ЛАКОМКА

Домашние технологии

Точные пропорции

Секреты приготовления

Лучшие рецепты, проверенные временем

Элга Боровская

Готовим на мангале, на гриле, в казане

На природе и на кухне

Элга Боровская

Готовим на мангале, на гриле, в казане

На природе и на кухне

Москва
ЭКСМО
2010

УДК 641/642
ББК 36.99
Б 83

Боровская Э.
Б 83 Готовим на мангале, на гриле, в казане. На природе и на кухне / Элга Боровская. — М. : Эксмо, 2010. — 320 с. : ил. — (Лакомка).

ISBN 978-5-699-41682-0

Чтобы ваш пикник на природе удался, знакомьтесь с рецептами блюд, предложенных в этой книге. В ней вы найдете также рекомендации по приготовлению блюд в электрогриле и мангале. Вместе с рецептами вы найдете здесь варианты соусов, приправ, маринования продуктов и советы, как устроить пикник: что взять с собой, а что подготовить дома.

УДК 641/642
ББК 36.99

ISBN 978-5-699-41682-0

© Боровская Э., 2010
© ООО «Издательство «Эксмо», 2010

Вступление

О чем мечтает большая половина человечества, когда за окном мороз, снег, дождь и непогода? Я думаю, что многие ответят именно так: «Ну, конечно же, о первых теплых солнечных денечках, когда можно будет обзвонить друзей и дружной компанией выехать на природу, развести костер, обустроить мангал и устроить долгожданный пикничок с шашлыками».

Пикник — это праздник на свежем воздухе. Он может быть коротким, а может продлиться день или два (выходные, к примеру). Вообще, пикник — это условное название. На самом деле, как бы ни называлась ваша вылазка на природу — барбекю, шашлыки, рыбалка, турпоход с единомышленниками и традиционным костром, шашлыками и кулешами, семейная дачная поездка с домашними полуфабрикатами, доведенными до готовности на открытом огне, романтический пикничок на двоих с хорошим вином и легкими закусками, широкомасштабный фуршет на природе, приуроченный к какому-то торжеству, корпоративная вылазка на европейский манер или просто завтрак на траве без всякого названия — в любом случае, без еды вам никак не обойтись. Причем желательно, чтобы она была не просто вкусной, а приготовленной прямо на свежем воздухе на экологически чистых углях костра, мангала или решетке барбекю.

Этот список можно продолжать до бесконечности, ведь сколько людей — столько и вкусов и, соответственно, способов отдыхать на природе.

Да, в конце концов, отличный пикник можно устроить и во дворе дома, если нет возможности уехать. Главное — продукты и костер. Хотя выехать куда-нибудь на природу, конечно, лучше.

А если за окном дождь, то и это не беда — здесь вам на выручку придут чудеса современной бытовой электротехники. Просто включите свой гриль, барбекю или мангал в розетку — и намеченные для пикника блюда получатся ничуть не хуже, чем на открытом огне. А дождь обязательно пройдет, и вы с удовольствием продегустируете запланированные для пикника блюда уже на свежем воздухе.

Чтобы ваш пикник на природе удался на славу — знакомьтесь с рецептами вкуснейших блюд, предложенных в этой книге, которые можно приготовить в казанке, на мангале, барбекю и на гриле. И не просто знакомьтесь, а экспериментируйте и угощайте своих гостей, приглашенных на загородную прогулку.

Глава 1

Пикник: мода и традиции

Традиция пикников — одна из самых древних. Сейчас уже невозможно установить, кто, где и когда устроил первый пикник.

Первые «пикники» существовали уже в первобытно-общинном строе, когда добытое на охоте мясо готовили на огне, и вокруг костра собиралось все племя. Позже у кочевых скотоводческих народов всегда был под рукой молодой барашек, которого забивали для совместной трапезы. Со временем пикник стал приятным времяпрепровождением в дружеской компании.

В древнем Риме это развлечение тоже пользовалось популярностью. Хотя название «пикник» появилось, конечно, намного позже. Впервые слово *piquenique* встречается в 1692 году в одной из французских энциклопедий. Впрочем, некоторые считают, что слово это английского происхождения. В любом случае, пикники в XVIII веке были в большой моде как у французской, так и у английской аристократии, кстати — самые большие любители поглощения пищи на свежем воздухе — британцы. Само слово имеет отчетливо французское происхождение: *pique*, очевидно, от глагола *piquer* — «*накалывать*». Вторая часть слова — *nique* — бессмыслица, являющаяся рифмой к «*пик*». Такие рифмы были модны во Франции в XVII веке.

В Англии пикник поначалу являлся финальной стадией охоты. Толпа лордов и герцогов со сворой собак, загнав десяток безвинных животных, устраивалась на привал. Обслуживающий персонал разводил костры, расстилал скатерти и раскладывал на них угощения.

В Викторианскую эпоху в Лондоне появилось Пикниковое общество, в которое входили отпрыски знатных родов. Они встречались в Пантеоне на Оксфорд-стрит. В конце 1880-х был опубликован «*Свод светских правил*», в котором были установлены критерии «правильного» пикника. Характерно, что на пикнике должно было быть не менее тридцати пяти блюд в меню.

Впрочем, в знаменитой «*Энциклопедии супердомохозяйки мисс Битон*» для пикника из сорока человек рекомендовался следующий список блюд:

- 1 холодная запеченная говяжья шейка
- 1 холодная вареная говяжья шейка
- 2 порции бараньих ребер

- 2 бараньи лопатки
- 4 жареных петуха
- 2 запеченные утки
- 1 свиной окорок
- 1 язык
- 2 пирога с телятиной и ветчиной
- 2 голубиных пирога
- 6 средних омаров
- 18 головок салата
- 6 корзинок с зеленью
- 6 огурцов

Если этого будет недостаточно, полагалось иметь в запасе:

- хорошо подслащенный компот их свежих фруктов, разлитый по бутылкам
- две дюжины фруктовых пирогов
- четыре дюжины чизкейков
- 2 холодных пудинга
- 2 бланманже
- коробку с разными видами печенья
- полфунта чая

Комментарии здесь излишни: похоже в то время пикники ограничивались лишь пышными застольями, а активные игры и развлечения не предусматривались, что при таком изобильном меню и неудивительно.

У раннебуржуазных пикников было правило, которое в дореволюционной России так и не прижилось: на пикник все приезжали со своей едой, и этот самый «список мисс Биттон» равномерно распределялся между женами семейных джентльменов и кухарками холостяков.

Любопытно, что национальные кухни многих народов считают запеченное на костре мясо своим национальным блюдом — армянский *хоровац*, грузинское *мцвади*, узбекский и таджикский *шашлык*, азербайджанский *кебаб*, южно-африканский *брай* и, конечно же, американское *барбекю*.

Шашлык можно встретить в немецких кантонах, у итальянских тирольцев, у перуанских индейцев, у жителей горного Барнео, в африканской саванне, а в Израиле проводятся даже соревнования по приготовлению шашлыка. И везде считают, что только их шашлык имеет право называться настоящим. С началом лета во всем мире в магазинах появляются готовые замаринованные шашлыки, которые осталось

только нанизать на шампуры. Но самый вкусный шашлык — это тот, который от начала до конца приготовлен собственными руками.

Традицию выбираться светской компанией на природу, как уже упоминалось выше, завели англичане. Британские светские львы брали с собой легкие закуски и вино, никаких шашлыков тогда не было.

Первыми поддержали эту традицию французы, и еще в 1692 году во французской прессе впервые было упомянуто слово «*пикник*». Правда, под этим подразумевалось совсем другое — этим словом называли просто группу людей, собравшихся вместе, а иногда и собрания инакомыслящих, в отличие от англичан, которые собирались именно для того, чтобы приятно провести время... Эта традиция быстро распространилась по всему миру от Старого до Нового Света, не обошла она и Россию.

Пикники в России стали популярны в конце XIX — начале XX века. Особенно любили пикники наследники знатных фамилий и купечество, однако эта традиция была не чужда и рабочим. Правда, набор закусок и напитков у них был очень разный.

У творческой богемы были популярны дачные пикники, описание которых можно встретить у русских классиков. Однако после 1917 года пикники опять ушли в небытие, советские граждане светские традиции не поддерживали.

Вернулись пикники только во время «оттепели» при Хрущеве, который и сам любил загородные поездки. Выезды, как правило, были стихийными, с минимальным комфортом, где-нибудь на обочине или ближайшей поляне (кстати, не отсюда ли пошло популярное выражение «*накрыть поляну*»). Тогда же получили популярность загородные туристические слеты с палатками, гитарами и кострами.

Сейчас пикники и барбекю стали одной из составляющих корпоративной культуры и выезды на природу организуют специальные компании.

Традиция устраивать на воздухе не просто дружеские посиделки, а официальные приемы пришла из Америки.

Барбекю — так называется и блюдо из мяса, зажаренного на решетке, и сам процесс пикника. Исследователи считают, что это слово пришло из языка народа, жившего в Карибском бассейне и *barbacoa* означало «*яма для священного огня*».

Существует также версия о том, что французские путешественники видели, как туземцы зажарили целиком поросенка, а затем описали этот процесс. В дословном переводе у них получилось, что поросенка жарили «от подбородка до хвоста», что по-французски звучит так — *Barbe a queue.* Как бы то ни было — традиция выезжать на барбекю прижилась и у нас, правда традиционные шашлыки она так и не опередила.

Наши любимые шашлыки — родом с Востока, а искать конкретную страну, где впервые появился шашлык, бессмысленно. Само слово *шашлык* в русском языке оказалось и вовсе случайно. Это искаженное крымско-татарское слово *«шиш» — вертел, «шишлык» — что-то на вертел.*

В России же такое мясо называли «верченым», то есть приготовленным на вертеле. Шашлыки готовят везде, от Японии до Латинской Америки.

В Бразилии, например, шашлык называется *«шураска»*. Огромный кусок мяса нанизывают на шампур и готовят над открытым огнем. Когда верхний слой прожаривается, его большим и очень острым ножом срезают на тарелку, потом следующий слой и так далее.

В Японии, Китае, Индонезии мясо нанизывают на шпажки — острые деревянные палочки, жарят, потом окунают в соус и подают к столу. Хотя в Японии для приготовления шашлыков используют в первую очередь морепродукты *(«темпора»)*. На углях японцы готовят очень редко. Они считают, что уголь обладает свойством впитывать запахи, а когда его разжигают, он передает эти запахи продуктам. Поэтому японцы с шашлыком, приготовленным на открытом огне, обязательно едят маринованный имбирь — он отбивает посторонние запахи.

Маленькие кусочки маринованной баранины готовят в Афганистане и Марокко.

Во франкоязычной Северной Африке их называют *«brochettes»*. Поскольку страны пустынные, на угли под шашлык кладут саксаул и самшит. Такие угли очень горячие и «долгоиграющие», с ароматным дымом.

Глава 2

Как устроить пикник: что взять, как подготовиться

Лето — сезон, когда так хочется на природу, на море, в лес — неважно. Главное, чтобы подальше от суеты города, душной квартиры и забот. Итак, собираемся на пикник! Но вот вопрос: что с собой взять, чтобы отдых получился комфортным?

ПРАВИЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА К ПИКНИКУ — ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ ЕГО УСПЕХА

Самое главное, как вы знаете, — ничего не забыть. Можно взять много лишних мелочей, и при этом не захватить что-то главное, возможно, даже испортив себе выходные. Давайте составим список всего необходимого.

Сначала нужно определиться: на сколько, куда и на чем вы едете.

Если на машине на выходные, то вам пригодятся палатка, спальники, теплые вещи. Неплохо, конечно, взять небольшие подушки, но без них вполне можно обойтись. Так что, если не останется места в багажнике — смело вытаскивайте подушки — пусть остаются дома.

Хорошая идея взять плед или одеяло, чтобы на нем можно было устроиться. Если у вас есть небольшие складные стульчики, берите и их!

Далее по списку посуда.

Пригодятся тарелки, ложки, вилки, ножи, стаканы (вполне подойдут пластиковые).

Нужен будет хороший нож и небольшая разделочная доска, чтобы резать хлеб, помидоры, огурцы и другие овощи и зелень.

Возьмите штопор (если планируете брать спиртные напитки) и консервный нож.

Не забудьте салфетки или бумажные полотенца. Очень пригодятся влажные салфетки, особенно если с вами едут дети.

Абсолютно нелишними будут несколько прочных мешков для мусора, чтобы можно было все за собой убрать и вернуться на понравившееся вам место еще раз.

На пикнике вам, несомненно, понадобятся дрова, небольшой топор для них и спички, чтобы разводить костер. Рассчитывать на то, что найти сухие ветки можно и в лесу, не стоит. Во-первых, может элементарно пойти дождь, и «лесное топливо» придет в негодность. Во-вторых, и до вашего приезда на этом же месте могло быть достаточно «туристов», которые вычистили лес от сухих веток. В-третьих, если решите делать шашлыки, то от веточек хороших углей не останется. И, в-четвертых, нужно просто беречь природу.

Если вы едете веселой компанией, то вам, несомненно, пригодятся бадминтон и мячи (волейбольный или надувной).

Тем, кто едет к морю, стоит позаботиться о купальных принадлежностях. Можно взять гитару, чтобы петь песни вечером у костра.

Любители рыбалки, конечно, не забудут про удочку и всю специфическую «атрибутику», которая к ней полагается. Меломаны позаботятся о магнитофоне на батарейках и дисках с любимой музыкой.

Обязательно с собой на природу нужно взять средства от комаров, средства для загара и минимальную аптечку, в которой должны быть средства от головной боли, от пищевых отравлений, от простуды и температуры, бинты, зеленка, лейкопластырь и те лекарства, которые вы часто принимаете.

Итак, подводим итоги и составляем основной список того, что понадобится.

ЧТО НУЖНО ДЛЯ ПИКНИКА

- Одноразовая посуда: тарелки, стаканы или кружки, ложки и вилки, миски (для салатов, шашлыка)
- Мангал или гриль, шампура, решетки для гриля, казан для кулеша или плова, ведро для ухи (при необходимости)
- 1—2 острых кухонных ножа для нарезки мяса, рыбы и овощей
- Целлофан и одноразовые скатерти
- Бумажные и влажные салфетки и полотенца
- Топорик для дров
- Дрова, если вы знаете, что на месте подходящего сушняка не будет. По мнению специалистов, лучшими для шашлыков являются дрова из виноградной лозы.

Далее по убыванию качества: белая акация, кизил, терн, бук, дуб. Подходят лишь лиственные породы деревьев. Дрова из хвойных пород со смолистой древесиной придадут мясу привкус, неистребимый никакими соусами. Критерий качества — количество и жар углей. Более подробно об этом вы прочитаете в соответствующей главе.

- Уголь
- Спички и несколько старых газет для разведения костра
- Пакеты для мусора
- Питьевая вода в достаточном количестве
- Аптечка и средство от комаров
- Продукты по запланированному меню (здесь составляется отдельный список) и обязательные продукты, такие как хлеб, растительное масло, специи, соль, чай, кофе, сладости, сахар и т. д.
- Пледы или коврики, карематы или надувные матрасы
- Пляжные зонты, если вы едете не в лес
- Игровое снаряжение
- Сумка-холодильник (если таковая имеется).

При ее отсутствии можно обойтись следующим способом: берете две сумки. В одну складываете продукты, которые нужно сохранить холодными, а в другую — все остальное. Из «холодной» сумки устраиваем холодильник. За сутки до поездки все напитки, которые вы берете с собой, перелейте в пластиковые бутылки и положите в морозильную камеру (соки в пакетах кладутся туда же).

Выстелите дно и стенки сумки полиэтиленом, уложите на дно ряд замороженных бутылочек, а поверх них уложите те продукты, которые должны остаться холодными. Затем продукты вокруг обложите оставшимися замороженными бутылками. Приехав на место, поставьте импровизированный холодильник в тень и накройте сверху плотным покрывалом или одеялом.

КАКИЕ ПРОДУКТЫ ВЗЯТЬ

Упаковывая сумку или рюкзак для пикника, на дно положите продукты в герметично закрытых контейнерах, а сверху — завернутые в фольгу.

Постарайтесь выбрать ту еду, которая всем нравится. От скоропортящихся продуктов стоит отказаться, а вот консервы, копченую колбасу и плавленый сыр смело берите с собой на пикник. Отличным решением станут заранее приготовленные и охлажденные бутерброды, жареная или копченая курица или запеченное мясо.

Гарниром на пикнике станут стандартные помидоры, огурцы, перец, зелень и фрукты — яблоки, бананы, апельсины, виноград, груши. Кроме того, можно взять с собой крекеры и то, что на них намазывают. Все это — самые простые варианты-экспромты. С рецептами более оригинальных и вкусных пикниковых блюд вы познакомитесь в следующих главах.

Отдельная тема — шашлыки. Хорошо, если вы замариновали мясо заранее, ну а если пикник наметился экспромтом, то можно купить в любом супермаркете полуфабрикат из говядины, свинины или из курицы. Или заменить шашлыки жареными сосисками, что тоже, кстати, неплохо.

Что касается мангала или решетки для гриля, то они продаются сейчас практически везде и стоят, в общем, недорого. Причем лучше выбрать решетку с антипригарным покрытием — ее потом легче отмыть. Гурманы берут с собой и пищевую фольгу, чтобы готовить в ней рыбу или овощи.

Сыр, майонез, замаринованное мясо, молочные продукты, различные салаты необходимо поместить в сумку-холодильник или тот ее импровизированный вариант, о котором мы говорили выше.

Готовые горячие блюда намного дольше останутся горячими, если вы обернете их двойным слоем фольги и завернете в газеты. Газеты пригодятся потом при разведении костра или растопке мангала, а блюда сохранятся горячими в течение 2—3 часов.

Конечно же, сумки с горячими блюдами и холодными продуктами надо поставить подальше друг от друга.

Если вы берете с собой салаты, то, чтобы уменьшить объем и вес, упакуйте их в плотные полиэтиленовые пакеты и положите сверху, а внизу расположите более тяжелые продукты.

Растительное масло и уксус налейте в хорошо закрывающиеся пластиковые бутылки. В сумке поставьте их вертикально между контейнерами с продуктами.

Фруктовые соки можно предварительно заморозить, и тогда их не нужно будет класть в сумку-холодильник. Более того, они создадут в сумке необходимую прохладу.

Не забывайте об овощах и фруктах — свежих, соленых, маринованных.

НАПИТКИ ДЛЯ ПИКНИКА

Выбор напитков, как правило, во многом это зависит от цели пикника и состава компании.

Если у вас романтическое свидание на природе, нужно взять шампанское или сухое вино, а в качестве закуски к нему — сыр, масло, красную рыбу.

Если у вас мальчишник или смешанный сабантуй, берите пиво, коньяк, водку — кто что любит. Сколько всего этого брать — дело вашего вкуса.

В любом случае, особенно если с вами дети, позаботьтесь о соках, морсах и минеральной воде. Не забудьте взять с собой и чистую питьевую воду, чтобы можно было приготовить чай и иметь воду для мытья рук, даже если вы едете к морю или реке.

Если вы берете с собой питьевую воду, газированные напитки и соки, то лучше всего брать их в пластиковых бутылках или бумажных пакетах. За сутки до поездки положите эти напитки в морозильную камеру.

Кстати, когда вас приглашают на пикник, а вы раздумываете, стоит ли брать с собой ребенка, не отказывайтесь от поездки. Даже если ваш малыш совсем маленький, берите его на пикник, только постарайтесь продумать все до мелочей!

ЧТО ПОНАДОБИТСЯ ДЛЯ ГРУДНИЧКОВ

Детки до года большую часть времени спят, а сон на природе вообще долог, сладок и очень полезен! Так что родители, обустроив на природе место для сна ребенка, могут сами расслабиться и спокойно пообщаться. Если вы едете на природу на машине, то коляску можно положить в багажник, а люльку поставить в салон. Сейчас многие мамочки предпочитают носить слинги – это тоже очень удобно.

А если вы добираетесь до места отдыха пешком, то ваш малыш прекрасно перенесет дорогу в коляске. Главное не забудьте москитную сетку и крем от комаров. В аптеке можно приобрести такой крем для младенцев. Не надевайте на детей темные вещи: именно темная, а не светлая одежда привлекает комаров. Для самых маленьких воспользуйтесь народными средствами от насекомых.

На природе мы обычно готовим еду на костре, но крохе то она не подойдет. Поэтому продумайте этот вопрос заранее, и возьмите все с собой. Если вы собираетесь на весь день, то в сумку с детским питание можно положить бутылку со льдом, это надолго сохранит необходимую температуру, или просто воспользуйтесь

сумкой холодильником. Купив ее однажды, вы еще много раз похвалите себя за правильную покупку!

Обязательно возьмите запас воды, чтобы хорошо вымыть себе руки, прежде чем кормить и переодевать ребенка, и чтобы в случае необходимости умыть или помыть его. Хотя на природе при смене подгузника вполне можно обойтись влажными салфетками.

Во время бодрствования ребенку необходимо пространство, по которому он будет передвигаться, так что позаботьтесь о теплой подстилке и минимуме игрушек для вашего чада. Или воспользуйтесь развивающим ковриком — и место для ползания есть, и игрушки брать не нужно — все предусмотрено.

Составляющие успеха пикника — это:

- **подходящая компания,**
- **хорошее настроение,**
- **правильная организация,**
- **отменные блюда, приготовленные на открытом огне.**

Собирайте компанию и открывайте сезон, а о рецептах вкусных блюд для вашего пикника позаботилась эта полезная для отдыхающих книга.

Глава 3

Закуски и бутерброды на скорую руку: легкая разминка

Наши пикниковые русские традиции остаются неизменными. Приехав на природу и расположившись на уютной полянке, мы быстро раскладываем скатерть-самобранку и начинаем сервировать легкий закусочный стол на скорую руку. Это мясные и овощные нарезки, это легкие закуски, приготовленные дома и предварительно разложенные в контейнеры, это и легкие овощные салаты, продукты для которых нарезаны дома и также разложены по отдельным емкостям, ну а заправка их производится уже на месте.

Все это можно накрыть на импровизированный стол буквально за 10 минут, а затем, перекусив за дружеской беседой, заняться привычными пикниковыми заботами: поиграть в активные игры, искупаться в водоеме, развести костер и заняться подготовкой к шашлычной церемонии. Ну а в перерывах между этими приятными занятиями всегда можно присесть за закусочный стол и с аппетитом перекусить еще и еще раз.

ЛЕГКИЕ ОВОЩНЫЕ САЛАТЫ

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ХРЕНОМ

2 помидора, 3 ст. ложки тертого корня хрена, 1 яйцо, 0,5 стакана сметаны, 1 ст. ложка лимонного сока, соль — по вкусу.

Помидоры средней величины вымыть в проточной воде, нарезать кружками толщиной по 3—4 мм и уложить на блюдо. Сверху полить смесью из сметаны, лимонного сока и тертого хрена, дать немного постоять, чтобы помидоры пропитались соусом. Салат подавать к столу, украсив дольками сваренного вкрутую яйца.

ВИТАМИННЫЙ САЛАТ

3 помидора, 1 свежий огурец, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 2 яблока, 5—6 слив, 150 г сметаны, соль, зелень эстрагона — по вкусу.

Помидоры помыть и нарезать дольками. Сырую морковь и корень сельдерея тщательно помыть, очистить от кожуры. У яблок удалить сердцевину и семена. У слив вынуть косточки. Морковь, сельдерей, огурцы, яблоки и сливы нарезать соломкой, чуть присолить, уложить в салатник и полить сметаной.

Сверху посыпать салат измельченной зеленью эстрагона.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЯБЛОКАМИ

6 помидоров, 2 яблока, 1 репчатая луковица, 2 яйца, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Помидоры и яблоки нарезать дольками, добавить рубленые вареные яйца, лимонный сок, репчатый лук, растительное масло, соль. Все перемешать и украсить зеленым луком.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С РЕДЬКОЙ

6 помидоров, 1 редька, 1 репчатая луковица, 4 ст. ложки растительного масла, соль, зелень — по вкусу.

Редьку очистить от кожуры и натереть на крупной терке. Помидоры нарезать дольками, смешать с редькой, солью, нашинкованным репчатым луком, растительным маслом и украсить веточкой зелени.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С МАСЛИНАМИ И ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

5 помидоров, 1 пучок зеленого салата, 50 г маслин, 0,5 стакана грецких орехов, 3 дольки чеснока, 50 г растительного масла, 50 г тертого сыра, соль, черный молотый перец, лимонный сок — по вкусу.

Все овощи промыть, нарезать кольцами помидоры, порубить зеленый салат, добавить маслины, мелко нарезанный чеснок и орехи. Приправить салат солью и перцем по вкусу. Все перемешать. Затем приготовить заправку. Для этого смешать растительное масло с лимонным соком (в соотношении 1:1) и вылить в салат. Сверху густо посыпать салат натертым на крупной терке сыром.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С СЫРОМ

6 помидоров, 1 репчатая луковица, 100 г твердого сыра, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Свежие помидоры нарезать ломтиками. Лук нашинковать соломкой. Твердый сыр натереть на крупной терке. Продукты смешать, приправить солью, молотым перцем, растительным маслом. Готовый салат посыпать зеленью укропа.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С БРЫНЗОЙ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

5—6 помидоров, 1 сладкий болгарский перец, 100 г брынзы, 2 ст. ложки растительного масла, соль, зелень — по вкусу.

Помидоры нарезать дольками, перец — соломкой, брынзу натереть на крупной терке. Все смешать, посолить, добавить зелень и заправить растительным маслом.

САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ С СЫРОМ

2—3 баклажана, 100—150 г сыра, 2 зубчика чеснока, 2 сладких болгарских перца, 5 помидоров, соль, зелень кинзы, орегано, петрушки, укропа — по вкусу, растительное масло — для обжаривания.

Баклажаны вымыть, обсушить, очистить кожуру и нарезать кружочками толщиной не более 1—1,5 см. Каждый кружочек баклажана обжарить в разогретом растительном масле.

Затем нарезать соломкой сладкий перец, помидоры и зелень кинзы, орегано, петрушки, укропа. Все ингредиенты слоями выложить на плоскую тарелку: баклажаны,

немного обсыпанные мелко нарубленным чесноком и тертым сыром, перец, помидоры, зелень. Каждый слой подсолить по вкусу. К столу салат подавать охлажденным.

ТОМАТНЫЙ САЛАТ С МЯТОЙ И ЛИМОНОМ

700 г помидоров, 10 г свежей мяты, цедра одного лимона, сок половины лимона, 100 г растительного масла, 0,5 ч. ложки сахара, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Порезать помидоры на небольшие ломтики, смешать с лимонной цедрой и отставить на один час. Тем временем сделать заправку, взбив лимонный сок, растительное масло и приправы, добавить по желанию сахар. Полить помидоры заправкой, добавить рубленую зелень мяты и перемешать.

САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ С ПОМИДОРАМИ

1 баклажан, 6—7 помидоров, 1 сладкий болгарский перец, 100 г растительного масла, 1 ст. ложка рубленой зелени укропа или петрушки, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Нарезанные кружочками баклажаны посолить и дать им постоять 15—20 мин, чтобы исчезла горечь. Затем кружочки баклажана отжать и поджарить на растительном масле до готовности.

На дно салатницы уложить слой баклажанов, посыпать рубленой зеленью, а сверху уложить слой нарезанного кружочками перца. Залить все проваренными и протертыми через сито помидорами. Затем в том же порядке продолжить чередование баклажанов и зелени, заливая каждый слой соком помидоров и слегка приправляя солью. Выдержать три часа в холоде, после чего подавать салат к столу.

САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ С ЛУКОМ И ГОРОШКОМ

2—3 баклажана, 2 репчатые луковицы, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, 2 яблока, 100 г майонеза, 1 ст. ложка горчицы, 100 г сметаны, 1—2 ст. ложки растительного масла, чеснок, лимонный сок, сахар, соль — по вкусу.

Очищенные от кожуры баклажаны нарезать ломтиками и слегка потушить на сковороде, опустив в разогретое растительное масло. Нарезанный кубиками репчатый лук добавить в тушеные баклажаны и тут же вынуть. Все охладить, смешать с зеленым горошком, мелко нарезанными яблоками и вареными яйцами, приправить солью, лимонным соком и сахаром по вкусу.

Выложить в салатницу и залить соусом, приготовленным из смеси майонеза, сметаны, готовой горчицы и измельченного чеснока. Готовый салат украсить дольками помидоров.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ И ОРЕХАМИ

150 г свеклы, 1—2 яблока, 100 г чернослива, 50 г ядер грецких орехов, 1 долька чеснока, 1 стакан сметаны, 1 ч. ложка хрена в уксусе, соль, сахар — по вкусу.

Свеклу отварить или испечь в духовке до мягкости. Остывшие корнеплоды очистить от кожуры и натереть на овощной терке. Чернослив размочить в остуженной кипяченой воде, очистить от косточек, измельчить. Очищенные орехи подержать в соленой воде, затем тщательно вымыть и измельчить. Чеснок истолочь. К сметане добавить хрен, соль, сахар, замешать туда подготовленные продукты. Украсить салат свеклой и черносливом.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕРНОСЛИВОМ

400 г моркови, 200 г чернослива, 0,5 стакана сметаны, 1 ч. ложка сахара, соль — по вкусу.

Очищенную и вымытую сырую морковь натереть на крупной терке или тонко нашинковать. Чернослив промыть в теплой воде, залить кипятком и дать постоять 15—20 мин, после чего вынуть косточки и нарезать дольками. Морковь и чернослив посыпать сахаром, посолить, перемешать, выложить в салатник и полить сметаной.

САЛАТ «ОВОЩНАЯ ГРЯДКА»

1 большая репчатая луковица, 1 яблоко, 1 морковь, 2 сладких болгарских перца, 2 помидора, 100 г сметаны, соль — по вкусу.

Лук нарезать кольцами, посолить и дать постоять 30 мин. На дно салатницы положить лук, затем морковь, натертую на терке, яблоки, нарезанные тоненькими дольками без кожуры, затем перец и помидоры, нарезанные кружками. Все это заправить сметаной и подать к столу.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И КУКУРУЗОЙ

2 моркови, 2 соленых огурца, 200 г консервированной кукурузы, 100 г майонеза, соль — по вкусу.

Морковь отварить, нарезать кубиками, добавить мелко нарезанные соленые огурцы и кукурузу. Все перемешать, посолить и заправить майонезом.

САЛАТ ИЗ ШПИНАТА, ЩАВЕЛЯ И ЗЕЛЕНОГО ЛУКА

400 г шпината, 200 г зеленого лука, 100 г щавеля, 100 г петрушки, 2—3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка уксуса, 20 шт. маслин без косточек, соль — по вкусу.

Шпинат, щавель, зеленый лук и петрушку хорошо промыть, мелко нарезать и смешать. Зелень сбрызнуть уксусом, добавить по вкусу соль и растительное масло. Все хорошо перемешать, выложить в салатницу и украсить маслинами.

САЛАТ МОРКОВНЫЙ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ

100 г моркови, 100 г тертого сыра, 2—3 зубчика чеснока, 3 ст. ложки майонеза, соль — по вкусу.

Морковь натереть на мелкой терке, а сыр — на крупной. Продукты соединить, добавить растертый с солью чеснок, заправить майонезом и перемешать.

САЛАТ ОВОЩНОЙ

1 яблоко, 1 картофелина, 1 соленый огурец, 1—2 ст. ложки оливкового масла, 1 репчатая луковица, соль, уксус, зелень петрушки — по вкусу.

Картофель и свеклу в кожуре испечь в жарочном шкафу, очистить, нарезать ломтиками и перемешать с очищенными, мелко нарезанными солеными огурцами и репчатым луком. Затем добавить нарезанные тонкими ломтиками яблоки, мелко нарезанную зелень петрушки. Все перемешать, посолить и заправить салатной заправкой из уксуса и растительного масла.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА С МЯТОЙ

150 г редиса, 1 репчатая луковица, 1 пучок мяты, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Редис нарезать тонкими ломтиками, лук нашинковать, мяту порубить. Все перемешать, заправить растительным маслом, лимонным соком, солью и перцем.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С ЛИМОННЫМ СОКОМ

500 г корня сельдерея, 5 ст. ложек лимонного сока, соль — по вкусу.

Корнеплоды сельдерея вымыть, очистить, нарезать очень тонкой соломкой, полить лимонным соком (для сохранения цвета) и перетереть с солью, чтобы сельдерей стал мягким. Подавать к столу сразу после приготовления.

САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С ЛУКОМ И ОРЕХАМИ

1 свекла, 2 репчатые луковицы, 0,5 стакана измельченных грецких орехов, соль, растительное масло — по вкусу.

Свеклу помыть, отварить, дать немного остыть, после чего натереть на крупной терке. Лук мелко порезать, обжарить до прозрачности на растительном масле. Орехи также обжарить на масле. Все ингредиенты соединить, перемешать и посолить.

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ С МАЙОНЕЗОМ

5 початков кукурузы, 1 яйцо, 5 помидоров, 100 г майонеза, соль, черный молотый перец — по вкусу, листья зеленого салата — для оформления.

Кукурузу молочной зрелости сварить, отделить зерна и уложить их в салатник. К кукурузе прибавить измельченное вареное яйцо, приправить солью, перцем и заправить майонезом. Готовое блюдо украсить листьями зеленого салата.

САЛАТ ОВОЩНОЙ С ОСТРОЙ ЗАПРАВКОЙ

2—3 сладких зеленых перца, 200 г помидоров, 150 г соленых огурцов, 3 яйца, 50 г томата-пюре, 10 г горчицы, 150 г майонеза, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Очищенный от семян перец нарезать соломкой, огурцы — кубиками, помидоры и вареные яйца — четвертинками. Майонез смешать с горчицей, томатом-пюре, солью, черным молотым перцем и этой смесью заправить перемешанные компоненты.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С МОРКОВЬЮ И СУХАРЯМИ

1 редька, 2 моркови, 1 репчатая луковица, 1 зубчик чеснока, 2 ст. ложки молотых пшеничных сухарей, 0,5 ч. ложки тертой лимонной цедры, 1 ст. ложка лимонного сока, 100 г сметаны, соль — по вкусу.

Редьку и морковь очистить от кожуры и нашинковать с помощью крупной терки. Лук и чеснок нарезать как можно мельче. Все соединить, добавить сухари, лимонную цедру, лимонный сок, соль, сметану и перемешать.

ОСТРЫЙ КАПУСТНЫЙ САЛАТ

500 г белокочанной капусты, 300 г сладкого красного перца, 1 крупная головка чеснока, 1 репчатая луковица, 1 ст. ложка растительного масла, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Белокочанную капусту нашинковать, посолить, поперчить, хорошо перемешать, дать постоять, затем еще раз перемешать. Толченый чеснок перетереть с солью и смешать с капустой. Репчатую луковицу мелко порезать, обжарить на растительном масле, вылить все это горячим в капусту и быстро перемешать. Дать блюду немного постоять и подавать к столу. Если этот салат плотно уложить в банку и закрыть туго прилегающей крышкой, а затем выдержать один день в холодильнике, он станет еще вкуснее.

САЛАТ С МОРКОВЬЮ И КИНЗОЙ

4 моркови, 200 г зелени кинзы, 100 г очищенных тыквенных семечек, 3 ст. ложки оливкового масла, соль — по вкусу.

Морковь вымыть, очистить и нашинковать на крупной терке. Кинзу промыть и мелко нарезать. Все ингредиенты смешать, добавить очищенные тыквенные семечки, посолить и заправить оливковым маслом.

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С РЕДЬКОЙ

200 г белой редьки, 200 г черной редьки, 200 г консервированного зеленого горошка, 2 ст. ложки растительного масла, соль, зеленый лук, зелень петрушки и укропа — по вкусу.

Белую и черную редьку очистить, натереть на крупной терке и перемешать. Добавить консервированный зеленый горошек, мелко нарезанные перья зеленого лука и рубленую зелень петрушки и укропа. Заправить салат растительным маслом и солью по вкусу.

САЛАТ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА

2 репчатые луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка уксуса, соль, сахар, черный молотый перец — по вкусу.

Лук тонко нашинковать, залить на 5 мин горячей водой для удаления горечи. Воду слить, лук охладить и заправить укусом, солью, сахаром, перцем и растительным маслом.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ-ПОРЕЕМ

250 г квашеной капусты, 250 г лука-порея, 50 г растительного масла, 1 ст. ложка тмина, черный молотый перец — по вкусу.

Квашеную капусту откинуть на дуршлаг и дать стечь рассолу. Лук-порей очистить, тщательно вымыть, нарезать очень мелкими колечками вместе с зелеными

листьями, оставив один для украшения. Перемешать капусту с нарезанным луком, тмином, заправить сметаной, перцем по вкусу. Выложить в салатницу и украсить фигурно выложенным зеленым перышком лука-порея.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С КЛЮКВОЙ

1 корень сельдерея, 300 г клюквы, 1 морковь, соль, сахар — по вкусу.

Клюкву перебрать, вымыть, откинуть на сито, чтобы стекла вода, и раздавить деревянной ложкой. Добавить сахар, размешать и дать сахару раствориться.

Сельдерей и морковь натереть на средней терке. Все перемешать, выложить в салатницу и украсить клюквой и морковью.

ОВОЩНОЙ САЛАТ «ЦВЕТНАЯ МОЗАИКА»

100 г моркови, 200 г репы, 50 г зеленого горошка, 150 г цветной капусты, 100 г майонеза, соль — по вкусу.

Нарезать мелкими кубиками предварительно отваренные морковь и репу. Добавить зеленый горошек и соцветия отварной цветной капусты. Готовый салат посолить, заправить майонезом и перемешать.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С ВИНОГРАДОМ

100 г отварной цветной капусты, 1 помидор, 1 свежий огурец, 1 стакан ягод винограда, 50 г сметаны, 2 ст. ложки нарезанного зеленого салата, соль — по вкусу.

Цветную капусту отварить в подсоленной воде и охладить. Помидоры нарезать кружочками, свежие огурцы и зеленый салат — соломкой. Подготовленные продукты соединить, добавить виноград, по вкусу посолить и заправить сметаной.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КЛЮКВОЙ

300 г белокочанной капусты, 0,5 стакана клюквы, 2 ст. ложки растительного масла, соль — по вкусу.

Капусту нашинковать, посолить и тщательно перетереть руками. Смешать капусту с предварительно промытой и обсушенной клюквой, заправить растительным маслом и подать к столу.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И ОГУРЦАМИ

400 г цветной капусты, 200 г моркови, 200 г свежих огурцов, 100 г растительного масла, сок одного лимона, соль, зелень — по вкусу.

Цветную капусту очистить, вымыть, а затем ошпарить кипятком и мелко нашинковать. Морковь натереть на крупной терке, огурцы мелко нарезать. Все овощи перемешать, добавить соль и заправить смесью растительного масла и лимонного сока. Готовый салат украсить зеленью.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЧЕСНОКОМ

300 г картофеля, 2 зубчика чеснока, 1 репчатая луковица, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка уксуса, соль — по вкусу.

Очищенный картофель нарезать кубиками, отварить в подсоленной воде до полуготовности, воду слить, кастрюлю закрыть крышкой и довести картофель до готовности на пару. Затем картофель охладить и переложить в салатник. Очищенный чеснок растолочь с солью, заправить растительным маслом и уксусом, перемешать. Полученным соусом залить картофель и посыпать нашинкованным репчатым луком.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРИБАМИ И ОРЕХАМИ

150 г соленых шампиньонов, 250 г консервированного зеленого горошка, 3 ст. ложки изюма, 3 ст. ложки рубленых грецких орехов, 3 шт. картофеля, 1 яблоко, сок одного лимона, 3 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки, зеленый лук, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Картошку помыть, сварить в мундире, очистить, порезать на мелкие кубики. Яблоко также нарезать кубиками, соединить с картофелем. Сбрызнуть лимонным соком,

добавить изюм, предварительно промытый и распаренный, и измельченные орехи. Затем добавить в салат нарезанные пластинками грибы и консервированный зеленый горошек. Салат приправить солью и перцем, заправить растительным маслом, перемешать и украсить нашинкованным зеленым луком и зеленью петрушки.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПОМИДОРАМИ И БАНАНОМ

3—4 шт. картофеля, 4 яблока, 4 помидора, 1 банан, 4 ст. ложки сметаны, соль — по вкусу.

Картофель отварить «в мундире», остудить, очистить и нарезать кубикам. Яблоки очистить от кожуры и семенного гнезда и нарезать аналогично картофелю. Помидоры нарезать кружочками. Все ингредиенты смешать, добавить банан, нарезанный кружочками, и залить сметаной. Готовый салат поставить на 2—3 часа в холодильник.

САЛАТ ИЗ КАБАЧКОВ И ЯБЛОК С МОРКОВЬЮ

300 г кабачков, 2 яблока, 1 морковь, 100 г майонеза, соль, лимонный сок, зеленый лук — по вкусу.

Молодые очищенные кабачки, яблоки и морковь нарезать соломкой, добавить соль, лимонный сок, посыпать мелко нарезанным зеленым луком и заправить майонезом.

САЛАТ ИЗ КАБАЧКОВ С ХРЕНОМ

500 г кабачков, 20 г готового хрена в уксусной заправке, 2 репчатые луковицы, 2 помидора, 100 г майонеза, соль, зелень — по вкусу.

К кабачкам, нарезанным соломкой, добавить хрен, перемешать, накрыть крышкой и оставить на 30—40 мин в прохладном месте.

При подаче к столу добавить в салат нашинкованный репчатый лук, рубленый укроп и нарезанные дольками помидоры. Готовый салат посолить и заправить майонезом.

ЗАКУСКИ ДЛЯ ПИКНИКА

Овощные закуски

ЗАПЕЧЕННЫЕ ПОМИДОРЫ С КУРИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ

4 помидора, 400 г куриной или индюшиной печени, 2 зубчика измельченного чеснока, 4 ст. ложки рубленой зелени петрушки, 1 веточка розмарина, 8 ст. ложек растительного масла, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 7 ст. ложек «Мадеры», соль, черный молотый перец — по вкусу.

Помидоры разрезать пополам, уложить их в форму для запекания. Посолить, поперчить, посыпать чесноком, измельченной зеленью петрушки и розмарина. Полить каждый помидор 1 ч. ложкой растительного масла, посыпать сухарями. Запекать в духовке при 200° С в течение 20 мин.

Печень нарезать соломкой и, помешивая, обжарить на сливочном масле 2 мин, посолить и поперчить. Влить мадеру и тушить еще 2 мин.

При подаче положить печень на запеченные помидоры и оформить зеленью.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ

8 твердых помидоров, 100 г риса, 100 г голландского сыра, 100 мл растительного масла, 3 зубчика чеснока, 1 пучок листового салата, свежая зелень (укроп или петрушка), соль, специи — по вкусу.

Помидоры помыть и обсушить. Острым ножом срезать верхушки и ложкой аккуратно вынуть мякоть. Протереть ее через сито или перемешать миксером до образования однородной массы.

Рис отварить почти до готовности, воду отцедить, добавить 3 ст. ложки растительного масла, 3—4 ст. ложки протертой томатной массы, соль и специи по вкусу.

Свежую зелень промыть под холодной водой, стряхнуть капли воды, мелко нашинковать и добавить к рису, хорошо перемешать и наполнить полученной смесью помидоры.

Смазать глубокий противень или сковороду растительным маслом или маргарином, выложить на него наполненные фаршем помидоры.

Сыр натереть на крупной терке и посыпать им каждый помидор. Накрыть срезанными верхушками. Оставшийся томат развести водой, посолить, поперчить и залить помидоры приготовленным соусом до половины.

Поставить в духовку, разогретую до 180° С и тушить до готовности примерно 15—20 мин.

Листья салата помыть, обсушить, выстелить ими блюдо и выложить на них готовые помидоры.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И ГРИБАМИ

4 помидора, 80 г отварного мяса птицы, 80 г шампиньонов, 2 ст. ложки майонеза, соль, черный молотый перец, зелень петрушки — по вкусу.

У помидоров срезать верхнюю часть и вынуть мякоть. Посолить, дать стечь жидкости, добавить перец.

Шампиньоны отварить в подсоленной воде и нарезать ломтиками.

Вареное мясо птицы нарезать мелкими кубиками, смешать с майонезом и грибами. Помидоры наполнить приготовленным фаршем, на каждый положить по ломтику шампиньона и оформить зеленью.

ПИКАНТНЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРЫ

20 средних помидоров с хвостиками (твердых и круглых), 0,5 кг риса, 0,5 кг сладкого болгарского перца, 3 репчатые луковицы, 5 яиц, 200 г майонеза, зелень укропа и петрушки, соль, черный молотый перец — по вкусу, растительное масло — для жарки.

Помидоры помыть и протереть бумажным полотенцем. Аккуратно срезать верхушки, не отрывая хвостики. Чайной ложкой удалить мякоть из помидоров. Внутренние стенки каждого из них посолить, поперчить. После этого помидоры перевернуть вверх дном, чтобы стекал сок.

Отварить рис, остудить и выложить его в глубокую посуду. Сваренные вкрутую яйца мелко порезать. Тщательно вымыть зелень и порубить ее. Измельченные яйца и зелень добавить к рису и перемешать.

Перец помыть, удалить из него семена, нарезать мелкими кубиками. Мелко нашинковать очищенный лук. Затем перец и лук выложить на разогретую сковороду

с подсолнечным маслом и накрыть крышкой. Тушить на среднем огне 15 мин, время от времени аккуратно помешивая.

Когда зажарка будет готова, выложить ее в рисовый фарш, добавить майонез и все тщательно перемешать. Этой массой наполнить помидоры. Сверху положить немного майонеза, украсить измельченной зеленью и накрыть верхушками с хвостиками. Подавать блюдо с овощным ассорти или мясом.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И ВЕТЧИНОЙ

12 помидоров, 240 г зеленого горошка, 200 г ветчины, 0,75 стакана майонеза, 1 ст. ложка соли.

У плотных помидоров срезать верхушки, чайной ложкой удалить мякоть. Ветчину нарезать кубиками, смешать с горошком и майонезом, посолить. Полученной массой наполнить помидоры (горкой), украсить сеткой из майонеза, полосками из помидоров и зеленым горошком.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГОВЯЖЬЕЙ ПЕЧЕНКОЙ

700 г помидоров, 1 стакан сметаны, 3 ст. ложки томата-пюре, 200 г зелени.
Для фарша: 300 г говяжьей печенки, 3 репчатые луковицы, 5 шт. моркови, соль, специи — по вкусу.

У помидоров средней величины срезать верхушку, удалить сердцевину. Ошпаренную печенку пропустить через мясорубку. Добавить предварительно пассерованные с томатом-пюре лук и морковь. Нафаршировать помидоры, уложить в сосуд, залить сметаной и тушить до готовности.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ И СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

8 помидоров, 300 г творога, 70 г ядер грецких орехов, 80 г соленых огурцов, 50 г майонеза, 1 пучок укропа, 3 зубчика чеснока, соль, черный молотый перец — по вкусу.

У помидоров срезать «крышечку» со стороны плодоножки, чайной ложкой вынуть мякоть и дать стечь соку.

В творог положить толченые орехи, нарезанные мелко огурцы и укроп. Заправить растертым в кашицу чесноком, черным перцем, солью и перемешать. Не нажимая, наполнить получившейся смесью «чашечки» из помидоров, сверху с помощью кулинарного шприца сделать «цветочки» из майонеза.

ПОМИДОРЫ С ЯИЧНОЙ НАЧИНКОЙ

1 кг помидоров, 2 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки уксуса, 6 яиц, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка горчицы, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки.

У помидоров срезать верхушки, удалить семена, слегка выдавить сок и посолить. Сваренные вкрутую яйца очистить, отделить три желтка, остальные измельчить, посолить, смешать с зеленью и начинить ими помидоры. Горчицу растереть с оставшимися желтками, маслом, сахаром и уксусом, посолить и залить помидоры.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРЕВЕТКАМИ

100 г варенных очищенных креветок, 3 ст. ложки майонеза, 3 ч. ложки горчицы, 0,5 пучка зеленого салата, 4 помидора, соль, лимонный сок, маслины — по вкусу.

Креветки мелко нарезать, смешать с майонезом, заправленным лимонным соком и горчицей. У помидоров срезать верхушки, вынуть мякоть и заполнить помидоры приготовленной смесью. Украсить мелко нарезанным салатом и маслинами.

ЛОМТИКИ ЦУКИНИ В СЫРНОЙ ПАНИРОВКЕ

400 цукини, 100 г сыра «Пармезан», 1 яйцо, 75 г панировочных сухарей, пшеничная мука — для панировки, растительное масло — для жарки.

Цукини вымыть, обсушить полотенцем и срезать концы. Нарезать цукини наискось ломтиками толщиной приблизительно 5 мм, посолить по вкусу и посыпать молотым черным перцем. Взбить яйцо с 3 ст. ложками холодной воды. На мелкой

терке натереть сыр «Пармезан» и смешать с панировочными сухарями. Обвалять ломтики цукини сначала в пшеничной муке, затем обмакнуть во взбитое яйцо и запанировать в сырной массе. Ломтики цукини в течение 2 мин обжаривать на среднем огне с каждой стороны в кипящем растительном масле. Выложить на блюдо и украсить свежей зеленью.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

8 помидоров, 150 г майонеза, 100 г маринованных грибов, 60 г нежирной ветчины, 30 г зеленого лука, соль, черный молотый перец, петрушка — по вкусу.

У твердых помидоров со стороны плодоножки срезать «крышечки», вынуть ложечкой мякоть, дать стечь соку.

К майонезу добавить мелко нарезанные грибы, ветчину, лук и петрушку, хорошо все размешать. Смесью наполнить «чашечки» помидоров, сверху полить ложечкой густого майонеза.

Фаршированные помидоры уложить на плоскую тарелку на хорошо вымытые листья салата, слегка сбрызнутые лимонным соком и растительным маслом. Посолить перед самой сервировкой, чтобы зелень не обмякла.

ЗАПЕЧЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ

6 картофелин, 1 стебель лука-порея, 2 яблока, 1 красная репчатая луковица, 1 белая репчатая луковица, 50 г твердого желтого сыра, 4 грецких ореха, красный молотый перец, розмарин, растительное масло, соль — по вкусу.

Картофель помыть, очистить и отварить в подсоленной воде до готовности. В каждой картофелине сделать 4—5 поперечных углублений для лука и яблок.

Очищенный репчатый лук нарезать кольцами и обжарить на растительном масле вместе с оставшимися луком и яблоками. Сыр натереть на терке, а грецкие орехи измельчить.

Картофель с овощами выложить в огнеупорную посуду, посолить, посыпать паприкой, луком и яблоками, орехами и сыром. Запекать 20 мин при температуре 180° С. Готовое блюдо украсить веточками розмарина.

КАРТОФЕЛЬ В ХРУСТЯЩЕМ КЛЯРЕ

0,5 кг картофеля, 200 г ветчины, 100 г муки, 50 г молотых сухарей, 2 яйца, 100 г растительного масла, соль, черный молотый перец, свежая зелень — по вкусу.

Отварить картофель в мундире, очистить, нарезать кружочками. Измельченную ветчину соединить с мукой и молотыми сухарями. Отдельно взбить миксером 2 яйца. Картофель обвалять в смеси из рубленой ветчины, муки и сухарей, обмакнуть в яичную смесь и обжарить в растительном масле до образования румяной корочки. Украсить зеленью. Подавать на стол с различными салатами.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ ШАРИКИ С МЯСНОЙ НАЧИНКОЙ

800 г картофеля, 500 г фарша, 50 г сливочного масла, 100 г репчатого лука, 40 г муки, 100 г растительного масла, 300 г сметаны, 1 яйцо.

Отварить до полуготовности картофель, растереть, добавить сливочное масло, яйцо, посолить и поперчить, перемешать. Сформовать из пюре шарики, в середину каждого выложить заранее приготовленный фарш. Для этого отварить говядину, пропустить через мясорубку и обжарить, добавив головку мелко нашинкованного репчатого лука. Фарш заправить солью, красным и черным молотым перцем.

Шарики обвалять в муке или панировочных сухарях и обжарить в кипящем растительном масле. При подаче на стол к готовым шарикам добавить сметану.

ПИКАНТНЫЕ БАКЛАЖАНЫ

4 средних баклажана, 400 г помидоров, 50 г сала, 3 небольшие репчатые луковицы, 300 г филе куриной грудки, 2 ст. ложки рубленой зелени петрушки, 150 г твердого сыра, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 125 мл мясного бульона из кубика, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Баклажаны вымыть, срезать у них боковую часть, удалить сердцевину, посолить. Помидоры помыть и аккуратно нарезать кубиками. Сало мелко нарезать и растопить на сковороде. Репчатый лук измельчить, добавить к салу и пассеровать. Куриные грудки помыть, порезать на небольшие кусочки и обжарить с салом.

Помидоры смешать с рубленой петрушкой, приправить специями. Две трети подготовленного сыра нарезать мелкими кубиками, смешать с панировочными сухарями. Все это добавить к мясу и аккуратно перемешать.

Баклажаны обсушить, заполнить их начинкой до самого края и положить в огнеупорную форму. Растворить в воде бульонный кубик и залить баклажаны.

Нагреть духовку до 200° С и поставить в нее форму с начиненными баклажанами. Выпекать блюдо около 60 мин. Оставшийся твердый сыр натереть на терке средней величины. Готовые баклажаны посыпать сырной массой и еще раз поставить в духовку, чтобы сыр слегка расплавился.

Подавать блюдо горячим. Как гарнир предложить к нему салат из свежих овощей.

БАКЛАЖАНЫ С ЧЕСНОКОМ

1,5 кг баклажанов, 3 зубчика чеснока, 0,75 стакана растительного масла, 300 г зелени петрушки, 3 помидора, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Баклажаны вымыть, удалить кожицу. Разрезав вдоль, удалить семена. Половинки баклажанов выдержать в холодной подсоленной воде 5 мин и отцедить. Вынуть сердцевину, порубить, смешать с измельченным чесноком, зеленью петрушки, солью, перцем и поджарить на масле. Полученной массой нафаршировать баклажаны, уложить их в посуду. Добавить нарезанные помидоры, холодную воду и тушить на слабом огне под крышкой до готовности. Посыпать зеленью.

БАКЛАЖАНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ

800 г баклажанов, 80 мл растительного масла, 100 г твердого сыра, 30 г муки, 1 яйцо, 250 мл молока, 160 г помидоров, зелень петрушки, соль — по вкусу.

Молодые свежие баклажаны очистить и нарезать кубиками. Посолить, выдержать, чтобы стек сок, вымыть в холодной воде, снова хорошо отцедить и поджарить в части масла. Разложить на противень, посыпать большей частью натертого сыра, мелко нарезанными помидорами и петрушкой.

Запекать в духовке 20 мин, затем залить соусом, приготовленным из поджаренной в оставшейся части масла муки, молока и яйца. Посыпать оставшимся тертым сыром, измельченной зеленью петрушки и запекать в духовке еще 15 мин.

БАКЛАЖАНЫ, ЖАРЕННЫЕ В КЛЯРЕ

600 г баклажанов, 3 яйца, 0,75 стакана муки, 0,75 стакана молока, 0,75 стакана растительного масла, соль — по вкусу.

Баклажаны очистить от кожицы и нарезать ломтиками. Из яиц, муки и молока приготовить кляр. Ломтики баклажанов посолить, обмакнуть в кляр и поджарить с обеих сторон в разогретом жире.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ СЫРОМ, МАСЛОМ И ЧЕСНОКОМ

4 сладких перца, 150 г твердого сыра, 70 г сливочного масла, 3 зубчика чеснока.

Перец помыть, срезать плодоножку, удалить семена. Сыр и твердое охлажденное масло натереть на крупной терке, чеснок — на мелкой, затем все тщательно смешать и нафаршировать перцы. Перед подачей на стол на 20 мин поместить в холодильник. Подавать нарезанными кружочками. Украсить зеленью петрушки.

ФАРШИРОВАННЫЙ СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ

1 черствая булочка, 1 банка консервированной кукурузы, 1 репчатая луковица, 2 стебля зеленого лука, 4—6 шт. сладкого перца разных цветов, 500 г смешанного мясного фарша, 1 яйцо, 125 мл бульона, 1 ст. ложка томатной пасты, 100 г твердого сыра, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Булочку замочить в холодной воде. Кукурузу откинуть на дуршлаг. Репчатый лук очистить и мелко порубить, зеленый лук вымыть и нарезать тонкими колечками. Петрушку вымыть, отряхнуть от капель и порубить. Стручки перца вымыть, обсушить, срезать верхушки, из плодов удалить семена и перегородки.

Духовку нагреть до 220° С. Фарш смешать с отжатой булочкой, луком и яйцом. Массу посолить, поперчить и приправить молотым черным перцем. Добавить кукурузу, зеленый лук, петрушку и перемешать. Полученной начинкой заполнить стручки перца.

Бульон смешать с томатной пастой и влить в глубокую форму для запекания. Выложить фаршированные перцы и посыпать их тертым сыром. По желанию накрыть срезанными верхушками. Запекать в духовке 45 мин. Подать, украсив листиками свежей зелени.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

4 крупных сладких перца, 600 г грибов, 4 ст. ложки панировочных сухарей, 4 ст. ложки твердого сыра, 1 яйцо, 2 ст. ложки сливочного масла, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Перец вымыть, разрезать вдоль пополам, очистить от семян, не удаляя плодоножку, и посолить внутри. Грибы очистить, вымыть, мелко нарезать и потушить вместе с измельченным луком в масле. Охладить. Добавить к грибам панировочные сухари, яйцо, перемешать, посолить и поперчить по вкусу.

Половинки перца ненадолго перевернуть, чтобы вытек сок, наполнить грибным фаршем, посыпать тертым сыром и выпекать в духовке до готовности.

Холодные закуски из мяса и рыбы

Для быстрого приготовления холодных мясных закусок используют различные виды колбас, ветчину, отварной говяжий язык, солонину, буженину, ветчину. Мясные продукты нарезают тонкими ломтиками.

Гарниром для мясных холодных закусок служат свежие и маринованные овощи: огурцы, помидоры, цветная капуста, салаты из маринованной краснокочанной или белокочанной капусты, зеленый салат, свежая зелень петрушки, кинзы и укропа.

В качестве соусов подают хрен с укусом, майонез, а также другие острые соусы и кетчупы.

ВЕТЧИНА, БУЖЕНИНА, ЯЗЫК

Поверхность ветчины, буженины и языка нужно зачистить ножом, снять кожу, корочки.

Резать ветчину и буженину нужно поперек волокон, лучше всего длинным, тонким (с узким лезвием), хорошо отточенным ножом. Ломтики должны быть ровными и тонкими.

К этой закуске можно подать огурцы (свежие или соленые), корнишоны, зеленый салат, салат из маринованной красной или белокочанной капусты, салат из свеклы.

Отдельно подать хрен с уксусом, горчицу, соус майонез или другой острый соус.

ВЕТЧИННЫЕ РУЛЕТИКИ С ХРЕНОМ

500 г ветчины, 150 г хрена, 200 г сметаны, 300 г зеленого салата, сахар, уксус, соль — по вкусу.

Хрен мелко натереть, перемешать со сметаной, добавить по вкусу сахар, соль, уксус.

Ломтики ветчины смазать этой массой, свернуть рулетиками, обернуть каждый листьями салата и положить в глубокую вазу рядами.

Можно уложить рулетики горкой на квадратное блюдо, украсить кружками свежего огурца и редиса.

МЯСО РУБЛЕНОЕ ХОЛОДНОЕ ПО-ВЕНГЕРСКИ

400 г говядины, 200 г копченого окорока, 70 г копченого сала, 2 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки сметаны, соль, паприка — по вкусу.

Говяжий окорок (мякоть) и копченое сало измельчить на мясорубке. Массу соединить со сметаной, солью, паприкой и, вымесив, расфасовать, придав форму валиков. Затем завернуть каждый валик в целлофан, перевязать ниткой и варить в подкисленной воде (или в воде с огуречным рассолом) в течение двух часов. По готовности мясо охладить, снять нитки и целлофан, нарезать ломтиками.

ПАШТЕТ ИЗ ПЕЧЕНИ

200 г телячьей или говяжьей печени, 400 г сала, 400 г сливочного масла, 3 моркови, 1 корень петрушки, 3 репчатые луковицы, 1 лавровый лист, соль, душистый перец горошком, мускатный орех — по вкусу.

Печенку обмыть, отчистить от пленок и желчных протоков и нарезать небольшими кусочками. Морковь, петрушку и лук нарезать тонкими ломтиками. Сало нарезать кубиками. Все соединить и поджарить до полной готовности, добавив 1 лавровый лист и несколько горошин душистого перца, после чего пропустить

два-три раза через мясорубку (можно дополнительно протереть сквозь сито). Очень важно правильно поджарить печенку, не пережарив ее, иначе паштет не получится таким сочным, каким он должен быть.

Протертую печенку сложить в кастрюлю, добавить по вкусу соль, перец, натертый мускатный орех и взбить лопаточкой, постепенно добавляя сливочное масло. Приготовленный паштет переложить в стеклянную или фарфоровую посуду и охладить.

Подавать паштет в качестве закуски, оформив его в виде фигурного батона.

КОРЗИНОЧКИ С РЫБОЙ

Для теста (на 10 порций): 170 г муки, 40 г маргарина, 40 мл молока, 20 г сметаны, 1 яйцо, 1 ч. ложка сахара, соль — по вкусу.
Для начинки: 500 г рыбного филе, 50 г отварных грибов, 80 г готового белого соуса, 100 г тертого сыра, 100 г майонеза, 2 ст. ложки растительного масла.

Приготовление корзиночек: размягченный маргарин соединить с яйцом, сахаром, солью, молоком, сметаной, все перемешать. В просеянной муке сделать воронку, выложить в нее полученную массу, быстро замесить тесто и поставить его на 20 мин на холод. Готовое тесто раскатать толщиной в 3 мм, вырезать из него кружочки по размеру формочек. Тесто распределить по стенкам и дну формочек, заполнить пустоты крупой (горохом, рисом) и выпекать. Готовые корзиночки освободить от крупы, охладить, наполнить начинкой.

Приготовление начинки: рыбное филе, очищенное от кожи, а также вареные грибы нарезать мелкими ломтиками и припустить в белом соусе.

Готовую массу разложить по корзиночкам, сверху залить майонезом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

ФОРШМАК ИЗ РУБЛЕНОЙ СЕЛЬДИ

200 г слабосоленой сельди, 2 ломтика белого хлеба без корки, 1 ст. ложка растительного масла, 6 яиц, сваренных вкрутую, 1 крупное яблоко (лучше антоновка), 1,5 ст. ложки сахара, 1 репчатая луковица, 40 г зеленого лука, 2 ст. ложки уксуса, 1 щепотка черного молотого перца.

Сельдь промыть, снять кожицу, удалить кости, голову и хвост отложить. Филе пропустить через мясорубку. Хлеб замочить в молоке, яблоко и лук очистить, вырезать у яблока сердцевину. Яблоко и лук порезать крупными дольками. Хлеб отжать, пропустить через мясорубку вместе с селедочным фаршем, яблоком и луком, хорошо перемешать.

У четырех яиц отделить белки от желтков. Желтки протереть с 1 ст. ложкой уксуса, белки мелко порубить и соединить с селедочным фаршем. Добавить оставшийся уксус, перец и еще раз все тщательно перемешать. Полученную массу выложить на тарелку, придать ей форму селедки, приложить голову и хвост. Оставшиеся яйца порезать кружочками и покрыть ими селедочный форшмак, имитируя рыбную чешую. Сверху посыпать блюдо мелко нарезанным зеленым луком. Протертые с уксусом желтки заправить сахаром, перцем, растительным маслом, хорошо перемешать и этой смесью полить форшмак.

СЫР ИЗ КУРИЦЫ

500 г куриного филе, 60 г сливочного масла, 100 г голландского сыра, 60 мл куриного бульона, соль, черный молотый перец, мускатный орех — по вкусу.

Куриное филе отварить, охладить и вместе с сыром измельчить миксером в однородную массу. Затем добавить в массу размягченное сливочное масло, охлажденный куриный бульон, специи и снова взбить миксером. Готовую массу выложить в форму и поставить в холодильник.

Закуски из сыра, яиц и грибов

СУФЛЕ ИЗ СЫРА

100 г сливочного масла, 100 г муки, 0,5 л молока, 125 г твердого сыра, 5 яиц, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Приготовить очень густой белый соус из сливочного масла, муки и молока, добавить натертый сыр. Охладить. Затем ввести в смесь желтки, взбитые белки,

посолить и поперчить по вкусу. Запекать в духовке со средним нагревом на смазанном сливочным маслом противне в течение 45 мин.

СЫР ПОД МАЙОНЕЗОМ

100 г голландского сыра, 1 яйцо, 1 репчатая луковица, 3 ст. ложки майонеза, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Сыр мелко натереть. Яйца сварить вкрутую, очистить и порубить. Лук очистить, помыть, нашинковать. Сыр, яйца и лук соединить, добавить соль, черный молотый перец, большую часть майонеза, все хорошо перемешать, выложить в тарелку горкой и сверху также полить майонезом.

СЫР С ОРЕХАМИ И СМЕТАНОЙ

100 г твердого сыра, 50 г грецких орехов, 50 г сметаны, соль — по вкусу.

Сыр мелко натереть, добавить молотые орехи, сметану, все хорошо перемешать и выложить в тарелку, сверху посыпать молотыми орехами.

СЫР С ЯБЛОКАМИ И СМЕТАНОЙ

100 г твердого сыра, 1 большое яблоко, 60 г сметаны.

Сыр натереть соломкой, добавить помытые, очищенные от кожуры, семян и натертые яблоки, сметану, все перемешать, выложить в тарелку и украсить ломтиками яблока.

ШЛЯПКИ ШАМПИНЬОНОВ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

500 г шампиньонов, 2 яйца, 100 г сыра, майонез, зелень (укроп, петрушка, зеленый лук) — по вкусу.

Отобрать крупные грибы, помыть. Отрезать ножки от шляпок. Ножки мелко порезать, добавить туда мелко порезанные отваренные яйца, зелень и тертый сыр (остальное по желанию, насколько хватит фантазии). Посолить и перемешать смесь

с майонезом. Полученной смесью нафаршировать шляпки. Затем разложить на противень и поставить в духовку на 20—25 мин при температуре 250—300° С.

БРЫНЗА МАРИНОВАННАЯ

400 г брынзы, 3 репчатые луковицы, 4 дольки чеснока, 10 маслин, 1 веточка розмарина (можно сушеного), 250 мл растительного масла, 1 ст. ложка винного уксуса, 2 ст. ложки сухого белого вина, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Очищенные, разрезанные на четыре части луковицы, разрезанные пополам дольки чеснока, черный перец, маслины, розмарин и нарезанную крупными кубиками брынзу положить слоями в стеклянную банку. Смешать вино с уксусом и залить им брынзу и пряности, добавить растительное масло. Банку накрыть фольгой и поставить в холодильник на 2 недели.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-ЕВРЕЙСКИ

10 яиц, сваренных вкрутую, 2 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки маринованных грибов, 1 репчатая луковица, 100 г отварной куриной печени, 100 г отварных креветок.

Крутые яйца разрезать пополам вдоль и извлечь желток. Получившиеся «лодочки» наполнить смесью из растертого желтка, майонеза и мелко порубленных маринованных грибов, жареного лука, посыпанного черным перцем, измельченной отварной куриной печенки и креветок.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ САРДИНАМИ

4 яйца, сваренных вкрутую, 1 банка сардин в масле, 1 ст. ложка свежих хлебных крошек, 2 ст. ложки майонеза, 1 ст. ложка лимонного сока, соль, черный молотый перец — по вкусу, зелень петрушки — для украшения.

Разрезать яйца пополам вдоль, достать желтки. Из консервированных сардин удалить косточки и размять их вилкой вместе с желтками. Перемешать полученную массу с хлебными крошками, майонезом и лимонным соком. Приправить солью

и перцем по вкусу и взбивать до получения однородной массы. Наполнить каждую половинку яйца получившимся фаршем и украсить зеленью петрушки.

ЯЙЦА ВО ФРИТЮРЕ С ТАТАРСКИМ СОУСОМ

На 4 порции: 8 яиц, сваренных вкрутую, 1 сырое яйцо, 3 ст. ложки майонеза, 1 ч. ложка острой горчицы, 0,5 пучка зеленого лука, по 1 ст. ложке рубленых эстрагона и петрушки, 2 щепотки соли, по 1 щепотке черного молотого перца и сахара, 2 ст. ложки лимонного сока, 3 ст. ложки муки, 4 ст. ложки сухарей из булочек, топленое масло — для фритюра.

Приготовление соуса: разрезать пополам два яйца. Белок можно будет где-нибудь использовать, желток вынуть и смешать с майонезом, горчицей, рубленой зеленью, солью, перцем и приправить указанными специями. Оставшиеся яйца обдать холодной водой, очистить и обвалять сначала в муке, затем поочередно во взбитом сыром яйце и сухарях. Обжарить в горячем топленом масле при температуре примерно 175° С около 3 мин до золотисто-коричневого цвета. Подавать с соусом.

РУБЛЕНЫЕ ЯЙЦА С ЧЕСНОКОМ

2 яйца, 30 г сметаны, 30 г кваса, 2 дольки чеснока, соль, зелень укропа — по вкусу.

Яйца отварить вкрутую, очистить, белки мелко порубить; желтки растереть с солью и сметаной, добавить квас и рубленый чеснок.

Рубленые белки положить в салатник, залить растертыми желтками и посыпать укропом.

ЯЙЦА ПИКАНТНЫЕ

6 яиц, сваренных вкрутую, 2 ч. ложки горчицы, 2 сырых желтка, 1 ч. ложка подсолнечного масла, 100 г отварного куриного мяса, 1 соленый огурец, соль, черный молотый перец — по вкусу, зелень — для украшения.

Вареные яйца разрезать поперек на две половинки. Вынуть желтки и разделить пополам. Одну часть протереть через сито и смешать с горчицей, сырыми желтками

и солью. Вливая понемногу подсолнечное масло, размешивать до получения густого соуса. Другую часть желтков смешать с кусочками вареного рубленого куриного мяса и мелко нарезанными огурцами, добавить немного приготовленного соуса. Посолить и поперчить по вкусу, наполнить этой смесью половинки яиц. Соус налить в тарелки, уложить фаршированные яйца, украсить их зеленью.

ЯЙЦА В ВЕТЧИННЫХ ТАРТАЛЕТКАХ

10 тарталеток, 10 яиц, 300 г ветчины, 100 г тертого сыра, 50 г сливочного масла, 1 пучок зеленого салата.
Для соуса: 2 вареных яйца, 2 ч. ложки сахара, 1 ч. ложка горчицы, 0,5 стакана сметаны, соль, уксус — по вкусу.

Маленькие тарталетки смазать маслом и выложить их дно и стенки тонкими ломтиками ветчины. В каждую тарталетку на ветчину выпустить яйцо, сверху засыпать тертым сыром. Поставить тарталетки на широкую сковороду, влить воду слоем толщиной в палец, накрыть крышкой и варить 5—6 мин. Готовые чашечки из ветчины с яйцами вынуть из тарталеток и расставить на блюдо, покрытое слоем зеленого салата, нарезанного соломкой и заправленного острым соусом.

Приготовление соуса: желтки вареных яиц растереть с сахаром, горчицей и щепоткой соли. Добавить по вкусу уксус и смешать со сметаной.

ЯЙЦА С ГРИБНОЙ НАЧИНКОЙ И СЛОЖНЫМ СОУСОМ

3 яйца, 10 г белых сушеных грибов, 1 репчатая луковица, 10 г сливочного масла, 1 ст. ложка майонеза, 1 ст. ложка соуса «Южный», 1 ст. ложка сметаны, соль — по вкусу, зелень — для оформления.

