30-40 мин).
6. Сваренную курицу вынуть из бульона, выложить на блюдо, полить соусом, гарнировать свежими или маринованными огурчиками, томатами, клюквой или моченой брусникой, маринованным виноградом.

#### Соус

7. На сковороде растопить 2 ст. ложки сливочного масла и пожарить муку до золотистого цвета.
8. Влить 2 стакана процеженного куриного бульона, размешать и поварить 7-10 мин.
9. Соус процедить, прибавить лимонный сок, остальное сливочное масло и тщательно размешать.



## 87. Отварное мясо

### ИНГРЕДИЕНТЫ

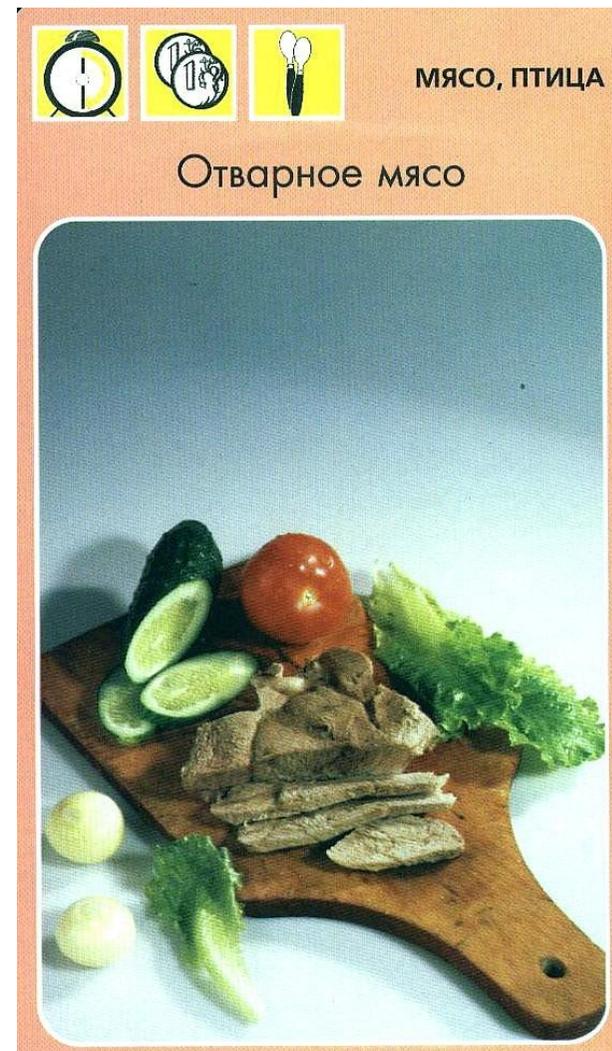
Говядина (мякоть).....	700 г
Репчатый лук .....	2 шт.
Морковь .....	1 шт.
Томат .....	1 шт.
Огурец .....	1 шт.
Листья салата .....	3-4 шт.
Лавровый лист .....	2 шт.
Душистый перец горошком.....	3-5 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук и морковь очистить и вымыть. Томат, огурец и листья салата вымыть.
2. Мякоть говядины очистить от пленок и сухожилий и положить в кастрюлю.
3. Залить кусок мяса кипящей водой настолько, чтобы вода только покрывала его. Закрывать кастрюлю крышкой и довести воду до кипения. Снять образовавшуюся пену.
4. Добавить в кастрюлю лук и морковь, после закипания нагрев уменьшить. Варить мясо 1,5-2 ч под крышкой при небольшом нагреве.
5. За 30 мин до окончания варки внести в кастрюлю лавровый лист, душистый перец и соль.
6. Готовое мясо достать из бульона, выложить на блюдо, гарнировать томатом, огурцом, листьями салата. Отдельно подать любой соус, рекомендованный к мясу.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Вместе с луком и морковью для усиления вкуса вносят на выбор: корень и зелень петрушки, гвоздику, зелень сельдерея, кусочек острого перчика, дольки репы.
- Бульон после варки мяса подойдет для изготовления соусов и первых блюд.



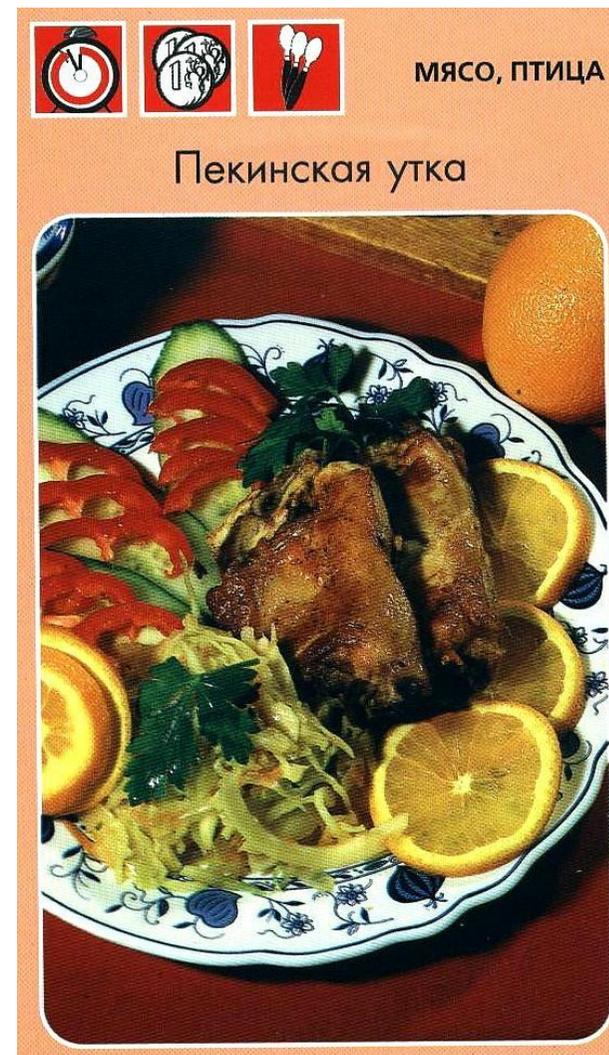
## 88. Пекинская утка

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Утка ..... 1 шт. (около 2 кг)  
Сахарный песок..... 2 ст. л.  
Лук-шалот ..... 2 шт.  
Лук-порей ..... 4 шт.  
Мука ..... 1/2 стакана  
Растительное масло. .... 2 ст.л.  
Соевый соус. .... 3 ст. л.  
Соль.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Потрошеную утку промыть и заправить ножки в «кармашки», а крылышки подогнуть к спинке.
2. Сахарный песок растворить в небольшом количестве воды и полить утку.
3. Лук-шалот и лук-порей очистить, вымыть, нарезать луковички кубиками и положить внутрь утки. Закрывать отверстие, сколов его деревянными палочками, и повесить утку на 12 ч.
4. Разогреть духовку до 180°C. Утку смазать маслом и положить на решетку спинкой вниз, подставить сковородку для жира и готовить в течение 1 ч.
5. Через 30 мин после начала готовки утку перевернуть. Через 45 мин поднять температуру до 220°C и жарить птицу еще 10-20 мин.
6. Смешать муку с солью и 1/2 стакана горячей воды. Замесить тесто и раскатать его до толщины 0,5 см. Разделить пласт на небольшие кусочки и приготовить оладьи на пару в течение 20 мин.
7. Разрезать готовую утку на куски - мясо должно быть с хрустящей корочкой.
8. На блюдо или сервировочные тарелки положить оладьи, на них разместить куски утки, украсить луком и полить соевым соусом.
9. Гарнировать и украсить утку по своему вкусу, например свежими овощами, зеленью, кружочками апельсина.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Предлагаемый способ приготовления пекинской утки значительно упрощен и, конечно, отличается от китайского традиционного, который неосуществим в домашних условиях.

## 89. Пельмени старорусские

### ИНГРЕДИЕНТЫ

#### Для теста:

Мука..... 1 ½ стакана  
Яйцо. .... 1 шт.  
Вода ..... 2 ½ ст. л.  
Соль

#### Для фарша:

Говядина (мякоть) . . . . . 200 г  
Свинина (мякоть)..... 200 г  
Репчатый лук. .... 1 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

#### Тесто

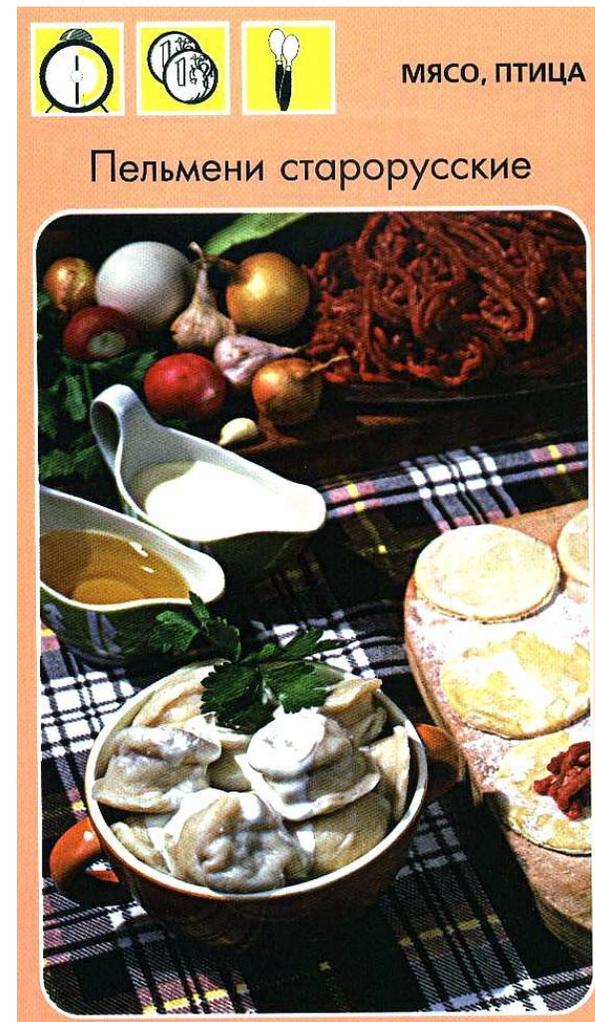
1. Просеянную муку насыпать на стол или разделочную доску холмиком и сделать в нем углубление.
2. В чашку разбить яйцо, смешать с водой и небольшим количеством муки, чтобы получилось жидкое тесто (как для блинов).
3. Жидкое тесто влить в просеянную муку и замесить крутое тесто. Вымешивать до тех пор, пока оно не станет блестящим и не будет приставать к рукам.
4. Из приготовленного теста сделать два колобка, накрыть их полотенцем и отложить на 30 мин.

#### Начинка

5. Говядину и свинину очистить от пленок и сухожилий и тщательно промыть. Репчатый лук очистить и вымыть.
6. Пропустить через мясорубку мясо, репчатый лук, посолить, поперчить, добавить для сочности немного очень холодной воды (молока или сливок) и все тщательно перемешать.

#### Пельмени

7. Раскатать тесто в виде тонкой лепешки и вырезать стаканом кружочки.
8. На середину каждого кружочка положить примерно по 1 ч. ложке начинки, края кружочков теста соединить и защипать.
9. Выложить пельмени на доску, посыпанную мукой. Хранить до варки в прохладном месте.
10. Варить пельмени следует в кипящей подсоленной воде или мясном бульоне 6-8 мин (пока они не всплывут).
11. Подать к столу в бульонной чашке или тарелке с растопленным сливочным маслом и сметаной.



Пельмени старорусские



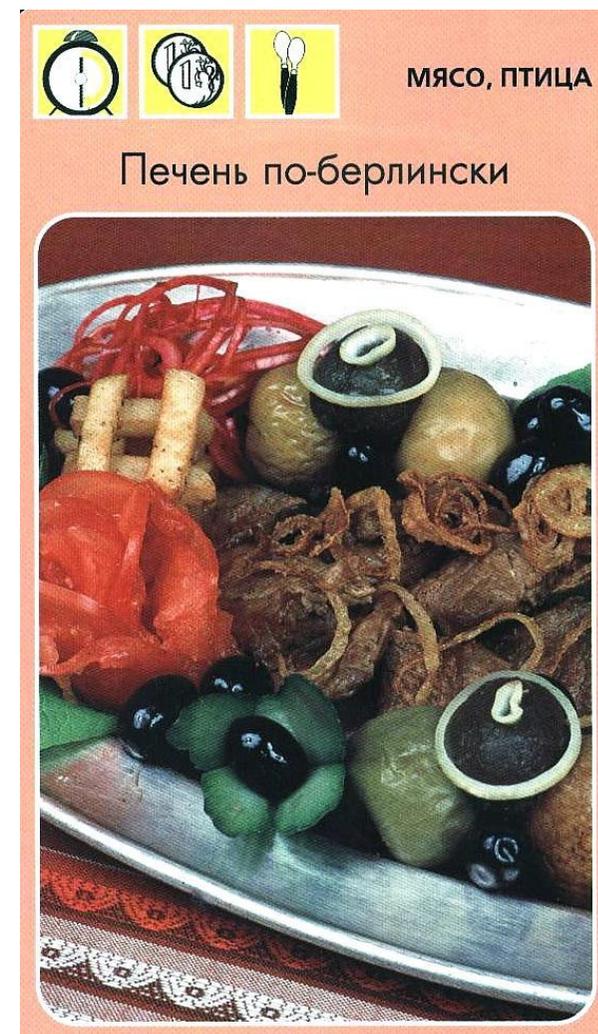
## 90. Печень по-берлински

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Печень телячья .....	600 г
Репчатый лук.....	3-4 шт.
Яблоки .....	2 шт.
Мука .....	3 ст. л.
Сливочное масло. ....	2-3 ст. л.
Белый (или черный) перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Печень вымыть, обсушить салфеткой, зачистить от пленок, удалить желчные протоки, нарезать порционными кусками.
2. Смешать муку (2 ст. ложки) с перцем и солью по вкусу. Обвалять в этой муке куски печени.
3. Разогреть на сковороде половину сливочного масла и обжарить в нем подготовленную печень за 6-8 мин с обеих сторон. Уложить куски печени на подогретое блюдо и поставить в теплое место.
4. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать колечками. Яблоки вымыть, удалить из них сердцевину и нарезать дольками.
5. Растопить в сковороде оставшееся сливочное масло, обжарить яблоки с обеих сторон и вынуть их. Лук обвалять в муке (1 ст. ложка). Обжарить его в этой же сковороде и смешать с дольками яблок.
6. Готовую печень положить на подогретые порционные тарелки и покрыть дольками яблок и колечками лука. Вокруг выложить маринованные овощи, жареный картофель, маслины и т.д.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- С печенью по-берлински можно подать также картофельное пюре и любой овощной салат.

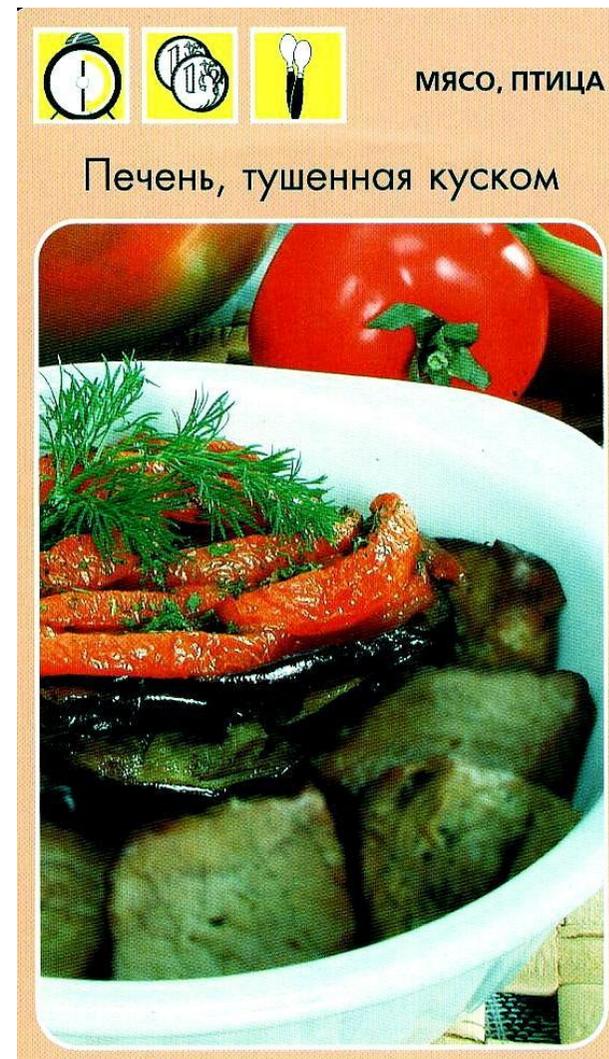
## 91. Печень, тушенная куском

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Печень .....	600-800 г
Сало .....	50 г
Сливочное масло .....	2 ст. л.
Мука. ....	1 ст. л.
Белое сухое вино. ....	1 стакан
Репчатый лук .....	1 шт.
Лавровый лист. ....	1 шт.
Душистый перец горошком .....	2-3 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Печень вымыть, удалить протоки и пленку, нашпиговать кусочками мелко порезанного сала. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать.
2. В глубокой сковороде разогреть сливочное масло и поджарить в нем нарезанный репчатый лук. Затем лук удалить.
3. В эту же сковороду с маслом положить подготовленную печень, обжарить со всех сторон и вынуть ее в другую посуду.
4. В сковороду всыпать муку, влить вино, добавить душистый перец, лавровый лист, соль. Все перемешать и положить в полученный соус печень.
5. Накрыть сковороду крышкой и тушить печень при слабом нагреве около 2 ч, периодически переворачивая.
6. Готовую печень порезать на куски, выложить на блюдо и полить полученным при тушении соусом.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- при подаче к столу сверху печени можно разместить тушеные или жареные овощи.

## 92. Поджарка

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть)..... 700 г  
Растительное масло. .... 2 ст. л.  
Репчатый лук ..... 1-2 шт.  
Лавровый лист. .... 1-2 шт.  
Соль

### Для соуса:

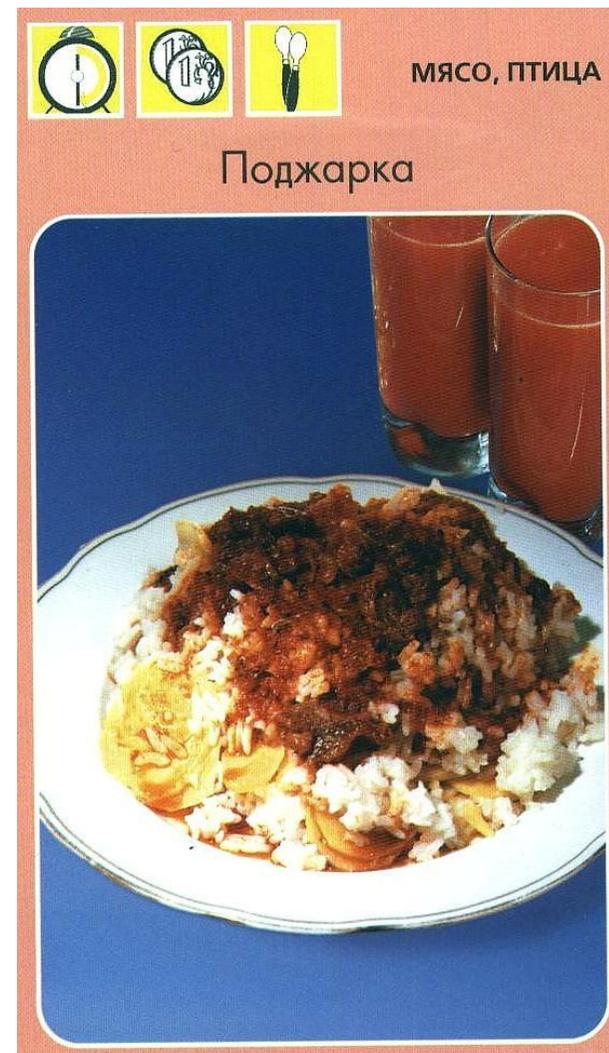
Мясной бульон. . .... 2 стакана  
Растительное масло..... 2 ст. л.  
Мука. .... 1 ст. л.  
Кетчуп ..... 2 ст. л.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Морковь ..... 1 шт.  
Петрушка (корень) ..... 1 шт.  
Сахарный песок..... 1 ч. л.  
Черный перец горошком..... 2-3 шт.  
Сливочное масло ..... 1 ст. л.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Для приготовления соуса лук и коренья очистить, вымыть, мелко нарезать, пассеровать до светло-золотистого цвета, добавить кетчуп (1 ст. ложку) и жарить еще 3-5 мин.
2. Отдельно пассеровать на масле муку до светло-коричневого цвета и охладить ее.
3. В кастрюле нагреть бульон, добавить муку и размешать.
4. Положить в кастрюлю с бульоном пассерованные коренья, сахарный песок, черный перец горошком и варить при слабом кипении, периодически помешивая, 40-50 мин.
5. Затем соус процедить через частое сито, протереть овощи, добавить кетчуп и кипятить еще 5-7 мин. Положить сливочное масло - соус готов.
6. Мясо вымыть, нарезать тонкими широкими кусками, слегка отбить, нарезать на полосы, а полосы - на продолговатые кусочки.
7. Разогреть сковороду с растительным маслом и обжарить кусочки мяса до образования поджаристой корочки.
8. Затем переложить мясо в низкую широкую кастрюлю, добавить соль, лавровый лист, приготовленный соус. Закрыть посуду крышкой и мясо тушить 20-30 мин при слабом нагреве.
9. Репчатый лук очистить, вымыть и нашинковать. Готовую поджарку выложить горкой на тарелку или блюдо вместе с соусом и луком.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- На гарнир подать жареный или отварной картофель, отварные макароны, рассыпчатый рис, фасоль и т. д.



## 93. Поросенок жареный

### ИНГРЕДИЕНТЫ

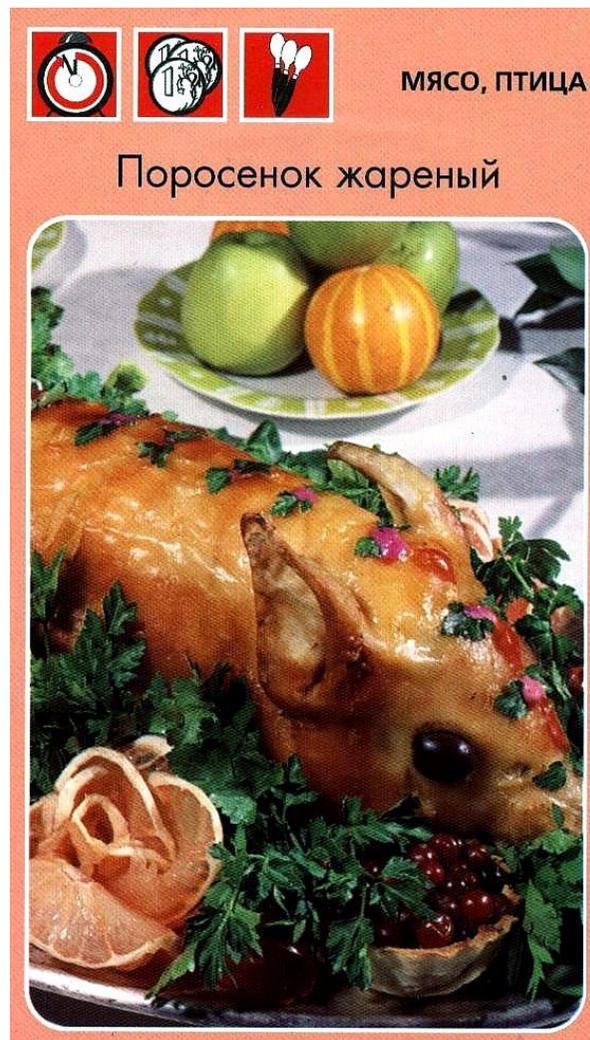
Молочный поросенок .....	1 шт.
Сметана .....	1/3 стакана
Гречневая крупа .....	1 стакан
Репчатый лук .....	2 шт.
Яйца .....	2-3 шт.
Картофель .....	1 шт.
Сливочное масло .....	2-3 ст. л.
Соль	

### Для украшения:

Петрушка (зелень) .....	2 пучка
Огурцы .....	2 шт.
Яблоки (или апельсины) .....	2 шт.
Клюква (или брусника) моченая.....	1/2 стакана
Чернослив .....	2 шт.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Подготовить молочного поросенка целиком, не отрезая головы. Промыть его холодной водой, слегка надрубить изнутри тазовую кость и позвоночник в области шеи. Тушку обсушить и натереть солью внутри и снаружи.
2. Сварить на воде рассыпчатую гречневую кашу. Слегка поджарить ее на сковороде с маслом и соединить с мелко нарезанным поджаренным луком. Добавить сваренные вкрутую рубленые яйца, перемешать.
3. Начинить подготовленной кашей сырого поросенка, зашить крепкими нитками, положить на противень спиной вверх, подложить сырую картофелину под нижнюю челюсть.
4. Смазать поросенка сметаной, подлить на противень 1/2 стакана горячей воды и поставить в разогретую до 200-220Х духовку на 2-2,5 ч. Жарить до подрумянивания, затем снизить температуру до 170°С и довести до готовности.
5. В процессе жарки периодически поливать поросенка вытапливающимся жиром.
6. Готового поросенка вынуть из духовки, снять нитки и выбрать начинку. Перед подачей на стол поросенка лучше разрубить вдоль на две части, предварительно отрезав голову. Затем каждую половинку разрезать поперек на порционные куски.
7. На подогретое овальное блюдо положить подогретую начинку из гречневой каши. Сверху уложить голову и куски поросенка в виде целой тушки, облить жиром, полученным при жарении. Украсить листьями и веточками петрушки, корзиночками из огурцов и яблок (или апельсинов) с ягодами клюквы (или брусники). В глазницы вставить чернослив.



## 94. Почки пикантные

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Почки ..... 600-800 г  
Мука ..... 2 ст. л.  
Бульон ..... 1/2 стакан  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Сливочное масло ..... 3 ст. л.  
Шампиньоны ..... 4-5 шт.  
Укроп ..... 4-5 веточек  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Почки вымыть, разрезать пополам, удалить кожицу, жир, жилы, обтереть, нарезать кусочками и бланшировать около 5 мин в кипящей воде.
2. Репчатый лук и шампиньоны очистить, вымыть, мелко порезать.
3. В глубокой сковороде разогреть сливочное масло и обжарить в нем подготовленные почки. Затем посыпать их мукой и посолить.
4. Добавить подготовленные лук и грибы, влить бульон, накрыть сковороду крышкой и тушить почки при слабом нагреве около 2 ч.
5. Выложить кушанье на блюдо, украсить веточками укропа. Отдельно подать салат из сладкого перца.



МЯСО, ПТИЦА

Почки пикантные



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Оригинальный вкус тушеных почек станет более выраженным, если при тушении добавить 2-3 ст. ложки мадеры

## 95. "Праздничная корона"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

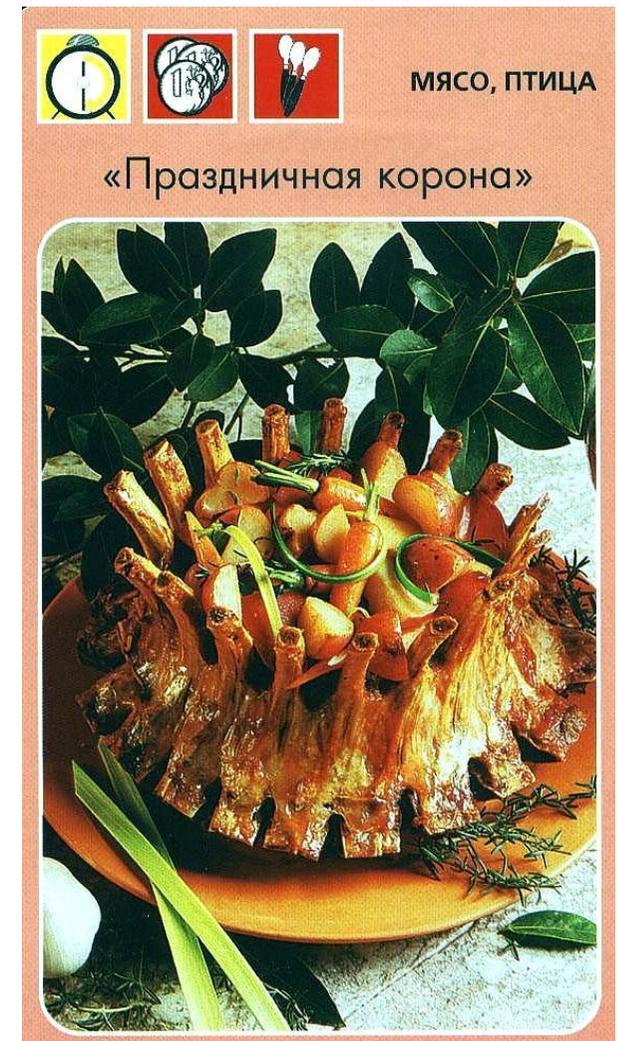
Баранина ..... 2 коронки по 6-8 косточек  
Растительное масло ..... 1-2 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

#### Для начинки:

Картофель ..... 4 шт.  
Репчатый лук ..... 1 -2 шт.  
Морковь (мелкая) . . . . . 3-4 шт.  
Томаты ..... 2 шт.  
Чеснок (перья и стрелки) . . по 2-3 шт.  
Эстрагон..... 4 веточки

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Каждую коронку вымыть, срезать лишний жир и сухожилия. Сделать надрезы между косточками коронок и выгнуть их. Затем скрепить хлопчатобумажными суровыми нитками так, чтобы получилась «корона».
2. В глубокую сковороду или другую огнеупорную посуду подложить смазанную растительным маслом фольгу и разместить подготовленную «корону». Посолить и поперчить по вкусу внутри и снаружи.
3. Подготовить начинку. Сначала очистить, вымыть и разрезать на 4 части картофель. Томаты также вымыть и разрезать на 4 части. Очистить и вымыть мелкие морковки. Затем очистить, вымыть и нарезать полукольцами лук.
4. В «корону» уложить вперемешку овощи, подсолить. Обернуть косточки сверху фольгой, чтобы они не подгорели.
5. Разогреть духовку до 200-220<sup>0</sup>С и поместить в нее сковороду с «коронкой». Жарить мясо 45-50 мин., периодически поливая выделяющимся соком. Чтобы баранина не подсыхала, рекомендуется поместить в духовку посуду с горячей водой.
6. Вымыть перья и стрелки чеснока, эстрагон. Готовое жаркое (вместе с фольгой!) переложить на подогретое блюдо, украсить веточками эстрагона, перьями и стрелками чеснока, полить соком со сковороды.
7. Чтобы подать жаркое порционно, начинку переложить в подогретое глубокое блюдо и накрыть. Нитки, скрепляющие «корону», перерезать и убрать. Баранину поместить на разделочную доску. Вилкой удерживая жаркое ножом сверху вниз разрезать мясо между ребрами. Полученные куски баранины выложить на тарелки, гарнировать начинкой, полить соком со сковороды.



МЯСО, ПТИЦА

### «Праздничная корона»

быстро

дешево

легко

обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

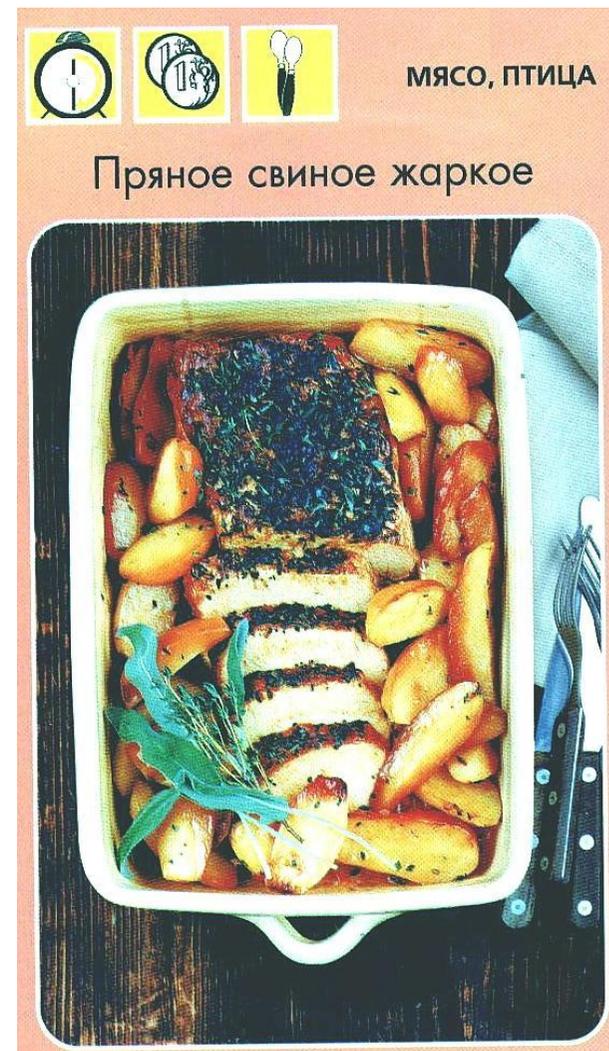
## 96. Пряное свиное жаркое

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свиной окорок с кожей.....	800 г
Растительное масло. ....	4 ст. л.
Мясной бульон .....	1 ½ стакана
Картофель .....	4-5 шт.
Соевый соус .....	5 ст. л.
Имбирь (молотый).....	1 ч. л.
Чеснок .....	2 зубчика
Карри. ....	1 ст. л.
Петрушка (зелень) .....	4-5 веточек
Черный перец свежемолотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Окорок вымыть, на свиной коже сделать надрезы, натереть солью и перцем.
2. В жаровне разогреть растительное масло и обжарить в нем мясо.
3. Затем повернуть свинину кожей вниз и жарить в духовке 30 мин.
4. Мясо посыпать карри, залить мясным бульоном и соевым соусом, тушить в духовке при температуре 200°С около 30 мин.
5. Чеснок очистить, пропустить через пресс, смешать с молотым имбирем и намазать на поджаристую свиную кожу.
6. Картофель тщательно вымыть, сварить с кожурой в соленой воде в течение 20 мин. Затем слить воду, быстро охладить и снять кожицу. Положить его к мясу в жаровню.
7. Держать в духовке в течение 10 мин при температуре 250°С до образования корочки на мясе и картофеле.
8. Зелень петрушки вымыть, обсушить, мелко порубить.
9. Жаровню достать из духовки, посыпать мясо зеленью. Полить мясо и картофель жиром, образовавшимся при тушении. Затем поставить в горячую духовку еще на 5 мин.
10. Подавать к столу в жаровне. Отдельно подать свежие или консервированные овощи или овощной салат.



## 97. Рейнское жаркое

### ИНГРЕДИЕНТЫ

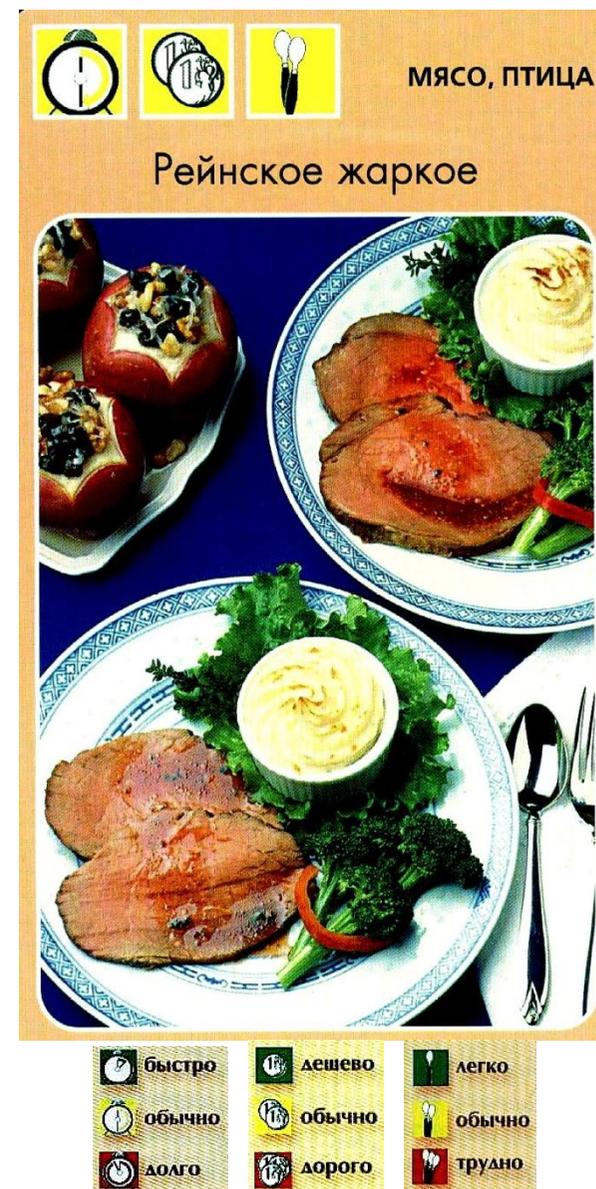
Говядина (мякоть) .....	1 кг
Томатная паста.....	2 ст. л
Бекон (или шпик) .....	50 г
Красное сухое вино. ....	1 ½ стакана
Морковь .....	2 шт.
Сельдерей (корень) .....	1/2 шт.
Репчатый лук .....	2 шт.
Растительное масло .....	4 ст. л.
Чеснок .....	1 зубчик
Сметана. ....	2 ст. л
Брокколи .....	300 г
Красный сладкий перец.....	1 шт.
Душистый перец горошком .....	4 шт.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Говядину очистить от пленок, вымыть, положить в глубокую кастрюлю и залить красным вином, добавить перец горошком (2 шт.), предварительно измельченный. Накрывать крышкой и оставить мариноваться на 24 ч, время от времени переворачивая мясо.
2. Морковь, сельдерей и лук очистить, промыть и мелко порубить.
3. Достать мясо из маринада, обсушить его, посолить и поперчить. Добавить толченые душистый перец и чеснок.
4. Разогреть в кастрюле масло и обжарить мясо со всех сторон, затем накрыть его ломтиками тонко порезанного бекона (или шпика). Добавить в кастрюлю подготовленные овощи и томатную пасту.
5. Затем влить 1 стакан маринада и тушить мясо около 2 ч на умеренном огне, доливая по мере необходимости маринад.
6. Готовое мясо выложить на подогретое блюдо, накрыть и держать его горячим.
7. Сок из кастрюли слить, снять с него жир и процедить. Затем положить сметану, перемешать и вскипятить. Полученный соус подать отдельно .
8. Горячее мясо порезать на тонкие ломтики и выложить по 2-3 на тарелку. Гарнировать отваренной брокколи, которую выложить букетом и оформить колечками красного сладкого перца.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Особую пикантность придадут кушанью ягоды можжевельника, добавленные в конце тушения мяса.



## 98. Рождественская индейка

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Индейка .....	3-4 кг
Белый хлеб. ....	1/2 батона
Молоко .....	1 стакан
Масло или маргарин .....	100 г
Яйца .....	4 шт.
Изюм .....	150 г
Миндальные орехи . ....	100 г
Гвоздика. ....	1 шт.
Петрушка (зелень).....	1 пучок
Сахарный песок .....	1 ч. л.
Молотый мускатный орех	
Черный перец молотый	
Соль	

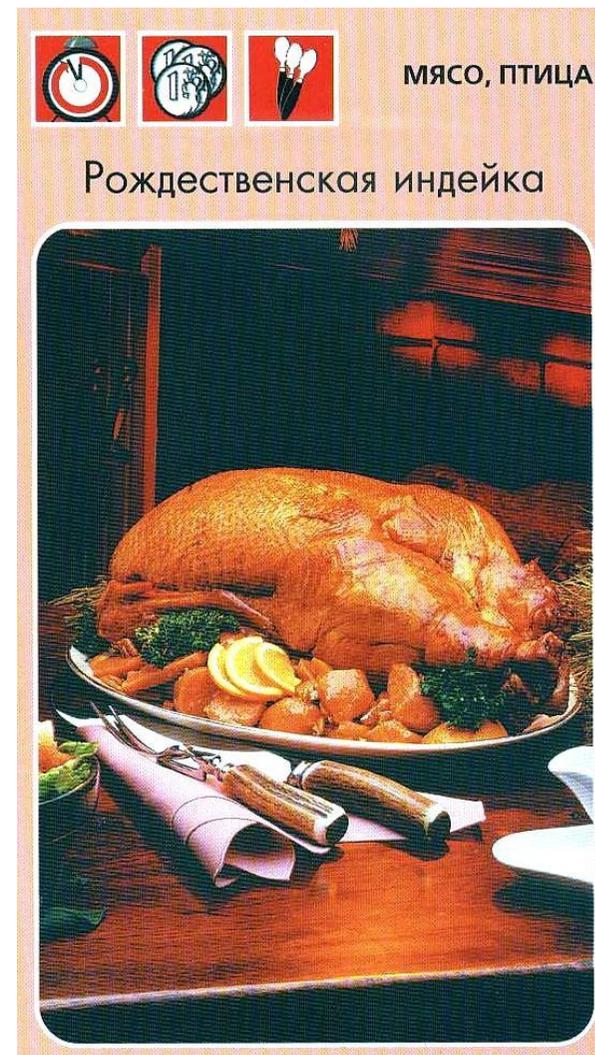
### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

#### Фарш

1. Очистить половину батона от корки, мякиш размочить в холодном молоке, затем хорошо отжать.
2. Белки отделить от желтков. Масло (маргарин) взбить «в пух», добавляя во время взбивания сырые желтки, сахарный песок и щепотку соли.
3. Изюм тщательно промыть. Миндальные орехи ошпарить кипятком, очистить от кожицы и порезать на тоненькие брусочки. Гвоздику растереть в порошок. Петрушку вымыть, обсушить салфеткой и мелко порезать.
4. В подготовленную масляно-желтковую взбитую массу положить хлебную мякоть, изюм, орехи, щепотку молотого мускатного ореха, порошок гвоздики и зелень петрушки. Все тщательно перемешать и добавить взбитые белки.

#### Индейка

5. Индейку промыть, натереть изнутри и снаружи солью и перцем, затем плотно набить фаршем и тщательно зашить.
6. Если индейка нежирная, обильно смазать ее маслом и, положив на противень, поместить в хорошо разогретую духовку. Когда индейка подрумянится, уменьшить огонь и запекать ее 2-3 ч, периодически поливая вытопившимся жиром.
7. С запеченной индейки снять нитки, целиком уложить ее на блюдо, украсить листовой капустой или ранним салатом и полить соусом. Остатки соуса подать отдельно.
8. Можно также порезать индейку на порционные куски, разместить рядом фарш и обильно полить кушанье соусом.



МЯСО, ПТИЦА

### Рождественская индейка



обычно

обычно

обычно



долго

дорого

трудно

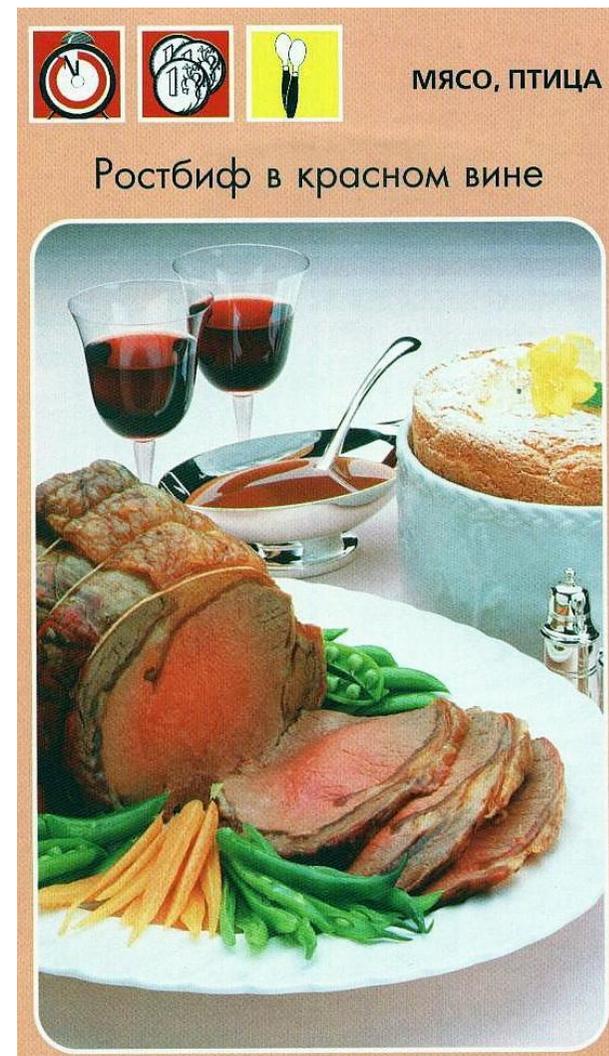
## 99. Ростбиф в красном вине

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (вырезка) ..... 1 кг  
Сливочное масло ..... 4 ст. л.  
Красное вино ..... 1 стакан  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо освободить от пленок, удалить сухожилия, вымыть и обсушить салфеткой. Если говядина имеет снаружи слой жира, острым ножом сделать на нем ромбовидную сетку, стараясь не задевать само мясо.
2. Растопить сливочное масло, и кисточкой обмазать им мясо. Обильно посыпать перцем (лучше свежемолотым), положить в толстостенную жаропрочную форму (слоем жира вверх) и поместить в разогретую до 220°C духовку на среднюю полку. Запекать 15 мин.
3. Затем снизить температуру до 190°C, мясо посолить, полить вином и продолжить запекание в течение 30-36 мин (ростбиф с кровью), 45-50 мин (средняя степень готовности) или 55-60 мин (хорошо прожаренный),
4. Чтобы проверить готовность мяса, не рекомендуется прокалывать его. Лучше надавить ложкой в самом толстом месте: если поддается упруго, значит, внутри оно еще с кровью; если слабо - розовое; если не поддается - прожарилось полностью.
5. Достать ростбиф из духовки, неплотно прикрыть фольгой и дать постоять около 15 мин, чтобы сохранился сок.
6. Нарезать мясо на порционные куски и подать с любым соусом, горчицей, хреном. Гарнировать свежими или консервированными овощами.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Во время готовки следует неоднократно поливать мясо образующимся жиром.
- не допускать, чтобы из мяса во время запекания выступил сок, иначе начнется процесс тушения в собственном соку.

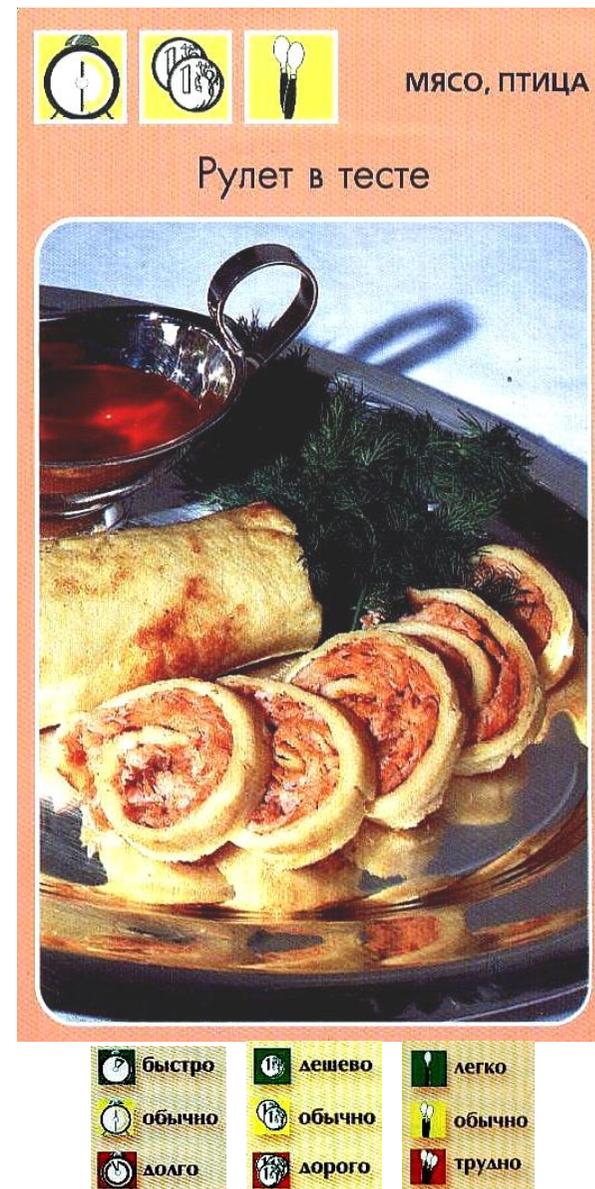
## 100. Рулет в тесте

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Замороженное тесто(листовое).....	300 г
Репчатый лук .....	2 шт.
Лук-порей .....	1 стебель
Белокочанная капуста.....	300 г
Шампиньоны.....	150 г
Фарш мясной .....	400 г
Сливочное масло .....	1 ст. л.
Яйца .....	3 шт.
Соевый соус .....	1 ст. л.
Сыр.....	100 г
Гранатовый сок .....	1 стакан
Белый (или черный) перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Разморозить тесто.
2. Лук-порей очистить, вымыть и нарезать тонкими кружочками. Капусту очистить от верхних зеленых и загрязненных листьев и мелко нашинковать.
3. Шампиньоны и репчатый лук очистить, обмыть и мелко порезать.
4. В глубокой сковороде обжарить мясной фарш с репчатым луком в масле. Добавить капусту, лук-порей и шампиньоны и жарить еще 10 мин.
5. Желтки отделить от белков. Снять сковороду с фаршем с плиты, добавить в нее 2 желтка, посолить, приправить перцем, влить соевый соус и тщательно перемешать.
6. Сыр нарезать маленькими кусочками.
7. Раскатать тесто в большой пласт. Положить на него фарш, оставив по краям примерно 2 см.
8. Посыпать фарш сыром. Смазать края теста белком и скатать рулет. Защепить края.
9. Положить рулет на противень и смазать желтком. Поставить противень в разогретую духовку и запекать примерно 35 мин при температуре около 200°C.
10. Гранатовый сок уварить до густоты жидкой сметаны.
11. Готовый рулет выложить на подогретое блюдо и подать к столу горячим.
12. В качестве приправы отдельно в соуснике подать гранатовый соус.



## 101. Рулет "Венский"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

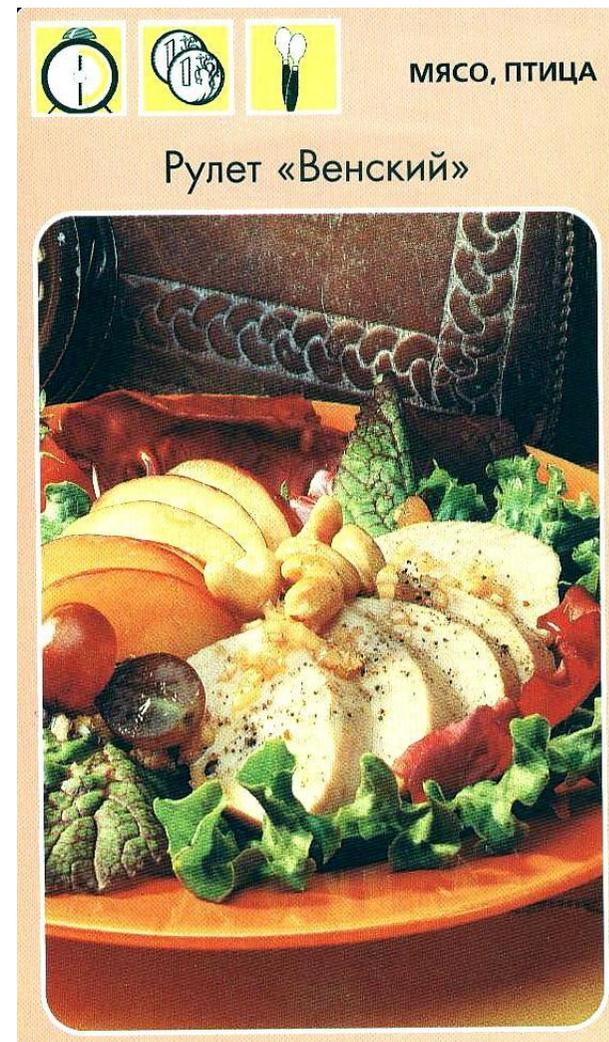
Мясной фарш .....	500 г
Свиная печень .....	150 г
Батон .....	2 куска
Репчатый лук .....	2 шт.
Чеснок .....	2 зубчика
Яйца .....	2 шт.
Горчица (готовая) .....	1 ч. л.
Сало .....	100 г
Мясной бульон .....	1 стакан
Крахмал .....	1 ч. л.
Сметана .....	1/2 стакана
Черный перец молотый	
Красный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. С кусков батона срезать корки, мякиш вымочить в холодной воде. Репчатый лук и чеснок очистить, вымыть и мелко нашинковать.
2. Свиную печень промыть, вырезать желчные протоки, удалить пленки и мелко порубить.
3. В эмалированной посуде смешать мясной фарш с подготовленным хлебом, луком, чесноком, печенью и яйцами. Добавить черный- и красный молотый перец, неострую горчицу, соль, перемешать, сформировать рулет.
4. С сала срезать кожицу, нарезать его очень тонкими ломтиками. Половиной подготовленных ломтиков сала выложить форму для запекания или утятницу.
5. Поместить рулет в форму (утятницу), сверху покрыть его оставшимися кусочками сала.
6. Разогреть духовку до 220°C. Поставить форму (утятницу) с рулетом в середину духовки и готовить в течение 45 мин.
7. Полить рулет мясным бульоном и оставить в духовке еще на 20 мин.
8. Готовый рулет выложить на блюдо. Образовавшийся сок слить в отдельную посуду, развести небольшим количеством воды, добавить крахмал и сметану, разогреть, постоянно помешивая.
9. Разрезать рулет на порционные куски, гарнировать свежими и маринованными овощами, украсить зеленью, листьями салата. Отдельно подать приготовленный соус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Кушанье с невыразительным цветом рекомендуется гарнировать красными и желтыми томатами или перцами.



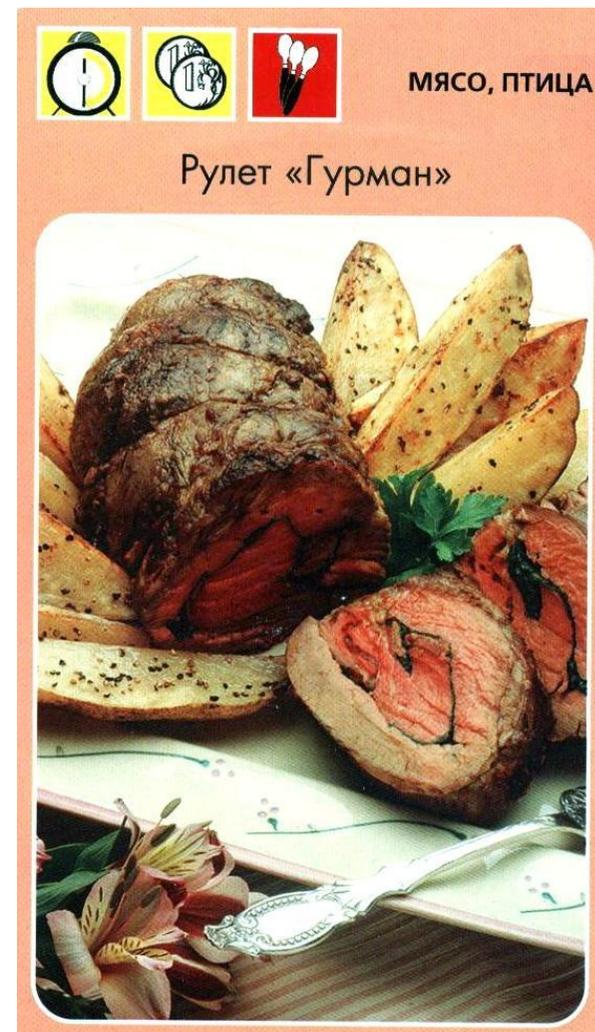
## 102. Рулет "Гурман"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть).....	700 г
Сыр .....	200 г
Свиное сало .....	100 г
Кинза (зелень) .....	1 пучок
Лавровый лист .....	2 шт.
Черный перец горошком .....	3 шт.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо тщательно очистить от пленок, промыть, обсушить салфеткой.
2. Сыр и сало нарезать тонкими ломтиками, а зелень кинзы мелко порубить.
3. Подготовленное мясо отбить в ровный пласт, посолить, поперчить. Разложить по всей его поверхности ломтики сала, затем - ломтики сыра, а сверху посыпать зеленью.
4. Скатать мясо в рулет, обвязать хлопчатобумажной ниткой и поместить в утятницу или другую толстостенную форму. Рулет до половины залить горячим мясным бульоном (горячей водой), закрыть утятницу крышкой и поставить в духовку, нагретую до 230°C. Крышку во время готовки не открывать.
5. Через 40 мин вынуть утятницу из духовки и, если вся жидкость выкипела, то добавить такое же количество горячего бульона (воды). Затем положить перец горошком, лавровый лист, посолить, поперчить и поставить в духовку, не закрывая крышкой.
6. Когда почти вся вода в утятнице выкипит, проверить готовность мяса вилкой: если выделяется светловатый сок без крови, оно готово.
7. Вынуть рулет, удалить нитки. Нарезать на куски толщиной 1 см, выложить на подогретое овальное блюдо.
8. Гарнировать жареным во фритюре картофелем с тмином, украсить зеленью кинзы.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Рулет можно подавать и как холодную закуску.

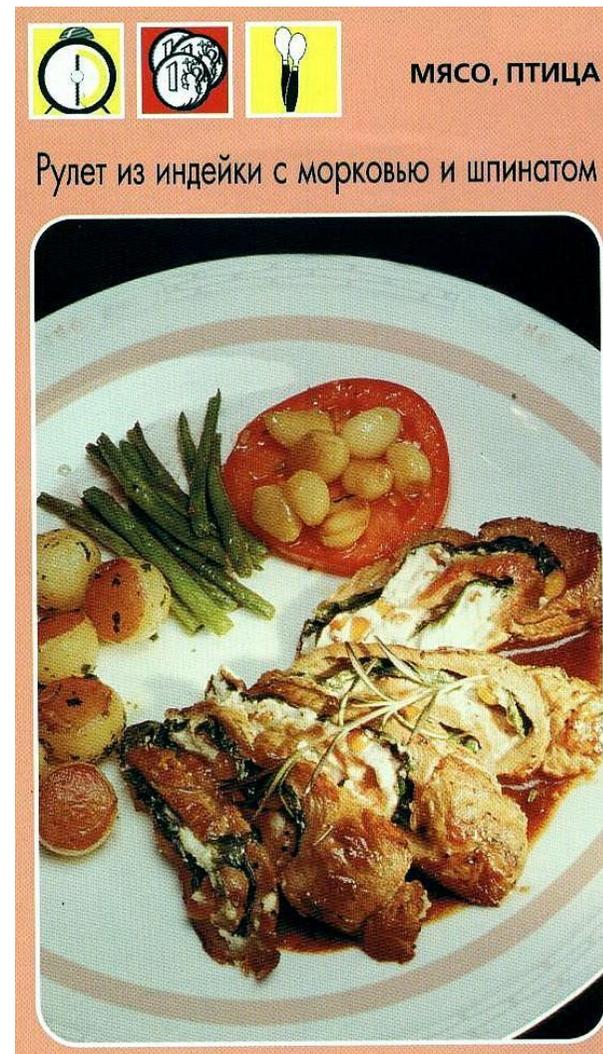
## 103. Рулет из индейки с морковью и шпинатом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Индейка (филе) .....	800 г
Шпинат .....	100 г
Морковь .....	100 г
Горчица .....	1 ч. л.
Репчатый лук .....	2 шт.
Панировочные сухари .....	4 ст. л.
Яйцо .....	1 шт.
Растительное масло .....	3 ст. л.
Красное сухое вино.....	1/2 стакана
Уксус .....	1/2 ч. л.
Белый (или черный) перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Шпинат промыть, отварить, немного отжать и порубить. Морковь очистить, вымыть, нарезать соломкой и припустить.
2. Филе индейки вымыть, натереть солью и белым перцем, намазать горчицей, сбрызнуть уксусом и оставить на 1 ч.
3. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарубить.
4. Смешать лук с панировочными сухарями, яйцом, морковью и шпинатом.
5. Филе индейки (без кожи) выложить на стол сплошным пластом. Разместить сверху подготовленную из моркови и шпината начинку, скатать рулет и перевязать его ниткой.
6. В утятнице разогреть растительное масло и обжарить в нем рулет.
7. Духовку разогреть до 220°C и поставить в нее рулет на 10 мин. Затем залить рулет 2 стаканами горячей воды и готовить 20-30 мин.
8. Духовку выключить, а рулет оставить в ней еще на 10 мин.
9. В посуду слить образовавшийся мясной сок, добавить красное вино, сметану и вскипятить, чтобы получить соус.
10. Готовый рулет выложить на блюдо, освободить от ниток, нарезать, полить соусом, гарнировать овощами.



## 104. Рулет со шпинатом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть) ..... 500 г  
Белый хлеб ..... 100 г  
Яйцо ..... 1 шт.  
Панировочные сухари ..... 1 ст. л.  
Растительное масло. .... 2 ст. л.  
Соль

#### Для начинки:

Яйца ..... 4 шт.  
Молоко ..... 3/4 стакана  
Сливочное масло. . . . . 3 ст. л.  
Шпинат. .... 300 г  
Мускатный орех тертый ..... 0,5 г  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. С белого хлеба срезать корки, мякиш замочить в небольшом количестве холодной воды.
2. Мясо обмыть, очистить от сухожилий, разрезать на небольшие куски и пропустить через мясорубку. Затем посолить, перемешать, добавить подготовленный белый хлеб и снова пропустить через мясорубку.
3. Приготовленный фарш разложить на салфетку, смоченную холодной водой, и разровнять ножом так, чтобы получился продолговатый ровный пласт толщиной около 2 см.
4. Для приготовления начинки в низкую широкую кастрюлю, смазанную сливочным маслом, влить сырые яйца, добавить молоко, сливочное масло, посолить. Поставить массу варить, постоянно счищая ее со дна посуды деревянной лопаточкой до тех пор, пока она не превратится в полувязкую яичную кашу.
5. Листья шпината промыть, ошпарить подсоленной кипящей водой, откинуть на дуршлаг и припустить на сковороде со сливочным маслом. К шпинату добавить яичную кашу, перемешать.
6. Тертый мускатный орех засыпать в начинку, посолить, поперчить и вновь перемешать.
7. На середину пласта из мясного фарша по всей длине положить начинку. После чего осторожно его закатать и разместить швом вниз на смазанном растительным маслом противне.
8. Сверху рулет смазать взбитым яйцом, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом, сделать несколько проколов вилкой и поставить на 30-40 мин в духовку для запекания при температуре 200-220°C.
9. Готовый рулет нарезать на порции, выложить на тарелки и подать с овощами и зеленью.