У сваренных вкрутую яиц срезать тупой конец и чайной ложкой удалить желток. Лук мелко нашинковать и обжарить до золотистого цвета. Сушеные грибы отварить, порубить, поджарить и соединить с луком и рублеными желтками. Полученной начинкой заполнить белки.

Выложить яйца на сервировочное блюдо и подать под сложным соусом, составленным из соуса «Южный», майонеза и сметаны. Готовое блюдо украсить зеленью.

ЯЙЦА, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ПОМИДОРАХ

6 яиц, 6 плотных помидоров, 50 г сливочного масла, соль, черный молотый перец, укроп, петрушка — по вкусу.

Срезать верхушки помидоров, вынуть сердцевину и осторожно, не повредив их, пассеровать в разогретом сливочном масле. Посолить и поперчить помидоры внутри, в каждый выпустить яйцо и поставить в горячую духовку. Когда белок побелеет, выложить помидоры на блюдо, посыпать специями, зеленью и сразу подавать к столу.

ЯЙЦА-ЛОДОЧКИ С МАСЛИНАМИ

4 яйца, 8 маслин, 50 г сливочного масла, соль, черный молотый перец, лимонный сок, зелень — по вкусу.

Сварить вкрутую яйца, очистить, разрезать пополам и вынуть желтки. Желтки мелко нарубить, прибавив мелко нарубленные очищенные маслины и хорошо растертое сливочное масло. Смесь поперчить, добавить лимонный сок и соль. Полученным фаршем наполнить белки. Украсить зеленью.

ИКРА С МАРИНОВАННЫМИ ГРИБАМИ И СВЕКЛОЙ

3 свеклы, 200 г маринованных грибов, 3 дольки чеснока, 1 ст. ложка молотых грецких орехов, растительное масло — для заправки.

Свеклу отварить, очистить и натереть на крупной терке. Чеснок пропустить через пресс и смешать со свеклой. Мелко нарезать маринованные грибы, перемешать со свеклой и чесноком. Заправить растительным маслом и добавить молотые орехи.

ФАРШИРОВАННЫЕ ШАМПИНЬОНЫ

500 г шампиньонов, 2 яйца, 100 г сыра, соль, майонез, зелень (укроп, петрушка, зеленый лук) — по вкусу.

Отобрать крупные грибы, помыть. Отрезать ножки от шляпок. Ножки мелко порезать, добавить туда мелко нарезанные отваренные яйца, зелень и тертый сыр.

Посолить и перемешать смесь с майонезом. Полученной смесью нафаршировать шляпки. Затем разложить их на противень и поставить в духовку на 20—25 мин при температуре 250—300° С.

ИКРА СО СВЕЖИМИ ГРИБАМИ

400 г свежих грибов, 1 репчатая луковица, 2 ст. ложки оливкового масла, соль, черный молотый перец, лимонный сок, зеленый лук — по вкусу.

Грибы очистить, промыть, нарезать на кусочки, если они крупные, затем тушить около часа в собственном соку, пока сок не испарится. Охладить. После этого грибы мелко нашинковать и смешать с предварительно пасерованным на оливковом масле репчатым луком. Посыпать рубленым зеленым луком и подать к столу.

БУТЕРБРОДЫ И ГРЕНКИ ДЛЯ ПИКНИКА

В зависимости от набора продуктов на пикник можно взять большие калорийные бутерброды, маленькие закусочные или горячие бутерброды на поджаренном хлебе, а также всевозможные гренки и сэндвичи, которые потом можно легко нагреть на решетке.

Бутерброды можно также приготовить из сухого нежирного печенья.

На один и тот же бутерброд можно класть несколько видов подходящих по вкусу продуктов. Если пользоваться готовыми к употреблению продуктами и консервами, на приготовление бутербродов потребуется совсем немного времени.

Вариации продуктов для приготовления бутербродов

Мясные изделия. Мясные изделия очень хорошо подходят для приготовления бутербродов. Мясо можно класть на бутерброды в вареном, тушеном, жареном или запеченном виде.

Остывшее мясо острым ножом нарезают поперек волокон тонкими ломтиками.

Изделия из мясного фарша можно класть на бутерброды по-разному: фрикадельки — целиком, битки, котлеты, рулеты — разрезанными пополам или на кусочки.

Колбасу перед употреблением очищают от пленки. Толщина ломтиков зависит от вида и диаметра колбасы. «Мясной хлеб», вареную и ливерную колбасу нарезают на ломтики толщиной в 3—5 мм, причем толстую колбасу нарезают прямо, а тонкую — под углом. Полукопченую и копченую колбасу нарезают тонкими ломтиками толщиной до 2 мм.

С копченого мяса нужно снять кожу и удалить кости, а затем нарезать поперек волокон.

Мясные консервы нужно вынуть из банки по возможности целиком, затем нарезать острым ножом поперек волокон, стараясь, чтобы ломтики остались целыми.

Рыбные изделия. Рыбу рекомендуется класть на бутерброды в жареном виде. Остывшую рыбу разделывают на тонкие кусочки в зависимости от ее размеров, на бутерброды можно класть и небольшие кусочки рыбного филе целиком.

Соленую рыбу и балык нарезают тонкими ломтиками, которые кладут на бутерброды ровно или сворачивают трубочкой. Филе сельди разделывают на мелкие кусочки и кладут на бутерброды. Филе кильки или салаки можно класть на бутерброд трубочкой или плоским куском. Рыбные консервы вынимают из банки, дают стечь маслу или соусу. Крупные куски можно размельчить и удалить кости. Рыбные консервы в желе кладут на бутерброд вместе с желе.

Яйца. На бутерброды кладут обычно сваренные вкрутую яйца, реже омлеты или яичницы. Крутые яйца можно нарезать или изрубить. Чтобы желток был достаточно твердым, яйца следует варить не более 10 мин, иначе вокруг желтка образуется темная полоса. Сваренные яйца нужно сразу облить холодной водой. Нарезают их ножом или специальной яйцерезкой: из одного яйца получается 5—8 ломтиков.

Для приготовления омлета сырые яйца нужно отбить в отдельную емкость, добавить соль, приправы, молоко или сметану и немножко муки. Полученную смесь вылить в кипящее масло и жарить на сковороде или запекать в духовке до готовности. Для получения пышного омлета белок взбивают отдельно, а желток с молоком и приправами добавляют непосредственно перед приготовлением. На бутерброд остывший омлет кладут кусками.

Точно также на бутерброд кладут остывшую яичницу, разрезанную на порционные кусочки.

Творог и творожные массы. С творогом можно приготовить как соленые, так и сладкие бутерброды. Подготовка творога зависит от его жирности. Творог нужно растереть в стеклянной, глиняной или эмалированной посуде, зернистый творог

пропустить через мясорубку или протереть сквозь сито. К обезжиренному творогу можно добавить сметану, к жирному — молоко (чтобы творог стал мягким и сочным, но не жидким). Для приготовления соленых бутербродов в творог можно добавить рубленый лук, кильку, сельдь, копченую рыбу, ветчину, тертый сыр и другие соленые приправы. Творог можно подкрасить томатным пюре в красный цвет, рубленой зеленью — в зеленый, сырым желтком — в желтый, тертой свеклой — в ярко-красный цвет.

Для приготовления сладких бутербродов в творог добавляют сахар. Сахар кладут до добавления жидкости, так как при растворении сахара творог становится более мягким. Из жидкостей можно использовать соки, молоко или сметану. Для вкуса добавляют натертую лимонную или апельсиновую цедру, ванилин, цукаты, изюм, толченые орехи.

Творог можно ровно намазывать на бутерброд ножом, а вилкой делать на нем полоски или накладывать ложкой, слегка разминая.

Сыр и сырные массы. Сыры бывают твердые, мягкие и плавленые.

Твердые сыры кладут на бутерброды тонкими ломтиками. Сыр на бутербродах быстро засыхает и становится некрасивым. Чтобы избежать этого, на бутерброд с сыром можно положить ломтик помидора, сок которого не даст сыру высохнуть. Бутерброды с сыром можно слегка подогреть на решетке. Сыр можно и натереть, смешать с маслом или сметаной и положить на бутерброды.

Мягкие сыры отличаются более острым и соленым вкусом. Их также кладут на бутерброды ломтиками, но они лучше сохраняются. Эти сыры можно ставить в духовку, освежать ломтиками редиса или помидора и, натерев, смешивать с маслом или сметаной.

Плавленые сыры мягкие, их можно намазывать на бутерброды. Некоторые плавленые сыры более твердых сортов можно резать ножом и ломтиками класть на хлеб. Копченый сыр также относится к плавленым, но при этом он отлично нарезается на ломтики.

Овощи и овощные салаты. Бутерброды готовят и с сырыми овощами — помидорами, свежими и солеными огурцами, редисом, зеленым салатом, морковью, луком, зеленью укропа, петрушки и сельдерея, зеленым луком и др. Овощи должны быть свежими и тщательно промытыми.

Вареными на бутерброды кладут нарезанные ломтиками картофель, морковь и свеклу. Помидоры нужно нарезать ломтиками или дольками, мелкие плоды кладут половинками. Консервированные помидоры также должны быть твердыми, чтобы их можно было резать. Мягкие помидоры не годятся для приготовления бутербродов.

Огурцы лучше класть вместе с кожурой, зеленый цвет которой эффектно отличается от белой мякоти. Чистить нужно только огурцы с очень твердой кожурой или горькие, а затем нарезать ломтиками или продолговатыми полосками.

Зеленый салат кладут на бутерброды целыми листьями или нарезанными соломкой. Толстые черенки, поблекшие и потерявшие цвет листья использовать для бутербродов не нужно.

Редис кладут на бутерброды целиком, ломтиками или дольками. Сырую морковь для бутербродов предварительно натирают на терке.

Репчатый лук нарезают кольцами или полосками, кольца кладут на бутерброды целиком или отдельными кругами.

Укроп, небольшие листья петрушки и сельдерея кладут мелкими веточками. Более крупные листья и черенки мелко рубят.

Зеленый лук мелко шинкуют или нарезают остроконечными кусочками, которые втыкают в бутерброд.

Овощи отваривают с кожурой, кожуру снимают с остывших овощей непосредственно перед употреблением.

Картофель и морковь можно класть прямо на бутерброд, под ломтик свеклы нужно положить лист салата.

Бутерброды можно покрывать и **салатами из сырых овощей**, а также смешанными салатами.

Паштетные массы. Для быстрого приготовления бутербродов очень хороши паштеты, сделанные из различных продуктов. Для этого продукты нужно пропустить через мясорубку или протереть сквозь сито, смешать со сметаной, маслом или густым соусом и заправить. Паштет должен быть достаточно густым и вкусным.

Паштет можно намазывать на бутерброды ровным слоем или класть горкой, небольшими порциями.

БУТЕРБРОДЫ И ГРЕНКИ

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С ГРИБАМИ

6 ломтиков белого хлеба, 200 г свежих грибов, 1,5 ст. ложки сливочного масла, 2 ч. ложки муки, 0,5 стакана сметаны, 1 помидор, 2 ст. ложки тертого сыра, 1 репчатая луковица, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Грибы мелко порубить и потушить в масле, добавить муку и пассеровать. Затем смешать со сметаной и тушить, пока соус не загустеет. Посолить и поперчить по вкусу. На каждый ломтик хлеба нанести толстый слой грибов, сверху положить кружочки помидора и кольца лука, посыпать тертым сыром. Бутерброды запечь в духовке, пока не подрумянятся.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С СОСИСКАМИ И СЫРОМ

500 г хлеба, 250 г сосисок, 200 г копченого колбасного сыра, 70 г сливочного масла, 0,5 пучка петрушки.

Хлеб разрезать на 12 ломтиков и каждый смазать сливочным маслом. Сыр разрезать на 24 кружочка. На каждый ломтик хлеба положить по два кружочка сыра. Сосиски отварить, очистить и нарезать тонкими кружочками. Поместить сосиски вокруг сыра и запечь бутерброды в духовке. Посыпать зеленью.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С БРЫНЗОЙ И САЛОМ

500 г хлеба, 200 г брынзы, 200 г сала, 1 ч. ложка красного молотого перца.

Хлеб нарезать небольшими одинаковыми ломтиками, сверху положить тонкие ломтики сала, на них — кусочки брынзы. Запечь в духовке, поперчить и сразу подавать к столу.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С ЯЙЦАМИ

1 батон, 6 яиц, сваренных вкрутую, 120 г твердого сыра, 1 ст. ложка майонеза, 2 ст. ложки сметаны, 1,5 ч. ложки горчицы, сливочное масло, зелень петрушки, зеленый лук, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Батон нарезать ломтиками, срезать корки и намазать ломтики батона сливочным маслом. Яйца измельчить. Зеленый лук и зелень петрушки мелко нарезать. Сметану смешать с майонезом и горчицей, добавить яйца, лук и петрушку, посолить, поперчить и тщательно перемешать. На смазанные маслом ломтики батона положить яичную смесь, посыпать тертым на крупной терке сыром, положить бутерброды на противень, смазанный маслом, и запечь в духовке.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С ГРИБАМИ И ЯЙЦАМИ

300 г ржаного хлеба, 2 стакана жареных грибов, 6 яиц, сваренных «в мешочек», 70 мл растительного масла, зеленый лук — по вкусу.

6 ломтиков хлеба поджарить с двух сторон в растительном масле. На каждый ломтик уложить горкой жареные грибы. В грибной горке сделать углубление, положить туда очищенное яйцо. Подавать бутерброды горячими.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С ЯЗЫКОМ

16 ломтиков белого хлеба, 2 отварных языка, 200 г твердого сыра, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сладкой горчицы, зелень — по вкусу.

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом с двух сторон, выложить на противень. Язык разрезать на 16 ломтиков. Смазать с двух сторон горчицей, сбрызнуть растопленным сливочным маслом. Сыр натереть на мелкой терке. На каждый ломтик хлеба положить кусочек языка, посыпать сыром и запечь в духовке. Украсить зеленью.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ СО СВИНЫМ ФАРШЕМ

8 ломтиков черного хлеба, 500 г свинины, 2 репчатые луковицы, 2 зубчика чеснока, 2 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки оливкового масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Ломтики хлеба обжарить с одной стороны на оливковом масле. Мясо пропустить через мясорубку с луком и чесноком. Посолить, поперчить, добавить сливки и тщательно перемешать. На ломтики хлеба выложить готовый фарш и запечь в духовке.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ СО ШПРОТАМИ

10 ломтиков белого хлеба, 250 г шпрот, 100 г сливочного масла, 250 г брынзы, зелень петрушки — по вкусу.

Брынзу пропустить через мясорубку и тщательно растереть со сливочным маслом (2 ч. ложки масла оставить для смазывания противня). Ломтики хлеба намазать

приготовленной массой, сверху положить шпроты. Запечь в духовке. Готовые бутерброды украсить зеленью.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И ОРЕХАМИ

10 ломтиков батона, 150 г сыра, 0,5 стакана очищенных грецких орехов, 5 ст. ложек сливочного масла, соль — по вкусу.

Ломтики батона смазать маслом с двух сторон, уложить на противень. Ядра орехов измельчить. Сыр натереть на мелкой терке. Ломтики батона посыпать орехами, слегка посолить и посыпать сыром. Запечь в духовке.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С ПЕЧЕНОЧНОЙ КОЛБАСОЙ

6 ломтиков хлеба, 200 г печеночной колбасы, 150 г сыра, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 пучок зеленого лука.

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом, положить кружочки колбасы и посыпать тертым сыром. Запечь в духовке. Готовые бутерброды посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

ГРЕНКИ С ГОВЯДИНОЙ И СЫРОМ

450 г хлеба, 450 г говяжьего филе, 200 г твердого сыра, 5 ст. ложек растительного масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Говядину нарезать ломтиками, посолить, поперчить и обжарить в масле с обеих сторон. Сыр нарезать пластинами. Хлеб нарезать ломтиками и поджарить с одной стороны. На обжаренную сторону положить ломтик мяса и пластину сыра. Запекать в духовке до расплавления сыра.

Глава 4

Блюда с дымком на костре: Что и как готовить на вертеле, в глине, в золе, в казане

Что может быть лучше ароматной пищи приготовленной на костре? Свежий и ароматный шашлык из мяса, птицы или рыбы. А супы, наполненные ароматом костра? А уха из только что пойманной рыбки? А пловы, каши, кулеши?

Особенность приготовления пищи на костре связана с тем, что очень трудно сделать огонь больше или меньше, как это делается на газовой плите. Вода часто выкипает, содержимое кастрюли, казана или котелка подгорает.

Чтобы этого не произошло, можно сделать некоторое подобие духовки. Ямка глубиной около 30 см заполняется углями от костра. На них ставится кастрюля с плотно прилегающей крышкой. В кастрюле может быть мясо, дичь, рыба, крупа и т. д. Поверх крышки насыпают слой земли. При желании дно и стенки ямки можно обложить камнями, тогда время приготовления сократится.

Для костра следует применять сухие ветки живых деревьев, деревья, расщепленные молнией или поломанные сильным ветром, но не лежащие полностью на земле, а также сухостойные хвойные и лиственные деревья (за исключением березы, древесина которой, несмотря на хорошую сохранность коры, очень быстро гниет).

Стволы упавших деревьев, лежащие на земле в сырых местах, для костра не пригодны. Малопригодны для этой цели и сухостойные деревья, стоящие на болотах, в сырых местах.

Однако, если в большой жаркий костер подкладывать небольшие порции сырых поленьев, последние прогорают достаточно хорошо. Может идти на топливо и валежник, собранный только в сухих местах.

В непогоду для разжигания костра берутся мелкие сухие ветви с нижних сучьев ели, сосны, сухая береста, щепа из сухого бревна, пня и т. д.

СЕКРЕТЫ КОСТРОВОЙ КУЛИНАРИИ

- При приготовлении пищи на открытом огне действует не огонь сам по себе, а исходящее от него тепло. Поэтому не должно появляться пламя, должны сильно гореть только угли, излучающие жар. Для этого за 30—40 минут до начала жарки угли складывают горкой, чтобы лучше прогорели, и зажигают. После того как они покроются серо-белым налетом золы, можно начинать готовить. Угли раскидывают по всей площади, планируемой под жарку.

> **СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ!** Если высыпать несколько горстей крупной поваренной соли на угли, это предотвратит образование пламени и копоти от капающего на угли жира, и дольше сохранит тепло углей.

- Жаркое (шашлык, стейки, кебабы, куриные крылышки и т. д.) нужно переворачивать на вертеле, чтобы оно прогревалось со всех сторон равномерно. Правда, в первый момент продукты прилипают к решетке, но через несколько минут на них образуется корочка, которая препятствует вытеканию сока, и они легко сдвигаются.
- В начале запекания вертел должен находиться как можно ближе к источнику тепла, а затем постепенно отдаляться от него. Оптимально располагать шампуры на высоте 10—15 см над углями так, чтобы они плотно соприкасались друг с другом, — в этом случае их края не обуглятся. В то же время, нельзя укладывать слишком много продуктов, чтобы мясо запекалось, а не парилось.
- Наряду с жареньем на шампурах (вертелах) можно жарить и на решетках — барбекю (куриные крылышки, стейки, печень, баклажаны, перцы, рыба и т. д.).

А переворачивать мясо стоит с помощью специальных щипцов или лопатки, можно также взять две ложки, но не вилку, чтобы не вытекал сок.

> **СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ!** Рыбу и печень удобно жарить, поместив между двумя специальными решетками с зажимом, чтобы кусочки не распадались. Крупную рыбу можно завернуть в фольгу, добавив специи и пряную зелень.

- Решетку, на которую выкладывается мясо, тоже необходимо подготовить. Ее смазывают растительным маслом, прокаливают и протирают луком (луковицу разрезать поперек и наколоть вилкой с длиной ручкой, чтобы не обжечься). Теперь мясо не будет прилипать к решетке.
- И еще один способ запекания продуктов — в золе (так готовят картофель и другие овощи). Нужно завернуть их в фольгу, тогда картофель не почернеет от золы.

> **СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ!** Если овощи запекаются в золе костра, то чтобы облегчить поиск клубней, удобно поместить их в металлическую сетку.

- Для определения готовности мяса нет необходимости разрезать его, достаточно нажать специальными щипцами:
  — мясо с кровью должно быть мягким, с коричневой корочкой, из него должен выделяться красноватый сок;
  — стейк средней готовности не ощупь упругий, снаружи ровного коричневого цвета, при нажатии выделяет розоватый сок;
  — хорошо прожаренное мясо коричневое снаружи, очень плотное при нажатии, но не сухое.

Как приготовить дичь на костре

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Роль «дичи» с успехом может выполнить припасенная с собой обработанная курица или куски различного мяса.

Приготовление дичи на вертеле

Самый простой и доступный способ приготовления дичи на костре — на вертеле. В походных условиях обычно используют прямые ольховые, ореховые или кленовые ошкуренные ветки.

Толщину вертела надо рассчитывать, исходя из веса тушки птицы или куска мяса. Важно, чтобы под тяжестью мяса ветка не прогибалась слишком сильно, а длину ее подбирают так, чтобы при приготовлении блюда можно было находиться подальше от костра и не обжечь руки. Обычная длина вертела — не менее 1 м.

Один конец вертела держат в руке, а другой, чтобы не уставали руки, следует положить на рогульку с противоположной стороны костра.

На вертеле можно готовить любую пернатую дичь, но вкуснее всего получаются дикие утки, особенно нырковые. Последнее объясняется просто: запах дыма отбивает присущий им специфический запах, над огнем костра мясо коптится.

Итак, выпотрошенную тушку надеваем на вертел и закрепляем проволокой (только не медной), нитками или специально оставленным на вертеле сучком, можно закрепить и лыком. Важно, чтобы вертел, не прокручивался в тушке. Внутренность тушки желательно чем-нибудь начинить: блюдо будет сочнее. В этом случае тушку надо зашить.

Когда готовят крупные куски мяса, вертел нужен потолще. В той части, где будет располагаться мясо, вертел выстругивают плоским или в виде ромба, чтобы кусок мяса проворачивался вместе с вертелом.

Мелкие кусочки мяса при отсутствии плоских металлических шампуров насаживают на два прутика. Чтобы прутики не сломались, в каждом кусочке мяса

делают острой палочкой отверстия, куда и вставляют прутики. Поскольку прутики над костром сильно прогнутся, под ними устанавливают поддерживающую поперечину из толстой сырой ветки.

Сложность, а одновременно и искусство приготовления мяса на вертеле состоит в том, чтобы выбрать оптимальный тепловой режим. Мясо должно печься, а не пригорать. Поэтому в начале мясо несколько минут выдерживают в самом горячем месте костра, чтобы образовалась корочка, а потом — при более или менее равномерной температуре. Угли должны излучать жар, а не гореть пламенем.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Наиболее распространенная ошибка новичков, пытающихся готовить мясо на вертеле, заключается в том, что они держат мясо слишком близко к углям. При этом мясо пригорает или высушивается.

Придерживайтесь следующего правила: чем крупнее кусок мяса, тем выше над углями надо держать вертел.

Приготовление дичи в глине

Для приготовления этого блюда кроме дичи нужна глина, причем не любая. Прежде надо проверить, годится ли глина, которая оказалась под рукой, для достижения поставленной цели. Скатайте из нее несколько шариков и положите их в костер. Если шарики спекутся в крепкие комочки, не рассыплются, то глина пригодна.

В глине готовят дичь куриных пород и диких голубей, другая дичь по вкусовым качествам значительно им уступает. Можно готовить в глине и уток: крякву и чирка, но не нырковых.

Подготовка дичи к кулинарной обработке в данном случае имеет свои особенности. Тушку потрошат, но перья с нее не ощипывают. Отрезают шею и крылья, промывают тушку изнутри и солят. Тушку можно начинить, положив внутрь ягоды или фрукты.

Затем тушку обмазывают глиной слоем около 2 см. Глину забивают под перо. Костер разгребают, в золе делают ямку соответствующей формы и помещают в нее подготовленную тушку. Сверху поддерживают небольшой костер, на котором можно готовить другие блюда. Время приготовления зависит от величины тушки и возраста птицы: примерно от 1 ч до 2 ч. Потом «изделие» вытаскивают из костра и разбивают. Перья, спекшиеся в глину, отстают от мяса вместе с глиной. Экзотическое блюдо готово.

Приготовление дичи в золе

Для этой технологии приготовления дичи нужна фольга. Тушку пернатой дичи, в том числе мелкой и средней, разрезают на половинки, натирают солью,

обкладывают тонкими ломтиками сала и заворачивают в фольгу. Сверток закапывают в золу, а сверху засыпают углями.

Искусство приготовления этого блюда заключается в умении своевременно вынуть из костра сверток с дичью. Процесс идет очень быстро. Мелкая дичь запекается в фольге за 10—15 мин. Для ориентации нужно следить за фольгой: при появлении на ней коричневых пятен блюдо подгорает.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Одновременно с дичью в фольге можно запекать рыбу, картофель, яблоки и т. д.

Если нет фольги, мелкую и среднюю пернатую дичь можно приготовить целой тушкой в горячей земле под костром. Подготовленную тушку обертывают листьями лопуха, кувшинки, клена и обвязывают лыком. В земле выкапывают ямку, кладут в нее тушку, засыпают землей слоем 2—3 см и утрамбовывают землю. Сверху разводят костер. Дичь средних размеров запекается таким способом не менее 1 ч.

Приготовление рыбы в золе

Рыбу завернуть в фольгу или в оберточную бумагу как в пакет (бумагу надо увлажнить) и закопать в горячую золу костра. Сверху снова развести небольшой костер. Время приготовления рыбы зависит от ее размеров и раскаленности углей. Обычно —5—10 мин. Затем пакет с готовой рыбой вытащить, развернуть, рыбу посолить и есть.

Кстати, вместе с рыбой не забудьте о культовом в прошлом блюде — печеной картошке. Правда, просто печеная в углях картошка не всегда безопасна для здоровья — все же она немытая и из земли.

Для большей гигиеничности лучше испечь картошку в фольге, предварительно подготовив ее дома следующим способом: мытый неочищенный картофель поместить в тазик, залить растительным маслом, добавить соль и чеснок по вкусу.

Потом каждую картофелину завернуть в пищевую фольгу и припечь в духовке до полуготовности. На пикнике останется лишь допечь этот «полуфабрикат» на углях, не закапывая и не снимая фольгу. Картошка получается мягкая, сытная и уже приправленная, и чистить ее не надо — кожица после такой «обработки» становится нежной и вкусной, сохранив все витамины.

Приготовление различных блюд в казане

Незаменимой посудой на пикнике, охоте, рыбалке является чугунный казан, поскольку чугун идеально подходит для приготовления блюд, требующих тушения (плов, овощное и мясное рагу). Пища, приготовленная в чугунном казане, сохраняет свои полезные свойства и не содержит канцерогенов.

Чугунные казаны очень практичны и легко чистятся в любых условиях.

Казаны изготавливают из литого чугуна, но в настоящее время в продажу чаще поступают алюминиевые.

Свойства чугуна известны со времен средневековья. Люди давно отметили, что литой чугун быстро нагревается по всему объему и долгое время сохраняет тепло, что очень важно для сохранения вкусовых качеств готовящегося блюда.

Благодаря своей пористой структуре, чугунные казаны в процессе использования пропитываются маслом. В отличие от посуды со специальным покрытием, антипригарные свойства чугуна со временем улучшаются.

В чугунном казане можно готовить пищу не только на костре, на электрической, газовой или керамической плите, а также в духовке.

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА В КАЗАНЕ

ТЫКВА ФАРШИРОВАННАЯ (В КАЗАНЕ)

1 тыква, 300 г говядины, 2 картофелины, 1 репчатая луковица, 100 г грибов, 2 ст. ложки сметаны, соль, херный молотый перец — по вкусу.

Маленькая тыква (чтобы поместилась в казан под крышку) будет служить кастрюлей. Срезать с тыквы «крышку с хвостиком», вынуть мякоть.

Приготовление начинки: отбитую говядину крупными ломтями (так удобнее) подрумянить на сковороде, немного потушить с водой, солью и перцем, порезать на меньшие кусочки. Картофель нарезать брусочками, подрумянить в масле на сковороде, обжарить лук. Все засыпать в тыкву, добавить грибы, обжаренные в сметане (можно чернослив), накрыть крышкой с хвостиком, поставить тыкву в казан на решетку или дубовые палочки, подлить немного воды, чтобы тыква парилась. Поместить в духовку примерно на 1,5 часа.

СОТЕ ОВОЩНОЕ

500 г помидоров, 250 г репчатого лука, 300 г моркови, 450 г сладкого болгарского перца, 800 г баклажанов, 3—4 зубчика чеснока, 1 ч. ложка сахара, 3 лавровых листа, 0,5 стакана растительного масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Все овощи нарезать кольцами приблизительно одной толщины. Слоями уложить в казан (или любую большую толстостенную посуду), чередуя помидоры, репчатый лук, морковь, перец, баклажаны, затем опять перец, морковь, лук и помидоры. Каждый слой чуть присыпать солью и молотым перцем, сверху посыпать сахаром, уложить лавровый лист и тонко нарезанный чеснок. Полить растительным маслом.

Закрыть казан крышкой. Довести до кипения, после чего уменьшить огонь и томить под крышкой примерно 40 мин. Готовые овощи разложить по тарелкам и подать с мягким белым хлебом.

РАТАТУЙ С ТЫКВОЙ

450 г баклажанов, 900 г помидоров (без семян), 140 г оливкового масла, 220 г цукини, 220 г мякоти тыквы, 2 сладких перца (зеленый и красный), 2 репчатые луковицы, 3 зубчика чеснока, 3 побега свежего тимьяна, по 6 ст. ложек рубленой петрушки и свежего базилика, черный молотый перец по вкусу, 1 ст. ложка соли.

Нарезать неочищенный баклажан кубиками со стороной 2 см. Баклажан пересыпать ложкой соли, оставить, чтобы стекла жидкость, в дуршлаге на 30 мин. Нарезать помидоры на четвертинки и тоже дать стечь жидкости. Цукини порезать кружочками толщиной 1 см, тыкву и перец — тоненькими полосками, лук — кубиками, чеснок измельчить. Разогреть 2 ст. ложки масла в казане, пожарить вместе цукини и тыкву до золотистого цвета, около 5 мин. Вынуть шумовкой, давая маслу стечь. Нагреть еще 2 ст. ложки масла и пожарить перец 5 мин, добавить к цукини. Промыть баклажаны, дать стечь воде и обсушить на салфетке. Нагреть 2 ст. ложки масла и жарить баклажаны, постоянно помешивая, до мягкости, около 7 мин. Выложить к обжаренным овощам.

Нагреть оставшееся масло и пожарить вместе лук и чеснок 3 мин. Добавить помидоры, тимьян и 2 ст. ложки петрушки, подержать на небольшом огне 10 мин. Все овощи вернуть в казан и дать слегка покипеть 10 мин до мягкости, но не переварить. Убрать с огня. Добавить оставшуюся петрушку и базилик, поперчить.

ТЫКВА, ТУШЕННАЯ В КАЗАНЕ

1 тыква (200 г мякоти), 130 г сметаны, 150 г сливок, 40 г сахара, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Очищенную тыкву нашинковать мелкими кубиками, ошпарить горячей водой, положить в казан, добавить соль, перец, сахар, сметану, немного воды или сливок. Жидкость должна покрывать тыкву. Все хорошо перемешать, закрыть крышкой и тушить.

СПАРЖА С ГРИБАМИ И СЫРОМ «ТОФУ»

10 г сухих грибов, 300 г спаржи, 250 г сыра «Тофу», 1 стакан растительного масла, 200 г брокколи, 1 ст. ложка рисовой водки, 100 мл овощного отвара, 1 ч. ложка кунжутного масла, соль — по вкусу.

Грибы 20 мин размачивать в теплой воде. Спаржу промыть, очистить и нарезать кусками длиной около 4 сантиметров. В кастрюле вскипятить 1 л воды. Посолить воду и варить в ней спаржу на среднем огне около 15 мин.

«Тофу» промыть, вытереть и нарезать брусочками. Растительное масло раскалить в казане или в сковороде на сильном огне. Положить «Тофу» и обжаривать 3 мин до золотисто-коричневого цвета. Вынуть и дать стечь жиру.

Брокколи промыть и положить в сито, чтобы стекла вода. Вскипятить в кастрюле 0,5 л воды на сильном огне. Положить брокколи, прикрыть крышкой и варить 2 мин. Вынуть и дать стечь воде.

Спаржу вынуть из кастрюли, подсушить. Взять грибы, хорошо промыть, дать стечь воде, нарезать полосками шириной 0,5 см.

Вылить из казана все масло. Раскалить масло заново на среднем огне. Спаржу, грибы, «Тофу» и брокколи положить в масло, жарить 1 мин. Влить рисовую водку и овощной отвар и вскипятить. Посолить и приправить кунжутным маслом.

КАРТОФЕЛЬ С ПОМИДОРАМИ

1 кг картофеля, 4 помидора, 500 г мясного фарша, 1 репчатая луковица, маргарин (или растительное масло), соль, специи — по вкусу.

Картофель очистить, тщательно вымыть. Затем разрезать на кубики и еще раз вымыть. Переложить в дуршлаг и дать воде стечь. Жарить на растительном масле, пока не потемнеет. Лук очистить, мелко нарезать и жарить в сковороде на маргарине, пока не станет мягким. Затем добавить мясной фарш, посыпать специями, посолить и жарить на небольшом огне. Помидоры ошпарить кипятком (чтобы кожица легче отделялась), очистить, мелко нарезать, добавить к мясу. Перемешать и жарить, пока

фарш в достаточной степени не пропитается томатным соком. Картофель поместить в казан, сверху положить жареный фарш. Залить оставшимся после жарения соусом. На большом огне, помешивая, довести до готовности. Подавать в горячем виде, лучше с рисом.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ В КАЗАНЕ

ДЫМЛЯМА ПО-НОВОСИБИРСКИ

300 г стручковой фасоли, 1,2 кг молодой говядины, 800 г картофеля, 3 репчатые луковицы, 5 шт. моркови, 800 г белокочанной капусты, 1 баклажан или кабачок, 3 болгарских перца, 5 свежих помидоров, 1 головка чеснока, 1 пучок кинзы, 1 пучок петрушки, 1 стакан бульона или холодной кипяченой воды, базилик, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Мясо нарезать кубиками из расчета 3—4 на порцию (3 х 3 см). Раскалить в казане масло и жарить мясо до румяной корочки. Добавить крупно порезанный лук и жарить до золотистого цвета лука. Влить воду или бульон и тушить мясо на медленном огне 15—20 мин.

За это время подготовить овощи: вымыть, почистить и крупно, но аккуратно нарезать. Картофель — на 2—4 части, мелкую морковь можно использовать целой, крупную нарезать кружочками, капусту — ломтями, помидоры — толстыми кружками, перец — на 4—6 частей; баклажаны и кабачки — тоже толстыми кружочками, цветную капусту — крупными соцветиями. Мелко нарезать нужно только чеснок и зелень и смешать их в миске. Уложить овощи слоями. Принцип укладки следующий: вниз кладутся овощи, которым требуется больше времени на варку, сверху — более нежные. Порядок такой: картофель, морковь, капуста белокочанная, кабачки или баклажаны, стручковая фасоль, болгарский перец, на самый верх плотно укладываются кружки помидоров. Каждый слой овощей нужно посолить, поперчить и обильно посыпать смесью рубленого чеснока и зелени.

Накрыть казан плотной крышкой и ждать, когда блюдо начнет активно закипать: это можно определить по бурлящему звуку. Тушить на медленном огне, не открывая крышку, 25—30 мин.

В идеале положено подавать дымляму на большом блюде, перевернув на него содержимое всего казана.

КАЗАН-КЕБАБ

500 г свинины, 1 кг картофеля, соль, зира (пряность, индийский тмин) — по вкусу.

Взять кусок свежей свинины, срезать с него жир, мелко нарезать, вытопить в казане на небольшом огне. Пока жир топится, почистить картофель средних размеров. Далее натереть картофель солью и зирой и аккуратно уложить на дно казана (шкварки можно не вынимать). Никаких приправ больше использовать не нужно.

На картофель уложить свинину, нарезанную тонкими плоскими кусочками. Закрыть крышкой и без всякого вмешательства извне (т. е. не помешивать и не трогать) держать на среднем огне 15—20 мин. Затем сдвинуть мясо в сторону и перевернуть картофель. Мясо разложить обратно поверх картофеля, ждать еще 20 мин. В идеале должны получиться картофелины, зажаренные целиком, и мясо по типу парового. Подавать с маринованным луком, на мясо выжать сок лимона.

СУП-ШУРПА ИЗ УТКИ

1 утка (около 1 кг), 100 г растительного масла, 3—4 репчатые луковицы, 2—3 моркови, 1 свекла, 500 г картофеля, лавровый лист, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Тушку утки разделать на 5—6 кусков. Репчатый лук, морковь, свеклу, картофель нарезать мелкими кубиками. В чугунный казан или подобную посуду налить растительное масло, разогреть на огне и поджаривать куски утки до золотистого цвета. Добавить репчатый лук и тоже обжарить до золотистого цвета. После этого положить морковь, свеклу и тушить, помешивая, на медленном огне 20—25 мин. Затем содержимое залить водой и варить около часа.

За 15—20 мин до готовности мяса суп посолить по вкусу, положить картофель, лавровый лист, черный молотый перец. Как только картофель будет готов, казан снять с огня и добавить немного нашинкованного укропа и петрушки.

ЖАРКОЕ ИЗ КУРИНЫХ ЖЕЛУДОЧКОВ С ГРИБАМИ

600 г куриных желудочков, 300 г шампиньонов, 3 картофелины, 1 репчатая луковица, 1 морковь, 4—5 зубчиков чеснока, 5 ст. ложек сухого белого

вина, 1 кубик куриного бульона, растительное масло, соль, черный молотый перец, приправы — по вкусу.

Желудочки хорошо промыть, снять пленку. В казане разогреть растительное мало, положить желудочки, посолить, поперчить и обжарить на сильном огне 5 мин.

В это время нарезать лук и морковь полукольцами, добавить к желудочкам, уменьшить огонь и обжаривать 20 мин. Почистить картофель, нарезать не слишком мелко, добавить к желудочкам, посыпать куриным кубиком и долить воду и вино, чтобы жидкость слегка покрыла содержимое казана.

Тушить 20—30 мин на среднем огне, изредка помешивая. Почистить шампиньоны, нарезать и добавить в казан, тушить еще 10—15 мин, в последнюю очередь добавить чеснок и потомить блюдо еще 3—5 мин.

МЯСО ПО-ГРЕЧЕСКИ С ЧЕРНОСЛИВОМ И КОРИЦЕЙ

1 кг говядины (мякоть), 5 шт. моркови, 3 репчатые луковицы, 500 г чернослива, 0,5 стакана сухого белого вина, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка корицы (без верха), соль, сахар — по вкусу.

Мясо вымыть и нарезать кусочками, разогреть казан с растительным маслом и обжарить куски мяса до появления на поверхности корочки; добавить заранее обжаренный на сковороде в растительном масле мелко нарезанный лук, натертую морковь, заправленные зажаренной мукой с добавлением соли, сахара, вина и, если необходимо, — воды (вкус должен быть кисло-сладкий).

Жидкость должна покрывать куски мяса в казане. Мясо тушить на маленьком огне. За 30 мин до окончания добавить промытый и ошпаренный кипятком чернослив и корицу, можно по желанию 1 ч. ложку томата-пюре и черный молотый перец.

КУРИЦА В КАЗАНЕ ПО-МОНГОЛЬСКИ

60 г тонкой лапши, 500 г куриного филе (без кожи), 500 г мяса (крестцовая часть), 1 стакан консервированных побегов бамбука, 125 г китайской капусты (нашинкованной), 100 г шампиньонов, 7,5 стаканов куриного бульона, 1 измельченный корень имбиря (длиной 2,5 см), 1 измельченный зубчик чеснока, 4 пера зеленого лука (мелко нарезанного), 1 маленький перец чили.

Для соуса: по 6 ч. ложек арахисового масла, соевого соуса и сухого хереса, порошок чили — по вкусу.

Замочить лапшу на 5 мин в чашке с теплой водой. Откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода.

Нарезать куриное филе, мясо и побеги бамбука на длинные тонкие и узкие кусочки. Выложить их на плоское блюдо вместе с китайской капустой и грибами.

Чтобы приготовить соус, необходимо смешать в чашке арахисовое масло с 3 ч. ложками горячей воды. Добавить соевый соус, херес, порошок чили и перемешать. Разлить соус по 4 порционным чашкам и украсить перцем чили.

Налить в казан куриный бульон и довести до кипения. Всыпать имбирь, чеснок и зеленый лук. Варить мясо и овощи, опуская их в кипящий бульон. Засыпать лапшу в бульон и варить до готовности. Подавать бульон в суповых чашках, курицу и соус в отдельных порционных чашках.

ЖАРКОЕ В ТЫКВЕ

1 тыква (размер — чтобы поместилась в казан или глубокую сковороду), мясной жирный фарш (говядина/свинина, не перекрученный, а мелкорубленый), пшено — примерно четверть от объема фарша, репчатый лук, соль, специи — по вкусу.

Срезать у тыквы со стороны хвостика «крышку» таким образом, чтобы на ней конусом осталась мякоть. Удалить из тыквы середину (с семенами), можно часть мякоти (если тыква очень мясистая или хочется поместить больше начинки).

Приготовление начинки: ошпаренное кипятком пшено, обжаренный репчатый лук и фарш (можно перемешать, можно положить слоями — при этом пшено обязательно внизу) закладывать внутрь тыквы так, чтобы они заполнили примерно две трети внутреннего объема тыквы. Залить подсоленной водой, накрыть «крышкой» и закрепить ее деревянными шпажками.

Поместить тыкву в казан и влить воду почти до верха, поместить в холодную духовку и запекать при температуре 150—180° С. Время приготовления зависит от размера тыквы.

Подавать на стол целиком в той же посуде, в которой блюдо готовилось. Порции накладывать ложкой, обязательно захватывая мякоть тыквы.

На заметку! Начинка может быть любой: пшено — рис, пшено — овощи, фарш мясной — фарш птицы. Можно добавлять к основному составу начинки — в мясной фарш — сладкий перец, яблоки, груши, айву, чернослив.

Таким же образом делается и сладкая фаршированная тыква, где мясной фарш заменяется смесью из изюма, кураги, чернослива, сушеного инжира, орехов, а подсоленная вода — подслащенным молоком со сливочным маслом.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПОНЧИКИ С МЯСОМ

2 яйца, 500 г картофеля, 500 г говядины, 5—6 ст. ложек муки, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Отварить картофель и говядину. Пропустить через мясорубку, добавить муку, яйца, перемешать. Сформировать шарики, положить в казан с маслом и обжаривать до золотистого цвета.

ОКОРОЧКА В ПИВЕ

6 куриных окорочков, 1 стакан риса, 1 бутылка пива, соль, черный молотый перец — по вкусу.

В большой казан или утятницу положить окорочка (порезанные на кусочки), посолить, поперчить. Залить сверху пивом (чтобы окорочка были покрыты) и поставить в духовку на 30 мин, не накрывая крышкой. Затем окорочка раздвинуть по сторонам, а в центр положить рис и готовить 30 мин в духовке, теперь уже под крышкой. Затем выложить на плоское блюдо — в центре рис, по краям окорочка.

НУТРИЯ В ЛУКОВОМ СОУСЕ

1 нутрия, 1 стакан сметаны, 2 репчатые луковицы, соль, черный молотый перец, мука — по вкусу.

Тушку нутрии разделать, разрезать на крупные порционные куски, натереть солью, перцем, обмакнуть в муку и обжаривать до образования румяной корочки на сковородке. Сложить куски в казан, добавить лук, нарезанный крупными кольцами, залить водой, добавить сметану и тушить до готовности.

ШАШЛЫК В КАЗАНЕ ПО-УЗБЕКСКИ

1 кг баранины, 3 репчатые луковицы, 100 г укропа или кинзы, 1 красный стручковый перец или 10 г красного молотого перца, соль — по вкусу.

Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить. Репчатый лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой. В казан уложить слоями мясо и луково-укропную смесь так, чтобы вся закладка помещалась не ниже середины казана или не достигала его верха на два пальца. В предпоследний слой сверху положить стручок красного перца, разрезанный вдоль пополам, или посыпать красным молотым перцем. Казан плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 часа. Подавать с маринованным луком.

КАРБОНАТ В КАЗАНЕ ПО-ФЛАМАНДСКИ

700 г свинины, 2 ст. ложки сливочного масла, 4—5 репчатых луковиц, 200 г хлеба, 1 ст. ложка горчицы, 1 стакан пива или сухого белого вина, 1 щепотка сушеного сельдерея, 1 лавровый лист, 0,5 ч. ложки соли, 0,5 ч. ложки черного молотого перца, 2 кусочка сахара.

Сливочное масло растопить в казане и слегка обжарить лук. Положить мясо — свинину, разрезанную на куски толщиной в палец, и подрумянить с обеих сторон. Слегка посолить и поперчить.

Сверху положить толстые ломтики хлеба с обрезанными корками, смазав их предварительно толстым слоем горчицы. Залить водой пополам с пивом или вином. Добавить сельдерей и лавровый лист.

Нагреть до кипения, накрыть крышкой и тушить на слабом огне 2 часа. За 15 мин до готовности можно добавить 2 куска сахара.

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ ПОТРОХАМИ И ЛАПШОЙ

1 курица, 150 г лапши, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 репчатая луковица, 1 куриная печень, сердечко и желудочек, 3 ст. ложки консервированных грибов (или сухих распаренных), 1 ст. ложка тертого сыра, 3 ст. ложки сливочного масла, сушеные пряности, соль, перец — по вкусу.

Курицу вымыть, натереть внутри перцем, солью и сушеными пряностями.

Лапшу сварить до полуготовности. Поджарить репчатый лук, добавить печень, сердечко и желудочек (мелко нарезанные), измельченные грибы и жарить еще 3 мин. При необходимости добавить воду —3 ст. ложки. Полученную массу приправить специями, тертым сыром. Добавить лапшу и охладить.

Курицу наполнить фаршем. Отверстие зашить ниткой. Курицу обмазать растопленным сливочным маслом, пряностями и солью. Жарить в казане в растительном масле, подливая бульон или воду. Можно курицу запечь в духовке.

Современным способом приготовления курицы является ее жарение в фольге. Время, необходимое для приготовления курицы, 1,5 часа.

БЛЮДА С РЫБОЙ И МОРЕПРОДУКТАМИ В КАЗАНЕ

ЛАПША С КРЕВЕТКАМИ В МЕДУ

400 г очищенных креветок, 400 г широкой лапши, 1 морковь, нарезанной мелкой соломкой, 2 корня сельдерея, 1 пучок зеленого лука, 3 зубчика чеснока, 2 ст. ложки оливкового масла, 0,5 стакана воды, 0,25 стакана меда, 4 ч. ложки крахмала, 1 ч. ложка соли, 0,25 ч. ложки острого молотого красного перца, 0,25 ч. ложки сухого розмарина.

Нарезать морковь и сельдерей мелкой соломкой, нашинковать зеленый лук, чеснок измельчить. В нагретом масле на довольно большом огне в казане поджарить одновременно креветки, овощи и чеснок в течение 3 мин или до порозовения креветок. В небольшой пиале перемешать все оставшиеся ингредиенты, кроме лапши (от воды до специй по порядку). Влить эту смесь в казан и, перемешивая, держать на огне еще минуту или пока соус не загустеет. Подать, высыпав на лапшу.

ПРЯНЫЙ РИС С КРЕВЕТКАМИ

250 г длиннозернистого риса, 300 г очищенных вареных креветок, 2,5 стакана куриного или овощного бульона или воды, кусочек свежего корня имбиря длиной около 2 см, 3 зубчика чеснока, 1 репчатая луковица, 2 лавровых листа, 2 бутона гвоздики, 0,75 ч. ложки «Карри», 1 сладкий перец,

1 морковь, 2 помидора, 1 пучок зелени петрушки или кинзы, 4 ст. ложки растительного масла, соль — по вкусу.

Рис промыть и замочить в холодной воде примерно на час. Затем откинуть на сито и дать воде стечь. Сладкий перец, помидоры и морковь очистить, нарезать кубиками. Лук порезать довольно мелко, чеснок и имбирь тонко порубить.

В казане или сковороде с толстым дном (можно в воке) прогреть около 4 ст. ложек масла, добавить лук и прожарить до прозрачности. Затем добавить чеснок, имбирь, смолотые бутоны гвоздики, лавровый лист, перемешать и прогреть около минуты, постоянно помешивая. Следите, чтобы пряности не горели. Посыпать сверху «Карри» и перемешать.

Добавить перец, помидоры и морковь, перемешать и влить стакан бульона.

Не уменьшая огонь и не закрывая крышкой, тушить овощи около 5 мин. За это время объем жидкости должен уменьшиться наполовину.

Добавить рис, посолить и перемешать. Влить оставшийся бульон и оставить на максимальном нагреве до кипения, после чего огонь уменьшить, накрыть посуду крышкой и готовить еще 10 мин. Проверить готовность риса — он должен быть слегка жестким внутри. Далее добавить креветки, но не перемешивать. Оставить под крышкой примерно на 3 мин. В это время порубить зелень. Готовый рис перемешать с креветками и зеленью и разложить на тарелки.

ПИКАНТНЫЙ РИС С ОВОЩАМИ И КРЕВЕТКАМИ ПО-КИТАЙСКИ

1 стакан риса, 3 ст. ложки арахисового масла, 4 яйца, 1 ч. ложка кунжутного масла, 1 репчатая луковица, 2 измельченных зубчика чеснока, 1 ст. ложка тертого свежего корня имбиря, 1 острый красный перец, 1 ч. ложка острой томатной пасты, 200 г очищенных вареных креветок, 0,75 стакана мороженого зеленого горошка, 0,75 стакана кукурузы, 160 г жареной свинины, по 1 ст. ложке соевого и устричного соуса, 1 ч. ложка смеси пряных специй, 1,5 стакана бобовых ростков.

Рис хорошо промыть, 5,5 ст. воды довести до кипения, всыпать рис, варить, не накрывая, 12 мин (или пока рис не будет мягким), воду слить. Рис разложить ровным слоем на противень, накрыть салфеткой, оставить в холодильнике на ночь. Разогреть 1 ч. ложку арахисового масла в казане или большой сковороде (лучше китайской),

добавить 2 взбитых яйца, покачивая сковороду, чтобы яйцо образовало тонкий омлет, довести до готовности, вынуть, охладить. Свернуть омлет в рулет, нарезать тонкими ломтями. Повторить с 1 ч. ложкой оставшегося арахисового масла и яйцами.

Разогреть оставшееся арахисовое масло в казане, добавить кунжутное масло, шинкованный лук, чеснок, имбирь, рубленый красный стручковый перец (осторожно — не перебрать!) и острую пасту, жарить, пока лук не станет мягким. Добавить креветки, зеленый горошек, кукурузу и жареную мелко порезанную свинину, жарить вместе 1 мин. Добавить рис, соусы, специи и бобовые ростки, жарить до тех пор, пока хорошо прогреется. Добавить омлет, осторожно перемешать.

РЫБА В КЛЯРЕ

500 г рыбного филе, 3—4 ст. ложки муки.
Для кляра: 100 г муки, 70 г крахмала, 1 стакан молока, 2 яйца (белки), соль, черный молотый перец — по вкусу, растительное масло — для фритюра.

Для кляра в миске смешать просеянную муку с крахмалом. Сделать в центре углубление, влить холодное молоко (или воду) и все перемешать, чтобы не образовалось комочков. Взбить яичные белки в пену, после чего аккуратно ввести в тесто. Приправить кляр солью и перцем.

Филе рыбы порезать на полоски шириной не более 1 см. Каждый кусочек рыбы присыпать мукой, после чего опустить в кляр и сразу же — в горячее масло.

Для фритюра масло нагреть в казане или глубокой сковороде с толстым дном. Обжарить рыбу до золотистого цвета. Вынуть готовые кусочки шумовкой и обсушить на бумажных салфетках. Подавать с овощами.

РЫБА, ЖАРЕННАЯ НА КОСТРЕ

Лучше всего жарить рыбу на чугунной сковороде, которая нагревается равномерно, или на противне, используя таганок.

Растительное масло (подсолнечное, оливковое, горчичное, хлопковое) налить в глубокую сковороду или противень (5—10 процентов от веса рыбы) и как следует разогреть на костре.

Затем в горячее масло положить рыбу — целой тушкой или кусками, посыпанными солью, черным молотым перцем и панированными в муке или тертых сухарях.

Жарить до образования золотистой корочки со всех сторон. Можно смешать растительное масло со сливочным или свиным жиром, в этой смеси рыба хорошо подрумянивается и меньше подгорает. Переворачивать ее надо лопаточкой или решетчатой ложкой.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Жар костра, на котором готовят крупную рыбу, должен быть небольшим, чтобы тушка равномерно прогревалась. Для мелкой рыбы, напротив, желателен сильный жар, так как она «прокаливается» быстрее, чем крупная. Если обжариваются очень толстые куски, то казан надо накрыть и потомить рыбу до полной готовности.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! На решетке жарят порционные куски, некрупную рыбу жарят в целом виде. Перед жаркой над горячими углями ставят решетку и, когда она нагреется, протирают свиным шпиком, затем кладут рыбу и обжаривают с обеих сторон.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Рыбу, поджаренную на вертеле или решетке, подают с лимоном и зеленью, соусами, кетчупом — томатным или шашлычным.

КУЛЕШИ В КАЗАНЕ

Кулеш можно расценивать как полупервое — полувторое блюдо.

Раньше его готовили и в домашних условиях, и в поле во время полевых работ, и чумаки в дальней дороге. Поэтому он получил еще одно название — «полевая каша» в казане.

Промытое пшено засыпают в кипящую воду, для вкуса добавляют картофель, коренья, зелень. Готовый кулеш заправляют салом с луком и чесноком.

Самым вкусным считается густой кулеш.

Особенно почитаем кулеш с мясом или рыбой. Готовым кулеш считается тогда, когда пшено разваривается полностью и образуется кашеподобная масса.

КАЗАЦКИЙ ПОЛЕВОЙ КУЛЕШ НА КОСТРЕ

10 шт. картофеля, 2—3 репчатые луковицы, 1,5 стакана пшена, 1 банка свиной тушенки, 1 пачка сливочного масла, 150 г сала, 7 яиц, зелень, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Картофель нарезать кубиками, луковицу крупными кусками, положить в казан, залить водой и немного посолить. Когда овощи сварятся, вынуть их из казана

и размять. В бульон забросить пшено. Когда крупа сварится, положить размятые овощи, сливочное масло и вымешать до однородной массы. Затем добавить тушенку и еще раз перемешать.

Приготовление поджарки: сало нарезать кубиками, лук — мелкими кубиками. Зажарить до румяного цвета, бросить в казан.

Взбить яйца (в зависимости от размера казана от 5 до 10 шт.). Медленно влить в кулеш, непрерывно помешивая. Добавить нарезанную зелень, соль, перец и еще раз перемешать. Кулеш готов.

КУЛЕШ ИЗ РАКОВ

1 кг раков, 500 г пшена, 150 г репчатого лука, соль — по вкусу.

Раков помыть, ошпарить кипятком и отрезать головы.

Брюшки раков нафаршировать промытым пшеном, положить в кастрюлю, залить водой, посолить, добавить мелко нарезанный лук и варить до готовности.

КУЛЕШ С ГРИБАМИ

500 г сушеных грибов, 200 г пшена, 500 г картофеля, 150 г репчатого лука, 40 г подсолнечного масла, 50 г зелени петрушки, соль — по вкусу.

Сушеные грибы промыть и отварить до готовности, отвар слить, а грибы мелко посечь. В грибной отвар положить промытое пшено, варить 15—20 мин, затем добавить картофель и варить до готовности.

Поджаренный на подсолнечном масле лук перемешать с грибами и положить в кулеш. Помешать и довести до кипения.

Подавая на стол, посыпать кулеш мелко нарезанной зеленью петрушки.

СЫТНЫЙ КУЛЕШ С ПЕТУХОМ НА БОЛЬШУЮ КОМПАНИЮ

1 петух, 1 кг пшена, 1 кг гречки, 250 г сливочного масла, 10 яиц, 2—3 репчатые луковицы, 2—3 моркови, 0, 5 кг картофеля, зеленый лук, укроп, петрушка, кинза, сельдерей, соль, черный перец горошком, лавровый лист — по вкусу.

В большой казан налить 6—8 л воды и отварить нарезанного на порционные куски петуха с луком и морковью до готовности. Можно по желанию добавить пару зубчиков чеснока. Посолить и поперчить. Можно добавить корень петрушки и пастернака.

Вынуть лук и коренья, мелко порезать. Пшено и гречку перебрать, промыть. Пшено на 15 мин залить 2 л воды с 2 ч. ложками соды, затем промыть. Картофель почистить и порезать не очень крупно. Картофель и крупу положить в бульон, варить примерно час на небольшом огне, добавить масло. Яйца взбить и при интенсивном перемешивании вылить в кипящий кулеш. Добавить нарезанные коренья, мелко рубленую зелень, соль и перец. Через 5—10 мин кулеш будет готов.

КУЛЕШ ПШЕННЫЙ

200 г пшена, 200 г шпика, 2 л бульона, 100 г репчатого лука, соль, зелень — по вкусу.

Пшено несколько раз промыть горячей водой, положить в кипящий бульон и варить до полной готовности, затем добавить мелко нарезанный и слегка поджаренный с рубленым луком шпик и варить еще 3—5 мин, посолить.

При подаче посыпать мелко рубленой зеленью петрушки.

Этот кулеш можно готовить и с картофелем, заменив одну третью часть пшена на 400 г картофеля.

КУЛЕША ПО-ГУЦУЛЬСКИ

250 г кукурузной муки, 0,5 л воды, 1 л молока, соль — по вкусу.

Просеянную кукурузную муку высыпать в кипящую подсоленную воду и варить 10—15 мин.

Готовую кулешу хорошо вымешать деревянной ложкой, чтобы не было комков, и выложить на тарелку.

Перед подачей на стол полить кулешу молоком.

КУЛЕШ С САЛОМ

100 г пшена, 600 г картофеля, 2 головки репчатого лука, 100 г сала, 2 л воды, зелень, соль — по вкусу.

Пшено хорошо промыть, залить кипящей подсоленной водой и варить до полуготовности.

Затем добавить очищенный, нарезанный кубиками картофель и варить еще 7—10 мин.

После этого добавить мелко нарезанное, поджаренное вместе с луком сало и дать прокипеть 5 мин.

При подаче на стол посыпать кулеш мелко нарезанной зеленью петрушки.

КУЛЕШИК ФАСОЛЕВЫЙ

500 г фасоли, 50 г моркови, 50 г корня петрушки, 600 г молока, 100 г сливочного масла, соль — по вкусу.

Фасоль промыть, залить холодной водой и оставить на 10 ч. Затем отварить, добавив морковь и петрушку.

Смесь протереть через сито, влить горячее молоко, посолить, довести до кипения и заправить сливочным маслом.

КУЛЕШИК ИЗ ЕРШЕЙ

800 г ершей и мелкой рыбы, 1 стакан перловой крупы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 л воды, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Один стакан перебранной и промытой перловой крупы залить тремя стаканами холодной воды, хорошо разварить и протереть.

У ершей отделить кости, мякоть сварить до готовности.

Из рыбьих головок, хвостов, костей и мелкой рыбы сварить бульон с добавлением очищенной и нарезанной моркови и корня петрушки.

Готовый бульон процедить, соединить с разваренной перловой крупой, посолить поперчить и разогреть, помешивая.

При подаче на стол в тарелку с кулешиком положить мякоть ершей.

КУЛЕШИК ИЗ КАРТОФЕЛЯ

800 г картофеля, 1 л молока, 1 ст. ложка сливочного масла, 3 стебля лука-порея, соль — по вкусу.

Для заправки: 2 яйца (желтки), 0,5 стакана молока, 2 ст. ложки сливочного масла.

Картофель очистить, промыть, нарезать ломтиками, соединить с нарезанным дольками пассерованным на сливочном масле луком-пореем, залить 4 стаканами воды, посолить и варить 15—20 мин.

Затем протереть вместе с отваром через сито, добавить горячее молоко, размешать и довести до кипения.

При подаче на стол заправить кулешик сливочным маслом и яичными желтками, смешанными с горячим кипяченым молоком.

КУЛЕШИК ИЗ ПЕЧЕНИ

500 г печени, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 стебель лука-порея, 2 желтка, 1 стакан молока, 5—6 стаканов воды, соль — по вкусу.

Очищенную от пленки и желчных протоков печень помыть, нарезать мелкими кубиками, обжарить на масле вместе с очищенными и тонко нарезанными морковью, петрушкой и луком-пореем и тушить 30—40 мин с добавлением воды или бульона.

Тушеную печень два-три раза пропустить через мясорубку с частой решеткой и протереть через сито.

Муку пассеровать со сливочным маслом, развести бульоном, варить 15—20 мин, процедить, добавить протертую печень, перемешать и довести до кипения.

Яичные желтки смешать с молоком, кусочками сливочного масла и заправить ими снятый с огня кулешик.

Подают кулешик с подсушенными кубиками белого хлеба.

КУЛЕШИК ИЗ ТЫКВЫ

800 г тыквы, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 0,5 городской булки, 1,25 л молока, 1 л воды, 2 ч. ложки сахара, соль — по вкусу.

Тыкву очистить, нарезать небольшими кусками, залить 0,5 л молока или воды и отварить.

Пассеровать муку на сливочном масле, развести 1 л горячего молока и 0,5 л воды, дать закипеть, соединить с тыквой и варить 15—20 мин.

После этого смесь протереть через сито, посолить, добавить сахар, 0,25 л горячего молока, довести до кипения, заправить сливочным маслом и перемешать.

К кулешику подать нарезанную кубиками и подсушенную в духовке булку (гренки).

КУЛЕШИК ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

600 г цветной капусты, 500 г картофеля, 2 стакана молока, 5 стаканов воды, 3 ст. ложки сливочного масла, соль — по вкусу.

Три четверти взятой для приготовления кулешика цветной капусты сварить в подсоленной воде вместе с очищенным и нарезанным ломтиками картофелем в течение 15—20 мин.

Сваренные продукты протереть, залить горячим молоком и довести до кипения.

При подаче на стол заправить кулешик сливочным маслом и положить в тарелку небольшие, ранее отобранные кочешки капусты, сваренные в подсоленной воде.

МАМАЛЫГА (КУКУРУЗНАЯ КАША) В КАЗАНЕ

Для приготовления мамалыги берется только кукурузная мука мелкого помола, предварительно подсушенная в духовке, и вода в соотношении 1:3 (например, на 2 стакана кукурузной муки — 6 стаканов воды). Варят мамалыгу в казане или посуде с толстым дном.

В кипящую подсоленную воду тонкой струйкой всыпают муку, непрерывно помешивая. Для этого в центр казана помещают деревянную скалку и ею постоянно размешивают мамалыгу. Время приготовления при слабом кипении колеблется от 25—30 минут. Нагрев уменьшают и уваривают, помешивая, до полного загустения (готовая каша не должна прилипать к скалке). Мамалыгу выкладывают на доску, а затем режут на кусочки ниткой или деревянным ножом. В готовую мамалыгу можно добавить сливочное масло, брынзу или сметану. Каши из кукурузной крупы (муки) встречаются в рецептах многих национальных кухонь: гоми — в грузинской кухне, мамалыга — в румынской, полента — в итальянской.

МАМАЛЫГА ПО КЛАССИЧЕСКОМУ РЕЦЕПТУ

100 г кукурузной муки, 1 стакан воды, 0,5 ч. ложки соли.

Кукурузную муку всыпать в подсоленный кипяток, размешать и кипятить 5—10 мин. Подают мамалыгу как гарнир или как самостоятельное блюдо с животным или растительным жиром.

МАМАЛЫГА СКОРОСПЕЛАЯ

400 г кукурузной крупы (мелкой), соль — по вкусу.

В кипящую подсоленную воду (1,25 л) всыпать постепенно непрерывной струйкой крупу и, все время помешивая, варить на слабом огне около 20 мин.

Готовую мамалыгу выложить, перевернув котелок, на деревянную доску. Скороспелая мамалыга должна быть жиже отварной и подается с яичницей-глазуньей, творогом, сметаной и т. д.

МАМАЛЫГА С ЧЕСНОКОМ

400 г кукурузной крупы, 50 г сливочного масла, соль, молоко — по вкусу.

Молоко вскипятить со сливочным маслом, посолить, всыпать кукурузную муку и варить, постоянно помешивая, пока каша не начнет отставать от стенок казана.

Готовые куски мамалыги полить растопленным маслом. Посыпать натертым на мелкой терке чесноком.

МАМАЛЫГА С ФАСОЛЬЮ

1 кг кукурузных зерен, 1 стакан фасоли, 500 г пшеницы, 500 г баранины, 100 г риса, 50 г топленого масла, соль — по вкусу.

Зерна белой или желтой кукурузы замочить в холодной воде на 20—30 мин, затем откинуть на решето и сцедить воду. Положить зерно в деревянную ступу и толочь, пока кожица не отделится от ядра. После этого просушить кукурузу и провеять, чтобы удалить кожицу.

Положить ядра в казан, добавить фасоль, пшеницу и нарезанное мясо. Залить холодной водой (на два пальца выше уровня продуктов) и поместить казан над огнем. При необходимости в процессе варки можно подливать горячую воду. Когда мамалыга будет почти готова, положить перебранный и тщательно промытый рис. Добавить соль по вкусу, сливочное или топленое масло, после чего варить мамалыгу еще 15 мин.

МАМАЛЫГА С БРЫНЗОЙ И ШКВАРКАМИ

400 г кукурузной муки, 1,2 л воды, 1 ч. ложка соли, 1,5 стакана тертой брынзы, 250 г свиных шкварок.

Сварить мамалыгу: муку всыпать в кипящую подсоленную воду тонкой струйкой, чтобы не образовались комки. Варить, помешивая, в течение 30 мин. Остывшую мамалыгу разрезать на куски деревянным ножом, посыпать тертой брынзой или свиными шкварками.

МАМАЛЫГА, ЗАПРАВЛЕННАЯ ОРЕХОВЫМ МАСЛОМ

2—3 стакана кукурузной муки мелкого помола, 4—5 ст. ложек орехового масла, 4 стакана воды, соль — по вкусу.

Кукурузную муку всыпать в подсоленный кипяток, размешивать и кипятить 5—10 мин. Накрыть крышкой и протомить 25—30 мин.

Готовую мамалыгу размешать и выложить в глубокую миску, залить ореховым маслом, тщательно вымешать, затем несколько раз перетряхнуть, разложить на тарелки. Подается в горячем виде.

МАМАЛЫГА С СЫРОМ, ПРИГОТОВЛЕННАЯ НА МОЛОКЕ

3—3,5 стакана кукурузной муки мелкого помола, 3,5 стакана молока, 1 стакан воды, 600 г кисломолочного сыра (типа адыгейского), соль — по вкусу.

В котел влить молоко, разбавленное водой, довести до кипения, положить 200 г размельченного сыра, посолить и варить на умеренном огне 15—20 мин. Всыпать

муку и, тщательно размешав, накрыть крышкой. Через 20—25 мин в мамалыгу положить оставшуюся часть сыра, нарезанного длинными и тонкими кусочками, и вымешивать, пока сыр и мамалыга не превратятся в однородную массу, протомить еще 3—5 мин. Подавать в горячем виде с кислым (квашеным) молоком и медом.

МАМАЛЫГА С АДЫГЕЙСКИМ СЫРОМ

2—3 стакана кукурузной муки мелкого помола, 500 г адыгейского сыра, 4—5 стаканов воды, соль — по вкусу.

Кукурузную муку всыпать в подсоленный кипяток, размешать и кипятить 5—10 мин. Накрыть крышкой и протомить 25—30 мин.

Затем выдержанный кисломолочный сыр, нарезанный длинными тонкими кусками, положить в готовую мамалыгу и вымешивать до тех пор, пока сыр и мамалыга не превратятся в однородную тягучую массу.

Готовую массу разложить на тарелки и подать в горячем виде с кислым (квашеным) молоком и медом.

МАМАЛЫГА С БРЫНЗОЙ НА МОЛОКЕ

80 г кукурузной муки, 200 мл молока, 50 мл воды, 40 г брынзы, соль — по вкусу.

В разбавленном водой молоке сварить негустую мамалыгу. Соединить с ней тертую брынзу, размешать, выложить блюдо и подать в горячем виде со сметаной.

МАМАЛЫГА С ГРИБАМИ И СЫРОМ

300 г кукурузной муки, 1 л мясного бульона, 200 г мягкого сыра, 300 г шампиньонов, 100 г сливочного масла, 100 г твердого тертого сыра, соль — по вкусу.

Довести бульон до кипения, положить соль и всыпать равномерно кукурузную муку, все время помешивая большой деревянной ложкой или плоской деревянной лопаткой (следить, чтобы не образовались комки), варить, постоянно помешивая, около 40 мин. Выложить мамалыгу в форму для торта с открывающимися стенками. Остудить.

Тем временем почистить грибы, нарезать их дольками и поджарить на сливочном масле.

Когда мамалыга остынет, вынуть ее из формы и разрезать на два пласта. Выложить один пласт мамалыги на противень, сверху мягкий сыр с грибами. Накрыть вторым пластом. Посыпать сверху тертым сыром «Пармезан». Положить маленькие кусочки оставшегося масла и выпекать в заранее разогретой духовке при 180° С около 20 мин. Подавать на стол в горячем виде.

МАМАЛЫГА С ЯЙЦАМИ

1—1,5 стакана кукурузной муки, 2—3 стакана воды, 40 г сахара, соль — по вкусу.

В кипящую воду добавить соль, сахар, засыпать просеянную муку, но не размешивать, пока вода снова не закипит. Как только вода с мукой закипит, следует быстро веселкой перемешать муку с водой так, чтобы получилась однородная вязкая каша без комков.

Закрыть посуду крышкой и дать каше упреть на слабом огне 10—12 мин. Подать кашу в горячем виде, отдельно подать к ней топленое масло, в которое можно добавить крутое рубленое яйцо. Вместо масла можно подать нарезанное мелкими кубиками и поджаренное с луком свиное сало, копченую грудинку, тертый сыр, брынзу или сметану.

На заметку! Варить эту кашу следует небольшими порциями и не ранее чем за 20 мин до подачи, так как при более длительном хранении она становится черствой и невкусной.

МАМАЛЫГА «АППЕТИТНАЯ»

300 г кукурузной муки, 1 л воды, 200 г сыра, 100 г копченой корейки или грудинки, 80 г сливочного масла, 50 г тертого сыра «Пармезан», соль — по вкусу.

Довести воду до кипения, положить соль и всыпать равномерно кукурузную муку, все время, помешивая большой деревянной ложкой или плоской деревянной лопаткой (следить, чтобы не образовались комки), варить, постоянно помешивая, около 40 мин. Смазать сливочным маслом противень с высокими краями или форму

для духовки. Выложить туда горячую мамалыгу, чередуя с ломтиками сыра. Порезать корейку на тонкие полоски, слегка поджарить на сливочном масле. Выложить сверху на мамалыгу, посыпать тертым сыром. Выпекать в заранее разогретой духовке при 180° С около 20 мин.

МАМАЛЫГА ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ

1—2 стакана просеянной кукурузной крупы, 2—2,5 стакана кукурузной муки мелкого помола, 4—5 стаканов воды, соль — по вкусу.

Кукурузную крупу-сечку просеять, промыть в проточной воде, залить холодной водой, посолить, поставить на умеренный огонь и варить, периодически помешивая, пока крупа не уварится в кашеобразную массу. Заправить кукурузной мукой мелкого помола, тщательно размешать лопаточкой и варить до готовности.

ПЛОВЫ В КАЗАНЕ

Плов — это блюдо из смеси риса с мясом, луком, морковью и пряностями. Разновидностей плова очень много, чаще всего свои названия они получают по местности, где их принято готовить.