## 105. Рулетики в медовом маринаде

### ИНГРЕДИЕНТЫ

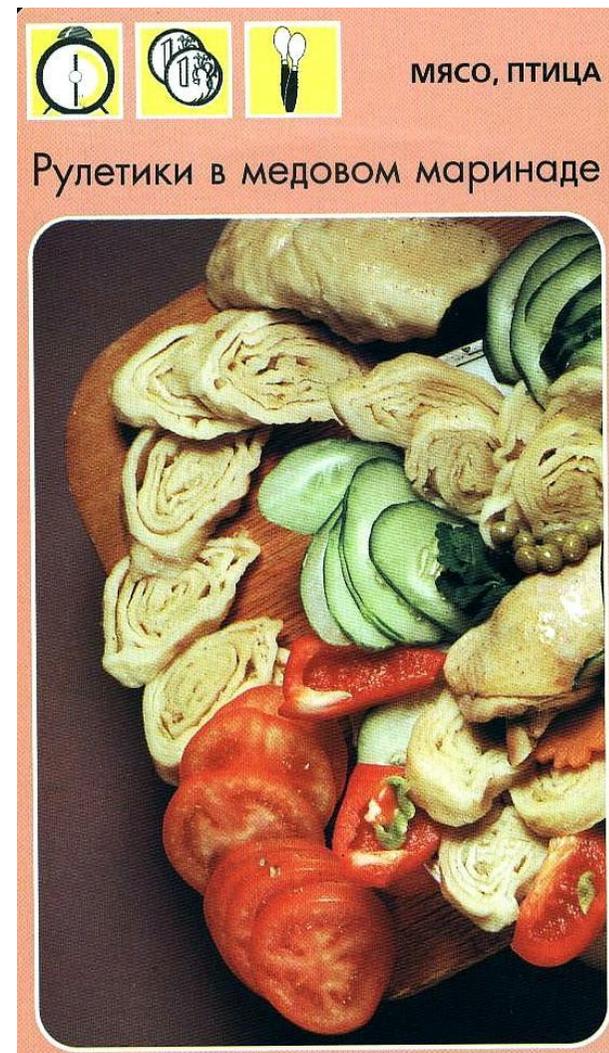
Куриное филе . . . . . 4 шт. (по 150-200 г)  
Мед . . . . . 3-4 ст. л.  
Репчатый лук . . . . . 1 шт.  
Томаты . . . . . 2 шт.  
Огурец . . . . . 1 шт.  
Соевый соус . . . . . 2 ч. л.  
Имбирь (молотый) . . . . . 1/2 ч.л.  
Кориандр (молотый) . . . . . 1 ч.л.  
Шафран (молотый) . . . . . 1/2 ч. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Куриное филе с кожей слегка отбить. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кубиками. Томаты и огурец вымыть. Один томат ошпарить кипятком, снять кожицу и нарезать кубиками. Второй томат и огурец нарезать кружочками.
2. Смешать мед с имбирем, соевым соусом, кориандром, шафраном, нарезанным луком и томатом.
3. Куриное филе залить приготовленным медовым маринадом и оставить на 30 мин.
4. Затем куриное филе свернуть рулетиками. Каждое завернуть в фольгу, аккуратно перевязать нитками.
5. В низкой широкой кастрюле вскипятить медовый маринад. Опустить в кипящий маринад ру-летики.
6. Маринад подсолить по вкусу, убавить нагрев и варить рулетики при слабом кипении от 45 мин до 1 ч до готовности.
7. Готовые рулетики вынуть из маринада, охладить до комнатной температуры. Разрезать нитки, снять фольгу, поместить в холодильник на 3-4 ч.
8. Охлажденные куриные рулетики нарезать кружочками, выложить на блюдо, украсить кружочками томата и огурца.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Вместе с рулетиками можно потушить и кусочки курицы, а затем вскипятить маринад с 1 ст. ложкой уксуса, процедить и подать отдельно в соуснике.



Рулетики в медовом маринаде

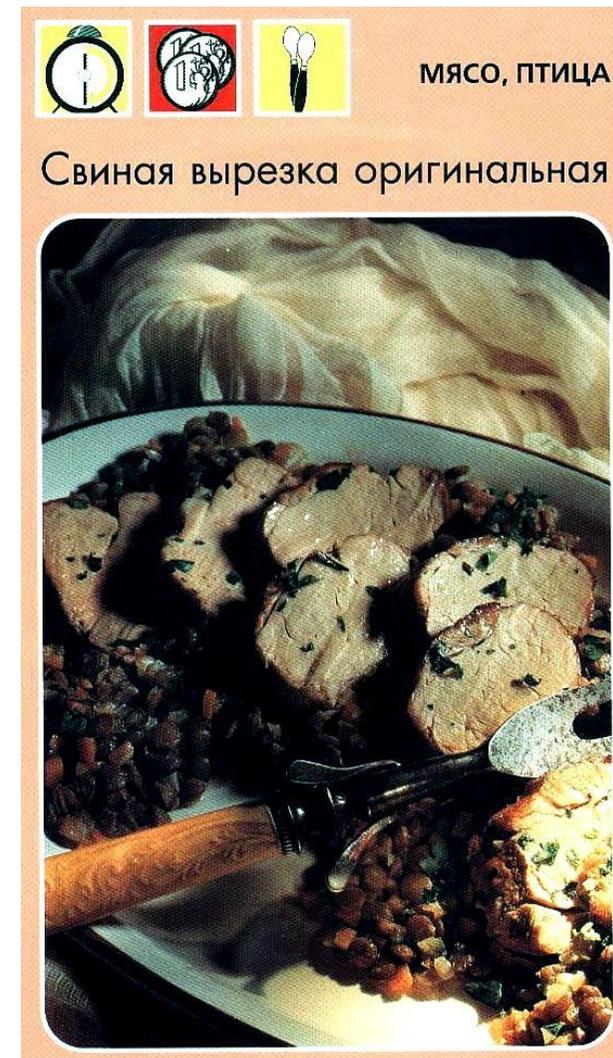
## 106. Свиная вырезка оригинальная

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина (вырезка) ..... 1 кг  
Горчица (готовая) . ..... 1 ст. л.  
Яблочное вино ..... 1 стакан  
Лавровый лист ..... 1 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 3-4 веточки  
Мед (густой) ..... 2 ч. л.  
Черный перец свежемолотый  
Мука (или крахмал) ..... 1 ст. л.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свиную вырезку вымыть и поместить в глубокую жаровню с крышкой (или утятницу).
2. Влить яблочное вино, положить лавровый лист, и приправить черным перцем и солью.
3. Нагреть духовку до 190°C. Жаровню (или утятницу) накрыть крышкой и поставить в духовку на 1 ч.
4. Смешать густой мед с горчицей. С жаровни (или утятницы) снять крышку и со всех сторон намазать вырезку подготовленной смесью.
5. Поместить жаровню (или утятницу) с мясом в духовку на 20 мин до образования золотистой блестящей корочки.
6. Вынуть готовую вырезку из жаровни (или утятницы) и положить на подогретое блюдо, накрыть, чтобы не остывало.
7. Муку (или крахмал) смешать с 1 ст. ложкой воды и влить, помешивая, в жаровню (или утятницу) с оставшимся мясным соком. Довести до кипения и прокипятить при слабом нагреве, постоянно помешивая, в течение 2 мин. Приправить солью и перцем по вкусу, полученный соус сохранить теплым.
8. Зелень петрушки промыть, обсушить полотенцем и мелко порубить.
9. Нарезать мясо ломтиками, разложить на блюде, полить приготовленным соусом и посыпать зеленью петрушки.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- На стол свиную вырезку подать с гарниром из тушеной фасоли, гороха или чечевицы, из тушеной квашеной или жареной свежей капусты.

## 107. Свиная грудинка в панировке

### ИНГРЕДИЕНТЫ

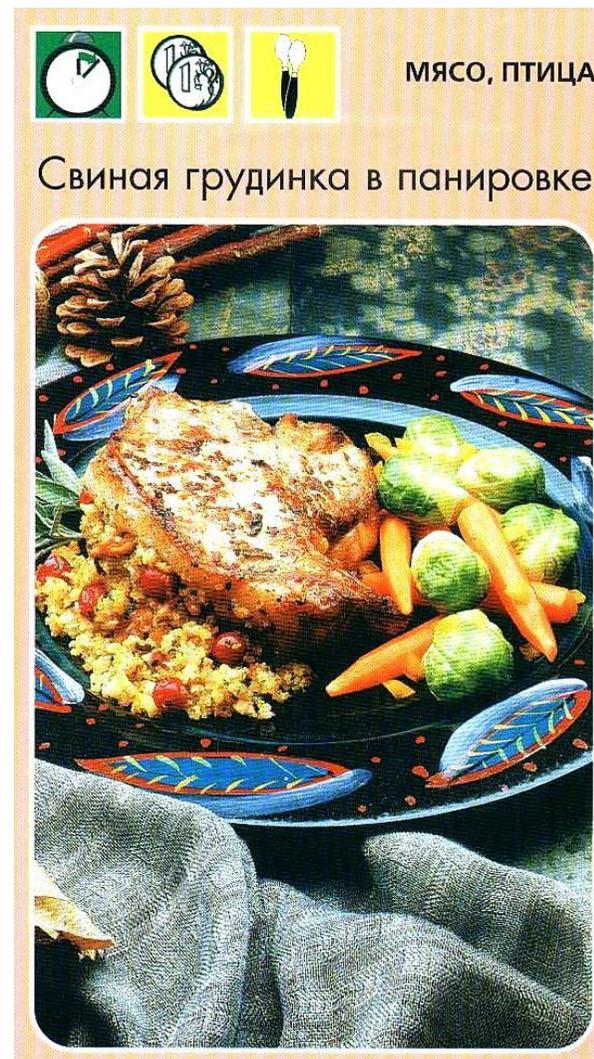
Свиная грудинка .....	500 г
Репчатый лук .....	2 шт.
Петрушка (корень) .....	1 шт.
Мука .....	4 ст. л.
Яйца .....	2 шт.
Панировочные сухари .....	5 ст. л.
Сало свиное .....	50 г
Лавровый лист .....	2 шт.
Черный перец горошком .....	3-4 шт.
Черный перец молотый	
Соус томатный	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свиную грудинку очистить от сухожилий, промыть, обсушить.
2. Подготовленное мясо припустить в воде или в бульоне с кореньями, луком и пряностями, положить под пресс и охладить.
3. Нарезать порционными кусками. Посолить, поперчить и обвалить в пшеничной муке, затем, смочив сырыми взбитыми яйцами, залакировать в сухарях.
4. За 10-15 мин до подачи на стол обжарить куски грудинки с обеих сторон на сковороде в растопленном свином сале, после чего прогреть в духовке.
5. В качестве гарнира рекомендуется пюре из картофеля или бобовых.
6. Отдельно подать томатный соус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Грудинку можно гарнировать отварными или маринованными овощами — морковью, цветной капустой или брокколи.



## 108. Свинина в грушевой глазури

### ИНГРЕДИЕНТЫ

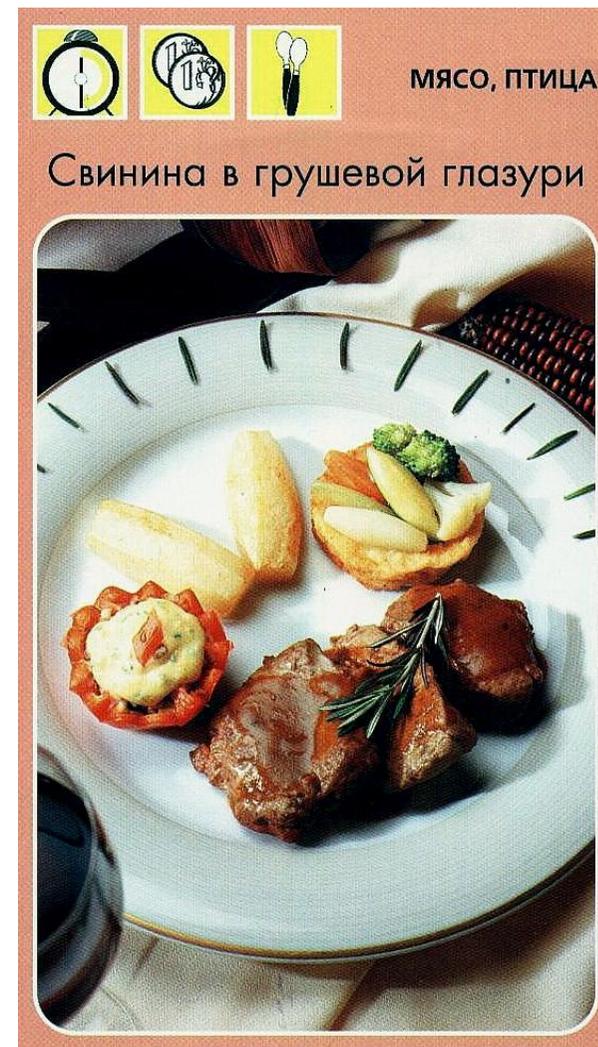
Свинина (постная) . . . . .	600 г
Растительное масло . . . . .	2 ст. л.
Грушевый джем . . . . .	1 ст. л.
Имбирь (молотый) . . . . .	1/2 ч.л.
Грушевый сок . . . . .	2 ч. л.
Груши . . . . .	1-2 шт.
Томаты . . . . .	2 шт.
Брынза . . . . .	100 г
Маслины (без косточек) . . . . .	8 шт.
Петрушка (зелень)	
Уксус (винный) . . . . .	1 ст. л.
Розмарин . . . . .	1-2 веточки
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Постную свинину очистить от пленок, вымыть, нарезать порционными кусочками. Слегка отбить, натереть солью и черным молотым перцем. Обжарить в глубокой раскаленной сковороде на масле (1 ст. ложка) в течение 5 мин с каждой стороны до образования золотистой корочки.
2. Смешать грушевый джем, имбирь и осветленный грушевый сок. Полученной смесью намазать куски свинины и обжарить в течение еще 5 мин с каждой стороны, периодически поливая сверху выделившимся соком.
3. Разогреть духовку до 200-220°C и поместить туда сковороду с мясом на несколько минут, чтобы сверху застыла густая глазурь.
4. Томаты вымыть, разрезать на две половинки и выбрать мякоть.
5. Маслины без косточек нарезать тонкими кружочками и положить внутрь подготовленных томатов.
6. Зелень петрушки перебрать, промыть, обсушить полотенцем и мелко порубить.
7. Уксус взбить с 1 ст. ложкой растительного масла, размять в этой смеси брынзу, добавить петрушку, тщательно размешать и наполнить томаты.
8. Выложить приготовленные мясо и томаты на подогретые порционные тарелки, украсить ломтиками груши и веточками розмарина.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Отдельно рекомендуется подать грушевый джем, а также тосты, украшенные отварными овощами и ломтиками груши.



МЯСО, ПТИЦА

Свинина в грушевой глазури

быстро

дешево

легко

обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

## 109. Свинина в ореховой глазури

### ИНГРЕДИЕНТЫ

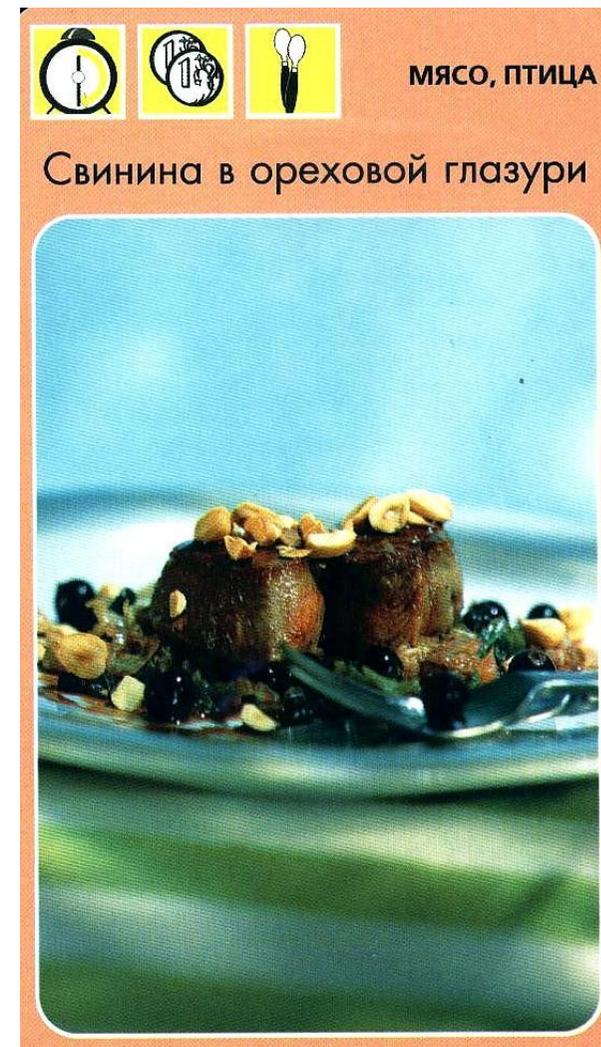
Свинина (филе).....	450 г
Горчица сладкая. . . . .	2 ч. л.
Мед .....	2 ст. л.
Арахис (ядра).....	1 стакан
Соевый соус.....	2ч.л.
Растительное масло. ....	1-2 ст. л.
Маслины без косточек .....	300 г
Черный молотый перец	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Постное свиное филе вымыть и нарезать кусочками высотой примерно 3 см по 2 на порцию.
2. Разогреть жаровню с растительным маслом и обжарить куски свинины в течение примерно 5 мин с каждой стороны до полуготовности.
3. Ядра арахиса ошпарить кипятком, удалить кожицу и 1 ст. л. сырого арахиса мелко порубить. Остальные орехи «всухую» обжарить на сковороде до золотистого цвета.
4. Смешать сладкую горчицу, мед, рубленый арахис, соевый соус, соль и черный молотый перец.
5. Полученной смесью густо намазать куски свинины, подлить в жаровню 2 ст. ложки жидкости от консервированных маслин.
6. Разогреть духовку до температуры 175°C, поставить на середину жаровню со свининой и довести мясо до готовности.
7. Выложить кусочки свинины, покрытые горячей ореховой глазурью, на сервировочные тарелки, полить соусом, образовавшимся при тушении, посыпать обжаренным арахисом, украсить маслинами..

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- прекрасным дополнением к свинине в ореховой глазури послужат тушеный сельдерей и зеленый горошек



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 110. Свинина во французском тесте

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина ..... 200 г  
Яйца ..... 2 шт.  
Горчица ..... 2 ст. л.  
Черный перец молотый

Соль

#### Для французского теста:

Мука ..... 300 г  
Вода ..... ½ стакана  
Сливочное масло..... 150 г

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

#### Французское тесто

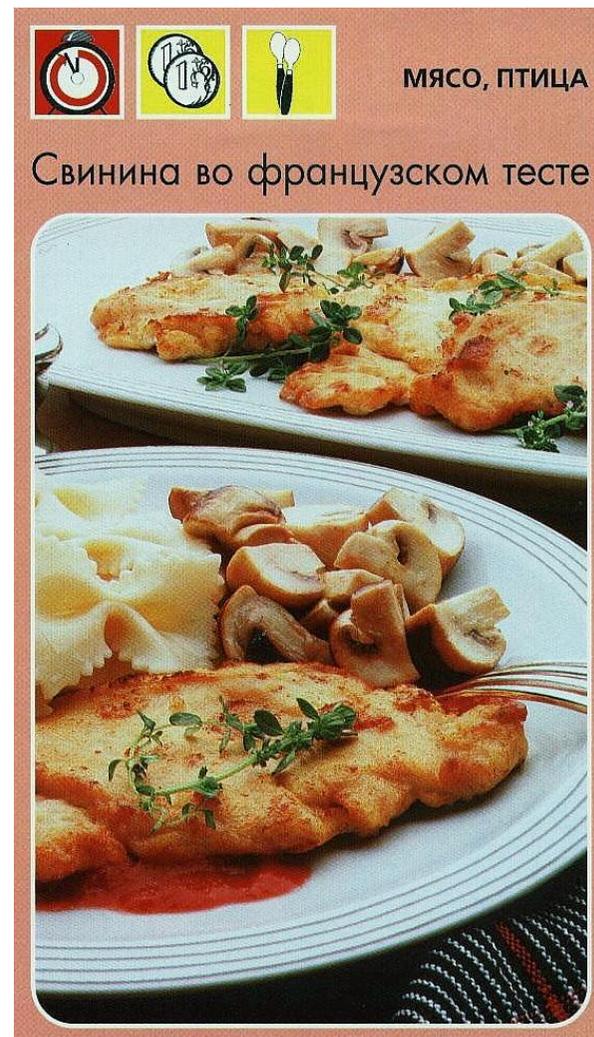
1. Из муки и воды замесить довольно крутое тесто, раскатать его в виде прямоугольника толщиной 0,5 см.
2. На одной стороне прямоугольника тонкими ломтиками разложить предварительно охлажденное масло, затем сложить прямоугольник пополам и снова раскатать до прежнего размера. Эту операцию повторить 5-6 раз. Готовое тесто до использования держать в холодильнике.
3. Раскатать тесто пластом толщиной 5 мм и вырезать прямоугольники размером 6x8 см.

#### Свинина

4. Мясо промыть и нарезать тонкими ломтиками примерно по 20 г.
5. Каждый ломтик мяса посолить, поперчить, смазать с обеих сторон горчицей и положить на середину теста. Завернуть тесто так, чтобы оно полностью закрыло мясо.
6. Получившиеся «пирожки» смазать сверху взбитыми яйцами, поместить на противень и запекать в духовке при 250° С в течение 20-30 мин.
7. Когда тесто подрумянится, снизить температуру до 180° С и оставить в духовке еще на 30 мин.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- В качестве гарнира можно подать соленые (маринованные) грибы, отварные макароны, картофель.



МЯСО, ПТИЦА

Свинина во французском тесте



обычно

обычно

обычно

долго

дорого

трудно

## 111. Свинина моравская

### ИНГРЕДИЕНТЫ

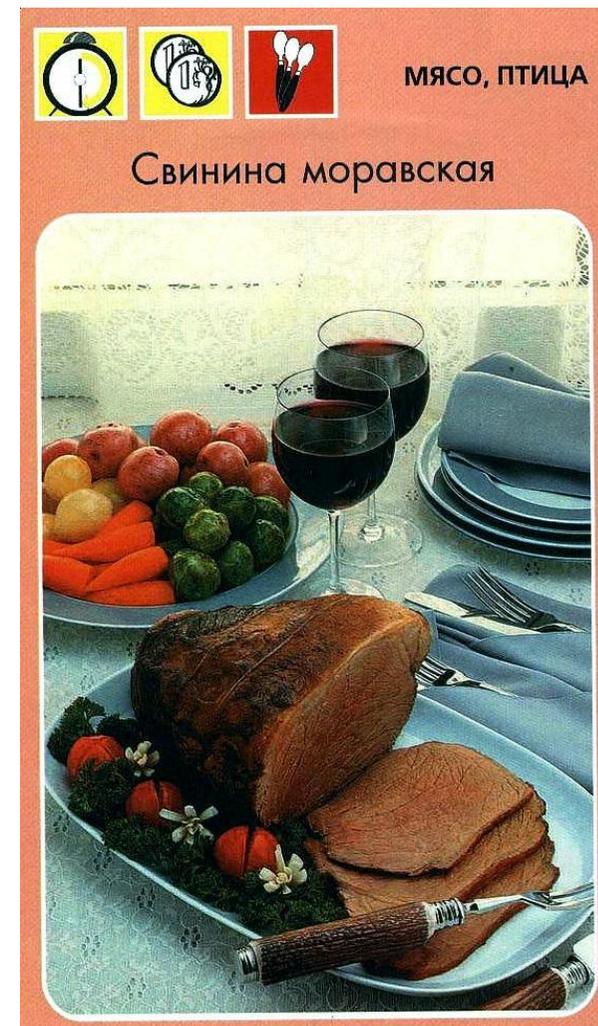
Свинина (вырезка, шейка).....	1 кг
Репчатый лук.....	4 шт.
Пиво .....	½ стакана
Сливочное масло.....	2 ст. л.
Чеснок .....	2 зубчика
Душистый перец горошком .....	5 шт.
Черный перец молотый .....	2-3 г
Лавровый лист .....	2-4 шт.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свинину (лучше с небольшим слоем шпика) вымыть и (для сохранения формы) обвязать суровой светлой ниткой. Затем смазать сливочным маслом, проколоть вилкой в нескольких местах, посыпать солью и молотым черным перцем.
2. Репчатый лук и чеснок очистить, вымыть; лук - мелко нарезать. На небольшой глубокий противень (или большую сковороду) положить крест-накрест 2 длинные лучинки, налить пиво. Затем на лучинки поместить мясо, обсыпать его луком, добавить душистый перец, лавровый лист и зубчики чеснока.
3. Поставить противень с мясом в горячую духовку (около 250°C). Примерно через 30 мин уменьшить жар и продолжать жарить еще около 1 ч. Каждые 10-15 мин поливать мясо выделяющимся соком, прокалывая при этом свинину вилкой.
4. Готовую горячую свинину подать порционными кусками с овощами, отварным картофелем или картофельным пюре, поливая полученным при жаренье мяса соусом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Свинину используют и как холодную закуску, нарезаая тонкими ломтиками поперек мышечных волокон, гарнируют свежими и маринованными овощами.
- хранить готовую свинину рекомендуется куском в холодильнике не более 2 суток. Чтобы предохранить мясо от высыхания, его заворачивают в пергаментную бумагу или пищевую фольгу.



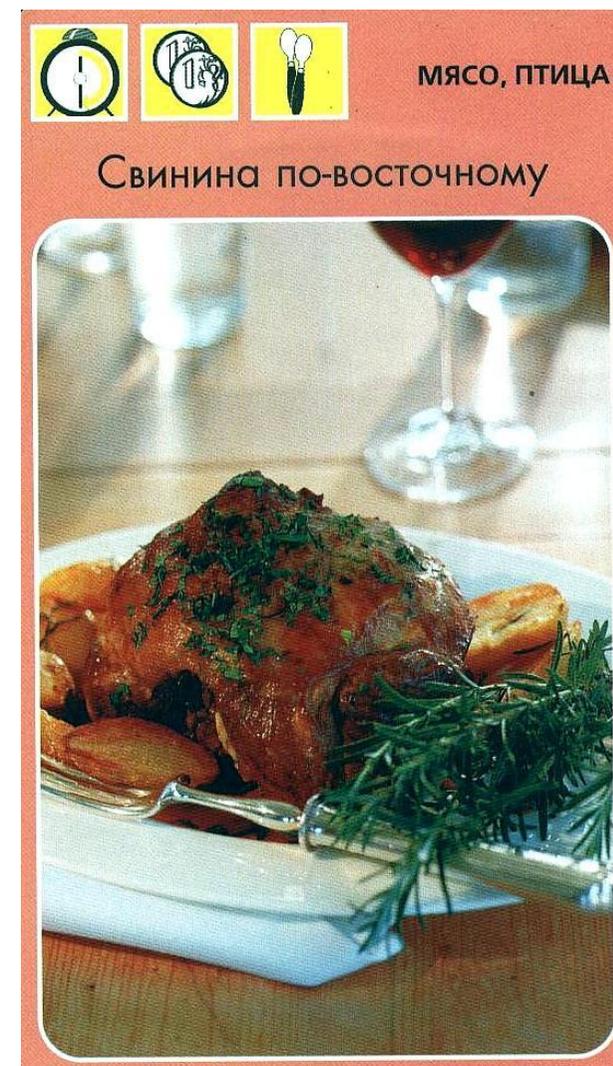
## 112. Свинина по-восточному

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина постная (мякоть) .....	700 г
Мука (или крахмал) . . . . .	2 ч. л.
Уксус .....	1 ст. л.
Ананасовое пюре .....	1 стакан
Кетчуп острый. ....	2 ст. л.
Соевый соус .....	1-2 ст. л.
Свежий огурец. ....	1 шт.
Растительное масло. ....	2 ст. л.
Тархун.....	3-4 веточки

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свинину вымыть, разрезать на 4 куса, положить их поочередно в полиэтиленовый пакет и отбить деревянным молоточком или скалкой.
2. Разогреть в жаровне растительное масло, обжарить свинину в течение 8 мин с каждой стороны до полной готовности и образования равномерной золотистой корочки.
3. Свежий огурец вымыть, очистить от кожицы и семян, мелко изрубить. Тархун промыть, обсушить полотенцем, оставить веточку для украшения, остальную зелень мелко нарезать.
4. Смешать в кастрюле муку (или крахмал) с уксусом, добавить ананасовое пюре, кетчуп, соевый соус и измельченный огурец.
5. Содержимое кастрюли довести до кипения и оставить при небольшом нагреве, постоянно помешивая, на 5 мин.
6. Выложить кусочки свинины на сервировочные тарелки, полить сверху полученным густым соусом, при необходимости подсолить. Обильно посыпать кушанье измельченной зеленью, украсить веточками тархуна.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Гарнировать свинину по-восточному жареным или запеченным картофелем либо отварным рисом. Отдельно подать свежие овощи или овощной салат.

## 113. Свинина под винно-сливочным соусом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

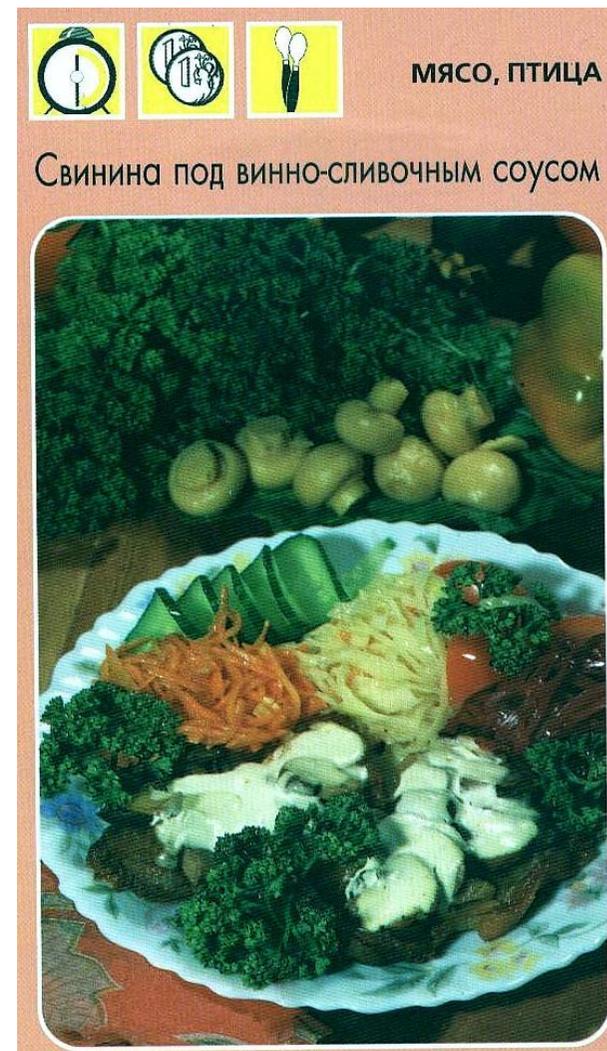
Свинина (филе).....	600 г
Лимонный сок.....	1 ст. л.
Растительное масло.....	4 ст. л.
Херес (или белое сухое вино) .....	2 ст. л.
Чеснок .....	2 зубчика
Шампиньоны .....	10 шт.
Шалфей (зелень) .....	2 веточки
Сливки (густые) .....	5 ст. л.
Черный перец молотый	
Репчатый лук .....	1 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Постное свиное филе вымыть, нарезать на 4 толстых ломтя, положить по одному в полиэтиленовый мешочек и тщательно отбить.
2. В большой сковороде раскалить 1 ст. ложку масла, обжарить мясо с обеих сторон и переложить на отдельное блюдо.
3. Разогреть на освободившейся сковороде оставшееся масло. Лук и чеснок очистить. Пропустить чеснок через пресс, а лук нарезать тонкими кольцами. Шалфей вымыть и мелко нарезать.
4. В течение 3 мин пассеровать лук, чеснок и шалфей, периодически помешивая, пока овощи не станут мягкими.
5. Шампиньоны очистить, вымыть и нарезать ломтиками. Добавить в сковороду грибы и лимонный сок, пассеровать еще 2 мин, периодически помешивая.
6. Выложить свинину в сковороду, добавить вино, густые сливки, приправить по вкусу солью и перцем, накрыть крышкой и готовить при слабом нагреве еще 5 мин.
7. Выложить куски свинины на порционные тарелки, сверху разместить грибы.
8. Оставшимся в сковороде соусом полить сверху мясо с грибами. Украсить свежими и маринованными овощами, зеленью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Подготовленную вырезку можно просто натереть солью и молотым перцем, запечь в духовке, поливая выделяющимся соком.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 114. Свинина по-домашнему

### ИНГРЕДИЕНТЫ

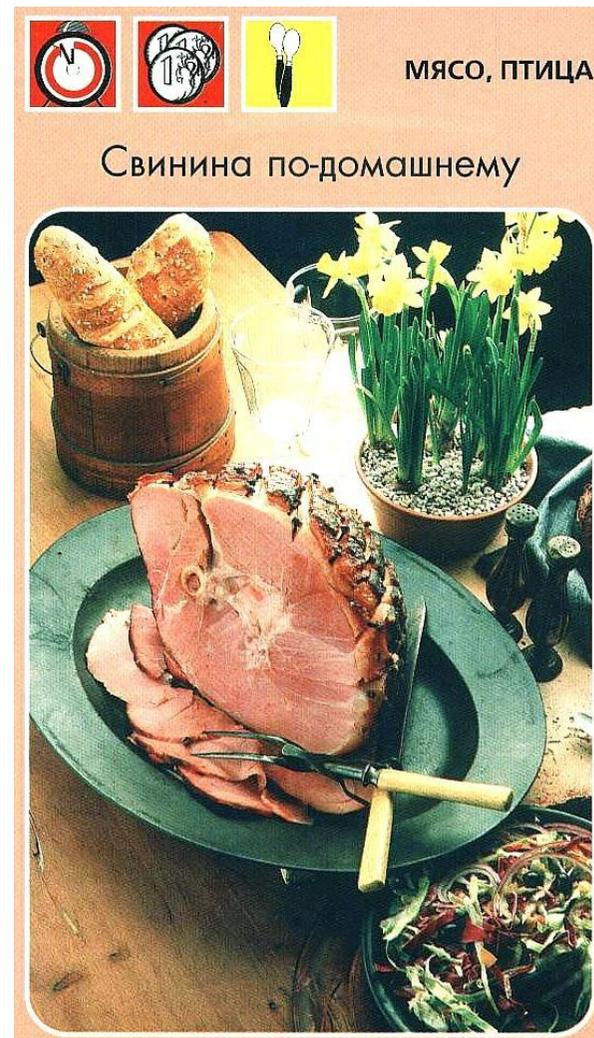
Свинина (мякоть) .....	2 кг
Репчатый лук .....	2 шт.
Сливочное масло.....	2 ст. л.
Лавровый лист .....	3 шт.
Черный перец горошком .....	2 шт.
Чеснок .....	3 зубчика
Уксус для маринада	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свинину целиком положить в эмалированную посуду, добавить тонко нашинкованный лук, лавровый лист, перец. Залить разведенным уксусом и выдержать одни сутки в холодильнике, периодически переворачивая мясо.
2. Замаринованное мясо вынуть из посуды, обсушить салфеткой, натереть солью, нашпиговать чесноком, положить на сковороду. Полить растопленным маслом и небольшим количеством маринада.
3. Поставить сковороду с мясом в нагретую до 160—180°C духовку. Во время жарения поливать свинину образующимся соком.
4. Готовность свинины можно определить, проколов мясо вилкой. Если она входит легко и при этом сок прозрачный, то блюдо готово.
5. Выложить жареную свинину на подогретое блюдо, порезать на тонкие ломтики.
6. Отдельно подать любой овощной салат или тушеную капусту.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Мясо можно подать с соусом. В этом случае сок после жарения слить, сняв с него жир, развести бульоном, процедить, добавить поджаренные в снятом жире мелко нарезанные корнишоны.
- Вообще к свинине, как и к любому жирному мясу, рекомендуется острая приправа.



МЯСО, ПТИЦА

### Свинина по-домашнему



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

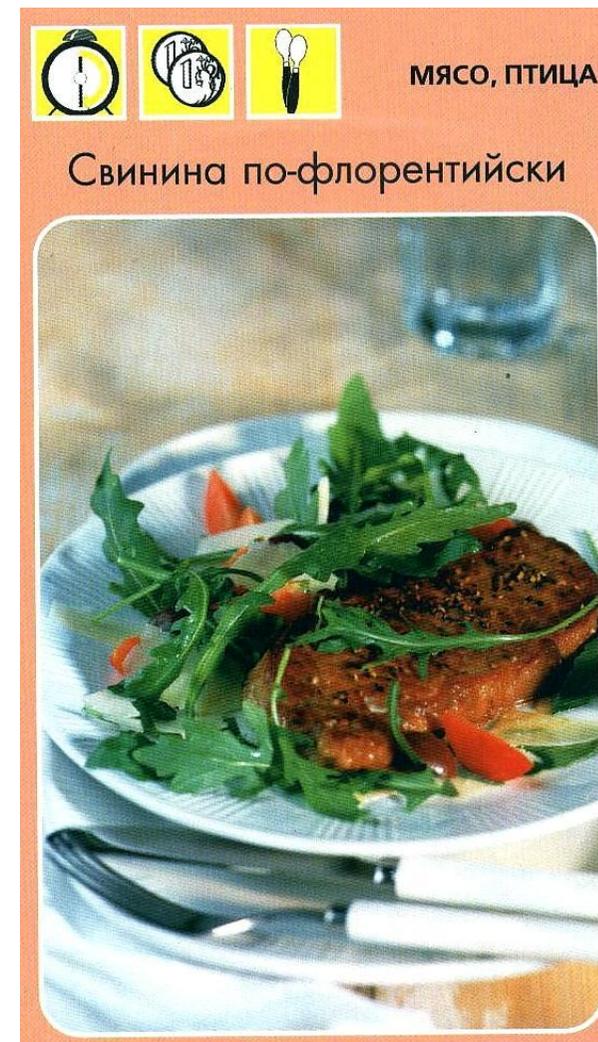
## 115. Свинина по-флорентийски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина (постная) . . . . .	600 г
Растительное масло. . . . .	1 ст. л.
Апельсиновый джем (кислый) . . . . .	1 ст. л.
Имбирь (молотый) . . . . .	1/2 ч. л.
Апельсин . . . . .	1 шт.
Пряная зелень (розмарин, базилик, зеленый чеснок) . . . . .	3-4 веточки
Томат . . . . .	1 шт.
Душистый перец горошком . . . . .	4 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Постную свинину вымыть и разрезать на 4 куса.
2. В глубокой жаровне разогреть растительное масло и обжарить свинину в течение 5 мин с одной стороны до образования румяной корочки, затем перевернуть на другую сторону.
3. Апельсин вымыть, разрезать пополам и отжать сок. Душистый перец крупно размолоть.
4. Смешать в посуде апельсиновый джем с пониженным содержанием сахара, молотый имбирь, размолотый перец, апельсиновый сок и соль.
5. Полученной смесью намазать сверху куски свинины и продолжать обжаривать их (в течение еще 5 мин), периодически поливая мясо выделившимся соком.
6. Томаты и пряную зелень вымыть. Томаты нарезать тонкими дольками, зелень - крупными кусками.
7. Разогреть духовку до 250°C и поместить туда жаровню на несколько минут, чтобы сверху застыла густая апельсиновая глазурь.
8. Выложить приготовленное мясо на тарелки, украсить мясной зеленью и дольками томатов.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- На гарнир к свинине в апельсиновой глазури особенно хороши отварной картофель или тушеная стручковая фасоль.

## 116. Свинина с бамией

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина (мякоть) .....	1-1,2 кг
Соевый соус .....	4 ст. л.
Водка .....	1 ст. л.
Имбирь (молотый).....	½ ч. л.
Сахарный песок .....	2 ст. л.
Мука .....	1 ст. л.
Мясной бульон .....	2 стакана
Морковь.....	3 шт.
Бамия.....	300 г
Свиное нутряное сало .....	2 ст. л.
Растительное масло .....	3 ст. л.
Черный (или красный) перец молотый.....	1 ст.л.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свинину вымыть, очистить от сухожилий и жира и нарезать на порции по 400 г. Сверху каждой порции сделать неглубокие продольные надрезы.
2. Соевый соус смешать с водкой (лучше настоянной на лимоне), солью, 1 ч. ложкой сахарного песка, молотым имбирем, мукой, натереть этим соусом свинину и выдержать 30-40 мин.
3. На разогретой сковороде растопить свиное сало и обжарить в нем подготовленную свинину до образования светло-коричневой корочки. Затем достать куски свинины шумовкой, чтобы стек жир.
4. Обжаренные куски свинины положить в кастрюлю, залить мясным бульоном, чтобы он покрывал мясо, и тушить до готовности.
5. Готовую свинину вынуть из кастрюли, а в бульон добавить оставшийся сахарный песок и варить до загустения.
6. Полученным соусом полить свинину, затем охладить ее и обвалить в черном или красном молотом перце либо других специях по вкусу. Хранить свинину на холоде.
7. Морковь и бамию порезать (мелкие овощи оставить целыми), положить в кастрюлю, влить растительное масло, 1/3 стакана воды, посолить, поперчить и тушить под крышкой 8-10 мин, время от времени встряхивая кастрюлю, чтобы овощи не пригорели.
8. При подаче на стол нарезать свинину тонкими ломтиками и гарнировать тушеными овощами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Бамия - растение семейства мальвовых, один из ценных компонентов диетического питания при язве и гастрите, а также при бронхите и простуде.



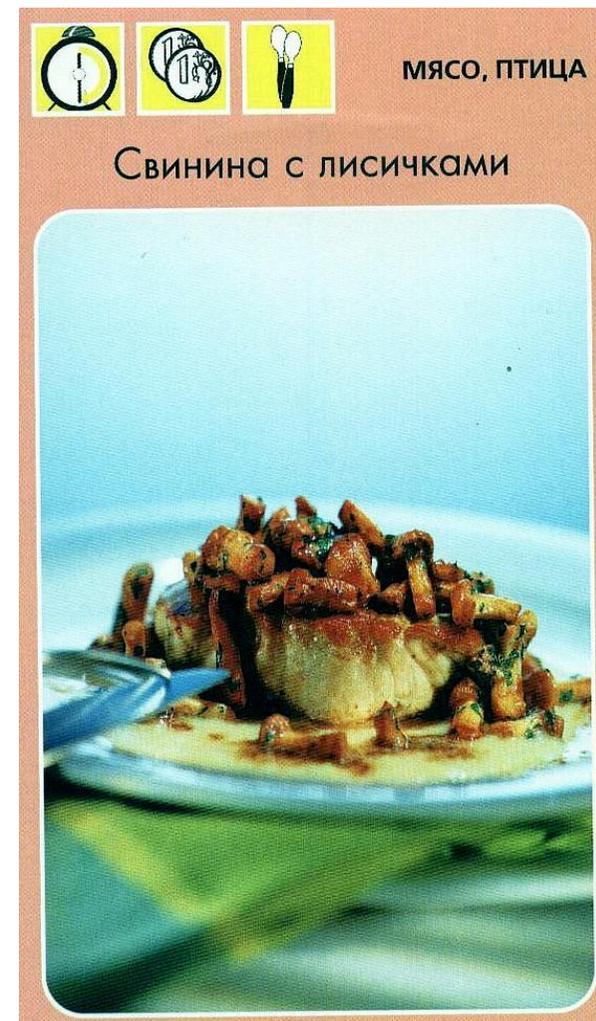
## 117. Свинина с лисичками

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина (мякоть с жиром). .... 600 г  
Лисички ..... 250 г  
Чеснок ..... 1-2 зубчика  
Шалфей ..... 2 веточки  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Белое столовое вино..... 2 ст. л.  
Лимонный сок ..... 1 ст. л.  
Сливки ..... 5 ст. л.  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Черный перец свежемолотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. С мякоти свинины срезать жир и измельчить его. Разрезать мясо на 8 толстых ломтей. Положить их по одному в полиэтиленовый мешок и тщательно отбить.
2. В большой сковороде растопить половину срезанного жира и обжарить мясо с обеих сторон. Затем переложить свинину на отдельное блюдо.
3. Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Чеснок очистить и пропустить через пресс. Шалфей вымыть, стряхнуть воду и измельчить.
4. В сковороде растопить оставшийся жир. Положить лук, чеснок и шалфей и, периодически помешивая, пассеровать в течение 3 мин.
5. Лисички почистить, вымыть, большие разрезать пополам.
6. Положить грибы в сковороду с луком и чесноком, добавить лимонный сок и пассеровать еще 2 мин, помешивая.
7. На эту же сковороду выложить свинину. Добавить вино, сливки, приправить по вкусу солью и перцем, накрыть крышкой, убавить нагрев и тушить до готовности.
8. Выложить порционные куски свинины и грибы на сервировочные тарелки. Оставшийся в сковороде соус перемешать, полить им свинину и посыпать измельченной зеленью петрушки.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Вместо шалфея подойдет другая пряная трава, а вместо вина -1 ч. ложка водки.

## 118. Свинина с пряной корочкой

### ИНГРЕДИЕНТЫ

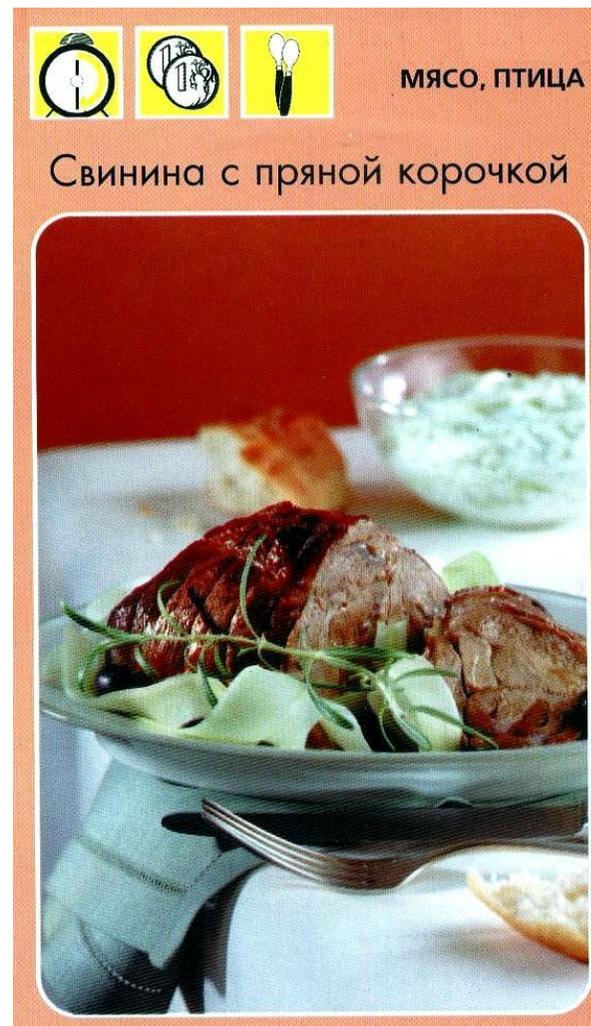
Свинина .....	800 г
Репчатый лук .....	2 шт.
Растительное масло. ....	2 ст. л.
Белое столовое вино.....	1/2 стакана
Яблочное повидло . ....	3 ст. л.
Горчица (готовая).....	1 ст. л.
Кориандр (молотый) .....	1 щепотка
Бульон.....	1/2 стакана
Сливки. ....	1/2 стакана
Маслины .....	8-10 шт.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Лук очистить, вымыть и разрезать пополам.
2. Свинину обмыть, срезать пленки и сухожилия. Свернуть ее в рулон и обвязать ниткой. Обжарить в глубоком противне в растительном масле. Добавить лук и вино.
3. Разогреть духовку до температуры 200°C и поставить в нее мясо на 15 мин.
4. Повидло смешать с горчицей, молотым кориандром, перцем и солью. 1/3 полученной смеси смазать мясо и тушить в духовке еще 30 мин, поливая образующимся соусом.
5. Смазать свинину оставшейся смесью, увеличить температуру в духовке до 220°C и тушить еще 15 мин.
6. Слить образовавшийся сок, влить в него бульон и сливки. Уварить смесь до густоты жидкой сметаны. Посолить и поперчить по вкусу.
7. Мясо нарезать порционными кусками, выложить на сервировочное блюдо, полить приготовленным соусом, украсить зеленью, маслинами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Если приготовленный в духовке большой кусок мяса завернуть в фольгу и снова поставить в выключенную уже духовку, мясо «настоится» и жаркое получится особенно сочным.



## 119. Свиное жаркое по-балкански

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Спиной окорок .....	800 г
Чеснок .....	5 зубчиков
Бекон .....	150 г
Топленое масло .....	1 ст. л.
Петрушка (корень и зелень) .....	1 шт.
Морковь .....	1 шт.
Тимьян .....	1 веточка
Розмарин .....	1 веточка
Укроп.....	1/2 пучка
Сметана. ....	2 с.л.
Томатная паста. . . . .	½ ч. л.
Белое сухое вино.....	1 стакан
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свиной окорок без кожи и костей натереть солью и черным молотым перцем.
2. Чеснок очистить, 3 зубчика нарезать соломкой. Сделать в мясе несколько глубоких надрезов и положить в них чеснок. Оставшийся чеснок растолочь и смазать им мясо.
3. Бекон нарезать очень тонкими ломтиками, обернуть ими свинину и аккуратно закрепить бекон ниткой.
4. Подогреть в форме для жаркого топленое масло и обжарить мясо. Затем долить 1/2 стакана воды и тушить в духовке 40-50 мин при 180°C, периодически поливая выделяющимся соком.
5. Укроп, зелень петрушки, тимьян и розмарин вымыть, стряхнуть воду и измельчить.
6. Морковь и корень петрушки очистить, вымыть и нарезать мелкими кусочками.
7. Измельченные зелень (2/3 от всего количества) и коренья добавить к мясу через 20 мин после начала тушения. Внести томатную пасту и влить вино.
8. Вынуть готовое мясо. Оставшийся в форме соус тщательно протереть через сито, добавить сметану и вскипятить.
9. На порционные тарелки налить приготовленный соус. Готовое жаркое нарезать порционными кусками, выложить сверху соуса, гарнировать отварным картофелем, посыпать оставшейся измельченной зеленью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Набор пряных трав зависит от сезона и пристрастий хозяйки.

**мясо, птица**

### Свиное жаркое по-балкански

быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 120. Свиные котлеты в пиве

### ИНГРЕДИЕНТЫ

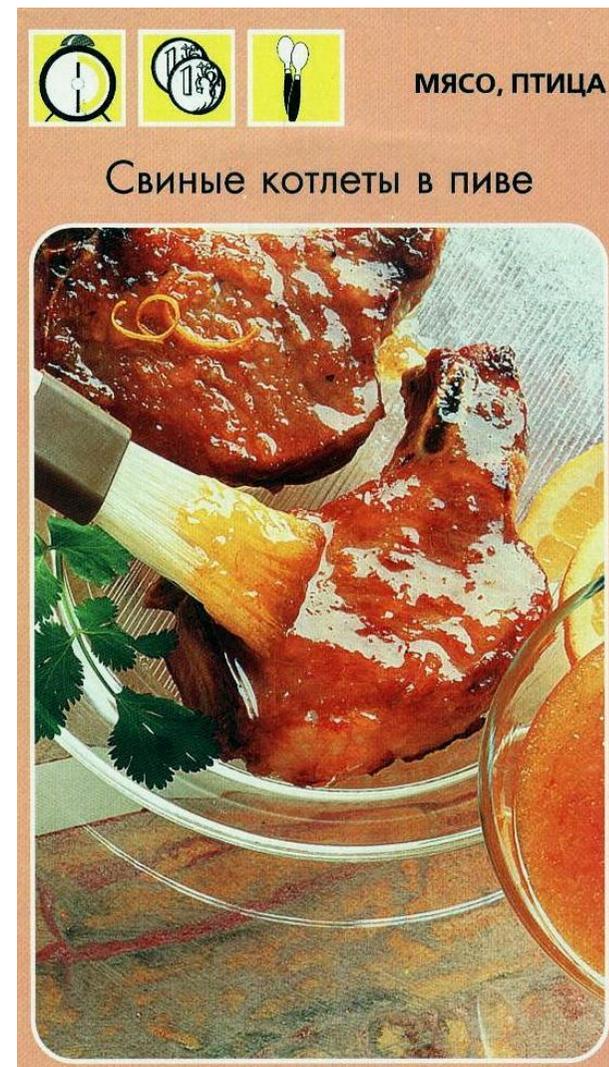
Свинина (корейка).....	600 г
Сало свиное .....	60 г
Репчатый лук.....	1 шт.
Пиво .....	1,5 стакана
Растительное масло .....	2 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Корейку вымыть, обсушить, нарезать широкими порционными кусками так, чтобы на каждом из них была реберная кость.
2. От конца кости каждого куска подрезать мясо на 30-40 мм и зачистить кость от пленок.
3. Мясо слегка отбить, перерезать сухожилия и срезать неровности с кромок.
4. Положить свиные котлеты в посуду, добавить нарезанный кольцами лук, залить пивом и настаивать 15-20 мин.
5. Достать котлеты из пива на доску, дать просохнуть, затем посолить и поперчить.
6. Разогреть сковороду, раскалить в ней масло и обжарить котлеты с обеих сторон.
7. Обжаренные свиные котлеты смазать сверху яичным желтком и поставить в разогретую духовку на 5-6 мин.
8. На подогретое блюдо положить котлеты, полить соком, полученным от жарки. Сверху посыпать кольцами «пивного» лука.
9. Гарнировать жареным картофелем, зеленым горошком или овощным ассорти.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Чтобы получить мясной сок для заливки, в сковороду, где жарились котлеты, добавить бульон из мясного кубика, затем жидкость процедить.



быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 121. Свиные котлеты по-особому

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свиные котлеты .....	8 шт. (по 80 г)
Растительное масло .....	3 ст. л.
Чеснок .....	1-2 зубчика
Стручки сладкого зеленого горошка .....	300 г
Зеленый горошек (без стручков) .....	200 г
Куриный бульон.....	1 стакан
Сливки.....	1/2 стакана
Взбитые сливки .....	3 ст. л.
Белое сухое вино .....	1 ст. л.
Лимонный сок .....	2 ст. л.
Сливочное масло .....	1 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свиные котлеты вымыть, обсушить бумажной салфеткой.
2. Чеснок очистить, пропустить через пресс, смешать с 2 ст. ложками растительного масла и смазать этой смесью котлеты. Затем их посолить, поперчить и обжарить в сковороде в оставшемся масле при сильном нагреве с каждой стороны в течение 5 мин.
3. Обрезать ножницами концы стручков сладкого зеленого горошка и бланшировать около 4 мин в кипящей подсоленной воде. Затем вынуть шумовкой и ополоснуть ледяной водой. Ту же операцию проделать и с зеленым горошком без стручков.
4. Уварить куриный бульон, сливки, вино и лимонный сок в кастрюле при сильном нагреве до 2/3 первоначального объема.
5. Половину подготовленных стручков и зеленого горошка добавить к уваренному соусу. Взбить полученную смесь миксером в пюре и протереть через сито.
6. Разогреть протертый соус, перемешать его со взбитыми сливками и приправить по вкусу солью и молотым перцем.
7. Оставшийся зеленый горошек и стручки обжарить в сковороде на сливочном масле и приправить по вкусу солью и перцем.
8. Выложить на сервировочные тарелки свиные котлеты, стручки и зеленый горошек, полить приготовленным соусом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Мясо гарнируют жареным картофелем, рассыпчатым рисом или гречневой кашей.

**мясо, ПТИЦА**

### Свиные котлеты по-особому

быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

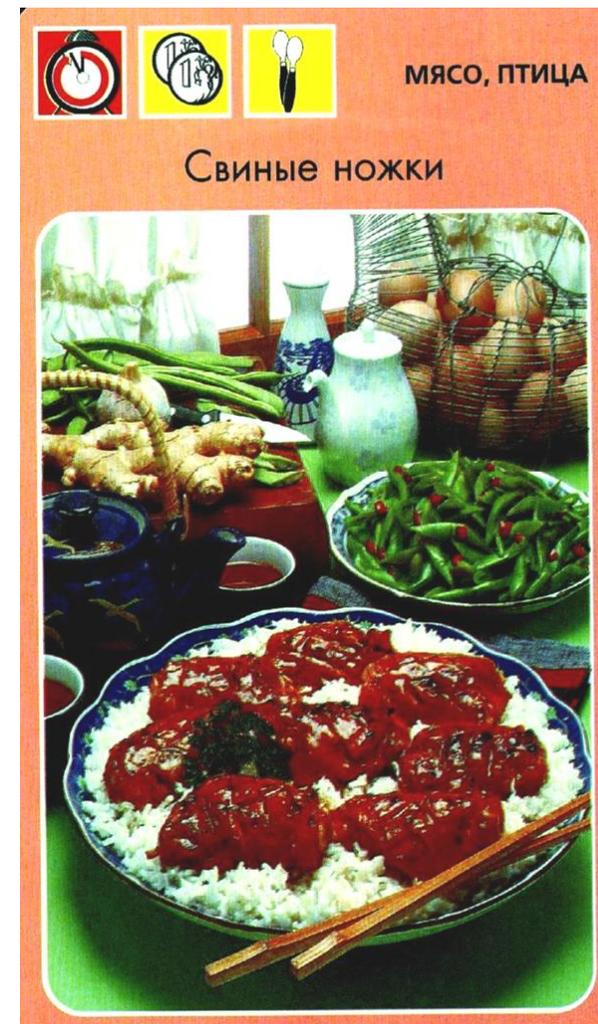
## 122. Свиные ножки

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свиные ножки ..... 8 шт.  
Яйца ..... 2 шт.  
Мука ..... 2 стакана  
Панировочные сухари..... 1 стакан  
Морковь..... 2 шт.  
Петрушка (корень) ..... 2 шт.  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Растительное масло ..... 6-8 ст. л.  
Соевый соус ..... 5 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свиные ножки ошпарить, очистить, натереть мукой (1 стакан) и опалить, чтобы удалить оставшиеся волоски. После этого ножки промыть и разрубить вдоль и поперек на 4 части.
2. Затем ножки положить в кастрюлю и залить холодной водой.
3. Морковь, корень петрушки и лук очистить, вымыть и, нарезав крупными кусками, положить в кастрюлю с ножками, добавить соль и варить примерно 3-4 ч.
4. Сваренные ножки вынуть из бульона шумовкой (отделив и удалив кости - так называемые бабки), сделать глубокие косые надрезы, поперчить, посолить. Затем обвалить в муке, смочить во взбитых яйцах, обвалить в сухарях и обжарить на сковороде с раскаленным маслом до золотистого цвета. В конце жарки полить ножки соевым соусом.
5. На подогретое блюдо выложить отваренный рассыпчатый рис, сверху разместить жареные свиные ножки, полить оставшимся на сковороде соусом.
6. В качестве гарнира к свиным ножкам подойдут также отварной картофель, консервированная стручковая фасоль и т. д.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Ножки можно приготовить и в отварном виде под белым соусом.
- Бульон, полученный при варке ножек, хорошо использовать для приготовления супов и соусов.

## 123. Свиные отбивные по-австрийски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

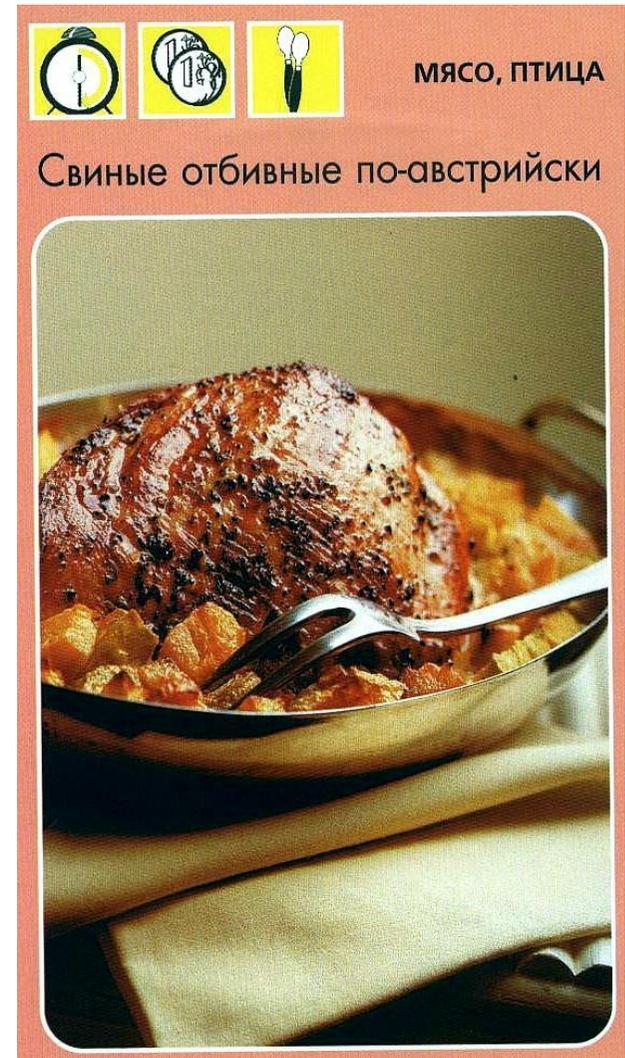
Свиные отбивные..... 4 шт. (по 150 г)  
Растительное масло. .... 1 ст. л.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Белокочанная капуста ..... 1/2 кочана  
Картофель ..... 6-8 шт.  
Овощной отвар..... 1/2 стакана  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Тмин (семена). .... 1 ст. л.  
Черный перец свежемолотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В огнеупорной жаровне разогреть растительное масло и слегка обжарить подготовленные свиные отбивные с каждой стороны в течение 2 мин, пока не образуется золотистая корочка.
2. Лук очистить, вымыть и нарезать тонкими кольцами. Чеснок очистить и пропустить через пресс. Чистую капусту мелко нашинковать. Картофель очистить, вымыть и нарезать ломтиками.
3. Вынуть отбивные из жаровни. Положить в нее лук и чеснок, пассеровать при слабом нагреве, периодически помешивая, в течение 2 мин.
4. Добавить, помешивая, капусту и тушить около 3 мин.
5. Влить в жаровню овощной отвар, перемешать, сверху выложить свиные отбивные и посыпать семенами тмина.
6. Слегка приправить солью и перцем, выложить сверху картофель и снова приправить солью и перцем.
7. Накрывать жаровню крышкой и тушить при слабом нагреве примерно 20 мин до полной готовности овощей и мяса.
8. Максимально разогреть духовку. Снять с жаровни крышку и поместить мясо на несколько минут в духовку, чтобы кушанье слегка зарумянилось.
9. Посыпать мясо измельченной зеленью петрушки и подать в посуде, в которой запекалось.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Эффектно выглядят свиные отбивные по-австрийски, приготовленные в порционной посуде.