Отличия заключаются в технологии приготовления и в наборе продуктов. На Востоке — родине плова, особые требования предъявляются к пряностям. Обычно это набор из красного перца, барбариса и зиры (ажгона). Именно зира придает плову специфический аромат. В пловы иногда добавляют изюм, урюк, айву, чеснок.

Приготовление плова состоит из трех основных операций:

- прокаливания жира (масла)
- приготовления заправки (у узбеков есть специальное слово «зирвак»)
- закладки риса, доведения плова до готовности.

Готовят плов в специальной посуде — казане — котле с круглым дном. Казан следует хорошо нагреть, залить растительное масло (подсолнечное, хлопковое, кунжутное или другое) и прокалить его до появления легкого синего дымка. Только после этого в масло можно закладывать подготовленное мясо: сначала жир, потом куски мяса.

Затем закладывается лук, нарезанный кольцами (полукольцами) и морковь, нарезанная соломкой. Это и есть зирвак. Примерно через полчаса добавляются специи, пряности. Через несколько минут — соль и немного кипятка (осторожно).

Сверху ровным слоем раскладывается рис (предварительно промытый, иногда его замачивают в воде на 1—1,5 часа), который ни в коем случае не смешивается с зирваком!

Рис слегка приминают ложкой и затем осторожно тонкой струйкой наливают кипящую воду так, чтобы вода покрывала рис на полтора-два сантиметра. Пока вода выпаривается, казан не закрывают крышкой, но когда рис упреет, плов следует плотно закрыть.

Перед подачей плов выкладывают на блюдо так, чтобы рис был внизу, а мясо сверху.

ПЛОВ С БАРАНИНОЙ И ИЗЮМОМ

500 г риса, 250 г баранины, 250 г моркови, 150 г жира (масла), 3 репчатые луковицы, 1—1,5 стакана изюма, 1 ч. ложка пряной смеси, куркума — на кончике ножа.

Приготовить зирвак из мяса и лука с морковью, нарезанной тонкой соломкой. Изюм, промытый в теплой или горячей воде, добавить в конце варки зирвака. Воду в зирвак не добавлять. Рис промыть в теплой, чуть подсоленной воде. В остальном руководствоваться общей технологией приготовления плова.

ПЛОВ ФЕРГАНСКИЙ

500 г риса, 250 г баранины, 250 г моркови, 125 г жира (масла), 3 репчатые луковицы, 1—1,5 ч. ложки пряной смеси.

Мясо в зирвак нарезать небольшими кубиками и обжарить вместе с луком. Морковь добавить чуть позднее. После закладки риса можно добавить еще 0,5 ч. ложки пряной смеси. В остальном придерживаться общей технологии приготовления плова.

ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ

500 г баранины, 2 стакана риса, 0,5 стакана растительного масла, 5 шт. моркови, 3 репчатые луковицы, 200 г бараньего сала, 2 головки чеснока, 2 ч. ложки специй: барбарис, перец красный и черный, ажгон, изюм, соль — по вкусу.

Рис перебрать, промыть. Баранину подготовить: отделить жир и мелко его нарезать, мякоть нарезать некрупными кусочками. Лук и морковь нашинковать. Прокалить в казане масло, обжарить до образования румяной корочки сначала сало (потом шкварки вынуть шумовкой) и кусочки мяса. Положить лук и морковь, обжарить. Добавить специи, посолить. Залить горячей водой. Через 10—15 мин ровным слоем сверху разложить рис и добавить кипяток так, чтобы вода покрывала рис на два пальца. С головок чеснока снять верхнюю чешую, срезать верхушку и заложить в рис целиком. Когда вода испарится, плов шумовкой собрать к середине горкой, проколоть в нескольких местах палочкой, закрыть крышкой и на медленном огне пропарить до готовности.

ПЛОВ С АЙВОЙ

500 г риса, 150 г мяса, 1 крупная айва, 200 г моркови, 2 репчатые луковицы, 150 г жира (масла), 1—1,5 ч. ложки пряной смеси для плова, куркума — на кончике ножа.

Айву тщательно вымыть щеткой, очистить от сердцевины, разрезав на четвертинки, которые положить в готовый зирвак вместе с куркумой перед закладкой риса и тушить несколько минут. В остальном готовить, как ферганский плов.

ПЛОВ ПО-ТАДЖИКСКИ С КИНЗОЙ И БАРБАРИСОМ

500 г баранины, 160 г бараньего сала, 400 г риса, 6—7 шт. моркови, 3 репчатые луковицы, зелень петрушки или кинзы, специи (зира, барбарис), черный молотый перец, соль — по вкусу.

В сильно разогретом жире обжарить баранью кость до появления коричнево-красного цвета, добавить лук, шинкованный соломкой, и обжарить его. Затем положить мясо, нарезанное кусочками по 20 г, и обжарить его до образования румяной корочки, добавить морковь, нашинкованную соломкой, заправить перцем, зирой, барбарисом и обжарить все вместе в течение 5—10 мин. Обжаренные продукты залить водой, посолить, проварить на медленном огне, добавить предварительно замоченный в подсоленной воде рис, разровнять шумовкой и варить. Количество воды для плова зависит от сорта риса. Ее вес должен примерно в полтора раза превышать вес риса. Когда жидкость испарится, рис собрать горкой, плотно

закрыть котел крышкой и на медленном огне довести плов до готовности (20—25 мин). При подаче плов уложить горкой, сверху выложить мясо, посыпать рубленой зеленью. Отдельно подать салаты из овощей.

ПЛОВ САМАРКАНДСКИЙ

500 г риса, 250 г мяса, 250 г моркови, 150 г жира (масла), 6 репчатых луковиц, 1 ч. ложка черного молотого перца, соль — по вкусу.

Мясо куском и морковь целиком отварить на слабом огне в небольшом количестве кипятка в течение 2,5 ч, затем нарезать небольшими кусочками и перемешать с солью и перцем.

Рис промыть и отварить в подсоленной воде. Когда рис сварится, промыть его кипятком, переложить в дуршлаг и дать хорошо стечь воде (примерно 10—15 мин).

Лук обжарить в перекаленном масле.

В пиалы или глубокие тарелки разложить рис, перемешать его с вынутым из масла луком, добавить мясо с морковью и облить все маслом, в котором жарился лук.

ПЛОВ С УРЮКОМ

500 г риса, 250 г говядины, 150 г моркови, 200 г масла (жира), 1,5—2 стакана урюка, 1—1,5 ч. ложки пряной смеси.

Урюк тщательно промыть несколько раз в холодной воде и закладывать в зирвак лишь после того, как в нем обжарены все остальные продукты, к ним подлита вода и зирвак закипел. При этом урюк следует класть ровным слоем на зирвак, а не перемешивать с ним, после чего засыпать рис. В остальном руководствоваться общей технологией приготовления плова.

ПЛОВ ПО-ГРУЗИНСКИ С КАРТОФЕЛЕМ И ЯЙЦАМИ

1 кг риса, 4—6 яиц или 4—6 картофелин, 400 г топленого или сливочного масла, соль — по вкусу.

Перебранный и тщательно промытый в теплой воде рис всыпать в кастрюлю с подсоленной кипящей водой и варить до полуготовности, затем откинуть

на дуршлаг и несколько раз обдать холодной водой. В казан положить часть сливочного или топленого масла и, когда оно разогреется, влить взбитые с солью яйца или положить в один слой нарезанный кружками картофель. Через 3—5 мин в казан насыпать холмиком отварной рис, добавить остальное масло, плотно накрыть казан крышкой и поставить на слабый огонь. Варить около часа. Подавать готовый плов на блюде. Поверх риса уложить яичницу или жареный картофель. Плов можно залить сверху сладкой подливкой или вареньем, а нарезанную яичницу или жареный картофель разложить вокруг на блюде.

ПЛОВ С БАРАНИНОЙ И ВИНОГРАДОМ

1 кг баранины, 600 г риса, 1 кисть винограда, 200 г топленого масла, 3—4 репчатые луковицы, зелень кинзы, укропа, шафран, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть баранины нарезать кусочками по 35—40 г, посолить, поперчить и обжарить в масле на раскаленном казане. Затем добавить сок несозревшего винограда, пассерованный лук, шафран и зелень. Тушить в небольшом количестве бульона до готовности. Из риса отдельно приготовить откидной плов, часть окрасить настоем шафрана. При подаче на тарелку горкой положить рис, сверху посыпать луком, шафраном, сбоку уложить мясо, полить маслом и посыпать корицей.

ПЛОВ С ДОЛМОЙ

Для долмы: 350 г мяса, 4—5 репчатых луковиц, 0,5 ч. ложки черного молотого перца и зиры, 25—30 виноградных листьев, соль — по вкусу. Для плова: 1 кг риса, 350 г мяса, 250 г жира, 4 г моркови, 2—3 репчатые луковицы, по 1 ч. ложка зиры и красного молотого перца, соль — по вкусу.

Мясо, предназначенное для плова, разделить на две части: одну нарезать для поджаривания, из другой вместе с луком приготовить фарш. Выбрать молодые листья винограда, промыть в холодной воде. Разложить на каждый лист по 1 ч. ложке приготовленного фарша, сделать маленькие голубцы — долму, нанизать их иглой на нитку, положить в отдельную посуду с водой, прокипятить. В дальнейшем плов готовят, как обычно. Перед закладкой риса в мясо с морковью и луком, положить долму и варить вместе с рисом. Готовый плов переложить на блюдо. Сверху должна быть долма.

САФАКИ-ПЛОВ

1 кг риса, 400 г мяса, 400 г моркови, 400 г репчатого лука, 300 г жира, соль, специи — по вкусу.

Промыть рис 3—4 раза в холодной воде, положить в кастрюлю с соленой водой (воду и рис берут в равных количествах, т. е. на 1 кг риса 1 л воды; соли кладут 1 ч. ложку), дать закипеть. Рис переложить в мешочки и дать стечь воде. Очистить морковь и отварить ее в целом виде вместе с мясом. Вареное мясо нарезать кусками, а морковь — соломкой, все перемешать, посолить и добавить немного молотого черного и красного перца. В сильно раскаленном жире пережарить лук. Когда лук подрумянится, вынуть его из котла и смешать с мясом и морковью. Это блюдо подают отдельно. В каждую тарелку положить сначала немного сваренного риса, полить его сильно разогретым жиром, уложить сверху мясо, морковь, лук и полить остальным жиром. К этому виду плова обычно подают салат из вишни.

ПЛОВ С КУРИЦЕЙ И ЧЕРНОСЛИВОМ

1 курица, 1,5 стакана риса, 2 репчатые луковицы, 2 моркови, 1 головка чеснока, 10 шт. чернослива, 1 ч. ложка зиры (кумина), 1,5 ч. ложки куркумы, по 1 пучку петрушки, кинзы и укропа, 100 мл растительного масла, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Несколько раз промыть рис. Залить теплой водой, добавить щепотку соли и оставить минимум на час. Затем откинуть его на дуршлаг.

Чеснок разобрать на зубчики, очистить. Чернослив вымыть, замочить на 15 мин в теплой кипяченой воде. Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать. Лук нарезать полукольцами, морковь — длинной тонкой соломкой.

Курицу вымыть, обсушить и нарезать небольшими кусочками, порубив косточки.

Приготовить зирвак. В казане или кастрюле с толстым дном сильно, до появления дыма, разогреть растительное масло. Обжарить нарезанные овощи до золотистого цвета (4 мин). Добавить зиру, куркуму, перец и немного соли. Перемешать и готовить еще 5 мин. Положить куски курицы и готовить, пока на них не образуется золотистая корочка, примерно 7 мин. Добавить нарубленную зелень, сверху ровным слоем выложить промытый рис, не смешивая его с овощами.

Влить в казан кипяток так, чтобы он покрыл рис слоем около 2 см. Воду вливать аккуратно, по стенке, чтобы не нарушить слой риса.

Воткнуть в рис зубчики чеснока и чернослив, уменьшить огонь до минимума и готовить без крышки до тех пор, пока не останется воды. Затем накрыть крышкой и готовить еще 20 мин. Снять плов с огня, аккуратно перемешать и выложить на блюдо.

ПЛОВ С КУРИНЫМИ ОКОРОЧКАМИ

2 стакана риса, 2 крупных куриных окорочка, 1 стакан бульона или горячей воды, 2 репчатые луковицы, 2 моркови, соль, перец, сахар, растительное масло — по вкусу.

Разрезать окорочка на 2 части (по суставу), посыпать солью, перцем, сахаром (обязательно), положить на чистую, хорошо разогретую сковороду и, не давая мясу прилипнуть ко дну, переворачивая, жарить 8 мин. Затем положить жир, 1 нарезанную луковицу и жарить еще 4 мин. Долить бульон (горячую воду), прокипятить все вместе еще 3 мин. Одновременно на огонь поставить плов. Для этого в казанок налить масло, прокалить его, облить им стенки и последовательно уложить лук, нарезанный полукольцами, морковь, рис, помытый и хорошо процеженный. Залить плов горячей водой, подсолить и поперчить. Воды должно быть в два раза больше по объему, чем риса. Закрыть казанок крышкой и поставить на хороший огонь на 15 мин. За 5 мин до конца положить окорочка с соусом в плов и аккуратно перемешать.

ОРИГИНАЛЬНЫЙ ПЛОВ СО СВИНИНОЙ И ГРИБАМИ

300 г свинины, 200 г грибов, 2 стакана риса, 3 моркови, 1 сладкий перец, 2—3 помидора, сливочное масло, 1 репчатая луковица, петрушка, укроп, чеснок, красный перец, черный перец, соль — по вкусу.

Мясо обжарить в сливочном масле на сковороде. Добавить немного воды, можно томатной пасты и дать немного потушиться. В это время нарезать помидоры, лук, перец, натереть морковь, нарезать и добавить к мясу, дать немного потушиться. В это время промыть рис и добавить его к мясу, приправить специями, солью, туда же добавить нарезанные грибы. Накрыть крышкой и тушить до готовности. За 5 мин до готовности выдавить чеснок. В конце добавить нашинкованную зелень.

ПЛОВ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ

100 г риса, 40 г сливочного масла, 200 мл бульона, соль — по вкусу.

Перебранный рис залить 8 стаканами теплой воды. Через 25—30 мин откинуть на дуршлаг; когда вода стечет, обжарить рис в кастрюле на масле 2—3 мин и залить горячим бульоном. Довести до кипения, сразу закрыть крышкой и поставить в духовку на 15—18 мин. Вынуть казан из духовки, перемешать рис веселкой и добавить немного масла, чтобы крупа не подсохла и не слиплась, посолить. Подать рис горячим как гарнир к мясу, птице. Можно также подать этот рис на десерт, посыпав его сахарной пудрой.

ПЛОВ ПО-КАЗАХСКИ

600 г баранины, 3 ст. ложки топленого жира, 3 репчатые луковицы, 5—6 шт. крупной моркови, 1 стакан риса, 1 стакан сухого урюка или яблок, соль, перец — по вкусу.

В хорошо разогретый в казане жир положить нарезанный кольцами лук и обжаривать до золотистого цвета.

Мясо, нарезанное крупными кусками, вместе с луком обжаривать до образования румяной корочки. Затем добавить нарезанную соломкой морковь, посолить, поперчить и жарить все до полуготовности.

Хорошо промытым рисом покрыть содержимое казана и залить водой из соотношения: на 1 порцию риса —1,5 порции воды. Довести плов до кипения, прокалывая его в нескольких местах, чтобы лучше впитался жир. Сверху выложить мелко нарезанный урюк или сушеные яблоки и тушить, не перемешивая, на медленном огне в течение часа.

Казан с готовым пловом укутать и дать постоять 10—15 мин, после чего плов хорошо перемешать и, выложив на блюдо, подать.

ПЛОВ С МОРСКИМИ ГРЕБЕШКАМИ В КАЗАНЕ

1 стакан риса, 300—400 г морского гребешка, 2—3 репчатые луковицы, 2—3 моркови, 1—2 ст. ложки томатной пасты, 3—4 ст. ложки топленого масла, специи, соль — по вкусу.

Обжарить подсоленные кубики морского гребешка с луком, морковью, томатной пастой и топленым маслом.

Рис сварить до полуготовности. Гребешки, овощи, рис, специи уложить слоями в казан и тушить до готовности на слабом огне. Блюдо гарнировать свежими помидорами, веточкой петрушки или маринованными фруктами.

Сладкие пловы

СЛАДКИЙ ПЛОВ ПО-ИНДИЙСКИ

2 стакана риса, 80 г растительного масла, по 0,3 стакана кураги и чернослива, 2 ст. ложки измельченных орехов, кардамон, гвоздика, корица, шафран, соль, сахар — по вкусу.

В казане раскалить растительное или топленое масло, всыпать рис и слегка обжарить. Положить сухофрукты — курагу и чернослив. Добавить специи — кардамон, гвоздику, корицу, шафран, а также соль и сахар по вкусу. Жарить еще 5—7 мин, помешивая время от времени. Залить все водой так, чтобы она превышала уровень риса на 2—3 см. Довести до кипения и варить на сильном огне, пока уровень воды не сравняется с уровнем риса. Прикрыть крышкой и томить на слабом огне до полной готовности. Выложить плов горкой на блюдо. Сверху посыпать измельченными орехами.

ПЛОВ «АРАРАТ»

2 стакана риса, 4 яблока, 1 айва, 4 ст. ложки топленого масла, изюм, албухара (сушеная желтая слива) и курага, миндаль, соль — по вкусу.

Промытый рис залить на 30—40 мин соленой водой. Набухшую крупу засыпать в подсоленную кипящую воду и варить до тех пор, пока крупинки риса снаружи не станут мягкими, а внутри сохранят некоторую упругость. После этого рис откинуть на металлическое сито, полить горячей водой, дать ей стечь. В глубоком казане растопить масло, положить часть риса, осторожно перемешать, засыпать оставшийся рис, полить разогретым маслом, закрыть крышкой и поставить на слабый огонь на 40—45 мин.

Готовый плов горкой выложить на блюдо, вокруг уложить 2 печеных и 2 свежих яблока и айву.

Украсить обжаренными в масле изюмом, албухарой и курагой, а также очищенным и подсушенным миндалем.

ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ

1,5 стакана риса, 100 г масла, 1 ст. ложка настоя шафрана, 200 г кураги, 200 г изюма, 2—3 персика, 1 стакан свежей алычи, 100 г очищенного миндаля, 1—2 ст. ложки сливочного масла.
Для сиропа: 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки меда, 0,5 стакана гранатового сока, 1 ч. ложка корицы, 2 гвоздики.

В большом количестве слегка подсоленного кипятка отварить до полуготовности рис. Откинуть рис на дуршлаг, промыть холодной кипяченой водой. Положить в казан (или эмалированную кастрюлю) тонкий слой теста (казмаг), 0,5 стакана отваренного риса, перемешанного с половиной указанного количества топленого масла. Эту смесь разровнять тонким слоем, сверху засыпать остальной рис, положить на него оставшееся масло, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне примерно полчаса, доведя рис до полной готовности.

Фрукты и орехи обжарить в глубокой сковороде на сливочном масле, отдельно сварить в эмалированном сотейнике сахарно-медовый сироп с соком граната, в конце варки добавить пряности, положить туда поджаренные фрукты и слегка уварить. Блюдо оформить в виде пяти сегментов, состоящих из риса и фруктов.

ПЛОВ С КУРАГОЙ

500 г баранины (мякоть), 500 г риса (лучше рис девзира, но можно любой длиннозернистый), 200 г курдючного сала (или растительного масла), 400 г моркови, 2—3 репчатые луковицы, 300 г кураги, специи для плова (острый красный перец, сушеный барбарис, семена кориандра, зира), соль — по вкусу.

Мясо нарезать кубиками (2×2 см). Лук нарезать тонкими полукольцами, морковь — соломкой.

Курдючное сало нарезать маленькими кубиками (1×1 см).

Рис промыть в холодной воде, пока вода не будет прозрачной. Затем рис залить водой, добавить шепотку соли и оставить на несколько часов.

Казан прогреть, добавить сало, уменьшить огонь до среднего и вытапливать жир, без помешивания. Удалить образовавшиеся шкварки и увеличить огонь. Добавить лук и обжарить до коричневатого цвета (до хруста). Положить мясо и обжаривать до образования корочки. Добавить морковь и жарить, не смешивая, около 3 мин, после чего перемешать и жарить, помешивая, еще не менее 10 мин. В ступке немного потолочь семена кориандра и зиры и засыпать в казан вместе с солью, красным перцем и барбарисом. Добавить воды (около 2 стаканов), уменьшить огонь и готовить 30—40 мин. Добавить курагу.

Слить с риса воду, выложить ровным слоем поверх мяса с овощами (не смешивать). Влить кипяток, чтобы покрыть рис слоем толщиной около 3 см. Накрыть крышкой на 5 мин, после чего крышку снять, уменьшить огонь и готовить до тех пор, пока рис не станет рассыпчатым. Если вода выкипит, а рис еще останется жестким внутри, то сделать в рисе небольшое отверстие и влить 50 мл воды.

Когда вся вода выкипит, накрыть рис салфеткой, сверху накрыть крышкой и оставить на плите, предварительно выключив огонь, на 20—30 мин. Готовый плов выложить на тарелку, украсив сверху кусочками мяса и курагой.

БАКИНСКИЙ ПЛОВ С СУХОФРУКТАМИ

3 стакана длиннозернистого риса (басмати), 1 курица, 2 большие репчатые луковицы, 2 яйца, 250 г топленого масла, 500 г сухофруктов (курага, изюм, чернослив, инжир), по 1 ст. ложке семян зиры и барбариса, соль — по вкусу.

Рис тщательно промыть и обсушить. Вскипятить 2 литра воды, добавить 2 ч. ложки соли, всыпать рис и варить его 7—10 мин, пока он не станет чуть мягким. Откинуть рис на дуршлаг. Казан или толстостенную кастрюлю смазать топленым маслом. Яйца взбить и вылить в казан. Туда же выложить слоями рис, поливая каждый слой топленым маслом. Накрыть казан крышкой и поставить на очень маленький огонь на 20—25 мин, пока внизу не образуется хрустящая яичная корочка. Снять казан с огня и укутать в одеяло. Сухофрукты вымыть, высушить и обжаривать 5 мин в 3 ст. ложках топленого масла. Залить 1,5 стакана кипятка и тушить на среднем огне до мягкости (в сковороде должна оставаться фруктовая подливка). Курицу нарезать порционными кусками и обжаривать в оставшемся масле вместе с мелко нарезанным луком до готовности. При подаче выложить рис горкой на подогретое блюдо, поместив сверху разломанную яичную корку и куски курицы с луком. Сухофрукты можно подать отдельно.

ПЛОВ СЛАДКИЙ МЕДОВЫЙ

500 г баранины, 800 г риса, 500 г моркови, 2 репчатые луковицы, 300 г жира, красный молотый перец, соль — по вкусу.
Для сладкой подливки: 150 г изюма, 150 г меда, 4 ст. ложки сливочного или топленого масла.

Мякоть баранины нарезать небольшими кусочками, выложить на сильно разогретую сковороду с жиром, обжарить до образования корочки, положить морковь и репчатый лук, нашинкованные мелкой соломкой. Пожарить еще несколько минут и выложить все в казан, после чего залить горячей водой (6 ст. ложек), добавить соль, перец и довести до кипения.

Затем всыпать тщательно перебранный и промытый рис, разровнять поверхность. Когда рис впитает жидкость, сделать на поверхности несколько углублений и влить 1—2 ст. ложки кипятка. Казан закрыть крышкой, убавить огонь и варить до готовности приблизительно 20—25 мин.

Выложить рис на блюдо, сверху положить мясо, посыпать репчатым луком. Перед подачей на стол готовый плов залить сладкой подливкой.

Подливку приготовить, смешав мед с горячей водой (равными долями), положить промытый изюм, масло и все вместе кипятить 10 мин.

РЫБАЦКАЯ УХА НА КОСТРЕ

Ничто не может сравниться с ароматом ухи, сваренной на костре.

Уха — одно из немногих блюд русской кухни, не имеющее аналогов в других национальных кухнях.

Впрочем, в русской народной терминологии есть и юмористическое определение ухи — если подается с водкой, то это уха, а если без водки — то это просто рыбный суп.

Для получения должного вкуса в уху вместе с рыбой закладываются в начале варки корни и стебли петрушки и сельдерея, перец горошком, возможна и добавка лаврового листа (по вкусу).

В настоящую уху не кладутся овощи (и никакая иная заправка), кроме иногда целой луковицы и в редких случаях — одной-двух целых картофелин, да и то лишь тогда, когда уха готовится уже из так называемой снулой рыбы, то есть хотя и выловленной недавно, но уже не живой.

Все виды ухи готовятся быстро — от 12 до 20 мин от момента закипания. Свежую рыбу для ухи не очищают от чешуи, а кладут в холодную воду, и при медленном нагревании (30 мин до закипания) чешуя распускается без остатка, давая ухе особый навар и вкус. При медленном нагревании уха бывает готова через 5 мин после начала кипения.

Полезные советы для варки ухи

- Неприятный запах тины исчезнет, если рыбу промыть в холодном растворе соли.
- Если при чистке скользкой рыбы опустить пальцы в соль, это облегчит труд.
- С мелкого окуня, ерша, предназначенных для ухи, не следует снимать чешую.
- У камбалы удаляют голову косым срезом так, чтобы одновременно было вскрыто брюшко, затем рыбу потрошат. После этого захватывают ножом и пальцем кожу на темной стороне рыбы и срывают ее резким движением, затем отрезают бахрому плавников и хвостовой плавник, счищают чешую на светлой стороне кожи и тщательно промывают рыбу.
- Сазана (карпа) и толстолобика очищают от чешуи, отрезают голову и, не разрезая брюшка, удаляют внутренности, а из головы — жабры. После этого промывают в холодной воде и нарезают поперек на порционные куски.
- Обработку судака и окуня нужно начинать с удаления жесткого спинного плавника. Плавник вырывать по направлению к голове, предварительно надрезав мякоть с обеих сторон от него. Желательно на минуту опустить рыбу в кипяток.
- При варке ухи полезно перед нагревом влить 50—100 мл водки на литр воды.
- Наиболее вкусная уха получается из свежих ершей, линей и окуней.
- Иногда для улучшения вкуса бульона в уху доливают огуречный рассол или кладут стручок свежего сладкого перца, укроп, луковицу.

Что такое настоящая уха по-рыбацки

Это не только наиболее популярное, но и самое быстрое в приготовлении блюдо из свежей рыбы.

Для приготовления ухи нужно почищенных и разделанных рыб вместе с головами, хвостами и плавниками сложить в котелок, залить небольшим количеством холодной воды и поставить на таганок (таганок/таган — железный обруч на ножках, служащий подставкой для котла, чугуна и т. п. при приготовлении пищи прямо на огне). Когда вода закипит, снять пену и бросить в котел головку репчатого лука,

два-три лавровых листа, десяток горошин черного перца и соль по вкусу. Уха готова через 15 минут варки на медленном огне. Чем больше куски рыбы, тем они вкуснее, так как при варке из них в бульон уходит меньше жиров.

Когда рыбы много, то в ухе сначала варят все головы, хвосты, хребты и даже шкуру с чешуей. Через 15 минут вылавливают все из котла, закладывают куски тушек рыбы и варят еще 10 минут. Солить и бросать специи следует только при последней (их может быть более двух) варке. Некоторые любители ухи считают самыми вкусными «плавники» и «щеки»: куски мяса, срезанные вместе с грудными, брюшными и анальными плавниками. Гурманы предпочитают головы. Головой хорошего сома, извлеченной из ухи, вполне можно насытиться.

У ухи есть одна особенность: на следующий день после приготовления, совсем остывшая и настоявшаяся, она становится еще вкуснее. Если бульона было мало, а рыбы много, то такой бульон наутро застывает, как заливное.

Для ухи пригодна любая рыба, но предпочтительнее хищники с более сухим мясом.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Чего не следует делать при приготовлении ухи.
Нельзя в уху класть лежалую или мороженую рыбу. Только свежую!
Не лишайте уху навара. Не выбрасывайте плавники и головы.
Нельзя помешивать уху. Не следует добавлять воду в уху при готовке.
Нельзя при раскладке ухи черпать со дна или помешивать уху.

УХА ПОХОДНАЯ
(1-й рецепт)

Воду из озера налить в казан и поставить на огонь. После ее закипания положить потрошеную бель. Пока она варится, почистить щуку. Снять с нее филе и отложить. В уху добавить целые луковицы, крупно нарезанную морковь (можно просто разрезать пополам), немножко специй, хребет и голову щуки. Через 15 мин хребет выловить, положить в уху филе щуки и варить еще минуты три-четыре.

УХА ПОХОДНАЯ
(2-й рецепт)

Чешую снять только с той рыбы, которая закладывается в конце. Обычно это крупные куски щуки, леща, сазана, линя, судака, окуня. Мелочь не чистить, в отдельных случаях даже не потрошить (ерш, окунь, пескарь). В идеале она закладывается в дуршлаге или в марле на 10—15 мин.

Имейте в виду, что чрезмерное количество рыбы придает ухе горечь, независимо от видового состава. А у крупной рыбы надо удалить жабры. Налим тоже придаст ухе горечь. Нужно быть внимательным с желчным пузырем при потрошении крупных рыб. Жира в ухе будет достаточно, если там есть угорь, линь, лещ. Сладковатый привкус и янтарный цвет дают ерш, окунек и пескарь.

УХА ПОХОДНАЯ
(3-й рецепт)

Из мелкой рыбы берут ерша и окуня, слизь по мере возможности нужно сохранить, а вот кишки лучше выбросить. Если рыба немного полежала, то от жабр лучше тоже отказаться.

Рыбу поместить в дуршлаг и опустить в казан в только что закипевшую воду. Туда же положить две средние головки очищенного репчатого лука. Варить на слабом огне (чтобы чуть кипело) 25—30 мин.

Отваренную мелкую рыбу и лук выбросить. Сваренному бульону дать отстояться, чтобы осел осадок.

Далее в сваренный бульон положить нарезанную кружочками морковь, крупно нарезанный картофель, коренья петрушки, черный перец горошком, несколько горошин душистого перца, соль крупного помола по вкусу.

Для наваристости ухи положить головы судака и щуки, предварительно удалив жабры, и на слабом огне варить бульон еще 5—10 мин. Обязательно нужно добавить 2 ст. ложки сливочного масла. Когда картофель почти дойдет до готовности, в бульон положить порционно нарезанные куски судака и щуки. Варить еще 5—10 мин. При подаче можно выжать в каждую порционную тарелку сок свежего лимона.

УХА ПОХОДНАЯ
(4-й рецепт)

Воду, в которой будет готовиться уха, взять из водоема. В воду положить потрошеную мелочь и варить до готовности.

Выбрать мелочь, в бульон положить несколько мелко нарезанных картофелин. Довести до кипения и положить более крупную рыбу.

Варить уху до тех пор, пока у рыбы не побелеют глаза. Солить по вкусу в первой и во второй вкладке, добавить специи.

УХА РЫБАЦКАЯ

400 г речной рыбы (ерши, пескари, окуни), 1 корень петрушки, 4 картофелины, 3 репчатые луковицы, черный перец горошком, лавровый лист, соль, зелень петрушки или укропа — по вкусу.

Рыбу выпотрошить, удалив жабры, тщательно промыть и нарезать кусочками. Подготовленную рыбу залить холодной водой и варить на малом огне 35 мин, за 20 мин до окончания добавив все остальные ингредиенты.

УХА С ПЕРЛОВКОЙ

1 кг рыбы, 1 репчатая луковица, 1 морковь, 400 г картофеля, 2 помидора, лавровый лист, душистый перец, черный перец горошком, 1 щепотка жгучего красного перца, соль — по вкусу.

Перловку тщательно промыть не менее трех раз и опустить в холодную воду. После того как вода закипит, варить 20 мин, затем добавить морковь, нарезанную полукольцами. Еще минут через 20 положить первую рыбу (мелочь без голов и без внутренностей).

Вместе с первой рыбой опустить головку репчатого лука. Через 20 мин достать первую рыбу и положить картошку.

После этого добавить приправы: лавровый лист, душистый перец, черный перец, чуть-чуть жгучего красного. Еще через 10 мин опустить в бульон два помидора, предварительно надрезав на них кожицу крестом. Вместе с помидорами добавить крупную рыбу, нарезанную большими кусками. Через 5—10 мин посолить по вкусу.

УХА ИЗ ЕРШЕЙ И ОКУНЕЙ

2 кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней), 2 головки репчатого лука, 3—4 корня петрушки, 1 пучок зелени укропа, соль, специи — по вкусу.

Ершей и окуней промыть и выпотрошить, удалив жабры и внутренности. Окуня разделать на филе без кожи и костей. Ершей и оставшиеся после разделки окуней головы, кожу и кости залить холодной водой (3 л), добавить лук, корень петрушки, соль, специи и варить 2—3 ч до полного разваривания ершей. Рыбу отцедить через

сито. Бульон вскипятить, опустить в него филе окуня, варить до готовности. Сваренную рыбу поместить в тарелку с укропом, залить бульоном. Отдельно на тарелочке к ухе подать ломтики лимона и веточки зелени.

ТРОЙНАЯ УХА

400 г свежей воблы, 400 г судака, 300 г севрюги, 400 г картофеля, 1 головка репчатого лука, лавровый лист, перец, соль — по вкусу.

Очистить, выпотрошить и промыть рыбу. Опустить в горячую воду воблу (глаза у воблы предварительно удалить). Добавить соль, перец, лавровый лист и парить, удаляя пену.

Когда рыба будет готова, выбросить ее. Затем в кипящий бульон положить кусочки судака. После того как судак сварится, выложить его в отдельную посуду, а бульон процедить. Снова поставить бульон на огонь. Когда бульон закипит, заложить в кастрюлю нарезанный кубиками картофель, а также куски севрюги, мелко нашинкованный лук и варить до готовности.

При подаче на стол уху приправляют зеленью. Тройную уху можно приготовить и из любой другой рыбы.

УХА ИЗ НАЛИМА, СУДАКА

800 г рыбы, 40 г моркови, 40 г сливочного масла, 1 лимон, зелень, соль — по вкусу.

Из голов и хребтовых костей сварить бульон. Натертую морковь поджарить на сливочном масле, процедить, добавить в бульон. Подготовленные куски рыбы с кожей и реберными костями (налим — без кожи) отварить в небольшом количестве бульона. Сваренную рыбу положить в тарелку с бульоном. Лимон и зелень подать к ухе отдельно.

АСТРАХАНСКАЯ УХА

800 г осетровой головизны, 300 г осетрины, 2 помидора, 3 репчатые луковицы, 1 желток, 3 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка риса, зелень петрушки, укропа, лавровый лист, черный перец горошком, соль — по вкусу.

Разрубить на четыре части осетровую голову. В кастрюлю налить воды, посолить, положить лавровый лист, перец, лук, осетровую голову и варить на слабом огне. Бульон обязательно процедить, добавить нарезанные помидоры, рис и проварить 10 мин. Затем туда же положить осетрину, сваренные хрящи и варить до готовности.

Уху можно заправить сметаной, яичными желтками, посыпать зеленью. В казан добавить отвар из отдельно сваренного в небольшом количестве ухи нерассыпчатого картофеля сладких сортов.

УХА РЫБАЦКАЯ ИЗ МОРСКОЙ РЫБЫ

500—600 г мороженой рыбной мелочи (сардины, барабуля, ронко), 500—600 г мороженого морского налима, 1—1,5 л воды, 3 головки репчатого лука, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 лавровых листа, 5—6 горошин черного перца, 1 ч. ложка мелко нарезанной зелени петрушки или укропа, соль — по вкусу.

Подготовленную рыбную мелочь (тушки без голов), а также кусочки рыбы положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить нарезанный кольцами или соломкой лук и петрушку и довести до кипения, снимая пену. Добавить соль, специи и варить около 15 мин. В готовую уху ввести сливочное масло. При подаче посыпать зеленью.

УХА РЫБАЦКАЯ (СТАРИННЫЙ РЕЦЕПТ)

800 г рыбы, 400 г картофеля, 4 головки репчатого лука, 2 моркови, 1 корень сельдерея, черный перец горошком, соль — по вкусу.

Рыбу очистить, выпотрошить, положить в кастрюлю, залить водой. В кипящий бульон добавить очищенные, нарезанные кубиками морковь, картофель, репчатый лук, перец, сельдерей, быстро довести до кипения и варить до готовности на слабом огне.

УХА РЫБАЦКАЯ ЗАБУБЕННАЯ НАВАРИСТАЯ

800 г рыбы, 400 г картофеля, 2 репчатые луковицы, черный перец горошком, лавровый лист, соль — по вкусу.

В кипящую воду опустить рыбную мелочь: хорошо промытых, свежих окуней, ершей. Сварить бульон, процедить. В бульон положить картофель, нарезанный кубиками, дать закипеть, добавить куски крупной очищенной рыбы, лук. За 10 мин до готовности положить перец-горошек, лавровый лист, соль по вкусу.

УХА РЫБАЦКАЯ С КАРТОФЕЛЕМ

1 кг рыбной мелочи (ершей, окуней, карасей, пескарей, плотвы и др.), 1,5—2 л воды, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1—2 ст. ложки сливочного масла, 2—3 лавровых листа, 5—6 горошин черного душистого перца, 6—7 клубней картофеля, 1 пучок зелени укропа.

Репчатый лук нарезать полукольцами, морковь и корень петрушки — ломтиками. Овощи пассеровать на сливочном масле до полуготовности. В кипящую воду положить крупно нарезанный картофель, варить его до полуготовности, затем добавить пассерованные овощи, потрошеную и промытую рыбную мелочь и варить уху при слабом кипении 20—25 мин. В конце варки в уху положить специи и, сняв с огня, дать ей настояться под крышкой еще примерно 15—20 мин. При подаче в суповую тарелку положить клубень картофеля, налить уху и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

УХА РЫБАЦКАЯ С ПОМИДОРАМИ

1 кг рыбной мелочи, 0,5 кг судака, карпа, щуки, окуня, трески и другой рыбы, 1,5—2 л воды, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 1—2 корня петрушки, 4—5 средних помидоров, 1—2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 2 лавровых листа, 5—6 горошин черного душистого перца, 1 пучок зелени укропа.

Из рыбной мелочи сварить бульон так же, как указано в предыдущих рецептах. В бульоне отварить нарезанную кусками крупную рыбу до готовности, затем ее извлечь, а бульон процедить. Лук, морковь и коренья нарезать соломкой и пассеровать на масле. Помидоры очистить от кожицы, мелко порубить, прогреть на масле до получения однородной массы и заправить ею рыбный бульон. В полученный бульон опустить пассерованные овощи и варить до готовности. В конце варки в уху

добавить лавровый лист и перец. При подаче в суповую тарелку положить кусок рыбы, налить уху и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

УХА ПО-КАСПИЙСКИ

400 г кильки, 100 г картофеля, 1 репчатая луковица, 1 л воды, зелень, специи, соль — по вкусу.

Свежую кильку очистить, удалить внутренности (кроме икры). Голову и хвост оставить. Варить, снимая пену, в чугунном казане или в кастрюле из нержавеющей стали. Сырой лук нашинковать и положить в уху, добавить туда же зелень, перец, соль и лавровый лист. Уху довести до готовности (килька должна сильно разварить-ся). Через мелкий дуршлаг бульон процедить, добавить картошку. Как только она сварится, уха готова.

УХА ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ

600—700 г мороженой луфари, 1,5 л воды, 3 шт. картофеля, 1 морковь, 2 головки репчатого лука, 1 корень петрушки, 2 лавровых листа, по 3—4 горошины душистого и черного перца, соль — по вкусу.

Из филе рыбы (с кожей и реберными костями) сварить бульон. Морковь нарезать соломкой и пассеровать на масле. В процеженный кипящий бульон положить пассерованную морковь, картофель, лук и петрушку, нарезанные крупной соломкой, и варить до готовности. При подаче на стол в тарелки положить кусочки рыбы, налить уху и посыпать зеленью.

УХА РЫБАЦКАЯ С КРУПОЙ

1 кг рыбной мелочи, 1,5—3 л воды, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 1—2 корня петрушки, 70 г пшена, 1—2 ст. ложки растительного масла, 2 лавровых листа, 5—6 горошин черного душистого перца, 1 пучок зелени укропа.

Рыбную мелочь выпотрошить, промыть, опустить в холодную воду, варить в течение 1—2 ч, а затем процедить через сито. Овощи нарезать ломтиками

и пассеровать на растительном масле. В кипящий рыбный бульон засыпать перебранное и промытое пшено, проварить его 10—15 мин, затем добавить пассерованные овощи и доварить уху до готовности крупы и овощей. При подаче уху посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

УХА ОКЕАНИЧЕСКАЯ

1 кг рыбы разных видов, 4 клубня картофеля, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, соль, черный перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки, укропа — по вкусу.

Рыбу разделать на филе и нарезать кусочками. В рыбный бульон положить нарезанный дольками картофель, кубиками морковь, очищенную целую луковицу, соль, перец, лавровый лист и варить 15—20 мин. После этого в кастрюлю опустить рыбу и варить до ее готовности. Перед подачей на стол посыпать зеленью.

УХА ПО-ДОМАШНЕМУ

1 кг рыбы (различных видов), 2 головки репчатого лука, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки растительного или сливочного масла, 2 лавровых листа, 5—6 горошин черного перца, 3 помидора, соль, зелень петрушки или укропа — по вкусу.

Подготовленную рыбу разрезать на куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить нарезанный кольцами или соломкой лук и петрушку и довести до кипения, снимая пену. Добавить соль, специи и варить до готовности рыбы. За 5—6 мин до окончания варки в уху положить нарезанные дольками помидоры. Готовую уху заправить сливочным маслом. Лук можно варить целыми луковицами. После окончания варки луковицы удалить.

УХА СБОРНАЯ «АТЛАНТИЧЕСКАЯ»

200 г мороженой ставриды, 200 г мороженой скумбрии, 200 г мороженого хека, 1 морковь, 3 головки репчатого лука, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 лавровых листа, 5—6 горошин черного перца, 1 ч. ложка мелко нарезанной зелени петрушки или укропа, соль — по вкусу.

Из костей рыбы сварить бульон. Мелко нарезанные лук и морковь пассеровать на масле и положить в кипящий бульон. Кусочки рыбы, нарезанные из филе с кожей и реберными костями, припустить в небольшом количестве бульона. В порционные тарелки положить кусочки отварной рыбы, налить бульон и посыпать зеленью.

УХА СО СТЕРЛЯДЬЮ ПО-МОРДОВСКИ

400 г стерляди, 800 г картофеля, 2 головки репчатого лука, 1 л куриного бульона.

Картофель положить в куриный бульон и варить до полуготовности, затем добавить обработанную стерлядь или другую рыбу, нарезанную порционными кусками, репчатый лук и варить до готовности. За 5 мин до конца варки положить специи. При использовании свежей стерляди специи не класть.

УХА РОСТОВСКАЯ

1 кг рыбной мелочи, 0,5 кг судака, 2 головки репчатого лука, 5—6 клубней картофеля, 1—2 корня петрушки, 3—4 свежих помидора, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 пучок зелени, соль, специи — по вкусу.

Промытые и очищенные картофель и другие овощи нарезать дольками. Судака разделать на филе с кожей и костями и нарезать кусками.

Из рыбной мелочи сварить бульон, процедить его, добавить нарезанные овощи (кроме помидоров), а за 10—15 мин до окончания варки — куски судака, помидоры, специи и варить уху до готовности овощей и рыбы. Уху заправить сливочным маслом.

При подаче в суповую тарелку положить 1—2 куска рыбы, налить уху и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки.

УХА ПО-МАРИЙСКИ

600 г рыбной мелочи, 460 г судака, 2 головки репчатого или 120 г зеленого лука, 30 г моркови, укроп, соль, специи — по вкусу.

Выпотрошенную и хорошо вымытую мелкую рыбу (ершей, окуней, плотву, карасей) залить холодной водой, довести до кипения и продолжать варку

на медленном огне. Мелкую рыбу перед варкой можно пропустить через мясорубку. С поверхности бульона снять пену, для аромата положить морковь, репчатый или зеленый лук, душистый перец, лавровый лист и продолжать варить 40—50 мин. В конце варки посолить по вкусу. Готовый бульон процедить через очень частое сито или марлю, чтобы удалить мелкие косточки рыбы.

При подаче на стол в бульон положить кусок вареного судака или другой крупной рыбы и посыпать зеленью.

УХА БУРЛАЦКАЯ

300 г рыбной мелочи, 250 г судака, налима и другой рыбы, 440 г картофеля, 1 головка репчатого лука, 20 г сливочного масла, 4—6 горошин черного перца, лавровый лист, соль, зелень — по вкусу.

Из рыбной мелочи или пищевых рыбных отходов (головы, воздушного пузыря, костей) сварить бульон, процедить, посолить, положить в него очищенный, нарезанный крупными дольками картофель, очищенный репчатый лук и поставить варить. За 10—15 мин до готовности добавить нарезанные куски судака, налима или другой рыбы, перец, лавровый лист, сливочное масло и довести до готовности.

При подаче на стол украсить мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа. Сливочное масло можно класть при подаче в тарелку, а варку ухи производить без его добавления.

УХА ХОЛОДНАЯ

1 кг рыбы, 3 л воды, 2 головки репчатого лука, 2 моркови, 2 вареных яйца, 1 свежий огурец, 4 ст. ложки консервированного зеленого горошка, 2—3 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 1 пучок зелени, 2—3 ст. ложки майонеза, соль, специи — по вкусу.

Рыбу отварить с овощами и специями, вынуть из бульона, охладить, отделить мякоть от костей и нарезать кусочками. Бульон процедить и охладить. Для ухи лучше использовать рыбу с небольшим содержанием жира.

Зеленый лук растереть с солью, добавить майонез, влить немного бульона, размешать, затем положить кусочки рыбы, зеленый горошек, рубленое яйцо, огурцы и влить оставшийся бульон. При подаче на стол суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

УХА ДОБРАЯ

400 г мелкой речной рыбы (карасей, ершей, пескарей), 400 г окуня, 800 г картофеля, 2 головки репчатого лука, соль, лавровый лист, специи — по вкусу.

Подготовленную рыбу залить водой и варить до готовности, в этом же бульоне ее размять и процедить.

Готовый бульон довести до кипения, положить куски крупной свежей речной рыбы, репчатый лук и варить до готовности. Специи (лавровый лист и черный перец горошком) добавить по желанию и вкусу в конце варки. Уху можно готовить с картофелем.

УХА ПО-ВЕНГЕРСКИ

600 г речной рыбы (карпа, линя, щуки, судака, плотвы), 200 г репчатого лука, 100 г растительного масла, 300 г помидоров, 2 л мясного бульона или воды, 10 г саго, 1 ст. ложка соли, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 стакан белого вина, 1 ч. ложка паприки, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка каперсов.

Рыбу разделать, разделить на порции, вымыть и посолить. Нарезанный кружочками лук поджарить в горячем масле, добавить рыбу и нарезанные кусочками помидоры, залить мясным бульоном или водой.

Незадолго до полной готовности положить в уху саго и варить еще 10 мин. Приправить солью, лимонным соком, белым вином, сладким перцем, сметаной и каперсами.

Глава 5

Маринование продуктов

Происходящий от латинского «*marinara*» (море), первоначально маринад был простой морской водой, сохранявшей мясо и рыбу от порчи. В настоящее время, вооруженные холодильниками, мы практически не зависим от маринадов для сохранения мяса, но используем их для придания вкуса и пикантности.

Маринадов существует столько, сколько существует разных приправ, но у каждого маринада есть одна и та же базовая основа.

Что же такое маринад? В принципе, это любая смесь, которой вы пропитываете мясо или рыбу, чтобы повысить их вкус и аромат.

Большинство маринадов состоит из трех компонентов:

- **кислота:** от лимонного сока до винного уксуса и томатного соуса. Кислота в этих продуктах проникает в волокна, делая кусочки мяса мягче и позволяя аромату маринада проникнуть внутрь мяса
- **масло:** оливковое, кукурузное или любое растительное. Масло увлажняет суховатое мясо и делает его более нежным. Большинство маринадов нуждается в масле, но при подготовке маринада для жирного мяса или рыбы (свиного плеча, жирной баранины) от добавления масла лучше воздержаться — такое мясо способно само себя увлажнить
- **приправы:** вот уж где простор для фантазии: розмарин, перчики чили, чеснок, базилик, сахар, лимонная цедра, мед, арахисовое масло, горчица (и сухая, и готовая), чернослив и сливовый сок, даже газированная вода — все это вполне подходит в качестве приправ к маринаду.

ЧТО И ЧЕМ ЛУЧШЕ МАРИНОВАТЬ

Белая рыба (камбала, форель и т. д.)

Кислота: лимонный сок, белое вино, свежие помидоры, пиво.
Масло: оливковое, кукурузное.
Приправы: тимьян, чеснок, лимонный перец, белый перец.

Жирная рыба (лосось, тунец и др.)

Кислота: апельсиновый сок, пиво.

Масло: оливковое, кукурузное.

Приправы: эстрагон, имбирь, горчица, укроп, хрен.

Курица

Кислота: белое или красное вино, лимонный сок, уксус из переброженного шампанского.

Масло: оливковое, кукурузное.

Приправы: орегано, базилик, эстрагон, шафран, красный перец, перец чили, чеснок, лук-порей.

Свинина

Кислота: бальзамический уксус, пиво, красное вино, помидоры.

Масло: оливковое масло, кунжутное масло.

Приправы: базилик, рыбный паштет, ворчестерский соус, чеснок, соевый соус, острый перец, мед.

Говядина

Кислота: бальзамический уксус, красное сухое вино, красное крепленое вино, помидоры.

Масло: оливковое масло, кукурузное масло, кунжутное масло.

Приправы: орегано, розмарин, чеснок, горчица, острый перец, соевый соус, мед.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Нет четкой рекомендации — солить маринад или нет. Опять-таки это дело вкуса. Но лучше не солить, т. к. соль в маринаде приводит к повышенному отделению из мяса сока, и как следствие — к снижению сочности готового шашлыка. Вообще, мясо всегда следует солить в последний момент. А вот рыбу всегда надо солить еще до начала приготовления, чтобы она не разваливалась.

КАК ВЫБРАТЬ КОМПОЗИЦИЮ ДЛЯ МАРИНАДА

Подготовка маринада для шашлыка — вещь тонкая и многогранная. Обязательным условием и основой маринада является репчатый лук, и чем больше — тем лучше.

Кроме общепринятых продуктов для приготовления маринада можно использовать гранатовый или вишневый сок, виноградный уксус, коньяк, кислое молоко, кефир, майонез, помидоры, мускатный орех, чеснок, пряности и пряные травы (майоран, душицу, розмарин и базилик).

Для смягчения воздействия маринада — чтобы не испортить мясо кислотой — используют оливковое или соевое масло.

За счет масла мясо остается сочным, а за счет кислоты становится нежным.

- **Свинину** лучше приправить маринадом из соевого соуса, коричневого сахара или свеженатертого имбиря.
- **С курицей, уткой или рябчиком** прекрасно гармонируют мед и цитрусовые.
- **Для приправления специями рыбы или морепродуктов** маринад можно наносить непосредственно во время запекания.

Самым лучшим маринадом обычно считается **лимонный сок**. Его можно использовать и для мяса, и для дичи, и для рыбы. Учитывая то, что на шашлыки в большинстве случаев едут на достаточно отдаленные расстояния, и происходит это в жаркую погоду, в приготовлении шашлыков и маринада лучше вообще не использовать любые скоропортящиеся продукты. В особенности это относится к молочным продуктам, ведь многие считают маринад из кефира самым подходящим. Однако, это напоминание не относится к тем, у кого в хозяйстве имеется переносной холодильник.

Чтобы не подвергать себя и свой организм опасности, лучше воспользоваться одним из многочисленных рецептов маринада, которые больше подойдут для условий выездного пикника в жаркую погоду.

И состав маринадов, и время маринования зависят от качества основного продукта: его свежести, мягкости, способа нарезки овощей.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Если на приготовление приведенных ниже вариантов у вас нет времени или вы решили поэкспериментировать с составом маринада, советуем не добавлять в маринад со спиртным уксус или лимонный сок. Мясо любит какой-то один маринад, но не все вместе.

ПОПУЛЯРНЫЕ КОМБИНАЦИИ ИНГРЕДИЕНТОВ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ШАШЛЫЧНОГО МАРИНАДА

- Прокисший томат, лук.
- Красное сухое вино, можжевельник, черный перец, лавровый лист.

- Белый хлеб, кефир, лук, перец, соль.
- Гранатовый сок, перец, кориандр, зира, рубленый репчатый лук, перец.
- Сухое вино, специи, лук, перец, соль.
- Лук (мелко нарезанный), лимон, перец, помидор, зелень, лавровый лист. Специи с мясом перекладываются послойно.
- Помидоры, репчатый лук, петрушка, укроп, перец, соль (это маринад для рыбы).
- 8 ст. ложек йогурта, 3 измельченные чесночные дольки, кубик тертого имбиря (2 см), 1 ст. ложка молотой куркумы, сок 1 лимона, 1 ст. ложка молотого кориандра, 0,5 ст. ложки молотого жгучего красного перца, 1 ст. ложка молотого тмина, чили, соль.
- Виноградный уксус, лавровый лист, корень петрушки, лук, морковь, чеснок, гвоздика, мускатный орех, соль.
- Белое или красное сухое вино, виноградный уксус, лук, гвоздика, морковь, лавровый лист, чеснок, душистый перец, тмин.
- Мелко натертый лук или даже луковый сок в сочетании с разными приправами может стать отличным маринадом.
- В Узбекистане для приготовления маринада часто используется минеральная вода. В этом случае нужно не жалеть различных пряностей. Иначе мясо получится пресноватым.
- На Востоке популярны маринады на основе кисломолочных продуктов. Особенно хорош маринад на основе кефира для приготовления шашлыков из мяса птицы. В качестве приправ можно использовать лимон, мяту, кинзу, перец, имбирь, карри.
- Лимонный сок в сочетании с большим количеством лука и приправ так же прекрасно подойдет для приготовления шашлыка. Лимонный сок служит достойной альтернативой уксусу, им можно мариновать даже достаточно жесткое мясо.
- Оливковое масло первого отжима в сочетании с лимонным соком и травами также отлично замаринует мясо. Вкус в этом случае во многом зависит от выбора пряностей.
- Если нравится китайская кухня, то попробуйте замариновать мясо в смеси из соевого соуса, сухого вина, чеснока, имбиря, перца и меда.
- В Австралии баранину рекомендуют замачивать на 5—6 часов в крепком чае, после чего мясо нужно проколоть вилкой в нескольких местах, промыть и замариновать мелко нарезанным луком.
- Рецепт из Греции: замаринуйте мясо в смеси гранатового сока и водки, в соотношении 4: 1.

- Еще одна смесь: сухое вино, тертые яблоки, сахарный песок, лук, соль, перец и немного растительного масла.
- Многие маринуют мясо в майонезе, исходя из расчета —200 г майонеза на 1 кг мяса.
- В качестве основы для маринада можно использовать обычный квас в сочетании с луком и медом.
- Готовая горчица смешивается с пивом и в этой смеси обваливается каждый кусочек мяса. Для вкуса можно добавить соль и перец. Выдерживать мясо в таком маринаде нужно в течение нескольких часов.
- Если есть такая возможность — замаринуйте мясо в соке облепихи с добавлением различных пряностей. Получится очень оригинальный оттенок вкуса.
- Некоторые наши соотечественники для маринада используют разбавленный водой соус «Чили».
- Естественно, отличный маринад получается из виноградного сока, лучше свежеотжатого.
- В Армении при приготовлении маринада для мяса используют много лука, укропа, кинзы и гвоздики и добавляют сок, цедру и мякоть одного лимона. Смесь заливают 1—2 ст. ложками коньяка и 1—2 ст. ложками виноградного уксуса.
- В некоторых рецептах мясо сначала вымачивается в чае, затем в лимоне или в майонезе. В общем — приготовление маринада дело творческое.
- В отдельных случаях можно мариновать мясо просто сухими смесями различных пряностей и трав.

Полезные рекомендации для маринования

Приготовив необходимые ингредиенты, смешайте все компоненты в банке с плотно закрывающейся крышкой. Хорошо потрясите, чтобы все перемешалось, и оставьте на некоторое время. Чем дольше маринад постоит, тем лучше в нем смешаются все ароматы. В идеале маринад готовится минимум за час до того, как вы замаринуете в нем мясо или рыбу. Большинство маринадов можно хранить в холодильнике до 1 месяца, при условии, что банка плотно закрыта.

Никогда не маринуйте мясо и рыбу в металлической или пластмассовой посуде. Старайтесь использовать только стеклянные или керамические емкости. Кислота при контакте с металлом может придать мясу забавный цвет и совершенно неожиданный вкус.

Обычно маринуют нарезанные куски мяса или рыбы. Но если вы хотите замариновать большой кусок, то полностью залейте его маринадом и переворачивайте, по крайней мере, 1 раз в час. Так как маринад проникает в мясо на глубину не больше, чем 1—1,5 см, то большой кусок лучше в нескольких местах наколоть шпиговочным ножом. Когда все продукты подготовлены, уложите мясо в посуду и залейте маринадом. Длительность маринования зависит от типа продукта.

Нежную рыбу (типа филе камбалы или форели), а также **молодых цыплят** мариновать надо не больше 1 часа. Если промариновать их дольше, то рыба просто расползется у нас в руках.

Куриные грудки без кожи маринуют 2 часа.

Телятину и постную свинину — от 2 до 4 часов.

Говядину можно мариновать в течение суток.

Для краткосрочного маринования (например, рыбы или цыпленка) можно оставить емкость с маринадом при комнатной температуре. Если маринование требует большего времени, то нужно поместить емкость в холодильник. Не забудьте накрыть посуду крышкой, чтобы весь холодильник не пропах маринадом.

Когда процесс маринования будет завершен, и вы приступите непосредственно к его приготовлению, то имейте в виду, что маринад смягчил мясо, и теперь для его приготовления времени понадобится меньше на четверть, а то и на треть.

Небольшое примечание для тех, кто решил использовать в маринаде сладкие компоненты — мед, сахар, патоку. Прежде чем залить мясо маринадом, натрите его смесью сухих трав, свежей зелени и соли.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Проще всего мариновать в полиэтиленовых пакетах. Просто соедините в них ингредиенты для маринада и мясо, птицу или рыбу. Завяжите пакет, выдавите из него лишний воздух и положите в холодильник. Если вы хотите мариновать в миске, то она должна быть сделана из стекла, керамики или нержавеющей стали, чтобы маринад не окислился.

ПОШАГОВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ МАРИНОВАНИЯ ШАШЛЫКА

- Ножом на жировом крае порционного куска, бифштекса или отбивной котлеты на расстоянии 2 см друг от друга сделать надрезы, чтобы при жаренье куски мяса не изгибались.

- Мясо лучше брать с прослойками жира, тогда оно останется сочным и приобретет аромат.
- Свежую зелень (шалфей, базилик, эстрагон розмарин и тимьян) вымыть, листочки отделить от стеблей.
- Крупно порубить 1 стручок перца чили и зубчик чеснока.
- 1 корень сельдерея нарезать кружками.
- Пряности и мясо положить в плоскую форму.
- Приготовленное мясо, свежую зелень и приправы залить таким количеством растительного масла, чтобы все было полностью покрыто.
- Форму накрыть крышкой и поставить в холодное место мариноваться, как минимум, на 2 часа, а лучше всего на сутки.
- Перед приготовлением вынуть мясо из маринада и обсушить, чтобы масло не капало на угли и не чадило.
- Загодя нагреть гриль или подготовить мангал.
- Если вы собираетесь жарить мясо на решетке, ее также нужно предварительно прогреть над углями.

ОРИГИНАЛЬНЫЕ РЕЦЕПТЫ МАРИНАДОВ

МАРИНАД С БЕЛЫМ ВИНОМ

200—250 мл белого сухого вина, 200—250 мл растительного масла, 1 морковь, 2 крупные луковицы, 1 долька чеснока, 0,5 лимона (или 250 мл уксуса), 1 небольшой пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, черный перец горошком.

Чеснок, лук, морковь нарезать кружочками. Мясо полить растительным маслом, предварительно положив в посуду, где оно будет мариноваться. Нарезанные овощи, лавровый лист, зелень петрушки и черный перец полить вином, затем соком лимона, оставить мариноваться от 2 ч до 2 суток.

ЭКСПРЕСС-МАРИНАД С ЗЕЛЕНЬЮ И ЛУКОМ

250 мл уксуса, 1 пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, 1 крупная репчатая луковица, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Мясо залить уксусом, добавить зелень петрушки, кусочки лаврового листа, кружочки лука, соль, черный молотый перец и мариновать 2 ч.

ЛИМОННО-ЧЕСНОЧНЫЙ МАРИНАД ДЛЯ ПТИЦЫ

4 ст. ложки растительного масла, сок одного лимона, 2 репчатые луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 1 долька чеснока, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Птицу смазать растительным маслом, полить соком лимона, покрыть кружочками чеснока и лука, зеленью петрушки, посыпать солью, черным молотым перцем, оставить мариноваться на 2—3 ч.

АРОМАТНЫЙ МАРИНАД С КОНЬЯКОМ И ЛИМОННЫМ СОКОМ

4—5 ст. ложек растительного масла, 1—2 ст. ложки лимонного сока, 2—3 ст. ложки коньяка, ароматическая смесь специй (например, «Травы Прованса»), кайенский перец — по вкусу.

Все ингредиенты смешать, мясо разложить на плоском блюде, смазать маринадом и оставить на 1 ч, один раз перевернуть.

МАРИНАД ДЛЯ МЯСА С ПЕТРУШКОЙ И СЕЛЬДЕРЕЕМ

200 мл уксуса (3%-ного), 50 г репчатого лука, 25 г моркови, 20 г петрушки, 20 г сельдерея, лавровый лист, черный молотый перец, соль, сахар — по вкусу.

Вскипятить воду с солью, сахаром, приправами, овощами и уксусом. Когда маринад остынет, залить им мясо.

МЯТНЫЙ МАРИНАД ДЛЯ СВИНИНЫ

4—5 ст. ложек растительного масла, 3—4 листочка мяты, 60 мл белого вина, 1 репчатая луковица, чесночный порошок (или 2—3 измельченные дольки чеснока), розмарин — по вкусу.

Смешать масло с нарубленными листиками свежей мяты, белым вином, измельченной луковицей, чесночным порошком и розмарином. Полученной смесью смазать мясо и оставить на ночь.

МАРИНАД С ПРЯНОСТЯМИ И КОРЕНЬЯМИ

На 1 л маринада: 500 мл воды, 500 мл уксуса (6%-ного), 12 горошин перца, 5 шт. гвоздики, 1 ч. ложка сахара, 1 лавровый лист, 0,5 корня петрушки, 1—2 репчатые луковицы, 0,5 корня сельдерея, 1 морковь, соль — по вкусу.

В кипящую воду положить нарезанные ломтики лука, моркови, петрушку, сельдерей, перец, лавровый лист, гвоздику, соль и сахар по вкусу и 15—20 мин варить на слабом огне в закрытой кастрюле. Затем влить уксус, дать закипеть и сразу охладить. Состав и количество кореньев в маринаде можно изменить. При отсутствии каких-либо кореньев, например, петрушки или сельдерея, можно положить больше моркови и лука.

МЯТНЫЙ МАРИНАД ДЛЯ ПТИЦЫ

4—5 ст. ложек растительного масла, 3—4 листочка мяты, 60 мл белого вина, 1 репчатая луковица, чесночный порошок (или 2—3 измельченные дольки чеснока), майоран, тимьян, молотый красный перец (острый и сладкий) — по вкусу.

Луковицу мелко нарезать, мяту нарубить, смешать с остальными ингредиентами, мариновать птицу только 1 час.

СТАНДАРТНЫЙ МИКС-МАРИНАД ДЛЯ МЯСА

1 стакан белого сухого вина, 0,5 стакана растительного масла, 1 морковь, 2 крупные репчатые луковицы, 1 долька чеснока, 0,5 лимона, 1 небольшой пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, черный перец горошком — по вкусу.

Мясо полить растительным маслом, предварительно положив в посуду, где оно будет мариноваться. Добавить овощи, нарезанные кружочками, лавровый лист,

зелень петрушки и черный перец, полить вином, затем соком лимона, оставить мариноваться от 2 часов до 2 суток.

МЕДОВО-ИМБИРНЫЙ МАРИНАД С СОЕВЫМ СОУСОМ ДЛЯ СВИНИНЫ И ГОВЯДИНЫ

1 ст. ложка меда, 80 мл соевого соуса, 1 ч. ложка кунжутного масла, 2 ч. ложки тертого имбиря, 2 дольки чеснока.

В миске соединить подогретый мед, соевый соус, кунжутное масло, тертый имбирь и измельченный чеснок.

АРОМАТНЫЙ МАРИНАД ДЛЯ РЫБЫ С ВИСКИ И ПРЯНОСТЯМИ

2 ст. ложки виски, 1 ст. ложка шерри, 2 ст. ложки соевого соуса, ароматические приправы, чеснок, черный молотый перец — по вкусу.

Все ингредиенты смешать, полученной смесью намазать рыбу и оставить мариноваться на 30 мин.

МАРИНАД С ЙОГУРТОМ И ЧЕСНОКОМ ДЛЯ МЯСА И ПТИЦЫ

125 мл йогурта без фруктовых добавок, 1 долька чеснока, 1 красный перец или 0,5 ч. ложки сладкой паприки, 2 ч. ложки свежей мяты.

Чеснок очистить, раздавить, мелко нарезать мяту. К йогурту добавить чеснок, или сладкую паприку и свежую мяту.

МАРИНАД С ГРЕЙПФРУТОВЫМ СОКОМ, ВИНОМ И «КАРРИ»

2 стакана грейпфрутового сока, 0,5 стакана белого сухого вина, 0,5 стакана лимонного сока, 2 ч. ложки приправы «Карри», соль, черный молотый перец — по вкусу.

Смешать в миксере соль, черный молотый перец и карри, влить грейпфрутовый сок, белое сухое вино, лимонный сок и размешать. Замариновать мясо, следя, чтобы специи распределились равномерно.

Рекомендуется для барбекю из телятины и птицы.

МАРИНАД ДЛЯ ШАШЛЫКОВ С ПРЯНОСТЯМИ И КОРЕНЬЯМИ

На 1 л маринада: 2 стакана воды, 2 стакана уксуса (6%-го), 12 горошин черного перца, 5 шт. гвоздики, 1 ч. ложка сахара, 1 лавровый лист, 0,25 корня петрушки, 1—2 репчатые луковицы, 0,5 корня сельдерея, 1 морковь, соль — по вкусу.

В кипящую воду положить нарезанные ломтики лука, моркови, петрушку, сельдерей, перец горошком, лавровый лист, гвоздику, соль и сахар по вкусу и 15—20 мин варить на слабом огне в закрытой кастрюле. Затем влить уксус, дать закипеть и сразу охладить.

Состав и количество кореньев в маринаде можно изменить. При отсутствии каких-либо кореньев, например, петрушки или сельдерея, можно положить больше моркови.

МАРИНАД С МЕДОМ, БЕЛЫМ ВИНОМ И СОЕВЫМ СОУСОМ

0,5 стакана меда, 125 мл белого вина, 60 мл соевого соуса, 60 мл растительного масла, 2 растолченных зубчика чеснока, специи — по вкусу.

Этот маринад идеален для свинины. При желании в него можно добавить еще 2 ч. ложки кунжутного масла.

МАРИНАД С ВИНОМ, МОРКОВНЫМ И ЛИМОННЫМ СОКОМ

1 стакан морковного сока, 1 стакан лимонного сока, 1 стакан белого сухого вина, 2 веточки эстрагона, 1 ч. ложка куркумы, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Смешать морковный и лимонный соки, влить белое сухое вино, добавить измельченные веточки эстрагона, куркуму, соль, красный молотый перец и еще раз перемешать.

Рекомендуется для барбекю из птицы, свинины, баранины и телятины.

МАРИНАД С АНАНАСОВЫМ СОКОМ И БЕЛЫМ ВИНОМ

3 стакана ананасового сока, 1 стакан белого вина, 1 ч. ложка черного молотого перца.

Смешать все ингредиенты и замариновать в готовом маринаде мясо, периодически его перемешивая или переворачивая. Рекомендуется для барбекю из молодой птицы и свинины.

МАРИНАД С ЛИМОННЫМ СОКОМ И МАЙОРАНОМ

0,5 стакана лимонного сока, 0,5 стакана воды, 1 крупная репчатая луковица, 1 ст. ложка сушеного измельченного майорана, 2 ст. ложки измельченной зелени укропа, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Лук очистить, вымыть и мелко нашинковать. Смешать в миксере лук, сушеный измельченный майоран, соль, перец и зелень укропа, развести лимонным соком, водой и размешать. Замариновать мясо, следя, чтобы специи и зелень распределились равномерно. Рекомендуется для барбекю из субпродуктов.

МАРИНАД С КОНЬЯКОМ, ГОРЧИЦЕЙ И ЛИМОННЫМ СОКОМ

9 ст. ложек растительного масла, 5 ст. ложек горчицы, 5 ст. ложек лимонного сока, 4 ст. ложки коньяка, 2 ст. ложки измельченной зелени эстрагона, соль, сахар — по вкусу.

Соединить растительное масло, горчицу, лимонный сок, коньяк и тщательно перемешать до образования однородной массы. Добавить измельченную зелень эстрагона, соль, сахар и еще раз перемешать. Маринад рассчитан на 800—900 г мяса.

Рекомендуется для барбекю из баранины.

АРОМАТНЫЙ МАРИНАД С ПРЯНОЙ СМЕСЬЮ ТРАВ И ЛИМОННЫМ СОКОМ

1 ч. ложка молотой корицы, 1 ст. ложка молотой гвоздики, 1 ст. ложка молотого имбиря, 1 ст. ложка горчицы, 1 ч. ложка кардамона, 1 ст. ложка молотого кориандра, 1 ст. ложка куркумы, 1 ч. ложка тмина, сок 3—4 лимонов, соль — по вкусу.

Все специи и соль смешать в миксере, влить лимонный сок и размешать. Рекомендуется для барбекю из птицы, телятины и свинины.

МАРИНАД С ЯБЛОЧНЫМ СОКОМ, ВИНОМ И КИНЗОЙ

2 стакана яблочного сока, 1 стакан белого десертного вина, 1 пучок кинзы, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Листья кинзы мелко нарезать и растереть с солью и красным молотым перцем. Развести смесью яблочного сока и белого десертного вина и размешать.

Рекомендуется для барбекю из любых видов мяса (особенно из телятины, курицы и индейки).

ВОСТОЧНЫЙ МАРИНАД С ВИШНЕВЫМ ЛИКЕРОМ

1 зубчик чеснока, 1—2 стакана соевого соуса, 1 ч. ложка молотого имбиря, 2—3 ст. ложки вишневого ликера, сок из одной банки консервированных ананасов, соль — по вкусу.

Смешать сок от консервированных ананасов, соевый соус и вишневый ликер, добавить молотый имбирь, соль и раздавленный чеснок. Тщательно перемешать и замариновать в этой смеси мясо.

Рекомендуется для барбекю из птицы, свинины и телятины.

МАРИНАД С АРАХИСОВЫМ МАСЛОМ

4 ст. ложки арахисового масла, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка красного молотого перца, сок двух лимонов, соль — по вкусу.

Смешать лимонный сок, растительное масло, зелень петрушки, перец, соль и замариновать в этой смеси мясо.

Рекомендуется для барбекю из телятины, индейки и зайчатины.