МЯСО, ПТИЦА

### Свиные отбивные по-австрийски



быстро



дешево



легко



обычно



обычно



обычно



долго



дорого



трудно

## 124. Свиные отбивные

### ИНГРЕДИЕНТЫ

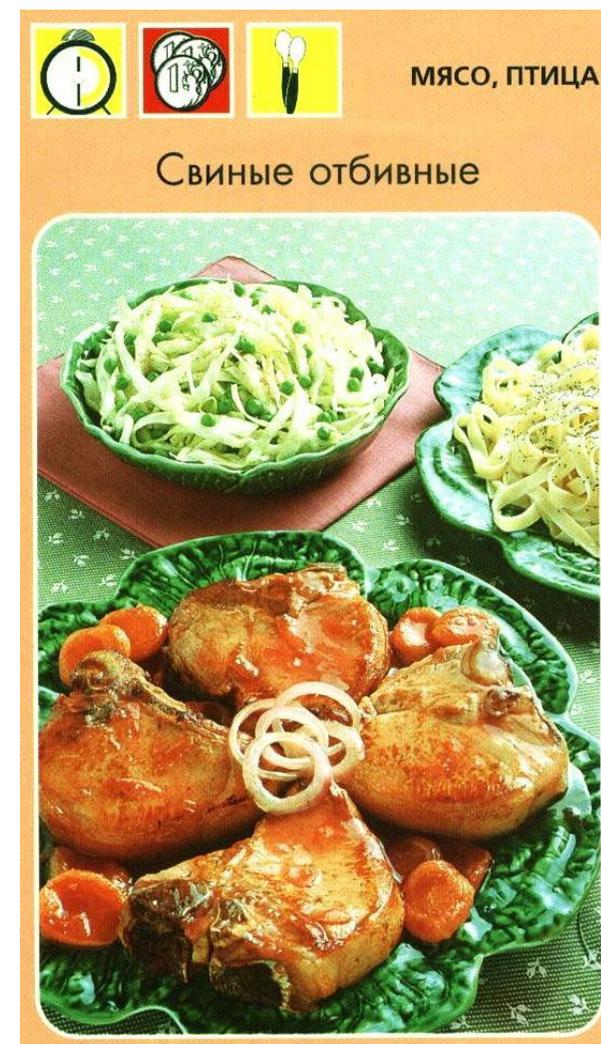
Свинина (корейка) ..... 1 кг  
Репчатый лук ..... 3 шт.  
Растительное масло ..... 2 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Кусок свиной корейки вымыть, осушить, разрезать на порционные куски толщиной 1,5 см. Отбить с обеих сторон, посолить и поперчить.
2. Лук очистить и нарезать кольцами.
3. Положить в кастрюлю лук и мясо в несколько слоев. Последний слой должен быть из лука. Закрывать кастрюлю крышкой и поставить в холодильник на 5-10 ч.
4. Незадолго до подачи разогреть две большие сковороды, раскалить в них масло, положить куски мяса и обжаривать каждую сторону в течение 4 мин.
5. Выложить отбивные на подогретое блюдо, вокруг разместить любой гарнир: отварной картофель, тушеную морковь, замоченную курагу. Украсить репчатым луком, нарезанным кольцами.
6. Отдельно можно подать любой салат из свежих овощей (капусты, редьки, редиса, огурцов).

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Чтобы быстро приготовить отбивные, без предварительной обработки мяса, достаточно отбить их, посолить, поперчить, затем смазать горчицей и пожарить вышеуказанным способом.



## 125. Сомса по-казахски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Мука ..... 4 стакана  
Яйцо ..... 1 шт.  
Растительное масло..... 1 ст. л.  
Соль

#### Для начинки:

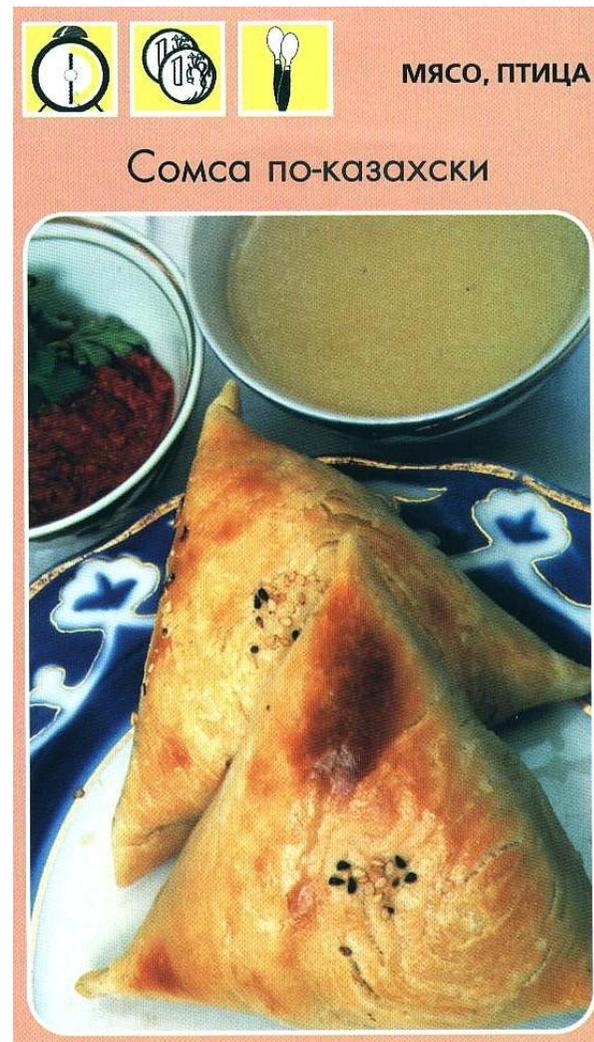
Баранина (мякоть) . . . . . 300 г  
Говядина (мякоть)..... 300 г  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В эмалированную посуду влить неполный стакан воды, добавить соль и нагреть. На горячей подсоленной воде из муки замесить некрутое тесто. Разделить его на части и каждую часть раскатать в небольшую лепешку.
2. Мякоть баранины и говядины вымыть, срезать пленки и сухожилия. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.
3. Мясо и лук пропустить через мясорубку, добавить по вкусу соль и черный молотый перец и тщательно перемешать.
4. На подготовленные лепешки выложить мясной фарш и защипать края так, чтобы получить пирожки треугольной формы.
5. Разогреть духовку до 200°C. Противень смазать маслом, выложить на него сомсу, смазать поверхность яйцом и выпекать в духовке, пока пирожки не зарумянятся.
6. Готовую сомсу выложить на блюдо или порционные тарелки и подать горячей.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Сомса пропечется лучше, если на противне вокруг нее, оставить пустое место.
- Чтобы сомса не засыхала, ее лучше хранить в керамической посуде, накрытой салфеткой, или в полиэтиленовом пакете.
- Черствая сомса станет как свежая, если ее завернуть в фольгу и ненадолго поместить в духовку.



МЯСО, ПТИЦА

Сомса по-казахски

 быстро

 дешево

 легко

 обычно

 обычно

 обычно

 долго

 дорого

 трудно

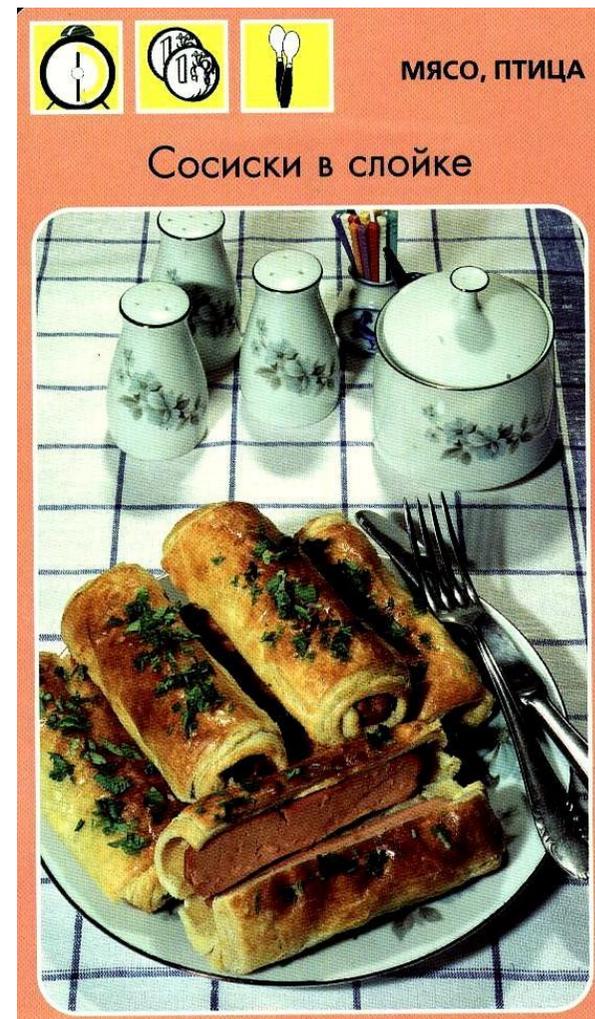
## 126. Сосиски в слойке

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Мука..... 2 стакана  
Лимонная кислота ..... 8 капель  
Сливочное масло..... 250-300 г  
Сосиски ..... 10 шт.  
Яйцо. .... 1 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Налить в миску воду (1 стакан), добавить лимонную кислоту, соль и просеянную муку.
2. Замесить тесто в течение 5-8 мин, пока оно не станет отделяться от рук и миски.
3. Скатать тесто в шар. Положить на посыпанный мукой стол, накрыть салфеткой и оставить на 25-30 мин.
4. Размять сливочное масло, добавить муку (2 ст. ложки) и перемешать. Сформовать из масла плоскую четырехугольную лепешку.
5. Надрезать тесто ножом крестообразно, подсыпать муку и раскатать так, чтобы середина пласта была толще, чем края.
6. В центр пласта положить масляную лепешку, накрыть ее длинными краями пласта и защипать края.
7. Полученный конверт опылить мукой. Раскатать в прямоугольник толщиной 10 мм и сложить вчетверо. Накрыть салфеткой и оставить на 10 мин.
8. Затем перевернуть и вновь раскатать толщиной 10 мм. После чего еще трижды повторить эту операцию, каждый раз увеличивая время промежуточного охлаждения на 10 мин.
9. Раскатать тесто в пласт толщиной 3-5 мм, разрезать на полосы.
10. Сосиски вымыть теплой водой и закатать в полоски теста.
11. Разогреть духовку до температуры 230-240°C. Противень сбрызнуть водой, уложить изделия, смазать их взбитым яйцом и выпекать 15-20 мин.
12. Готовые сосиски в слойке выложить на блюдо и посыпать зеленью.



МЯСО, ПТИЦА

### Сосиски в слойке



 быстро

 дешево

 легко

 обычно

 обычно

 обычно

 долго

 дорого

 трудно

## 127. Сочное жаркое с маринадом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Вырезка из говядины .....	800 г
Соевый соус .....	3 ст. л.
Растительное масло .....	3-5 ст. л.
Апельсиновое повидло. . . . .	2 ст. л.
Кетчуп .....	2 ст. л.
Репчатый лук .....	1 шт.
Яблоко .....	1 шт.
Топленое масло .....	3 ст. л.
Сливочное масло .....	2 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Говяжью вырезку вымыть и обсушить салфеткой.
2. Перемешать в миске растительное масло, соевый соус, черный молотый перец, кетчуп и апельсиновое повидло.
3. Полученной смесью намазать мясо, положить его в посуду, полить оставшимся маринадом. Накрывать посуду крышкой и поставить в холодильник примерно на 3 ч.
4. Вынуть мясо из маринада, положить в дуршлаг и дать маринаду стечь, собрав его в отдельную посуду,
5. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими кольцами. Яблоко очистить от кожицы и семенных коробочек, нарезать небольшими кусочками и вместе с луком потушить в жаровне до мягкого состояния в топленом масле.
6. Вынуть лук с яблоком из жаровни и поставить в теплое место.
7. Вырезку нарезать кусочками толщиной 3 см и обжарить в оставшемся в жаровне жире. Затем добавить сливочное масло, при необходимости подсолить, снизить температуру, накрыть посуду крышкой и тушить мясо еще 2 мин.
8. Добавить тушеную смесь из яблока и лука и опять потушить под крышкой еще в течение 2 мин.
9. На сервировочные тарелки выложить тушеную смесь с кусочком вырезки, полить мясо маринадом, украсить зеленью и свежими овощами.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Сочное жаркое с маринадом можно гарнировать картофельным пюре, рассыпчатым рисом или макаронами.

**мясо, птица**

### Сочное жаркое с маринадом

быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

## 128. Таджин из говядины

### ИНГРЕДИЕНТЫ

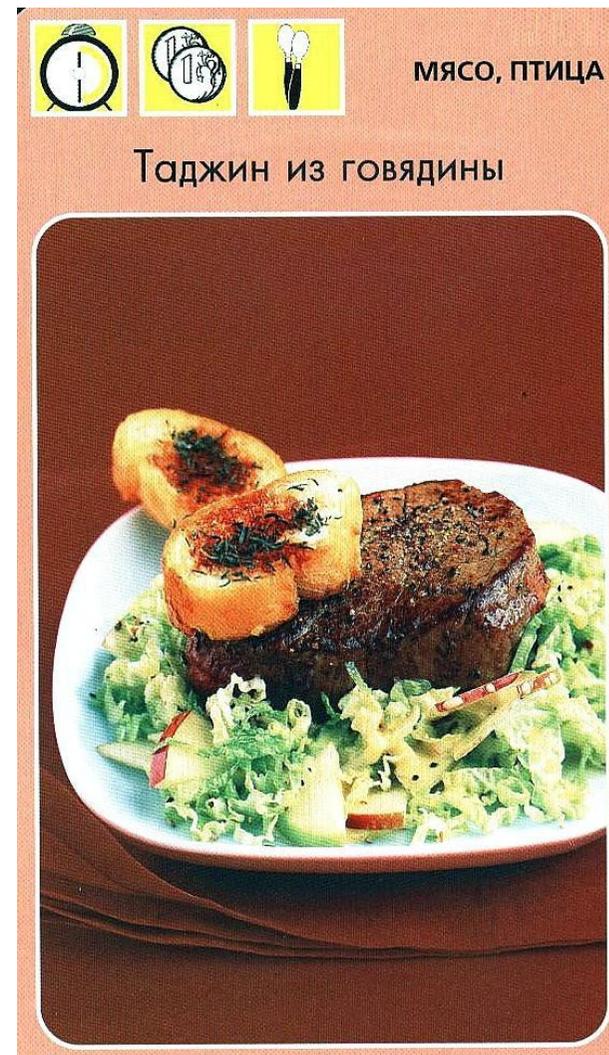
Филе говядины..... 4 шт. по 150 г  
Разноцветный перец горошком ..... 1 ст. л.  
Растительное масло ..... 4 ст. л.  
Батон-багет..... 8 кусков  
Томатная паста ..... 2 ст. л.  
Сыр ..... 50 г  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Филе говядины вымыть холодной проточной водой. Обсушить мясо бумажной салфеткой и отбить.
2. Разноцветные горошины перца размолоть на крупные частички. Натереть куски филе так, чтобы крупинки вонзились в поверхность мяса, оставить на 1-2 ч в холодильнике.
3. В сковороде разогреть растительное масло (2 ст. ложки), положить подготовленное мясо, посолить, поперчить и обжарить в течение 4-6 мин с каждой стороны до образования золотистой корочки.
4. Снять куски говядины со сковороды и выложить на сервировочные подогретые тарелки.
5. Куски батона-багета посыпать тертым сыром, полить томатной пастой и обжарить на сковороде с растительным маслом.
6. Гарнировать готовую говядину свежими овощами, гренками.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Прекрасным гарниром к говядине по-арабски послужат рис с грибами, китайская капуста с яблоками.



## 129. Телятина "Антуан"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

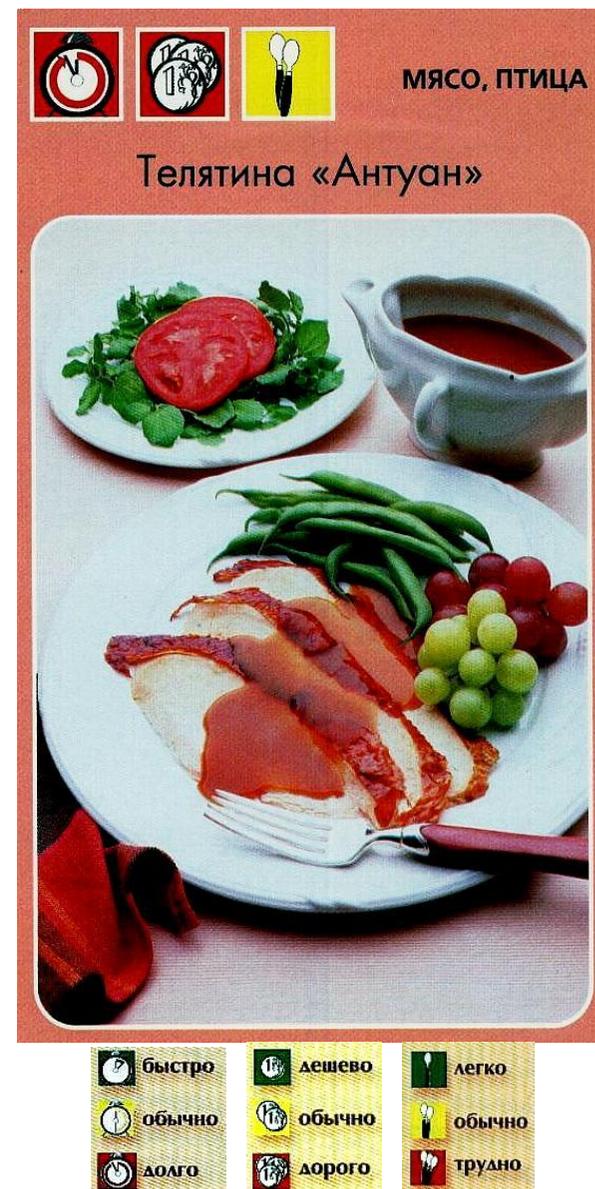
Телятина (мякоть) . . . . . 1,5-2 кг  
Топленое масло. . . . . 2-3 ст. л.  
Соль  
Для томатного майонеза:  
Майонез . . . . . 3 ст. л.  
Йогурт (1,5%-й жирн.) . . . . . 200 г  
Томатная паста . . . . . 1,5 ст. л.  
Томатный сок . . . . . 3 ст. л.  
Чесночная соль . . . . . 2/3 ч. л.  
Красный перец молотый . . 1/3 ч. л.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо очистить от пленок, вымыть, положить в молоко и выдержать в холодильнике около 2 ч.
  2. Обсушить, натереть телятину солью, поместить на противень, подложив под него фольгу, чтобы не подгорело.
  3. Полить мясо расплавленным топленым маслом, поместить в предварительно разогретую духовку и жарить на среднем огне примерно 1 ч. Через каждые четверть часа поливать мясо образовавшимся при жарении соком и поворачивать.
  4. Готовность проверять прокалыванием вилкой: если она входит легко и из прокола выступит не кровь, а светло-сероватый сок, значит мясо готово.
  5. Перед подачей на стол нарезать ломтиками, уложить порционно на тарелки и полить томатным майонезом.
  6. Гарнируют телятину в зависимости от фантазии хозяйки. Один из вариантов приведен на иллюстрации.
- Томатный майонез
7. Смешать майонез, йогурт, томатную пасту, томатный сок, чесночную соль и перец. Все ингредиенты хорошенько взбить венчиком.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Лучшее жаркое из телятины получается из окорока и филейной части.
- В отличие от говядины, телятина должна быть прожарена полностью.



## 130. Телятина в ягодном соусе

### ИНГРЕДИЕНТЫ

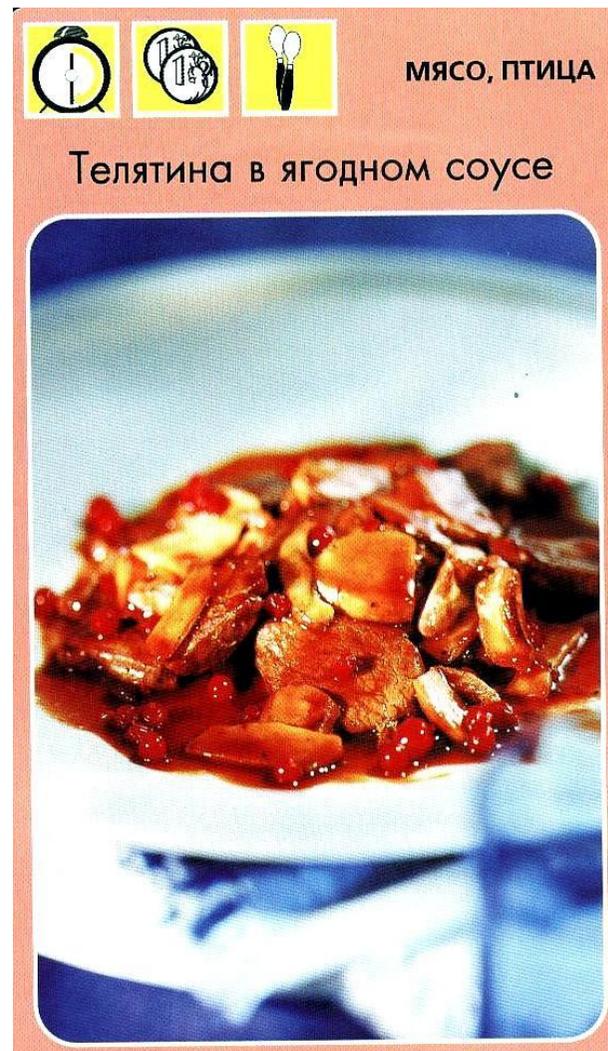
Телятина (мякоть) . . . . . 500 г  
Соевый соус . . . . . 2-3 ст. л.  
Маринад от смородины. . . . . 1/2 стакана  
Мед . . . . . 1 ч. л.  
Шампиньоны . . . . . 200 г  
Растительное масло. . . . . 2 ст. л  
Красная смородина маринованная . . . . 1/2стакана  
Красный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мякоть телятины без пленок вымыть, обсушить полотенцем и нарезать кусочками.
2. Соевый соус тщательно перемешать с медом, полить им кусочки мяса и мариновать их около 1 ч.
3. Грибы очистить, вымыть, выложить на салфетку, обсушить и нарезать ломтиками.
4. Маринованную красную смородину откинуть на дуршлаг, ягодный маринад собрать в отдельную емкость.
5. Телятину вынуть из соевого маринада и с двух сторон обжарить в растительном масле на сковороде (около 30 мин).
6. Добавить в сковороду подготовленные грибы и тушить еще 3-5 мин.
7. Влить в сковороду соевый маринад и красносмородиновый маринад от ягод, посолить и поперчить по вкусу, тушить 5 мин при слабом кипении.
8. Добавить ягоды красной смородины, вскипятить и выложить на сервировочные тарелки.  
к сведению хозяйки:

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Прекрасным гарниром к этому блюду послужит отварная лапша или макароны.
- Вместе с ягодами для усиления вкуса кушанья вносят разные пряности в зависимости от пристрастий хозяйки.



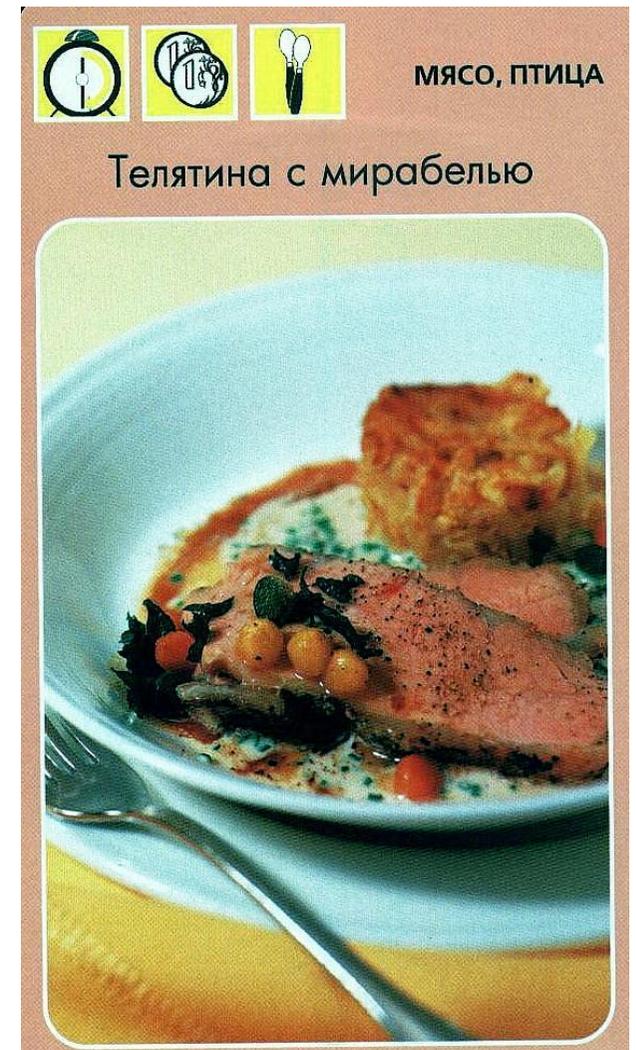
## 131. Телятина с мирабелью

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Телятина (мякоть).....	800 г
Сливочное масло .....	1 ст. л.
Суповая зелень .....	1 пучок
Белое сухое вино .....	1 стакан
Сметана. ....	2 ст. л.
Мясной бульон .....	1/2 стакана
Мирабель. ....	1 стакан
Черный перец свежемолотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Телятину промыть холодной водой, срезать пленки, обсушить, натереть солью и перцем.
2. Нагреть духовку до температуры 200°C.
3. Суповую зелень перебрать, очистить, промыть, просушить полотенцем и мелко нарезать.
4. Сливочное масло растопить. Положить мясо в форму для запекания и полить сливочным маслом.
5. Добавить суповую зелень и запекать в духовке 1,5 ч, не накрывая крышкой. Во время жаренья поливать мясо белым сухим вином.
6. Вынуть мясо из формы, завернуть в фольгу и поставить в теплое место.
7. К соку от жаркого добавить мясной бульон, вскипятить, положить сметану, при необходимости приправить по вкусу солью и перцем, перемешать.
8. Мирабель перебрать, промыть, дать стечь воде, положить в посуду с соусом и разогреть.
9. Вынуть из фольги телятину и нарезать ломтиками. Выложить на блюдо или сервировочные тарелки и полить соусом с ягодами.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Для соуса подойдут также свежие или консервированные персики, разрезанные на 4 части, ягоды синего и зеленого винограда и т. д.

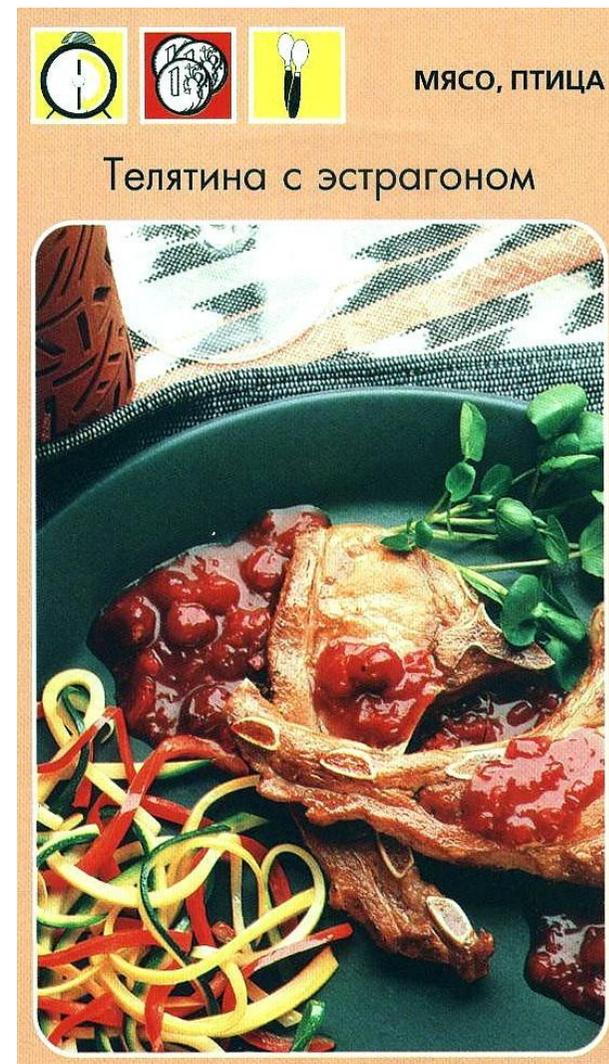
## 132. Телятина с эстрагоном

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Телятина ..... 800 г  
Томатная паста ..... 50 г  
Мука ..... 1 ст. л.  
Эстрагон (листья)..... 7-10 шт.  
Сливочное масло ..... 100 г  
Петрушка (зелень). ..... 1/2пучка  
Красный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо очистить от пленки, вымыть, обсушить. Разделить на порционные куски с косточкой, слегка отбить, натереть солью, перцем.
2. Выложить телятину на сковороду с разогретым маслом и обжарить, не давая сильно подрумяниться. Затем переложить в отдельную посуду.
3. В сковороду, где жарилось мясо, добавить томатную пасту, спассеровать, а после развести крепким бульоном, сваренным из костей телятины. Положить муку, смешанную с маслом, прокипятить, процедить.
4. В соус положить листья эстрагона, затем - обжаренные куски телятины и припускать их в течение 5-10 мин.
5. Перед подачей на стол телятину выложить на подогретое блюдо, соус заправить сливочным маслом и полить им мясо.
6. На гарнир подать рассыпчатую рисовую кашу, жареный картофель или сложный овощной гарнир.
7. Украсить блюдо свежей зеленью.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- гарнировать блюдо нарезанными соломкой свежими овощами, к примеру, разноцветным сладким перцем.

## 133. Телячье филе с винным соусом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

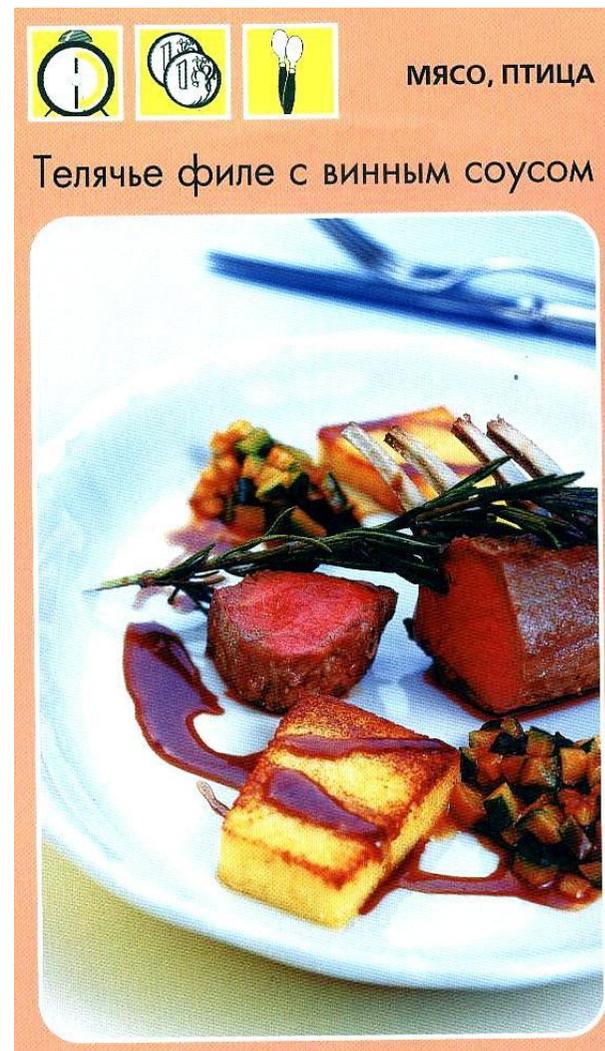
Телятина (филе) ..... 800 г  
Красное вино ..... 3/4 стакана  
Острый соус ..... 2 ст. л.  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Морковь ..... 2 шт.  
Топленое масло ..... 2 ст. л.  
Куриный бульон ..... 1 стакан  
Томатный соус ..... 1 ст. л.  
Сливочное масло ..... 2-3 ст. л.  
Мука ..... 3 ч. л.  
Набор сухих пряностей  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Смешать красное вино и острый соус. Телячье филе обмыть, срезать сухожилия, поместить филе в посуду, залить винным маринадом и оставить на 8-10 ч.
2. Морковь и репчатый лук очистить, вымыть и порезать кубиками.
3. Духовку нагреть до температуры 200°C. Разогреть в жаровне топленое масло.
4. Филе достать из винного маринада, дать стечь жидкости и обжарить его в топленом масле до появления золотистой корочки (примерно 5 мин).
5. Посолить и поперчить, заправить пряностями по вкусу, добавить подготовленные овощи и все немного потушить.
6. Залить филе с овощами маринадом и поставить в духовку на 15 мин. Затем филе завернуть в фольгу, чтобы не остыло.
7. Сок из жаровни слить в небольшую кастрюльку, добавить куриный бульон и вскипятить.
8. Томатный соус, сливочное масло и муку перемешать и добавить полученную массу в соус в качестве наполнителя.
9. Соус довести до кипения и заправить сухими пряностями по вкусу.
10. Мясо разрезать, выложить на блюдо или сервировочные тарелки и полить небольшим количеством соуса.
11. Украсить кушанье зеленью, свежими или тушеными овощами, гренками с чесноком. Отдельно подать оставшийся соус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Кушанье получается одинаково аппетитным и из говяжьей, и из свиной вырезки.



## 134. Телячьи ножки под соусом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

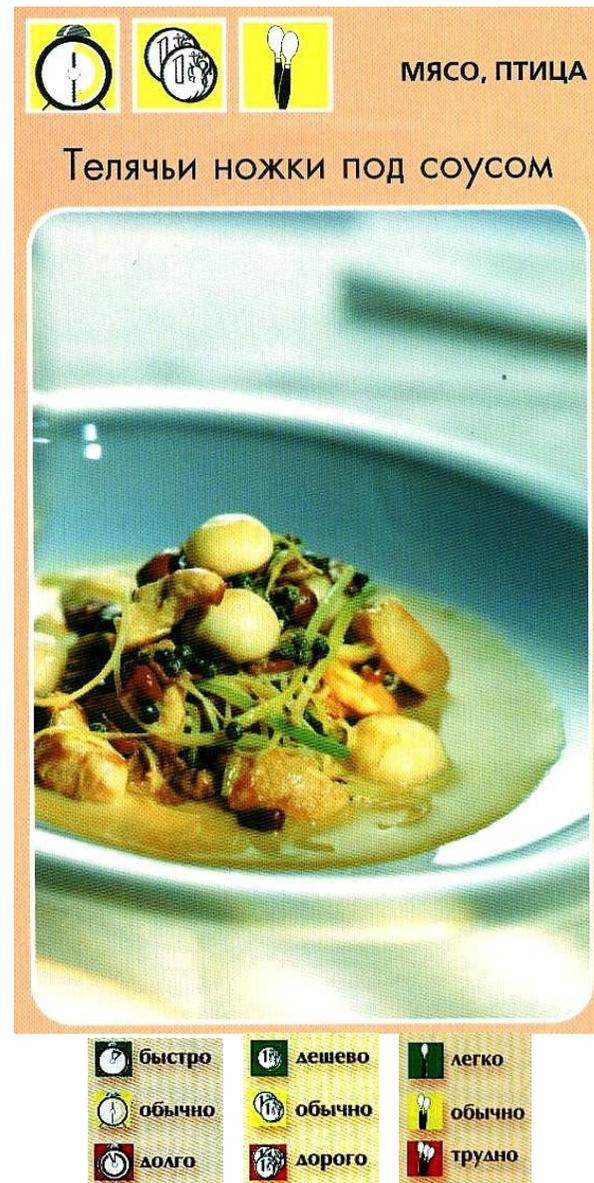
Телячьи ножки ..... 4 шт.  
Сливочное масло ..... 1 ст. л.  
Морковь ..... 1 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Сладкий перец ..... 1 шт.  
Мука ..... 1 ст. л.  
Грибы (шампиньоны) ..... 10 шт.  
Яичный желток ..... 1 шт.  
Сметана ..... 1 ст. л.  
Петрушка (зелень) ..... 1 пучок  
Лимон..... 1 шт.  
Каперсы ..... 2 ст. л.  
Черный перец горошком . 5 шт.  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Очищенные телячьи ножки обмыть и погрузить их в кипящую воду на 5 мин, затем вынуть и обдать холодной водой.
2. Репчатый лук и морковь очистить, вымыть и крупно нарезать. Пучок зелени промыть и стряхнуть воду.
3. Сковороду заполнить водой на 3/4 и поставить на огонь. Положить туда ножки, лук, морковь, пучок зелени, перец, соль по вкусу, закрыть крышкой и варить 45 мин.
4. Ножки вынуть, бульон перелить в кастрюлю. Отделить мясо от костей и положить на блюдо.
5. Грибы очистить, обмыть, нарезать ломтиками. Кастрюлю с бульоном поставить на огонь и положить туда грибы.
6. Сливочное масло размягчить, смешать с мукой и положить в бульон. Довести до кипения и кипятить 5 мин, затем снять полученный соус с грибами с огня.
7. Лимон вымыть, разрезать пополам и отжать сок. Сладкий перец освободить от плодоножки, семян, промыть, просушить полотенцем и нарезать мелкой соломкой.
8. Непосредственно перед подачей на стол взбить желток, сметану, лимонный сок, нарезанный сладкий перец и ввести их в соус.
9. Полить соусом кусочки мяса на блюде, посыпать его каперсами и горячим подать на стол.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Кушанье можно приготовить и в духовке, только потребуется больше времени.



МЯСО, ПТИЦА

Телячьи ножки под соусом

быстро дешево легко  
обычно обычно обычно  
долго дорого трудно

## 135. Тефтели по-гречески

### ИНГРЕДИЕНТЫ

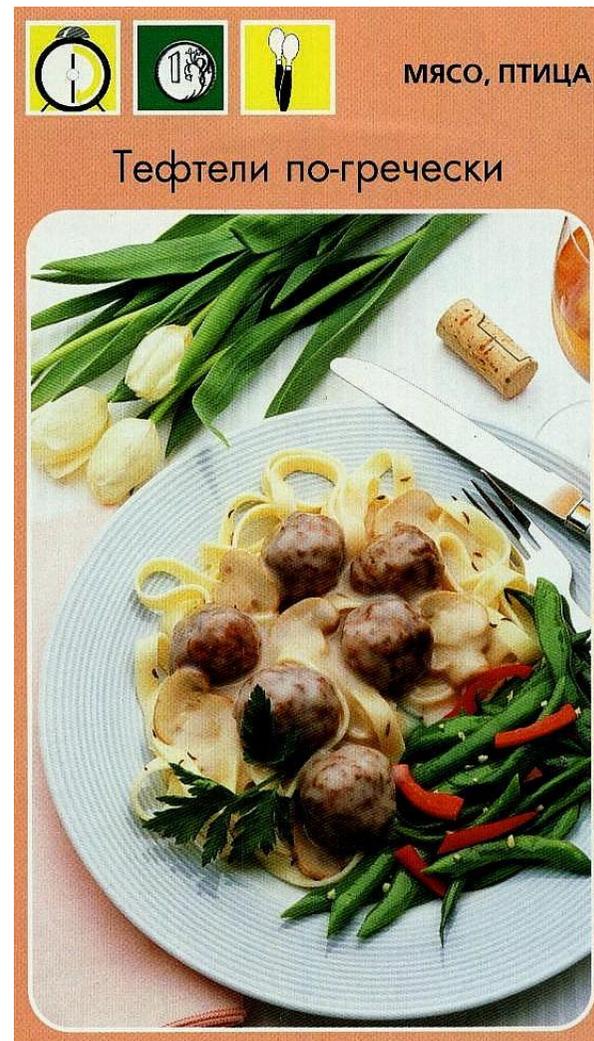
Говядина (мякоть) .... 700 г	Кулинарный жир ..... 70 г
Белый хлеб ..... 140 г	Лавровый лист ..... 1 шт.
Репчатый лук ..... 100 г	Душистый перец горошком ..... 2 шт.
Морковь ..... 70 г	Сахарный песок ..... 1 ч. л.
Брюква ..... 70 г	Петрушка (зелень) . .... 1 пучок
Петрушка (корень)..... 70 г	Черный перец молотый
Томатная паста. .... 100 г	Соль
Мука ..... 50 г	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо обмыть, очистить от сухожилий, разрезать на небольшие куски и дважды пропустить через мясорубку.
2. Хлеб (без корочек) размочить в воде, отжать, соединить с рубленным мясом. Затем всю массу пропустить через мясорубку.
3. Из полученного фарша сформовать небольшие шарики, запанировать в муке, обжарить на раскаленной сковороде с жиром, затем сложить в глубокий сотейник.
4. Лук, морковь, брюкву и корень петрушки очистить, нарезать соломкой и обжарить на сковороде. Добавить томатную пасту, лавровый лист, душистый перец, рубленую зелень петрушки, влить немного воды и тушить почти до готовности кореньев.
5. Полученный соус заправить солью, сахарным песком, молотым перцем и залить им тефтели.
6. Сотейник накрыть крышкой, потушить тефтели 10-12 мин.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Готовые тефтели подать с отварными макаронами. В качестве гарнира подойдет и тушеная стручковая фасоль.



## 136. Тефтели по-индийски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Бараний фарш .....	600 г
Булочка .....	1 шт.
Морковь .....	2 шт.
Репчатый лук .....	1 шт.
Чеснок .....	2 зубчика
Кинза (зелень).....	1/2 пучка
Яйцо .....	1 шт.
Кэрри .....	2 ст. л.
Топленое масло .....	1-2 ст. л.
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Булочку размочить в теплой воде, отжать и размять вилкой.
2. Морковь очистить, вымыть и натереть на мелкой терке.
3. Репчатый лук и чеснок очистить, вымыть и мелко порубить.
4. Кинзу перебрать, вымыть, обсушить на полотенце, разделить листочки от стебля и измельчить.
5. Фарш из баранины выложить в большую миску, добавить подготовленный хлебный мякиш, измельченные морковь, лук, чеснок и кинзу. Затем отбить яйцо, прибавить порошок кэрри, посолить по вкусу, обильно поперчить и вымесить однородную массу.
6. Влажными руками скатать из фарша небольшие шарики.
7. Топленое масло разогреть на большой сковороде и обжарить в нем тефтели со всех сторон.
8. Готовые тефтели выложить на сервировочное блюдо, полить соусом, рекомендованным к мясу, гарнировать тушеными овощами, украсить зеленью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Отдельно к тефтелям по-индийски рекомендуется подать острый соус.

**мясо, птица**

### Тефтели по-индийски

быстро	дешево	легко
обычно	обычно	обычно
долго	дорого	трудно

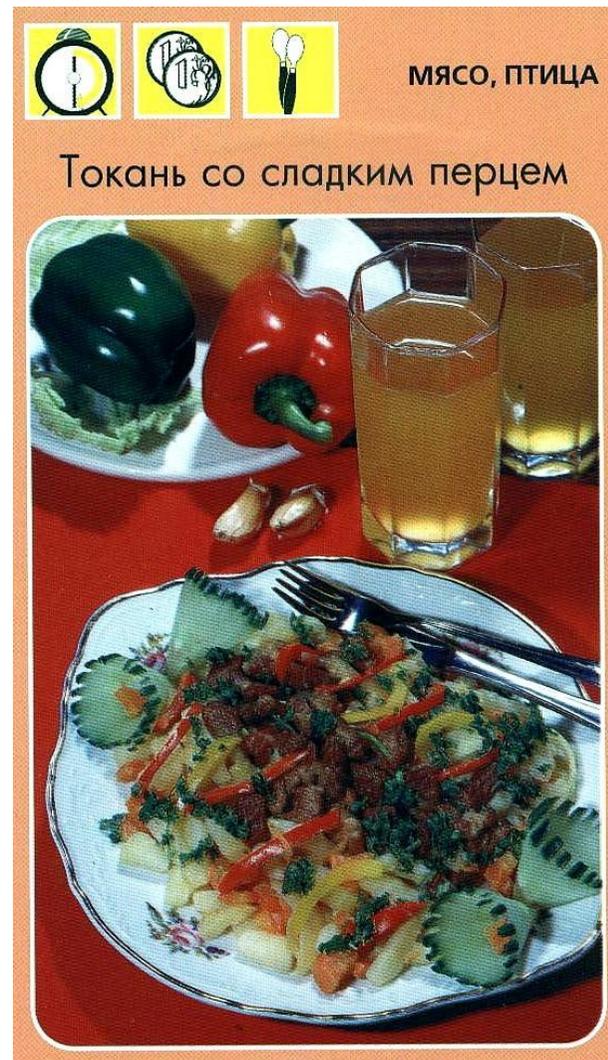
## 137. Токань со сладким перцем

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть).....	600 г
Репчатый лук .....	2 шт.
Сладкий перец (разноцветный) .....	3 шт.
Растительное масло.....	4 ст. л.
Томаты .....	5 шт.
Чеснок .....	4 зубчика
Кориандр .....	2 ч. л.
Розмарин .....	2 ч. л.
Тимьян .....	2 ч. л.
Тмин .....	2 ч. л.
Лавровый лист. ....	2 шт.
Бульонный кубик овощной .....	1/2 шт.
Сливки.....	1/2 стакана
Красный перец молотый . ....	1/4 ч.л.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо промыть, срезать пленки и жир, обсушить салфеткой и нарезать кусочками. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.
2. Перец вымыть, удалить плодоножки, семена и нарезать тонкими полосками.
3. Разогреть в жаровне растительное масло и обжарить в нем кусочки мяса со всех сторон. Добавить колечки лука и еще пожарить.
4. В конце жарения добавить подготовленный сладкий перец, приправить красным молотым перцем.
5. Томаты вымыть, ошпарить кипятком, снять кожицу и размять. Пюре можно протереть через сито.
6. Чеснок очистить и пропустить через пресс в жаровню с мясом. Добавить приготовленные томаты, приправить кориандром, розмарином, тимьяном, тмином, лавровым листом.
7. Из половины овощного бульонного кубика приготовить концентрированный отвар (4 ст. ложки) и влить его в мясо.
8. Закрыть жаровню крышкой и варить токань при слабом нагреве около 1 ч, периодически помешивая. Перед подачей на стол вынуть лавровый лист, заправить сливками и при необходимости добавить соль.
9. Готовое блюдо разложить по сервировочным тарелкам. Можно украсить свежими овощами, посыпать мелко нарезанной зеленью.



## 138. Тушеная утка с капустой

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Утка ..... 1 шт. (около 1,2 кг)  
Шпик (соленый)..... 200 г  
Репчатый лук ..... 1-2 шт.  
Морковь ..... 1 шт.  
Квашеная капуста ..... 1 кг  
Мясной бульон ..... 1/2 стакана  
Красный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Выпотрошить тушку утки, промыть, обсушить и разрезать на куски.
2. Шпик очистить от соли, срезать шкурку и нарезать тонкими ломтиками. Репчатый лук и морковь очистить, вымыть и нашинковать. Если квашеная капуста слишком кислая, промыть ее и слегка отжать.
3. Дно кастрюли выстлать ломтиками шпика. Положить на него куски утки, посолить, посыпать перцем, нарезанными луком и морковью.
4. Сверху разместить квашеную капусту. Полить мясным бульоном, закрыть кастрюлю крышкой и тушить на небольшом огне примерно 1,5 ч.
5. Когда птица и капуста станут мягкими, выложить их на большое блюдо или сервировочные тарелки: мясо на середину, вокруг - капусту.
6. Украсить блюдо зеленью, отдельно подать овощной салат или овощное ассорти.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Бульон можно приготовить из кубиков.
- Утку можно предварительно целиком запечь в духовке, а при подаче соединить с тушеной квашеной капустой

**мясо, ПТИЦА**

### Тушеная утка с капустой

**быстро** **дешево** **легко**  
**обычно** **обычно** **обычно**  
**долго** **дорого** **трудно**

## 139. Угро

### ИНГРЕДИЕНТЫ

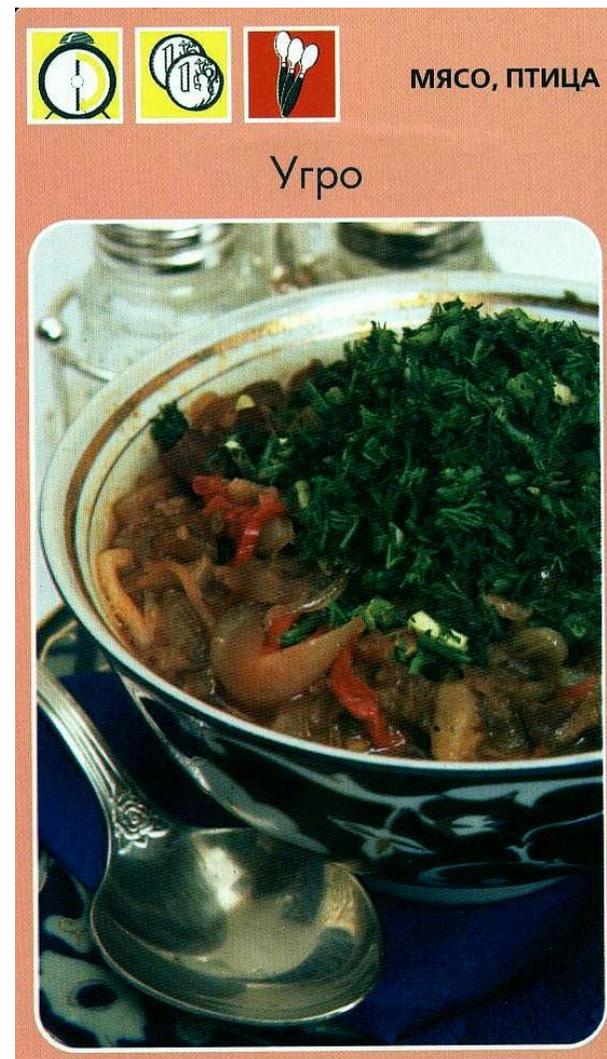
Баранина ..... 500 г  
Чечевица ..... 1 стакан  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Соленые каперсы ..... 6 шт.  
Томат ..... 1 шт.  
Кинза (зелень)..... 2-3 веточки  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Тархун (зелень)..... 2-3 веточки  
Смесь сухих специй  
Красный молотый перец  
Соль

### Для теста:

Мука ..... 1 1/2 стакана  
Яйцо ..... 1 шт.  
Шафран (молотый) ..... 1 щепотка  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Муку просеять горкой на разделочную доску, сделать углубление, отбить яйцо, добавить соль, шафран, тщательно вымесить тесто и дать ему отстояться.
2. Раскатать тесто в тончайший пласт (около 1 мм) и очень острым ножом нарезать его на узкие полоски, пересыпая их слегка мукой, чтобы не слипались.
3. Баранину вымыть, отделить от нее жир и растопить его в глубокой сковороде. Шкварки удалить, а мясо нарезать узкими полосками и жарить до румяной корочки, затем переложить в отдельную посуду.
4. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Слегка обжарить лук на оставшемся жире, добавить его к мясу, посолить и приправить красным молотым среднежгучим перцем.
5. Чечевицу перебрать, промыть и отварить в отдельной кастрюле до полуготовности. Томат вымыть и нарезать кружками.
6. Зелень петрушки, кинзы и тархуна промыть, высушить полотенцем и мелко нарезать.
7. В чечевичный отвар положить поджаренное мясо и лук, добавить каперсы, кружки томата, посолить по вкусу. Затем довести до кипения и заправить лапшой.
8. После того как лапша сварится, угро разлить по глубоким чашкам (или пиалам), посыпать рубленой зеленью.
9. Отдельно подать смесь сухих специй (молотые укроп, чабрец и петрушка).



## 140. Утка по-французски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

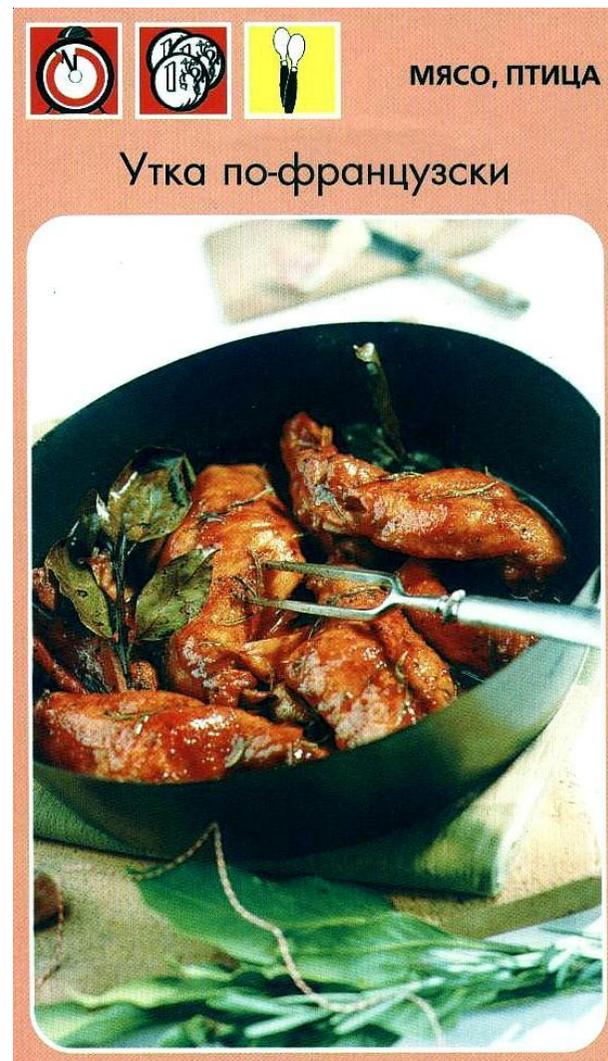
Утка ..... 1 шт. (около 1,5 кг)  
Растительное масло..... 2 ст. л.  
Мелкие луковки ..... 12 шт.  
Куриный бульон ..... 2-3 стакана  
Петрушка (зелень) ..... 2 веточки  
Мята ..... 1 веточка  
Мускатный орех (молотый) ..... 1 щепотка  
Веточка лавра  
Черный перец свежемолотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Подготовленную тушку утки изнутри обсушить бумажной салфеткой. По всей поверхности наколоть тушку вилкой.
2. В глубокой огнеупорной жаровне разогреть растительное масло, обжарить утку со всех сторон. Затем птицу вынуть и переложить на отдельное блюдо.
3. Луковки очистить от шелухи, не нарушая целостности, и обжарить в жаровне со всех сторон, не давая подгореть. Затем слить жир из жаровни.
4. Утку разрезать на порционные куски, сняв с нее кожу, и снова положить в жаровню. Влить куриный бульон, посолить и поперчить по вкусу, довести до кипения.
5. Разогреть духовку до 200°C. Жаровню накрыть крышкой или фольгой и поместить в духовку на 30 мин.
6. Мята и петрушку вымыть, удалить толстые стебли, просушить полотенцем и мелко нарезать.
7. Вынуть жаровню из духовки. Снять с поверхности жир, добавить измельченную зелень и мускатный орех. Понизить температуру духовки до 180°C и снова поместить туда жаровню примерно на 1 ч.
8. За 10 мин до готовности снять пробу, при необходимости посолить и поперчить, положить в жаровню веточку лавра.
9. Утку выложить на сервировочное блюдо, гарнировать печеным картофелем. Отдельно подать овощи.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Потроха утки используют для приготовления бульона, хотя подойдут и 2 бульонных кубика.



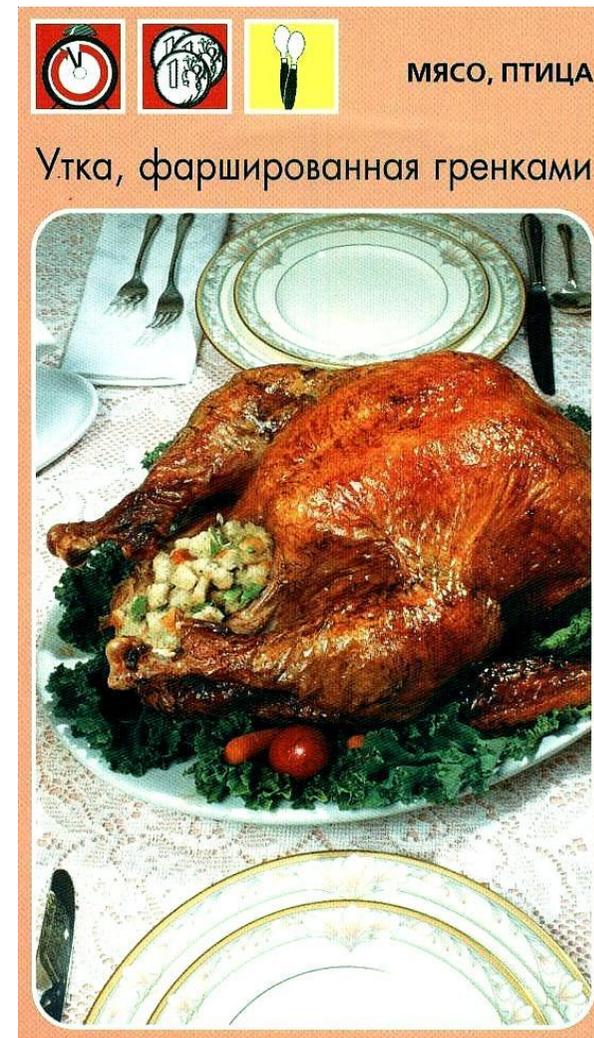
## 141. Утка, фаршированная гренками

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Утка ..... 1 шт. (1,2-1,5 кг)  
Батон ..... 6 кусков  
Петрушка (зелень) ..... 1 пучок  
Майоран ..... 1 щепотка  
Листья салата ..... 12-15 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Черствый белый батон нарезать маленькими кубиками и подсушить в духовке на противне или обжарить на сковороде без масла до образования золотистой корочки. Полученные гренки охладить.
2. Зелень петрушки перебрать, промыть, обсушить полотенцем и порубить. Смешать гренки и измельченную петрушку.
3. Выпотрошенную тушку утки тщательно промыть проточной холодной водой. Затем обсушить ее изнутри бумажной салфеткой, натереть солью и перцем, слегка обсыпать внутри майораном.
4. Начинить утку подготовленными гренками. Ошпарить белую нитку и зашить разрез.
5. Положить утку в глубокую огнеупорную посуду спинкой вниз, подлить у 2 стакана горячей воды (или бульона) и жарить в духовке при температуре 180-200°C примерно 1,5 ч.
6. Во время жарения тушку переворачивать, чтобы она зарумянилась со всех сторон, и поливать образовавшимся соком. Готовую утку вынуть из духовки, удалить нитку.
7. Листья салата вымыть, стряхнуть воду и уложить на блюдо, сверху разместить готовую утку.
8. Острым ножом или специальными ножницами разделать утку на порции вместе с начинкой и разложить по тарелкам.



МЯСО, ПТИЦА

Утка, фаршированная гренками



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Если утка нежирная, то вместо воды или бульона ее лучше полить растопленным сливочным маслом.