МАРИНАД С СУХОЙ ГОРЧИЦЕЙ И ЧЕСНОКОМ

3 ст. ложки сухой горчицы, 2 ст. ложки уксуса, настоянного на эстрагоне, 250 г растительного масла, 4 зубчика чеснока, 1 ч. ложка молотой паприки, 1 ч. ложка сушеного майорана, 1 ч. ложка мелко нарезанного базилика.

Сухую горчицу, уксус, настоянный на эстрагоне, и растительное масло смешать в посуде. Чеснок пропустить через пресс и добавить в смесь. Туда же всыпать майоран, молотую паприку и мелко нарезанный свежий базилик. Все хорошо перемешать и дать настояться 1—2 часа.

Рекомендуется для баранины.

МАРИНАД ГРАНАТОВЫЙ

4 крупных граната, 1 ч. ложка измельченной зелени майорана, соль — по вкусу.

Гранаты разрезать, вынуть зерна и выдавить из них сок. Смешать сок с майораном, солью и замариновать в этой смеси мясо.

Рекомендуется для барбекю из птицы, баранины и свинины.

ЗЕЛЕНЫЙ МАРИНАД

1 пучок мелиссы, 1 пучок кинзы, 3—4 листа кресс-салата, 2 головки репчатого лука, 150 г арахисового масла, 1 ст. ложка каперсов, 1 стручок перца, 0,25 ч. ложки молотого тимьяна, соль, сахар — по вкусу.

Тщательно вымытую зелень мелиссы и кинзы, просушить, слегка посолить и мелко нарезать. Кресс-салат также мелко порезать. Лук репчатый нарезать и выдавить через чесночный пресс. Все залить соленым арахисовым маслом. Добавить сок лимона и тщательно перемешать. Рекомендуется для рыбы и овощей.

МАРИНАД ДЛЯ ГУРМАНОВ СО СЛИВКАМИ И МАДЕРОЙ

1 стакан сливок, 1 стакан мадеры, 2 веточки эстрагона, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Сливки слегка взбить и, постоянно размешивая, влить стакан мадеры, добавить веточки эстрагона, соль и красный молотый перец. Для данного маринада желательно брать густые сливки.

Рекомендуется для барбекю из печени, телятины и птицы.

МАРИНАД ИЗ КВАСА ПО-СТАРОСЛАВЯНСКИ

1 стакан хлебного кваса, 0,5 стакана лимонного сока, 0,5 стакана вина, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Смешать квас, лимонный сок и вино, добавить соль и черный молотый перец. Размешать. Рекомендуется для барбекю из свинины.

МАРИНАД ИЗ КРАСНОГО ВИНА С ЭСТРАГОНОМ

1 л красного десертного вина, 1 ч. ложка измельченного эстрагона, 1 лавровый лист, цедра двух лимонов, соль — по вкусу.

Свежую цедру лимонов вымыть и натереть на мелкой терке, влить вино, добавить измельченный эстрагон, соль, лавровый лист и перемешать.

Рекомендуется для барбекю из любых видов мяса.

МАРИНАД С ТМИНОМ, КУРКУМОЙ И ЙОГУРТОМ

250 г сливочного йогурта, 5 ст. ложек растительного масла, 1 ч. ложка тмина, 0,25 ложки куркумы, 1 ч. ложка порошка «Карри», 0,25 ч. ложки черного молотого перца, измельченная палочка свежего имбиря.

Смешать сливочный йогурт с растительным маслом. Затем добавить порошок «Карри», тмин, молотую куркуму, черный молотый перец, измельченную палочку свежего имбиря и тщательно перемешать. Рекомендуется для птицы и баранины.

МАРИНАД С ВИННЫМ УКСУСОМ И ПЕРЦЕМ ЧИЛИ

250 г растительного масла, 5 ст. ложек винного уксуса, 2 головки репчатого лука, 1 пучок зеленого лука, 1 стручок перца чили.

Растительное масло смешать миксером с винным уксусом. Репчатый лук мелко нарезать. Перья зеленого лука нарезать крупно. Горький стручковый перец чили очистить от зерен и нарезать кружками. Сложить все составляющие в посуду, залить сок одного лимона и перемешать миксером.

КОРОЛЕВСКИЙ МАРИНАД

0,5 стакана лимонного сока, 1 стакан коньяка, 1 небольшая репчатая луковица, 1 пучок зелени кинзы, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Лук очистить, вымыть и мелко нашинковать. Зелень кинзы вымыть и тонко порубить. Смешать лук, кинзу и перемешать с солью и красным молотым перцем. Затем влить лимонный сок, коньяк и тщательно размешать.

Рекомендуется для барбекю из любых видов мяса.

МАРИНАД С ТОМАТНЫМ СОКОМ, КОНЬЯКОМ И ГВОЗДИКОЙ

1 стакан коньяка, 1 стакан томатного сока, 0,25 ч. ложки молотой гвоздики, 1 ст. ложка измельченной зелени кинзы, 1 ч. ложка душистого перца, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Смешать в миксере молотую гвоздику, измельченную зелень кинзы, душистый и красный молотый перец и соль. Развести смесью коньяка и томатного сока, размешать.

Рекомендуется для барбекю из птицы, телятины, свинины и баранины.

ЛИМОННЫЙ МАРИНАД

1 стакан воды, сок 4 лимонов, 2 веточки свежего эстрагона (или 1 ч. ложка сухого эстрагона), соль — по вкусу.

Смешать лимонный сок, воду, соль, эстрагон и замариновать в этой смеси мясо. Рекомендуется для барбекю из птицы и свинины.

МАРИНАД НА БЕЛОМ ВИНЕ С КАПЕРСАМИ

3 ст. ложки белого винного уксуса, 1 стакан белого сухого вина, 0,5 стакана кипяченой воды, 3 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка каперсов, 1 стручок перца, 0,25 ч. ложки молотого тимьяна, соль, сахар — по вкусу.

Белый винный уксус смешать с белым сухим вином, добавить кипяченую воду, соль и сахар по вкусу, оливковое масло. Нагреть, не доводя до кипения. Добавить каперсы (можно заменить мелко нарезанным маринованным огурцом), перец, тимьян. Остудить и дать настояться 10—12 часов. Рекомендуется для птицы и рыбы.

МАРИНАД НА КРАСНОМ ВИНЕ С СУХОЙ ГОРЧИЦЕЙ И РОЗМАРИНОМ

0,5 ст. ложки красного винного уксуса, 1 стакан красного вина, 0,25 ч. ложки сухой горчицы, 1 головка репчатого лука, 2 шт. лаврового листа, 0,5 ч. ложки молотой гвоздики, 0,5 ч. ложки розмарина, сахар — по вкусу.

Красный винный уксус смешать с красным вином и добавить сахар по вкусу. Добавить сухую горчицу и размешать. Репчатый лук нарезать кольцами и уложить в посуду, залить подготовленной смесью, добавить лавровый лист, гвоздику, розмарин, довести до кипения и остудить.

Рекомендуется для говядины и дичи.

МАРИНАД С БАЗИЛИКОМ, ТИМЬЯНОМ И МАЙОРАНОМ

2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка смеси майорана, базилика и тимьяна.

Чеснок пропустить через чесночный пресс. Репчатый лук очень мелко нарезать. Затем все тщательно перемешать с растительным маслом, сухой смесью майорана, базилика и тимьяна. Немного нагреть и дать остыть.

Используется как подливка к мясным и овощным блюдам.

МАРИНАД С ЙОГУРТОМ, ИМБИРЕМ И КУРКУМОЙ

2 стакана йогурта, 0,5 ч. ложки молотого имбиря, 3 шт. гвоздики, 0,5 ч. ложки куркумы, соль — по вкусу.

Соединить молотый имбирь, гвоздику, куркуму и соль. Влить йогурт и хорошо размешать (йогурт можно заменить кислым молоком).

Рекомендуется для барбекю из баранины и свинины.

МАРИНАД С ПИВОМ И УКСУСОМ

1 стакан воды, 0,5 стакана уксуса, 1 бутылка пива, 2 репчатые луковицы, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Смешать нарезанный кольцами лук, соль и красный молотый перец, влить воду, и уксус и замариновать мясо. За 1 час до окончания маринования влить бутылку пива и все размешать.

Рекомендуется для барбекю из свинины, баранины и телятины.

ОГНЕННЫЙ МАРИНАД С БАЛЬЗАМОМ

120 г оливкового масла, 5 ст. ложек бальзама на травах, 120 г красного сухого вина, 4 стручка горького зеленого перца, 6 зубчиков чеснока.

Оливковое масло, бальзам, красное вино смешать. Стручки горького свежего перца мелко нарезать. Чеснок пропустить через чесночный пресс. Все смешать, нагреть, не доводя до кипения, охладить.

Рекомендуется для рыбы и мяса.

МАРИНАД С КРАСНЫМ ВИНОМ, СЕЛЬДЕРЕЕМ И ГОРЧИЦЕЙ

2 ст. ложки красного вина, 4 ст. ложки уксуса, 1,5 ст. ложки горчицы, 1 ст. ложка душистого перца горошком, 2 лавровых листа, 1 пучок зелени петрушки, 1 ст. ложка измельченных листьев сельдерея, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Прокипятить красное вино с душистым перцем горошком, лавровыми листками, измельченными листьями сельдерея и солью в течении 5 мин. Затем влить уксус и сразу же снять с огня. Добавить горчицу, мелко порубленную зелень петрушки, черный молотый перец и тщательно перемешать. Маринад рассчитан на 600 г мяса.

Рекомендуется для барбекю из телятины, баранины и зайчатины.

МАРИНАД С УКСУСОМ И КИНЗОЙ

1 стакан 9%-ного уксуса, 2 стакана воды, 2 лавровых листа, 2 ст. ложки измельченной зелени кинзы, соль — по вкусу.

Соединить уксус и воду, добавить лавровые листки, соль, измельченную зелень кинзы и размешать.

Рекомендуется для барбекю из дичи и голубей.

МАРИНАД СО СМЕТАНОЙ, ВИНОМ И ЗЕЛЕНЬЮ

1 стакан белого столового вина, 1 стакан сметаны, 1 ч. ложка измельченного майорана, 1 крупная репчатая луковица, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Лук очистить, вымыть и тонко нашинковать, добавить измельченный майоран, соль, черный молотый перец, мелко порезанную зелень петрушки и тщательно перемешать. Влить смесь белого столового вина и сметаны и еще раз перемешать.

Рекомендуется для барбекю из птицы, свинины, баранины и зайчатины.

ТОМАТНО-ЯБЛОЧНЫЙ МАРИНАД

3 стакана томатного сока, 1 стакан яблочного уксуса, 3 ст. ложки соли, 2 репчатые луковицы, 1 ст. ложка молотого имбиря, 1 ч. ложка красного молотого перца, 1 лавровый лист, 1 ч. ложка куркумы.

Смешать в миксере молотый имбирь, красный молотый перец, куркуму, соль, мелко нарезанную луковицу и лавровый лист. Влить томатный сок, яблочный уксус и тщательно размешать.

Рекомендуется для барбекю из баранины, свинины и телятины.

ТЕХАССКИЙ МАРИНАД С УКСУСОМ И КОРЕНЬЯМИ

2 стакана воды, 2 стакана уксуса, 3 корня петрушки, 1 морковь, 1 ст. ложка измельченного корня сельдерея, 1 лавровый лист, 2 ст. ложки черного перца горошком, соль — по вкусу.

Морковь очистить, вымыть и натереть на терке с мелкими отверстиями. Лук очистить и тонко нашинковать. Закипятить воду, положить в нее морковь, лук, измельченные корни петрушки и сельдерея, лавровый лист, черный перец горошком и прокипятить 7—10 мин. Затем посолить, влить уксус и снять с плиты. Готовый маринад остудить и процедить.

Рекомендуется для барбекю.

МАРИНАД «НА СКОРУЮ РУКУ»

1,5 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка соли, 0,25 ч. ложки черного молотого перца, 1 ст. ложка лимонной кислоты, 2 лавровых листа, 1 л воды.

Растворить в воде лимонную кислоту, соль и сахар, добавить молотый перец, лавровые листки и размешать.

Рекомендуется для барбекю из любых видов мяса.

ФРАНЦУЗСКИЙ МАРИНАД

1 стакан воды, 2 ст. ложки растительного масла, 1 морковь, 1 репчатая луковица, 1 ст. ложка измельченного корня сельдерея, 1 ст. ложка душистого перца горошком, сок двух лимонов, соль, зелень кинзы — по вкусу.

Лук и морковь очистить, вымыть и тонко нашинковать. Воду довести до кипения и добавить морковь, лук, измельченный корень сельдерея, душистый перец горошком и соль. Кипятить на слабом огне до тех пор, пока морковь не станет мягкой. Затем влить лимонный сок и сразу же снять с огня. Влить растительное мало, добавить зелень кинзы и размешать. Готовый маринад охладить и процедить. Мясо залить маринадом, перемешать и засыпать сверху измельченным луком и зеленью петрушки и укропа.

Рекомендуется для барбекю из зайчатины.

МАРИНАД С ЯБЛОЧНЫМ СОКОМ И БРЕНДИ

2 стакана яблочного сока, 1 стакан бренди (можно заменить вином), 3 ст. ложки измельченной зелени майорана, 1 репчатая луковица, 1 лавровый лист, 5 горошин черного перца, 1 ч. ложка куркумы, соль — по вкусу.

Смешать яблочный сок и бренди, добавить мелко нарезанную луковицу, измельченную зелень майорана, лавровый лист, черный перец горошком, соль, куркуму и размешать.

Рекомендуется для барбекю из птицы, телятины, свинины и зайчатины.

ТРАДИЦИОННЫЙ МАРИНАД

1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка сахара, 2 лавровых листа, 0,25 ч. ложки черного молотого перца, 2 стакана 3%-ного уксуса, 2 стакана воды.

Смешать воду и уксус, добавить соль, сахар, лавровые листки, черный молотый перец и тщательно размешать, чтобы соль и сахар растворились.

Рекомендуется для барбекю из любых видов мяса.

МАРИНАД С МОЖЖЕВЕЛОВЫМИ ЯГОДАМИ И ВИННЫМ УКСУСОМ

1 стакан воды, 0,5 стакана винного уксуса, 12 можжевеловых ягод, 1 ч. ложка кориандра, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Смешать воду и винный уксус, добавить раздавленные можжевеловые ягоды, кориандр, соль и черный молотый перец. Все хорошо перемешать.

Рекомендуется для барбекю из любых видов мяса.

УКРАИНСКИЙ МАРИНАД СО СМЕТАНОЙ, ХРЕНОМ И ГОРЧИЦЕЙ

2 стакана сметаны, 1 ст. ложка тертого корня хрена, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка готовой горчицы, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Смешать в миксере тертый корень хрена, измельченную зелень петрушки, соль и красный молотый перец. Соединить сметану, горчицу и растереть до образования однородной массы, добавить смесь из хрена и тщательно размешать.

Рекомендуется для барбекю из свинины, баранины, индейки и зайчатины.

МАРИНАД С АЛЫЧОЙ И КУРКУМОЙ

2 стакана алычовой пасты, 1 стакан вина (для белой алычи — белого, для красной алычи — красного), 2 веточки эстрагона, 1 ч. ложка куркумы, 1 стручок острого перца, соль — по вкусу.

Алычовую пасту развести вином и хорошо перемешать до образования однородной массы. Добавить веточки эстрагона, куркуму, соль, измельченный острый болгарский перец и размешать.

Рекомендуется для барбекю из любых видов мяса, кроме птицы

МАРИНАД С ПРЯНЫМИ ТРАВАМИ И МОРСКОЙ СОЛЬЮ

300 мл оливкового масла, 1 ч. ложка семян зиры, 1 ч. ложка семян кориандра, 1 ч. ложка семян тмина, 2 сушеных чили, 2 зубчика чеснока (очищенных и измельченных), 0,5 ч. ложки морской соли, немного растертых листьев сушеной мяты.

В ступке растереть все сушеные компоненты. Добавить оливковое масло и чеснок. Залить в бутылку и дать настояться.

МАРИНАД ДЛЯ РЫБЫ

Взять розмарин, душицу, лавровый лист, тимьян, укроп и чуть-чуть оливкового масла, все соединить и тщательно смешать.

МАРИНАД С ЯБЛОЧНЫМ УКСУСОМ И РОЗМАРИНОМ

600 мл яблочного уксуса, 1 ст. ложка смешанного перца горошком (белого, черного, зеленого), 2 неочищенные дольки чеснока, 2 веточки свежего розмарина.

Перец обжарить на сковороде без масла до тех пор, пока он не начнет лопаться. Добавить уксус и довести до кипения.

Перелить смесь в бутылку и дать остыть, после чего добавить чеснок, проколотый спицей, и веточки розмарина. Бутылку плотно закрыть и оставить настаиваться на 10 дней. Уксус периодически необходимо взбалтывать.

МАРИНАД С ЧЕСНОКОМ, МЕДОМ И ПАПРИКОЙ ДЛЯ ГРИЛЯ

8 ст. ложек уксуса, 8 ст. ложек меда, 2 репчатые луковицы (мелко порезанные), 4 ч. ложки душицы, 4 зубчика чеснока, 4 ч. ложки паприки, 125 мл растительного масла, соус «Табаско», соль — по вкусу.

Все ингредиенты соединить и тщательно смешать.

МАРИНАД С БАЛЬЗАМИЧЕСКИМ УКСУСОМ ДЛЯ КУРИЦЫ

80 мл бальзамического уксуса, 60 мл лимонного сока, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 измельченных зубчика чеснока, 2 ч. ложки нарезанного свежего тимьяна, 3 ч. ложки коричневого сахара.

Соединить все ингредиенты в глубокой емкости и тщательно смешать.

МЕДОВО-СОЕВЫЙ МАРИНАД ДЛЯ СВИНИНЫ, ГОВЯДИНЫ И КУРИЦЫ

1 ст. ложка подогретого меда, 1 ч. ложка кунжутного масла, 70 мл соевого соуса, 2 измельченных зубчика чеснока, 2 ч. ложки тертого имбиря.

Соединить все ингредиенты в глубокой емкости и тщательно смешать.

МАРИНАД ДЛЯ МЯСА ЛОСЯ, КАБАНА И ОЛЕНЯ

На 1 кг мяса: 0,5 л воды, 0,5 л 3%-го уксуса, 10 г соли, 5 г сахара, черный перец горошком, лавровый лист, гвоздика, ягоды можжевельника — по вкусу.

Проварить в воде специи 8—10 мин, добавить соль, сахар, уксус, дать закипеть, затем процедить и охладить. Мясо дичи залить маринадом на 2-3 дня и поставить в холодное место.

МАРИНАД С ЙОГУРТОМ ДЛЯ БАРАНИНЫ ИЛИ КУРИЦЫ

125 мл сухого красного вина, 2 ч. ложки дижонской горчицы, 0,5 ч. ложки порезанного свежего тимьяна, 1 измельченный зубчик чеснока.

Соединить все ингредиенты в глубокой емкости и тщательно смешать. Подходит для всех видов мяса.

МАРИНАД С КРАСНЫМ ВИНОМ ДЛЯ ВСЕХ ВИДОВ МЯСА

125 мл сухого красного вина, 2 ч. ложки дижонской горчицы, 0,5 ч. ложки нарезанного свежего тимьяна, 1 измельченный зубчик чеснока.

Соединить все ингредиенты в глубокой емкости и тщательно смешать.

ЙОГУРТОВЫЙ МАРИНАД С ПАПРИКОЙ ДЛЯ БАРАНИНЫ И КУРИЦЫ

125 мл йогурта без фруктовых добавок, 1 маленький красный перец чили (без семечек, мелко порезанный), 0,5 ч. ложки сладкой паприки, 2 ч. ложки нарезанной свежей мяты, 1 измельченный зубчик чеснока.

Соединить все ингредиенты в глубокой емкости и тщательно смешать.

МАРИНАД ДЛЯ МЯСА ДИЧИ МОЛОДЫХ ЖИВОТНЫХ

На 1 кг мяса: 0,5 л красного сухого вина, 0,25 стакана уксуса, соль, сахар, черный перец горошком, лавровый лист, гвоздика, ягоды можжевельника, лимонные корки, растительное масло — по вкусу.

Мясо натереть смесью измельченных специй, заложить в эмалированную миску, залить вином, в которое предварительно добавлены растительное масло, уксус, соль,

сахар. Поставить в холодное место на 1—2 дня. После маринования нашпиговать мясо салом и чесноком, затем жарить.

МАРИНАД С УКСУСОМ, МЕДОМ И СОУСОМ «ТАБАСКО»

8 ст. ложек уксуса, 8 ст. ложек меда, 2 репчатые луковицы (мелко порезанные), 4 ч. ложки душицы, 4 зубчика чеснока, 4 ч. ложки паприки, 125 мл растительного масла, соус «Табаско», соль — по вкусу.

Соединить все ингредиенты в глубокой емкости и тщательно смешать.

МАРИНАД «СРЕДИЗЕМНОМОРСКИЙ» ДЛЯ КУРИЦЫ, СВИНИНЫ, РЫБЫ, МОРЕПРОДУКТОВ

6 ст. ложек оливкового масла, 15 г нарезанной петрушки, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 ч. ложка нарезанного тимьяна, 1 измельченный зубчик чеснока.

Все компоненты сложить в емкость с закручивающейся крышкой, приправить по вкусу солью и встряхнуть.

Мясо или рыбу, нарезанные порционно, выложить на блюдо, полить маринадом и тщательно перемешать. Затем накрыть крышкой и поставить в холодильник на 4 часа, время от времени перемешивая.

МАРИНАД ДЛЯ КРУПНОЙ ДИЧИ

1 стакан крепкого столового уксуса, 2 стакана воды, по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 морковь, 1 репчатая луковица, 12 зерен душистого перца, 6 лавровых листьев, 6 бутонов гвоздики, 3 капсулы кардамона, 0,5 головки чеснока.

Коренья и лук мелко нашинковать, смешать с пряностями (кроме чеснока), залить уксусом и водой, вскипятить. Снять маринад с огня, всыпать в него мелко нарезанный чеснок и залить горячим маринадом подготовленное мясо крупной старой дичи. Для молодой дичи можно использовать этот же маринад в холодном виде.

ГОРЯЧИЙ МАРИНАД ДЛЯ МЯСА ДИЧИ

2 л воды, 2 ч. ложки соли, 2 лавровых листа, 2—3 гвоздики, 0,5 толченого мускатного ореха, 3 корня петрушки, 2—3 репчатые луковицы, 2—3 моркови, 5—6 долек чеснока, 0,5 стакана столового или виноградного уксуса.

Соль растворить в кипящей воде, добавить пряности, кружочки корня петрушки и проварить 3—5 мин. Затем добавить нарезанный кольцами лук, нашинкованную соломкой морковь, чеснок, влить уксус, прогреть до кипения, слегка охладить, залить мясо горячим маринадом. Посуду с мясом накрыть крышкой и укутать, чтобы сохранить аромат маринада.

МАРИНАД ДЛЯ ДИЧИ СРЕДНЕЙ ВЕЛИЧИНЫ

2 стакана крутого кипятка, 0,5 ч. ложки кристаллов лимонной кислоты, 2 полные ч. ложки соли, 1 ст. ложка сухой мяты, 1 ст. ложка измельченных ягод можжевельника, 5—6 бутонов гвоздики, 1 горсть измельченных веточек майорана, 6 зерен душистого перца, 1 репчатая луковица, 0,5 головки чеснока.

Все пряности, кроме чеснока, поместить в марлевый мешочек. Лук мелко нарезать, залить вместе с пряностями крутым кипятком и слегка проварить. В очень горячий маринад добавить нарезанный чеснок, всыпать лимонную кислоту и дать настояться под крышкой, пока он полностью не остынет. Готовый маринад использовать для заливки дичи, хорошо охладив его в холодильнике или на льду.

МАРИНАД ДЛЯ ДИЧИ ПО-СТАРОРУССКИ

750 мл уксуса, 2 ст. ложки соли, по 2 корня сельдерея, петрушки и моркови, 1 средняя репчатая луковица, 1 горсть горошин черного перца, 1 горсть размятых листьев лаврового листа, мускатный орех, гвоздика, кардамон, чеснок — по вкусу.

Коренья мелко нашинковать, залить уксусом, добавить пряности и соль, вскипятить, охладить и использовать для маринования мяса дичи. Можно приготовить такой же маринад, добавив к выше названным продуктам 3 стакана воды и взяв

до двух третей стакана соли. Этот маринад можно использовать и для маринования мелкой дичи.

МАРИНАД К БАРАНИНЕ ИЛИ СВИНИНЕ

Нарезать репчатый лук в следующем соотношении: на 1 кг мяса 2 кг лука. Необходимо, чтобы лук был сочный. Затем лук и мясо тщательно перемешать, поперчить и посолить по вкусу и добавить лавровый лист.

В маринад можно влить немного кислого вина или натурального гранатового сока. Это делают в том случае, если мясо жестковато. Кислота сока или вина помогает мясу хорошо замариноваться. Маринад готов. Теперь мясу нужно дать хорошо настояться в прохладном месте примерно 5—8 часов.

ХОЛОДНЫЙ МАРИНАД С СУХИМ ВИНОМ

0,75 л красного или белого сухого вина, 0,5 стакана виноградного уксуса, 2—3 моркови, 2—3 нарезанные репчатые луковицы, 2 бутона гвоздики, 2 лавровых листа, 3 дольки чеснока, по 0,5 ч. ложки тмина и молотого душистого перца, соль — по вкусу.

Маринад держать на слабом огне до выварывания жидкости на одну треть объема, затем охладить и залить им мясо дичи.

МАРИНАД С МУСКАТНЫМ ОРЕХОМ И ЛИМОНОМ ДЛЯ СВИНИНЫ

На 2 кг свинины:3 крупные репчатые луковицы, 1 лимон, соль, черный молотый перец, тертый мускатный орех — по вкусу.

Лимон выжать в стакан, затем почти до половины стакана долить водой. В эмалированную посуду положить слой мяса, посыпать солью, перцем и тертым мускатным орехом, можно взять и по щепотке других специй.

Затем посыпать мясо слоем лука, порезанного колечками, и залить лимонным соком. Снова положить слой мяса. И так продолжать, пока не закончится мясо.

Закрыть кастрюлю крышкой и поставить на ночь в холодильник.

ХОЛОДНЫЙ ЧЕСНОЧНЫЙ МАРИНАД

1 л красного вина, 1 л воды, 250 мл уксуса, 50 г соли, 1 морковь, 0,25 корня сельдерея, 2—3 головки чеснока, 2 лавровых листа, 10—15 горошин черного перца, 10—15 горошин душистого перца.

Очищенный и мелко нашинкованные овощи залить вином, водой и уксусом, прибавить соль и приправы для аромата (кроме чеснока), проварить на слабом огне 10—15 мин, снять с огня, добавить мелко нарезанный чеснок и хорошо охладить.

МАРИНАД ДЛЯ ДИЧИ ПО-ВЕНГЕРСКИ

2 л горячей воды, 300 г уксуса, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1—2 лавровых листа, 10—12 горошин черного перца, 0,5 лимона, 1 ч. ложка соли, 1 крупная репчатая луковица.

Коренья, лук и лимон нарезать кружочками, залить горячей водой, добавить соль, специи и прокипятить. Уменьшить огонь, добавить в маринад уксус, слегка прогреть до закипания. Горячим маринадом можно залить мясо крупной или средней дичи.

Глава 6

Шашлычный этикет

ЭКСКУРС В ИСТОРИЮ

Шашлык, бесспорно, самое первое блюдо, которое человек научился готовить. Наши предки еще в древние времена научились готовить пищу на огне и углях. Но вряд ли у них было время и желание долго колдовать над убитым мамонтом, конем или медведем, чтобы придать мясу животного какой-нибудь необыкновенный вкус. Сотни веков спустя на шомполах от мушкетов и пищалей жарили в старину мясо охотники и солдаты. Но, все-таки принято считать, что родина этого блюда — Восток: Иран, Ирак, Ливан, Кавказ...

Возможно именно благодаря восточным традициям приготовления мяса это блюдо и получилось такое ароматное и сочное.

Сейчас шашлыком называют практически любое мясо, приготовленное на углях. А ведь шашлык — это не просто жареное мясо, это целый ритуал со своими правилами и запретами.

Кстати, само слово «шашлык» в русском языке оказалось и вовсе случайно. Это искаженное крымско-татарское слово «шиш» — «вертел», «шишлык» — «что-то на вертеле». В России такое мясо называли «верченым» — переворачиваемым на вертеле. В Армении шашлык называют «хоровац», а в Азербайджане — «кебаб», в Турции — «шиш-кебаб».

На западе мясо готовят на решетке.

В некоторых районах Африки местные аборигены делают шашлык из ливера.

В Грузии для самых дорогих гостей делают «мцвади» на сухой виноградной лозе.

Маленькие кусочки мяса на шампурах распространены и в Юго-Восточной Азии: Таиланде, Малайзии, Индонезии, — называются они *satay*.

Два основных преимущества шашлыка остались неизменными по сей день: во-первых, неповторимый вкус и аромат дыма; а, во-вторых — сам ритуал, процесс приготовления на природе и свежем воздухе. На сегодняшний день говоришь — шашлык, подразумеваешь праздник или пикник на свежем воздухе в кругу семьи или в компании с друзьями.

ПОЛЕЗНЫЕ СВЕДЕНИЯ О МАНГАЛЕ И ТЕХНОЛОГИИ СБРЫЗГИВАНИЯ ШАШЛЫКОВ

Принципиальное отличие шашлыка от всех остальных способов обработки мяса заключается в его особой тепловой обработке. Он томится в переполняющем его жарком соку, закованный в золотистую корочку, как юноша томится в соку собственных желаний. Таким образом, шашлык не жарится, а запекается.

Любой, кто хоть однажды попробовал сделать шашлык на открытом пламени убеждался, что результат этого опыта весьма печален. Либо мясо наполовину сгорает, либо, сохранив внешнюю привлекательность, остается абсолютно сырым внутри. Жар углей! Никаких, даже самых малых языков пламени!

Мясо должно быть подвержено нагреву только от инфракрасного излучения, то есть, от жара раскаленных углей. Только тогда при определенном расстоянии углей от мяса будет достигнута нормальная температура для запекания. Если к тепловому излучению прибавится теплота конвенционного нагрева (горячий газ от горения дерева — он настольно горячий, что становится видимым — языки пламени), то поверхность мяса обуглится, но внутрь куска тепло не успеет дойти и мясо останется сырым.

Искусство мастера состоит в том, чтобы путем манипуляций с топливом и положением шампуров на мангале добиться постоянной и нужной температуры на поверхности мяса, когда кусочки шашлыка покроются корочкой, но не сгорят, в то же время температуры будет достаточно, чтобы в середине мясо испеклось, как следует, но еще не успело высохнуть.

Вот как должна распределяться температура при правильном изготовлении шашлыка. На поверхности мяса нормальная температура составляет около 200° С. Допустимо в диапазоне 170—240° С. Тогда шашлык получится нормальным, только время запекания потребуется больше или меньше. Определить нужную температуру ладонью, как это можно прочитать в многочисленных советах, не очень реально.

При температуре около 200° С начинает обугливаться органика (белки, целлюлоза).

При помощи кусочка бумаги можно определить расстояние, когда она начнет обугливаться. Вот на эту высоту и надо помещать шашлык над углями. При этих условиях температура в центре кусочка мяса будет около 95° С — больше нагреться не позволят процессы испарения сока мяса. При такой температуре полностью

шашлык «прожарится» примерно за 15—20 минут, но еще не успеет высохнуть и останется сочным.

Очень большое значение имеет состояние поверхности мяса, через которую интенсивно испаряется влага.

Надо постараться, чтобы в самом начале процесса на мясе образовалась корочка, которая предотвратит интенсивное высыхание мяса и даст возможность сохранить сочность куска. Для этого сначала шампуры надо расположить поближе к углям в зоне температуры выше 200° С и при заметном на глаз образовании корочки на всей поверхности кусочков (в первой фазе процесса поворачивать шампуры надо почти непрерывно). Затем надо уменьшить температуру нагрева до нормальной (поднять шампуры на 2—3 см повыше, если позволяет конструкция мангала или слегка притушить угли брызгами воды).

Многочисленные советы сбрызгивать шашлык сухим вином могут пригодиться только истинным пижонам. Весь смысл сбрызгивания шашлыка в том, чтобы притушить явные языки пламени или снизить температуру слишком горячих углей, если нет возможности поднять шампуры на пару сантиметров выше.

Сбрызгивают шашлык водой, маринадом или вином не для смягчения мяса, поэтому надо стараться на мясо водой не попадать. Холодная вода сверху резко остужает кусочек мяса и он неравномерно прожаривается. Это самая распространенная ошибка.

Для сбрызгивания надо использовать кипяток (согрейте подручными средствами, хоть на этом же костре) — для пригашивания углей нет разницы в температуре воды, а при попадании кипятка на мясо вы сможете спасти почти сотню так нужных шашлыку градусов на верхней поверхности.

Лучшей жаровней для приготовления шашлыка является специальный металлический мангал. Высота стенок мангала должна быть такой, чтобы мясо можно было располагать над углями на разной высоте — примерно на 10—12 см и на 4—5 см. Мангалы у шашлычников общепита гораздо выше. Они торопятся и «жарят» практически на открытом огне, ведь ждет целая очередь отдыхающих.

Мангал с отверстиями для тяги, если не предусмотрено их закрывание, испортит все дело. Отверстия для тяги способствуют быстрому прогоранию углей, и жара хватит всего на несколько минут. Сам мангал должен быть из листового железа достаточной толщины, тогда он сохранит жар углей и не покоробится. Походные складные мангалы из жести, не смотря на их приличную цену, являются практически декоративными и одноразовыми.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! При отсутствии мангала можно сложить очаг из подручного негорючего материала — кирпича, камней, крупной гальки и подобного. После мощного костра надо разровнять угли, убрать не до конца прогоревшие полешки и расположить шампуры с мясом на выбранной высоте. Многие умельцы вместо мангала используют скобы из толстой проволоки, которые втыкают в землю прямо над углями обычного костра. Высоту скобы, на которые кладутся шампуры можно легко регулировать более глубоким погружением в землю.

ИСКУССТВО СОБИРАТЬ ДРОВА

Считается, что не последнее место в приготовлении шашлыка занимают дрова. Аромат готового мяса, вроде бы, сильно зависит от того, что использовалось для углей. Определенное влияние наблюдается, но не такое определяющее, как это представляют некоторые «специалисты».

Мясо не должно пахнуть дымом, ароматом костра наслаждаются только во время приготовления углей, не зря ведь насаживают шашлык на шампуры всегда поблизости костра.

Критерий качества дров — количество и жар углей. Нельзя использовать дрова из деревьев с ядовитой древесиной (кроме бука, его яды при горении разлагаются), например софора японская, тис, кипарис, черная ольха, самшит. Если есть готовый древесный уголь — смело пользуйтесь им. Он, как правило, делается из сухих березовых или дубовых обрезков-чурок. Правила ведения костра просты — дрова должны гореть почти бездымно, давать много угля с хорошим жаром и не быть смолистыми.

Довольно часто в городских условиях разводится костер из досок от заборов. Старайтесь использовать только не подгнившие бруски и доски, чтобы получились именно угли, а не труха. Будьте внимательны, чтобы не получить мясо, в котором будет преобладать запах сгоревшей масляной краски. Надо помнить, что лучшие угли получаются из поленьев, а доски быстро прогорают.

Лучшие дрова для шашлыков — из осины, липы, дуба, клена, каштана, тополя, ивы, лещины, словом, из любых лиственных деревьев.

Сосну, ель и другие хвойные породы дерева лучше не брать, иначе можно получить шашлыки с запахом смолы и привкусом канифоли, свежая береза выделяет деготь.

Каменный уголь или антрацит вообще не годится, так как придает мясу малоприятный запах и дурную копоть.

Разжигая огонь, даже в самую ненастную погоду, используйте минимум бензина, и только в начале розжига, иначе ваши шашлыки будут смердеть шоферской ветошью.

Идеальным материалом для шашлычного костра традиционно считаются сухие фруктовые деревья. Лучшее топливо на Юге для получения хорошего и долгого жара от углей, это толстая сухая виноградная лоза. При отсутствии лозы, чаще всего используют дрова из акации, абрикоса, шелковицы или кизила. Для жителей средней полосы приемлемы яблоня и слива — они дают хороший материал для углей.

При разжигании костра в мангале нужно сразу накладывать как можно больше дров, сколько поместится, и даже больше, потом лишние или остывшие угли можно собрать и отделить. Надо опасаться того, что жара углей может не хватить и от долгого томления на остывших углях мясо просто высохнет. Если все сжигать за один раз, не подкладывая во время горения свежих дров, — открытое пламя не успевших догореть головешек немедленно обуглит мясо. А если будете дожидаться полного прогорания последних дров, то самые первые угли уже остынут.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ!

Основные ошибки, допускаемые при приготовлении шашлыка на углях

- Хороший шашлык не должен пахнуть дымом! Иначе пропадает вкус мяса и эффект от маринования с приправами. Шашлык и копченое мясо — это совершенно разные вещи.
- Шашлык не должен обугливаться! Даже малые частички горелого мяса отравят не только атмосферу трапезы.
- Шашлык должен быть сочным, но не сырым в середине. Пересушенный шашлык просто не полезет в горло, даже если его обильно сдабривать вином в непомерных количествах.
- Крепкий алкоголь любого типа сильно подавляет вкусовые рецепторы, поэтому вкусовые нюансы и особенности настоящего шашлыка вам будут недоступны.

КАКИЕ ПРОДУКТЫ ИСПОЛЬЗУЮТ ДЛЯ ШАШЛЫКОВ

Самое главное в шашлыке — мясо. Это должно быть качественное, то есть свежее мясо молодого животного — теленка, поросенка, барашка, птицы. Кроме того, оно не должно быть очень жирным, тогда блюдо получится особо нежным.

Классический шашлык готовят из лучших частей отличной баранины: из мякоти задней ноги — окорока, спинной и почечной части туши. Традиционным и более привычным является шашлык из свинины, он мягкий и нежный. Некоторые предпочитают шашлыки из говядины, рыбы или птицы.

Достаточно популярными в последнее время стали шашлыки из грибов и овощей, но эти продукты, как вы сами понимаете, используются лишь в качестве

легкой закусочной разминки, а признанным королем пикника, бесспорно, является мясной шашлык.

Поэтому и подготовка к пикнику начинается, прежде всего, с выбора мяса.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ МЯСА

- Избегайте готовить шашлыки из замороженного мяса, так как оно не имеет и трети тех питательных веществ, которые содержатся в свежем. Как бы вы его ни готовили, ни мариновали, ни отбивали, оно останется жестким и безвкусным.
- Не следует готовить шашлык из парного мяса только что забитого животного. С туши должна стечь кровь, мясо должно полежать, «отдохнуть» несколько часов. То же относится и к дичи.
- Для шашлыков лучше брать ту часть туши, которая расположена вдоль хребта на шее (ошеек или шейка). Это самая нежная часть свинины. Прожилки жира равномерно распределены в мясе. Выбирая свинину, обращайте внимание на то, чтобы мясо было розоватым (это показатель свежести). Можно попробовать мясо на ощупь — рука должна остаться сухой! Сок должен быть прозрачным. Помните, что консистенция свежего мяса более плотная, ямка, образующаяся при надавливании, быстро разравнивается.
- Обращайте внимание и на жир. У свежей свинины жир бледно-розового или бело-розового цвета. Если вы выбираете говядину, имейте в виду, что жир должен быть белого, кремового или желтоватого цвета и твердый. Бараний жир должен быть белым, плотным.
- Покупая мясо, обращайте внимание и на его запах. У свежего мяса запах свежий, без посторонних примесей.
- Мясо молодняка — светло-красное с почти белым жиром, его обработка не создает для повара никаких проблем.
- Мясо взрослых животных — сочное, красного цвета; готовить из него аппетитные кушанья сможет практически любой кулинар. Мясо старых животных — темно-красное, причем жир — желтого цвета. Чтобы успешно приготовить из него еду, требуется терпение и умение.
- Мыть мясо надо только большим куском, чтобы не вымыть сок и не выхолостить вкус мяса. Нужно мыть его теплой водой (25—30° С), а ополаскивать холодной. Мытое мясо нельзя долго хранить, т. к. оно быстро портится.

- Во многом вкус шашлыка определяется соком мяса — межмышечной жидкостью. При замерзании жидкости сок безвозвратно портится, вот почему мясо из морозилки для шашлыка хоть и годится, только вкус дает совсем не тот. Поэтому общепитовская кулинария так нещадно маринует шашлыки в крепком уксусе, чтобы отбить привкус тлена в перемороженном мясе.
- Летом в течение одного-двух дней свежее мясо можно сохранить без морозильника, если завернуть его в смоченную уксусом салфетку и положить в прохладное место.
- Если все же приходится использовать замороженное мясо, то размораживать надо медленно, на воздухе, а не в воде. Лучше всего размораживать мясо в холодильнике, где оно оттаивает за 10—12 ч. при температуре не выше 5° С. Оттаявшее мясо нельзя замораживать повторно, оно становится дряблым, совсем невкусным и малопривлекательным.
- Для шашлыка используют любую часть туши молодого барашка: корейку и грудинку нарезают на куски с реберными косточками. На шампур легко насаживаются куски мяса с ребрышками, а шашлык получается очень вкусный и оригинальный.
- Резать мясо для шашлыка следует поперек волокон: оно будет мягче.
- Нарезается мясо на куски (предпочтительно кубики) размером около 3—4 см, весом около 80 граммов, 5—6 штук на шампур. От толщины слоя мяса зависит время готовки, удобство обслуживания шампура и качество маринования.
- Старайтесь не резать мясо мелко. Мясо на шашлык насаживают кусочками равного размера. Крупные и мелкие куски требуют различного теплового режима и времени готовки. Всего на шампур следует насаживать мяса из расчета 300—400 г на одного человека, это и есть одна порция.
- Перед насадкой отряхните мясо от лука, от крупных крошек и постарайтесь равномерно и крепко нанизать его на шампуры, чтобы кусочки не болтались. При выполнении этой процедуры обращайтесь с каждым кусочком внимательно и нежно. Обрежьте все лохматые куски, жилки и пленки. Они сразу обгорят и могут испортить вкус. Опытные мастера перед самым моментом установки шампуров на мангал окунают шашлык на 20—30 секунд в холодную воду. За это время мясо хорошо охлаждается и при первом, самом интенсивном воздействии жара образуется тонкая корочка, которая сохраняет сок в мясе. Мясо не сгорает на всю глубину, а корочка получается очень тонкой.
- Шашлыки из птицы не менее популярны, чем шашлыки из мяса. В мясе птицы почти нет насыщенных жиров, поэтому оно усваивается лучше, чем свинина или

говядина. Отдавая предпочтение шашлыкам из мяса птицы, старайтесь брать свежую тушку, чтобы у нее была чистая, без пятен, кожа и пухлая грудка. А если вы все же покупаете замороженную птицу, смотрите, чтобы на ней не было кристалликов льда. Это говорит о том, что такая тушка не раз подвергалась заморозке и размораживанию.

Что делать, чтобы шашлык получился сочным

- Шашлык нужно готовить на расстоянии 15 см над раскаленными углями, мангал желательно использовать чугунный.
- Мариновать продукты необходимо в эмалированной, глиняной или стеклянной посуде. Нельзя замачивать и готовить мясо в алюминиевой кастрюле: окиси этого металла, вступая во взаимодействие с продуктами и жидкостями, портят вкус.
- Мясо и рыба, которые вы хотите запечь на вертеле или решетке, должны быть только первой свежести. Мясо следует брать молодое и сочное. На решетке можно запекать цыпленка, рыбу и котлеты.
- Решетку или шампуры лучше смазать растительным маслом и предварительно нагреть. Мясо во время готовки время от времени нужно поливать жиром или смесью воды с лимоном или воды с маринадом в пропорции 50х50.
- Чтобы мясо или рыба получились более сочными, поверх на теплый шашлык можно положить кусочек сливочного масла.
- Не надо нарезать слишком крупные куски. Кусок мяса должен быть толщиной примерно 2—2,5 см, иначе он просто не прожарится.
- Нанизывать мясо на шампур нужно вдоль волокон, а куски помельче — с краев, покрупнее — в середине (там больше жира).
- Шампуры укладывайте очень плотно рядом друг с другом — меньше горит огонь, больше дыма, как результат — вкуснее шашлык.
- Если для шашлыка вы берете мясо свинины, то на куске не должно быть много жира: сало оплавится, начнет подгорать, из-за этого мясо приобретет неприятный вкус. Поэтому лучше сразу жир отрезать.
- Главное — не делать из мяса гармошку. Кусок достаточно проткнуть всего в двух местах вдоль. Следите, чтобы куски мяса не свисали и не болтались. А между ними положите колечко лука или сладкого перца. Прослойку надо положить так, чтобы ее не было видно. Часто там, где куски соприкасаются друг с другом, мясо плохо прожаривается. Отделяя куски друг от друга, вы равномернее обжарите шашлык.

- В процессе приготовления шампуры надо переворачивать, но не больше двух раз, чтобы не пересушить мясо.
- Готовность шашлыка проверяется аккуратным надрезом. Если сок прозрачный — можно подавать на стол. Если розовый — мясо не готово. Если сока нет — случилось непоправимое: вы пересушили шашлык, можете смело его выбрасывать и экспериментировать со следующей порцией.
- Нельзя готовить шашлык на костре из ели, пихты, сосны, лиственницы, клена, ольхи, ясеня, тополя, осины, рябины, ивы, вяза и акации. При горении этих деревьев выделяются канцерогенные вещества, которые попадают в готовящуюся над костром пищу. Минимальный вред, который нанесут такие дрова, — шашлык будет невкусным и плохо пахнущим. Идеальным материалом считаются сухие фруктовые деревья. Абрикос придает мясу нежный аромат и сладковатый вкус. На юге это лучший вариант. Яблоня — хороший материал для углей. Слива обладает хорошей горючестью и дает стойкие угли. Ароматнее — яблони, но не настолько, чтобы конкурировать с вишней. Достаточно подбросить к любым дровам пару вишневых поленьев, и мясо пропитается невообразимым ароматом!

МАРИНАДЫ И МАРИНОВАНИЕ МЯСА

Вымачивание мяса в маринаде — лишь один из способов насыщения соком. Правильно замаринованный шашлык можно есть практически сырым. Этому способствует, прежде всего, точный выбор кусков мяса и соблюдение нужных пропорций маринада, основная часть которых дает оригинальный вкус и сочность мясу, вторая воздействует на белок, подготавливая его к полному усвоению мяса человеком.

Основу маринада образуют определенные количества растительных масел и пищевых кислот — например, вина, уксуса или лимонного сока. За счет масла мясо остается сочным, а за счет кислоты становится нежным. Эта основа дополняется ароматическими веществами: растолченным чесноком, пряностями и пряными травами (идеальными являются, например, майоран, душица, розмарин и базилик).

В маринад можно добавить ложку любимого соуса, а также аджику или горчицу. Вам необязательно строго придерживаться рецептуры соусов, вы можете открывать для себя новые сочетания.

Так, например, мед и цитрусовые прекрасно гармонируют с курицей, уткой или рябчиком. Свинину лучше приправить маринадом из соевого соуса, коричневого сахара или размельченного имбиря.

Как правило, мясо укладывают в маринад за сутки до обжаривания, тогда процессы преобразования белка и насыщения соком смогут полностью завершиться. Теоретически, чем дольше лежит мясо в маринаде, тем более интенсивным будет его вкус. Однако на практике бывает достаточно, чтобы мясо полежало в маринаде в течение ночи.

Если вы решите готовить шашлык в соответствии с нашими представлениями о «классике», маринуйте мясо в уксусе, изрядно посыпав его солью, перцем и дольками лука.

Для старого барана подобная смесь годится, но для свежей свинины уксус и соль губительны (соль способствует интенсивному сокоотделению). Такие дополнения специями возможны только на тарелке.

Говядина, подсоленная заранее, теряет много сока, поэтому ее нужно солить перед самым насаживанием на шампур.

В качестве кислой основы для маринада лучше использовать гранатовый сок, кислое молоко, сухое кислое вино, а для очень жирного мяса можно разбавить уксус пополам с водой.

Лука не жалейте — чем его больше, тем вкуснее шашлык! Лук для маринада шинкуется, не очень мелко, каким угодно способом, о красоте можно не заботиться — все равно эта часть его пойдет в отходы. Лучше всего нарезать его кусочками, размером около 50 миллиметров. Лук должен выпустить сок.

Перец размягчает мясо, но при этом помните о тех, кому изобилие этой специи не слишком понравится. Перец можно смешать с молотыми семенами кориандра (кинзы), годятся любые сухие и молотые специи, можно добавлять даже кубки «Магги».

Великолепным дополнением любого маринада станет зира, или ажгон (мелкие семена *Cumin*), который гурманы применяют в домашнем плове. Перетирайте семена до тех пор, пока не почувствуете резкий пряный запах. Равномерно распределите ажгон по всей поверхности мяса, а затем все тщательно перемешайте.

При желании можно дополнить маринад любой свежей приправочной зеленью (пропорции по вкусу). Каждая народность имеет свои предпочтения в приправах. Для большего удовольствия ваших близких используйте привычные вам сочетания. Оставьте мясо с пряностями в кастрюле не на несколько часов, а на двое-трое суток, чтобы ароматы и сок превратили будущий шашлык в шедевр.

Неважно, какое мясо вы выбрали для шашлыка — говядину, ягнятину, свинину, курицу или дичь, умело приготовленный маринад в каждом случае великолепно дополнят его вкус.

Ниже приведены наборы ингредиентов для нескольких различных типовых маринадов, а более подробно с составами маринадов вы познакомитесь в соответствующей главе:

- гранатовый сок, зира, перец, кориандр, рубленый репчатый лук (с зирой поосторожнее, т. к. она имеет очень специфический привкус)
- сухое вино, лук, соль, перец, специи
- виноградный уксус, соль, лавровый лист, гвоздика, мускатный орех, корень петрушки, лук, морковь, чеснок
- красное или белое сухое вино, виноградный уксус, морковь, лук, гвоздика, лавровый лист, чеснок, тмин, душистый перец
- лук, прокисший томат
- красное сухое вино, лавровый лист, можжевельник, черный перец
- кефир, белый хлеб, лук, соль, перец
- мелко нарезанный лук, лимон, лавровый лист, перец, помидор, зелень (мясо и специи переложить слоями)
- репчатый лук, петрушка, укроп, помидоры, соль, перец — маринад для рыбы.

ЧТО ДОБАВЛЯЮТ В МАРИНАД В РАЗНЫХ СТРАНАХ

Мелко натертый лук или даже луковый сок в сочетании с разными приправами может стать отличным маринадом.

В Узбекистане для приготовления маринада часто используется минеральная вода. В этом случае нужно не жалеть различных пряностей. Иначе мясо получится пресноватым.

На Востоке популярны маринады на основе кисломолочных продуктов. Особенно хорош маринад на основе кефира для приготовления шашлыков из мяса птицы. В качестве приправ можно использовать лимон, мяту, кинзу, перец, имбирь, карри.

Лимонный сок в сочетании с большим количеством лука и приправ так же прекрасно подойдет для приготовления шашлыка. Лимонный сок служит прекрасной альтернативой уксусу, им можно мариновать даже достаточно жесткое мясо.

Оливковое масло первого отжима в сочетании с лимонным соком и травами также отлично замаринует мясо. Вкус в этом случае во многом зависит от выбора пряностей.

Если нравится китайская кухня, то попробуйте замариновать мясо в смеси из соевого соуса, сухого вина, чеснока, имбиря, перца и меда.

Оригинальный рецепт из Греции — замочите мясо в смеси гранатового сока и водки, в соотношении 4:1.

Предлагается и такая смесь: сухое вино, тертые яблоки, сахарный песок, лук, соль, перец и немного растительного масла.

На юге часто маринуют мясо в скисших фруктовых компотах.

В Австралии баранину рекомендуют замачивать на 5—6 часов в крепком чае, после чего мясо нужно проколоть вилкой, промыть и замариновать мелко нарезанным луком.

Можно мариновать мясо в майонезе, там обычно достаточно пищевых кислот, исходя из расчета —200 г майонеза на 1 кг мяса.

Вкусный маринад получается из томатного сока, в который для остроты добавляется кетчуп.

В качестве основы для маринада можно использовать обычный квас в сочетании с луком и медом.

Готовую горчицу смешать с пивом и в этой смеси обвалять каждый кусочек мяса. Для вкуса можно добавить соль и перец. Выдерживать мясо в таком маринаде нужно в течение нескольких часов.

Если есть такая возможность — замаринуйте мясо в соке облепихи с добавлением различных пряностей.

Некоторые соотечественники для маринада используют разбавленный водой соус «Чили».

Естественно, отличный маринад получается из виноградного сока, лучше свежеотжатого.

В Аргентине при приготовлении маринада используют много лука, укропа, кинзы, гвоздики и добавляют сок, цедру и мякоть одного лимона. Смесь заливают 1—2 ст. ложками коньяка и 1—2 ст. ложки виноградного уксуса.

В некоторых рецептах мясо сначала вымачивается в чае, затем в лимонном соке или в майонезе.

Можно мариновать мясо просто сухими смесями различных пряностей и трав.

В общем — маринада дело творческое.

Сколько времени мариновать мясо — это зависит и от мяса, и от ваших вкусов. Специалисты часто не рекомендуют увлекаться этим процессом и ограничиться несколькими часами. Однако в ряде рецептов предлагается мариновать мясо в течение суток и даже более. Так же нет четкой рекомендации — солить маринад или нет. Опять — таки дело вкуса. Общий совет таков: чем свежее и лучше мясо, тем меньше требуется дополнительных специй.

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖАРЕНИЯ РАЗНЫХ ВИДОВ МЯСА

Шашлыки можно готовить из баранины, курицы, печени, рыбы, ливера и прочих продуктов, однако каждый из них требует определенного времени приготовления на открытом огне.

- **Шпик или бекон** — срезать кожицу и жарить в течение 3—5 мин только с одной стороны.
- **Ветчина** — жарить по 3—4 мин с каждой стороны, затем температуру уменьшить и подержать еще по 5—6 мин с каждой стороны.
- **Сосиски** — снять целлофановую оболочку, наколоть вилкой в нескольких местах, смазать подсолнечным или растопленным сливочным маслом и жарить при высокой температуре 4—5 мин, причем время от времени переворачивать, затем в течение 5—6 мин жарить при более низкой температуре.
- **Бифштекс (1,5 см толщиной)** — намазать растопленным сливочным маслом, жарить при высокой температуре по 2—3 мин с каждой стороны, после чего температуру убавить. Если вы хотите, чтобы мясо осталось розовым в середине, его следует печь еще по 2 мин с каждой стороны. Если вы желаете, чтобы бифштекс был средне прожарен, жарьте его по 2—3 мин с каждой стороны при сильном режиме и по 4—5 мин при более слабом, для хорошо прожаренного бифштекса — по 2—3 мин с каждой стороны при сильном режиме и от 6 до 10 мин при более слабом.
- **Ягнячьи (бараньи) котлеты или отбивные** — смазать растопленным сливочным маслом, жарить по 3—4 мин с каждой стороны при высокой температуре и по 8 мин с каждой стороны при более низкой температуре.
- **Свиные отбивные котлеты** — жир можно срезать (по желанию), смазать котлеты растопленным сливочным маслом, жарить по 5 мин с каждой стороны при высокой температуре и по 10—15 мин при более низкой.

- **Печень** — зачистить от прожилок и пленок, вырезать более твердые места, смазать растопленным сливочным маслом, жарить в течение 2—3 мин с каждой стороны на решетке при сильном режиме и по 2—3 мин при более слабом режиме.
- **Цыпленок** — предпочтительнее для жаренья брать бройлера. Если вы используете вертел, цыпленка можно запекать целиком. Порционные куски цыпленка или целую тушку смазать растопленным маслом и натереть приправами, жарить в течение 4—5 мин с каждой стороны, уменьшить температуру и продолжать жарить еще 15—20 мин, пока цыпленок не приобретет золотистый цвет и не пропечется как следует.
- **Рыба** — если куски рыбы тонкие, их следует жарить в течение 2—5 мин, не переворачивая. Если же куски рыбы более толстые, их жарят от 8 до 10 мин, причем переворачивают на другую сторону и смазывают растопленным сливочным маслом.

ШАШЛЫКИ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НАКАНУНЕ ПИКНИКА

Главный критерий качества заранее приготовленных шашлыков — их предварительная полная готовность. Такие шашлыки после приготовления дома нужно, так же, как и традиционные, поместить на мангал, либо на то, что выполняет его функции, и совсем недолго жарить над углями, чтобы они разогрелись и приобрели характерный запах дыма. В принципе, любой шашлык можно приготовить заранее, чтобы затем лишь разогреть над углями, хотя это в большинстве случаев менее вкусно.

ШАШЛЫК НА ПАРУ

1 кг баранины, 400 г репчатого лука, 100 мл виноградного уксуса, лавровый лист, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Молодую баранину (окорок, грудинку) нарезать ломтиками, ребра порубить небольшими кусочками, все перемешать в эмалированной посуде с мелко нарезанным репчатым луком, уксусом, лавровым листом, черным молотым перцем, солью, оставить на 6—12 ч (или даже на сутки) в холодном месте.

Затем эту посуду поставить в котел, наполненный горячей водой, так, чтобы уровень воды не достигал края эмалированной посуды на два пальца.

Котел плотно закрыть и поставить на 2—3 ч на умеренный огонь. При этом необходимо следить, чтобы вода не выкипела раньше, чем шашлык будет готов.

ШАШЛЫК В КАСТРЮЛЕ

320 г баранины, 60 г гранатов, 80 г репчатого лука, 40 г бараньего топленого сала, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Баранину нарезать кусками по 40 г, обжарить до готовности на сковороде, посолить, поперчить и припустить в закрытой посуде.

При подаче на стол посыпать сырым рубленым луком и полить соком граната.

ШАШЛЫК ИЗ КИТОВОГО МЯСА

2 кг китового мяса, 500 г сала шпика, 4 репчатые луковицы, 1 лимон или 15 г уксуса, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Китовое мясо нарезать кусочками, сложить в эмалированную кастрюлю, посолить, посыпать черным молотым перцем, добавить мелко нарезанный репчатый лук, зелень петрушки, уксус или лимонную кислоту и перемешать.

Кастрюлю накрыть крышкой и поставить на 4 ч в холодное место.

Промаринованные куски мяса надеть на металлический вертел вперемежку с нарезанными кусками сала.

Жарить шашлык на сковороде, периодически поворачивая вертел, чтобы мясо прожарилось равномерно.

Подавить на стол с маринованными фруктами, зеленым луком, ломтиками лимона.

ШАШЛЫК ИЗ ЛУФАРИ

1 кг рыбы, 3 ст. ложки уксуса, 3 репчатые луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 0,5 лимона, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Рыбу почистить, помыть, разделать на филе, снять кожу, нарезать, посолить, посыпать перцем, сбрызнуть уксусом, добавить лук и перемешать.

Подготовленную рыбу поставить на 1 ч в прохладное место для маринования.

После этого кусочки рыбы надеть на вертел и жарить на костре или решетке.

На шашлык положить мелко нарезанный лук, полить его сливочным маслом и украсить лимоном и зеленью.

ШАШЛЫК В КАЗАНЕ

1 кг баранины, 3 репчатые луковицы, 100 г укропа или кинзы, 1 красный стручковый перец или 10 г красного молотого перца, соль — по вкусу.

Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить.

Репчатый лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой.

В казанок уложить слоями мясо и луково-укропную смесь так, чтобы вся закладка помещалась не ниже середины казана или не достигала его верха на два пальца.

В предпоследний слой сверху положить стручок красного перца, разрезанный вдоль пополам, или посыпать красным молотым перцем.

Казанок плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 ч.

Подавать с маринованным луком.

ШАШЛЫКИ ИЗ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ МЯСА

ШАШЛЫК ИЗ БАРАНИНЫ ПО-ОХОТНИЧЬИ

1 кг баранины, 4 головки репчатого лука, 200 г зеленого лука, 400 г помидоров, 1 лимон, 2 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки растительного масла.

Баранину (почечную часть или мякоть задней ноги) обмыть, нарезать небольшими кусками, сложить в посуду, посолить, посыпать молотым перцем, добавить мелко нарезанный лук, уксус или 1 ч. ложку лимонного сока и перемешать. Посуду накрыть крышкой и на 2—3 ч вынести в холодное место, чтобы баранина промариновалась.

Перед жареньем замаринованные куски баранины надеть на металлический вертел вперемежку с луком, нарезанным ломтиками.

Жарить шашлык надо над горящими без пламени углями, примерно в течение 15—20 мин, поворачивая вертел, чтобы баранина прожарилась равномерно.

Готовый шашлык снять с вертела, положить на блюдо, полить маслом и гарнировать зеленым луком, помидорами, нарезанными дольками, и кусочками лимона.

Кроме того, на гарнир можно подать отварной рис и отдельно сушеный молотый барбарис или гранатовый сок.

Таким же способом шашлык можно приготовить из свинины.

ШАШЛЫК ИЗ ПЕЧЕНИ

1 кг говяжьей печени, 400 г шпика, 2 репчатые луковицы, 4 ст. ложки рубленой зелени укропа, 1 ст. ложка готовой горчицы, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Печень и шпик нарезать тонкими широкими ломтиками, лук — полукольцами. Ломтики печени посолить, поперчить, смазать горчицей, разложить на них ломтики шпика, затем лук, посыпать зеленью и свернуть трубочками.

Нанизать на шампуры и жарить над углями. Подавать на стол с печеным картофелем, свежими овощами.

ПИКАНТНЫЙ СВИНОЙ ШАШЛЫК

500 г свинины, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ч. ложки паприки, 1 ч. ложка кориандра, 1,5 ч. ложки рубленого базилика, 1 измельченный лавровый лист, немного молотого имбиря, молотой корицы, красного стручкового перца и мускатного ореха, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Паприку, семена кориандра, рубленый базилик, молотый имбирь, по большой щепотке молотой корицы, красного стручкового перца и молотого мускатного ореха, мелко накрошенный лавровый лист, оливковое масло, соль и черный свежемолотый перец сложить в кастрюлю и перемешать.

Нарезать кубикам свинину, положить в кастрюлю, перемешав с маринадом. Накрыть кастрюлю крышкой и оставить в холодильнике на 8—12 ч, время от времени переворачивая мясо.

Нанизать мясо на маленькие шампуры. Жарить, переворачивая, пока свинина не запечется, оставаясь в то же время сочной. Мясо можно украсить лимонными ломтиками и лавровыми листьями.

ШАШЛЫК ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С СОКОМ ГРЕЙПФРУТА

1 кг телятины, 2 грейпфрута, 1 сладкий желтый перец, 1 сладкий красный перец, 1 крупное яблоко, 1 репчатая луковица.

Телятину (лучше ребрышки или грудинку) промыть в холодной воде, порезать на куски, добавить сок одного грейпфрута, поперчить и выставить на холод на ночь. Солить мясо не нужно. Перцы, лук, яблоко и грейпфрут нарезать крупными кусками, насадить на шампуры.

Отдельно от фруктов и овощей подготовить шампуры с мясом, насаживая телятину свободно, так, чтобы кусочки мяса не спрессовывались и обжаривались со всех сторон.

Шампуры с фруктами и овощами полить растительным маслом. Все зажарить. Мясо посолить перед подачей на стол. Подавать шампур с мясом и шампур с овощами и фруктами.

ШАШЛЫК ИЗ СВИНИНЫ С ЛУКОМ

1,5 кг свинины, 1 кг репчатого лука, 1 банка майонеза, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Мясо нарезать кусочками, лук — кольцами, добавить соль, приправы, майонез, перемешать и оставить на 1 ч.

Нанизать мясо на шампуры, чередуя с луком. Жарить над углями.

ШАШЛЫК ПО-СОКОЛЬСКИ

600 г мякоти говядины (вырезка), 1 вареный или копченый говяжий язык, 100 г шпика, 1 л сухого белого вина, 2 репчатые луковицы, сок 1 лимона, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Для маринада смешать лимонный сок, вино и мелко нарезанный лук. Говядину разрезать на порции, тонко отбить, посолить, поперчить, положить в маринад и выдержать 4 ч.

Язык и шпик нарезать тонкими ломтиками. На каждый кусок говядины положить по ломтику шпика и языка, плотно скрутить и нанизать на шампуры.

Жарить 25—30 мин. Подавать с маринованным луком, лимоном, кинзой или зеленью петрушки.

ШАШЛЫК ПО-КАРСКИ
(Способ 1)

1 кг баранины, 4 бараньи почки, 2 репчатые луковицы, 200 г зеленого лука, 2 ст. ложки уксуса, 1 лимон.

Почечную часть баранины обмыть, зачистить, срезав сухожилия, сделать надрезы, чтобы во время жаренья куски баранины не стягивало, и нарезать по одному куску (250 г) на порцию.

Почки также обмыть и разрезать пополам. Подготовленные баранину и почки сложить в посуду, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным репчатым луком и зеленью петрушки, сбрызнуть уксусом или лимонным соком и оставить на 2—3 ч для маринования.

Перед жареньем каждый кусок баранины надеть на металлический вертел, добавив с обеих сторон куска по половинке почки, и жарить над углями без пламени.

Во время жаренья вертел нужно повертывать, чтобы баранина равномерно прожарилась.

Готовый шашлык снять с вертела и подать целым куском вместе с почками, положив на тарелку кусочек лимона.

Сверху шашлык посыпать зеленым луком и зеленью петрушки. Отдельно подать острый томатный соус.

ШАШЛЫК ПО-КАРСКИ
(Способ 2)

1,5 кг баранины, 3 репчатые луковицы, 1 баранья почка, 1 помидор, 50 г бараньего сала, 0,5 пучка зеленого лука, 0,5 лимона, 20 г сушеного барбариса, 50 мл соуса ткемали, зелень, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Куски баранины нарезать кубиками по 30—40 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и зеленью петрушки, смочить уксусом или лимонным соком, перемешать, уложить в эмалированную посуду и поставить на холод на 4—6 ч.

Маринованное мясо надеть на шпажку, с одного конца надеть очищенную от пленки баранью почку, а с другого — средний помидор. Смазать мясо топленым курдючным салом и жарить над углями или в электрогриле.

При подаче жареный шашлык, почку и помидор снять со шпажки, уложить на блюдо и гарнировать кольцами сырого репчатого лука, дольками лимона, зеленым луком и зеленью петрушки.

Отдельно подать соус ткемали и свежий или сушеный молотый барбарис.

ШАШЛЫК ПО-КАРСКИ С МАРИНАДОМ НА ВОДКЕ (Способ 3)

500 г баранины, 100 г курдючного сала, 100 г репчатого лука, 20 мл водки или коньяка, 6 мл уксуса, красный молотый перец, свежая зелень, соль — по вкусу.

Мякоть жирной баранины (заднюю ногу) нарезать кусками диаметром 100—150 мм и толщиной 30—40 мм, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанной зеленью и репчатым луком, сложить в эмалированную посуду, полить уксусом, коньяком или водкой, перемешать, уплотнить и оставить на 6—8 ч на холоде.

Затем куски баранины нанизать на шпажку вперемежку с ломтями сырого курдючного сала и жарить на вертеле, периодически поворачивая его.

Когда мясо прожарится на глубину примерно 8—10 мм, острым ножом срезать с него тонкие ломтики, оставшееся мясо продолжать жарить, затем снова срезать и так до тех пор, пока все мясо не изжарится.

При подаче ломтики мяса положить на блюдо и подать гарнир.

Гарнир: нашинкованный репчатый и зеленый лук, помидоры и веточки зелени петрушки и кинзы.

ШАШЛЫК, МАРИНОВАННЫЙ В КЕФИРЕ

600 г мякоти баранины (окорок), 1 репчатая луковица, 500 мл кефира, 1 ст. ложка растительного масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мясо нарезать кубиками, посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанным луком, залить кефиром и мариновать 6 ч.

Обсушенное мясо нанизать на шампуры, смазать маслом и жарить на гриле 25—30 мин.

Подавать с печеным картофелем, кинзой или зеленью петрушки.

ШАШЛЫК ИЗ СВИНИНЫ (КАБАНИНЫ)

1,5 кг свинины, 50 мл уксуса, 3 репчатые луковицы, 50 г свиного сала, 150 г гарнира для шашлыков, соль, красный молотый перец, зелень, зеленый лук — по вкусу.

Для этого шашлыка лучше использовать мясо молодого кабанчика в возрасте не более одного года. Мясо должно быть не мороженым. О степени свежести можно судить, нажав пальцем на мясо: образующаяся ямка должна быстро выровняться.

Лучше всего подойдет свиной бок (сторона туши, которая при разрубе осталась с позвоночником, с удаленными тонким и толстым краями и концами ребер).

Срезать сало (не полностью, а если кабанчик был не очень жирный, то можно и не срезать, только удалить шкуру).

Самое главное — мясо должно быть светлым. Темное мясо будет сухим и жестким. На крайний случай сгодится и вырезка, и антрекот (почечная часть), и любая мясистая часть.

Мясо порезать кусками по 150—200 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и зеленью петрушки, смочить уксусом или лимонным соком, перемешать, положить в эмалированную посуду и оставить на холоде на 4—6 ч.

Маринованные куски мяса нанизать на металлическую шпажку вперемежку с кружочками репчатого лука, смазать растопленным курдючным салом и жарить над горящими углями.

Готовые кусочки шашлыка снять со шпажки на блюдо, подавать с рассыпчатой рисовой кашей и поджаренным луком или без риса с сырым репчатым и зеленым луком, помидорами и лимоном.

ШАШЛЫК ИЗ БАРАНИНЫ С РИСОМ

1,6 кг баранины, 300 г репчатого лука, 150 г риса, 200 г курдючного сала, 1 лимон, 50 г зеленого лука, 20 мл уксуса, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Баранину нарезать кусочками и замариновать в уксусе и лимонном соке.

Жарить вперемежку с репчатым луком над углями.

Готовый шашлык снять со шпажки и положить на блюдо с рассыпчатой рисовой кашей, украсить дольками лимона и зеленью.

ШАШЛЫК ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ

1,6 кг говядины, 400 г шпика, 200 г топленого свиного сала, 50 г сливочного масла, 50 мл мясного сока, 150 г репчатого лука, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Вырезку нарезать кусочками весом 20—25 г и отбить до толщины 5 мм. Свиной шпик нарезать тонкими ломтиками (2—3 мм) размером примерно 50x50 мм. Мясо нанизать на шпажку вперемежку со шпиком так, чтобы с обоих концов на шпажке были ломтики мяса.

Шашлык на шпажке обровнять, посыпать солью, красным молотым перцем и поджарить на сковороде со свиным салом.

При подаче на середину тарелки уложить грядкой рассыпчатую рисовую кашу, полить ее сливочным маслом и мясным соком.

На кашу поместить готовый шашлык, а на него — кольца жаренного репчатого лука.

ШАШЛЫК С ПОМИДОРАМИ

1,5 кг постной свинины, телятины или баранины, 1 репчатая луковица, 2—3 помидора, 50 мл уксуса (3%-ного), соль, черный молотый перец, чеснок — по вкусу.

Мясо нарезать кубиками по 40 мм. В мясо добавить соль, перец по вкусу, репчатый лук кольцами и свежие помидоры дольками. Оставить мариноваться на 6—8 ч.

Уксус и вино не добавлять, потому что помидорный сок и так является кислой средой. Лука и помидоров чем будет больше, тем лучше.

Мясо на шампуры нанизывать без лука и помидоров, обмять его, чтобы углы не торчали и шашлык был цельным и ровным.

Шашлык сбрызнуть смесью уксуса, чеснока и перца (по вкусу), чтобы не подгорал на углях.

ШАШЛЫК ИЗ СВИНИНЫ В БЕЛОМ ВИНЕ

1,5 кг свинины, 3 репчатые луковицы, 300 мл белого сухого вина (типа «Совиньон», Ркацители», «Цинандали»), 1 лимон, 1 лаваш, 1 гранат, кинза, укроп, базилик, черный молотый перец, красный молотый перец, лавровый лист, соль — по вкусу.

Свинину освободить от излишнего сала, нарезать кусками средней величины (куски должны иметь продолговатую форму, желательно оставить немного косточек). Нарезать кольцами репчатый лук (чем больше, тем лучше, луком шашлык не испортишь).

Приготовить смесь пряностей: кинза, укроп, базилик, черный перец, немного красного перца, лавровый лист. Количество смеси зависит от количества мяса.

Затем в емкость уложить мясо, лук, приготовленную смесь пряностей, посолить по вкусу. Залить мясо белым сухим вином так, чтобы вино чуть-чуть закрывало мясо. Выдавить лимон.

Закрыть мясо крышкой и оставить на 3 ч для маринования.

Затем мясо пожарить на углях, сбрызгивая вином (чтобы было сочным).

На дно емкости положить лаваш (подойдет низ хлебной буханки), мясо по окончании жаренья снимать с шампуров прямо в эту емкость.

Нарезать кольцами лук, посыпать им мясо, туда же выдавить гранатовый сок (или посыпать гранатовыми зернышками), перемешать, накрыть крышкой и дать постоять 10 мин.

ШАШЛЫК ИЗ МОЛОДОЙ БАРАНИНЫ С ГРИБАМИ ПО-ОХОТНИЧЬИ

2 кг баранины, 700 г свежих грибов, 500 г сладкого стручкового перца, 150 мл растительного масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Баранину нарезать кусочками, посолить, посыпать черным молотым перцем. Свежие грибы перебрать, промыть, крупные разрезать пополам, посолить. Сладкий стручковый перец нарезать кольцами.

Все нанизать на вертел, чередуя.

Подготовленный шашлык смазать маслом и жарить на раскаленных углях, поворачивая время от времени вертел и следя за тем, чтобы мясо, грибы и перец

не подгорели. На салфетку положить листья бука, на них — готовый шашлык и завернуть на 5—6 мин, чтобы шашлык немного обмяк.

ГОВЯЖИЙ ШАШЛЫК ПО-СИБИРСКИ

1,5 кг говядины или баранины, 2—3 репчатые луковицы, 100 г томатной пасты, 1,5 ст. ложки уксуса (3%-ного), 1 лимон, 200 мл белого вина, душистый перец, лавровый лист, красный молотый перец — по вкусу.

Готовя по этой методике, можно довести до необходимой мягкости даже очень жесткое мясо.

Дать оттаять мясу (говядину и баранину можно брать мороженую) и нарезать кусками чуть больше спичечного коробка.

На дно кастрюли высыпать слой душистого перца (горошка). Сверху укрыть его слоем лаврового листа. Уложить слой порезанного кольцами лука, сверху слой мяса, посолить и поперчить красным молотым перцем, снова положить слой лука и т. д.

Последним слоем должен быть лук. Поверх него выложить слой лаврового листа, затем слой томатной пасты в палец толщиной и уксус. Все это накрыть перевернутой тарелкой и поставить сверху гнет около 10 кг. Выдержать сутки.

Через сутки слить юшку, выкинуть верхний слой лаврового листа и переложить мясо в другую посуду, оставляя нижний слой лаврового листа и душистый перец в прежней посуде.

В мясо выдавить лимон, добавить белое сухое вино. Через 2 ч можно жарить.

ШАШЛЫК-АССОРТИ ИЗ ТРЕХ ВИДОВ МЯСА

1 кг свинины, 1 кг говядины, 1 кг телятины, 300 г копченого сала, 200 г жира, 5 репчатых луковиц, 100 мл сухого белого вина, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Куски свинины, говядины и телятины толщиной 1—1,5 см отбить, посолить, нарезать квадратами 3х3 см. Копченое сало нарезать кусками, репчатый лук — кольцами.

Затем нанизать на деревянную шпажку, чередуя: кусок сала, кусок говядины, кружок лука, кусок сала, кусок свинины, кружок лука, кусок сала, кусок телятины, кружок лука и т. д.

В сковороде разогреть жир, обжарить шашлык со всех сторон, посыпать черным молотым перцем, залить вином и тушить до готовности под крышкой.

Вместо телятины можно использовать баранину. При подаче шашлык полить вином.

ШАШЛЫК С МУСКАТНЫМ ОРЕХОМ

1,25 кг баранины, 250 г шпика или копченой ветчины, 150 г репчатого лука, 25 мл оливкового масла, лавровый лист, мускатный орех, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть задней ноги нарезать кусками по 30—40 г, выдержать 2—3 ч в маринаде, приготовленном из оливкового масла, соли, черного молотого перца, натертого на терке мускатного ореха, измельченного в порошок лаврового листа и мелко нарезанного репчатого лука.

Подготовленное мясо нанизать на вертел, помещая между кусочками мяса кусочки шпика или жирной копченой ветчины. Обжарить в мангале над раскаленными углями.

ШАШЛЫК ПО-КАВКАЗСКИ

1,5 кг баранины, 3 репчатые луковицы, 3 пера зеленого лука, 20 мл уксуса (3%-ного), 10 помидоров, 100 мл соуса ткемали, 20 г сушеного барбариса, 0,5 лимона, 50 г бараньего топленого сала, соль, черный молотый перец, зелень — по вкусу.

Куски баранины нарезать кубиками по 30—40 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и зеленью петрушки, смочить уксусом или лимонным соком, перемешать, уложить в эмалированную посуду и поставить на холод на 4—6 ч.

Маринованные куски мяса нанизать на металлическую шпажку вперемежку с кружочками репчатого лука, смазать растопленным курдючным салом и жарить над горящими углями либо в электрогриле.

Готовые кусочки шашлыка снять со шпажки на блюдо, гарнировать сырым нашинкованным репчатым или зеленым луком, помидорами и долькой лимона.

Отдельно подать соус ткемали и свежий или сушеный молотый барбарис.

ШАШЛЫК ИЗ КРОЛИКА

1 кг мяса кролика, 200 мл апельсинового сока, 20 г чеснока, жгучий перец, соль — по вкусу.

Мясо вымыть, нарезать одинаковыми кусочками, посолить, залить соком, добавить мелко нарезанный жгучий перец.

Все перемешать и выдержать на холоде 6—8 ч.

Если мясо кролика не жирное, то нанизанные на шампуры кусочки перед жареньем следует полить растительным маслом. К шашлыку подать ассорти из овощей и фруктов.

ШАШЛЫК ИЗ ЗАЙЦА ПО-ОХОТНИЧЬИ

1,5 кг мяса молодого жирного зайца, 2—3 репчатые луковицы, 50 мл оливкового или подсолнечного масла, 150 г соленого сала, ореховые листья.

Мясо молодого жирного зайца, не маринуя, нарезать крупными кусками, посолить и поперчить. Лук нарезать ломтиками, смешать с мясом и полить оливковым или подсолнечным маслом. Соленое сало нарезать тонкими ломтиками.

Приготовить деревянные шпажки, нанизать на них куски зайчатины, чередуя их с луком и салом, и жарить над углями с сильным жаром (без пламени), время от времени поливая шашлык маслом.

Готовый шашлык положить на шпажках на ореховые листья, добавить нарезанный лук, завернуть, дать постоять 5—10 мин для аромата и подать на листьях.

ИНДОНЕЗИЙСКИЙ САТЭЙ

1 кг говядины или баранины.
Для маринада: 60 мл подсолнечного масла, 1 репчатая луковица, 1 долька чеснока, 0,25 ч. ложки молотого черного перца, 1 ст. ложка арахисового бутербродного масла, 1 ч. ложка куркумы, 1 ч. ложка сахара, 3 ст. ложки темного соевого соуса, 1 ст. ложка лимонного сока.

Мясо поместить в морозилку на 30 мин. Затем, когда оно слегка подмерзнет, нарезать его поперек волокон квадратами со стороной 5 см и толщиной 5 мм.

В маленькой кастрюле разогреть подсолнечное масло, добавить нарезанный лук и измельченный чеснок, готовить до мягкости. Добавить остальные ингредиенты маринада, влить стакан воды. Перемешать, накрыть крышкой и готовить 5 мин.

Дать остыть, залить маринадом мясо, перемешать, накрыть пищевой пленкой. Оставить мариноваться на 2 ч.

Надо дать стечь большей части маринада с мяса обратно в кастрюлю, в которой его затем следует вскипятить, и впоследствии подавать как соус.

Нанизать мясо на тонкие деревянные палочки.

Сатэй обжарить, часто переворачивая, на мангале до образования хрустящей корочки. Перед подачей на стол слегка посолить.

ШАШЛЫК ИЗ МЯСА ЛАНИ, ЛОСЯ, ДИКОЙ КОЗЫ, ОЛЕНЯ

2 кг мяса, 50 мл оливкового масла или 50 г свиного жира, 200 г репчатого и зеленого лука, 200 г огурцов помидоров или солений.
Для маринада: 100 мл винного уксуса, 2—3 горошка черного перца, 100 г репчатого лука, 1 головка чеснока, 30 г сахара, лавровый лист, соль — по вкусу.

Мясо нарезать кусочками по 30—40 г и мариновать в холодном месте 10—12 ч.

Для маринада уксус развести холодной кипяченой водой в соотношении 1:1, добавить пропущенный через мясорубку репчатый лук, растертый с солью чеснок, сахар, крупно толченный черный перец, лавровый лист.

Мясо нанизать на шпажку и жарить над раскаленными углями, смазывая его оливковым маслом или свиным топленым салом.

Подавать шашлык с сырым репчатым и зеленым луком, помидорами, огурцами или с маринованными вишнями или сливами, виноградом.

Отдельно подать соус ткемали или кетчуп.

ШАШЛЫК ИЗ ПЕЧЕНИ САЙГАКА ПО-ОХОТНИЧЬИ

1 кг свежей печени сайгака, соль — по вкусу.

Свежую печень сайгака нарезать кусками, насадить на деревянные ошкуренные и заостренные в виде ромба рожны (колы) длиной около 1 м. На кусках печени сделать надрезы, в которые насыпать соль.

Рожны воткнуть в землю около костра с наклоном, чтобы куски печени находились на расстоянии 30 см от пламени костра с подветренной стороны и чтобы печень не охватывалась дымом.

Поворачивать рожны с кусками печени несколько раз и срезать с кусков печени по мере ее запекания верхние поджаренные слои.

ШАШЛЫКИ НАЦИОНАЛЬНЫХ КУХОНЬ

КЕБАБ (АЗЕРБАЙДЖАНСКАЯ КУХНЯ)

2,5 кг молодой баранины, зеленый лук с головками, чеснок с зеленым пером, стебли базилика, кинзы, эстрагона, мяты — по вкусу.

Молодую баранину разрубить на кусочки с косточками и хрящами, мариновать в течение 3 ч (в нарезанном колечками луке с добавлением соли и перца), нанизать на шампуры (отряхнув от соли, пряностей и лука) и обжарить над раскаленными углями, все время переворачивая.

К кебабу подать пряную зелень, разложить ее на пучки, чтобы в каждом было по одному сорту зелени и по два стебля зеленого лука.

ДЛИННЫЙ МЦВАДИ (ГРУЗИНСКАЯ КУХНЯ)

1 кг говядины (вырезки), 50 мл растительного масла, 500 г помидоров, 100 г зеленого лука, черный молотый перец, соль, кинза, базилик — по вкусу.

Говяжью вырезку зачистить от пленок и целиком во всю длину вдоль надеть на вертел. Чтобы мясо во время жаренья сохраняло форму и не сокращалось, его необходимо плотно привязать к вертелу суровой ниткой.

Обжарить, как обычный шашлык, над углями без пламени, периодически вращая, предварительно (или в процессе обжаривания) обмазать растительным маслом.

Готовое мясо снять с вертела, нарезать, как колбасу, поперек волокон, с небольшим скосом ломтиками толщиной 1,5 см, посолить, поперчить и подавать с зеленым луком, кинзой, базиликом, обжаренными целиком на вертеле с помидорами.

ТИКЯ-КЕБАБ (АЗЕРБАЙДЖАНСКАЯ КУХНЯ)

1 кг баранины, 100 г репчатого лука, 40 г зеленого лука, 3 г сушеного барбариса, 10 г зелени, красный молотый перец, соль — по вкусу.

Реберную часть корейки молодой баранины нарубить на 5—6 кусков вместе с реберными косточками, посолить, поперчить и нанизать на шпажку.

При нанизывании нужно следить, чтобы внешняя сторона кусочков мяса была обращена в одну сторону.

Жарить шашлык над раскаленными углями без пламени. При подаче посыпать кольцами репчатого лука, зеленью. Отдельно подать сушеный барбарис и перец.

БАСТУРМА ПО-ГРУЗИНСКИ

2 кг говядины (вырезки), 3 репчатые луковицы, 100 мл винного уксуса, 50 г зелени петрушки, черный молотый перец, душистый перец горошком, соль, лавровый лист — по вкусу.

Говяжью вырезку зачистить от пленок и (сухожилий, нарезать кубиками по 25—30 г, сложить в керамическую или эмалированную посуду, посыпать черным перцем, рубленым луком, солью, добавить винный уксус, лавровый лист, петрушку, душистый перец, перемешать и выдержать в холодном месте 2—3 дня.

Маринованное мясо нанизать на вертел и жарить до полной готовности над раскаленными древесными углями, периодически поворачивая вертел.

МЦВАДИ В БАКЛАЖАНАХ (ГРУЗИНСКАЯ КУХНЯ)

1,5 кг баранины, 1 кг баклажанов, 100 мл растительного масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Баранину (корейку или заднюю часть) нарезать кусками одинаковых размеров.

Баклажаны надрезать глубоко вдоль и в разрез поместить куски баранины, посыпав их слегка солью и черным молотым перцем, после чего баклажаны нанизать на вертел так, чтобы он захватил оба конца баклажана и все куски баранины.

Обжарить над углями, вращая вертел так, чтобы куски баранины всеми сторонами поворачивались в открытый разрез баклажана.

Баранину и баклажаны во время жаренья смазывать растительным маслом.

ШАШЛЫК ПО-ТАДЖИКСКИ

1,2 кг баранины, 200 г репчатого лука, 50 мл уксуса (3%-ного), 30 г зиры, 50 г зелени, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть баранины нарезать кусочками весом 20—25 г, посолить, поперчить, перемешать с мелко нашинкованным репчатым луком, зирой, полить уксусом и поставить на холод на 3—4 ч.

Затем куски мяса нанизать на шпажку и обжарить над раскаленными углями.

При подаче шашлык уложить на тарелку и посыпать шинкованным репчатым луком и зеленью.

ШАШЛЫК СТЕПНОЙ (ТАДЖИКСКАЯ КУХНЯ)

2 кг баранины, 4 репчатые луковицы, 4 дольки чеснока, 50 г зелени, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Баранину нарезать полосками длиной 10—15 см, уложить на них фарш, завернуть, нанизать на шпажки и жарить над углями.

При подаче посыпать зеленью.

Приготовление фарша: репчатый лук, чеснок, зелень мелко порубить, заправить перцем, солью и тщательно перемешать.

ШАШЛЫК ИЗ ПОЧЕК (ТАДЖИКСКАЯ КУХНЯ)

1 кг бараньих почек, 500 г свежих помидоров, 50 мл уксуса (3%-ного), 50 г зеленого лука, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Промытые бараньи почки нарезать кусочками весом 20—25 г, посыпать солью, перцем, нанизать на шпажки и жарить над раскаленными углями.

Готовый шашлык снять со шпажек, уложить на блюдо, полить уксусом и посыпать рубленым зеленым луком.

Подавать на стол с жареными помидорами.

ШАШЛЫК ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ (ТАДЖИКСКАЯ КУХНЯ)

2 кг баранины, 150 г курдючного сала, 500 г свежих помидоров, 100 г зеленого лука, 100 мл красного сухого вина, 0,5 лимона, 50 г зелени, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть задней ноги, корейку баранины нарезать кусками по 40—50 г, перемешать с мелко рубленым зеленым луком и курдючным салом, нарезанным тонкими ломтиками, посыпать солью, черным молотым перцем, полить красным сухим вином и поставить на 2—3 ч в прохладное место.

Затем мясо нанизать на шпажки вперемежку с ломтиками курдючного сала и обжарить на раскаленных углях.

Отдельно обжарить помидоры, также нанизанные на шпажки.

При подаче на блюдо уложить вперемежку шпажки с мясом и помидорами, посыпать рубленой зеленью, полить лимонным соком. Отдельно подать сок из свежих помидоров.

ШАШЛЫК ПО-КОКАНДСКИ (УЗБЕКСКАЯ КУХНЯ)

200 г баранины, 200 г печени, 200 г почек, зира, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть окорочной части баранины, печень, почки нарезать кусочками размером с грецкий орех, посыпать толченой зирой, смешанной с солью и черным молотым перцем. Мясо без маринования нанизать на специальный вилообразный трехрожковый металлический шампур с короткой деревянной ручкой: на один рожок — мясо, на другой — печень, на третий — почки.

Жарить над тлеющими древесными углями, сначала с одной, затем с другой стороны. При подаче на стол положить на тарелку, оформить кольцами репчатого лука. Отдельно подать виноградный уксус или зерна граната.

БАРАНИЙ ШАШЛЫК В КАЗАНЕ (УЗБЕКСКАЯ КУХНЯ)

1 кг баранины, 3 репчатые луковицы, 100 г укропа или кинзы, 1 красный стручковый перец или 10 г красного молотого перца, соль — по вкусу.

Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить. Репчатый лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой.

В казан уложить слоями мясо и луково-укропную смесь так, чтобы вся закладка помещалась не ниже середины казана или не достигала его верха на два пальца.

В предпоследний слой сверху положить стручок красного перца, разрезанный вдоль пополам, или посыпать красным молотым перцем.

Казан плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 ч.

Подавать с маринованным луком.

ШАШЛЫК ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ (УЗБЕКСКАЯ КУХНЯ)

1 тушка домашней птицы, 100 г топленого масла, 4 репчатые луковицы, 100 г зелени укропа и кинзы, 100 мл воды, соль — по вкусу.

Тушку курицы, гуся или индейки разрезать на куски, посолить.

В казанке прокалить топленое масло, уложить слоями куски птицы и нарезанный кольцами репчатый лук, перемешанный с рубленой зеленью кинзы и укропа, добавить немного воды, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне в течение 1 ч.

ШАШЛЫК ПО-ТАТАРСКИ

2 кг баранины, 500 г шпика или копченой ветчины, 300 г репчатого лука, 50 мл оливкового масла, лавровый лист, мускатный орех, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть задней ноги баранины нарезать кусочками по 30—40 г, выдержать 2—3 ч в маринаде, приготовленном из оливкового масла, соли, черного молотого перца, натертого на терке мускатного ореха, измельченного в порошок лаврового листа и мелко нарезанного репчатого лука.

Подготовленное мясо нанизать на вертел, помещая между кусочками мяса кусочки шпика или жирной копченой ветчины.

Обжарить в мангале над раскаленными углями.

ХАЗАНИ ХОРОВАЦ (АРМЯНСКАЯ КУХНЯ)

1 кг баранины, 100 г топленого масла, 150 г граната или 100 мл гранатового сока, 150 г репчатого лука, зелень, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Баранину нарезать кусочками примерно по 40—50 г, уложить в кастрюлю с топленым маслом, посыпать солью, перцем и обжарить.

В готовое мясо добавить нарезанный кольцами репчатый лук и продолжать жарить еще 5 мин.

После этого влить свежий гранатовый сок и перемешать.

Подать на стол шашлык, посыпав зернами граната или полив гранатовым соком и посыпав зеленью петрушки.

ЛИЩАПАП (ШАШЛЫК ПО-АДЫГЕЙСКИ)

1 кг баранины, чеснок, перец, соль — по вкусу.

Мякоть баранины нарезать кусками по 40—60 г, отбить деревянным молоточком, нанизать на шампур и жарить над раскаленными углями до образования румяной корочки, все время поворачивая шампур и поливая мясо раствором соли с чесноком и перцем.

Затем переложить мясо в кастрюлю, влить немного бульона и тушить до готовности. Подавать с крутой кашей.

ШАШЛЫК ИЗ ЛОСЯТИНЫ (МАРИЙСКАЯ КУХНЯ)

2 кг мяса лося, 300 г шпика, 500 мл маринада, 5 репчатых луковиц, 5 помидоров, 3 огурца, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Мясо лося нарезать кубиками весом 25—30 г и мариновать 1—2 дня. Затем маринад слить, а мясо вместе с репчатым луком и шпиком пропустить дважды через мясорубку.

Добавить соль, перец и хорошо перемешать.

Куски фарша нанизать на шпажку и жарить на мангале. Готовый шашлык гарнировать зеленым и репчатым луком, нарезанным кольцами, огурцами и помидорами.

ШАШЛЫК ПО-ГУЦУЛЬСКИ

2 кг свинины, 600 г репчатого лука, 1 кг картофеля, 100 мл белого сухого вина, красный и черный молотый перец, соль — по вкусу.

Свинину нарезать квадратными кусочками весом 30—40 г, картофель очистить, нарезать кружочками, репчатый лук — кольцами.

Кусочки свинины, картофеля и лука нанизать, чередуя, на шпажку длиной 25—30 см, посыпать солью, красным и черным молотым перцем.

Завернуть шашлык в пергаментную или в жиронепроницаемую бумагу в виде пакета, у основания с одного конца перевязать шпагатом, с другого конца влить сухое вино и также завязать.

Завернутые таким образом шашлыки обернуть плотной бумагой и перевязать шпагатом. Бумагу смочить водой, положить в разогретые угли и накрыть ими сверху. Через 50—60 мин шашлык готов.

ШАШЛЫК ПО-ЧАБАНСКИ

Мясо молодого барашка, чеснок, тмин — по вкусу.

Молодого барашка освежевать, желудок освободить и начинить мясом. Затем зашить и закопать внутрь костровой ямы.

Держать под золой в течение суток без всякого предварительного маринада и лука, только с чесноком и тмином.

Все это время костер разводится и горит как обычно.

Существует вариант того же шашлыка: порубленное мясо барашка завернуть в его собственную шкуру и закопать в костер до утра.

Утром раскопать и можно есть.

ШАШЛЫК ИЗ ГОВЯДИНЫ С ВОДКОЙ (РУССКАЯ КУХНЯ)

1 кг мяса, 50 мл водки, гранатовый сок, базилик, черный перец горошком, соль — по вкусу.

Мариновать мясо для шашлыка лучше в вине, водке, соках, используя в больших количествах пряности: майоран, укроп, петрушку, сельдерей, чабрец, эстрагон, шалфей.

Вырезку нарезать поперек волокон небольшими квадратными кусками, держать в маринаде ночь.

Нанизать на шампуры кусочки мяса со свежими сливами, томатами и яблоками.

ШАШЛЫК ПО-ЯПОНСКИ

2 цыпленка, 6 ст. ложек красного столового вина, 6 ч. ложек соевого соуса, 0,5 ч. ложки сахарного песка, 0,5 ч. ложки молотого имбиря, 1 стебель лука-порея, 1 пучок зеленого лука, 1 болгарский перец, 1 ст. ложка панировочной муки.

В Японии издревле готовили мясо на горячих углях, нанизывая его кусочки на бамбуковые палочки длиной 15 см. Как правило, это птица.

Нанизываются и скатанные из рубленого мяса шарики, и потроха, и куриная кожа. Потому шашлычки и получили название «якитори» (жареная птица).

Особой популярностью пользуется «моцуяки» — кусочки обжаренной свиной печени. Это блюдо богато железом и витаминами.

Секрет вкусного «якитори» состоит в кисло-сладком соусе «тарэ» на соевой основе, которым сбрызгивают жарящееся мясо.

Готовый шашлык присыпают жгучим перцем, смешанным с другими приправами.

Лишь иностранец станет снимать куски мяса с бамбуковых палочек. Японцы едят его, откусывая прямо с шампуров и запивая холодным пивом.

Вино, соевый соус, сахар, имбирь смешать, посуду поставить на огонь, дать закипеть, добавить муку, помешивая, чтобы не образовались комки, остудить.

Мясо цыплят срезать с костей, нарезать небольшими кусочками.

Лук порезать кусочками по 2 см. Перец разрезать пополам, удалить сердцевину и семена.

Мясо, перец и лук, чередуя, надеть на шпажки, полить соусом и жарить с каждой стороны по 12 мин.

ШАШЛЫК ПО-ЦЫГАНСКИ

500 г телятины, 500 г свинины, 250 г репчатого лука, соль, черный молотый перец — по вкусу.
Для гарнира: 10 помидоров, 300 г брынзы.

Классической цыганской кухни не существует, но принципы приготовления пищи у цыган близки к венгерской, румынской и частично болгарской кухне.

Для шашлыка взять мякоть и вырезку телятины и свинины. Нарезать мясо кубиками 3х3 см, нанизать их, чередуя телятину и свинину, на вертел, быстро обжарить на решетке, потом посолить и поперчить.

На гарнир — помидоры, фаршированные луком или брынзой (если с брынзой, то сырые, если с луком, то печеные).

Приготовление гарнира: вынуть чайной ложкой сердцевину из помидора и начинить его мелко порезанным репчатым луком, посолить, запечь в разогретой духовке в течение 5—7 мин, а если духовка очень горячая, то и того меньше.

Вынутую из помидора начинку разболтать с сырым яйцом, а потом залить эту смесь обратно в помидор, положив внутрь веточку зелени, немного перца и соли, и снова запечь.

ШАШЛЫК ПО-ПЕКИНСКИ

1 кг баранины, свинины или говядины, 150 г репчатого лука, 200 г болгарского перца, 50 г помидоров, 50 г яблок, 25 мл соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 25 мл шаосиньского вина (заменяется хересом или коньяком, разведенным 1:1 водой), 15 г крахмала, 1 яйцо, 150 мл растительного масла (если жарить на сковородке), черный молотый перец — по вкусу.

Мякоть баранины порезать на ломтики длиной 3 см, толщиной от 0,5 до 1 см, репчатый лук нарезать кольцами, болгарский перец — ломтиками, яблоки и помидоры — мелко.

Ломтики баранины положить в посуду, добавить порезанные лук, яблоки, помидоры, влить соевый соус, вино. Если соевый соус несоленый, посолить.

Все посыпать глутаминатом натрия и молотым перцем, хорошо перемешать.

Взбить яйцо с крахмалом, влить в посуду, перемешать и замариновать все продукты.

На короткие шампуры нанизать ломтики лука, баранины, сладкого перца и т. д. Если мясо жарится на сковороде, то весь шампур должен быть полностью унизан продуктами. А если жарить на углях, то без пламени.

Можно сковороду поставить на огонь, влить растительное масло, сильно разогреть, плотно уложить шампуры с шашлыком и обжарить с обеих сторон.

ЧОП-КЕБАБ (БОЛГАРСКАЯ КУХНЯ)

2 кг баранины, 1 кг свежих кабачков, 4 яйца, 150 г топленого масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть задней ноги барашка нарезать кусками. Свежие кабачки очистить, нарезать кружочками и посолить. Нанизать на вертел, чередуя мясо и кабачки, и обжарить в масле на сковороде.

Когда мясо и кабачки остынут, посыпать черным молотым перцем, смочить во взбитых яйцах и поджарить еще раз. Подавать на стол с жареным картофелем.

МОЛОЧНЫЙ КЕБАБ (БОЛГАРСКАЯ КУХНЯ)

1 кг баранины, 500 мл молока, корица, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть баранины нарезать кусочками по 30—40 г, посолить, посыпать черным молотым перцем и выдержать 1—2 ч.

В кастрюлю влить молоко, довести до кипения, положить мясо и варить 20 мин. Затем мясо нанизать на вертел и поджарить на решетке, время от времени поливая молоком. Готовый кебаб посыпать корицей.

ШИШ-КЕБАБ ПО-ТУРЕЦКИ

2 кг баранины, 1—2 лимона, 100 г миндаля, 300 г кислого молока, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мякоть баранины (заднюю ногу) нарезать кусочками по 30—40 г, положить в эмалированную посуду, полить соком лимона, посыпать солью, черным молотым перцем и выдержать в течение 2 ч.

Нанизать кусочки мяса на вертел и обжарить.

Готовый шашлык посыпать измельченным миндалем и залить хорошо взбитым кислым молоком. Подать, не снимая мясо с вертела.

СТОМНА-КЕБАБ ИЗ БАРАНИНЫ (БОЛГАРСКАЯ КУХНЯ)

500 г баранины, 300 г зеленого лука, 3 острого стручкового перца, 20 г муки, 70 г сливочного масла, 125 мл воды, мята, зелень петрушки, чабрец, красный и черный молотый перец — по вкусу.
Для теста: 30 г муки, 1 яйцо.

Взять небольшой глиняный кувшин (по-болгарски — «стомна») или горшок с узким горлышком.

Нарезать небольшими кусочками мякоть баранины от задней ноги, добавить крупно нарезанный зеленый лук, мяту, измельченную зелень петрушки, несколько веточек чабреца, стручки острого перца, черный и красный молотый перец, соль, муку и сливочное масло.

Все продукты тщательно перемешать, поместить в кувшин или горшок, влить воду, закрыть крышкой и замазать ее тестом.

Приготовленный таким образом кебаб запекать в течение 2 ч в духовом шкафу или же зарыть на 2 ч в горячие угли.

ШАШЛЫК ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНИ (ПОЛЬСКАЯ КУХНЯ)

500 г гусиной печени, 150 г шпика или 400 г копченой грудинки, 4 репчатые луковицы, зелень, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Подготовленную печень недавно забитого гуся нарезать кусочками, копченую свиную грудинку — тонкими ломтиками, лук — кольцами, нанизать все вперемежку на шпажку. Обжарить шашлык над углями равномерно со всех сторон. В конце обжаривания посолить и поперчить.

КАВАРМА-КЕБАБ ИЗ СВИНИНЫ (БОЛГАРСКАЯ КУХНЯ)

2,5 кг свинины, 200 г свиного сала, 150 г зеленого лука, 150 мл воды, 200 мл белого сухого вина, черный и красный молотый перец, соль — по вкусу.

Нежирную свинину нарезать мелкими кусочками, обжарить на свином сале и вынуть на тарелку.

В оставшемся жире обжарить мелко нарезанный зеленый лук, посолить, добавить красный и черный молотый перец, влить немного воды, белое сухое вино, снова положить мясо и варить на слабом огне, пока не выпарится жидкость.

Подавать каварма-кебаб с мелко рубленым репчатым луком и зеленью петрушки, добавив немного острого стручкового перца.

ШАШЛЫК ПО-АФРИКАНСКИ

2 кг мяса, 500 мл молока, 150 мл уксуса (3%-ного), 5 шт. острого стручкового перца, 100 г жира, 200 г шпика, 150 мл острого томатного соуса, майоран, тимьян, лавровый лист, черный перец и душистый молотый перец, соль — по вкусу.

Мясо антилопы (заднюю ногу) нарезать кусочками по 30—40 г, положить в глиняный горшок, добавить майоран, тимьян, мелко нарезанный острый стручковый перец, лавровый лист, соль.

Залить мясо молоком и уксусом и выдержать на холоде 2 дня.

После этого мясо вынуть и слегка отряхнуть.

Каждый кусочек мяса завернуть в тонкий ломтик шпика и нанизать на вертел.

Обжарить на решетке. Подать с острым томатным соусом, заправленным изрядным количеством черного молотого и душистого перца.

ШАШЛЫК ИЗ ТЕЛЯЧЬЕГО СЕРДЦА (ПЕРУАНСКАЯ КУХНЯ)

500 г телячьего сердца, 2 дольки чеснока, 2 зеленых стручковых перца, 2 острых перца, 100 мл уксуса (3%-ного), 150 мл оливкового масла, 1 лимон, 75 г репчатого лука, красный молотый перец, соль — по вкусу.

Телячье сердце разрезать пополам, хорошо промыть, удалить прожилки и нарезать кубиками.

Выдержать 24 ч в маринаде из толченого чеснока, мелко нарезанных зеленого стручкового сладкого и острого перцев, соли и уксуса.

Затем надеть на шпажки и запечь на мангале.

Готовый шашлык залить соусом.

Приготовление соуса: растереть деревянной ложкой оливковое масло, сок лимона, уксус, измельченный на терке репчатый лук, красный перец (рекомендуется размешивать в одну сторону).

КЕБАБ ИЗ ПЕРЕПЕЛОК ПО-УЗБЕКСКИ

2 перепелки или куропатки, соль, ажгон, черный молотый перец, мука — по вкусу.

Очищенных и выпотрошенных перепелок или куропаток залить на 15 мин подсоленной водой.

Затем снять кожу, обмакнуть тушки в горячее топленое масло, посыпать ажгоном, черным перцем, обвалять в муке и нанизать на шпажки.

Жарить над углями или в духовке на проволочной сетке, время от времени посыпая тушки мукой, особенно когда из них начнет выделяться сок.

Самый вкусный кебаб получается, если перепелок жарить над углями из можжевельника.

ШАШЛЫКИ ИЗ ПТИЦЫ И ДИЧИ

РЯБЧИКИ ПО-ОХОТНИЧЬИ

1 тушка рябчика, 100 г сливочного масла, 100 г свежей брусники, 200 г сала, сахар, растительное масло — по вкусу.

В подготовленную тушку рябчика положить немного сливочного масла, кусочек сахара, свежую бруснику и защипить разрез деревянными лучинками.

Нашпиговать мясо тушки ломтиками сала, смазать растительным маслом и изжарить над костром на шампуре, равномерно поворачивая тушку.

Готового рябчика положить на листья лопуха или кувшинки, завернуть на 3—6 мин для придания мясу сладковатого привкуса.

КУРОПАТКИ, ЖАРЕННЫЕ НАД КОСТРОМ

2 тушки куропаток, 50 г ветчинного сала, 200 г сала, соль, пряности, листья лопуха или кувшинок, подсолнечное масло — по вкусу.

Тщательно обработать тушки куропаток и слегка обжарить их над углями костра, смазывая каждую ветчинным салом.

Затем нашпиговать грудки и ножки кусочками сала, посыпанными солью и пряностями по вкусу.

Насадить тушки на вертел и, смазывая их маслом, жарить над углями костра до готовности.

Горячие тушки завернуть в листья лопуха или кувшинок и подержать 3—5 мин для аромата.

ШАШЛЫК КУРИНЫЙ

1 курица, 2—3 яйца, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Нарезать курицу кусочками средней величины, сложить в посуду, вбить 2—3 яйца, посолить, поперчить, перемешать, поставить в холодильник на ночь для маринования.

Перед жареньем надеть на шампур (или вертел) по 4—5 кусочков мяса и жарить над углями.

ШАШЛЫК ИЗ ИНДЕЙКИ С ОВОЩАМИ

1 кг филе индейки, 1 крупный цукини, 1 крупный красный болгарский перец, 1 крупный желтый болгарский перец, 3 небольшие фиолетовые луковицы, 3 молодые картофелины, 4 ст. ложки оливкового масла, 1 ч. ложка лимонного сока.

Для маринада: 0,5 стакана кунжутного масла, 0,5 стакана соевого соуса, 0,5 стакана яблочного сока, 1 ст. ложка мелко рубленого чеснока, 1 ст. ложка мелко порубленного свежего имбиря, 1 ч. ложка черного перца.

Порезать филе индейки крупными кусками.

Сделать маринад, тщательно перемешать все ингредиенты.

Куски индейки залить маринадом, закрыть крышкой или пленкой и поставить в холодильник на 8—10 ч.

Перец нарезать кусками, соразмерными с кусками индейки, цукини порезать толстыми кусочками, картофель — тонкими кружочками, лук разрезать пополам.

Смешать оливковое масло, лимонный сок, соль и перец и залить этой смесью порезанные овощи, закрыть пленкой и оставить в холодильнике на 30—40 мин.

Когда продукты промаринуются, нанизать их поочередно на тонкие шампуры так, чтобы каждый кусок индейки окружали куски перца.

Жарить над горячими углями, постоянно поворачивая, 10—15 мин.

ШАШЛЫК ИЗ КУР С ЗЕЛЕНЬЮ И СУМАХОМ

1,5 кг куриного мяса, 175 г репчатого лука, 125 г кинзы и петрушки, соль, черный молотый перец, сумах — по вкусу.

Обработанных кур разрезать на кусочки по 40—50 г, посолить и поперчить, нанизать на шомпол и жарить в мангале.

Готовый шашлык гарнировать репчатым луком, нарезанным кольцами, а сверху посыпать зеленью.

МЯСО ДИЧИ ПО-ОХОТНИЧЬИ

1,5 кг мяса дичи, 150 г свиного сала, чеснок, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Нарубленное кусками толщиной не более 10 см мясо лопаточной части дичи (с костью) тщательно промыть, зачистить от жил, пленок и сухожилий, нашпиговать небольшими кусочками свиного сала и чеснока, посыпав в надрезы для шпигования понемногу соли, смешанной с черным молотым перцем. Сверху куски мяса тоже натереть солью, молотым перцем и толчеными можжевеловыми ягодами (по возможности).

Приготовленные куски мяса обернуть несколькими слоями марли и обмазать глиной слоем до 2 см.

Сделать в горячей земле под костром ямку по размеру подготовленных кусков мяса, положить в нее мясо, засыпать землей и запекать, продолжая поддерживать

костер над заложенным мясом. Запекать куски мяса вначале с одной стороны, а затем с другой.

ШАШЛЫКИ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

ШАШЛЫК-АССОРТИ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

300 г рыбы, 250 г мяса морского гребешка, 250 г мякоти хвоста гигантской морской креветки (можно взять мясо рака), 150 г сладкого перца, 120 г риса, 50 г мидий в раковинах, 60 г креветок, 120—150 мл белого сухого вина, зелень — по вкусу.

Осетрину, мясо морского гребешка и мякоть хвоста морской креветки мариновать в лимонном соке, в который добавить белое вино и зелень.

Затем все продукты панировать в муке, перемешать с паприкой, надеть на шпажки в следующем порядке: рыба, гребешок, креветка.

Жарить на гриле до готовности.

На гарнир лучше всего подавать отварной рис с овощами, обжаренными с томатным соусом, мидии в ракушках, креветки, оливки.

ШАШЛЫК ИЗ ОСЕТРОВЫХ РЫБ

1,5 кг рыбного филе, 150 мл белого сухого вина, 50 мл растительного масла, 0,5 лимона, 300 г репчатого лука, 500 г помидоров, гранатовый сок, черный молотый перец, лавровый лист, соль, зелень — по вкусу.

Из белуги и севрюги шашлык готовить так же, как и из мяса. Рыбу порезать крупными квадратными кусками (примерно 6х6 см), нарезать лук.

Уложить слоями рыбу, лук, крупную соль, черный перец, зелень и хорошо перемешать. Если рыба свежая, достаточно мариновать ее 2—3 ч, если мороженая, то меньше.

Маринад приготовить из вина, растительного масла, лимонного сока, репчатого лука, черного молотого перца и соли.

Не добавлять уксус, так как он размягчит рыбу и при жаренье куски могут падать с шампура в огонь.

Жарить шашлык на углях, время от времени брызгая на разгоревшиеся угли подкисленной уксусом водой. Кожу с рыбы можно не снимать.

После жаренья чешуйки легко очищаются, а кожица, слегка обугленная и пропитанная дымком, очень вкусна.

При подаче на стол (желательно на шампурах) посыпать зеленью и репчатым луком, порезанным кольцами. Сбрызнуть подкисленной уксусом водой, гранатовым соком.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Летом не стоит жарить шашлыки из осетровых рыб, поскольку их мясо быстро портится. Лучше всего покупать осетрину зимой, осенью и ранней весной.

ОСЬМИНОГИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ НА ВЕРТЕЛЕ

600 г осьминога, 20 г зеленого лука, 15 мл растительного масла, 40 мл соевого соуса, 0,3 г черного молотого перца, 10 г сахара, 20 г чеснока, 5 г подсоленного кунжута.

Осьминога разделать, ошпарить, окуная в кипящую воду, снять с щупальцев кожу. Разрезать на части длиной 7—8 см, шириной 1,5 см, толщиной 0,5 см, перемешать с измельченным луком и чесноком, соевым соусом, сахарным песком, растительным маслом, кунжутом, перцем и дать пропитаться в течение 40 мин.

После этого нанизывать на вертел по 5—6 кусков, класть на решетку для поджаривания над огнем (или мангал, или шашлычницу и т. п.) и быстро обжарить.

КЕБАБ ИЗ МЕЛКОЙ РЫБЫ

500 г мелкой рыбы, 2 репчатые луковицы, 150 мл подсолнечного масла, 2 сладких стручковых перца, 3 помидора, красный и черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мелкую рыбу (подойдут хамса, барабулька) очистить, промыть, посолить. Репчатый лук мелко нарезать и обжарить на подсолнечном масле, добавить мелко нарезанный сладкий стручковый перец и продолжать жарить.

В конце ввести мелко нарезанные свежие помидоры.

Когда сок помидоров выпарится, смесь посолить, заправить красным и черным молотым перцем, перемешать и добавить рыбу.

На дно неглубокой кастрюли положить плотную бумагу так, чтобы ее края были выше краев посуды.

Выложить туда смесь рыбы с овощами, завернуть края бумаги конвертом, полить подсолнечным маслом, закрыть кастрюлю крышкой и запекать.

ШАШЛЫК ИЗ ЛОСОСЯ

800 г филе лосося, 1 пучок укропа, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки морской соли, 1 щепотка белого перца.

Укроп мелко нарубить, смешать с сахаром, солью и перцем. Натереть этой смесью филе, накрыть пленкой, оставить на ночь.

Очистить филе от маринада, нарезать кубиками (со стороной 5 см).

Мясо нанизать на тонкие шампуры и готовить на мангале, регулярно переворачивая, около 5 мин.

РЫБА НА КОСТРЕ

1,5 кг свежей рыбы, соль, специи — по вкусу.

Рыбу завернуть в лист лопуха (можно в фольгу или оберточную бумагу, но бумагу надо увлажнить) и закопать в горячую золу костра. Сверху опять развести небольшой костер.

Время приготовления зависит от размеров рыбы и состояния углей (они должны быть жарче, чем для шашлыка, примерно как для печеной картошки). Обычно это от 5 до 10 мин.

Затем угли разгрести, пакет вытащить, развернуть, чешуя остается прилипшей к бумаге и перед вами рыба, приготовленная в собственном соку.

Очень рекомендуется любителям зимней рыбалки.

Можно, кстати, одновременно побросать в золу картошку — будет гарнир.

ШАШЛЫК ИЗ РЕЧНОЙ РЫБЫ

1 кг филе рыбы, 4 репчатые луковицы, 200 г шпика, 4 ст. ложки растительного масла, 1—2 ст. ложки уксуса (3%-ного) или сок 2—3 лимонов, соль, специи — по вкусу.

Рыбу разделать на филе с кожей без костей, нарезать кубиками массой 30—40 г и мариновать их в течение 1—2 ч, добавив уксус или лимонную кислоту, соль, перец и нарезанный кольцами репчатый лук. Шпик нарезать тонкими ломтиками.

На шпажки, чередуя, нанизать кусочки рыбы, сало и кружочки лука и обжарить на сковороде, поворачивая, в течение 15—20 мин.

Обжаренный шашлык поставить в духовку и дожарить до готовности.

К шашлыку подать томатный соус.

РЫБНЫЙ ШАШЛЫК-АССОРТИ С ЗЕЛЕНЬЮ И ЛИМОНОМ

500 г филе окуня, 500 г филе ставриды, 500 г филе трески, 3 пучка зелени петрушки, 1 ст. ложка аджики, 2 лимона, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Филе разных видов рыб нарезать кусочками, посолить, поперчить, посыпать рубленой зеленью, полить лимонным соком, смешанным с аджикой, и выдержать 1 ч.

Замаринованные кусочки рыбы нанизать на деревянные шпажки и жарить над углями, вращая. Подавать с лимоном, свежими овощами, зеленью,

ШАШЛЫК ИЗ ОСЕТРИНЫ

1 кг осетрины, 3—4 репчатые луковицы, 1 лимон, зелень, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Осетрину обработать, промыть и нарезать кусками по 30—40 г.

Посыпать рыбу солью, перцем, добавить измельченный лук, тонко нарезанный лимон и поставить на 40 мин на холод для маринования.

Отряхнуть рыбу от маринада, нанизать на шампуры и обжарить на углях.

При подаче гарнировать шашлык кольцами лука, веточками зелени, дольками лимона.

ШАШЛЫКИ ИЗ ГРИБОВ

Грибы не только вкусны, но и полезны, и питательны, недаром их называют лесным или растительным мясом. Во время постов в старину грибы являлись одним из основных блюд на столе. Даже на царском столе грибы занимали видное место.

По питательной ценности грибы превосходят многие овощи и фрукты, правда, усваиваются они организмом человека всего на 20—40 %. Кроме того, в грибах много минеральных веществ: калия, фосфора, серы, магния, натрия, кальция, хлора и различных витаминов: провитамин А (каротин), витамины группы В, витамины С и D, а витамина РР столько же, сколько в говяжьей печени. Поэтому грибы используются и для приготовления шашлыков. Особый вкус и аромат грибных шашлыков прекрасно подойдет как гарнир к мясу, птице или рыбе.

ШАШЛЫК ИЗ БЕЛЫХ ГРИБОВ

200 г сушеных белых грибов, 3 помидора, 1 репчатая луковица, 1 пучок зеленого лука, 100 г сала, 1 лимон, 1 пучок зелени укропа, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Сушеные белые грибы замочить на ночь. Затем отцедить воду и нарезать крупными ломтиками. Репчатый лук очистить и нарезать толстыми кружочками, свежее свиное сало — кусочками по 3—4 см. Нанизать шампуры, чередуя ломтики грибов, кружочки лука и кусочки сала, сверху посолить, посыпать черным молотым перцем. Шашлыки уложить в глубокую сковороду, залить водой, в которой отмачивались грибы, довести до кипения, закрыть крышкой и тушить на медленном огне 30—40 мин. Готовые шашлыки положить на блюдо с дольками свежих помидоров, украсить ломтиками лимона, веточками свежей зелени.

ШАШЛЫК С САЛОМ И СВЕЖИМИ ГРИБАМИ

500 г свежих грибов (белые, дубовики, подберезовики, подосиновики), 3—5 репчатых луковиц, 100 г шпика, 2 сладких перца, зелень, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Выбрать одинаковые по величине грибы, очистить их и тщательно промыть, отварить в течение 15 мин, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой и отделить шляпки от ножек.

Нанизать на шампуры поочередно шляпки грибов, кружочки лука, тонкие ломтики шпика, посыпать солью, перцем и жарить над углями или на сковороде.

Подавать шашлык с томатным соусом, зеленью укропа или петрушки, сладким перцем.

ШАШЛЫК ИЗ ЛЕСНЫХ ГРИБОВ С ПОМИДОРАМИ

250 г сухих лесных грибов, 12—14 помидоров-черри, 150 г копченого шпика, 2 репчатые луковицы, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Сухие грибы отмочить и отварить в кипящей воде 30 мин, дать остыть. Лук нарезать толстыми кружками. Копченый шпик нарезать тоненькими ломтиками. Нанизать на шампуры, чередуя грибы, лук, шпик и свежие помидоры-черри, посолить и посыпать черным молотым перцем.

Готовить над раскаленными углями на мангале или на решетке на барбекю. Время приготовления — не более 10 мин.

ГРИБНОЙ ШАШЛЫК ИЗ СМОРЧКОВ С ДЫМКОМ

1 кг сморчков, 50 г топленого масла, 30 г муки, 1 пучок зеленого лука, соль — по вкусу.

Сморчки для шашлыка подбирать размером с орех или яйцо. Грибы промыть, положить в дуршлаг, обдать кипятком. Затем целые грибочки нанизать на шампуры по 5—6 штук, сверху смазать топленым маслом, посолить и посыпать мукой, жарить на углях, как шашлык. Подать с нарезанным зеленым луком.

ШАШЛЫК ИЗ СУШЕНЫХ ГРИБОВ С САЛОМ

200 г белых сушеных грибов, 200 г репчатого лука, 50 г зеленого лука, 100 г сала, 100 г свежих помидоров, 0,5 лимона, зелень петрушки и укропа, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Сушеные белые грибы замочить. Когда они набухнут, отцедить, нарезать крупными ломтиками (мелкие грибы не резать). Репчатый лук нарезать толстыми кружочками, свежее свиное сало — кусочками 3—4 см.

Нанизать на деревянные или металлические шпажки поочередно ломтики грибов, кружочки лука и кусочки сала, посолить и посыпать черным молотым перцем.

Шашлыки уложить в глубокую сковороду или гусятницу, залить водой, в которой были замочены грибы, довести до кипения, закрыть крышкой и тушить на слабом огне 30—40 мин.

ГРИБЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ НА УГЛЯХ

0,5 кг свежих грибов, 150 г сала, 2 репчатые луковицы, 3 ст. ложки томата-пюре, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Помыть свежие грибы, положить на 10—15 мин в кипящую воду, затем откинуть на дуршлаг, дать стечь воде. Нарезать лук кольцами, сало небольшими кусочками. Грибы нанизать на шампуры, чередуя их с кольцами репчатого лука и кусочками свиного сала. Шашлык обжарить на мангале или барбекю над раскаленными углями. За несколько минут до готовности добавить томатное пюре, черный молотый перец, соль.

ШАШЛЫК ИЗ ГРИБОВ С КОЛБАСОЙ

300 г колбасы, 2 репчатые луковицы, 200 г свежих грибов, 3 помидора, 3 пера зеленого лука, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Тонкую колбасу нарезать кружочками толщиной 2 см. Репчатый лук нарезать четвертинками и обдать кипятком. Свежие грибы (шляпки) перебрать, промыть и обжарить. Свежие помидоры нарезать ломтиками.

Подготовленные продукты надеть на шампуры, чередуя колбасу, лук, помидоры, грибы, и посолить.

Обжарить шашлык в горячем жире со всех сторон и подать, посыпав молотым перцем и мелко нарезанным зеленым луком.

ШАШЛЫК ИЗ ЛЕСНЫХ ГРИБОВ СО ШПИКОМ

600 г свежих лесных грибов, 120 г шпика, 4 репчатые луковицы, 1 пучок зелени укропа, 1 пучок зеленого лука, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Шляпки подосиновиков, подберезовиков, волнушек почистить, помыть и отварить 20 мин в кипящей воде. Остывшие грибы нанизать на шампуры, перемежая их тонкими кусочками шпика, кружками репчатого лука, сверху посолить и поперчить по вкусу. Готовить на мангале над раскаленными углями без пламени, периодически поворачивая шампуры. Затем выложить на блюдо и украсить свежей зеленью.

ШАШЛЫК ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

600 г шампиньонов, 150 г копченого или соленого шпика, 4—5 помидоров, 3 репчатые луковицы.

Шампиньоны почистить, промыть, обдать кипятком. Крупные грибы порезать вдоль на 2—3 части, маленькие можно оставить целыми. Шпик нарезать тоненькими кусочками, помидоры и лук — кольцами. Все продукты нанизать на шампуры и готовить над раскаленными углями 3—7 мин.

БЫСТРЫЙ ШАШЛЫК ИЗ СЫРОЕЖЕК

500 г свежих сыроежек, 50 г муки, 100 г сливочного масла, соль — по вкусу.

Некрупные шляпки свежих сыроежек очистить от кожицы, отварить в течение 5 мин в кипящей воде. Охладить, дать стечь воде, окунуть каждый грибок в растопленное сливочное масло, обвалять в муке. Деревянные шампуры отмочить в холодной воде 20 мин. Нанизать на шампуры и жарить на мангале или на решетке над раскаленными углями 4—6 мин.

ГРИБЫ С КУРИЦЕЙ И ПЕРЦЕМ НА УГЛЯХ

12—14 свежих шампиньонов, 400 г куриного мяса, 2 сладких перца, 1 баклажан, 1 репчатая луковица, 100 г майонеза, 5—6 китайских лимонов, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Куриное филе нарезать кубиками 3х3 см. Крупную луковицу очистить и нарезать кольцами. Положить кусочки мяса в посуду вместе с луком, добавить майонез, соль, перец по вкусу и поместить в холодильник на 4—6 часов. Свежие шампиньоны помыть, обсушить, крупные разрезать на две части. Сладкий болгарский перец очистить — удалить плодоножки, семена, нарезать ломтиками. Баклажаны помыть, нарезать крупными полукольцами. Китайские лимоны нарезать кружочками. На шампуры нанизать вперемежку маринованное мясо, болгарский перец, баклажаны, грибы, китайские лимоны, лук. Жарить на решетке мангала, периодически переворачивая до готовности мяса. Подавать со свежими овощами, сбрызнув лимонным соком.

ГРИБНЫЕ РУЛЕТИКИ НА БАРБЕКЮ

500 г шампиньонов, 1 кг свинины, 120 г горчицы, 10 г розмарина, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Шампиньоны помыть, обсушить и нарезать крупными дольками. Затем обжарить на сковороде, охладить, добавить свежие веточки розмарина, средней остроты горчицу, перемешать. Филе свинины (лучше брать шейку) нарезать ломтями, отбить деревянным молотком, положить грибную смесь, завернуть рулетиками и закрепить деревянными шпажками. Сверху рулетики посыпать солью и перцем, сложить в кастрюлю и настаивать в прохладном месте час. Готовить рулетики на решетке в барбекю с закрытой крышкой, не забывая периодически их переворачивать.

ШАМПИНЬОНЫ-ГРИЛЬ

300 г шампиньонов, 1 сладкий перец, 1 стебель лука-порея, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки соевого соуса, 0,5 ч. ложки приправы «Гарам-масала».

Шампиньоны вымыть, разрезать каждый гриб пополам. Сладкий болгарский перец вымыть, удалить сердцевину, разрезать на небольшие куски. Лук-порей вымыть, разрезать вдоль на две половины, затем нарезать небольшими дольками. Сложить овощи и грибы в посуду, добавить растительное масло и соевый соус, приправить «Гарам-масалой» и перемешать. Оставить на час. Нанизать грибы и овощи на шпажки и жарить на гриле по 3 мин с каждой стороны.

ШАШЛЫК-АССОРТИ ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ

1 кг лесных грибов, 3 репчатые луковицы, 150 г свиного сала, 100 г томата-пюре, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Свежие белые грибы, подосиновики, подберезовики, рыжики погрузить на 10—15 мин в кипящую воду, откинуть на дуршлаг, нанизать на тонкие деревянные палочки, чередуя грибы с кольцами репчатого лука и кусочками свиного сала. Шашлыки обжарить над углями. За несколько минут до готовности к шашлыку добавить томат-пюре, перец и соль.

ОРИГИНАЛЬНЫЕ ШАШЛЫКИ ИЗ ДРУГИХ ПРОДУКТОВ

ШАШЛЫК ИЗ ОВОЩЕЙ

20 кочешков брюссельской капусты, 20 кочешков цветной капусты, по 2 стручка сладкого перца разных цветов, 5 крупных помидоров, 5 мелких репчатых луковиц, 250 г майонеза, 100 г корнишонов, 0,5 ч. ложки красного молотого перца, 300 г сала, зелень — для украшения.

Кочешки капусты разрезать пополам, стручки перца нарезать крупными ломтиками, лук и помидоры — дольками.

Нанизать овощи и сало вперемежку на шампуры, обжарить до образования корочки.

Подавать шашлыки на блюде, украсив зеленью. Соус подать отдельно.

Приготовление соуса: смешать майонез, рубленые корнишоны и молотый перец.

ШАШЛЫК ИЗ СОСИСОК С ГРУДИНКОЙ И ЧЕРНОСЛИВОМ

3 сосиски, 2 репчатые луковицы, 5 помидоров, 5 шт. чернослива, 50 г нарезки копченой грудинки, 25 г сыра, зелень петрушки — по вкусу.

Поджаренные на углях сосиски приобретают совершенно особый вкус и аромат, поэтому рекомендуются всем как блюдо для пикников, особенно если в компании есть дети, а мясо удалось жестковатым.

Сосиски нарезать кусками длиной 3—4 см.

Чернослив замочить в теплой воде на 6—8 ч, удалить из него косточки и обернуть каждую сливу полосками нарезанной грудинки. Лук и помидоры нарезать четвертинками. Надеть на шампуры вперемежку сосиски, свернутые листья петрушки и лук, помидор, сливу в грудинке, ломтик сыра, снова сосиску.

ШАШЛЫК ИЗ БАРАНЬЕГО ОКОРОКА С КАРТОШКОЙ

125 кг картофеля, 300 г бараньего окорока, 200 г зеленого лука, 50 г петрушки, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Картофель очистить, крупные картофелины порезать на куски по 45—50 г и бланшировать в горячей соленой воде.

Бараний окорок или курдюк нарезать кусочками по 15—20 г и нанизать вперемежку с картошкой на шампур и жарить на мангале.

ОРИГИНАЛЬНЫЙ ШАШЛЫК

1 репчатая луковица, 2 дольки чеснока, 2 ст. ложки растительного масла, 3 стручка желтого сладкого перца, 600 г мясного фарша, 1 яйцо, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 10 помидоров-черри, 10 мини-шариков из сыра «Моцарелла», кайенский перец — по вкусу.

Лук и чеснок измельчить и пассеровать в растительном масле. Добавить сладкий перец, нарезанный крупной соломкой, и потушить. Выложить овощи в форму.

Фарш смешать с яйцом, сухарями, солью, молотым черным кайенским перцем. Скатать шарики и обжарить в растительном масле.

Нагреть духовку до 180° С. На шпажки, смазанные растительным маслом, нанизать мясные шарики, помидоры и шарики из «Моцареллы».

Выложить на тушеные овощи и запекать в духовке 10 мин.

ЛОМТИКИ ПОЧЕК И СЕРДЦА НА ШАМПУРАХ

300 г телячьих почек, 300 г сердца, 200 мл красного сухого вина, 2 репчатые луковицы, 3 помидора, 2 ст. ложки растительного масла.

Очистить почки от пленки и жил, сердце разрезать пополам, удалить кровеносные сосуды, пленку и жир. Все нарезать ломтиками толщиной в палец и не менее 30 мин держать в вине.

Обсушить, нанизать на шампуры вперемежку с толстыми кольцами лука и дольками помидоров, смазать растительным маслом, посыпать приправами и поджарить.

Подавать на стол сразу. На гарнир подать пряный соус.

Глава 7

Барбекю по-русски

МОДА НА БАРБЕКЮ: ЧТО ЭТО ТАКОЕ И КАК ЕГО ГОТОВИТЬ

Барбекю — это стиль, причем не только приготовления еды, но и времяпрепровождения, то, что у нас называется «поехать на шашлыки», только в американском варианте. Сейчас мода на барбекю распространилась по всему миру. В общем, барбекю — это жаренье на решетке всего того, что можно пожарить под открытом небом на углях.

Слово «барбекю» происходит от гаитянского понятия «лежанка» или «топчан». Французы считают, что слово барбекю означает «от бороды до хвоста», т. е. над углями обжаривается целая туша.

Ежегодно в ноябре в южноафриканской степи, неподалеку от города Кейптаун, собирается до двухсот тысяч человек. В ЮАР ноябрь — весенний месяц. Начался ноябрь, начался весенний фестиваль браай, что значит на языке африкаанс «барбекю».

Таким образом, все эти переводы говорят о любви человечества к приготовлению еды на углях, т. е. жива историческая память человечества о пещерах, о костре, о приготовлении на нем пищи.

Многие народы отстаивают свое первенство в изобретении барбекю, что подобно борьбе за первенство в изобретении блинов, пельменей, лапши, пива или шашлыка. Это слишком древние блюда, появившиеся за много тысячелетий до появления любого из современных народов. Но каждый народ непременно хочет считать себя более талантливым, чем остальные. Потому этим кулинарно-историческим спорам не будет конца.

Между тем барбекю из способа проведения досуга превратилось почти в спорт. Проводятся даже континентальные и мировые чемпионаты. Главное их отличие от «нормальных» спортивных состязаний состоит в полном отсутствии спортивной злости.

Где бы вы ни задумали устроить барбекю — во дворе, на террасе, на пляже или в тенистом местечке в парке — еда станет праздником и для вас, и для ваших друзей.

В этой главе дано описание всех подробностей и мельчайших деталей, имеющих отношение к барбекю.

Вы узнаете, как быстро зажечь уголь, как правильно зажаривать продукты, какая утварь и принадлежности необходимы для барбекю и как сделать блюдо по-настоящему вкусным и ароматным.

УСТРОЙСТВА ДЛЯ БАРБЕКЮ

Мангал — простейшее устройство в виде металлической коробки на ножках. В коробке — пышущий жаром уголь, вместо крышки на коробку ставят решетку. Мангалы выпускают разнообразные, очень хороши складные, не занимающие много места на балконе, в подсобном помещении на даче, в багажнике автомобиля.

Со временем, набравшись опыта, вы сумеете легко разжигать барбекю. Чтобы разжечь обычное барбекю на углях, используйте угольную трубу (металлический цилиндр с решеткой), на которую можно положить скомканные газеты, а уже на них угольные брикеты или электрическое барбекю, где среди углей проходит горячая нить, или положите угли пирамидой (для хорошей циркуляции воздуха) и полейте их горючей смесью (мгновенно зажигающийся уголь уже обработан горючими веществами).

Насыпайте уголь щедро, так, чтобы слой его покрывал запекаемую пищу на 2—3 см. Если же на улице холодно и ветрено, добавьте еще немного угля. Уголь нагревается до нужной температуры за 20 мин, он становится серого, пепельного цвета днем или красноватым вечером.

Перед тем как ставить решетку, разложите уголь в один слой или, если готовите на закрытом огне, сложите его по обеим сторонам барбекю. (Следуйте инструкциям изготовителей газовых или электрических барбекю!)

Оборудование для барбекю с каждым годом усовершенствовалось. И в конце концов появилось устройство, очень похожее на паровоз братьев Черепановых, — «Смокин Чарли». Это три последовательно соединенные металлические камеры, каждая из которых имеет дверцу и решетки. Две камеры располагаются горизонтально, одна — вертикально, есть выхлопная труба. В довершение сходства с паровозом корпус «Смокин Чарли» устанавливается на колеса. Дорогие модели увешаны датчиками температуры. Благодаря этому устройству и нескончаемой человеческой фантазии на углях сейчас готовится все: от супа до десерта, и даже печется хлеб.

Однако далеко не все могут позволить себе такое дорогостоящее оборудование. Поэтому, не мудрствуя лукаво, соорудить барбекю можно и самим.

Простейший дворовый камин представляет собой нишу в кирпичном (каменном) ограждении высотой 100х140 см полукруглой, квадратной или треугольной формы. Пол очага лучше сложить из камней. Огонь в таком камине горит устойчиво и ровно даже в самую ветреную погоду. А если сделать жестяный свод с трубой, то улучшится тяга и теплоотдача.

Для сооружения очага надо выкопать котлован круглой формы глубиной 40 см и диаметром 230 см. Дно, стенки и края выкладывают природным камнем или кирпичом на ребро. В середине котлована делают под очага круглой формы диаметром 80 см. Над ним на металлической треноге из труб устанавливают конусный свод с трубой из листового железа. Камин окружают забором-частоколом из подтоварника диаметром 12—14 см и высотой 60 см. Колья забивают (закапывают) в грунт, а сверху по торцам крепят между собой скобами из проволоки диаметром 5—6 мм.

Если в вашем районе частые и обильные осадки, котлован камина следует оборудовать водосливной трубой с отводом воды в поглощающую яму.

Для приготовления блюд «с дымком» наиболее пригоден особый вид камина — гриль. По устройству он несколько отличается от обычного, так как имеет открытую топку с решеткой и приспособления для подвешивания котелков, шампуров и т. д. Пристенный монолитный гриль из бетона с жестяным сводом можно устроить у каменной стены дома, во внутреннем дворике или у кирпичной стены хозяйственной постройки.

Очень удобен в эксплуатации открытый гриль цилиндрической формы из кирпича (можно использовать и железобетонное кольцо), который кладут с подтеской или, что еще проще, с заполнением расширенных швов раствором с примесью шамотного песка или мелкодробленого красного кирпича. Такой гриль можно установить в любом месте участка.

При сооружении более совершенной конструкции камина-гриля используют уголки для каркаса и подкосов, доски для боковых столиков, листовое железо для свода с трубой и красный кирпич. Основание выполняют из монолитного бетона. Стенки очага кладут в полкирпича на глиняном растворе с примесью асбеста высотой в шесть рядов. В третьем и пятом ряду (снизу) обязательно вставляют металлические уголки 50х50 мм и длиной 45 см, а для крепления верхней и колосниковой решеток — одинакового размера 45х45 см.

Колосниковую решетку делают из листовой стали толщиной 3—4 мм, перфорированной отверстиями диаметром 10 мм в шахматном порядке; верхнюю — из полосок стали сечением 20х5 мм, закрепленных ребром на прутках диаметром 10 мм.

Гриль можно установить в помещении, на террасе, в полуподвале с выводом наружу дымоходной трубы. При установке его на открытом воздухе между очагом и сводом желательно сделать заднюю стенку из листового железа.

КАКИЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ СЛЕДУЕТ СОБЛЮДАТЬ

При устройстве и использовании дворовых каминов нельзя забывать о мерах противопожарной безопасности. Ставьте барбекю на плоскую поверхность, чтобы оно случайно не перевернулось, и подальше от вьющихся растений, заборов и кустарников, которые могут внезапно загореться.

Избегайте загрязнений. Используйте разную посуду для сырых и для готовых продуктов. Мойте все принадлежности, емкости, разделочные доски и столы горячей мыльной водой после того, как они соприкасались с сырыми продуктами.

Чтобы токсичный дым от угля не скапливался, ставьте барбекю в хорошо проветриваемом месте и никогда не готовьте барбекю в закрытом помещении!

Опасно добавлять горючую смесь в пламя или в горящие угли. Особенно опасны бензин и парафин, потому что они могут взорваться.

Обрезайте лишний жир, чтобы огонь не вспыхивал от падающих с продукта капелек жира.

Не жарьте до черноты: обугленная корочка на продукте вредна. После того как вы закончили готовить, закройте барбекю и вентиляционные отверстия: угли должны выгореть полностью. Пепел остывает не менее 48 ч. Отгоревшие угли выбросьте в невоспламеняющийся контейнер. Если вам надо избавиться от углей до того, как они остыли, выньте их щипцами с длинной ручкой и заройте в песке или опустите в ведро с водой.

ДРОВА ИЛИ УГОЛЬ?

Дровами не пользуются, даже если едут на природу, а берут с собой специальный прессованный уголь и мангал. Кстати, преимущества такого угля очевидны: экономится время, нет необходимости ждать, пока дрова прогорят до состояния углей.

КАК ПРОВЕРИТЬ ТЕМПЕРАТУРУ В БАРБЕКЮ

Чтобы понять, какая температура в барбекю, подержите руку ладонью вниз на расстоянии 10 см от огня. Считайте секунды до тех пор, пока огонь не заставит вас отдернуть руку. Если вы сможете не отдергивая держать руку 2 с, барбекю хорошо нагрелось (190° С и выше); 3 с — жар средний (180—190° С); 4 секунды — температура умеренная (150—180° С); 5 с — температура невысокая (100—150° С).

Если огонь слишком велик, поднимите решетку, на которой готовится еда, и разбросайте уголь. В закрытом барбекю закройте наполовину вентиляционное отверстие. Если нужно усилить огонь, опустите решетку, на которой жарится еда, смахните пепел с углей и соберите их поближе друг к другу, добавьте углей по краю. В закрытом барбекю полностью откройте вентиляционные отверстия.

ГЛАВНОЕ УСЛОВИЕ БАРБЕКЮ — АРОМАТИЗАЦИЯ

Чтобы курица, окорок, рыба, свинина или говядина приобрели аромат цитрусовых, за 5 мин до готовности посыпьте угли цедрой апельсина, лимона, лайма и даже грейпфрута. А если хотите, чтобы еда пахла дымком, добавьте ароматную деревянную стружку (сначала опустите ее в воду, чтобы запах стал более явным и продлилось время горения). Очень подходят для этого мескитовое дерево и кария. Можете и сами подобрать дерево для более экзотического запаха, например ольху, древесину фруктовых деревьев или виноградную лозу (добавляйте большие щепки в начале жарки, небольшие лучинки — в конце, только чтобы поддерживать огонь).

Прекрасно жарятся на барбекю фрукты: нектарины, сливы, ананасы и персики. Соблазнительны сладкие и пахнущие дымом палочки корицы, гвоздики, звездочки аниса и горошины душистого перца. Просто намочите их в воде и добавьте в угли.

Сделайте аромат мяса, даров моря и овощей еще приятнее, посыпав угли в конце готовки веточками розмарина или тимьяна, лавровым листом, влажными неочищенными дольками чеснока.

ЧТО ПОНАДОБИТСЯ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БАРБЕКЮ

Пакеты из фольги

Пакеты из фольги удобны для жаренья небольших продуктов, например, даров моря или овощей (они просто идеальны, если у вас нет подноса для барбекю). В такой пакет можно добавить ароматные оливковое масло, цедру цитрусовых, пармскую ветчину или свежие травы.

Чтобы сделать упаковку, положите продукт в центр сложенного вдвое листа плотной фольги. Закройте пакет, завернув два раза швы сверху и с краев (оставьте небольшое отверстие для выхода пара). Чтобы не прорвать такой пакет, переворачивайте его щипцами.

Шампуры

Если вам нравится пользоваться металлическими шампурами, то их лучше покупать не с круглым сечением, а скрученным или квадратным, так как на круглых шампурах при их переворачивании продукт вертится, скользит и может запечься неровно. (Деревянные и тонкие бамбуковые шампуры не скользят, поэтому их круглая форма не помеха.)

Деревянные и бамбуковые шампуры перед использованием обязательно замочите в воде на 15 мин, чтобы они не воспламенились от огня. Хорошенько их обсушите. Чтобы продукт готовился ровно, не нанизывайте на шампур слишком много кусочков, между ними должно оставаться свободное пространство.

Дополнительные меры безопасности:

- нарезайте продукт одинаковыми по размеру кусочками
- на одном шампуре должны быть нанизаны продукты с одинаковым временем приготовления
- громоздкие куски, например, большие толстые кольца репчатого лука, не распадутся и не провалятся сквозь решетку гриля, если вы насадите их на два параллельных шампура.

Щипцы с длинной ручкой

Такие щипцы незаменимы для переворачивания еды и разгребания углей. Не переворачивайте мясо или птицу вилкой: она может проткнуть мясо, и тогда сок из него вытечет и аромат уменьшится.

Кисточка

Ею нужно намазывать соус или смазывать растительным маслом решетку.

Лопатка для рыбы

Такая лопатка хороша для переворачивания нежной рыбы (филе или целой рыбины), которая в ином случае может развалиться. Для этих целей можно использовать и два ножа-шпателя.

Щетка

Щеткой с жесткой щетиной легко мыть барбекю. Щеткой в форме буквы V можно мыть барбекю сразу с обеих сторон.

Рукавицы

Рекомендуется покупать рукавицы длиной до локтя из негорючих материалов.

Корзина для гриля на петлях

В проволочной корзине легко переворачивать целую рыбину и другие нежные продукты.

Широкий плоский совок

Его можно использовать по прямому назначению для выгребания ненужных углей по окончании пикника, а дополнительно можно использовать и как некое подобие веера для раздувания огня в начале разжигания. Правда, некоторые особо подверженные влиянию технического прогресса берут с собой на пикник фен или

вентилятор, работающие от батареек. Можно применять вентилятор, работающий от электрической сети, когда шашлыки готовятся на балконе (розетка рядом, да и махать руками не очень хочется).

Поднос для барбекю

Эта решетка с мелкими дырочками необходима для зажаривания овощей, даров моря и рыбного филе.

Поднос для жареного мяса

Ни в коем случае не стоит использовать одну и ту же посуду для сырого и запеченного мяса.