## 142. Фаршированная золотистая курочка

### ИНГРЕДИЕНТЫ

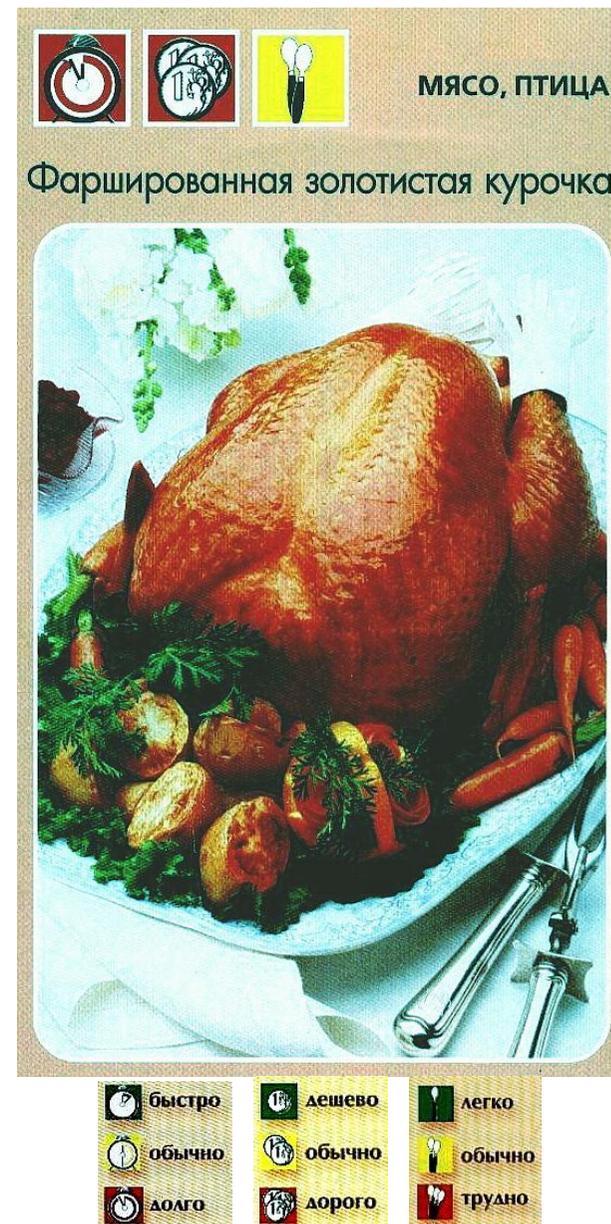
Курица .....	2 кг
Куриная печень .....	400 г
Копченая грудинка .....	3 ломтика
Грибы (свежие) .....	6-8 шт.
Репчатый лук .....	2 шт.
Сливочное масло .....	6 ст. л.
Панировочные сухари .....	4 ст. л.
Черный перец молотый .....	¾ ч. л.
Сок лимонный .....	2 ст. л.
Петрушка (зелень)	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Курицу выпотрошить, вымыть, вытереть насухо, натереть солью (2 ч. ложки) и черным перцем (1/2 ч. ложки).
2. Ломтики копченой грудинки обжарить на сковороде, вытопившийся жир слить.
3. Мелко нарезать вымытую печень, очищенный лук и свежие промытые грибы.
4. Добавить на сковороду к грудинке печень, лук, грибы и обжаривать примерно 5 мин. Порубить все ножом или пропустить через мясорубку, смешать с мелко нарезанной петрушкой, панировочными сухарями, солью и черным перцем. Заполнить полученной смесью внутренность курицы и зашить.
5. Растопить 3 ст. ложки сливочного масла в глубокой сковороде. Положить в нее нафаршированную курицу спинкой вниз и поставить сковороду в предварительно нагретую (до 120°C) духовку. Жарить птицу примерно 2 ч (до тех пор, пока мясо не станет мягким, а кожа приобретет золотистую окраску), часто поливая ее соком из сковороды.
6. Курицу выложить на подогретое блюдо и подать к столу, предварительно обмазав оставшимся сливочным маслом и побрызгав лимонным соком.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Гарнировать и украшать курицу можно по своему усмотрению или с учетом иллюстрации.



## 143. Фаршированная курица без костей

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Курица ..... 1 шт. (около 900 г)  
Рис ..... 1/2 стакана  
Яйца ..... 2 шт.  
Сливочное масло ..... 100 г  
Репчатый лук ..... 3 шт.  
Сушеные грибы ..... 3-4 шт.  
Морковь ..... 1 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 2-3 веточки  
Приправа для куриного мяса (желательно)  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Выпотрошенную курицу вымыть и разрезать вдоль спины от шеи до конца туловища. Отделить и вынуть скелет. Мясо (на коже) посолить и оставить на 1 ч.
2. Сушеные грибы замочить на 5-7 ч, затем мелко нарезать. Куриные потроха промыть. Яйца сварить вкрутую, очистить и порубить. Небольшую морковь очистить, вымыть и нарезать кружочками.
3. В небольшом количестве воды сварить вынутые кости, потроха, морковь, нарезанные сушеные грибы. Отвар процедить, потроха мелко порубить.
4. Рис перебрать, промыть, залить кипящим отваром, посолить и варить до пол у готовности.
5. Репчатый лук очистить, вымыть. Разрезать каждую луковицу пополам и обжарить в масле.
6. Смешать мелко нарубленные потроха, грибы, нарубленные крутые яйца, соль, перец, приправу для куриного мяса и отваренный рис.
7. Приготовленной массой начинить курицу, зашить, привязать нитками ножки и крылья.
8. Разогреть духовку до 220-240°C. Утятницу смазать маслом, уложить в нее фаршированную курицу и 1,5-2 ч запекать в духовке, периодически поливая жиром и сбрызгивая водой.
9. Зелень петрушки промыть, обсушить полотенцем и мелко нарезать.
10. Готовую курицу выложить на подогретое блюдо, удалить нитки. Гарнировать жареными половинками лука, полить соусом из утятницы и посыпать зеленью петрушки.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Гарнировать свинину по-восточному жареным или запеченным картофелем либо отварным рисом. Отдельно подать свежие овощи или овощной салат.



## 144. Фаршированное свиное филе

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина(филе)..... 4 куска по 150-200 г  
Батон ..... 2-3 кусочка  
Чеснок ..... 2-3 зубчика  
Сливки ..... 2 ст. л.  
Сливочное масло ..... 3 ст. л.  
Яйцо ..... 1 шт.  
Мука ..... 2 ст. л.  
Панировочные сухари ..... 1/2 стакана  
Петрушка (зелень) ..... 1 пучок  
Зеленый лук ..... 10-12 перышек  
Белый (или черный) перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Филе свинины вымыть, очистить от пленок и надрезать каждый кусок глубоко, но чтобы он не разделился на две части.
2. Зелень петрушки и зеленый лук перебрать, промыть, обсушить полотенцем и мелко порубить.
3. Чеснок очистить, вымыть и растолочь.
4. Хлеб размягчить в небольшом количестве воды и смешать с 1 ст. ложкой измельченной зелени, 1 ст. ложкой сливочного масла и со сливками, добавить чеснок.
5. Нафаршировать каждую порцию филе подготовленной зеленой смесью, посолить, посыпать перцем, обвалять в муке, смочить во взбитом яйце и обвалять в сухарях.
6. Обжарить филе на разогретой с маслом сковороде в течение 10-15 мин при среднем нагреве с двух сторон на плите или в духовке при температуре 180°C, периодически поливая маслом.
7. Готовое филе положить на блюдо или порционные тарелки, полить растопленным маслом, гарнировать свежими овощами и картофельным салатом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Не менее вкусным такое кушанье получается из филе говядины или баранины.
- Жир при жарке мяса должен быть очень горячим, но не пригорать и не содержать никаких добавок (лука, воды, моркови и т.д.).



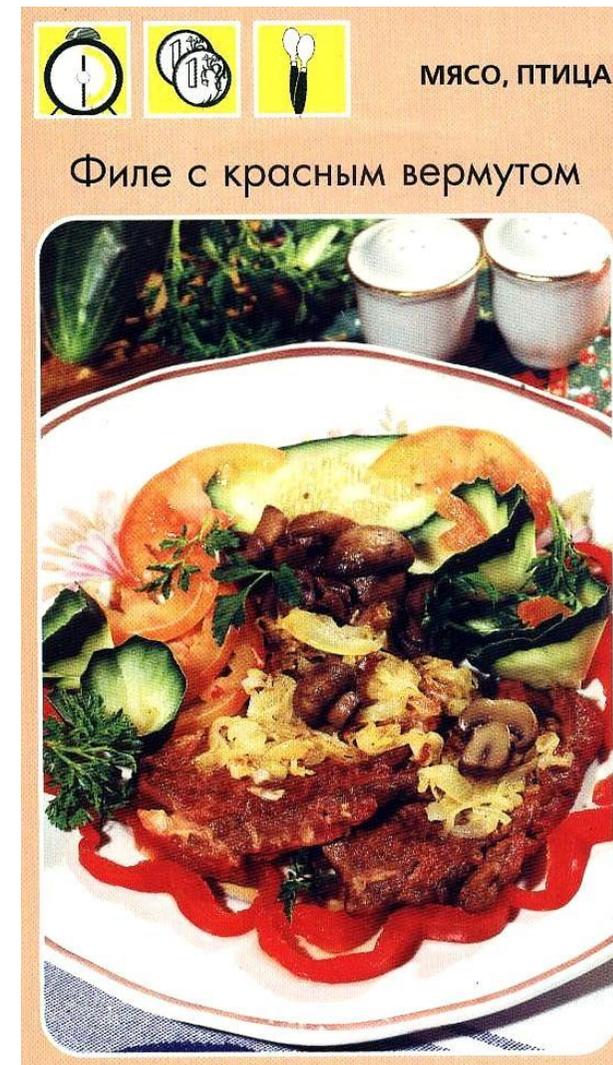
## 145. Филе с красным вермутом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Свиное филе .....	4 шт.
Растительное масло .....	4 ст. л.
Бульонный куриный кубик .....	1/2 шт.
Красный вермут .....	1/2 стакана
Репчатый лук .....	2 шт.
Шампиньоны .....	12-14 шт.
Петрушка (зелень) .....	3-4 веточки
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свиное филе вымыть. Поместить каждый кусок в полиэтиленовый пакет и тщательно отбить деревянным молоточком (или скалкой). Затем приправить их по вкусу солью и перцем.
2. В глубокую сковороду налить масло (2 ст. ложки) и обжарить свинину по 3 мин с каждой стороны, пока мясо не покроется золотистой корочкой.
3. Снять свинину со сковороды и сохранить ее в тепле до подачи к столу.
4. Из половины бульонного кубика приготовить 1/2 стакана куриного бульона. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Шампиньоны очистить, вымыть и порезать.
5. В сковороду влить бульон и вермут, довести до кипения и держать при умеренном нагреве, пока жидкость не уменьшится в объеме вдвое. Приправить полученный соус по вкусу солью и перцем.
6. Грибы и лук обжарить в масле (2 ст. ложки) до готовности. Зелень петрушки вымыть и обсушить полотенцем.
7. Выложить мясо на подогретые порционные тарелки, полить теплым приготовленным соусом. Сверху разместить шампиньоны, пожаренные с луком, украсить зеленью петрушки.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- На гарнир к свинине с красным вермутом подают воздушное картофельное пюре или свежие овощи.

## 146. Филе с соусом мадера

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (вырезка)..... 600-650 г  
Картофель..... 600 г  
Масло сливочное ..... 20 г  
Сало..... 20 г  
Черный перец молотый  
Соль

#### Для соуса:

Мясной бульон.....1/2 л  
Маргарин сливочный ..... 15 г  
Морковь..... 1 шт.  
Петрушка (корень) ..... 1 шт.  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Мука..... 3 ст. л.  
Томатная паста ..... 100 г  
Сахарный песок ..... 2 ч.л.  
Мадера ..... 1 стакан

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

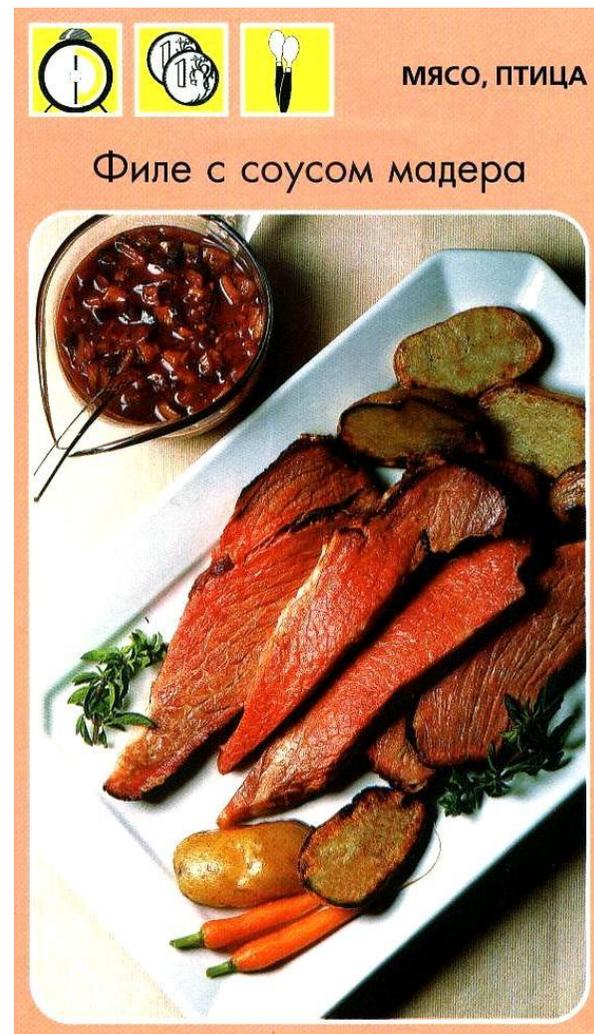
1. Подготовленное мясо нарезать на порционные куски толщиной 40-50 мм.
2. Жарить вырезку в небольшом сотейнике или на порционной сковороде с сильно нагретым топленным говяжьим салом в течение 7-15 мин.
3. Ломтики мяса выложить на блюдо и полить соусом мадера. Гарнировать жареным картофелем. Отдельно в соуснике можно подать бруснику в сиропе.

#### Соус мадера

4. Взять часть (примерно полстакана) теплого бульона, слить в отдельную посуду, всыпать просеянную спассерованную без жира муку и размешать венчиком до получения однородной массы.
5. В остальной бульон положить пассерованную томатную пасту, коренья и лук, нагреть до кипения. Затем добавить смесь бульона с мукой и, помешивая, варить на слабом огне в течение часа.
6. В готовый соус добавить сахарный песок, влить мадеру и процедить; овощи протереть и соединить с соусом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Филе получается не менее вкусным и с другими соусами, которые подаются к мясу



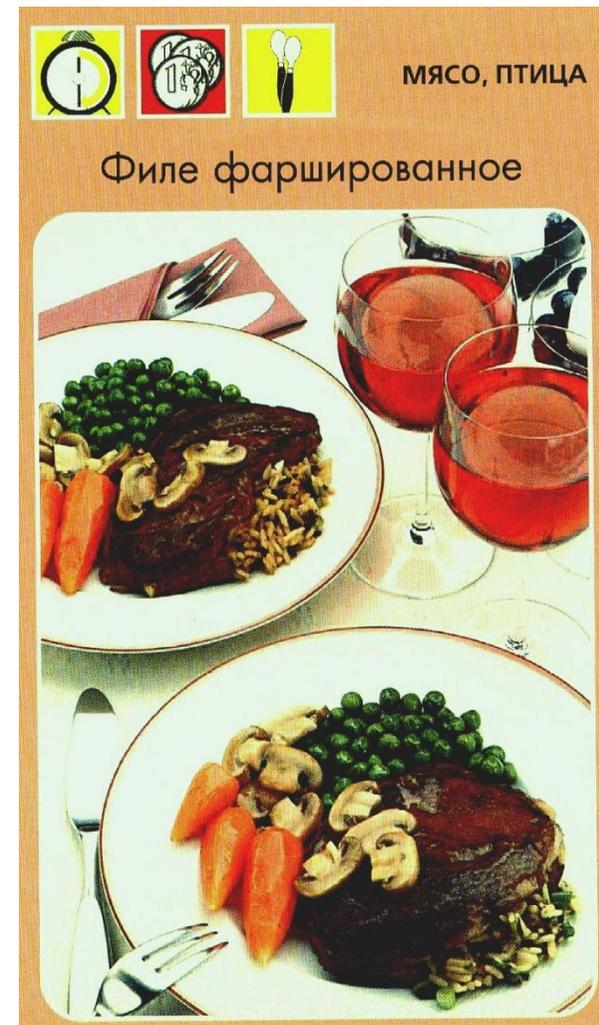
## 147. Филе фаршированное

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Телятина (филе) ..... 800 г  
Растительное масло..... 1/2 стакана  
Горчица готовая ..... 4 ст. л.  
Соль  
Для фарша:  
Рис ..... 1 стакан  
Шампиньоны..... 200 г.  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Яйца ..... 2 шт.  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Телятину разрезать вдоль волокон, и только потом нарезать порционными кусками толщиной 2,5-3 см поперек волокон.
2. Нарезанные куски отбить, надрезать каждый кусок поперек волокон на 3/4 глубины.
3. Смазать каждый кусок мяса растертой с растительным маслом (3 ст. ложки) горчицей и подержать 2-3 ч в закрытой посуде. Затем слегка обтереть от лишней горчицы и посолить.
4. Рис отварить до полуготовности. В небольшом количестве подсоленной воды отварить очищенные и промытые шампиньоны, половину их мелко порубить. Грибной бульон сохранить.
5. Вымыть, очистить и нашинковать лук. Смешать его с рисом, нарезанными грибами, сырыми яйцами и сливочным маслом. Поперчить и посолить.
6. Мясо положить надрезанной стороной наружу на разделочную доску и начинить приготовленным фаршем. Разрез заколоть деревянными палочками и завязать суровыми нитками.
7. Раскалить сковороду, сильно разогреть на ней растительное масло и обжарить фаршированную телятину с двух сторон.
8. Переложить мясо в огнеупорную посуду вместе с жиром, в котором оно жарилось. Подлить бульон, полученный при варке грибов, и поставить под крышкой на 30 мин в духовку, тушить при умеренной температуре.
9. Перед подачей на стол убрать нитки и палочки. Филе выложить на тарелки, гарнировать оставшимися крупно порезанными отваренными шампиньонами, зеленым горошком и тушеной морковью. Полить соусом, полученным при тушении телятины в духовке.



МЯСО, ПТИЦА

### Филе фаршированное



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

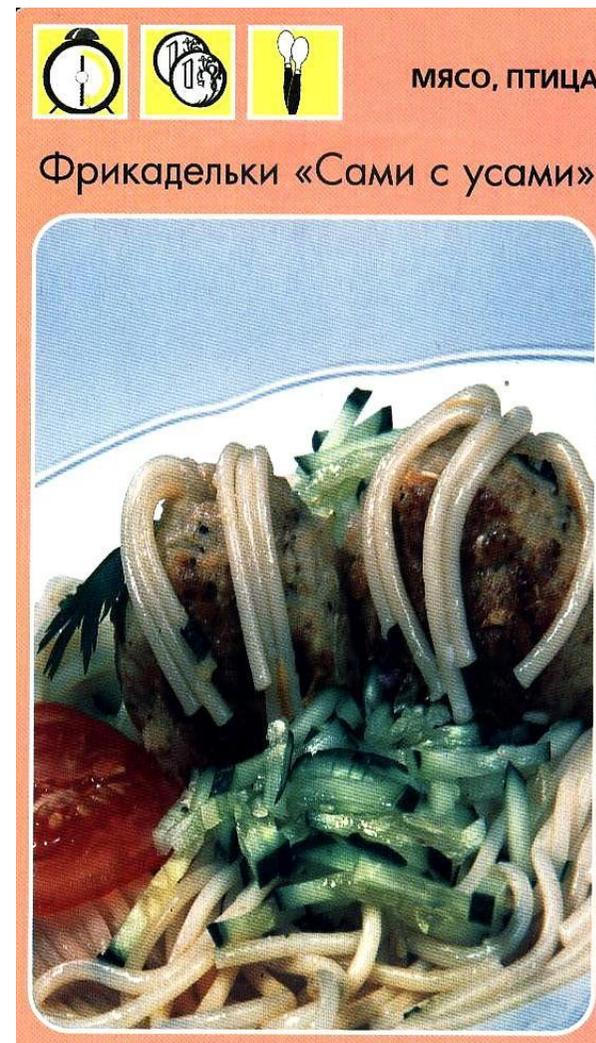
## 148. Фрикадельки "Сами с усами"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Говядина (мякоть).....	500 г
Бульон .....	1-2 стакана
Репчатый лук .....	2-3 шт.
Картофель .....	2 шт.
Яйцо .....	1 шт.
Растительное масло. ....	2 ст. л.
Спагетти .....	100 г
Черный (или красный) перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мясо промыть, очистить от пленок и тщательно измельчить на мясорубке (лучше 2 раза).
2. Лук очистить, мелко нарезать, слегка обжарить на сковороде с маслом.
3. Картофель вымыть, очистить и натереть на мелкой терке.
4. Соединить мясо и картофель в эмалированной миске. Добавить сырое яйцо, соль, перец и все тщательно вымесить.
5. Из приготовленного фарша сделать небольшие фрикадельки. В каждую воткнуть тонкие спагетти длиной 8-10 см.
6. Аккуратно уложить фрикадельки в низкую широкую кастрюлю слоями, перекладывая слои обжаренным луком, и залить горячим мясным бульоном (можно использовать бульонный кубик). Закрывать кастрюлю крышкой, довести содержимое до кипения. Затем нагрев уменьшить и варить фрикадельки до готовности (около 30 мин).
7. Осторожно переложить шумовкой фрикадельки на блюдо вместе со спагетти. Гарнировать салатом из свежих овощей и оставшимися отдельно отваренными спагетти, украсить зеленью.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Картофель можно заменить мелко порубленной капустой.
- При отваривании фрикаделек в бульон рекомендуется добавить 1 ч. ложку готовой горчицы и 1 ст. ложку сметаны.

## 149. Хинкали

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Мука..... 500 г  
Яйцо ..... 1 шт.  
Сметана. .... 1/2 стакана  
Соль

#### Для начинки:

Жирная баранина ..... 300 г  
Свинина..... 200 г  
Мясной бульон . .... 4 стакана  
Репчатый лук ..... 3 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 1 пучок  
Кинза (зелень). .... 1 пучок  
Укроп. .... 2-3 веточки  
Черный перец молотый  
Красный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

#### Начинка

1. Мясо вымыть, очистить от пленок и сухожилий, нарезать кусочками. Репчатый лук очистить, вымыть и разрезать на несколько частей. Мясо вместе с луком 2 раза пропустить через мясорубку.
2. Зелень петрушки, кинзы и укроп перебрать, удалить толстые стебли, вымыть, обсушить полотенцем и мелко порубить.
3. Добавить в фарш столько бульона, сколько впитает мясо. Затем посолить, положить красный и черный перец, порубленную зелень и тщательно и перемешать.

#### Тесто

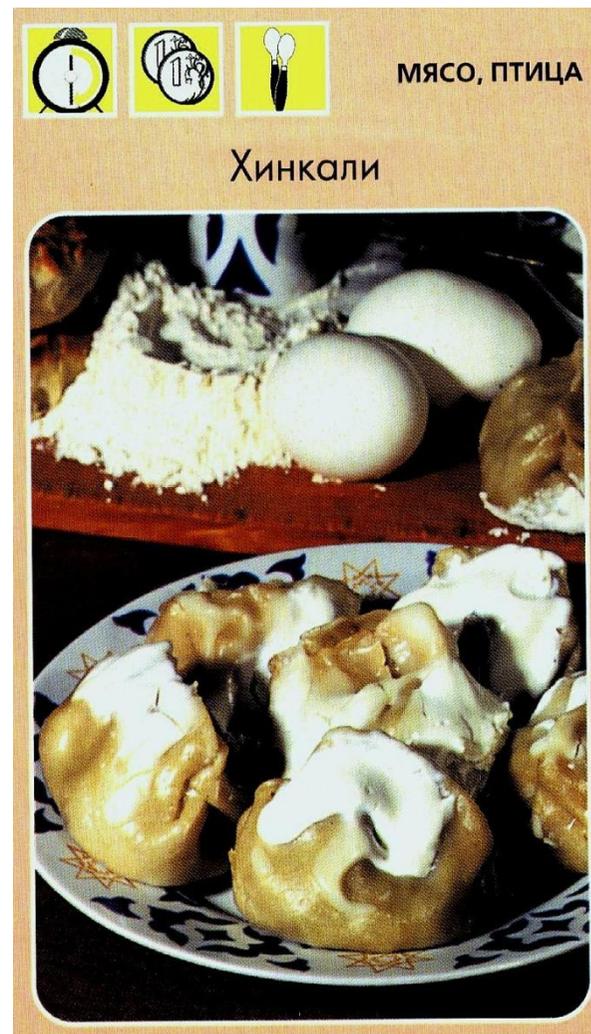
4. Муку просеять холмиком на большое блюдо, в центре сделать углубление, влить туда 1 стакан теплой воды, выбить яйцо, добавить соль и замесить крутое тесто. Прикрыть тесто салфеткой и оставить его на 20-30 мин.

#### Хинкали

5. Разделить тесто на кусочки, раскатать очень тонкими кружочками. В центр каждого кружочка положить мясную начинку (столько, сколько весит кружок теста). Собрать тесто в узелки маленькими складочками и тщательно защипнуть.
6. Мясной бульон довести до кипения, сварить в нем хинкали. Аккуратно вынуть деревянной ложкой, чтобы не вытек сок.
7. Готовые хинкали выложить на блюдо, полить сметаной.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Прекрасная начинка получается, если использовать 3/4 баранины и 1/4 говядины.



## 150. Цыпленок в тесте

### ИНГРЕДИЕНТЫ

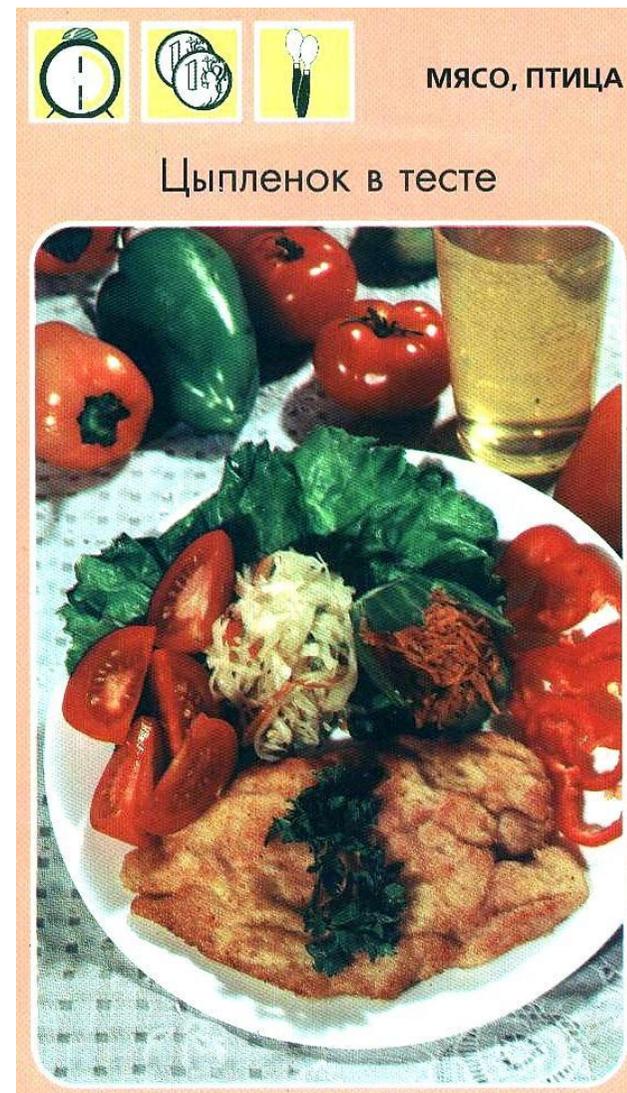
Цыпленок ..... 1 шт. (700 г)  
Сливочное масло ..... 100 г  
Яйцо ..... 1 шт.  
Мука ..... 1 стакан  
Шампиньоны ..... 200 г  
Сыр ..... 200 г  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Потрошеного цыпленка вымыть, положить в кастрюлю, залить водой на 3/4 высоты тушки, посолить и варить 35-40 мин до готовности.
2. Из муки, яйца и небольшого количества бульона, в котором варился цыпленок, замесить не очень крутое тесто и раскатать его тонким пластом.
3. Кастрюлю (лучше из термостойкого стекла) смазать маслом и уложить в нее пласт теста.
4. Удалить из цыпленка кости. Сыр натереть на крупной терке. Сливочное масло порезать на кусочки. Шампиньоны очистить, вымыть и мелко нарезать.
5. На раскатанный пласт теста уложить рядами мясо цыпленка, натертый сыр, кусочки масла и нарезанные грибы.
6. Закрывать пласт конвертом, смазать маслом и запечь в духовке до образования золотистой корочки.
7. Вынув из духовки, цыпленка в тесте выложить на блюдо, гарнировать свежими овощами, украсить зеленью.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Цыпленка в тесте нарезают, как торт, и раскладывают по тарелкам вместе с овощами.
- Цыпленка можно подать с бульоном, разлитым в чашки.



## 151. Цыпленок по-тайски

### ИНГРЕДИЕНТЫ

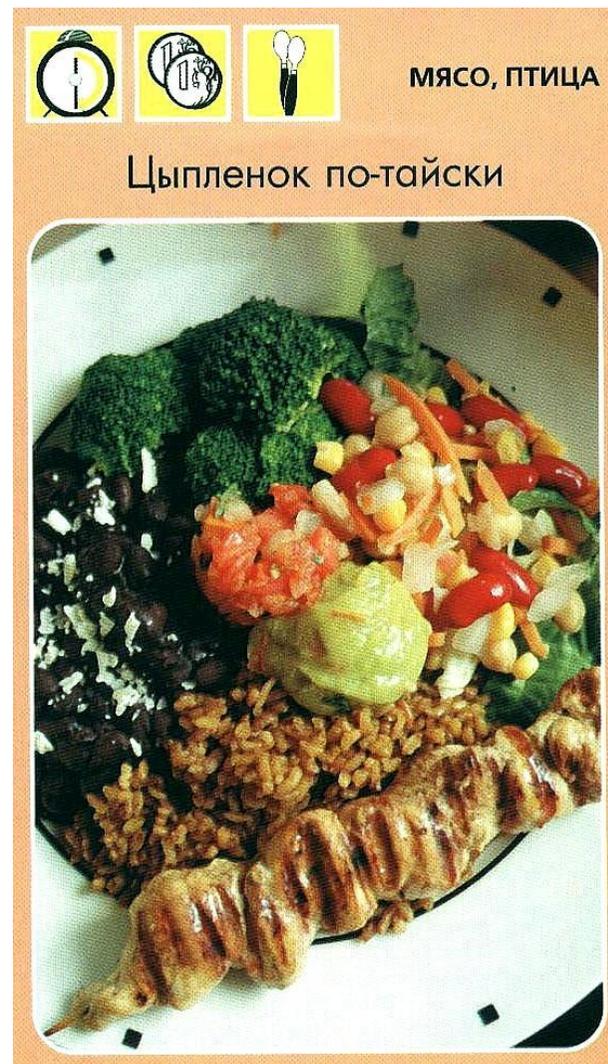
Грудки цыпленка .....	4 шт. по 150 г
Сливки.....	1/3 стакана
Арахисовое масло .....	1/3 стакана
Уксус (винный) .....	2 ст. л.
Соевый соус .....	1-2 ст. л.
Кукурузная мука .....	2 ч. л.
Сахарный песок .....	1 ч. л.
Сливочное масло .....	2 ст. л.
Лимон.....	1 шт.
Порошок карри .....	2 ч. л.
Острый перчик .....	1 шт.
Кинза .....	3-4 веточки
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Грудки цыпленка вымыть, снять кожу и нарезать филе на небольшие кусочки. Положить в неглубокую посуду, сбрызнуть соком лимона и посыпать порошком карри (1 ч. ложка), при желании - подсолить. Оставить в маринаде на 1 ч.
2. Небольшой острый перчик вымыть, очистить от семян и нарезать на очень маленькие кусочки. Кинзу промыть, обсушить полотенцем и мелко нарезать.
3. В кастрюлю налить сливки, уксус, соевый соус. Влить арахисовое масло, всыпать оставшийся порошок карри, добавить кусочки острого перчика, кукурузную муку. Варить при слабом нагреве, помешивая, чтобы смесь достигла однородной консистенции. Затем довести ее до кипения и дать покипеть 3 мин, постоянно помешивая. Добавить сахарный песок, размешать - соус готов.
4. Деревянные шампуры (или палочки) вымочить в воде. Насадить на них кусочки маринованной грудки цыпленка. Смазать их со всех сторон маслом и обжаривать на решетке или сковороде в течение 8-10 мин до полной готовности.
5. Шампуры с готовым цыпленком выложить на подогретые тарелки, полить приготовленным соусом, посыпать кинзой.
6. Гарнировать грудки рассыпчатым рисом, овощным салатом, тушеной фасолью. Оставшийся соус подать отдельно.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Кукурузную муку для соуса можно заменить кукурузным крахмалом, а арахисовое масло - любым растительным.