Двойные решетки с зажимом

Для запекания рыбы или печенки хорошо иметь специальные двойные решетки с зажимом, чтобы продукты не рассыпались.

Посуда для пикника

Лучше всего для этих целей брать одноразовую посуду: ее не нужно мыть и везти домой, она выбрасывается вместе с мусором.

КАК ЧИСТИТЬ УСТРОЙСТВО ДЛЯ БАРБЕКЮ

Сразу после использования барбекю и перед мытьем поскребите решетку щеткой с металлической щетиной. Дайте решетке слегка охладиться, затем опустите ее в горячую мыльную воду, чтобы отмокла глубоко въевшаяся сажа.

Если решетка слишком велика для вашей раковины, пусть она постоит часок завернутая во влажные кухонные полотенца, а уж затем начинайте ее чистить.

Чтобы отмыть газовое барбекю, сразу после использования разведите огонь посильнее, и пусть оно постоит 10—15 мин с закрытой дверцей. Затем щеткой с металлической щетиной соскребите остатки еды. Чтобы еда меньше приставала к решеткам, натрите их перед употреблением растительным маслом.

ВИДЫ БАРБЕКЮ

Барбекю на открытом огне

В данном случае пища готовится прямо над огнем. Этот способ хорош для продуктов, которые надо готовить меньше 30 мин: для курицы без костей, стейков рыбного филе, гамбургеров и хот-догов.

Барбекю на закрытом огне

Такой способ похож на зажаривание в духовке и годится для приготовления продуктов, которые жарятся больше 30 мин: жаркого, целой индейки, курицы с костями, ребрышек и грудинки. Все это нужно готовить в закрытом барбекю.

Распределите угли с обеих сторон сковороды на нижней решетке. Когда угли будут готовы, положите продукт на сковороду, стоящую в центре барбекю. Для того чтобы было больше влаги, в сковороду можно налить воду, бульон или фруктовый сок.

Закройте дверцу и не открывайте ее до конца готовки или до тех пор, пока вам не надо будет добавить углей (примерно через 1 ч). Переворачивать продукт нет необходимости.

Для барбекю размером 56 см и для жаренья в течение 1 ч вам потребуется 25 брикетов угля с каждой стороны сковороды (всего 50). Добавляйте по 8 новых брикетов с каждой стороны для каждого дополнительного часа готовки.

МАРИНОВАНИЕ БЛЮД ДЛЯ БАРБЕКЮ

Процесс маринования — это самое приятное и легкое занятие. Самое простое — мариновать в полиэтиленовых пакетах. Нужно соединить в них все ингредиенты для маринада и мясо, птицу или рыбу, выдавить из пакета лишний воздух, завязать его и положить в холодильник. Если вы хотите мариновать в миске, то она должна быть сделана из стекла, керамики или нержавеющей стали, чтобы маринад не окислился.

Как обращаться с сырыми продуктами

Маринад из-под сырого мяса, птицы или рыбы не должен соприкасаться с готовой пищей. Мариновать продукты (кроме овощей) следует в холодильнике. При комнатной температуре мариновать можно только 30 мин. Если желаете потом

использовать маринад в качестве соуса, перед подачей на стол прокипятите его 2 мин. Оставшийся маринад вылейте, использовать его во второй раз не рекомендуется.

Время маринования

Мясо и птица должны мариноваться от 1 до 3 ч, дары моря — от 15 до 30 мин. Время маринования также зависит и от ингредиентов маринада. Чем больше в маринаде кислоты (лимонного сока, уксуса, йогурта), тем короче время маринования. Передерживать продукты в маринаде тоже не стоит, ибо они станут расползаться. Маринад проникает на глубину 1 см, поэтому не ждите, чтобы он достиг середины толстых кусков.

Чем натирать продукты для барбекю

Приправы, которыми натирают продукты, — это смесь из сухих трав и пряностей, усиливающих аромат. Только после этого мясо и другие продукты можно жарить. Обычные ингредиенты — розмарин, тимьян, красный молотый перец, семена фенхеля, чеснок, укроп и раздавленные горошины душистого или черного перца. Смешайте их и вотрите в мясо, чуть-чуть придавливая, это можно сделать за несколько часов или минут до жаренья.

Гарниры для барбекю

На гарнир к блюдам-гриль ни в коем случае не стоит предлагать вареный рис или макароны.

Основной гарнир — овощные салаты. Было бы глупо готовить, например, мясной салат для мясного барбекю.

Подойдет салат из свежих овощей или просто крупно нарезанные овощи и зелень. Хорошим дополнением к мясу могут быть и запеченные овощи: сладкий перец, разрезанные пополам помидоры и нарезанный толстыми кольцами лук. Помидоры держат до тех пор, пока они не пропекутся, лук следует один раз перевернуть, а перец надо вращать, пока шкурка со всех сторон не почернеет. Потом помидоры «высасывают» из кожицы, лук едят просто так, а с перца перед употреблением снимают обуглившуюся шкурку. Если вдруг перец останется, то его можно разрезать вдоль на несколько частей, сложить в банку, слегка посолив и добавив чеснок. На следующий день у вас будет великолепная закуска к обеду.

Один из самых универсальных гарниров, который можно использовать как для мяса, так и для рыбы, и для птицы, — это картофельный гарнир.

Если барбекю готовят дома или на даче, то в домашней духовке пекут завернутый в фольгу картофель и затем выкладывают его сбоку на решетку мангала для того, чтобы он оставался горячим. Подобный гарнир очень удобен, так как фольга предохраняет продукт от пригорания.

Такой картофель нужно уметь правильно есть. Снимая упаковки, картофелины кладут на тарелку и ножом делают разрез вдоль через фольгу, но не до конца по глубине. Потом пальцами сдавливают картофель так, чтобы разрез раскрылся. В разрез вставляют кусочек сливочного масла и посыпают мелко нарезанным укропом. Масло пропитывает картофель, который выедают из фольги чайной или десертной ложкой.

Если же барбекю проводится вдали от домашнего очага, то дома картофель предварительно чистят, нарезают кружочками и обжаривают. Берут кусок фольги, на него укладывают картофель, посыпают специями, рубленой зеленью, сыром и т. д. Фольгу закрывают «конвертом». Получаются плоские свертки для каждого участника пикника. Их берут с собой и в нужный момент укладывают на решетку мангала, чтобы подогреть.

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД НА БАРБЕКЮ

Рыба и морепродукты

Филе, стейки около 2 см толщиной — 6 мин
Сардины — 2 мин
Незавернутая мелкая рыба целиком — 15 мин
Завернутая мелкая рыба целиком — 20 мин
Королевские креветки — 6—8 мин
Кальмар — 2—3 мин

Курица

Куриные грудки, филе — 10—12 мин
Бедрышки — 20—25 мин
Крылышки и ножки — 15—20 мин

Говядина

Филе, стейки 2,5 см толщиной — 8 мин
Филейная часть — 10 мин
Крестец, мясо на косточке, ребрышки — 12 мин

Баранина

Бараньи отбивные — 4 мин
Вырезка, филей — 6 мин
На косточке — 8 мин

Свинина

На косточке — 8 мин
Отбивные — 8—10 мин
Филе — 15 мин

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ!

- Держите мясо для барбекю в холодильнике как можно дольше, а когда оно уже готово, сохраняйте его теплым в теплой духовке.
- Зажигайте барбекю заранее: когда вы начнете готовить, угли должны быть мерцающее-красными с пепельной пылью сверху.
- Держите сырое и готовое мясо раздельно и используйте разные приборы для работы с ним.
- Всегда мойте руки перед тем, как готовить, и между закладыванием новых продуктов на барбекю.
- Стейки можно готовить с кровью, а котлеты и сосиски всегда должны быть хорошо прожарены. При этом должен выделяться прозрачный сок.
- Крупные куски мяса можно сначала запечь в духовке, а потом закончить их обработку на барбекю.
- Никогда не замораживайте повторно уже один раз размороженное мясо.
- Кроме мяса не забудьте подать много овощей, салаты.
- Никогда не оставляйте готовящееся барбекю без присмотра.
- Стряхивайте излишек маринада перед тем, как готовить на гриле или барбекю: угли могут внезапно вспыхнуть.
- Старайтесь не разрезать стейк, чтобы посмотреть готов ли он: так все соки из мяса вытекут. Лучше нажмите на поверхность щипцами для барбекю.

- Мясо с кровью должно быть мягким; снаружи оно должно иметь коричневый цвет, а внутри — красный.
- Стейк средней готовности должен быть упругим на ощупь, но ровно коричневого цвета снаружи и розоватым в середине.
- Хорошо прожаренное мясо очень плотное на ощупь, коричневое снаружи и ровно прожаренное внутри. Но оно не должно быть сухим.

Теперь, вооружившись самыми необходимыми знаниями, вы вполне можете считать себя подготовленными пользователями замечательного приспособления барбекю, доставляющего удовольствие всем, кто участвует в этом мероприятии, дарящем незабываемые вкусовые ощущения с ароматом дымка и пикантной пряностью.

Приступаем к главному — знакомству с рецептами приготовления блюд-барбекю из различных продуктов.

БАРБЕКЮ ИЗ РАЗНЫХ ВИДОВ МЯСА

КОТЛЕТЫ ОТБИВНЫЕ

4 свиные отбивные, 120 г сыра, 4 веточки петрушки, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Помыть и обсушить свиные отбивные. Сделать в каждой из них прорезь-кармашек. Посолить и поперчить внутри.

Разделить сыр на 4 части, помыть и обсушить петрушку и положить все это внутрь котлеты.

Плотно закрепить края зубочисткой. Обжарить отбивные котлеты на гриле с двух сторон 6—8 мин.

БАРАНИНА ПРЯНАЯ ПО-МАРОКАНСКИ

5 кг баранины без косточки, 5 долек чеснока, 3 ст. ложки молотого кориандра, 3 ст. ложки тмина, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки жидкого меда, 2 ст. ложки мятного соуса.

В большой миске соединить все специи, втереть их в баранину. Мариновать от 30 мин до нескольких часов.

Готовить мясо на барбекю в течение 30 мин, поворачивая.

Перемешать мед и мятный соус, смазать баранину за 10 мин до готовности и снять с гриля.

Накрыть фольгой и оставить на 10 мин. Подавать с салатом, слегка поджаренным хлебом, зеленью.

ГОВЯДИНА АРОМАТНАЯ

600 г филе говядины, 2 луковицы-шалот, 2 ст. ложки бальзамического уксуса, 500 г молодого картофеля, 250 г промытого шпината, 2 ст. ложки оливкового масла, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Положить мясо в невысокую неметаллическую миску и натереть мелко порезанным луком и бальзамическим уксусом. Приправить солью, перцем и оставить на 20 мин.

Порезать картофель на маленькие кусочки и отварить в кастрюле с кипящей водой в течение 12—15 мин до готовности. Снять с огня, добавить шпинат, накрыть крышкой и оставить на несколько минут, чтобы шпинат слегка подвял.

Слить, перемешать в 2 ст. ложках оливкового масла с солью и перцем. Отложить. Тем временем запечь говядину на гриле в течение 6—8 мин с каждой стороны, в зависимости от толщины.

Достать, накрыть фольгой и оставить на 5 мин, затем тонко порезать по диагонали.

Подавать с картофелем и шпинатом, побрызгав оливковым маслом и ароматическим уксусом.

НОГА БАРАШКА, ЗАПЕЧЕННАЯ С РОЗМАРИНОМ

4 кусочка бараньей ноги.
Для маринада: 45 мл (3 ст. ложки) оливкового масла, 2 ст. ложки орегано, 4 лавровых листа, 125 мл красного вина, розмарин — по вкусу.

Баранью ногу разрезать на 7—8 кусков вместе с костью.

Куски проткнуть шампурами, запечь на гриле или барбекю. Или попробуйте надеть на шампуры целую баранью ногу и запечь ее в духовке.

Металлический шампур нагревается, и мясо готовится немного быстрее. Можно запечь мясо на барбекю или в духовке, не надевая на шампур.

Поместить баранину в металлическую миску. Смешать все ингредиенты для маринада, полить мясо маринадом.

Поставить в холодильник, как минимум, на 2 ч, изредка переворачивая. Достать из холодильника, убрать лавровый лист и надеть куски на 4 шампура.

Готовить на барбекю 30—40 мин или в духовке 45 мин —1 ч.

Подавать эту восхитительную баранину, украсив веточкой розмарина, с запеченными овощами: перцами, красным луком и фенхелем.

СТЕЙК С ПЕРЦЕМ

6 стейков толщиной 2 см, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Стейки толщиной 2 см выложить на решетку, посолить и поперчить сверху.

Запекать над очень горячими углями 2 мин, перевернуть, посолить и поперчить вторую сторону, держать над углями еще 2 мин.

КОЛБАСКИ НА РЕШЕТКЕ

4 копченые колбаски, 100 г сыра, 150 г сала (бекона), нарезанного тонкими кусками, майоран, душица или тимьян — по вкусу.

Надрезать колбаски вдоль. Нарезать кубиками сыр. Помыть зелень.

Перемешать сыр и зелень и начинить ими надрезанные колбаски. Завернуть каждую колбаску в 2 ломтика сала.

Обжарить на решетке с каждой стороны 2—3 мин, пока сыр не расплавится.

ОТБИВНАЯ ИЗ КОСУЛИ НА РЕШЕТКЕ

4 порционные отбивные (по 150 г), 1 ст. ложка оливкового масла, 1 ст. ложка лимонного сока, 0,5 ч. ложки гвоздичного перца, 2 груши, 1 ст. ложка меда, 200 мл белого сухого вина, 1 ч. ложка молотой корицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка соли, 125 мл бульона из дичи, черный молотый перец — по вкусу.

Смешать оливковое масло с ложкой лимонного сока и перцем, натереть этой смесью отбивные и оставить на 30 мин.

Разрезать груши на 8 частей, залить оставшимся лимонным соком, медом и 4 ст. ложками вина, смешать с корицей и 15 мин тушить. Вынуть груши.

Отбить мясо скалкой и обжаривать, натерев сливочным маслом, в течение 4 мин с каждой стороны. Затем посолить.

Смешать вытопленный жир с бульоном, вином и соком, в котором тушились груши. Разогреть получившийся соус и залить им мясо.

ТЕЛЯЧЬЯ КОРЕЙКА

1 кг телячьей корейки, 1 ст. ложка приправы «5 перцев», 2 ст. ложки прованских трав, 3 ст. ложки меда, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка готовой зерновой горчицы, 1 ч. ложка водки, 1 ст. ложка соевого соуса.

Смешать соевый соус, водку, масло и мед.

Смазать корейку половиной получившейся смеси, накрыть пленкой, оставить мариноваться на всю ночь.

Смешать остатки маринада с приправой «5 перцев» и прованскими травами, смазать корейку.

Решетку смазать растительным маслом. Жарить корейку на решетке 10 мин, регулярно смазывая маринадом, пока она не прожарится.

БИФШТЕКС С ПРИПРАВОЙ

450 г говяжьей вырезки, нарезанной ломтиками толщиной 2,5 см, 2—3 ч. ложки кайенской приправы.

Намазать кайенской приправой бифштекс с обеих сторон и поместить в гриль.

Можно поджарить его на сухой тефлоновой сковороде. В любом случае готовить его 6,5 мин с каждой стороны.

ЗАКУСКА ИЗ ГОВЯДИНЫ С ГРИБАМИ

3 говяжьих стейка толщиной 2,5 см, 4 крупных гриба, 6 редисок.
Для маринада: 2 ст. ложки свежего имбиря, 3 измельченные дольки чеснока, 1 ст. ложка хлопьев, 0,5 ст. ложки черного молотого перца,

1 ст. ложка кунжутного масла, 1 ст. ложка меда, 4 ст. ложки светлого соевого соуса, 3 ст. ложки мирин (японского рисового уксуса).

Соединить все ингредиенты для маринада. Мясо и грибы залить маринадом и оставить на 30 мин.

Пожарить стейки на горячих углях по 2 мин на каждой стороне, поджарить грибы до готовности.

Перед тем как подавать на стол, порезать каждый стейк на 6 частей, каждый гриб — на четвертинки.

Нарезать редис и надеть по очереди на деревянные коктейльные палочки или зубочистки.

БИФШТЕКС ПО-ДОМАШНЕМУ

1 кг говяжьей вырезки, нарезанной ломтиками толщиной 2,5—4 см, 75 мл оливкового масла.

С каждой стороны полить бифштекс оливковым маслом.

Разогреть гриль и установить решетку на среднюю высоту.

Если жарить бифштекс толщиной 2,5 см, то это займет 5—5,5 мин, если бифштекс толщиной 4 см, то 6 мин и более.

Перевернуть бифштекс.

Время, которое нужно для поджаривания другой стороны, зависит от того, какой бифштекс вы любите — с кровью, средне или хорошо прожаренный.

ШНИЦЕЛИ В ПАНИРОВКЕ

5 свиных шницелей, 30 г муки, 2 яйца, 6,5 ст. ложек растительного масла, 150 г панировочных сухарей, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Шницели отбить плоской стороной молотка, разрезать каждый пополам, посолить и поперчить с обеих сторон.

Высыпать на тарелку муку. Взбить яйца с 0,5 ст. ложки растительного масла.

Выложить на тарелку сухари. Разогреть оставшееся масло.

Обвалять шницели в муке, обмакнуть в яичную смесь сухари и обжарить.

Поджаривать с каждой стороны по 4 мин. Выложить на салфетку и дать остыть.

БАРАНИНА С ТИМЬЯНОМ

4 бараньи отбивные (по 170—225 г), 2 ч. ложки оливкового масла, 2 ч. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки свежих листьев тимьяна без стеблей.

Смазать мясо оливковым маслом и лимонным соком с обеих сторон, посыпать листья тимьяна и оставить на 1 ч, чтобы баранина пропиталась ароматом тимьяна.

Жарить на гриле или барбекю 4—5 мин с каждой стороны.

КОТЛЕТЫ БАРАНЬИ НА ВЕРТЕЛЕ

800 г баранины, 20—30 мл растительного масла, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Мясо нарезать вдоль ребер на котлеты, оставляя в каждой реберную косточку. Котлеты слегка отбить, посолить, посыпать перцем, смазать растительным маслом.

Жарить на вертеле над горящими без пламени углями так, чтобы внутри сохранялся розоватый оттенок.

КАРТОФЕЛЬ СО ШПИКОМ В ФОЛЬГЕ

1 кг крупного молодого картофеля, 80 г шпика, 1 долька чеснока, 1 ст. ложка растительного масла, красный молотый перец, соль, зелень укропа — по вкусу.

Крупные клубни картофеля в кожице надрезать на 3—5 ломтиков и уложить на фольгу, смазанную маслом.

В каждый надрез вложить по ломтику шпика и чеснока, посолить и поперчить. Края фольги плотно соединить.

Запекать картофель над углями костра, подавать горячим, сбрызнув маслом и посыпав рубленой зеленью.

АНТРЕКОТ, ЖАРЕННЫЙ НА ВЕРТЕЛЕ

600 г говядины, 4 ст. ложки сливочного масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мясо разрезать на 2 куска, смазать сливочным маслом, посолить, поперчить.

Жарить на вертеле до мягкости и полного приготовления отварной картофель, зеленый горошек или зеленый салат.

ВЕТЧИНА С АНАНАСОМ НА РЕШЕТКЕ

6 картофелин, 12 ломтиков ветчины, 12 ломтиков консервированного ананаса, 6 ч. ложек нарезанного зеленого лука, 3 ч. ложки оливкового масла, 120 г сливочного масла, 2 дольки чеснока, 3 ст. ложки рубленой зелени укропа, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Смазать решетку гриля частью оливкового масла и обжарить на ней ломтики ветчины. Добавить обсушенные ломтики ананаса, также слегка обжарить.

Для чесночного масла чеснок мелко порубить и перемешать со сливочным маслом и зеленью.

Очищенный картофель разрезать пополам, на выпуклой стороне сделать несколько надрезов на расстоянии 3 мм друг от друга.

Уложить картофель надрезами вверх на смазанную оливковым маслом фольгу, посолить, поперчить, смазать чесночным маслом.

Края фольги соединить и плотно завернуть.

Жарить картофель на решетке до готовности 30—40 мин. При подаче на ломтики ананаса положить ветчину, затем — половинки картофеля, посыпать луком. Подавать горячим.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСНЫМ ФАРШЕМ

4 кабачка, 200 г мясного фарша, 200 г зеленого консервированного горошка, 2 сладких перца, 1 репчатая луковица, 4 ст. ложки кетчупа, 1 пучок зелени укропа, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Кабачки разрезать вдоль пополам, вынуть семена.

Мясной фарш посолить, поперчить, добавить зеленый горошек, кетчуп, мелко нарезанные сладкий перец, лук и зелень укропа, перемешать.

Наполнить кабачки начинкой, завернуть в фольгу и жарить на гриле 20 мин.

Подавать в фольге, слегка раскрыв ее.

Можно посыпать свежей зеленью укропа или петрушки.

ОТБИВНЫЕ С РИСОМ

700 г баранины (корейка с костью), 4 ломтика твердого сыра, 2 ст. ложки сливочного масла, черный молотый перец, соль, листья зеленого салата — по вкусу.

Баранину разрезать вдоль косточек на четыре части. Косточки зачистить, мякоть отбить, поперчить и смазать маслом.

Обжарить отбивные на гриле по 15—20 мин с каждой стороны.

В конце жаренья посолить.

На отбивные положить по ломтику сыра и обжаривать на гриле до тех пор, пока сыр не расплавится. Подавать со свежими овощами, оформив веточками зеленого укропа, петрушки, зеленым луком или листьями салата.

ГОВЯДИНА В МЯТНОМ МАРИНАДЕ

800 г говяжьей вырезки, 2 пучка перечной мяты, 100 мл растительного масла, 2 ст. ложки готовой горчицы, сок одного лимона.

Мясо разрезать на четыре куска.

Для приготовления маринада мяту мелко нарезать, добавить остальные составляющие, все перемешать.

Мясо слегка отбить и опустить в маринад на 2—3 ч.

Достать из маринада, посолить и жарить в гриле в течение 3—4 мин с каждой стороны при температуре 200° С.

БИТОЧКИ ИЗ ФАРША В БУЛОЧКЕ

500 г говяжьего фарша, 4 булочки, 1 репчатая луковица, 1 помидор, 1 огурец, 8 листьев зеленого салата, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки кетчупа, 2 ст. ложки майонеза, 1 ч. ложка готовой горчицы, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Фарш посолить, поперчить, влить 0,5 стакана воды, вымешать и сформовать 4 биточка. Смазать биточки маслом и жарить на гриле по 10—12 мин с каждой стороны.

Булочки разрезать по горизонтали, положить на нижнюю часть лист салата, колечки лука, кружочки помидора и огурца, биточки.

Приправить кетчупом и смесью майонеза с горчицей, накрыть листом салата и верхней частью булочки.

ГОВЯДИНА ПО-КАРЛОВСКИ

600 г мякоти говядины, 4 куска консервированного лосося в собственном соку, 4 вареных яйца, 1 стакан тертого сыра, 2 ст. ложки острого кетчупа, 2 ст. ложки сливочного масла, черный молотый перец — по вкусу.

Говядину разрезать на четыре куска, хорошо отбить, посолить, поперчить, смазать маслом и обжарить на гриле по 5—6 мин с каждой стороны.

Куски готового мяса смазать кетчупом, положить на каждый по кусочку лосося, сверху по 1 яйцу, разрезанному пополам, и посыпать тертым сыром.

Прогреть 2—3 мин на гриле и сразу подавать.

МЯСО В ФОЛЬГЕ

600 г мякоти говядины, 2 ст. ложки готовой горчицы, 2 ст. ложки сливочного масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Лучше взять вырезку, толстый край мякоти баранины.

Мясо разрезать на шесть тонких ломтиков, посолить, поперчить, смазать с обеих сторон горчицей и выдержать 40—50 мин в прохладном месте.

Подготовленное мясо завернуть в смазанную маслом фольгу и жарить на гриле 10 мин.

При подаче выложить мясо из фольги, полить растопленным маслом.

Гарнир: свежие овощи и зелень.

ПРЯНЫЕ РЕБРЫШКИ С СОЕВЫМ СОУСОМ

На 6—8 порций:1 кг свиных ребрышек (одним куском), 1 ст. ложка подсолнечного масла, 1 красная репчатая луковица (тонко порезанная), 2 зубчика чеснока (измельченных), 1 ст. ложка свежего имбиря (тертого), 3 ст. ложки смеси пряных специй, 200 мл кокосового молока, 3 ст. ложки

томатной пасты, 4 ст. ложки жидкого меда, 3 ст. ложки соевого соуса, 8 перьев зеленого лука, 2 ст. ложки подсушенных кунжутных семечек.

Отварить ребра в большой кастрюле в кипящей соленой воде в течение 30 мин до мягкости. Слить, прополоскать под холодной водой и охладить.

Нагреть масло в сковороде и обжарить лук с чесноком, имбирем и пятью специями в течение 3 мин.

Добавить кокосовое молоко, томатную пасту, мед и соевый соус, перемешать и намазать соусом ребра. Готовить на гриле 15 мин, перевернув один раз.

Добавить на решетку лук и обжаривать 4—5 мин. Порезать ребра на отдельные куски и подавать с зеленым луком, посыпав кунжутными семечками.

Подготовьтесь заранее! Отварить ребра и сделать соус за день до пикника. Все охладить, накрыть и поставить в холодильник.

Если пойдет дождь... Отварить ребра, разогреть духовку до 200° С и запекать их в духовке в течение 20 мин. Затем порезать и подавать.

СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ-БАРБЕКЮ НА СКОРУЮ РУКУ

500 г томатного соуса, 3 ст. ложки жидкого меда, 2 ст. ложки соевого соуса, 6 ст. ложек хереса, 1 кг свиных ребрышек (порезанных).

В кастрюлю вылить томатный соус, мед, соевый соус и херес. Перемешать и дать закипеть.

Добавить ребрышки и тушить 30 мин. Затем переложить ребра вместе с соусом в неметаллическую миску.

Разложить ребрышки на барбекю, готовить на среднем огне около 15 мин, часто переворачивая.

НОГА БАРАШКА, ЗАПЕЧЕННАЯ С РОЗМАРИНОМ

4 кусочка бараньей ноги.
Для маринада: 3 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки орегано, 4 лавровых листа, 125 мл красного вина, соль, розмарин — по вкусу.

На Кипре это блюдо называется Lamb Souvla. Баранья нога режется на 7—8 кусков вместе с костью, куски протыкаются шампурами и мясо запекается на гриле

или на барбекю. Попробуйте надеть на шампуры целую баранью ногу и запечь ее в духовке — металлический шампур нагревается, и мясо готовится немного быстрее. Или можно запечь мясо на барбекю или в духовке, не надевая на шампур.

Поместить баранину в металлическую миску. Смешать все ингредиенты для маринада, полить маринадом баранину. Поставить в холодильник как минимум на 2 часа, переворачивая.

Достать из холодильника, убрать лавровый лист и нанизать куски на 4 шампура.

Готовить на барбекю 30—40 мин или готовить в духовке (разогретой до 190° С) в течение 45 мин —1 часа. Подавать баранину с веточками розмарина.

СОСИСКИ ИЗ БАРАНИНЫ С МЯТОЙ

450 г лопатки барашка или подобный кусок, 1 репчатая луковица, 4 куска белого хлеба (обрезать корки и раскрошить в крошку с помощью комбайна), 1 яйцо, 4 листика свежей мяты (порезанных) или 1 ч. ложка сушеной мяты, соль, черный молотый перец — по вкусу, жир — для жарения.

В кухонном комбайне или в мясорубке измельчить мясо и лук. Добавить крошки, яйцо, мяту и приправы по вкусу; перемешать.

Сформировать из смеси 8—12 сосисок, раскатать их по доске, посыпанной мукой, и обжарить в жире в течение 10 мин до готовности.

Если готовите на гриле, сосиски нужно смазать маслом заранее.

Без кожуры эти сосиски разломаются на барбекю. но если завернуть их в полоску бекона и закрепить деревянной зубочисткой, они не только не развалятся, но и будут еще вкуснее.

БАРБЕКЮ ИЗ КУРИЦЫ

КУРИНЫЕ ГРУДКИ, ЗАВЕРНУТЫЕ В ВЕТЧИНУ (ПАНЧЕТТА)

200 г ветчины, 4 куриные грудки без косточки, 12 листьев шалфея, 1 ст. ложка оливкового масла, 6 маленьких помидоров-черри на веточках.

Это блюдо можно приготовить на сковороде, на газовом барбекю или на углях. Положить четверть ветчины на доску, накладывая кусочки друг на друга.

Положить куриную грудку с краю, чтобы она лежала на нескольких кусках ветчины.

Положить сверху три листика шалфея и посыпать солью и молотым перцем. Завернуть курицу в ветчину.

Налить масло в сковороду с толстым дном и нагревать 1—2 мин.

Положить в сковороду кусочки курицы, обжаривать по 7—8 мин с каждой стороны. Панчетта должна стать хрустящей и золотистой.

Достать курицу, положить на сковороду помидоры и готовить пару минут.

Вернуть курицу в сковороду, снять с огня и оставить на 10 мин, чтобы она стала мягкой и легко резалась.

ЦЫПЛЯЧЬИ ГРУДКИ

4 цыплячьи грудки, 1 черствая булочка, 2 ст. ложки зелени, 1 яйцо, 150 г сыра.

Сделать в грудках прорезь-кармашек. Посолить и поперчить кусочки.

Размочить булочку, размять ее и перемешать с зеленью, яйцом и сыром, нарезанным кубиками, добавить приправы.

Начинить смесью кармашки и закрепить зубочистками. Завернуть мясо в фольгу и 20 мин обжаривать на гриле. Удалить фольгу и дожарить на решетке еще 10 мин.

ФАХИТОС ИЗ КУРИЦЫ, ПРИГОТОВЛЕННЫЙ НА ГРИЛЕ

4 филе куриных грудок, 1 долька чеснока, 1 ч. ложка молотой паприки, 3 небольшие красные сладкие репчатые луковицы, 2 крупных сладких перца, 1 пучок кинзы, 2 авокадо, 3—4 листа тонкого лаваша, 3 ст. ложки тертой брынзы.

Филе нарезать кубиками со стороной 3—4 см. Чеснок измельчить, кумин раздавить плоскостью ножа. Выжать сок из лимонов.

Смешать масло, половину лимонного сока, кумин, чеснок и паприку.

Залить курицу маринадом, накрыть пищевой пленкой, оставить мариноваться 1—3 ч.

Лук очистить, разрезать на 4 или 8 частей, в зависимости от размера луковицы. Перец нарезать крупными кусками.

Лаваш нарезать квадратами, которые можно свернуть в кулек.

Куски курицы вынуть из маринада, нанизать на шампуры. Лук и перец нанизать на шампуры отдельно в произвольном порядке.

Готовить курицу и овощи на мангале 5 мин, регулярно поворачивая шампуры, затем снять продукты с шампуров и перемешать в подогретой посуде.

Добавить крупно нарубленную кинзу и немного соли.

Авокадо очистить, крупно нарезать, залить оставшимся лимонным соком.

Положить на мангал несколько пустых шампуров, на них — лаваш, дать ему немного прогреться. Свернуть из лаваша кульки, наполнить их смесью курицы и овощей. Сверху посыпать брынзой. Подавать с авокадо.

КУРИЦА С ПРИПРАВОЙ «КАРРИ»

4—5 четвертей курицы, 1 репчатая луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка порошка «Карри», 225 мл жирных сливок, 3—4 измельченные дольки чеснока, 125 мл воды.

С курицы снять кожу, разрезать на куски, чеснок измельчить. Разогреть духовой шкаф или гриль. Поместить куски курицы в сковороду или на противень.

В отдельной небольшой сковороде растопить масло, добавить сливки, чеснок, приправу «Карри». Тушить, пока не появится аромат.

Полить этим соусом курицу и запекать ее в гриле или духовке 60—80 мин.

Каждые 20—30 мин переворачивать курицу и поливать ее соком.

Готовую курицу выложить на блюдо.

Соус с противня перелить в кастрюлю, налить воду, можно добавить загуститель для того, чтобы получился густой соус золотистого цвета.

РУЛЕТ ИЗ КУРИЦЫ

1 курица, 200 г куриной печени, 1 кусок подсохшего белого хлеба, 50 мл молока, 6—8 шт. чернослива, 1—2 дольки чеснока, 1 репчатая луковица, растительное масло, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Курицу разрезать вдоль со стороны грудки, аккуратно снять кожу. Мясо срезать. Филе разрезать на 2—4 части так, чтобы получилось несколько тонких кусков.

Оставшееся мясо измельчить в мясорубке или кухонном комбайне, добавить размоченный в молоке и слегка отжатый белый хлеб, мелко нарубленные куриную

печень и чернослив, обжаренный на растительном масле лук, выдавить чеснок, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

Разложить куриную кожу, сверху выложить слегка отбитые кусочки филе, затем фарш. Свернуть рулет, обмотать ниткой для сохранения формы. Запекать на решетке до образования румяной корочки (примерно 40 мин).

ЧИПСЫ КУРИНЫЕ

1 сырая куриная кожица, соль — по вкусу

Разогреть гриль до 190° С. Куриную кожу нарезать на кусочки по размеру чуть большие, чем чипсы.

Жарить на гриле (на решетке, поливая кожицу жиром) либо на сковороде так, чтобы кожица полностью погружалась в жир.

Жарить в течение 10—15 мин, пока кожица не приобретет приятный светло-коричневый цвет и не станет хрустящей (более плотные толстые части следует жарить дольше). Слегка посыпать ее солью и подавать.

ПАНИРОВАННЫЕ КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА

6 куриных окорочков, 2 стакана панировочных сухарей, 6 ст. ложек сливочного масла, 6 ст. ложек молотых грецких орехов, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Окорочка посолить, поперчить, смазать растопленным маслом, запанировать в орехах, затем в сухарях и жарить на гриле по 15—20 мин с каждой стороны. Подавать со свежими или консервированными фруктами.

КУРИЦА, ЖАРЕННАЯ С БАЛЬЗАМИНОВЫМ УКСУСОМ

4 четвертинки курицы, 3—4 ст. ложки оливкового масла, 125 мл белого сухого вина, 3 ст. ложки бальзаминового уксуса, соль, черный молотый перец, лавровый лист — по вкусу.

Разогреть духовой шкаф или гриль до 180° С. Каждый кусок курицы натереть лавровым листом, солью и перцем.

Поместить на противень или сковороду и сбрызнуть оливковым маслом.

Кусочки курицы должны хорошо пропечься и покрыться золотистой корочкой. Когда курица будет готова, удалить стекший с нее жир, уменьшить огонь до среднего.

Оставить жариться на 1—2 мин, не открывая духовки. Снятый с огня жир перелить в кастрюлю. Поставить кастрюлю на средний огонь. Добавить белое сухое вино и бальзаминовый уксус. Готовить, помешивая, до тех пор, пока соус не загустеет. Перелить в соусницу и подавать вместе с курицей.

БАРБЕКЮ ИЗ КУРИЦЫ С БЕКОНОМ

8 куриных грудок без кожи и костей, 225 г сливочного сыра, 10 перьев зеленого лука, 16—24 ломтика бекона, соль — по вкусу.

Вымытый и очищенный зеленый лук мелко нашинковать вместе с луковицей, добавить к размятому сливочному сыру и тщательно смешать.

Надрезать грудки так, чтобы каждая представляла собой тонкий пласт.

Сложить пластины грудок в пластиковый мешок, прокатать несколько раз скалкой. Ломтики грудки должны стать не толще 5 мм.

В каждый ломтик грудки завернуть сыр с луком. Должны получиться конвертики, чтобы весь фарш был внутри.

Сверху эти конвертики обернуть ломтиками бекона. Если одного ломтика не хватит, надо взять по два. В таком виде поставить в холодное место на несколько часов.

Расстелить на барбекю лист фольги и нагреть его. Разместить конвертики из куриных грудок на листе фольги. Жарить, переворачивая, примерно по 5 мин каждую сторону, пока бекон, которым обернуты грудки, не подрумянится.

Блюдо готово, если из конвертиков начинает вытекать расплавленный сыр.

ПАЭЛЬЯ

450 г куриного филе без костей и кожи, 250 г свинины, 1 репчатая луковица, 2 ст. ложки оливкового масла, 3 дольки чеснока, 2 ст. ложки паприки, 1 красный сладкий перец, разрезанный пополам, 4 свежих помидора, 300 г риса с длинными зернами, 10 веточек шафрана, 1 л горячего куриного бульона, 4 кальмара, 175 г зеленой фасоли, 125 г свежего горошка, 12 мидий, 12 крупных тигровых или средиземноморских креветок, 6 лимонов — для украшения.

Куриное филе разрезать пополам, свинину порезать на небольшие кусочки.

Луковицу мелко нарезать, чеснок раздавить. Сладкий перец очистить от семян и порезать на полоски. Помидоры очистить от кожицы и мелко нарезать.

Кальмары очистить и нарезать кольцами.

У зеленой фасоли подрезать концы и разрезать стручок пополам, а свежий горошек очистить от стручков.

Мидии очистить и промыть.

Разогреть масло в большой плоской кастрюле для паэльи.

Приправить курицу и свинину и обжаривать 2 мин до коричневого цвета. Добавить луковицу, чеснок и паприку, жарить, помешивая, на среднем огне 3 мин. Затем добавить красный перец и помидоры. Всыпать рис и готовить, помешивая, 2 мин.

В небольшое количество горячего бульона добавить шафран и влить в кастрюлю с рисом. Долить оставшийся бульон, перемешать, довести до кипения. Положить кальмары, варить 20 мин до готовности риса, не мешая. Добавить еще немного бульона, если понадобится.

Положить в рис фасоль и горошек, а сверху — мидии и креветки, приправить черным перцем. Оставить на огне, пока креветки не станут розовыми, а мидии не откроются, примерно 10 мин. Подавать паэлью прямо из кастрюли с половинками лимона.

Если вы используете рис, который быстро разваривается, время приготовления на втором этапе может уменьшиться в два раза.

В разных уголках Испании паэлью готовят с различным набором ингредиентов. Версия паэльи без мяса — тоже национальное блюдо. Просто надо заменить свинину и курицу на филе рыбы с плотной мякотью, например, хеком. Добавить кусочки рыбы после кальмара.

КУРИНЫЕ ГРУДКИ В ВОДКЕ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА УГЛЯХ

100 г куриной грудки, 3 ст. ложки растительного масла, 2 дольки чеснока, 2 ст. ложки соевого соуса, 200 г мелких шампиньонов, 0,5 стакана сырого арахиса, 400 г маленьких маринованных початков кукурузы, 1 пучок зеленого лука.

Измельчить чеснок, нарезать мелкими кусочками грудинку, зеленый лук нарезать крупно наискосок.

Вок поставить на мангал, разогревать 2 мин. Через 30 секунд влить масло.

Положить чеснок, перемешивать 10 сек. Влить соевый соус, перемешать. Добавить грудки, обжарить, помешивая. Через 1 мин добавить грибы.

Как только они дадут воду, добавить арахис, готовить 1 мин.

Добавить кукурузу. Помешивая, дать ей прогреться. Снять с огня, посыпать зеленым луком.

КУРИЦА ПИКНИКОВАЯ

4 куриные четверти, 150 мл яблочного уксуса, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ч. ложки соли, 0,5 ч. ложки черного молотого перца.

Приготовить маринад из яблочного уксуса, растительного масла, соли и перца, залить им куски курицы и оставить примерно на 1 ч.

Разогреть шкаф гриля, включив его на максимальную температуру, поставить решетку гриля на 20 см от огня.

Извлеченные из маринада куски курицы положить на эту решетку и запекать. Каждые 10—15 мин поливать куриное мясо маринадом.

Мясо должно прожариться с каждой стороны, это займет 25 мин.

Готовность можно определить, проколов кусок курицы: сок должен быть прозрачным.

Если сок розовый или мутный, то следует запекать блюдо еще немного.

ЦЫПЛЯТА ТАБАКА НА РЕШЕТКЕ

1 цыпленок, 200 г майонеза, 25 г чеснока, зелень петрушки — по вкусу.

Для приготовления блюда тушку цыпленка промыть, разрезать вдоль грудки, развернуть тушку по надрезу, придать ей плоскую форму, замариновать в майонезе не менее часа.

Затем поместить тушку в решетчатые плоские щипцы или положить на решетку гриля. Если курица жарится на решетке, ее лучше отбить.

Сначала поместить тушку на решетку кожицей вниз. Когда спинка прожарится, цыпленка перевернуть.

Жареного цыпленка уложить на блюдо и украсить зеленью.

Отдельно подать чеснок, толченый с солью и разведенный водой.

Можно подать соус из майонеза, чеснока и нашинкованного укропа.

КУРИЦА В ФОЛЬГЕ НА БАРБЕКЮ

8 вареных картофелин, 1 вареная курица, 4 ст. ложки твердого тертого сыра, 160 г сметаны, 40 г сливочного масла, красный молотый перец, соль, зелень петрушки — по вкусу.

С курицы снять кожу, отделить мякоть от костей. Картофель разрезать пополам и поместить на смазанную маслом фольгу срезом вверх.

Сверху разложить кусочки масла, нарезанную ломтиками мякоть курицы, посолить, поперчить, посыпать тертым сыром, полить сметаной.

Края фольги соединить, и жарить курицу на гриле 20 мин.

Подавать горячим, развернув фольгу и посыпав рубленой зеленью.

ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫЕ НОЖКИ

2 куриных окорочка, 100 г грибов, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Аккуратно снять кожу с окороков. Мясо очистить от костей, порезать на мелкие кусочки, добавить по вкусу сыр, зелень, специи, грибы, или любую другую начинку.

Посолить и поперчить по вкусу. Тщательно перемешать и положить внутрь кожи, зашивая, где необходимо, швы. Замариновать в любом маринаде для курицы. Жарить на решетке, поворачивая во все стороны.

Важно, чтобы кожица была хорошо зашита, чтобы сок из ножки не вытек.

КУРИНЫЙ РУЛЕТ НА ГРИЛЕ

300 г смеси отварной курицы, любой колбасы, ветчины или окорока, 3 кусочка хлеба, 2 пучка зелени, 200 г смеси любых овощей: кукурузы, отварного картофеля, сладкого перца, кабачков, патиссонов и т. п., 2 яйца, специи — по вкусу.

Колбасу, курицу или другие мясные продукты нарезать мелкими кубиками, овощи, зелень и кусочки хлеба мелко накрошить. Добавить яйца и вымешать фарш.

Фарш по консистенции должен быть как для обычных котлет или рубленых рулетов. Сформировать рулет, придать ему плоскую форму и герметично завернуть в фольгу. Запекать на решетке, несколько раз переворачивая, в течение 15—20 мин.

ПИКАНТНАЯ КУРОЧКА-БАРБЕКЮ

12 маленьких кусков курицы на косточке, 1 ст. ложка подсолнечного масла, 1 красная репчатая луковица (мелко порезанная), 4 зубчика чеснока (пропущенные через пресс), 400 г томатной пасты (протертых свежих помидоров), 425 г готового соуса «Барбекю», 2 ст. ложки меда, 400 г консервированного манго (слить сок и сделать пюре), несколько капель соуса Табаско (по желанию).

Нагреть масло в большой кастрюле и обжарить лук и чеснок в течение 3—4 мин.

Добавить пасту и, когда она достаточно прогреется, добавить соус барбекю, мед и манго. Тушить 5 мин, пока соус немого не загустеет. Добавить несколько капель соуса «Табаско» по вкусу, если используете именно его, либо другого соуса.

Разогреть духовку до 200° С. Смазать курицу соусом, приправить и запекать в духовке 20 мин, а затем готовить на углях в течение 10 мин до хрустящей корочки.

Подготовьтесь заранее! Сделайте соус за 4 дня до пикника, а затем накрыть и охладить его.

Если пойдет дождь... Обмазать курицу соусом и запекать при 200° С в течение 35—40 мин, смазав соусом еще раз за 20 мин до готовности.

ИМБИРНЫЕ КРЫЛЫШКИ

На 4 порции: 2 зубчика чеснока, 1 кусок корня имбиря в сиропе, 1 ст. ложка семечек кориандра, 2 ст. ложки темного соевого соуса, 1 ст. ложка сока лайма, 1 ст. ложка кунжутного масла, 12 куриных крылышек, дольки лайма и свежие листья кориандра — для украшения.

Нарезать чеснок и имбирь. В ступке пестиком растереть чеснок, имбирь и семена кориандра в однородную массу, постепенно добавляя имбирный сироп, соевый соус, сок лайма и кунжутное масло.

Подогнуть кончик каждого крылышка под более широкую часть крыла, чтобы кусок получился аккуратный, треугольный.

Добавить пасту с чесноком и имбирем в миску и перемешать, чтобы крылышки были покрыты соусом. Накрыть миску и оставить в холодильнике на несколько часов или на ночь.

Разложить крылышки на противне, проложенном фольгой, и готовить на средне разогретом гриле 12—15 мин, переворачивая периодически, до готовности и появления золотистой корочки.

Крылышки можно готовить и на барбекю: слега смазать решетку маслом и запекать на не очень горячих углях 12—15 мин. Подавать с дольками лайма и кориандром.

ОСТРЫЕ КУРИНЫЕ КРЫЛЫШКИ

12 крупных крылышек, 180 мл растительного масла, 2 измельченных зубчика чеснока, 1 ст. ложка острой паприки, 1 ст. ложка молотого тмина, 1 ст. ложка молотой куркумы, 1 ст. ложка молотого кориандра, 1 ст. ложка тертой лимонной цедры, 2 ч. ложки порошка «Чили», 2 ч. ложки приправы «Карри».

Сделать в толстых частях крылышек два надреза. Соединить остальные ингредиенты в большой миске, добавить куриные крылышки, перемешать. Накрыть и поставить в холодильник на 3 часа или на ночь.

Обжарить крылышки на гриле, барбекю или в сковороде до коричневой корочки со всех сторон. Подавать холодными или горячими.

КУРИНЫЕ НОЖКИ В МАРИНАДЕ ИЗ ЦИТРУСОВЫХ

8 куриных ножек, 85 мл апельсинового сока, 85 мл лимонного сока, 1 ч. ложка тертой цедры апельсина, 1 ч. ложка тертой цедры лимона, 1 ч. ложка кунжутного масла, 1 ст. ложка оливкового масла, 4 перышка мелко нарезанного зеленого лука.

Промыть ножки и обсушить бумажным полотенцем.

Удалить лишний жир с ножек и проткнуть их ножом в самой толстой части. Уложить в мелкую неметаллическую посуду.

Смешать соки, цедру, растительное масло и зеленый лук, залить смесью курицу. Накрыть полиэтиленом и поставить в холодильник на несколько часов или на ночь, переворачивая время от времени. Слить маринад в отдельную посуду. Подготовить и прогреть барбекю. Жарить на горячей решетке или на крышке барбекю 15—20 мин, постоянно смазывая маринадом.

КУРИНЫЕ НОЖКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ «ПЕСТО»

12 куриных ножек, 1 ст. ложка оливкового масла, 2 ст. ложки лимонного сока, 3 измельченных зубчика чеснока, 125 г сливочного масла, 2 ст. ложки готового соуса «Песто» из запеченных томатов.

Сделать диагональные надрезы через всю длину каждой ножки. Соединить масло, лимонный сок, чеснок в большой миске, добавить курицу, обвалять в смеси масла.

Соединить сливочное масло и «Песто» в большой миске. Втереть две трети смеси в куриные ножки.

Положить курицу на подогретый гриль, готовить, смазывая оставшимся соусом, до коричневой корочки и до готовности. Перед тем, как подавать курицу, смазать соками из формы, в которой она запекалась.

Подавать холодной или горячей.

КУРИНЫЕ ГРУДКИ, ЖАРЕННЫЕ С АНАНАСОМ НА ГРИЛЕ

На 6 порций: 6 крупных куриных грудок без кожи и косточки, 225 г подготовленного свежего ананаса или консервированного и порезанного кольцами, 2—3 пера нашинкованного зеленого лука, 50 г сахара, 1 щепотка порошка «Чили», соль, черный молотый перец — по вкусу.

Разогреть гриль. В каждой грудке сделать небольшой кармашек сбоку. Слить ананас и сохранить сок. Затем мелко нарезать или прокрутить в кухонном комбайне, и перемешать с зеленым луком, солью и перцем. Разложить смесь по кармашкам.

Предупреждение! Не кладите слишком много начинки, так как вам нужно будет закрепить каждый карман металлической палочкой или деревянной зубочисткой. Если используете деревянные палочки, предварительно замочите их в воде, чтобы они не сгорели.

Перемешать ананасовый сок с сахаром в маленькой кастрюльке и оставить на медленном огне, пока сахар не растворится. Довести до кипения и кипятить, пока смесь не загустеет, как сироп. Добавить порошок «Чили».

Запекать курицу на гриле около 10 мин, переворачивая, до полуготовности. Затем смазать ананасовой глазурью и продолжать готовить 10 мин, поворачивая и смазывая курицу до готовности. Подавать с запеченным картофелем.

БАРБЕКЮ ИЗ РЫБЫ

ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА

400 г филе трески, сок половины лимона, 1 сладкий перец, 1 кабачок цукини (около 150 г), 200 г сыра, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Промыть филе в проточной холодной воде, промокнуть, сбрызнуть лимонным соком и порезать на кусочки размером 2—3 см.

Помыть перец и кабачок, очистить и нарезать кусочками толщиной 2—3 см.

Все компоненты нанизать вперемежку на шампуры, посолить и поперчить.

Запекать на решетке. Перед подачей на стол посыпать тертым сыром.

КОНВЕРТИКИ С ЛОСОСЕМ И СПАРЖЕЙ

6 кусков филе лосося, 70 г копченой ветчины или бекона, 9 веточек спаржи, 20 г свежего укропа, 15 г свежего шнитт-лука, 4 ст. ложки оливкового масла, сок половины лимона.

Спаржу порезать пополам поперек, варить в кастрюле в кипящей воде в течение 1—2 мин, слить, прополоскать под холодной водой.

Положить лосося на доску. Приправить солью и черным перцем.

Сверху положить спаржу, веточки укропа и шнитт-лука.

Плотно обернуть рыбу ветчиной.

Перемешать оливковое масло с лимонным соком и смазать конвертики сверху.

Положить лосося на барбекю или под гриль и готовить по 5 мин с каждой стороны, смазывая маслом. Подавать холодным или горячим.

ЛОСОСЬ НА УГЛЯХ

1 кг филе лосося, соль, оливковое масло, лимонный сок — по вкусу.

Филе лосося разрезать на несколько кусков.

Каждый кусок слегка посолить, сбрызнуть оливковым маслом и запечь по 2—3 мин с каждой стороны. Снять с решетки и полить лимонным соком.

КАРАСИ, ЖАРЕННЫЕ ЦЕЛИКОМ

800 г карасей, 4 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки муки, 1 ст. ложка измельченных семян укропа, сок одного лимона, черный молотый перец, соль, зелень петрушки — по вкусу.

На коже обработанной рыбы сделать неглубокие надрезы, полить лимонным соком, оставить на 30—40 мин.

Муку смешать с солью, семенами укропа, перцем и запанировать карасей.

Жарить рыбу на гриле по 6—8 мин с каждой стороны. Горячих карасей смазать сметаной и подавать с зеленью.

ОКУНЬ В ЛИМОННО-МАСЛЯНОМ СОУСЕ

800 г филе морского окуня, 2 ст. ложки нарезанной зелени укропа, 2 ч. ложки молотого мускатного ореха, 2 лимона, 125 мл густых сливок, 2 ст. ложки лимонного сока для соуса, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Филе рыбы посыпать солью, мускатным орехом, перцем, залить смесью лимонного сока с укропом, выдержать на холоде 3 ч.

Жарить рыбу на барбекю до готовности по 5—10 мин с каждой стороны.

Подавать рыбу горячей, полив лимонно-масляным соусом.

Отдельно подать листья зеленого салата и зелень петрушки.

Приготовление соуса: лимонный сок уварить до половины объема, влить сливки и перемешать. Затем постепенно, помешивая, ввести масло. Как только масло растопится, добавить лук.

ТУНЕЦ-БАРБЕКЮ С ЛУКОМ

700 г филе тунца, 4 репчатые луковицы, 500 мл красного сухого вина, 2 ст. ложки сахара, черный молотый перец, соль, зелень петрушки — по вкусу.

Посыпать филе мелко нарубленным луком, полить смесью вина, соли, сахара, перца и поставить в холодильник на несколько часов для маринования.

Подготовленного тунца жарить на решетке 8—10 мин, периодически переворачивая и поливая маринадом. Подавать горячим с зеленью.

Можно гарнировать свежими овощами.

ФИЛЕ ТРЕСКИ С ЗЕЛЕНЬЮ

800 г филе трески, 1 пучок зелени петрушки, 2 лимона, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка порошка «Карри», черный молотый перец, соль — по вкусу.

Филе нарезать порционными кусками, натереть солью, перцем, «Карри» и сбрызнуть лимонным соком.

Разложить куски филе на смазанной маслом фольге, посыпать измельченной зеленью, завернуть и жарить на гриле 10—12 мин.

Подавать с лимоном и зеленью, освободив от фольги.

РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ «ПО-КОРОЛЕВСКИ»

1 упаковка рыбных палочек (лучше тресковых), 100 г плавленого сыра, 100 г копченой грудинки, 1 упаковка картофельного пюре, 2 помидора, 2 огурца.

Тонко нарезать плавленый сыр и копченую грудинку.

Палочки обернуть пластинками сыра и грудинки. Грудинка должна быть сверху. Сложить на решетку или в щипцы и запекать на гриле 15 мин.

Подать с картофельным пюре и свежими овощами.

РЫБА В ФОЛЬГЕ

250 г рыбы, 125 г шампиньонов, 1 средняя репчатая луковица, 1 сваренное вкрутую яйцо, 50 г сыра, 0,5 ч. ложки уксуса, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Рыбу выпотрошить, снять кожу, разрезать вдоль на две половинки и вынуть кости. Затем замочить ее в маринаде на 20 мин (соль, уксус, перец растворить в двух-трех стаканах воды).

Приготовление фарша: мелко порезать лук, обжарить в растительном масле. Добавить порезанные грибы и жарить до готовности. Порезать яйца и добавить их в остывшие грибы. Посолить.

Для каждой рыбки приготовить отдельный кусок фольги.

После этого на смазанную маслом фольгу выложить одну половинку рыбы, посолить, поперчить, выложить слой фарша, сверху посыпать тертым сыром, закрыть второй половинкой. С боков фольгу завернуть, как конфетку. Жарить на решетке 20—30 мин, переворачивая. Подавать на стол прямо в фольге. Подать вместе с рыбой ломтики лимона, из которых нужно выжать сок на рыбу сразу после того, как фольга будет снята.

ФОРЕЛЬ С ЛИМОНОМ, ПРИГОТОВЛЕННАЯ НА ГРИЛЕ

На 4 порции: 4 целые форели, очищенные от внутренностей, 2 лимона, порезанные на кружочки, сок и цедра одного лимона, 1 пучок петрушки, 150 мл оливкового масла.

В рыбе сделать диагональные надрезы, в каждый воткнуть по половине кружочка лимона. Наполнить рыбу внутри половиной петрушки и приправить солью и черным перцем.

Запекать на барбекю около 5 мин с каждой стороны или завернуть каждую рыбу в фольгу и запекать в духовке при 180° С в течение 10—15 мин. Распаковать и поджарить слегка на гриле, чтобы получилась корочка.

Тем временем, сделать соус. Взбить масло, лимонную цедру и сок с оставшейся петрушкой. Приправить по вкусу. Побрызгать каждую рыбу соусом и подавать по целой форели на человека.

РЫБА, ЖАРЕННАЯ В БУМАГЕ

200 г рыбы, подсолнечное масло, лимон, петрушка — по вкусу.

Очищенную рыбу посолить, смазать подсолнечным маслом и лимонным соком, завернуть в смазанную подсолнечным маслом пергаментную бумагу и печь на противне, смазанном маслом или на решетке.

Подавать с отварным картофелем.

КАМБАЛА ПО-ЯПОНСКИ

На 4 порции: 4 маленькие камбалы, палтуса или другой мелкой плоской рыбы.
Для маринада: 6 ст. ложек соевого соуса, 2 ст. ложки саке или сухого белого вина, 2 ст. ложки кунжутного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки коричневого сахара, 1 ч. ложка тертого имбиря, 1 зубчик измельченного чеснока.
Для гарнира: 1 маленькая морковь, 4 пера зеленого лука.

Промыть рыбу и протереть насухо бумажным кухонным полотенцем.

Сделать несколько надрезов по бокам рыбы, чтобы она впитала маринад. Смешать все ингредиенты для маринада в большом блюде.

Положить рыбу в маринад и перевернуть несколько раз, чтобы она пропиталась им со всех сторон. Оставить на 1—6 часов в холодильнике.

Тем временем подготовить гарнир. Порезать морковь на тонкие брусочки, нашинковать зеленый лук. Запечь рыбу на барбекю в течение 10 мин, перевернув один раз.

Посыпать порезанным луком, морковью и переложить рыбу на блюдо.

На заметку! Вы можете посыпать рыбу кунжутными семечками вместо моркови и лука.

ПАЛТУС-БАРБЕКЮ СО СВЕЖИМ УКРОПОМ

На 4 порции: 60 мл белого вина, 1 ч. ложка вустерширского соуса, 2 ст. ложки свежего лимонного сока, 1 ст. ложка мелко рубленого свежего укропа или 0,75 ч. ложки сухого укропа, 1 ст. ложка оливкового или растительного масла, 0,25 ч. ложки молотого черного перца, 2 куска палтуса, каждый толщиной 2—3 см (около 350 г), без кожи.

Смешать первые шесть ингредиентов в неметаллической посуде, положить палтуса и перемешать. Накрыть крышкой и поставить в холодильник как минимум на 2 часа, один раз перевернув.

В это время подготовить жаровню. Выложить палтуса на жаровню под слабым огнем, маринад не выливать. Жарить 10 мин, время от времени переворачивая и поливая маринадом, пока рыба не станет насквозь матовой.

БАРБЕКЮ ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

КРЕВЕТКИ НА ШПАЖКАХ С СОУСОМ «ТАБАСКО»

24 крупные креветки, 2 стакана белого сухого вина, 2 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки рубленой зелени петрушки, 2 капли соуса «Табаско», сок одного лимона, соль — по вкусу.

Креветки очистить, оставив нетронутыми хвосты.

Для маринада смешать масло, вино, зелень, лимонный сок, соль, соус «Табаско».

Положить креветки в маринад на 1—2 ч. Подготовленные креветки нанизать на деревянные шпажки и жарить на гриле 6—8 мин. Подавать с зеленью петрушки и острым кетчупом.

РАКИ, КРЕВЕТКИ ИЛИ КРАБЫ НА РЕШЕТКЕ

Раки, крупные креветки или крабы в панцире, лимон или сок лимона или лайма, зелень, любой соус к рыбе.

Жарить морепродукты на решетке до изменения цвета панциря. Раки должны быть такого же цвета (красного), как если бы их варили. В процессе жарки можно сбрызгивать морепродукты лимонным соком.

Подавать горячими с любым соусом, зеленью и ломтиками лимона.

МИДИИ НА БАРБЕКЮ

На 4 порции: 500 г свежих мидий, 1 репчатая луковица (мелко порезанная), 2 зубчика чеснока (мелко порезанных), 4 полоски бекона, 275 мл сухого сидра.

Очистить мидии и промыть под холодной проточной водой, смывая все, что к ним прилипло. Выбросить все мидии с поломанными раковинами и все неплотно закрытые экземпляры.

Распределить мидии между 4 двойными кусками фольги, размером 25х25 см каждый. Посыпать мидии порезанным луком, чесноком и беконом, собрать края

фольги вместе, поднять наверху и аккуратно налить внутрь сидр. Запечатать, чтобы получилось четыре просторных конверта.

Готовить мидии 10—12 мин на углях, пока створки раковин не откроются. Выбросить все, что не открылись, и подавать к столу.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Перед приготовлением: сделайте конвертики из фольги свободными, чтобы было место, где открыться раковинам мидий.

КАЛЬМАРЫ МАРИНОВАННЫЕ

1,2 кг кальмаров, 100 мл винного уксуса, 4 дольки чеснока, 2 ст. ложки оливкового масла, 4 ч. ложки томатной пасты, 2 ч. ложки молотого кориандра, 2 ч. ложки красного молотого перца, 2 ч. ложки молотого мускатного ореха, 2 ч. ложки сахара, соль — по вкусу.

Кальмары промыть, удалить хитиновые пластинки и пленки, обсушить, разрезать и распластать тушки, сделать с внутренней стороны несколько крестообразных надрезов. Нарезать мякоть поперек длинными широкими полосками.

Для маринада смешать уксус, измельченный чеснок, томатную пасту, кориандр, соль, перец, сахар, масло и мускатный орех.

Положить кальмары в маринад и выдержать на холоде несколько часов.

Подготовленных кальмаров жарить на барбекю 5 мин.

Подавать горячие кальмары с дольками лимона, зеленью петрушки и укропа.

ШАШЛЫК ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ С ПРИПРАВОЙ «КАРРИ»

На 6 порций: 450 г крупных гребешков, 125 г чатни из манго (чатни — индийская кисло-сладкая фруктово-овощная приправа к мясу), 60 мл свежего лимонного сока, 1,25 ч. ложки соли, 1 ч. ложка порошка «Карри», 450 г филе лосося без кожи (нарезанное на 12 порционных кусков), 2 крупных красных перца без сердцевин и семян, нарезанных на 9 кусочков, 6 (23 см) бамбуковых вертелов.

Приготовить жаровню. Ополоснуть гребешки холодной водой, чтобы удалить из щелей песок. Оторвать жесткий серповидный мускул сбоку каждого гребешка.

Смешать чатни, лимонный сок и соль в кухонном комбайне с ножом-насадкой, пока масса не станет однородной. Оставить 3 ст. ложки смеси для заправки салата.

Вылить оставшуюся смесь в большую миску, добавить приправу «Карри» и тщательно размешать. Добавьте к смеси чатни гребешки, лосося и красный перец.

Нанизать на вертела, чередуя красный перец, лосося и гребешки. Выложить шашлыки на жаровню с сильным пламенем. Жарить, время от времени поворачивая, 7—8 мин, пока морепродукты не станут насквозь матовыми. В это время приготовить салат и заправить его соком, стекшим на противень. Подавать шашлыки с салатом, дольками лайма и рисом, по желанию.

На заметку! Приправа «Карри» представляет собой смесь нескольких молотых специй, трав и семян, количество которых доходит до двадцати. «Карри» может заметно различаться по составу: сушеный красный чили придает огня, куркума — характерный насыщенно-желтый цвет; часто включаются имбирь, тмин, черный перец и семена кориандра. Приправу следует хранить в герметичной емкости в холодильнике не более 6 месяцев.

Как подавать. *Летний салат, заправленный чатни*: вылейте оставленную смесь чатни в большую миску. Медленно влейте, взбивая, 2 ст. ложки оливкового или растительного масла, пока масса слегка не загустеет. Добавьте 1 кочан краснолистового салата-латука, разорвав на мелкие кусочки, 1 пучок водяного кресса без черешков и 225 г зеленого винограда без зерен. Тщательно перемешайте.

САТЭЙ С КРЕВЕТКАМИ

На 4 порции: 12 очищенных тигровых креветок.
Для маринада: 1 ст. ложка молотого кориандра, 1 ст. ложка молотого тмина, 2 ст. ложки светлого соевого соуса, 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка приправы «Карри», 1 ст. ложка куркумы, 125 мл кокосового молока, 2 ст. ложки сахара.
Для орехового соуса: 2 ст. ложки растительного масла, 3 измельченных зубчика чеснока, 1 ст. ложка красной пасты «Карри» (см. приготовление ниже), 125 мл рыбного или куриного бульона, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка лимонного сока, 4 ст. ложки несоленого подсушенного арахиса, мелко порезанного, 4 ст. ложки подсушенных хлебных крошек.

Очистить креветки. Смешать все ингредиенты для маринада, добавить креветки. Соединить, накрыть и отложить на 8 часов или на ночь.

Приготовление орехового соуса: нагреть масло в сковороде, добавить чеснок и обжарить, пока он не начнет менять цвет. Добавить пасту «Карри» и перемешать

на огне не дольше 30 сек. Добавить кокосовое молоко, бульон, сахар, соль и лимонный сок, перемешать. Кипятить 1—2 мин, постоянно помешивая. Добавить орехи и крошки, перемешать. Перелить соус в вазочку и отставить.

Нанизать по 3 креветки на шампуры. Обжарить на гриле или на барбекю по 3—4 мин с каждой стороны до готовности. Подавать сразу же с ореховым соусом.

Приготовление красной пасты «Карри»: размолоть в блендере/кофемолке или растолочь в ступке 3 сухих красных чили, 0,5 ст. ложки молотого кориандра, 0,25 ст. ложки молотого тмина, 0,5 ст. ложки молотого черного перца, 2 измельченных зубчика чеснока, 2 палочки лимонного сорго, 1 измельченный лист лиметты «каффир» (в европейских условиях можно обойтись и без этого ингредиента), 1 ст. ложка тертого имбиря, 0,5 ст. ложки соли. Добавить немного воды, если необходимо.

ПРЯНЫЙ ШАШЛЫК ИЗ КРЕВЕТОК НА БАРБЕКЮ

На 4 порции: 150 г йогурта или сметаны, сок половины лимона, 1 ст. ложка подсолнечного масла, 2 ст. ложки смеси пряных специй, 125 г сырых очищенных тигровых креветок.

Смешать йогурт с лимонным соком, маслом и специями. Добавить креветки и обвалять в маринаде. Оставить на 30 мин.

Нанизать креветки на деревянные шампуры, предварительно замоченные в воде. Обжаривать на барбекю по 3 мин с каждой стороны, пока они не станут розовыми. Подавать сразу же, гарнировав дольками лимона.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Подавайте эти шашлыки на свежем хлебе, подогретом на барбекю или с холодным салатом.

КРЕВЕТКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ВЕТЧИНЕ

На 4 шашлыка: 100 мл оливкового масла, сок и цедра одного лимона, 1 ст. ложка жидкого меда, 12 крупных сырых креветок, очищенных, 100 г копченой ветчины.

Если для приготовления блюда используются деревянные шампуры, нужно замочить их в воде на 30 мин, чтобы они не сгорели на барбекю.

Тем временем приготовить соус. Взбить оливковое масло, лимонную цедру и сок, цедру одного лайма и мед. Приправить свежемолотым черным перцем.

Завернуть каждую креветку в половину куска ветчины и надеть на шампуры. Запекать на барбекю по 2—3 мин с каждой стороны или готовить на гриле по 1—2 мин с каждой стороны. Подавать, побрызгав соусом.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Для этого блюда рекомендуется использовать копченую ветчину, поскольку она добавляет креветками восхитительный солоноватый вкус.

ТИГРОВЫЕ КРЕВЕТКИ НА ШАМПУРАХ С ЛАЙМОМ И СОЕВЫМ СОУСОМ

На 4 порции: 1 зубчик чеснока (мелко порезанный), 1 красный перец чили (очищенный от семечек и порезанный), 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ст. ложка кунжутного масла, 1 ст. ложка темного соевого соуса, 2 ст. ложки сока лайма, 1 ст. ложка коричневого сахара, 16 крупных тигровых креветок.

Соединить чеснок, чили, томатную пасту, кунжутное масло, соевый соус, сок лайма и сахар в маленькой кастрюле. Помешивать на медленном огне, пока сахар не растворится. Затем снять с огня и дать полностью остыть.

Промыть и обсушить креветки, положить в один слой в широкую неметаллическую посуду. Полить сверху маринадом и обвалять. Накрыть и оставить в холодильнике мариноваться как минимум 2 часа или, лучше, на ночь.

Тем временем замочить четыре деревянных шампура в воде на 20 мин. Надеть по 4 креветки на каждый шампур. Запекать на горячем, предварительно разогретом гриле 5—6 мин, перевернув как минимум один раз, пока они не станут розовыми. Готовить их можно и на барбекю на очень горячих углях.

Наколоть на каждый шампур кусочек лайма и подавать с хрустящим хлебом и зелеными салатными листьями.

КАЛЬМАРЫ С ОВОЩАМИ

300 г кальмаров, нарезанных ломтиками, 2 сладких болгарских перца, 4 небольших клубня картофеля, 3 ст. ложки оливкового масла, соль, черный молотый перец, набор специй для барбекю — по вкусу.
Для соуса: 100 г йогурта без фруктовых добавок, 50 г тертого сыра, 4 ст. ложки сливок, 1 ч. ложка чесночной пасты, 1 ч. ложка молотых орехов, пряные приправы — по вкусу.

Стручки сладкого перца промыть и очистить.

С кальмаров снять кожицу, вывернуть тушки наизнанку, тщательно промыть и нарезать ломтиками.

Картофель нарезать крупными кубиками. Чередуя, нанизать картофель, сладкий перец и кальмары на деревянные шампуры.

Смешать оливковое масло, специи для барбекю, соль и перец. Выложить в полученную смесь овощи и кальмары и оставить пропитываться на 20 мин.

Запекать на гриле 10—15 мин при постоянном вращении шампуров.

Приготовление соуса: смешать тертый сыр с йогуртом, сливками, чесночной пастой, приправами и молотыми орехами. Подавать готовые шашлычки из кальмаров с овощами вместе с соусом.

КРЕВЕТКИ С РЫБОЙ И ФРУКТАМИ НА БАРБЕКЮ

500 г креветок, 300 г рыбного филе, 100 мл лимонного сока, 4 киви, 0,5 средней дыни, 1 лимон, зеленый салат — для оформления.
Для чесночного соуса: растительное масло, чеснок, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Креветки и филе ополоснуть холодной водой и просушить. Филе нарезать крупными кубиками. Все сбрызнуть лимонным соком.

Киви разрезать пополам, из дыни удалить семечки. Из мякоти дыни и киви при помощи специального ножа сформировать шарики.

Насадить продукты на тонкие шампуры, чередуя креветки, рыбу и фрукты.

Приготовление чесночного соуса: чеснок очистить и отжать под прессом.

Смешать масло, соль, перец и чеснок. Полученной массой обмазыть креветки, рыбу и фрукты и запекать на гриле около 10 мин при постоянном вращении шампура.

Оформить готовое блюдо кружочками лимона, листьями свежего салата и подавать к столу с чесночным соусом.

КРЕВЕТКИ ПО-ТАИЛАНДСКИ

300 г креветок, 2 лимона.
Для маринада: 1 зубчик чеснока, 1 пучок базилика, 0,25 ч. ложки черного молотого перца, 100 г тертого сыра, цедра половины лимона, сок одного лимона, 4 ст. ложки кефира, соль, сахар — по вкусу.

Креветки промыть и просушить.

Приготовление маринада: зубчик чеснока очистить и мелко порубить. Базилик промыть и, отложив два крупных листика, мелко нарезать. Смешать перец, сыр, мелко нарезанную цедру лимона, кефир с лимонным соком и базиликом.

Полученный маринад приправить солью, перцем и сахаром и украсить нарезанными тонкими полосками листиков базилика. Замариновать креветки в маринаде на 1 час.

Оставшиеся два лимона нарезать кружочками и каждый кружочек разрезать пополам.

Вынуть креветки из маринада и нанизать их на деревянные шампуры, чередуя с полукружьями лимона. Запекать на гриле около 3 мин. Подавать к столу с оставшимся маринадом.

ФАРШИРОВАННЫЕ КАЛЬМАРЫ

4 тушки кальмаров, 2 цукини, 1 репчатая луковица, 2 зубчика чеснока, 2 ст. ложки растительного масла, 1 яйцо, 1 ст. ложка муки, 0,5 пучка петрушки, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Цукини помыть, очистить и нарезать на мелкие кубики. Лук и чеснок очистить и мелко порубить.

Подготовленные овощи посолить, поперчить и тушить в горячем масле около 5 мин. Слегка охладить, добавить сырое яйцо, муку и тщательно перемешать. Посыпать овощную смесь петрушкой.

Заправить полученной начинкой кулинарный шприц и нафаршировать предварительно размороженные и промытые тушки кальмаров. Скрепить отверстия деревянными шпажками. Жарить на гриле около 10 мин.

КРЕВЕТКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ «МАНГО» ПО-МЕКСИКАНСКИ

На 8 порций: по 3 ст. ложки семян тмина, фенхеля и кориандра, 3 ст. ложки черного перца горошком, 0,5 ст. ложки кайенского перца, 24 большие королевские креветки, оливковое масло — по вкусу.

Для релиша с манго: 1 манго, 1 красный сладкий перец (мелко порезанный), 1 красная репчатая луковица (мелко порезанная), 2 ст. ложки рубленой

свежей петрушки, 2 ст. ложки апельсинового сока, 2 ст. ложки оливкового масла.

Обжарить семена и горошки на сковороде без масла на среднем огне, пока они не начнут пощелкивать и ароматно пахнуть. Переложить в ступку вместе с кайенским перцем и размолоть в пудру.

Нанизать креветки на 8 деревянных шампуров, которые были предварительно замочены в холодной воде. Натереть креветки получившейся приправой и побрызгать оливковым маслом. Запекать на гриле или на барбекю по 3—5 мин с каждой стороны.

Тем временем сделать релиш. Разрезать манго пополам, воткнуть в косточку лезвие ножа и она должна легко выйти. Очистить от кожуры и мелко нарезать. Смешать в миске с остальными ингредиентами. Подавать с креветками.

ОВОЩИ И ГРИБЫ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА РЕШЕТКЕ

КУКУРУЗА, ЖАРЕННАЯ НА РЕШЕТКЕ

3—4 початка кукурузы, 30 г сливочного масла.

С початков кукурузы молочной спелости снять листья, початки положить на решетку и жарить на гриле в течение 10—15 мин при температуре 200° С. Зерна сверху должны слегка поджариться.

Подать немедленно после жаренья на блюде, покрытом салфеткой. Отдельно подать кусочек сливочного масла.

КУКУРУЗА-БАРБЕКЮ С СЫРОМ «ФЕТА»

50 мл оливкового масла, 2 луковицы-шалот, 100 г измельченного сыра «Фета» или брынзы, 0,5 лимона, 1 ст. ложка порезанной свежей мяты или петрушки, 4 початка кукурузы в листьях.

Масло перемешать с мелко порезанным луком-шалот, сыром «Фета» и лимонным соком. Добавить порезанные травы, накрыть и поставить в холодильник. Это будет соус к кукурузе.

Снять листья с кукурузы и связать их, чтобы с их помощью можно было переворачивать кукурузу на барбекю. Смазать кукурузу маслом и готовить на средних углях около 5 мин.

Часто поворачивать, пока кукуруза не станет поджаристой.

Подавать сразу же, полив соусом с сыром «Фета».

ГРИБЫ С СЫРОМ НА РЕШЕТКЕ

12 крупных грибов, 60 г твердого сыра, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, 2 дольки чеснока, 1 ст. ложка измельченных листьев тимьяна.

Сыр натереть. С грибных шляпок снять пленку и отрезать ножки.

Масло растереть с измельченным чесноком.

Смазать шляпки чесночным маслом и обжарить на крышке барбекю по 2 мин с каждой стороны.

Посыпать шляпки смесью лука, тимьяна и сыра и жарить еще 3 мин, пока сыр не начнет плавиться. Подавать на стол горячими.

ПОМИДОРЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ЖАРЕННЫЕ НА РЕШЕТКЕ

800 г картофеля, 500 г помидоров, 500 г творога, 200 г сметаны, 2 ст. ложки растительного масла, 1 репчатая луковица, 2 ст. ложки тертого хрена, 1 ч. ложка сахара, красный молотый перец, зелень петрушки или укропа.

Картофель и помидоры нарезать дольками, сбрызнуть маслом и жарить на гриле, переворачивая, 30—35 мин.

Творог, сметану, сахар, хрен, мелко нарезанный лук смешать, поперчить, выложить в соусник и подать к картофелю и помидорам. Украсить зеленью.

ПОЧАТКИ КУКУРУЗЫ С ПРЯНЫМ МАСЛОМ

150 г сливочного масла, 2 луковицы-шалот, 1 ч. ложка белого перца, 0,5 ч. ложки порошка сладкого перца, 1 веточка кресс-салата, 8 початков кукурузы, соль — по вкусу.

Взбить миксером до образования пены сливочное масло. Почистить лук-шалот, нарезать его мелкими кубиками и добавить в масло. Заправить перцем, порошком сладкого перца и посолить по вкусу.

Помыть и обсушить кресс-салат. Перемешать со сливочным маслом.

Выложить массу на алюминиевую фольгу, аккуратно свернуть в рулет и поставить в холодильник до затвердения.

У кукурузы удалить зеленые листья. Запечь на гриле или на барбекю в течение 10 мин, часто переворачивая.

Нарезать охлажденное масло с кресс-салатом ломтиками толщиной 0,5 см.

Есть кукурузу, расплавляя на ней масло.

КАРТОФЕЛЬ-БАРБЕКЮ В ФОЛЬГЕ

4 картофелины, 150 г сливочного масла, 1 долька чеснока, 2—3 ст. ложки лимонного сока, 3 ст. ложки рубленой зелени, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Картофель помыть, разрезать пополам и завернуть в фольгу. Запекать на гриле 40 мин, часто переворачивая.

Перемешать сливочное масло с солью, перцем, чесноком, лимонным соком и зеленью. Положить во влажную пергаментную бумагу, сделать рулетики и охладить.

Подать острые сливочные рулетики вместе с картофелем-барбекю.

КАРТОФЕЛЬ С ПОМИДОРАМИ В ФОЛЬГЕ

8 шт. картофеля, 2 помидора, 300 мл сливок или 300 г сметаны, 130 г твердого сыра, 50 г сливочного масла, 4 ст. ложки зелени петрушки, 2 ст. ложки зеленого лука, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Два листа фольги сложить вместе, загнуть края, чтобы получилось подобие противня, смазать его маслом. Сверху разложить нарезанный тонкими ломтиками картофель, посыпать зеленью, посолить, поперчить, полить сливками или сметаной.

Накрыть листом фольги и запекать на гриле 30 мин.

Затем вынуть, уложить на картофель нарезанные тонкими ломтиками помидоры, посыпать тертым сыром и запекать еще 15 мин, пока не расплавится сыр. При подаче посыпать зеленым луком.

СВЕКЛА С ЧЕСНОЧНЫМ СОУСОМ НА БАРБЕКЮ

На 4 порции: 675 г мелкой сырой свеклы (желательно с зелеными хвостиками), 5—6 ст. ложек оливкового масла, соль — по вкусу.
Для чесночного соуса: 4 куска белого хлеба (корки срезать, замочить в воде на 10 мин), 2—3 зубчика чеснока (мелко порезанные), 1 ст. ложка белого винного уксуса, 4 ст. ложки оливкового масла.

Приготовление чесночного соуса: выдавить всю воду из хлеба, оставив его довольно влажным. Положить его в блендер или кухонный комбайн. Добавить чеснок и уксус, соль по вкусу и взбить до образования однородной массы.

Не выключая блендер или кухонный комбайн, побрызгать соус оливковым маслом. Соус должен быть жидковатым. Переложить в подготовленную вазочку.

Разжечь угли. Промыть свеклу под холодной водой, чтобы очистить от песка, но не повредите кожуру, иначе свекла начнет краситься.

Завернуть по 3—4 штучки в толстую фольгу, свернутую в два раза, оставив сверху открытыми. Побрызгать оливковым маслом и солью.

Закрыть конверты и положить их в горячие угли. Запекать 1,5 часа до мягкости.

Достать готовую свеклу из фольги. Когда она достаточно остынет, очистить ее. Нарезать на тонкие кружочки и подавать с чесночным соусом.

КУКУРУЗА С ЛАЙМОМ НА БАРБЕКЮ

3—4 початка кукурузы, 2 лайма, 1 ст. ложка соли, 0,5 ст. ложки кайенского перца.
Для приправы: 6 ст. ложек масла из грецких орехов, 3 ст. ложки молотых грецких орехов, 1 ст. ложка лимонного сока, 3 ст. ложки рубленого базилика.

Аккуратно очистить кукурузу от листьев и бахромы, сохранив листья. Порезать 2 лайма на дольки и натереть каждую дольку о початок кукурузы. Закрыть кукурузу листьями и готовить на барбекю в течение 10 мин, поворачивая.

Смешать соль с кайенским перцем. Очистить кукурузу от оболочки и посыпать смесью. Готовить на барбекю или на гриле 2—3 мин.

Подавать с дольками лайма или с приправой из грецких орехов.

Приготовление приправы: соединить масло из грецких орехов, молотые ядра грецких орехов, лимонный сок и рубленый базилик. Тщательно перемешать.

БАКЛАЖАНЫ-ГРИЛЬ

Баклажаны, соль, оливковое масло, сметана, чеснок, смесь средиземноморских трав (розмарин, тимьян, орегано), бальзаминовый уксус — по вкусу.

Баклажаны нарезать вдоль ломтиками толщиной около 0,5 см. Запечь на решетке, посолив и смазав оливковым маслом. (Смазывать маслом удобно кисточкой, а еще удобнее — сбрызнуть из бутылки с пульверизатором).

К тем кускам, которые у вас будут выхватывать, обжигаясь, прямо с рашпера, надо подать сметану, смешанную с солью и давленым чесноком.

То, что останется, нужно сложить в миску, пересыпая каждый слой смесью сушеных средиземноморских трав и небольшим количеством соли и сбрызгивая оливковым маслом и бальзамическим уксусом.

Употреблять можно и на следующий день. Точно так же можно поступить и с кабачками.

СЛОЕНЫЕ ПОМИДОРЫ

5 ст. ложек апельсинового сока, 1 красная репчатая луковица, 4 больших помидора, 3 ст. ложки оливкового масла, базилик, специи, приправы, соль — по вкусу.

Порезать на кольца красную луковицу, положить ее в миску с апельсиновым соком, приправить. Оставить на 10 мин.

Отрезать по кусочку снизу помидоров, порезать еще на 3 части горизонтально, приправить. Побрызгать оливковым маслом. Сверху положить на кусочки лук и базилик. Затем собрать кусочки, чтобы получился как будто целый помидор, закрепить деревянной или металлической палочкой. Украсить базиликом, смазать оливковым маслом. Запекать на гриле 10—15 мин с разных сторон, поворачивая.

Подавать, побрызгав оливковым маслом.

РАЗНОЦВЕТНЫЕ ОВОЩИ НА ШАМПУРАХ

4 цукини, 8 репчатых луковиц, 4 сладких перца разных цветов, 8 мелких помидоров, 2 баклажана, 100 г черешкового сельдерея, 16 шампиньонов,

6 ст. ложек лимонного сока, 200 мл оливкового масла, 2 ст. ложки рубленой зелени душицы, 2 ст. ложки рубленой зелени петрушки, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Баклажаны нарезать ломтиками, посолить, оставить на 30 мин. Затем слегка ополоснуть холодной водой и обсушить салфеткой. Баклажаны, цукини, лук, грибы, помидоры, перец, сельдерей насадить на шампуры, смазать маслом и жарить на гриле 25—30 мин.

Приготовление соуса: смешать масло, лимонный сок, соль, перец, петрушку, душицу. Соус подать отдельно.

ОВОЩИ С ГРИБАМИ НА БАРБЕКЮ

3 баклажана, 3 кабачка, 6 грибов, 2 сладких перца, 3 ст. ложки оливкового масла, 3 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка нарезанной зелени базилика, 2 дольки чеснока, соль, зелень — по вкусу.

Баклажаны нарезать кружочками, посолить и оставить на 15 мин, затем промыть и обсушить.

Перец очистить от семян, перегородок и нарезать крупными кусочками, кабачки — кружочками, у грибов отрезать ножки.

Для маринада смешать масло, лимонный сок, базилик и рубленый чеснок.

Залить грибы и овощи маринадом, выдержать на холоде 1 час.

Жарить овощи и грибы на горячей решетке барбекю по 2 мин с каждой стороны. При подаче посыпать зеленью. Отдельно можно подать кетчуп или соус чатни.

БАШЕНКИ ИЗ БАКЛАЖАНОВ, ЦУКИНИ И ПОМИДОРОВ

На 4 порции: 1 баклажан, 3 крупных помидора, 1 цукини, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 ст. ложка бальзамического уксуса.

Разогреть духовку до 200° С. Порезать баклажан на 12 кружочков и уложить их в один слой на противень. Сверху положить кружочки помидоров и кусочки кабачка цукини, порезанного на 12 диагональных долек. Побрызгать оливковым маслом, уксусом и приправить по вкусу. Запекать в разогретой духовке 20—25 мин. Подавать, украсив листиком базилика.

ПЕРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ «ФЕТА»

На 8 шт.: 4 сладких перца, разрезанных пополам.
Для начинки: 1 измельченный зубчик чеснока, 2 ст. ложки бальзамического уксуса, 4 ст. ложки оливкового масла, 200 г измельченного сыра «Фета», 100 г оливок, 200 г салата-рокет, 50 г кедровых орешков (поджаренных).

Обжарить перцы на барбекю, пока они не начнут становиться мягкими и кожура не почернеет. Перцы немного охладить. Подготовить начинку.

Смешать чеснок, уксус и оливковое масло. Добавить оставшиеся ингредиенты и перемешать. Приправить. Разложить перцы на блюде и сверху выложить начинку.

Если пойдет дождь... Разогреть духовку до 180° С. Положить перцы на противень кожурой вниз. Полить оливковым маслом, приправить, запекать до мягкости около 25 мин.

ПЕРЦЫ ПОД ГРИЛЕМ С СОУСОМ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ

10 сладких перцев, 5 репчатых луковиц, 8 помидоров, 1 пучок петрушки, чеснок — по вкусу.

Болгарский перец обжарить на гриле, часто переворачивая, в течение 10—15 мин до появления на нем коричневой пленки. Перец остудить. Эту коричневую пленку удалить. Плодоножку оставить. Перцы посолить.

Приготовление соуса: обжарить лук, добавить нарезанные помидоры, все вместе потушить, посолить, поперчить, добавить порезанную петрушку и чеснок.

Перцы выложить на тарелку хвостиками к краю. Сверху залить соусом.

ПЕРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-СРЕДИЗЕМНОМОРСКИ

На 4 порции: 3 сладких перца (порезанных пополам и очищенных от семечек), 1 ст. ложка оливкового масла, 125 г коричневого риса, 50 г сыра «Фета» или «Чеддер» (нарезанного кубиками), 200 г куриного филе с помидорами и сыром «Пармезан», 1 пучок нашинкованного зеленого лука, 10 г свежего базилика, 1 крупный помидор, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Разогреть духовку до 200° С. Уложить перцы кожурой вверх на противень, побрызгать маслом. Запекать в духовке в течение 15 мин или до мягкости. Достать аккуратно и дать немного остыть. Оставить духовку включенной.

Тем временем отварить рис по инструкциям на упаковке. Слить, перемешать с сыром, курицей, зеленым луком и базиликом, приправить по вкусу.

Порезать помидоры на шесть кружочков. Начинить половинки перца рисовой смесью, сверху положить по куску помидора и завернуть свободно в фольгу. Запекать 20 мин либо в духовке, либо на барбекю.

Подавать сразу же с зеленым салатом.

На заметку: вместо курицы можно использовать, к примеру, консервированный тунец. При желании можно сделать целые фаршированные перцы — просто срезать конец с хвостиком, очистить от семян и готовить по инструкциям в рецепте.

ЛАЗАНЬЯ «ПО-БЫСТРОМУ»

На 4 порции: 2 ст. ложки оливкового масла, 2 кабачка цукини (мелко нарезанные), 500 г мясного фарша, 550 г готового соуса «Болоньезе», 250 г упаковка готовых листов для лазаньи (порезанные пополам), 495 г покупного белого соуса, 50 г тертого сыра «Пармезан».

Нагреть масло в сковороде, обжарить цукини 1—2 мин. Добавить фарш, обжаривать до коричневого цвета, затем добавить соус «Болоньезе», готовить на среднем огне 15 мин.

Разогреть гриль до средней температуры.

Тем временем положить листы для лазаньи в миску и залить кипящей водой. Оставить на 10 мин.Слегка подогреть белый соус.

Взять форму для духовки размером 30х20 см. В основу положить пласт теста, затем слой половины соуса с мясом и 1/3 белого соуса. Затем положить еще слой теста, оставшийся мясной соус и треть белого. Накрыть оставшимся листами теста и залить белым соусом.

Посыпать сыром «Пармезан» и готовить под горячим грилем 5—10 мин до золотистой корочки.

На заметку: можно сделать соус «Болоньезе» в домашних условиях на скорую руку. Обжарить 1 репчатую луковицу, 2 измельченные дольки чеснока и 500 г говяжьего фарша в сковороде. Добавить 1 банку порезанных консервированных томатов, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 ст. ложку базилика и стакан вина и готовить как

минимум 20 мин (чем дольше, тем ароматнее будет блюдо). Затем выкипятить всю лишнюю жидкость и подавать со спагетти.

По этому рецепту можно сделать запеченные перцы. Наполнить половинки сладких перцев получившимся мясным соусом. Посыпать тертым сыром и поставить под гриль на 15—20 мин.

ФАРШИРОВАННЫЕ «ЛОДОЧКИ» ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

На 12 «лодочек»: 225 г сыра «Моцарелла», порезанного кубиками, 100 г кедровых орехов (подсушенных), 3 ст. ложки рубленой петрушки, 3 ст. ложки оливкового масла, 3 красных сладких перца, порезанных на 4 «лодочки» вдоль (очищенных от семян).

Соединить сыр «Моцарелла», орешки, петрушку, масло и чеснок. Приправить. Начинить перцы. Поставить под гриль на 8—10 мин, чтобы сыр расплавился.

На заметку: «Моцарелла» — это очень вкусный рассольный свежий сыр, структура упругая и волокнистая. Обычно он продается в сыворотке, иначе высыхает и портится. Срок его хранения достаточно мал. При отсутствии «Моцареллы» можно заменить этот сыр свежим сулгуни.

КАБАЧКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СУХАРИКАМИ

На 4 порции: 4 ст. ложки оливкового масла, 1 лимон (цедра и сок), 1 измельченный зубчик чеснока, 4 цукини, порезанные пополам и очищенные от семян, 1 нашинкованная репчатая луковица, 130 г мелко порезанного бекона, 55 г сливочного масла, 200 г свежих крошек, 1 ст. ложка листьев тимьяна.

Соединить 2 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложку лимонного сока, чеснок и приправить. Поместить кабачки в мелкую неметаллическую тарелку, залить маринадом и оставить на 15 мин.

Тем временем разогреть оставшееся масло, обжарить лук в течение 5 мин. Добавить бекон и жарить еще 3 мин.

Добавить в сковороду сливочное масло и когда оно растает — крошки. Помешивать до образования золотистого цвета. Добавить лимонную цедру и тимьян, приправить по вкусу.

Вынуть кабачки из маринада, стряхнуть с них излишек жидкости, положить срезанной стороной под гриль (можно готовить и на барбекю) и готовить около 3 мин до золотистой корочки.

Выложить начинку в кабачки, поставить под гриль еще на 1 мин. Сразу же подавать.

ЗАКУСКИ-ГРИЛЬ НА ШПАЖКАХ

Можно посоветовать несложные в приготовлении, но очень оригинальные «закуски на шпажках». Такие закуски прекрасно подходят для приготовления на открытом огне. Как правило, к пикниковому столу подают различные комбинации таких закусок с сыром, свежими или консервированными овощами, фруктами, мясными продуктами и другими.

Единственное условие — рассыпчатые продукты для таких закусок не подходят.

Сами шпажки или спицы — должны быть металлическими. Можно использовать и деревянные палочки или веточки — главное, чтобы вам удобно было снимать и переворачивать их, а также быть уверенными в том, что они не сгорят.

Чтобы продукты не подгорели и приятно подрумянились, нужно смазать их растительным маслом, посыпать солью, перцем, смазать горчицей, завернуть в тонкие ломтики ветчины.

Подаются на стол закуски на той же спице (тонком шампуре), на котором жарились.

ГРИБЫ НА ШПАЖКАХ

100 г колбасы или сосисок, 1 небольшая головка репчатого лука, 0,5 яйца, 1 ч. ложка сметаны, 1 ч. ложка томатного пюре, 1 ч. ложка панировочных сухарей, 50 г соленых или маринованных маленьких грибочков, 0,5 помидора, 0,5 маленького соленого огурца, растительное масло, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Нарезать сосиски ломтиками средней толщины, грибы — целиком или разрезать на две части, лук — кольцами.

Смешать сухари, томатную пасту, сметану и яйца.

Поместить в смесь нанизанные на шпажку или спицу продукты и оставить на 15 мин.

(На шпажку можно нанизать кружочки яблока и ломтики ветчины, а также лук и ломтики сельдерея.)

Обжарить на решетке, переворачивая.

ПИКАНТНЫЙ ШАШЛЫЧОК ИЗ СЫРА

50 г черного хлеба, 50 г белого хлеба, 100 г сыра, 50 г томатной пасты-пюре.

Сыр и хлеб нарезать квадратиками со стороной 1 см.

На бутербродную шпажку или спицу нанизать кусочки белого и черного хлеба вперемежку с кубиками сыра и слегка запечь на гриле, смазав верхний слой томатной пастой.

ЗАКУСКА ИЗ СЫРА С ОЛИВКАМИ

100 г твердого сыра, 50 г салями, 100 г зеленых фаршированных оливок.

Нарезать сыр кубиками 1,5x1,5 см, салями — тоненькими кружочками.

Нанизать на бутербродную шпажку или деревянную зубочистку оливку, затем скрученный в трубочку тоненький ломтик салями, затем кубик сыра.

Слегка обжарить над открытым огнем.

Можно подавать с любым соусом для мяса.

ШАШЛЫЧОК ИЗ МЯСА И ХЛЕБА

100 г филе говядины, 100 г копченого шпика, 100 г ржаного хлеба, 0,5 головки репчатого лука, томатная паста-пюре, растительное масло, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Филе говядины и ржаной хлеб разрезать на одинаковые кубики с шириной стороны 1 см, луковицу разрезать на четыре дольки.

Нанизать подготовленные продукты на зубочистку или на тонкую деревянную шпажку таким образом, чтобы с краев оказались кубики ржаного хлеба.

Сбрызнуть шашлычок растительным маслом. Обжарить в духовом шкафу или на барбекю. Положить шашлычки на кусочки черного хлеба и подавать.

ЗАКУСКА «УНИВЕРСАЛЬНАЯ»

100 г нежирной ветчины, 100 г твердого сыра, 2 соленых огурца, 100 г маслин без косточек.

Ветчину и сыр нарезать тонкими ломтиками.

Сложить продукты в четырехслойный бутерброд: сыр — колбаса — сыр — колбаса. Завернуть в целлофан и положить под гнет в прохладное место на 40—60 мин. Затем нарезать небольшими квадратиками или любыми другими фигурками.

Огурцы нарезать кубиками.

Нанизать на шпажку или спицу оливку, квадратик бутерброда, кусочек соленого огурца, затем опять квадратик четырехслойного бутерброда.

Слегка обжарить на барбекю до того момента, когда сыр начнет плавиться.

ПИКАНТНЫЕ СОСИСКИ-ГРИЛЬ С МЯСОМ И ЯБЛОКОМ

100 г любого мягкого мяса, 1 сосиска, 1 яблоко, 0,5 репчатой луковицы, томатная паста, растительное масло, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мясо разрезать на кубики толщиной 3 см, сосиску разрезать на кусочки длиной 3 см. Лук и яблоко разрезать на дольки. Нанизать все вместе на спицу. Мясо посыпать солью, перцем и смазать густой томатной пастой.

Сбрызнуть продукты растительным маслом и обжарить на барбекю.

К столу подавать на тонких кусочках черного хлеба.

ЗАКУСКА ИЗ ПЕЧЕНИ С СУШЕНЫМИ СЛИВАМИ НА ШПАЖКАХ

200 г печени, 2 яблока, 4 сушеные сливы, растительное масло, соль — по вкусу.

Разрезать печень на кусочки толщиной 1 см. Неочищенные яблоки нарезать ломтиками, из сушеных слив удалить косточки. Нанизать продукты на спицу, сбрызнуть растительным маслом и обжарить в духовом шкафу. Подавать на ломтиках белого хлеба или с отварными овощами. Отдельно подать майонезный соус с зеленью.

ЗАКУСКА «АССОРТИ» НА ШПАЖКАХ

200 г нежирной ветчины, 50 г копченой грудинки, 50 г твердого сыра, 50 г мякоти свинины, 0,5 головки репчатого лука, 0,5 соленого огурца, 1 маленькое яблоко, 3 маленьких помидора, растительное масло, молотый черный перец, соль — по вкусу.

Сыр и мясо нарезать кубиками. Огурец и яблоко разрезать на шесть кусочков. Маленькие помидоры оставить целыми.

Нанизать все продукты на спицы, сбрызнуть растительным маслом, посыпать по вкусу перцем и солью. Обжарить на барбекю.

ГОРЯЧАЯ ЗАКУСКА ИЗ КОПЧЕНОГО ШПИКА С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ

150 г ветчины, 50 г сыра, 50 г копченого шпика, 0,5 головки репчатого лука, черный молотый перец, растительное масло — по вкусу.

Разрезать ветчину на квадратики со стороной 1—1,5 см, сыр и шпик на тонкие ломтики. Смазать горчицей и посыпать черным молотым перцем.

Нанизать поочередно на спицу, смазать растительным маслом.

Обжарить в духовом шкафу. Подавать к столу на кусочках черного хлеба.

Отдельно подать томатный соус.

ЗАКУСОЧНЫЕ ТРУБОЧКИ ИЗ САЛАКИ

350 г салаки, 1 головка репчатого лука, 50 г шпика, 3 маленьких помидора, 1 красный стручковый перец, 1 пучок укропа, растительное масло, горчица, соль, немного лимонного сока или уксуса — по вкусу.

Очистить салаку, удалить кости так, чтобы спинка рыбы осталась целой. С внутренней стороны посыпать рыбу солью, рубленым луком и укропом. Сбрызнуть уксусом или лимонным соком, смазать горчицей.

Разрезать салаку на длинные полоски. Свернуть каждую в трубочку.

Луковицу разрезать на шесть долек, шпик — на небольшие квадратики со стороной 1—1,5 см.

Помидоры и стручковый перец нарезать на дольки.

Подготовленные таким образом продукты поочередно нанизать на деревянные палочки или тонкие шампуры и сбрызнуть растительным маслом. Обжарить на барбекю. Подавать к печеному картофелю.

Можно использовать любой соус для рыбы.

ГОРЯЧАЯ ЗАКУСКА ИЗ КОЛБАСЫ И ПЕРЦА

200 г полукопченой колбасы, 2 стручка красного сладкого перца, 0,5 головки репчатого лука, растительное масло, горчица, томатная паста-пюре — по вкусу.

Стручки перца, луковицу и колбасу разрезать на кусочки.

Каждый кусочек колбасы смазать томатным пюре или горчицей, проколоть спицей и сбрызнуть растительным маслом. Обжарить на барбекю.

ЗАКУСКА ИЗ СЫРА И ВЕТЧИНЫ

100 г белого хлеба, 100 г ветчины, 100 г твердого сыра, 1 ст. ложка томатного пюре, 0,25 лимона, растительное масло, горчица — по вкусу.

Белый хлеб нарезать кубиками со стороной 1 см. Ветчину разрезать на тонкие ломтики.

Намазать каждый ломтик горчицей и положить сверху тонкие ломтики сыра. Положить немного томатного пюре и сбрызнуть лимонным соком.

Свернуть ломтики ветчины трубочкой и нанизать вместе с кубиками белого хлеба на спицу или деревянный тонкий шампур.

Сбрызнуть растительным маслом и поджарить в духовом шкафу или на барбекю. Подавать к столу на кусочках белого хлеба.

ЗАКУСКА «КОПЧЕНАЯ МОЗАИКА»

100 г нежирной ветчины, 100 г сыра, 1 репчатая луковица, 1 соленый огурец, 100 г свинины, 150 г копченой грудинки, 6 маленьких помидоров, 6 ломтиков хлеба, соль, черный молотый перец, растительное масло — по вкусу.

Сыр, мясо нарезать кубиками толщиной 3—4 см, огурец, луковицу, яблоко разрезать на шесть кусочков, помидоры оставить целыми.

Все продукты нанизать вперемежку на металлическую спицу и слегка посыпать солью и перцем.

Смазать растительным маслом. Обжарить на углях или в духовке.

На стол подавать на хлебе.

ГОРЯЧАЯ ЗАКУСКА ИЗ РЫБЫ И КОРЕЙКИ

250 г рыбного филе, 75 г корейки, 2 помидора, сок половины лимона, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложка томатного пюре, 0,5 головки репчатого лука, растительное масло, молотый черный перец, соль — по вкусу.

Корейку, помидоры, филе рыбы разрезать на кусочки. Лук разрезать на четыре части. Кусочки рыбного филе обернуть тонким ломтиком корейки.

Нанизать на спицу, посыпать солью и перцем, сбрызнуть лимонным соком и обвалять в пшеничной муке. Сбрызнуть подготовленную закуску растительным маслом и обжарить на гриле. После обжаривания смазать томатной пастой (при желании можно сделать это до обжаривания).

Подавать к столу на тонких кусочках черного хлеба.

ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЕ ДЕСЕРТЫ НА БАРБЕКЮ

ФРУКТОВЫЕ КОНВЕРТИКИ С МЕДОМ

На 6 порций: 3 спелых персика, 6 спелых слив, 0,5 среднего ананаса, 6 ст. ложек коричневого сахара, 6 ст. ложек меда, ванильное мороженое, фруктовый сок.

Сливы и персики порезать пополам, ананас — на дольки.

Вырезать шесть больших квадратов из фольги.

Положить в центр каждого квадрата по две половинки сливы, одну половинку персика и один кусок ананаса.

Посыпать фрукты сахаром и побрызгать медом.

Собрать вместе кончики фольги и скрепить, чтобы получились конверты.

Положить фруктовые конвертики на угли, готовить 10—12 мин, проверив пару раз, фрукты должны стать мягкими.

Подавать горячие фрукты с холодным мороженым, полив их фруктовым соком.

ЯБЛОКИ С САХАРОМ И КОРИЦЕЙ НА ГРИЛЕ

1 кг крепких яблок, сок одного апельсина, 3 ст. ложки сахара, 0,5 ч. ложки молотой корицы, сливочный пломбир.

Яблоки очистить от кожицы и семян, разрезать на четвертинки.

В маленькой кастрюльке смешать сок и сахар.

Нагревать, помешивая, до полного растворения сахара. Добавить корицу, перемешать.

Куски яблок обмакивать в полученную смесь и нанизывать на шампуры.

Готовить на мангале, переворачивая, 5—6 мин. Подать на стол с оставшимся соусом и мороженым.

ДЫНЯ НА БАРБЕКЮ С МЕДОМ И ЛАВАНДОЙ

На 4 порции: 1 дыня (весом 1,3 кг), 200 г медовых сот, 1 ч. ложка воды, 300 г малины, 1 пучок свежей лаванды — для украшения.

Разжечь угли. Порезать дыню пополам, выскоблить семена, затем порезать каждую половинку на три кусочка. Положить треть сот в миску и разбавить водой. Сделать из пучка лаванды кисточку и макать ее в медовую воду.

Разогреть сковороду на углях. Смазать дыню медовой смесью. Запекать на сковороде по 30 секунд с каждой стороны. Подавать горячей, посыпав малиной и оставшимися цветами лаванды. Положить сверху оставшиеся кусочки сот.

ПЕЧЕНЫЕ БАНАНЫ С МОРОЖЕНЫМ

На 4 порции: 4 крупных банана, 1 ст. ложка лимонного сока, 4 ложки мороженого.

Для соуса: 2 ст. ложки несоленого сливочного масла, 50 г фундука (поджаренного и нарезанного), 3 ст. ложи патоки, 2 ст. ложки лимонного сока.

Разжечь мангал. Положить решетку на горячие угли. Смазать бананы лимонным соком и завернуть каждый банан в два слоя фольги. Запечь на решетке в течение 20 мин.

Тем временем сделать соус. Растопить масло в маленькой кастрюльке прямо на решетке мангала. Добавить орехи и готовить 1 мин. Добавить сироп и лимонный сок, помешивать еще минуту.

Перед тем как подавать, разрезать ножом бананы. Переложить на тарелки и подавать с шариками мороженого. Полить соусом.

АНАНАС С ИМБИРЕМ НА ГРИЛЕ

2 маленьких ананаса, порезанных на четвертинки, 4 ст. ложки имбирного сиропа.

Ананасы порезать на четвертинки, обжарить на барбекю с обеих сторон около 8—10 мин.

Перед тем как ананас будет готов, полить сиропом. Порезать на кусочки и подавать с мороженым. Жареные на барбекю фрукты могут быть как гарниром, так и отдельным самостоятельным десертом.

Для этого следует использовать твердые, не перезрелые фрукты: нектарины, персики, сливы или ананас.

Разрезать фрукт пополам или нарезать довольно толстыми кружочками или дольками, главное, чтобы они не упали сквозь решетку барбекю.

ШАШЛЫКИ ИЗ КЛУБНИКИ С МАРШМЕЛЛОУ

На 4 порции: 16 шт. розовых и белых маршмеллоу, 16 шт. клубники, 8 коротких деревянных или металлических шампуров, сахарная пудра — для оформления.

Разжечь угли. Если используете деревянные палочки, замочить их в воде на 30 мин. Положить смазанную маслом решетку над горячими углями.

Нанизать на палочки по две штуки клубники и маршмеллоу и запекать над грилем по 20 секунд с каждой стороны. Если красивые полоски от решетки не появятся, не упорствуйте, иначе маршмеллоу могут сгореть.

Переложить на тарелки и посыпать сахарной пудрой.

На заметку: если положить маршмеллоу в холодильник на пол часа, они станут более плотными и их легче будет нанизать на шампуры.

ФРУКТОВЫЙ ДЕСЕРТ С КРОШКОЙ НА БАРБЕКЮ

На 8 порций: 2 спелых нектарина или персика (порезанных), 225 г клубники (промытой и разрезанной пополам), 125 г черники, 50 г сахара, 1 ст. ложка крахмала, сок половины лимона, 200 г печенья с шоколадом, изюмом и орехами (разломанного на мелкие кусочки), 20 г сливочного масла.

Смешать фрукты, сахар, крахмал и лимонный сок и оставить на 20 мин. Смешать печенье с маслом, чтобы получилась крошка для десерта.

Перемешать фрукты, разложить по четырем керамическим формочкам, посыпать крошкой. Готовить 15 мин на барбекю.

ФРУКТОВЫЕ ШАШЛЫКИ С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ

Для соуса: 100 г кураги (порезанной), 300 мл несладкого апельсинового сока, сахар или заменитель сахара.
Для шашлыков: 2 банана (очищенных и порезанных), 2 груши (очищенные от кожуры и порезанные на дольки), 4 толстых куска свежего ананаса (очищенного и порезанного на куски), 2 персика или нектарина (порезанного на дольки), 25 г сливочного масла (растопленного).

Приготовление соуса: положить курагу и апельсиновый сок в маленькую кастрюльку; довести до кипения. Снизить огонь и варить на маленьком огне 15 мин, чтобы курага размягчилась.

Поместить курагу с соком в блендер или миксер, размолоть в пюре. Подсластить по вкусу, вернуть в кастрюлю.

Приготовление шашлыков: разогреть гриль. Нанизать подготовленные кусочки фруктов на 12 коротких или 8 длинных шампуров, смазать маслом. Готовить на гриле 5 мин, поворачивая, до коричневого цвета. Слегка разогреть соус, подавать с шашлыками.

На заметку: такой соус можно подавать и как самостоятельный десерт. Просто добавьте в него густого греческого йогурта или взбитых сливок, чтобы получился мраморный эффект, разложите по бокалам и подавайте.

КЛУБНИКА НА БАРБЕКЮ

Растопить 50 г сливочного несоленого масла. Снять с огня и перемешать с 2 ст. ложки коричневого сахара. Добавить 500 г клубники, перемешать. Готовить на барбекю или на гриле в течение 2—3 мин, часто поворачивая. Подавать с ванильным мороженым.

ГРУШИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ НА ГРИЛЕ

На 4 порции: 2 груши, порезанные крупными кусками, 1 ст. ложка жидкого меда.

Смазать груши медом и запечь под грилем в течение 5 мин на средних углях.

ЛИПКИЕ ФРУКТОВЫЕ ШАШЛЫКИ

На 4 порции: 2 ананаса (очищенные и порезанные на кусочки), 4 персика (разрезанные на четвертинки), 3 банана (очищенные и порезанные на кусочки), 3 ст. ложки лимонного крема, 200 мл греческого йогурта, 3 ст. ложки поджаренной кокосовой стружки.

Разогреть гриль или барбекю. Нанизать кусочки фруктов на 5—6 шампуров (если используете деревянные, предварительно замочите их в воде).

Положить лимонный крем в миску и подогреть в течение 20—30 сек в микроволновке или 2—3 мин в кастрюле на медленном огне. Смазать кремом фрукты.

Положить шашлыки на сковороду-гриль или на барбекю и готовить 8—10 мин, поворачивая, пока фрукты не станут мягкими, а лимонное покрытие не начнет карамелизоваться.

Сделать соус, смешав йогурт с лимонным кремом по вкусу и добавив 2 ст. ложки кокоса. Подавать шашлыки, посыпав кокосовой стружкой.

МАНГО СО СЛАДКИМ РОМОВЫМ СОУСОМ

На 4 порции: 2 манго, 2 ст. ложки темного рома, 1 ст. ложка сока лайма, 2 ст. ложки меда.

Порезать манго пополам, достать косточки. Соединить ром, сок лайма и мед. Перемешать. Готовить манго на средних углях, смазывая смесью, в течение 5 мин. Подавать с мороженым.

БАГЕТЫ, БУЛОЧКИ, СЭНДВИЧИ, БУРГЕРЫ, БРУСКЕТКИ, БУТЕРБРОДЫ И ТОСТЫ НА БАРБЕКЮ

БАГЕТ С КУРИЦЕЙ

На 2 порции: 2 ст. ложки бальзамического уксуса, 2 филе куриных грудок (по 150 г), 50 г сыра «Пармезан», 2 маленьких багета, разрезанных пополам, 2 помидора.

Сбрызнуть бальзамическим уксусом куриные грудки. Оставить мариноваться на 30 мин.

Разогреть гриль. Натереть половину нормы «Пармезана» на стружки, отложить. Мелко натереть оставшийся сыр. Посыпать половиной сыра одну сторону курицы. Запечь под грилем сырным слоем вверх в течение 6—7 мин до золотистого цвета, пока сыр не образует корочку.

Перевернуть курицу. Посыпать оставшимся тертым сыром, снизить температуру и запечь курицу 5—6 мин с другой стороны. Порезать на крупные куски. Подавать теплыми в багетах с кусочками «Пармезана», помидора, сбрызнув оливковым маслом и бальзамическим уксусом.

БРУСКЕТКА С БАКЛАЖАНАМИ

2 средних баклажана, 3 зубчика чеснока, 1 острый перчик чили, 1 ч. ложка сухого орегано, 8 ломтиков хлеба, оливковое масло, соль — по вкусу.

Разрезать вдоль баклажаны и положить их на горячий гриль срезом вверх. Готовить 8—10 мин, пока кожица не обуглится и баклажаны не станут мягкими.

Очистить мякоть от кожицы, пюрировать в блендере вместе с 2 зубчиками чеснока до однородной пасты.

Очистить перец чили, удалить семена и мелко порубить. Добавить его в баклажанное пюре вместе с орегано и 2 ст. ложками масла. Посолить по вкусу.

Обжарить на гриле ломтики хлеба, натереть их оставшейся долькой чеснока и подавать с баклажанной пастой.

БАГЕТ С КОПЧЕНЫМ ЛОСОСЕМ

На 2 порции: 2 багета, 25 г сливочного масла, 1 ст. ложка рубленой петрушки, 150 г копченого лосося или форели, 150 г тертого сыра.

Разрезать багет пополам вдоль. Нагреть масло и слегка обжарить петрушку в сковороде. Снять с огня, отставить и немного остудить. Разложить кусочки сыра и лосося в багеты.

Смазать начинку маслом с петрушкой. Разогреть гриль. Обжаривать горячий багет на гриле 2—3 мин с каждой стороны. Подавать с салатом.

БРУСКЕТКА С ПОМИДОРАМИ

На 4 порции: 1 большой итальянский батон (чьябатта), 1 ст. ложка пасты из черных оливок, 3 крупных спелых помидора, 1 ст. ложка оливкового масла, 10 листков базилика.

Разогреть гриль. Разрезать один большой итальянский батон (чьябатта) пополам, затем снова пополам вдоль. Запечь слегка под грилем с обеих сторон. Намазать каждую сторону 1 ст. ложкой пасты из черных оливок.

Порезать крупные спелые помидоры на маленькие кусочки и выложить на оливковую пасту. Затем сбрызнуть 1 ст. ложкой оливкового масла. Вернуть под гриль и запекать 2—3 мин, пока помидоры не прогреются.

Порвать руками 10 листков базилика, посыпать бутерброд и сразу подавать к столу.

БУЛОЧКИ-ГРИЛЬ С СЫРОМ И ГРИБАМИ

На 4 порции: 75 г сливочного масла, 1 зубчик чеснока (очищенный и измельченный), 8 крупных грибов, 4 хрустящие булочки, разрезанные пополам по горизонтали, 225 г голубого сыра (раскрошенного), 0,5 пучка салата-рокет, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Разогреть сливочное масло в большой сковороде добавить чеснок. Обжаривать 1 мин. Добавить грибы и обжаривать 8 мин. Приправить солью и перцем.

Разогреть гриль. Поджарить хлеб со всех сторон и положить половину сыра на нижние половинки. Сверху положить грибы и оставшийся сыр. Запекать на гриле 5 мин, пока сыр не расплавится. Добавить салат-рокет, приправить. Подавать сразу же.

На заметку: если вам не нравится голубой сыр, вы можете использовать тертый сыр «Чеддер» или «Моцарелла».

БРУСКЕТКА ЧЕСНОКОМ

На 6 порций: 3 зубчика чеснока, 6 толстых ломтиков хлеба, 5 ст. ложек оливкового масла.

Очистить чеснок, затем сильно нажать на дольку плоской стороной ножа, после чего натереть чесноком хлеб.

Смазать хлеб оливковым маслом — понадобится около 5 ст. ложек.

Обжарить брускетки в гриле с двух сторон до золотистой корочки. Подавать к супу.

БУБЛИКИ-ПИЦЦА

На 2 порции: 1 бублик с кунжутом, 4—5 ст. ложек оливкового масла, 2—3 ч. ложки томатной пасты, 25 г очищенных от косточек зеленых оливок, 2 помидора (мелко порезанных), 1 ст. ложка соуса «Песто», 50 г тертого сыра «Моцарелла», 1 щепотка орегано, соль, молотый черный перец, пряные травы — по вкусу.

Разрезать бублик пополам по горизонтали и подсушить. В маленьком кувшине смешать оливковое масло и чеснок. Перемешать и оставить на 15 мин.

Сбрызнуть чесночным маслом половинки бублика и положить на решетку гриля.

В миске смешать томатную пасту, оливки, помидоры и соус «Песто». Перемешать, затем уложить на половинки бубликов.

Посыпать тертым сыром «Моцарелла», побрызгать оставшимся чесночным маслом, приправить солью и перцем.

Запекать на гриле примерно 5—10 мин, либо пока сыр не расплавится и бублики не станут хрустящими. Подавать сразу же, посыпав пряными травами.

БУЛОЧКИ С ГРИБАМИ НА ГРИЛЕ

200 г свежих шампиньонов, 2 ст. ложки сметаны, 1 репчатая луковица, 4 готовые булочки, 50 тертого сыра.

Порезать грибы, обжарить на сковороде 15—20 мин, добавить предварительно обжаренный репчатый лук, сметану, потушить еще 5 мин.

У готовых булочек срезать верхушку, вынуть мякоть, положить смесь из грибов, сверху засыпать натертым сыром. Поставить в гриль на 5—10 мин до образования поджаристой корочки на сыре.

БУРГЕРЫ «ДЕЛИКАТЕСНЫЕ»

На 10 шт.: 450 г замороженного слоеного теста, 200 г сыра «Гауда», 1 ч. ложка крупномолотого черного перца, 1 яйцо, 2 помидора, 1 огурец, 10 кусочков вареного окорока, 10 кусочков эдамского сыра, соль — по вкусу.

Слоеное тесто разморозить. В это время натереть на терке сыра «Гауда» и смешать его с черным перцем грубого помола. Нагреть духовку до 200° С. Слегка взбить яйцо и смазать им пластины теста. На них разложить тертый сыр и запекать в духовке 15 мин на средней полке до золотистого цвета. Затем дать остыть на кухонной решетке.

Овощи вымыть. У помидоров удалить основания плодоножек и разрезать на восемь частей. Огурец нарезать кружочками. Помидоры и огурцы посолить и поперчить.

Выпеченные пластины теста с сыром разрезать острым ножом по горизонтали. На нижний слой выложить огурцы, помидоры, окорок и кусочки сыра. Сверху накрыть верхним слоем с запеченным сыром.

Эти бургеры можно приготовить заранее, за день до пикника, а на природе слегка разогреть их в гриле в течение 2—3 мин.

БУРГЕРЫ С КУРИЦЕЙ И БЕКОНОМ

На 6 порции: 4 полоски бекона, 700 г куриного филе, 8 перьев зеленого лука, 3 ст. ложки свежей рубленой петрушки, 50 г свежих хлебных крошек, 6 ст. ложек готовой томатной сальсы, подсушенный хрустящий хлеб, листья зеленого салата, салат из помидоров и красного лука — по вкусу.

Обрезать жир с курицы, порезать ее на кусочки. Поместить в комбайн вместе с беконом и хорошо перемолоть. Переложить в большую миску. Добавить лук, петрушку и булку. Приправить по вкусу и перемешать.

Разогреть гриль до средней температуры. Сформировать шесть бургеров. Положить на решетку для гриля и готовить 12—15 мин до готовности, поворачивая.

Сверху положить на каждый бургер по ложке томатной сальсы (*продается готовая, но можно заменить томатным соусом*). Подавать на хрустящем хлебе с салатом из томатов и красного лука, порезанного кольцами.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Можно сделать эти бургеры впрок: в морозилке они будут храниться до 3 месяцев. Заверните каждый в пленку. А перед поездкой на пикник их нужно просто достать и разморозить.

БУРГЕР «АССОРТИ»

На 4 порции: 1 красная репчатая луковица, 1 веточка свежего эстрагона, 1 сушеный красный перец чили, 1 яйцо, 1 горсть хлебных крошек, 1 ч. ложка дижонской горчицы, 2 ст. ложки тертого сыра «Пармезан», 1 щепотка молотого мускатного ореха, 1 кг фарша из говядины, 1 головка зеленого салата, 4 помидора сорта «Дамские пальчики», 1 огурец, 4 булочки для гамбургера, 4 крупных маринованных огурца, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Мелко порезать лук и эстрагон, добавить красный перец чили, размолотый в ступке пестиком, смешать все с яйцом, крошками, горчицей, сыром «Пармезан», мускатным орехом и фаршем. Сформировать из смеси 4 котлеты и положить их в холодильник на 30 мин, чтобы они слегка затвердели.

Когда бургеры готовы к обжариванию, разогреть сковороду, смазать небольшим количеством масла, приправить бургеры солью и перцем и готовить в течение 10 мин (или дольше, если вы любите хорошо прожаренное мясо). Аккуратно поворачивать их на сковороде каждую минуту.

Тем временем, нарезать зеленый салат, помидор и огурец, перемешать и отставить.

Когда бургеры будут готовы, порезать булочки пополам и поджарить их быстро на сковороде или подсушить в тостере. Положить котлеты между двумя половинками булочек и подавать с маринованными огурцами и салатом, добавив оливковое масло или заправку по вкусу.

Эти бургеры также можно приготовить заранее, за день до пикника, а на природе слегка разогреть их в гриле в течение 2—3 мин.

БУРГЕРЫ БЫСТРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ

900 г измельченной говядины, 6 ст. ложек мелко нарезанного репчатого лука, 0,25 чашки хлебных крошек или молотых сухарей, 1 яйцо, 0,75 ч. ложки семян сельдерея, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Смешать мясо, лук, перец, сухари, яйцо и семена сельдерея. Из полученной массы сформовать шесть лепешек. Жарить их на сковороде на среднем огне, пока лепешки не станут с обеих сторон коричневыми.

Заранее приготовить чесночно-томатный соус (*см. рецепт в конце этой главы).*

На пикнике разогреть бургеры на гриле и при подаче к столу залить чесночно-томатным соусом.

БУРГЕРЫ ИЗ БАРАНИНЫ С ПРЯНОСТЯМИ

900 г измельченной баранины, 0,5 чашки хлебных крошек или молотых сухарей, размягченных в 3 ст. ложка сметаны, 0,25 ч. ложки сухого базилика, 0,25 ч. ложки нарезанной свежей зелени петрушки, 0,25 ч. ложки паприки (красного перца), молотого мускатный орех, тертая лимонная цедра — на кончике ножа, соль — по вкусу.

Смешать все ингредиенты. Полученную массу разделить на шесть лепешек. Жарить их в духовке или на гриле на умеренном огне.

БУТЕРБРОДЫ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ

На 4 порции: 0,25 стакана лимонного сока, 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ст. ложка меда, 3 измельченных зубчика чеснока, 2 ч. ложки оливкового масла, 1 ч. ложка сушеного орегано, 500 г мяса курицы (грудки), 150 г обезжиренного йогурта, 1 целый огурец, очищенный от семян и натертый на терке, 1 ст. ложка рубленого свежего укропа, 5 шт. готовых хлебных кармашков пита из непросеянной муки, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Разогреть духовку до 200° С.

Положить лимонный сок, соевый соус, чеснок, масло и 2 зубчика чеснока в большую миску. Добавить курицу и обвалять в соусе.

Положить курицу на противень, выстеленный пергаментом, и запекать 25 мин или до готовности. Дважды полить курицу соусом.

Тем временем смешать йогурт, огурец и укроп, а также оставшийся чеснок. Приправить солью и перцем.

Когда курица достаточно остынет, порезать поперек на тонкие кусочки. Перемешать с огуречным салатом и разложить по порционным питам.

На заметку: в этом рецепте всегда можно использовать оставшуюся запеченную на барбекю или под грилем курицу. Курица, перемешанная с соусом, может храниться 1—2 дня в холодильнике — так что закуска может быть готова в любое время.

БУТЕРБРОД-ПИЦЦА

На 4 порции: 2 куска хлеба из непросеянной муки, 4 ст. ложки томатного чатни или томатного соуса для пиццы, 2 помидора, порезанных на кружочки, 100 г тертого сыра «Чеддер».

Подсушить хлеб с обеих сторон под горячим грилем. Намазать с одной стороны томатным чатни или соусом. Сверху положить кусочки помидора и сыр. Поставить под горячий гриль и готовить 2 мин, пока сыр не расплавится. Нарезать на треугольнички и подавать горячими.

БУРГЕРЫ «HOT DOG»

На 6 шт: 900 г измельченной говядины, 1 яйцо, 0,25 чашки хлебных крошек или молотых сухарей, 2 ст. ложки томатного соуса, 1 ст. ложка мелко нарезанной свежей зелени петрушки, 3 ст. ложки мелко нарезанного репчатого лука, 6 готовых «Hot-Dog» (горячие сосиски в булке), каждая из которых разрезана на 5 частей, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Смешать мясо, соль, перец, яйцо, сухари, томатный соус, зелень петрушки и лук. Из полученной массы сделать шесть лепешек. Поджарить лепешки с одной стороны и перевернуть на другую. Затем положить на каждую лепешку по пять кусочков разрезанных сосисок и обжарить со второй стороны до готовности.

БУРГЕРЫ ПО-ТАЙСКИ

На 4 порции: 400 г свиного фарша, 1 маленькая палочка лимонного сорго, 1 маленький красный перец чили, очищенный от семечек, 2 зубчика чеснока, 2 пера зеленого лука, 200 г грибов, 1 ст. ложка рыбного соуса, 3 ст. ложки свежего кориандра, 2 ст. ложки майонеза, 1 ст. ложка сока лайма, 4 булочки для гамбургеров, соль, перец — по вкусу, подсолнечное масло — для обжаривания.

В кухонном комбайне соединить лимонное сорго, чили, чеснок и зеленый лук, сделать однородное пюре. Добавить грибы и мелко порубить.

Добавить свиной фарш, рыбный соус и кориандр. Приправить солью и перцем, разделить фарш на четыре равные части и сформовать четыре плоские котлеты.

Нагреть масло в сковороде на среднем огне. Добавить бургеры и обжаривать 6—8 мин или до готовности.

Тем временем соединить майонез с соком лайма. Разрезать булочку для гамбургера пополам и намазать срез лаймовым майонезом. Посыпать нашинкованной китайской капустой или зеленым салатом и положить котлету. Подавать горячими.

На заметку: на пикнике разогреть бургеры на гриле, а при подаче к столу гарнировать их хрустящими маринованными овощами или просто подать с соусами на ваш вкус.

БУТЕРБРОД-ПИЦЦА С САЛЯМИ, ПОМИДОРАМИ И СЫРОМ «МОЦАРЕЛЛА»

На 4 порции: 2 крупных батона чьябатта, 1 зубчик чеснока, 4 помидора, 6 кусочков салями, 150 г сыра «Моцарелла», 1 ст. ложка оливкового масла, листики базилика — по вкусу.

Разогреть духовку до 200° С. Порезать пополам вдоль хлеб, затем снова каждую половину вдоль пополам. Положить на противень и запекать около 5 мин до золотистого цвета. Натереть срезанную сторону кусочков хлеба срезанным зубчиком чеснока.

Порезать на кружочки помидоры. Салями и сыр «Моцарелла» порезать очень мелко. Разделить начинку и разложить ее на бутерброды.

Поставить в духовку на 5—10 мин, пока сыр не расплавится. Сбрызнуть 1 ст. ложкой оливкового масла. Посыпать базиликом и подавать с зеленым салатом.

БУРГЕРЫ С ТУНЦОМ

На 4 порции: 450 г свежего тунца, 50 г свежих хлебных крошек, 1 ст. ложка сладкого соуса «Чили», 1 ст. ложка темного соевого соуса, 1 ст. ложка рыбного соуса, 1 ст. ложка томатного кетчупа, 4 булочки для бургеров.

Измельчить филе тунца, желательно в кухонном комбайне. Смешать фарш с крошками и всеми соусами, перечисленными в ингредиентах. Приправить перцем.

Сформовать котлеты равного размера. Готовить на барбекю по пять минут с каждой стороны и подавать в булочках для бургеров с салатом и соусами.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ «ПОХОДНЫЕ»

6 ломтиков белого хлеба, 12 ломтиков сыра, 3 помидора, 1 репчатая луковица, 1 щепотка черного перца.

Нарезать белый хлеб как для бутербродов, сверху в два слоя выложить сыр, нарезанный тоненькими ломтиками. Сверху положить дольки помидора и нарезанный крупными кольцами лук.

Запечь в гриле в течение 5 мин.

БУТЕРБРОДЫ С БАКЛАЖАНАМИ И СЫРОМ «МОЦАРЕЛЛА»

На 4 порции: 1 небольшой баклажан (примерно 600 г), нарезанный на кружочки толщиной 5 мм, 60 мл оливкового или растительного масла, 225 г итальянского хлеба, 225 г сыра «Моцарелла», 1 ч. ложка сухого орегано, 0,25 ч. ложки сухих кусочков перца чили, 0,25 ч. ложки соли, 8 сушеных помидоров в масле, 1 небольшой пучок базилика.

Нагреть гриль. Положить кружочки баклажана на решетку. Половиной порции масла смазать баклажаны с обеих сторон.

Жарить баклажаны в гриле с двух сторон 10—12 мин.

Отрежьте по диагонали торцевые стороны батона (оставьте их для другого блюда). Нарезать оставшийся хлеб по диагонали на восемь кусков. Тонко нарезать сыр «Моцарелла».

В небольшой миске смешать вилкой орегано, чили, соль и оставшееся масло. Смазать хлеб смесью из трав. Сверху положить жареные баклажаны, кусочки «Моцареллы» и сушеные помидоры. Проложить между кусочками «Моцареллы» листья свежего базилика.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Замечательная особенность этого вида бутербродов — неограниченная возможность изобретать и менять начинку. Их можно подавать как основное блюдо с мясом и грибами, нежными баклажанами и сыром «Моцарелла», и как закуску с классическим сочетанием копченого лосося и укропа.

КАНАПЕ ИЗ ПОЛЕНТЫ

1 упаковка готовой поленты (или заранее приготовленной в форме для кекса и охлажденной поленты), ломтики вареной ветчины, ломтики сырокопченой ветчины, ломтики копченой колбасы, зеленые оливки без косточек, паста из анчоусов, анчоусы, каперсы, корнишоны — по вкусу.

Нарезать поленту ломтиками толщиной 1 см. Ее можно поджарить в масле или на гриле. (Далее все ингредиенты берутся произвольно, в зависимости от количества приготовленной поленты). Разложить ломтики нарезки на поленту, украсить по вкусу. Оливки можно нафаршировать анчоусной пастой.

БУТЕРБРОДЫ С ПАРМСКОЙ ВЕТЧИНОЙ И КУРИЦЕЙ

На 4 порции: 1 ст. ложка муки, 4 куриные грудки без костей и кожи, 1 ст. ложка растительного масла, 60 г майонеза, 2 ст. ложки рубленого базилика, 4 куска итальянского хлеба толщиной по 2 см, 4 тонких ломтика пармской ветчины или окорока, 1 помидор, нарезанный кружочками, 60 г тертого сыра «Моцарелла», соль, крупно молотый черный перец — по вкусу.

На вощеной бумаге смешать муку и 0,25 ч. ложки перца. Обвалять в этой смеси куриные грудки. Поставить сковороду на средний огонь, разогреть в ней масло.

Обжаривать куриные грудки в сковороде с двух сторон 10 мин, до тех пор, пока они не станут мягкими и румяными, а сок, вытекающий из них, станет прозрачным. Определите это, проколов грудку кончиком ножа.

Нагреть гриль. В маленькой миске смешать майонез, базилик и черный перец. Намазать куски хлеба майонезной смесью. Положить на противень для запекания.

Поставить противень в гриль очень близко к огню. Жарить хлеб 1—2 мин, пока майонезная смесь не покроется пузырьками и не зарумянится.

Вынуть противень, гриль не выключать. На каждый кусок хлеба положить ломтик пармской ветчины, сверху куриную грудку, затем кружок помидора. Посыпать бутерброд тертым сыром «Моцарелла». Запекать на гриле 2—3 мин, пока сыр не расплавится.

ПРЯНЫЕ БУРГЕРЫ ИЗ МЯСА ИНДЕЙКИ

На 6 шт: 900 г измельченного мяса индейки, 0,25 ч. ложки черного молотого перца, 0,5 ч. ложки молотой корицы, 0,25 ч. ложки молотого мускатного ореха, 2 ч. ложки сушеной мяты, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 головка мелко нарезанного чеснока, 6 ст. ложек мелко нарезанного репчатого лука, 6 ст. ложек томатного соуса.

Смешать мясо индейки, перец, корицу, мускатный орех, мяту, лимонный сок, чеснок, лук и 3 ст. ложки томатного соуса.

Полученную массу разделить на шесть лепешек. Жарить лепешки обычным способом на гриле, время от времени поливая томатным соусом.

АЗИАТСКИЕ БУТЕРБРОДЫ

На 1 порцию: 8 сырых очищенных креветок, несколько капель масла, 1 ст. ложка сладкого соуса «Чили», 2 куска коричневого хлеба, половина папайи, очищенной от семян и кожуры и порезанной, 1 горсть зеленого салата, сок лайма — по вкусу.

Разогреть гриль. Обвалять креветки в масле, готовить по 2—3 мин с каждой стороны до появления розового цвета и до готовности.

Смешать соус «Чили» с соком лайма, обвалять в соусе креветки. Охладить. Положить на доску кусок хлеба, сверху положить креветки, папайю и зеленый салат. Накрыть вторым куском хлеба и плотно прижать. Порезать по диагонали и подавать с кусочками лайма.

ГРИЛЬ-БУТЕРБРОДЫ «ЭКСПРЕСС»

1—2 яйца, сваренных вкрутую, 1 пачка (200 г) жирного майонеза, 1 средняя репчатая луковица, 2 ст. ложки тертого сыра, черный или белый хлеб, нарезанный ломтиками.

Яйца мелко натереть, лук мелко порезать. Смешать все с майонезом и (по желанию) с тертым сыром.

Нанести получившуюся массу толстым слоем на ломтики хлеба и поставить в гриль или духовку. Готовить до подрумянивания — сверху должна появиться красивая коричневато-золотистая корочка. Подавать горячими.

БУТЕРБРОДЫ С САРДИНАМИ

На 4 порции: 4 толстых ломтика хлеба, 2 больших помидора, 2 банки (по 120 г) сардин в масле, 0,5 лимона, зелень петрушки — по вкусу.

Разогреть гриль. Поджарить четыре толстых куска хлеба из непросеянной муки с обеих сторон.

Тем временем порезать большие помидоры и слить масло из банок с сардинами.

Разделить помидоры и сардины по количеству тостов, выдавить сверху сок половины лимона, поставить под гриль на 2—3 мин и подогреть.

При подаче к столу посыпать верхний слой бутербродов рубленой петрушкой.

ВКУСНЫЕ СМЕСИ ДЛЯ БУТЕРБРОДОВ

- Майонез — излюбленная добавка ко всем видам бутербродов, его вкус можно изменять бесконечно и постоянно поэкспериментировать с разными добавками.
- Добавьте горчицу с зернами или горчицу с травами и медом — прекрасно сочетается с мясом и сыром.
- Смешайте майонез с базиликом.
- Аппетитная паста из фасоли или соус, например, хумус, очень вкусны с хрустящими листьями салата.
- Паста из оливок (например, французский тапенад) имеет множество оттенков вкуса, но особенно хороша с тунцом, свежим сыром «Моцарелла» или жареным сладким перцем.

- Немного соуса «Песто» прекрасно подойдет к сэндвичам с помидорами и сыром «Моцарелла» на итальянском хлебе с хрустящей корочкой. Можно добавить соус «Песто» к бекону, жареной индейке или яичному майонезу

БЫСТРЫЕ КОМПОЗИЦИИ К БУТЕРБРОДАМ

На большой вечеринке или шумном пикнике можно подать огромное разнообразие открытых бутербродов. Испробуйте некоторые варианты.

- Креветки на майонезе с укропом
- Жареный сыр («Чеддер») на кружочках помидора или ломтиках маринованного огурца
- Кусочки поджаренного бекона на ломтиках помидора
- Сардины, мелко нарубленные красный лук и петрушка на майонезе, смешанном с зернистой горчицей
- Пармская ветчина и нарезанный тонкими ломтиками инжир на твороге
- Кусочки груши и сыра на слое кресс-салата.

ЧЕСНОЧНЫЙ ХЛЕБ С СЫРОМ

На 12 кусков: 85 г мягкого сливочного масла, 2 дольки чеснока, 175 г сыра, 2 ст. ложки порезанной петрушки, 1 круглый французский фермерский хлеб.

Взбить сливочное масло и мелко порезанный чеснок, затем добавить тертый сыр, порезанную петрушку.

Разрезать хлеб пополам вдоль через середину (держа нож параллельно доске).

Намазать срезанные стороны сырной смесью и неплотно завернуть каждую половину в фольгу. Запекать 20 мин. Развернуть фольгу и запекать еще 10—15 мин, пока сыр не станет бледно-золотистым. Порезать на кусочки.

ЛЕПЕШКИ-БАРБЕКЮ

На 8 лепешек: 1 кусочек свежих дрожжей размером с грецкий орех или 1 ст. ложка сухих дрожжей, 0,5 ст. ложки жидкого меда, 300 мл горячей воды, 500 г белой муки, 1 ст. ложка мелкой соли, 4 ст. ложки оливкового масла, специи — по вкусу.

Этот хлеб можно печь на мангале или на барбекю. А букет специй можно подобрать или создать по вашему вкусу. Тщательно растереть свежие дрожжи с медом, добавить воду и перемешать.

Посыпать небольшим количеством муки и оставить на 15 мин, пока не запенится.

Замесить тесто. Смешать соль с мукой, добавить дрожжи и оливковое масло.

Все замесить в миске, выложить на стол и месить запястьем 5—8 мин, пока тесто не станет однородным и эластичным. Дать подняться. Когда тесто увеличится в 2 раза, это займет около 1 ч, снова достать его из миски и замесить. Посыпать специями и собрать как конверт. Раскатать тесто. Поделить на куски размером с мандарин, присыпав мукой, раскатать каждый кусок, чтобы получились очень тонкие лепешки (толщины монетки) длиной 15 см. В разогретую тяжелую сковороду с толстым дном класть лепешки и запекать 1—2 мин с каждой стороны. Подавать на стол с разными соусами.

ХЛЕБ С НАЧИНКОЙ ИЗ СЫРА, ВЕТЧИНЫ И ПОМИДОРОВ

1 батон белого хлеба, 125 г мягкого сыра, 2 помидора, 75 г ветчины, соль, чеснок, оливковое масло — по вкусу.

Сделать на батоне надрезы. Сыр, ветчину и помидоры нарезать ломтиками, приправить и, чередуя, положить в надрезы. Чеснок измельчить и смешать с маслом. Выложить хлеб на фольгу и полить маслом с чесноком. Закрыть фольгу и закопать в горячую золу костра на 10—15 мин или жарить на решетке.

ТОСТЫ С КОЗЬИМ СЫРОМ И КЛЮКВОЙ

1 крупный кусок свежего хрустящего хлеба, 1—2 ч. ложки клюквенного или красносмородинового желе, 100 г козьего сыра (круглый кусок), 1 пучок салата-рокет, бальзамический уксус — по вкусу.

Поджарить хлеб с одной стороны на гриле. Поджаренную сторону намазать желе и положить сверху сыр. Сбрызнуть оливковым маслом и приправить солью и перцем.

Вернуть под гриль на 3—4 мин, пока сверху не появится золотистая корочка, а сыр не начнет плавиться.

Сверху положить горсть салата-рокет и побрызгать маслом и бальзамическим уксусом. Подавать сразу же.

СОУСЫ И ПРИПРАВЫ ДЛЯ БАРБЕКЮ И БЛЮД-ГРИЛЬ

МЯСНАЯ ПРИПРАВА «КАРИБСКАЯ»

50 г сахара, 1 ст. ложка порошка английской горчицы, 1 ст. ложка рома, 1 ст. ложка оливкового масла, тертая цедра и сок половины лайма.

Соединить сахар, порошок английской горчицы, ром, оливковое масло, тертую цедру и сок лайма.

Отставить на 15 мин, периодически помешивая, пока сахар не растворится.

Смазать получившейся приправой мясо за 5 мин до окончания запекания.

КИСЛО-СЛАДКИЙ СОУС-БАРБЕКЮ

2,5 ст. ложки томатного кетчупа, 1 ст. ложка вурчестерширского соуса (вустера), 1 ст. ложка белого винного уксуса, 4 ст. ложки коричневого сахара, 2 ст. ложки горчицы, 1 ст. ложка соуса «Табаско».

Соединить все ингредиенты в кастрюле.

Помешивать на медленном огне, а когда закипит, варить 1—2 мин, пока слегка не уварится. Намазать соусом курицу и готовить по рецепту.

СОУС-МАРИНАД ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ МЯСА

2 ст. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка винного уксуса (лучше красного), 2 ст. ложки растительного масла, 1 долька чеснока, соль, черный молотый перец и острый кайенский перец — по вкусу.

Соус-маринад следует использовать в качестве маринада и для обмазывания мяса. Все компоненты смешать до растворения соли, полить мясо за 30—60 мин до начала жаренья, а в процессе жаренья смазывать смесью кусочки для сочности.

ФРУКТОВАЯ ЗАПРАВКА К ПТИЦЕ

1 целая долька чеснока, 2 ст. ложки зернистой горчицы, 0,5 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки сока лайма, 5 ст. ложек оливкового масла, 1 пучок зеленого салата, 2 ст. ложки малины или клубники.

Взять салатницу и натереть ее изнутри долькой чеснока.

В салатницу положить горчицу, сахар, малину или клубнику, размятую в пюре, затем взболтать с соком лайма и оливковым маслом. Приправить.

Добавить листья зеленого салата и хорошо перемешать.

СЛАДКО-ПРЯНЫЙ АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОУС ДЛЯ КУРИЦЫ

2 ст. ложки горчицы, 1 апельсин, 0,5 ст. ложки молотой корицы, 3 ст. ложки сахара.

У апельсина используют только кожуру, которую следует натереть. Соединить все ингредиенты в кастрюле и проварить на слабом огне.

Использовать с курицей, поливая ее за 10 мин до готовности.

СОУС С СИДРОМ ДЛЯ КУРИЦЫ И СВИНИНЫ

275 мл сухого сидра, 2 ст. ложки яблочного уксуса, 1 ч. ложка соли, черный молотый перец — по вкусу.

Смешать все ингредиенты. Поливать мясо во время приготовления, смазывая кисточкой или пучком трав (например, можно связать пучок розмарина и тимьяна).

СОУС С БЕЛОЙ ФАСОЛЬЮ

300 г консервированной фасоли, 2 дольки чеснока, тертая цедра одного лимона, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Соус можно использовать для хлеба, рыбы, мяса.

Развести соус бульоном и подогреть консервированную белую фасоль, положить в блендер вместе с очищенными дольками чеснока, тертой цедрой лимона, солью

и черным перцем. Измельчить в пюре и добавить листья свежей петрушки. Продолжать взбивать, постепенно вливая оливковое масло. Добавить немного лимонного сока по вкусу.

ИСПАНСКИЙ СОУС

200 мл йогурта, 1 помидор, 8—10 маслин, 1 долька чеснока, 1 пучок зеленого лука, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Все ингредиенты измельчить ножом или блендером и добавить в йогурт.

Этот соус идеально подходит к баранине и дичи.

СОУС С МАСЛИНАМИ

На 500 мл: 350 г черных маслин без косточек, 1 маленькая баночка анчоусов, 1 ст. ложка каперсов, 2 дольки чеснока, 150 мл оливкового масла, 1 ст. ложка темного рома, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Соединить в кухонном комбайне маслины, анчоусы с соком из баночки, каперсы, чеснок и немного соли и черного перца, хорошо размешивая.

Не выключая комбайна, тонкой струйкой влить оливковое масло и добавить темный ром.

ГОРЧИЧНЫЙ СОУС

15 г сухого горчичного порошка, 0,5 ст. ложки рафинированного подсолнечного масла, 0,5 стакана воды, 0,25 стакана уксуса, 0,25 ст. ложки сахара, 1 лавровый лист, 0,5 ч. ложки корицы, 2 бутона гвоздики, соль — по вкусу.

Вскипятить воду, добавив в нее немного сахара, немного соли, лавровый лист, корицу. Процедить полученный отвар и охладить.

Влить уксус. Горчичный порошок просеять через сито и залить половиной приготовленного маринада. Дать отстояться 8—10 часов, периодически размешивая массу.

После этого влить оставшееся количество маринада, растительное масло и тщательно перемешать. Полученную массу разложить по баночкам и закупорить.