## 152. Цыпленок с майораном

### ИНГРЕДИЕНТЫ

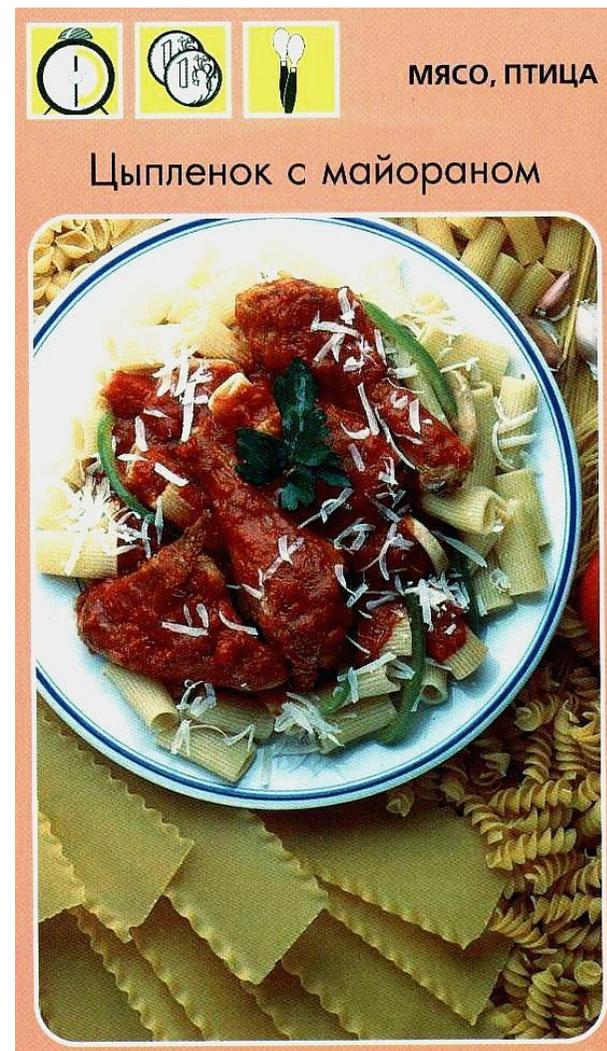
Цыпленок ..... 1 шт. (600-700 г)  
Чеснок ..... 2 зубчика  
Сливочное масло ..... 4 ст. л.  
Свежий майоран (листья) ..... 3 шт.  
Белое сухое вино ..... 1 стакан  
Сладкий перец ..... 1-2 шт.  
Петрушка (зелень) ..... 1-2 веточки  
Макароны ..... 200 г  
Сыр (тертый) ..... 50 г  
Черный перец свежесмолотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Цыпленка выпотрошить, промыть холодной водой, разрезать на 4 части, посолить и поперчить.
2. Сливочное масло размягчить (2 ст. ложки). Чеснок очистить, измельчить, смешать с маслом и намазать этой смесью куски цыпленка.
3. Разогреть духовку до 220°C. Разложить куски цыпленка на противне и посыпать их измельченным майораном. Жарить цыпленка в духовке в течение 1 ч.
4. Через 20 мин после начала жарения влить на противень белое вино и затем часто поливать цыпленка образующейся подливой.
5. Сладкий перец разрезать пополам, удалить сердцевину и семена, вымыть и нарезать соломкой.
6. За 20 мин до окончания жарения добавить к цыпленку нарезанный перец.
7. Влить в кастрюлю 4 стакана воды, довести до кипения, подсолить, заложить макароны и сварить до готовности.
8. Сваренные макароны откинуть на сито, дать стечь воде. Макароны выложить на блюдо и, не давая им остыть, заправить сливочным маслом (2 ст. ложки) и тертым сыром.
9. Сверху на макароны выложить куски цыпленка, полить соусом, образовавшимся при тушении, украсить веточками зеленой петрушки.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Майоран можно заменить листьями мяты.



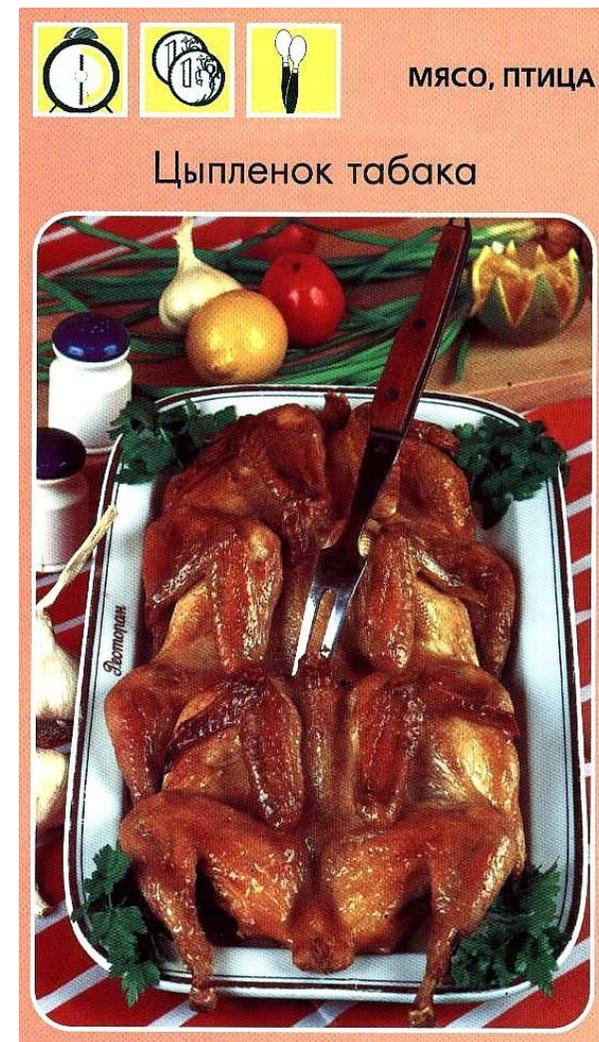
## 153. Цыпленок табака

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Цыплята ..... 4 шт. (по 400-500 г)  
Сливочное масло ..... 100 г  
Чеснок ..... 8 зубчиков  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Цыплят выпотрошить, тщательно промыть, разрезать по грудке, развернуть и слегка отбить, придавая им плоскую форму.
2. Чеснок очистить, сполоснуть водой, мелко порубить.
3. Цыплят нашинковать чесноком, посолить и поперчить.
4. Разогреть сковороду с маслом. Положить каждую тушку цыпленка спинкой вниз, накрыть плотно крышкой, придавить ее грузом в 2-3 кг, чтобы птица прилегала ко дну сковороды. Жарить цыплят около 40 мин (до образования румяной корочки). После чего перевернуть спинкой вверх и также поджарить вторую сторону.
5. Готовых цыплят выложить на подогретое блюдо. Отдельно подать соус: «Ткемали», ореховый или томатный.
6. Подать цыплят можно без гарнира или с жареным картофелем, отварным рисом, томатами, зеленым и овощным салатом, свежими или малосольными огурцами.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Если готовые цыплята остались на следующей день, то из грецких орехов, томатов, репчатого лука, чеснока, зелени кинзы и сливочного масла приготовьте соус. Цыплят порежьте на куски, положите в кипящий соус и прокипятите 2-3 мин.

## 154. Цыплята особые

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Цыплята-бройлеры ..... 2 шт.  
Чеснок ..... 4 зубчика  
Репчатый лук ..... 2 шт.  
Лимонная кислота ..... 4 щепотки  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Тушки цыплят подготовить, вымыть и обсушить.
2. Тушку каждого цыпленка разделить на 4-6 частей.
3. Зубчики чеснока растолочь, смешать с солью и перцем.
4. Натереть подготовленной смесью куски цыпленка, затем сбрызнуть разведенной лимонной кислотой.
5. Уложить куски в кастрюлю, сверху нарезать кольцами лук, плотно закрыть крышкой и выдержать в таком маринаде около 1 ч.
6. Очистить цыплят от лука, нанизать (вдоль) на шампуры на расстоянии примерно 5 см один от другого.
7. Нагреть духовку до 250°C, поместить туда шампуры и, снизив температуру до 200°C, жарить цыплят.
8. После того как куски цыплят с одной стороны зарумянятся, перевернуть шампуры.
9. Снять готовых цыплят с шампуров, выложить на подогретое блюдо, гарнировать отварными овощами.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Перед тем как поместить шампуры с цыплятами в духовку, на дно ее поставить большую сковороду с водой.

## 155. Шашлык "Генеральский"

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Куриная печень ..... 500 г  
Вареная курица ..... 200 г  
Томаты..... 4шт.  
Сладкий перец ..... 2 шт.  
Цуккини..... 1 шт.  
Лук-порей..... 10 шт.  
Шампиньоны (отваренные или консервированные) .. 10-12 шт.  
Соль

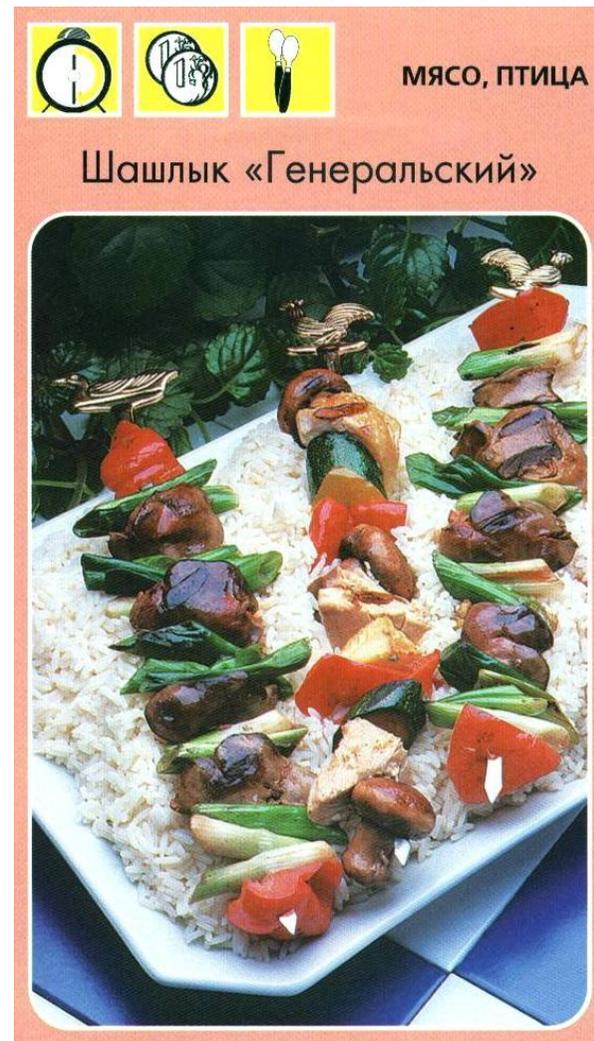
### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Оригинальный шашлык очень быстрого приготовления. На одну порцию рекомендуется подготовить по 2 шампура: один - для печени, другой - для куриного мяса.

1. Томаты, перец, цуккини, лук-порей очистить, вымыть и нарезать достаточно большими кусками, которые удобно нанизать на шампуры.
2. Вареную курицу освободить от костей и нарезать на куски примерно по 3-4 см. Нанизать их на шампур вперемежку с цуккини, томатами и готовыми шампиньонами. При этом крайними на шампуре желательны грибы. При необходимости подсолить.
3. Куриную печень очень осторожно очистить от желчных пузырей, вымыть, обсушить салфеткой (можно слегка обвалить в муке) и нанизать на шампур вперемежку с луком-пореем и сладким перцем. Крайним должен быть перец. Подготовленный шашлык посолить.
4. Жарить шашлык на мангале, на решетке в электрогриле или в духовке.
5. Подать шашлык с рассыпчатой рисовой кашей и жареным луком. В качестве гарнира подойдут и сырые овощи: зеленый лук, огурцы, томаты.
6. Отдельно к шашлыку подать шашлычный соус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

• Вкусный шашлык получится и на сковороде. Для этого обжарить в масле все ингредиенты по отдельности. Затем, чередуя, насадить на шампур и, поворачивая его, обжарить в масле в течение 5 мин. Готовый шашлык посолить, поперчить.



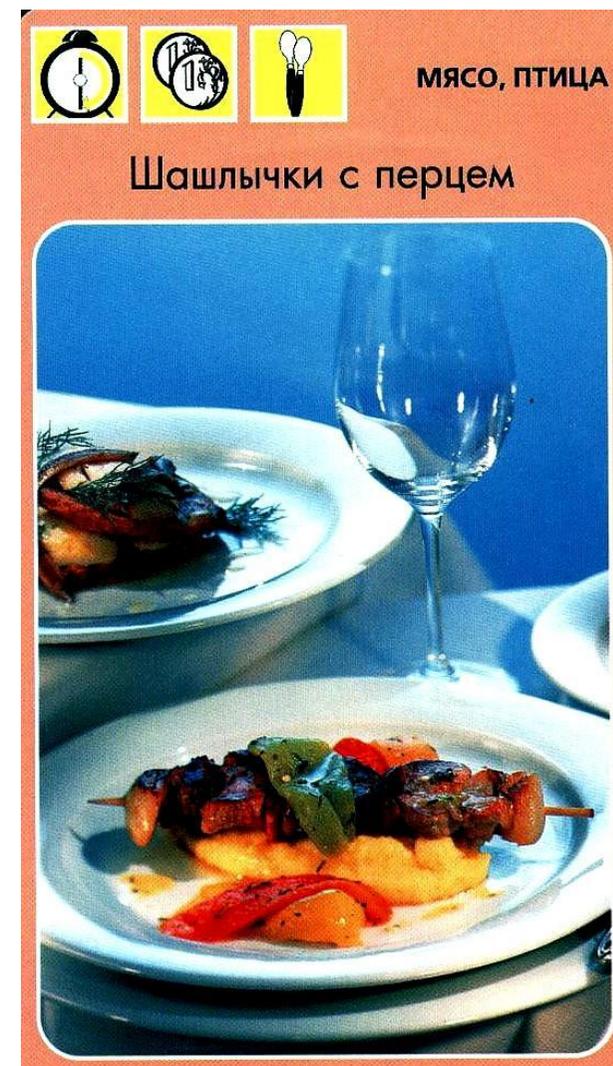
## 156. Шашлычки с перцем

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина (мякоть) .....	600 г
Репчатый лук .....	3 шт.
Чеснок .....	2-3 зубчика
Имбирь.....	кусочек на 2 см
Соевый соус .....	2 ст. л.
Карри (порошок) .....	1/2 ч.л.
Сладкий перец (разноцветный).....	8-10 шт.
Хлеб пита (или лаваш) .....	4 шт.
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Баранину очистить от пленок и лишнего жира, вымыть и нарезать на кубики по 3-4 см.
2. Лук и чеснок очистить и вымыть. Нарезать 1 луковицу кубиками, 2 - кольцами. Чеснок и имбирь раздавить в чесноковыжималке или растолочь.
3. В глубокой эмалированной посуде смешать луковицу, нарезанную кубиками, чеснок, имбирь, соевый соус, карри, при необходимости посолить.
4. В посуду с подготовленным таким образом маринадом положить баранину, накрыть крышкой и оставить на 1 день в холодильнике.
5. Маринованное мясо нанизать на деревянные палочки, вымоченные в воде, вперемежку с кольцами лука. Положить под разогретый гриль и жарить по 7-10 мин с каждой стороны.
6. Сладкий разноцветный перец очистить от плодоножек и семян, вымыть, обсушить полотенцем и запечь в гриле.
7. При подаче выложить на тарелки хлеб пита (или лаваш), сверху разместить шашлычок, гарнировать печеным перцем.



### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Шашлычки и перец прекрасно запекаются в духовке, только времени потребуется немного больше.

## 157. Шейка с майораном и яблоками

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Шейка (свиная)..... 600 г  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Яблоки ..... 2-3 шт.  
Майоран (измельченный) . . 1-2 ст. л.  
Сливочное масло ... 2 ст. л.  
Топленое масло .... 3 ст. л.  
Горчица (готовая) ..... 1 ст. л.  
Листья салата ..... 6-7 шт.  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свиную шейку вымыть, обсушить и нарезать кусочками толщиной примерно 3 см. Слегка отбить, посолить, поперчить и смазать горчицей.
2. Яблоки вымыть, очистить от кожицы, вырезать семенные коробочки, разрезать каждое яблоко на 8 частей. Обжарить их на сковороде в топленом масле. Затем вынуть из сковороды и поставить в теплое место.
3. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нашинковать.
4. В оставшемся от жарения яблок масле обжарить свинину. Затем добавить сливочное масло, уменьшить нагрев, закрыть сковороду крышкой и тушить мясо около 5 мин.
5. Посыпать свинину измельченным майораном, добавить нарезанный репчатый лук и продолжать тушить под крышкой еще 2 мин.
6. Листья салата промыть, обсушить на полотенце и выложить ими сервировочное блюдо.
7. На листья салата поместить куски свинины, полить сверху образовавшимся луковым соусом, украсить дольками яблок.



МЯСО, ПТИЦА

Шейка с майораном и яблоками



быстро



обычно



долго



дешево



обычно



дорого



легко



обычно



трудно

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- к готовой свинине хорошо подать фруктово-ягодный кисло-сладкий соус (например, из кизила).

## 158. Шницели в панировке

### ИНГРЕДИЕНТЫ

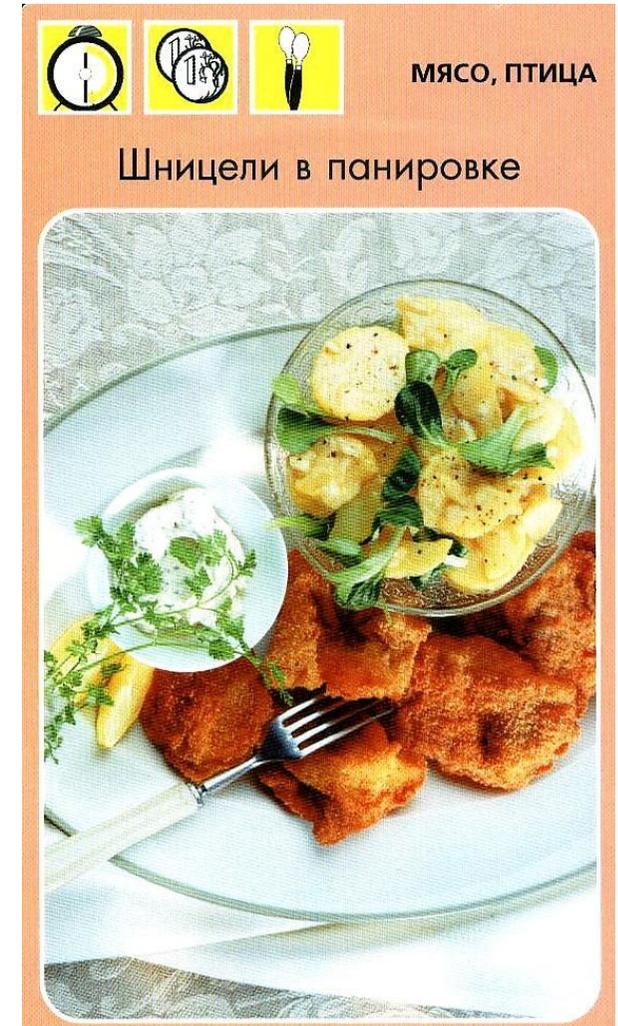
Свинные шницели ..... 5 шт. (по 150 г)  
Мука ..... 2 ст. л.  
Яйцо.....1 шт.  
Растительное масло.....1/2 - 1 стакан  
Панировочные сухари. .... 1/4 стакана  
Черный перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свинные шницели вымыть, обсушить, поместить в полиэтиленовый пакет и отбить плоской стороной молоточка.
2. Разрезать каждый шницель пополам, посолить и поперчить с обеих сторон.
3. Высыпать на плоскую тарелку муку. Взбить яйцо с 1 ст. ложкой растительного масла. Выложить на другую плоскую тарелку панировочные сухари.
4. В сковороде разогреть 6 ст. ложек растительного масла.
5. Обвалять каждый шницель в муке. Обмакнуть в яично-масляную смесь и обвалять в панировочных сухарях.
6. Поджаривать каждый шницель на сковороде с разогретым маслом с обеих сторон по 4-5 мин до образования хрустящей румяной корочки.
7. Шницель в панировке выложить на сервировочное блюдо или порционные тарелки, гарнировать отварным картофелем, картофелем фри, творожной массой с тмином и зеленым луком, украсить зеленью. Отдельно можно подать томатный соус.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- Прекрасным гарниром к шницелям в панировке послужат пюре из картофеля или бобовых, тушеная свежая или квашеная капуста, огурцы или свекольный салат.



МЯСО, ПТИЦА

### Шницели в панировке

 быстро

 дешево

 легко

 обычно

 обычно

 обычно

 долго

 дорого

 трудно

## 159. Яблочный цыпленок

### ИНГРЕДИЕНТЫ

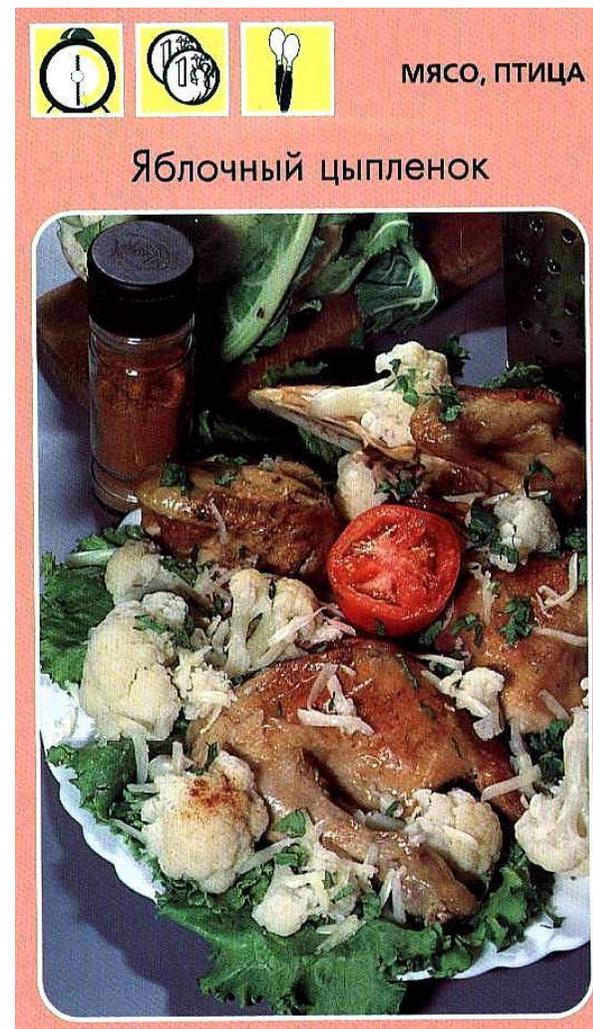
Цыпленок .....	1 шт. (600-700 г)
Репчатый лук .....	1 шт.
Чеснок .....	1 зубчик
Сахарный песок .....	1 ч. л.
Горчица (готовая) .....	1 ст. л.
Яблочный сок.....	1 стакан
Яблочный уксус.....	1/2 стакана
Красный перец молотый. ....	1-2 ч. л.
Растительное масло .....	1 ст. л.
Сыр.....	75 г
Цветная капуста. ....	1 кочан
Листья салата .....	3-4 шт.
Петрушка (зелень) .....	2-3 веточки
Черный перец молотый	
Соль	

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Чеснок очистить и растолочь.
2. В неглубокой миске смешать лук, чеснок, сахарный песок, горчицу, яблочный сок, яблочный уксус, красный молотый перец, соль и черный перец.
3. Цыпленка обмыть, разрезать на 4 части, положить в подготовленный маринад и оставить на 2 ч.
4. Вынуть куски маринованного цыпленка и обжарить их в сковороде на масле с обеих сторон до образования золотистой корочки.
5. Маринад поставить на огонь, довести до кипения, а затем держать на маленьком огне, пока объем жидкости не уменьшится почти вдвое.
6. Сыр натереть на крупной терке. Зелень петрушки перебрать, удалить толстые стебли, промыть, обсушить полотенцем и мелко нарезать. Листья салата перебрать, промыть и дать стечь воде.
7. Кочан цветной капусты очистить от Олистьев, обмыть, разобрать на соцветия, сварить до готовности в кипящей подсоленной воде (примерно 20-25 мин), выложить в дуршлаг и дать стечь воде.
8. Дно подогретого блюда выстелить листьями салата. Выложить на него куски цыпленка, полить горячим уварившимся маринадом, посыпать тертым сыром и зеленью петрушки. Гарнировать отваренной цветной капустой.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- В качестве гарнира к яблочному цыпленку подойдет также отварной картофель «в мундире» и брокколи.



МЯСО, ПТИЦА

### Яблочный цыпленок



быстро



дешево



легко



обычно



обычно



обычно



долго



дорого



трудно

## 160. Язык в савойской капусте

### ИНГРЕДИЕНТЫ

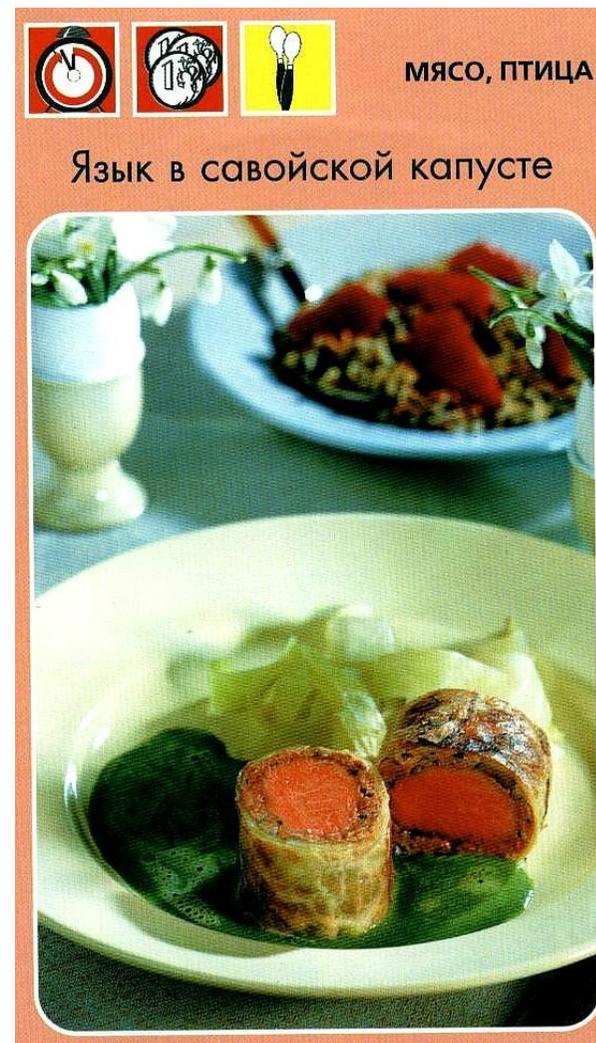
Язык..... 1 шт. (около 800 г)  
Савойская капуста .....500 г  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Булочка. .... 1 шт.  
Яйцо ..... 1 шт.  
Мясной фарш ..... 200 г  
Сливочное масло.....1-2 ст.л.  
Белый (или черный) перец молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свежий язык, тщательно вымыть, положить в кастрюлю, добавить соль, залить горячей водой, поставить на огонь и варить в течение 2-3 ч.
2. Затем язык вынуть, обмыть холодной водой и немедленно снять кожу.
3. Удалить с савойской капусты верхние листья и варить ее примерно 10 мин в подсоленной воде. Затем остудить и разделить капусту на отдельные листья.
4. Внутренние листья мелко нарубить. Булочку размочить в воде. Лук очистить, вымыть и мелко порубить.
5. Смешать фарш с хлебом, нарубленной капустой, яйцом и луком. Посолить и поперчить по вкусу, перемешать.
6. Разложить листья савойской капусты, на них разместить фарш, сверху положить язык, полностью покрыть его фаршем и закатать все в капустные листья.
7. Рулет обернуть алюминиевой фольгой и готовить на водяной бане около 1,5 ч.
8. Готовый язык острым ножом разрезать на порционные куски, разложить по сервировочным тарелкам, гарнировать картофельным пюре или овощами, полить растопленным сливочным маслом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- При подаче к столу рекомендуется полить кушанье любым соусом, рекомендованным к мясу.



## 161. Язык с соусом

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Язык ..... 1,2-1,5 кг  
Петрушка (зелень) .... 2 пучка  
Репчатый лук ..... 1 шт.  
Лук-порей ..... 1 шт.  
Сельдерей (зелень) .. 500 г  
Сливочное масло ..... 2 ст. л.  
Мука ..... 2 ст. л.  
Сахарный песок..... 2 ч. л.  
Лавровый лист. .... 1 шт.  
Гвоздика. .... 1 шт.  
Сливки. .... 4ст. л.  
Мадера ..... 1/2 стакана  
Перец черный молотый  
Соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Язык замочить в холодной воде на 8-12 ч.
2. Зелень петрушки промыть и нарубить. Репчатый лук и лук-порей очистить, вымыть и нарезать кубиками.
3. Влить в кастрюлю 3 л подсоленной воды, положить подготовленные овощи и довести до кипения. Затем положить язык и варить 20 мин, не закрывая крышкой, периодически снимая пену. Закрывать кастрюлю крышкой, уменьшить огонь и варить в течение 3 ч.
4. Сельдерей вымыть, нарезать стебли и за 30 мин до окончания варки добавить к языку. Веточки отложить для украшения.
5. Вынуть язык, ополоснуть холодной водой, удалить кожу. Отлить 2 стакана бульона. Положить язык в оставшийся бульон.
6. Для соуса растопить в низкой широкой кастрюле сливочное масло, добавить муку и сахарный песок. Обжарить муку до золотистого цвета. Постепенно добавлять отлитый ранее бульон, положить лавровый лист и гвоздику, прикрыть крышкой и варить 20 мин на слабом огне.
7. Снять соус с плиты, влить сливки и мадеру, посолить и поперчить.
8. Язык нарезать ломтиками, выложить на блюдо, украсить веточками сельдерея, полить приготовленным винным соусом.

### К СВЕДЕНИЮ ХОЗЯЙКИ:

- На блюде с языком можно расположить клюкву, маринованную краснокочанную капусту, соленые огурцы, отварной картофель.

**МЯСО, ПТИЦА**

### Язык с соусом

быстро, обычно, долго, дешево, обычно, дорого, легко, обычно, трудно