ГОРЧИЧНЫЙ СОУС С БЕЛЫМ ВИНОМ

25 г горчицы, 1 желток, 25 г белого сухого вина, 25 г уксуса, 25 г сахарного песка, 25 г растопленного масла, 25 г любого мясного бульона или воды (подойдет и разведенный бульонный кубик).

Ингредиенты перемешать в эмалированной кастрюле, затем, непрерывно помешивая, довести смесь до кипения, но не кипятить.

ГРЕЧЕСКИЙ СОУС С ЧЕСНОКОМ

50 г оливкового масла, 25 мл уксуса, 4 зубчика чеснока, 50 г ядер миндальных орехов, 1 маленький кусочек белого хлеба, соль — по вкусу.

Чеснок пропустить через чесночницу и растереть с солью.

Добавить смолотые ядра миндаля и перемешать до образования однородной массы.

Кусочек белого хлеба замочить в воде, отжать и смешать с толченым чесноком. Постепенно влить оливковое масло и уксус, продолжая растирать массу пестиком.

ХОЛОДНЫЙ УКРОПНЫЙ СОУС

75 г майонеза, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени укропа, соль, сок лимона — по вкусу.

Тщательно смешать все продукты и прибавить специи по вкусу.

ЧЕСНОЧНЫЙ СОУС С УКСУСОМ

1 головка чеснока, 0,5 головки репчатого лука, 25 мл прокипяченного винного уксуса, 25 мл холодной кипяченой воды, 0,5 ст. ложки рубленого укропа.

Чеснок пропустить через чесночницу и растереть с солью. Добавить молотые пряности. Уксус развести с водой и тонкой струйкой влить в чесночную массу, непрерывно растирая ее.

ЧЕСНОЧНО-ТОМАТНЫЙ СОУС

4 дольки чеснока, 2 ст. ложки томатного соуса, 2 ст. ложки майонеза, соль — по вкусу.

Чеснок пропустить через чесночницу, растереть с солью, добавить майонез и томатный соус. Ингредиенты тщательно перемешать.

ЧЕСНОЧНЫЙ СОУС С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ

0,5 головки чеснока, 2 ст. ложки растительного масла, 60 мл кипяченой холодной воды, соль — по вкусу.

Чеснок пропустить через чесночницу и растереть с солью.
Тонкой струйкой влить растительное масло и охлажденную кипяченую воду.
Соль добавить по вкусу. Все ингредиенты тщательно перемешать.

ОГУРЕЧНЫЙ СОУС С ЙОГУРТОМ

75 г майонеза, 1 маринованный огурец, 100 мл йогурта, сахар, соль, сок лимона — по вкусу.

Огурец очистить от кожицы и нарезать тонкой соломкой. Перемешать с йогуртом и майонезом. Добавить остальные ингредиенты, тщательно перемешать.

СОУС ИЗ ХРЕНА СО СМЕТАНОЙ

100 г корня хрена, 200 г сметаны, 3 г сахара, 3 г соли, 10 г сыра, зелень петрушки, сок лимона — по вкусу.

Корень хрена очистить и, при необходимости, слегка обмыть холодной водой. Натереть на мелкой терке, по мере натирания смешивая порциями со сметаной (чтобы хрен не успевал выдыхаться). Добавить соль, сахар и тщательно перемешать. Добавить немного лимонного сока, тертого на мелкой терке сыра, мелко рубленную зелень петрушки. Хорошо размешать и плотно закрыть. Сразу подавать на стол или хранить в холодильнике (не более 8—12 часов!) — это относится ко всем соусам с хреном.

ХОЛОДНЫЙ СОУС С ХРЕНОМ И ЛИМОНОМ

75 г майонеза, 1 ст. ложка тертого корня хрена, сахар, соль, сок лимона — по вкусу.

Корень хрена тщательно помыть, почистить и натереть на мелкой овощной терке. Добавить остальные ингредиенты, тщательно перемешать.

СОУС С ХРЕНОМ И ГОРЧИЦЕЙ

2 ст. ложки хрена, натертого на мелкой терке, 1 ст. ложка готовой горчицы, 1,5 ст. ложки уксуса, 1,5 ст. ложки сметаны, 0,5 ч. ложки сахара.

Смешать хрен с горчицей, сахаром и уксусом. Смесь растереть. Прибавить к ней сметану, размешать.

ЯБЛОЧНЫЙ СОУС С ХРЕНОМ

50 г кислых яблок, 50 г хрена, 50 г сливочного масла, сахар, соль — по вкусу.

Яблоки помыть, очистить от кожицы и натереть на терке.

Корень хрена очистить и промыть в холодной воде и натереть на мелкой овощной терке.

Масло растереть с солью до получения пышной массы. Прибавить измельченные яблоки, хрен, сахар. Получается кисло-сладкий острый соус, похожий на соусы китайской кухни.

ГРИБНОЙ СОУС

175 г отваренных грибов, 1 головка репчатого лука, 1 яблоко (антоновка), 0,5 стакана сметаны, 1 пучок зелени петрушки, 1 пучок сельдерея, 1 пучок укропа, соль, сахар, горчица, уксус — по вкусу.

Отваренные грибы мелко нашинковать, яблоко натереть на мелкой овощной терке и смешать с заправкой сделанной из сметаны, соли, сахара, уксуса, горчицы. Посыпать измельченной зеленью.

БОЛГАРСКИЙ ОРЕХОВЫЙ СОУС

0,5 стакана очищенных грецких орехов, 3 зубчика чеснока, 1 ломтик черствого белого хлеба, 1,5 ст. ложки рафинированного подсолнечного масла, 1 ст. ложка уксуса, соль — по вкусу.

Перемолоть на кофемолке ядра грецких орехов. Чеснок пропустить через чесночницу и протереть в ступке с солью. Смешать с грецкими орехами.

Прибавить ломтик предварительно замоченного в воде и затем откинутого на дуршлаг белого хлеба. Влить подсолнечное масло и уксус.

Полученную смесь хорошо взбить, развести тепловатой кипяченой водой до умеренной густоты.

Приготовленный соус еще раз взбить. Подходит к овощным и рыбным блюдам.

СОУС «САЦИВИ»

120 мл куриного бульона, 70 г ядер грецких орехов, 30 г топленого масла, 100 г репчатого лука, 10 г пшеничной муки, 2 свежих яичных желтка, 10 г чеснока, 30 мл винного уксуса, 1 г гвоздики, 1 г корицы, молотый красный перец — по вкусу.

Репчатый лук мелко нарубить и пассеровать с маслом и жиром, снятым с куриного бульона.

Затем всыпать муку и продолжать пассеровать в течение нескольких минут, помешивая деревянной лопаткой. Добавить в массу горячий процеженный бульон и варить при кипении 15 мин.

Ядра грецкого ореха измельчить и растереть с чесноком, добавить измельченную гвоздику, корицу, красный молотый перец, сырые яичные желтки и уксус.

Растереть все ингредиенты лопаткой и помешивая, нагреть, добавляя подготовленную смесь, не доводя до кипения.

Готовый соус охладить.

Глава 8

Пикник на кухне

ЛЕТО КРУГЛЫЙ ГОД — ПИКНИК В ЛЮБУЮ ПОГОДУ!

За окном накрапывает дождь и мечты о воскресном пикнике кажется рушатся, так не успев осуществиться... Знакомая ситуация?

Не отчаивайтесь, выход можно найти всегда! Да и вообще, зачем зависеть от капризов погоды? Можно ведь устроить пикник прямо в городской квартире — на любимой кухне — и круглый год угощать гостей шашлыками и блюдами, приготовленными на электро- или аэрогриле и на электрошашлычнице.

Да-да, не удивляйтесь, с помощью этих умных бытовых электроприборов вы не только приготовите шашлык, не выходя из дома, но и устроите такой пикник с комфортом, что многие даже порадуются дождливой погоде...Проверено! И не раз!

ЧТО ТАКОЕ ЭЛЕКТРОГРИЛЬ

Приверженцы уличного варианта барбекю относятся к электрогрилям скептически — по их мнению, это лишь имитация настоящего прибора. Они считают, что раз в этих устройствах нет углей, нет живого огня, значит нет и того восхитительного аромата дымка, которым насыщаются стейки, сосиски и жареные овощи.

Впрочем, эти недостатки компенсируются одним существенным плюсом — электрогрилем можно пользоваться в домашних условиях. Именно с такой целью его придумали около 30 лет назад. Правда, кто это сделал и при каких обстоятельствах — история умалчивает. Зато доподлинно известно, что в 1995 году знаменитый боксер Джордж Форман, который когда-то бился с самим Мохаммедом Али, после окончания спортивной карьеры изобрел первый двусторонний электрогриль.

С тех пор эти приборы постоянно усовершенствуются. В Америке уже есть электробарбекю, которое настолько нашпиговано электроникой, что умеет и контролировать степень прожарки продуктов, и выступать в роли MP3-плеера. До нашего рынка это чудо-техника пока не дошла, зато есть другие не менее достойные модели.

Слово *«гриль»* (Grille) в переводе с французского означает *«решетка»*. Это вполне отражает сущность прибора — блюда готовятся на решетке, размещенной в емкости и нагреваемой снизу с помощью угля, нагревательного элемента (чаще всего ТЭНа), газа и т. п.

Электрогрили внешне выглядят так же, как и грили на углях, и по своему наполнению мало чем от них отличаются: те же решетка, поддон и противни для разных блюд — различен лишь способ нагрева.

Кстати, пища, приготовленная на электрическом гриле, очень полезна — в ней мало жира, поскольку, в отличие от жарения на обычной сковороде, не нужно использовать масло.

ГРИЛЬ ИЛИ ЧУГУННАЯ СКОВРОДА?

Суть приготовления пищи на гриле ясна — это жарка. Но жарка без применения посуды, то есть на открытом огне, углях или на специальной жарочной поверхности.

В случае, когда используется жарочная поверхность, отличие жарки на гриле от обыкновенной становится едва уловимым. И повара беззастенчиво пользуются этим. Они берут сковороду с антипригарным покрытием, с рифленым дном, ставят ее на конфорку обычной плиты и без особых затей жарят мясо или рыбу. Поперек куска образуются симпатичные «горелые» полоски. Но, честно говоря, это не совсем гриль.

Такая техника зовется «жаренье-грилирование». Суть ее в том, что источником сильного нагрева здесь является не огонь и не уголь, а сковорода. В принципе, ее можно разогреть очень сильно, но не на конфорке домашней плиты. И только сковороду без тефлонового покрытия: оно в этом случае просто выгорит.

Если подходить к делу серьезно, для жаренья-грилирования нужно использовать хорошую чугунную сковороду: она аккумулирует тепло как никакая другая. Источник тепла тоже должен быть специальным — горячие угли, сильный электрогриль или мощная газовая горелка. Последняя действует бескомпромиссно, раскаляя чугун буквально докрасна.

Рифленое же дно нужно не только для нанесения декоративных штрихов на продукт. Вытекающий в процессе приготовления жир стекает в «ячейки» и скапливается там, не касаясь поверхности обрабатываемого куска. Таким образом, мясо (или рыба) продолжает жариться именно «всухую», а не сотироваться. Что и требуется для приготовления задуманного блюда.

ЧУДО-ГРИЛЬ: ПОПЫТАЙТЕСЬ ПОВТОРИТЬ ЭТО НА КУХНЕ

Нет ничего необычного в использовании на домашней кухне и настоящего гриля. Вот, скажем, в Болгарии он установлен в каждой второй квартире. Небольшой, маломощный, но для не очень многодетной семьи в самый раз. Продукты нарезаются кусками, смазываются какой-нибудь масляной смесью — например, маслом с чесноком, с пряными травами или с цедрой — и помещаются на разогретую поверхность.

Но тут надо иметь в виду, что продукты, требующие сильной прожарки, на таком гриле как следует не приготовишь. Так например, стейк получится плохо: сверху он будет обуглен, а внутри останется почти сырым (даже если вы любите мясо с кровью, поверьте — крови будет слишком много). Но ничто ведь не мешает вам нарезать мясо потоньше, или, как принято в Азии, кусочками на один укус.

Хит всех времен и народов в Индонезии — куриное филе, нарезанное крошечными кусочками, нанизанное на деревянную шпажку и смазанное арахисовым соусом «Сатей». Как раз для домашнего гриля это блюдо подходит отлично.

Главные качества продукта, подходящего для домашнего гриля, таковы: он должен быть нежирным, быстро готовящимся и изначально мягким. Этим критериям удовлетворяют уже упомянутое куриное филе (а равно и индюшачье), свежая семга, разного рода печенка. Отлично получается фуа-гра, хотя нежирным продуктом ее не назовешь. И, конечно, многочисленные овощи и фрукты. Все приготовленное можно есть и само по себе, а можно добавлять в различные салаты.

Так, вкус салата с говядиной весьма выигрывает, если мясо для него не лихорадочно жарить в воке, а, нарезав тонкими пластинами, сначала прихватить в течение 2 мин с каждой стороны на гриле, а затем уже тонко нарезать.

Оборудования для такого кухонного грилирования выпускается масса, начиная с грилей настольных и заканчивая встроенными в духовые шкафы разной степени крутизны.

Настольный электрический гриль имеет свои плюсы и минусы. Главный плюс — все, что на нем готовится, так сказать «у вас на глазах». Всегда понятно, не сгорело ли блюдо. Главный минус — такой гриль требует места на кухне, не очень много, но больше, чем чайник. И его надо всегда держать в чистоте. Это не плюс и не минус, это такое обязательное условие.

С грилем, встроенным в духовку, надо уметь обращаться. Контролировать его температуру можно, изменяя положение решетки с продуктами. Обычно ее устанавливают так, чтобы расстояние от нагревательного элемента до поверхности

продукта составляло не менее 10 и не более 20 см. Но если вы решили приготовить под грилем очень толстый кусок мяса, установите решетку как можно дальше от нагревательного элемента, то есть в самый низ духовки.

И еще одно. Если вы заказали в ресторане мясо на гриле, и оно поразило вас в самое сердце, а дома приготовить его так же виртуозно не получается — не расстраивайтесь. В хороших ресторанах используются очень дорогие профессиональные грили.

«АНАТОМИЯ» ЭЛЕКТРОГРИЛЯ: КАК ВЫБИРАТЬ, НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

У современных электрогрилей, представленных на рынке бытовой техники, совершенно разные дизайн и форма. Можно купить встраиваемую технику и разместить решетку прямо на кухне — на своей плите по соседству с газовыми или электроконфорками. Существуют также компактные агрегаты, которые легко найдут место в любом кухонном шкафу. А есть довольно громоздкие экземпляры, рассчитанные на эксплуатацию в дачных условиях. В комплекте с ними идет подставка на ножках с несколькими полочками, на которых, как правило, размещают продукты и соусы. Обычно у них есть и защита от ветра — стеночки по периметру.

Впрочем, все это внешние различия; по сути **все электрогрили можно разделить на два типа — контактные и с открытой решеткой.**

Электрическая сковорода-гриль

Если вы собираетесь готовить блюда-гриль в домашних условиях и не хотите, чтобы по квартире разносился запах горящего жира, однозначно покупайте контактный прибор. По сути, это электрическая сковорода-гриль с рифленой площадкой. Мясо или овощи напрямую соприкасаются с нагревательным элементом — и на них остаются зажаристые полосочки. Все подобные приборы имеют антипригарное покрытие, поэтому не придется мучиться с мытьем — достаточно будет просто протереть поверхность влажной тряпочкой.

Контактная техника может быть односторонней (придется переворачивать продукты) **или двусторонней** — ингредиенты кладутся на ребристую поверхность, закрываются крышкой и через некоторое время получается еда, прожаренная одновременно сверху и снизу.

Двойной агрегат очень напоминает электровафельницу, только рисунок он дает однотипный, в полосочку. С его помощью вполне можно приготовить выпечку из жидкого теста, а также сделать горячие бутерброды, зажарить омлет, мясо, рыбу, овощи и фрукты. Правда, контактный электрогриль не придаст блюду аромат дымка и не обезжирит его — выделяющееся масло будет скапливаться в углублениях сковородки. Но умельцы уже нашли выход и из этой ситуации — они щедро сдабривают блюда соусом под названием «Жидкий дым» — эффект впечатляет!

Электрогриль-барбекю с открытой спиралью

Тем, кто хочет сделать блюдо-гриль, максимально напоминающее приготовленное на углях, стоит приобрести решетку с открытой электроспиралью. Конечно, жир будет капать на тэн, пачкать его и гореть, зато мясо или рыбка получатся более диетическими и выдержанными в стиле настоящего барбекю.

Для того чтобы избежать гари и копоти, прибор лучше расположить под мощной вытяжкой или вообще вынести на улицу — например, на веранду загородного дома. Если такой вариант вам подходит, обратите внимание, из какого материала сделана решетка. По мнению ценителей барбекю, настоящие стейки получаются только на чугунной поверхности.

На второе место можно поставить стальную и на последнее — алюминиевую решетку с антипригарным покрытием. Они не выдерживают высоких температур, а значит, мясо не будет прожарено.

Выбирая электрогриль с открытой решеткой, узнайте, насколько он удобен в чистке, ведь во время готовки будут падать кусочки продуктов, стекать жир. Обратите внимание на то, разбирается ли прибор и можно ли будет по отдельности вымыть все его детали.

Кроме того, проверьте, имеется ли под решеткой поддон для стекания жира. Еще лучше, если он заполнен лавой, которую можно будет периодически менять. Если такие устройства не предусмотрены, придется застилать поверхность под электрогрилем фольгой или мыть ее после каждой готовки.

Электрогриль с пластиковым корпусом

Мощность электрогрилей варьируется от 1200 Вт до 2 кВт. Если вы покупаете эту технику (контактную или с открытой решеткой) не только для приготовления горячих бутербродов, значит, нужно выбирать агрегат посильнее. Чем больше

мощность и количество нагревательных элементов в технике, тем лучше приготовятся мясо и рыба.

Некоторые приборы с решеткой бывают оснащены сразу двумя независимыми тэнами — на одной спирали продукт можно быстро обжарить, а потом переложить его на другую и дать возможность «дойти» при более низкой температуре. Последняя функция пригодится для приготовления стейков.

Цвет и материал корпуса электрогриля могут быть самыми разными. В недорогих вариантах он обычно выполнен из пластика, в более дорогостоящих — из нержавеющей стали.

По надежности, как уверяют производители, материалы фактически идентичны, ведь используемый в производстве грилей пластик имеет защитное покрытие, он не нагревается и выдерживает самые высокие температуры.

Газовый гриль-барбекю

Гриль-барбекю может быть не только электрическим, но и газовым. Голубое топливо раскаляет противень или лаву, от которых в свою очередь нагревается решетка. По удобству и качеству приготовления такие грили считаются даже лучше электрических. Кроме того, они могут быть использованы на пикнике вдали от дома, главное — захватить с собой газовый баллон.

Что говорят специалисты

В отличие от угольных барбекю, используя которые повар должен сам «чувствовать» степень нагрева, в электрических грилях вы можете устанавливать любую температуру (как в духовке). Некоторые модели также оснащены таймером и индикаторной лампочкой, подающей сигнал о том, что нужный нагрев достигнут.

Иногда в двусторонних контактных приборах есть функция поддержания температуры — если гости опаздывают, а стейки уже поджарились, просто установите этот режим, и тогда к приходу друзей они будут горячими.

КАК УХАЖИВАТЬ ЗА ГРИЛЕМ

- Чтобы решетка легче чистилась, перед приготовлением ее надо смазать растительным маслом с помощью кисточки, нагреть и уже потом положить на нее продукты.
- Прежде чем приступать к очистке прибора, убедись в том, что он отключен от сети.

- Мойте решетку после каждого приготовления пищи и не оставляйте это на завтра, иначе еда прилипнет. Браться за чистку следует тогда, когда решетка немного остынет, но будет еще теплая.
- Если электрогриль не разбирается, не следует обдавать водой весь аппарат — большие куски остатков пищи нужно удалять пластмассовой лопаточкой (она должна входить в комплект), а остальное собирать чуть влажной тряпкой. Можно воспользоваться небольшим количеством моющего средства. После чистки необходимо насухо протереть решетку.
- Если на нагреватель попали капли жира, протрите его мягкой тряпкой или губкой.
- Конструкция первых электрогрилей, появившихся примерно 30 лет назад, была такой же, как приборов для улицы: основание, нагревательный элемент и сверху решетка для продуктов. А сейчас в комплект часто включены и съемные решетки, и различные противни из металла и даже камня, нередко имеется несколько шампуров.

ПОПУЛЯРНЫЕ МОДЕЛИ ЭЛЕКТРОГРИЛЕЙ: ФУНКЦИИ И ПРЕИМУЩЕСТВА

У компании **Miele (Германия)** среди встраиваемых модулей есть **гриль CS 1312 BG**, интересной особенностью которого являются двухсторонние пластины. С одной стороны они гладкие — для приготовления нежного рыбного филе, а с другой — рифленые, для мяса.

Существуют и специальные поверхности, предназначенные для определенных блюд. Например, **электрогриль Excelio (Tefal, Франция)** оснащен съемными плитками — блинницей и сотейником: блинчики и овощное рагу будут готовы за считанные минуты.

Модель **ET510501 (Siemens)** с литой чугунной решеткой — один из элементов варочной поверхности. У нее есть крышка из стеклокерамики для защиты, когда прибор выключен.

У первых приборов проблема состояла в том, что сок от жарившихся блюд попадал на нагревательный элемент и образовывалось много дыма. Кроме того, агрегат было неудобно чистить, его приходилось долго отмывать от пригоревших продуктов.

Сейчас ситуация изменилась: конструкция электрических грилей такова, что их можно разбирать для чистки и хранения. Большинство деталей (поддоны, противни и др.), как правило, стальные с антипригарным покрытием, а значит, их легко мыть — вручную с использованием моющих средств или в посудомоечной машине.

Задачу избавления от дыма решают различными способами. Если еду готовят на решетке, жир и сок капают в съемный поддон или контейнер и при этом, так же как и раньше, попадают на нагревательный элемент. Но в таком случае дно контейнера наполняют камнями — вулканической лавой, которая впитывает жир, что частично препятствует образованию дыма.

Такие камни находятся, например, в **вариоэлектрогриле VR 230 (Gaggenau, Германия).** После приготовления блюд их следует помыть (это можно сделать и в посудомоечной машине).

Еще один вариант уменьшения количества дыма — в емкость под нагревательным элементом наливают воду. Этот способ применен в грилях **Severin (Германия).** Но все-таки будьте готовы к тому, что совсем без дыма в случае с решеткой не обойтись. Но зато значимый плюс использования решеток в том, что мясо на них хорошо пропаривается и получается более сочным и мягким.

Дачные модели Easy Grill N Pack (Tefal) и PG2792 (Severin) легко собрать для перевозки. Приборы оснащены полочками для продуктов.

О дыме можно почти забыть, если приготовление происходит не на решетке, а на пластине (металлической или каменной), по периметру которой находятся желоба, куда и стекает сок. Кроме того, бывают пластины с отверстиями, расположенными таким образом, что, стекая в них, сок и жир минуют нагревательный элемент и сразу попадают в поддон, поэтому дыма практически нет.

Главное же в электрогриле — его «сердце»: нагревательный элемент (как правило, ТЭН) средней мощностью 2,2 кВт и по большей части с плавной регулировкой температуры. Нагревается ТЭН до температуры свыше 650° С, при этом пища готовится примерно в два раза быстрее, чем в духовке или на сковороде.

Обычно приборы оснащены одним нагревательным элементом, но есть модели и с двумя независимыми нагревателями, например **RG-7905 (Binatone, Великобритания).** На одной части гриля можно быстро обжаривать продукты, а на другой доводить их до готовности при более низкой температуре. Таким образом вы сэкономите время.

У моделей **RG-7905 и RG-7906 (Binatone)** имеются гранитные плиты для приготовления пищи без масла. К тому же к каждому прибору прилагаются 8 мини-противней и 2 уровня — для жарки и запекания продуктов.

Наличие нескольких температурных режимов позволит подобрать оптимальное время для приготовления нужного блюда. Кроме того, можно просто подогревать его или поддерживать определенную температуру. Так что, даже если вы запаздываете с подачей к столу, блюдо не остынет и будет, как говорится, с пылу с жару.

Иногда в комплекте идет крышка, которая защитит от брызг жира, к тому же с ее помощью проще сохранять нужную температуру.

Электрогриль HG 1000— полная конвекто-кухня с большими преимуществами для современного дома.

В HG вы можете размораживать, поддерживать в тепле, разогревать, печь, жарить, готовить на решетке и томить (тушить) в одном аппарате.

Вы реально экономите время и энергию, а самое главное — готовите низкокалорийные блюда, в которых сохраняются ценные витамины и микроэлементы, что способствует соблюдения сбалансированного питания, а значит, и сохранению здоровья.

Вы имеете постоянный визуальный контроль за продуктами во время приготовления.

Вы можете подключать аппарат к любой розетке и использовать его везде при минимуме занимаемого им места, например, в домике для отдыха или в кемпинге.

Вы можете использовать любые жаропрочные емкости, например, ракушки для пирожных, алюминиевую фольгу или рукава для запекания.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Рекомендуем использовать алюминиевую посуду или блюда из металла, но не стекло или керамику.

АЭРОГРИЛЬ: МОДНАЯ ШТУЧКА НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ С СУПЕРФУНКЦИЯМИ

Аэрогриль — самая современная кухонная машина, в которой для приготовления пищи используется поток горячего воздуха.

Аэрогриль — прибор нового поколения. Может заменить большинство кухонных тепловых приборов: ростер, электроплиту, газовую плиту, коптильню, шашлычницу, тостер, ростер, сушильный шкаф, электросковороду, фритюрницу, СВЧ, гриль, электрогриль для приготовления пиццы, пароварку и т. д.

Преимущества аэророгриля

- Готовит не нарушая целостности продутов, с сохранением всех полезных витаминов и микроэлементов
- Снижает содержание жира и холестерина в пище
- Позволяет готовить диетические блюда
- Имеет функцию автоматической мойки

- Позволяет готовить одновременно несколько блюд
- Готовит в любой кухонной посуде
- Отсутствие дыма и запаха
- Экономит до 80% электроэнергии!

Что умеет аэрогриль

Пища в аэрогриле готовится в потоках горячего воздуха. Разогретый до заданной температуры, горячий воздух обдувает и равномерно нагревает блюдо со всех сторон. При таком способе сохраняются все питательные и вкусовые свойства продукта.

Аэрогриль умеет:

- жарить без масла
- готовить гриль
- выпекать сдобу, пироги, безе
- поднимать тесто и опару
- готовить каши и супы
- готовить на пару
- готовить тосты и горячие бутерброды
- тушить овощи
- сушить зелень, грибы и фрукты
- готовить барбекю
- коптить холодным и горячим способом
- разогревать и размораживать продукты
- стерилизовать домашние заготовки
- способен в течение длительного времени поддерживать заданную температуру
- работает в автоматическом режиме
- выключается самостоятельно

Но самое поразительное, что вы даже не заметите, как аэрогриль будет готовить. Вы только закладываете продукты, набираете нужную программу — и все! Аэрогриль все сделает сам и сообщит о готовности блюда мелодичным звоночком.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Аэрогриль избавит от многих хлопот, сэкономит продукты и киловатты, превратит кулинарные мытарства в приятный творческий процесс. Для скептиков подчеркнем: в аэрогриле нет вредных излучений, нет контакта с нагревательными элементами.

Что такое аэрогриль по сути

В сознании большинства людей аэрогриль ассоциируется по своим техническим параметрам, прежде всего, с классическим грилем.

Но напрасно, аэрогриль — наисовременнейший бытовой прибор, совмещающий в себе функции микроволновой печи — быстрый разогрев пищи, духового шкафа — приготовление любого блюда, нуждающегося в высокотемпературной обработке, фритюрницы — сделайте любимый картофель фри, шашлычницы — приготовление шашлыков как на природе, пароварки — мясо и овощи на пару, гриля, тостера, коптильни. Функциональные возможности аэрогриля просто поражают воображение!

Историческая справка

В середине 1980-х годов Америкой завладела идея здорового питания. Что же может быть здоровее барбекю в разгар лета? Но, как вы, разумеется, понимаете, здоровая вкусная еда только в летний период не могла устроить привыкших к комфорту жителей Северной Америки.

Выяснилось, что такую же здоровую пищу, как и летом на террасе, можно приготовить и зимой в приборе, разработанном американцами — аэрогриле. Они положили за основу именно идею здорового питания: как можно меньше жира, максимальная полнота вкусовых ощущений и, конечно же, скорость приготовления. В итоге, новый аэрогриль смог заменить почти все кухонные приборы.

Из чего состоит аэрогриль

Основной частью аэрогриля является стеклянная колба, которую пользователи просто называют «кастрюлей». Поверх колбы находится крышка с встроенным вентилятором и нагревателем. На крышке также есть и панель управления с переключением режимов. Дополнительно к самому прибору иногда прилагаются: несколько решеток, обычно их три: низкая, высокая и решетка для приготовления тостов; насадка для курицы; набор для приготовления шашлыков; подставка для крышки; стимер — сетчатый противень, позволяющий хозяйке готовить несколько блюд одновременно; расширительное кольцо, щипцы-ухваты и захват для решеток.

Как работает аэрогриль

В стеклянной колбе воздух разогревается до температуры в 260° С или чуть ниже, в зависимости от режима, а вентилятор равномерно его разгоняет, чтобы блюдо приготовилось со всех сторон.

Встроенный термостат следит за тем, чтобы температура в приборе не поднималась выше заданной отметки и не опускалась ниже предельного уровня. В некоторых моделях можно регулировать и скорость работы вентилятора, то есть, скорость обдува. Ее можно увеличивать, если вы не боитесь пересушить продукты. Поэтому при готовке в таком приборе не требуется даже масла, еда получается исключительно легкой и здоровой, что немаловажно для поддержания хорошей формы.

Возможности аэрогриля

Как уже говорилось выше, аэрогриль способен заменить многие кухонные приборы. Но то, что конкретно возможно приготовить при помощи этой чудо-машины хочется повторять и повторять! Это поистине прибор нового поколения: просто закладывайте продукты и нажимайте кнопки!!!

Итак, с помощью аэрогриля можно осуществить десятки кухонных процессов.

- Приготовить традиционный гриль (то есть блюдо на жару)
- Коптить холодным и горячим способом (это отличный способ консервации продуктов в домашних условиях)
- Стерилизовать домашние заготовки (вероятнее всего, что эту функцию по достоинству оценят владельцы домашних участков, так как значительно облегчает процесс приготовления варенья, соленой капусты и маринованных грибов)
- Приготовить йогурт (данная функция заменяет целый прибор — йогуртницу)
- Разморозить продукты (в этом случае получается более естественная и щадящая разморозка, чем в микроволновой печи)
- Засушить зелень, овощи и грибы (действенный способ сохранить на долгое время целебные травы и полезные свойства овощей и грибов)
- Использовать в качестве пароварки
- Тушить овощи
- Готовить выпечку (имеющаяся функция позволяет воссоздать эффект русской печи!)
- Готовить тосты (аэрогриль с успехом заменяет тостер)
- Подготавливать тесто к выпеканию (благодаря тому, что возможно поддерживать постоянную температуру, тесто в аэрогриле хорошо поднимается)

На что обратить внимание при покупке аэрогриля

Первое чему стоит уделить внимание при выборе аэрогриля — это стеклянная колба или кастрюля. Хорошенько подумайте, для каких целей вы будете использовать этот прибор и, исходя из этого, выбирайте объем кастрюли. Средний объем —7—11 литров. Имеются и модели для больших семей, емкостью на 10—14 литров. Почему же производители не дают точной емкости кастрюли? Дело в том, что в комплекте имеется расширительное кольцо, которое при необходимости накладывается на стеклянную колбу, тем самым увеличивая полезный объем.

Вторая принципиальная деталь аэрогриля — крышка. Производители выпускают приборы двух видов: со съемной крышкой и цельные аэрогрили, у которых крышку вы снять не сможете. Последние по размеру гораздо превосходят своих собратьев со съемной крышкой. С другой стороны, после работы прибора крышка сильно нагревается, поэтому съемную деталь нужно будет куда-нибудь девать. В некоторых моделях и это предусмотрено производителем: в комплекте имеется специальная подставка для крышки.

Другой значимый элемент вашего прибора — панель управления. Оно бывает двух видов: механическое, то есть простые переключатели, и электронное — бывает на более сложных моделях, с большим количеством функций. Выбор панели управления — дело вкуса. Если вам не хочется разбираться с инструкциями — то ваш вариант механическое управление. Если вы фанат высокотехнологичных решений, то вам будет гораздо проще с электронным управлением.

Также **обратите внимание на мощность аэрогриля**. При выборе прибора вспомните, в каком доме вы живете — старом или новом. Дело в том, что если вы приобретете аэрогриль слишком большой мощности, проводка может не выдержать, тогда ваш вариант — максимальная мощность 1300 Вт.

Если же ваша проводка вполне выдержит еще один прибор, тогда можно задуматься и об аэрогриле мощностью 1700 Вт. В целом же стоит отметить, что аэрогриль потребляет меньше электроэнергии, чем утюг.

Еще один момент, касающийся электричества, **узнайте, имеет ли выбранный вами аэрогриль стабилизатор, защищающий прибор от перепадов напряжения,** что, к сожалению, случается не так уж и редко, если этот важный компонент отсутствует, то результат может быть плачевным.

Возможно, это покажется странным, но **обратите внимание на вес прибора**, ведь для того чтобы помыть аэрогриль — вам придется его переносить. Хотя сейчас

практически все приборы оснащены функцией самоочистки — от вас лишь требуется налить в кастрюлю воды и моющего средства.

Проверьте, существует ли выбор скоростных режимов — их должно быть как минимум три.

Интересной функцией является режим автоматического разогрева. Это очень удобно, поэтому убедитесь в наличии такой функции.

Все модели аэрогрилей оснащены таймером, разница лишь в количестве этих таймеров и во времени, на которое они рассчитаны. **Наверно, наиболее полезной функцией будет наличие таймера отсрочки.** Например, возвращаясь с работы вы будете уверены, что ваш ужин уже готов, потому что вы перед уходом поставили таймер на определенное время и, придя, спокойно наслаждаетесь вкусным ужином и отдыхаете.

Неоспоримые достоинства аэрогриля

- Первым и основным достоинством аэрогриля можно назвать, то, что этот прибор совершенно не портит полезные качества продуктов, сохраняет все содержащиеся в них микроэлементы.

  Процесс приготовления происходит без использования масла, прибор готовит пищу исключительно горячими потоками воздуха, в результате не образуются канцерогены, а это означает, что пища, приготовленная таким способом, снижает риск возникновения злокачественных опухолей.

  Кроме того, еда, приготовленная в аэрогриле, легко усваивается, имеет сниженную аллергенность и подойдет для диетического питания.
- Кроме сохранения полезных свойств продуктов, следует отметить и несомненную экономию времени, ведь в аэрогриле можно готовить несколько блюд одновременно, причем не нужно беспокоиться о том, что смешаются запахи, ведь процесс готовки идет без выделения запахов и гари. Если же вы готовите всего одно блюдо, то вам даже не потребуется посуда, можно легко готовить на прилагающихся решеточках. В отличие от микроволновой печи не имеет совершенно никакого значения, какую посуду вы поставите внутрь — она может быть и металлической, и деревянной, и пластиковой, и глиняной.
- Другое преимущество прибора — многофункциональность, а, следовательно, и экономия денежных средств и места на кухне.

Исходя их этого, возникает вопрос о долговечности прибора. «Среднестатистический» аэрогриль рассчитан на 10 лет ежедневной работы, однако не стоит

пренебрегать и именем производителя, как гарантией качества. Не лишним будет проверить все документы на приобретаемый прибор у продавца.

Недостатки аэрогриля

Одним из самых существенных недостатков можно отметить **сильный нагрев стеклянной колбы**, что может стать опасным, если в доме есть маленькие дети. Но сейчас производители стараются изготавливать колбы из слабо нагревающегося стекла, поэтому, видимо, эта проблема будет в скором времени решена.

Аэрогриль все же несколько уступает в скорости, по сравнению с микроволновой печью, но если вас больше интересует качество приготовления, то, безусловно, выбор должен быть сделан в пользу аэрогриля.

ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ ДЛЯ ЭЛЕКТРОГРИЛЯ И АЭРОГРИЛЯ

БАСТУРМА

400 г говяжьей вырезки, 1 ст. ложка винного уксуса, 3 луковицы, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Нарезать приготовленное мясо крупными кубиками по 40 г. Поперчить нарезанное мясо. Сложить его в неметаллическую посуду, посыпать нарезанным луком, затем полить уксусом. Закрыть посуду крышкой и встряхнуть так, чтобы все перемешалось.Поставить в прохладное место на пару часов, при этом периодически встряхивать. Нанизать на шампуры кусочки мяса и готовить в течение 25—30 мин. Обязательно поворачивать шампуры. В самом конце посолить. Подавать к столу с лимоном (или помидорами) и свежей зеленью.

БАВАРСКИЕ КОЛБАСКИ, ЗАВЕРНУТЫЕ В ШПИК

2—3 банана, 12 колбасок, шпик, приправа «Карри» — по вкусу.

Бананы очистить и нарезать кружочками. Предварительно обжаренные колбаски слегка подогреть, разрезать вдоль. Между двумя половинками каждой колбаски

положить 2—3 кружка банана, все обернуть тонкой пластинкой шпика. Скрепить деревянными палочками (зубочистками). Смазать маслом и посыпать «Карри». Жарить на гриле до золотистой корочки.

РУЛЕТ ИЗ СВИНИНЫ

1 кг вырезанной пластом свинины, 5 зубчиков чеснока, 5 ст. ложек растительного масла, красный и черный молотый перец, тмин, соль — по вкусу.
Для глазури: 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложка горчицы, 4 ст. ложки пива, 1 ст. ложка свежей рубленой зелени, соль — по вкусу.

Свернуть свинину в виде трубки, затем связать крепкой ниткой. Смешать с маслом измельченный чеснок. Натереть мясо черным и красным перцем, солью, посыпать его тмином и на 1 час положить в масло с чесноком. Затем надеть на вертел и 60—70 мин жарить в гриле. Смешать также все компоненты глазури и за 5—10 мин до полной готовности мяса намазать его этой смесью с целью образования корочки. Готовую свинину нужно обернуть фольгой и выдержать 8—10 мин.

МАРИНОВАННАЯ СЕМГА ГРИЛЬ

800 г семги.
Для маринада: 100 г оливкового масла, 100 г лимонного сока, 3 ст. ложки рубленой петрушки, 1 стебель фенхеля (мелко порубленного), 0,5 стручка перца чили (мелко порубленного), 1 ч. ложка молотого розового перца, 2 ч. ложки соли.

Смешать все ингредиенты для маринада. Уложить куски рыбы в миску и залить маринадом. Мариновать 30 мин, после чего дать маринаду стечь, смазать куски семги растительным маслом и выложить на решетку. Жарить с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета, затем посолить и приправить специями.

ШАШЛЫК ПО-РАЗБОЙНИЧЬИ

160 г копченого шпика, 800 г говяжьей вырезки, 0,5 буханки ржаного хлеба, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Аккуратно разрезать мясо на куски по 100 г, отбить его, затем приправить перцем и солью. Нарезать шпик и хлеб ломтиками. Нанизать на шампуры, в последовательности хлеб, мясо и шпик. На концах шампуров должен быть ржаной хлеб. Жарить в гриле в течение 45—50 мин. К шашлыку можно подать свежий болгарский перец.

ГЛАЗИРОВАННЫЕ СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ

2 кг свиных ребрышек, 4 ст. ложки крепленого вина (портвейна), 7 ст. ложек соевого соуса, 2 ст. ложки меда, сок одного лимона, 3 ст. ложки кетчупа, свежий имбирь — палочка 8 см, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Разрезать свинину на куски по 3—4 ребрышка. Промыть ребрышки в струе холодной воды, затем промокнуть салфеткой, посолить и поперчить. Имбирь измельчить и смешать с соевым соусом, соком лимона, кетчупом, вином и медом. После поставить на огонь и дать закипеть. Накрыть мясо полотенцем и оставить в прохладном месте на 1 час, после чего жарить на решетке примерно 20 мин. За 3—4 мин до готовности мясо обмазать имбирной смесью для образования корочки.

СОСИСКИ В ГРИЛЕ

8 ломтиков шпика, 8 сосисок, 2 ст. ложки растительного масла.

Очистить сосиски от оболочки, сделать на них крестовый надрез по краям, затем завернуть каждую сосиску в ломтик шпика. Смазать все растительным маслом, после чего грилировать в течение 25— 30 мин, периодически переворачивая.

МАРИНОВАННЫЕ СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ

125 г растительного масла, 2 кг свиных ребрышек, 2 ст. ложки меда, 3 зубчика чеснока, 1 ст. ложка горчицы, 3 ст. ложки кетчупа, сок половины апельсина, 2 ст. ложки соевого соуса, сок половины лимона, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Ребрышки разделить на порционные куски, промыть их в струе холодной воды, затем обсушить, посолить и немного поперчить. Из меда, масла, горчицы, соевого

соуса и кетчупа приготовить смесь. Посолить получившийся маринад, поперчить его, смешать с соками. Раздавить зубчики чеснока и выдавленным чесночным соком полить ребрышки, залить маринадом и дать постоять примерно 1—1,5 часа. Затем пожарить их на решетке 20—25 мин, поливая с обеих сторон маринадом.

ШАШЛЫК ПО-ЦЫГАНСКИ

150 г свиных почек, 250 г баранины, 100 г шпика, 2 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, чеснок — по вкусу.

Баранину и свинные почки аккуратно нарезать кусочками, а шпик — в виде ломтиков. Приправить толченым чесноком, перцем и солью. Нанизать все на шампуры, смазать растительным маслом и гриловать в течение 20—25 мин.

ЛЮЛЯ-КЕБАБ

500 г баранины, 150 г растительного масла, 3 репчатые луковицы, 2 яйца, 3 зубчика чеснока, по 5 веточек мяты и кинзы, 150 г сушеного кизила, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Нарезать небольшими кусками мякоть баранины. Также нарезать луковицу и кинзу. Вымочить 100 г кизила в горячей воде и удалить косточки. Лук, мясо, зелень, мякоть кизила два раза пропустить через мясорубку. Добавить яйца, соль, перец. Тщательно вымешать, дать постоять примерно 1,5—2 часа. Уложить оставшийся кизил на противень, залить маслом и разогревать в гриле до набухания. Затем добавить оставшийся нарезанный лук. Из фарша сформовать рукой 7—8 небольших колбасок, надеть на шпажки и жарить в разогретом гриле.

ГРИЛЬ-КОЛБАСКИ

400 г говяжьих колбасок, 8 мелких помидоров, 12 шляпок свежих шампиньонов, 1 ст. ложка нарезанной кинзы, 5 ст. ложек растительного масла, 1 сладкий перец, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Из масла, перца, соли, зелени нужно приготовить маринад. Промыть шампиньоны и промокнуть их полотенцем. Очистить колбаски и нарезать на кружки

толщиной около 0,5 см. Разрезать пополам перец, очистить его от зерен, затем нарезать на кусочки. Разделить помидоры на пластинки. Чередуя, нанизать все на шпажки, после чего положить на решетку и жарить в течение 15 мин. Поливать кусочки во время жарки маринадом.

СВИНОЕ ЖАРКОЕ С ОВОЩАМИ

1 кг плоского куска свинины, 1 ч. ложка красного молотого перца, 100 г чернослива, 2 яблока, 2 зубчика чеснока, сок одного лимона, 1 репчатая луковица, 1 ст. ложка тимьяна, 1 ст. ложка молотого майорана, 5 ст. ложек растительного масла, 1 стакан пива, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Мясо натереть солью с обеих сторон, посыпать черным и красным перцем. Нарезать чеснок, нашпиговать им мясо. Очистить яблоки, нарезать их тонкими ломтиками, затем полить лимонным соком. Мелко нарезать лук. Все посыпать тимьяном и майораном. Завернуть мясо в трубку, которую нафаршировать этой смесью, связать ниткой и полить маслом. Затем надеть на вертел и жарить примерно час-полтора. Последние 10 мин смачивать пивом.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ОХОТНИЧЬИ

2 цыпленка, 100 г шампиньонов, 50 г сливочного масла, 2 репчатые луковицы, 100 мл сухого белого вина, 120 г томатного кетчупа, 15 мл коньяка, 5—6 веточек кинзы и петрушки, листья салата, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Промыть в струе холодной воды подготовленных цыплят, затем промокнуть их и нарезать на порционные куски. После этого куски посолить и поперчить, затем начать жарить на решетке примерно 15—20 мин, регулярно переворачивая. Очистить и измельчить лук и шампиньоны, добавить масло, затем завернуть в фольгу и начать готовить на гриле примерно 10 мин. Вино, 2—3 ст. ложки воды и кетчуп смешать и варить около 4 мин. Добавить коньяк и рубленую зелень. Смешать в посуде с луком и шампиньонами. Готовых цыплят нужно выложить на блюдо и залить приготовленной подливой. Можно при сервировке украсить листьями салата.

МАРИНОВАННЫЙ ДВОЙНОЙ БИФШТЕКС

2 куска говядины с ребрышком по 300 г (так называемый двойной бифштекс), 1 пучок зелени, 2 репчатые луковицы, 150 мл красного столового вина, 2 зубчика чеснока, 5 ст. ложек растительного масла, 3 ст. ложки винного уксуса, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Нарезать чеснок, лук, промытую и просушенную зелень. Затем надо смешать уксус, вино, масло, лук, зелень, чеснок. Оба куска мяса необходимо залить этим маринадом и оставить на 12 часов. Дать мясу высохнуть, после чего удалить налипшую зелень, затем уложить его на решетку разогретого гриля, жарить мясо по 8 мин с каждой стороны. В конце посолить и поперчить.

ПРЯНАЯ БАРАНЬЯ НОГА

1—1,2 кг мякоти задней ноги молодого барашка, 0,5 ч. ложки розмарина, 5 зубчиков чеснока, 8 горошин черного перца, 1 ч. ложка горчицы, 150 г растительного масла, 2 лавровых листа, сок половины лимона, 1 ч. ложка тимьяна, 3—4 ягоды можжевельника.

Промыть баранину, обсушить ее полотенцем. Дольки чеснока разрезать пополам. Лавровый лист, розмарин, можжевельник, перец и тимьян смешать и размолоть. Добавить туда горчицу, масло и лимонный сок. Мясо облить этой смесью, уложить его в форму, придавить гнетом и оставить на 8 часов. Затем слегка обсушить его, уложить в форму и жарить 65—75 мин, поливая периодически маринадом. Готовое блюдо обернуть фольгой и оставить на 10 мин.

БАРАНЬИ ПОТРОХА

1 кг потрохов (легкие, почки, сердце, печень), 3 репчатые луковицы, 2 ст. ложки приправы «Хмели-сунели», 2 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Потроха промыть в струе холодной воды, затем обсушить и крупно нарезать. Нарезанные куски уложить на дно посуды. Поперчить, посолить, посыпать измельченным луком и «Хмели-сунели». Потом закрыть крышкой и поставить на 2—3 часа

в прохладное место. После этого выложить потороха на фольгу, добавить соль и масло, завернуть, уложить на решетку и готовить около 20—25 мин.

АССОРТИ НА ВЕРТЕЛЕ

400 г постной свинины, 100 г баклажанов, 4 стебля зеленого лука, 1 небольшой кабачок, 150 г растительного масла, 6 зубчиков чеснока, 1 ч. ложка майорана, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Нарезать на кусочки подготовленное мясо, зеленый лук нарезать на половинки, а баклажаны и кабачок — кружками. Надеть все на шпажки, чередуя овощи и мясо. Из растительного масла, специй и перца сделать смесь, смазать ею мясо. Положить на решетку разогретого гриля шпажки и жарить в течение 10—12 мин.

ГУСЬ В СУХАРЯХ

1—1,5 кг гуся (можно половинку тушки), 3 репчатые луковицы, 500 г квашеной капусты, 100 г панировочных сухарей, 2 яйца, по 5 веточек петрушки, кинзы, соль — по вкусу.

Промыть половину тушки гуся в струе холодной воды, промокнуть. Затем разрезать на 5—6 кусков, натереть куски солью. Взбить яйца, добавить соль и часть предварительно нарезанной зелени. Обмакнуть мясо в яйцо, обвалять его в сухарях, снова смочить в яйце, затем выложить на решетку и жарить до готовности. Положить капусту в противень, добавить лук, нарезанный колечками, и жир и греть на решетке в течение 12—15 мин. Куски гуся выложить на блюдо, вокруг гуся поместить капусту. Все посыпать мелко нарезанной зеленью.

ЦЫПЛЯТА МАРИНОВАННЫЕ

4 зачищенные цыплячьи ножки, 125 г растительного масла, сок 2 лимонов, по 4 веточки зелени петрушки, кинзы, 4 зубчика чеснока, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Сначала приготовить маринад таким образом: смешать масло, раздавленный чеснок, сок лимонов, половину мелко нарезанной зелени.

Ножки положить в приготовленный маринад и оставить примерно на 7—10 часов. Перед приготовлением надо промокнуть ножки салфеткой, затем надрезать на них кожу и вставить в надрезы листочки петрушки и кинзы. После этого жарить на решетке примерно по 10—12 мин с каждой стороны.

ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ

4 цыплячьи распластанные грудки, 5 ст. ложек растительного масла, 2 ч. ложки неострой горчицы, сок половины лимона, 125 г мягкого сыра, 2 ст. ложки белого столового вина, 1 яичный желток, 50 г панировочных сухарей, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Промыть в холодной воде куриные грудки, затем промокнуть их салфеткой, поперчить и посолить с обеих сторон. Сыр натереть, смешать его с вином и горчицей, слегка нагреть. Затем добавить туда панировочные сухари, яичный желток, все перемешать. Свернуть грудки в трубочки, заполнить их смесью, затем закрепить ниткой. Поместить на решетку и жарить с каждой стороны примерно по 7—9 мин. Потом завернуть в фольгу и положить в гриль еще на 5—10 мин.

ЖАРЕНЫЕ ЦЫПЛЯТА

50 г сливочного масла, 2 цыпленка, 1 пучок петрушки, красный молотый перец, соль — по вкусу.

Цыплят на 1 час положить в ледяную воду. Затем промыть в струе холодной воде внутри и снаружи, после чего промокнуть полотенцем. Помыть петрушку, высушить ее и посыпать ею куриные тушки. Посолить цыплят, поперчить их внутри и снаружи. Надеть на вертел и жарить примерно 1 час. Перед окончанием жарки смазать цыплят сливочным маслом для образования корочки.

ИРЛАНДСКИЙ БОРЩ В АЭРОГРИЛЕ

2 шт. картофеля, 1 морковь, 1 свекла, 200 г свежей или квашеной капусты, 300 г мяса, 6 сосисок, 2 бульонных кубика, 200 г соленых грибов, 3 ст. ложки кетчупа, 3 лавровых листа, 6 шт. черного перца горошком, 1 репчатая луковица, 3 зубчика чеснока, 1 л воды.

Мясо вымыть, нарезать кусочками, уложить на дно горшочков. Добавить измельченные грибы, кетчуп, специи. Все овощи вымыть, нарезать и распределить по горшочкам поровну. В каждый горшочек положить по 0,5 бульонных кубика. Горшочки установить на нижнюю решетку аэрогриля. Залить кипятком, накрыть крышками. Готовить 25 мин, 260° С, HIGH; затем 15 мин, 150—180° С, MED. За 5 мин до окончания добавить сосиски и зелень.

ФАРШИРОВАННАЯ СОЛЕНЫМИ ГРИБАМИ УТКА

1 утка, 2 репчатые луковицы, 300 г соленых грибов (лучше всего груздей), 2 ст. ложки растительного масла, 1 яйцо, 100 г сметаны, 4 веточки зелени, соль — по вкусу.

Сполоснуть в воде грибы, обсушить их, затем мелко нарезать и обжарить в масле с нарезанным кольцами луком. Смешать сметану с яйцом, затем посолить и добавить мелко нарезанную зелень. Хорошо смешать с грибами. Промыть в струе холодной воды тушку утки, промокнуть ее салфеткой, натереть внутри и снаружи солью, затем нафаршировать смесью с грибами, зашить. Уложить утку, покрытую фольгой, на решетку и жарить, периодически поливая выделяемым соком, примерно 30—40 мин. Потом края фольги завернуть и готовить еще в тчение 8—10 мин.

РЫБА В ФОЛЬГЕ

800 г филе любой рыбы, 60 г сливочного масла, 1 лимон, соль, зелень, черный молотый перец — по вкусу.

Нарезать филе полосками и сбрызнуть лимонным соком. Смазать кусочки фольги сливочным маслом, затем разместить на них полоски рыбного филе. Поперчить рыбу, затем завернуть в фольгу. Жарить примерно 10 мин. Оставшееся размягченное сливочное масло нужно растереть с измельченной зеленью и солью, затем охладить. Перед подачей к столу на порцию рыбы положить по кусочку масла с зеленью.

КУПАТЫ С СОУСЕ

0,5 кг купат, 2 ст. ложки томатного соуса, 2 зубчика чеснока, соль, специи — по вкусу.

Предварительно приготовить купаты или использовать уже готовые в виде полуфабрикатов (заморозка). Если купаты заморожены, разморозить в аэрогриле. Купаты обжарить в течении 15 мин на предварительно смазанной растительным маслом верхней решетке аэрогриля при температуре 260° С. Скорость HIGH. Затем поместить обжаренные купаты в горшочки, посолить, добавить чеснок, томатный соус и специи по вкусу. Тушить 15 мин при том же режиме.

СТУДЕНЬ В АЭРОГРИЛЕ

1 свиная или говяжья голень, 500 г свиного или говяжьего мяса, 1 морковь, 1 репчатая луковица, 6—7 горошин черного перца, 1 лавровый лист, соль — по вкусу.

В кастрюлю объемом 4 литра положить продукты. Залить горячей водой и закрыть крышкой. Поставить кастрюлю в аэрогриль на нижнюю решетку. Установить температуру 260° С, довести до кипения, снизить до 120° С. Время приготовления 6 часов. Скорость HIGH.

После приготовления добавить нарезанный чеснок. Разлить в емкости, остудить до комнатной температуры и поставить в холодильник.

МЯСО ПО-ТИРОЛЬСКИ В АЭРОГРИЛЕ

800 г мяса, 0,5 стакана молотых ржаных сухарей, соль, чеснок, черный молотый перец — по вкусу.

Мясо нарезать пластинками, отбить. Чеснок измельчить, смешать с молотыми сухарями, перцем, солью. Полученной смесью смазать куски мяса. Мясо завернуть в фольгу, плотно укладывая куски друг на друга. Запекать в аэрогриле при температуре 205° С в течение 1,5—2 ч. Скорость HIGH. Перед подачей на стол мясо нарезать ломтиками.

СБОРНАЯ СОЛЯНКА В АЭРОГРИЛЕ

Из расчета на 3 горшочка: 300 г мяса, 1—3 шт. картофеля, 2—3 сосиски, 1 морковь, 1 соленый огурец, 15 шт. оливок, томат-паста, зелень — по вкусу.

Продукты нарезать, сложить в горшочки. Залить горячей водой. Варить в аэрогриле 35 мин при максимальных температуре и скорости. Перед подачей на стол добавить зелень.

МЯСО ПО-ФРАНЦУЗСКИ В АЭРОГРИЛЕ

На 1 горшочек: 100 г свинины, 50 г сыра, 2 шт. картофеля, 1 репчатая луковица, майонез — по вкусу.

Мясо нарезать порционными кусочками, уложить на дно горшочка, полить майонезом, уложить слой натертого на крупной терке картофеля, снова майонез, слой нарезанного кружочками лука, майонез, натертый на крупной терке сыр, майонез. Готовить мясо на нижней решетке 30 мин при максимальных температуре и скорости.

ПЕЛЬМЕНИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ГОРШОЧКАХ В АЭРОГРИЛЕ

0,5 кг пельменей, сметана, растительное масло, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Пельмени разложить в 2 или 3 горшочка, посолить, поперчить, добавить по 1 ст. ложке растительного масла. Встряхнуть каждый горшочек, чтобы масло и специи равномерно распределились. Добавить по 1 ст. ложке сметаны. Горшочки закрыть крышками. Готовить в аэрогриле в течении 35 мин при температуре 260° С. Скорость HIGH. Перед подачей на стол посыпать зеленью. К пельменям можно добавить немного консервированной кукурузы, нарезанных помидоров и сладкого перца.

ЧЕСНОЧНЫЕ ТОСТЫ

1 французская или итальянская булка, 0,5 стакана сливочного масла, 2 ст. ложки тертого пармезанского сыра, 2 измельченных зубчика чеснока, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Порезать булку по диагонали на куски толщиной в 2,5 см. Тщательно смешать масло, пармезанский сыр, чеснок, соль и перец. Получившуюся смесь нанести

на одну сторону ломтиков хлеба. Положить кусочки хлеба в аэрогриль. Режим приготовления: 6 мин — 450° С — медленная скорость. Хлеб должен стать золотисто-коричневым. Повторите всю процедуру с оставшимися кусками хлеба.

Для травяных хлебцев вместо чеснока нужно добавить в масло 2 ст. ложки нарезанной зелени петрушки, базилика или розмарина.

ОЛАДЬИ ИЗ РЫБЫ

0,5 кг рыбного филе, 2 репчатые луковицы, соль, черный молотый перец, специи — по вкусу.
Для теста: 1 стакан кефира, 0,5 ч. ложки соды, 2 яйца, мука, растительное масло — по необходимости.

Рыбу мелко нарезать, лук репчатый измельчить, добавить соль, перец по вкусу. Можно добавить по 1 ст. ложке уксуса и растительного масла. Поставить на холод на 15 мин.

Приготовление теста: взбить 2 яйца, добавить 1 стакан кефира и 0,5 ч. ложки соды. Всыпать муку до густоты сметаны. Тесто перемешать с рыбой.

В сковородку налить растительное масло, прогреть на аэрогриле. Столовой ложкой выкладывать оладьи на сковородку. Выпекать при температуре 260° С на максимальной скорости 6 мин с одной стороны и 6 мин с другой стороны.

СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ С АПЕЛЬСИНОМ

1,2 кг свиных ребрышек, 2 апельсина, 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка овощного соуса, 1 ст. ложка соевого соуса, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Разрезать ребрышки на порции, отложить в сторону. Приготовить маринад. На самой мелкой терке натереть цедру одного апельсина и ссыпать ее в кастрюлю. Туда же выжать сок обоих апельсинов и добавить мед, лимонный сок, овощной и соевый соус. Довести до кипения на медленном огне. Периодически помешивая, готовить соус 10 мин. Затем хорошо остудить. Вылить маринад на ребрышки, накрыть крышкой и поставить в холодильник как минимум на 4 часа.

Режим приготовления: 10 мин — 400° С — высокая скорость; 15 мин — 350° С — высокая скорость. Каждые пять мин поливать ребрышки оставшимся маринадом.

СУФЛЕ ИЗ КОНСЕРВИРОВАНОГО ЛОСОСЯ

1 банка лосося (в собственном соку), 1 репчатая луковица, 0,5 кг картофеля, 4 яйца, 0,25 стакана молока, соль, красный молотый перец — по вкусу.

Картофель отварить, сделать пюре. 4 желтка растереть и взбить с пюре до получения однородной массы. Размять вилкой рыбу и перемешать с пюре. Лук мелко порезать и добавить к пюре с рыбой, поперчить, посолить по вкусу.

Смесь уложить в форму, смазанную маслом. 4 белка взбить в стойкую пену и покрыть ею рыбу. Поставить в аэрогриль на 25—30 мин, пока белки не зарумянятся при температуре 150—180° С на максимальной скорости.

СУДАК С БЕЛЫМ ВИНОМ И ОВОЩАМИ

1 кг судака, 1—1,5 стакана сухого белого вина, 1 репчатая луковица, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 2 корня петрушки, 2 ст. ложки огуречного рассола, 2—3 соленых огурца, 1—2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, специи, соль — по вкусу.

Рыбу очистить, нарезать кусками и посолить. Нарезать корни петрушки и сельдерея, соленые огурцы, лук, морковь. В форму сложить куски рыбы, огурцы, овощи, коренья. Залить все горячей водой, можно бульоном, добавить огуречный рассол, белое вино, специи и тушить в аэрогриле течение 30—40 мин при температуре 260° С.

Точно таким же способом можно приготовить блюдо из карпа, леща, щуки, трески, минтая и прочей рыбы.

КРЕВЕТКИ ПО-РУССКИ

500 г креветок (замороженных), 400 мл белого сухого вина, 0,5 ст. ложки соли.

Креветки промыть чуть теплой водой, обдать кипятком. Замочить креветки на 15 мин в соленой воде, на 0,5 л воды 0,5 ст. ложки соли. Затем воду слить, креветки выложить в стеклянную миску или кастрюльку. Залить креветки белым вином.

Готовить креветки на нижней решетке аэрогриля в течение 10 мин при температуре 205° С. Скорость HIGH.

МЯСО ПО-АДМИРАЛЬСКИ

500 г филе свинины, 150 г майонеза, 100 г тертого сыра, 2 репчатые луковицы, 1 ч. ложка растительного масла, соль, специи — по вкусу.

Филе свинины нарезать небольшими кусочками, выложить на предварительно смазанный растительным маслом противень, посолить, добавить специи. Лук нарезать кольцами, положить сверху на мясо и полить майонезом. Натереть сыр на крупной терке и посыпать им мясо. Запекать в течение 35 мин на средней решетке аэрогриля при температуре 260° С. Скорость HIGH.

ЭЛЕКТРОШАШЛЫЧНИЦЫ

Любите полакомиться хрустящим горячим шашлычком, но не всегда можете выехать на природу? Тогда шашлычница, работающая от электросети, — это удачное приобретение именно для вас. Электрошашлычница — это мультигриль. Идеально подходит для использования как дома, так и на открытом воздухе.

Эта волшебная шашлычница плюс немного фантазии позволит вам за 10—15 мин приготовить не только шашлыки, но и множество различных оригинальных блюд, в том числе и картофель.

Необходимый сервис для вашей кухни, оригинальный дизайн и небольшие габариты шашлычницы отлично впишутся в любой интерьер.

Этот прибор — один из немногих, которые по удобству эксплуатации и приготовления считаются самыми лучшими не только на отечественном рынке бытовой техники, но даже среди импортных аналогов.

Электрошашлычница представляет собой комплексный прибор для обработки мясных продуктов методом инфракрасного гриля. Нагревательный элемент электрошашлычницы состоит из нихромовой спирали, упакованной в колбу из толстостенного кварцевого стекла.

Преимущества электрошашлычницы очевидны. В комплект входит 5 штук отличных витых шампуров, выполненных из высококачественной нержавеющей стали. Для сбора сока, жира предусмотрены удобные алюминиевые стаканчики,

зафиксированные шестигранным шлицом на нижней части корпуса. Они вращаются вокруг своей оси с внутренней фиксацией шампура.

Корпус электрошашлычницы выполнен из высококачественного пищевого алюминия, что позволяет всегда содержать прибор в абсолютно идеальной чистоте. На шампуры, входящие в комплект, за счет технологичности нагревательного элемента и удобства конструкции, можно насаживать абсолютно нормальные стандартные куски мяса весом 20—30 гр. Вращающиеся шампуры обеспечат равномерность приготовления вкусной пищи.

Но самое главное — это то, что качество приготовляемого шашлыка совершенно не отличается от мяса, приготовленного традиционным способом на углях костра.

Современная электрошашлычница (гриль-бар) — это оснащенный полезными функциями кухонный прибор, который предназначен для приготовления различных мясных и рыбных блюд.

Гриль-бар смотрится очень эффектно. Он хорошо впишется в интерьер любой кухни и даже гостиной.

В шашлычнице-гриле можно приготовить множество разнообразных блюд: шашлык, курица-гриль, шаурма, стейки, бифштексы, пироги и многое другое. Используя вентилятор можно ускорить процесс приготовления и добиться, чтобы блюда, не подгорая, получались в румяной и ароматной корочке.

С помощью электрошашлычницы вы сможете устроить пикник, не выходя из дома, а ваши гости с удовольствием примут участие в процессе приготовления мяса и других блюд к праздничному столу.

Давайте знакомиться с интересными рецептами блюд, которые можно приготовить в электрошашлычницах и гриль-барах.

РЕЦЕПТЫ БЛЮД ДЛЯ ЭЛЕКТРОШАШЛЫЧНИЦЫ

ЛЮЛЯ-КЕБАБ ИЗ ГОВЯДИНЫ

300 г говядины, 1 репчатая луковица, 1 яйцо, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Говядину и лук мелко порубить, вбить яйцо, посолить, поперчить, перемешать и отбить в глубокой миске. Приготовленный таким образом рубленный фарш

разделить на несколько частей. Каждую часть мясного фарша сформовать в виде колбасок и насадить вдоль металлических штырей многофункциональной подставки. Подставку установить на поддон колбасками вверх. Готовить при температуре 240° С 25 мин.

КУРИНЫЕ КРЫЛЫШКИ С ЦЕДРОЙ И ИМБИРЕМ

8 куриных крылышек, 1 ч. ложка молотого красного перца, 1 ч. ложка молотого имбиря, тертая кожура одного лимона, 3 ст. ложки меда, 1 ч. ложка соевого соуса, приправа «Чили» — по вкусу.

«Чили», имбирь, мед, соевый соус и тертую цедру лимона смешать вместе. Приготовленной смесью натереть куриные крылья и оставить пропитаться на час. Затем крылышки нанизать на металлические штыри многофункциональной подставки. Подставку установить на поддон и жарить 25 мин при 260° С.

ШАШЛЫК ИЗ ИНДЕЙКИ

400 г филе индейки, 3 репчатые луковицы, 2 моркови, 2 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки уксуса.

Мясо нарезать кусками, лук — кольцами. Все перемешать добавив специи, масло, уксус и оставить мариноваться на 3 часа. Затем нанизывать на шампуры, чередуя мясо, лук и кружочки моркови. Готовить на поддоне при температуре 260° С 30 мин.

ШАШЛЫК ИЗ ВЕТЧИНЫ

500 г ветчины, 300 г сыра, помидоры-черри, пшеничный хлеб — по вкусу.

Ветчину, сыр и хлеб нарезать кубиками. Нанизать на шампур, соблюдая очередность: сыр, ветчина, хлеб и помидорка-черри. Готовить 20 мин при температуре 240° С.

ШАУРМА

600 г куринного филе, 2 головки репчатого лука, 1 банка майонеза, 3 помидора, 4 зубчика чеснока, 5 штук питы.

Филе нанизать на штыри многофункциональной подставки и установить на поддон. Готовить 30 мин при 260° С.

За это время подготовить начинку: лук и помидоры мелко порезать; чеснок, зелень мелко порубить и смешать с майонезом. После того как филе будет готово, его можно снять с подставки и мелко порубить. Каждую питу разделить на две. На край каждой половинки положить мясо и начинку, свернуть питу в виде рулета и завернуть в лист бумаги или кальки.

ШАШЛЫК С ГРИБАМИ

600 г шампиньонов, 3 головки репчатого лука, 150 г копченого сала.

Грибы почистить, промыть, обдать кипятком и порезать вдоль на три части. Сало нарезать на кусочки, помидоры и лук кольцами. Все нанизать на шампуры и готовить на поддоне 20 мин при температуре 240° С.

ШАШЛЫК ИЗ РЫБЫ
(Вариант 1)

Филе трески, бекон, оливковое масло, лимонный сок, кисло-сладкий томатный соус, соль, перец, майонез — (пропорции берутся произвольно).

Бекон нарезать очень тонкими пластинками. Приготовить маринад из оливкового масла, сока лимона, томатного соуса, соли, перца и майонеза. Филе трески нарезать кусочками толщиной 1,5 см и выдержать в маринаде 45 мин. Затем каждый кусочек завернуть в пластик бекона и нанизать на шампур. Готовить 30 мин при температуре 240° С.

ШАШЛЫК ИЗ РЫБЫ
(Вариант 2)

Филе судака, лук, помидоры, болгарский перец, маринованные огурцы, белое сухое вино — (пропорции берутся произвольно).

Филе судака нарезать и залить вином на 30 мин. Перец нарезать квадратиками, лук, помидоры и огурцы — кольцами. Достав рыбу из маринада, дать стечь лишней

жидкости и сбрызнуть каждый кусочек растительным маслом. Нанизать кусочки рыбы на шампуры, чередуя с овощами. Готовить 30 мин при температуре 240° С.

ЗАПЕЧЕННАЯ ГОРБУША

Горбуша, соль, черный молотый перец, кориандр, репчатый лук, майонез — (пропорции берутся произвольно).

Выпотрошенную горбушу разделить на две части, каждую натереть солью, посыпать кориандром. Лук порезать кольцами. Рыбу завернуть в фольгу, переложив луком, поперчив и смазав майонезом. Поместить в многофункциональную корзинку и установить на поддон. Готовить 40 мин при 220° С.

СВИНАЯ БУЖЕНИНА, ШПИГОВАННАЯ ЧЕСНОКОМ

500 г свинины, 4 зубчика чеснока, 1 ст. ложка майонеза, соль, специи — по вкусу.

Зубчики чеснока порезать «лепестками» и нашпиговать ими мясо. Затем мясо натереть специями, завернуть в фольгу и разместить либо на металлической решетке, либо закрепить вертикально между штырями многофункциональной подставки. Готовить 55 мин при температуре 260° С.

ОМЛЕТ С НАЧИНКОЙ

2 яйца, 0,5 стакана молока, сосиски, сладкий перец, помидор, зелень, сыр — по вкусу.

Сосиски, помидор, перец и зелень нарезать, сыр натереть на терке. Все выложить на поддон, смазанный маслом и залить взбитыми яйцами с молоком. Готовить 30 мин при температуре 240° С.

Глава 9

Соусы к мясным и рыбным блюдам, приготовленным на открытом огне

Когда наступает кульминационный момент пикника, и к столу подаются шашлыки или барбекю, воздух наполняет пьянящий аромат долгожданного блюда с дымком. Но согласитесь, что эффект будет не совсем полным, если не подать к мясу готовые кетчупы или домашние соусы, приготовленные заранее.

Соусы подчеркивают вкус и аромат уже готового блюда. В их состав входит разнообразный набор сушеных и молотых пряностей, перца и ароматных трав, типа петрушки, кинзы, базилика и т. д.

Именно соусы и кетчупы являются тем завершающим штрихом, который необходим при подаче блюд, приготовленных на открытом огне.

РЕЦЕПТЫ СОУСОВ

СОУС «ТКЕМАЛИ»

2 стакана сливы ткемали, 1 пучок кинзы, 1 пучок укропа, 1 ч. ложка соли, 3 зубчика чеснока, 3 стручковых перца, 0,5 ч. ложки толченых семян кориандра.

Перебранные и молодые плоды сливы ткемали выложить на блюдо и дать просохнуть. Переложить в кастрюлю, залить водой, чтобы она только их накрыла, и поставить на малый огонь. Когда ткемали хорошо разварятся, удалить косточки и протереть мякоть вместе с отваром через сито. Опять поставить на огонь, добавить рубленую зелень кинзы и укропа, перетертую с солью и чесноком, нарезанный стручковый перец, толченые семена кинзы, довести до кипения и дать прокипеть 1 мин. Готовый соус должен иметь консистенцию жидкой сметаны.

СОУС «ТАРТАР»

1 репчатая луковица, 1 свежий огурец, 2 сардельки, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 2 веточки зелени петрушки, 1 ч. ложка сухой горчицы, 1 щепотка соли, 125 г оливкового масла, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка красного молотого перца, 1 ст. ложка каперсов или 1 ст. ложка измельченных маринованных огурцов.

Репчатый лук, свежий огурец и сардельки мелко нарезать. Зелень петрушки порубить. Яичный желток, сухую горчицу и соль перемешать и взбить до состояния крема, затем медленно влить оливковое масло и аккуратно перемешать. Получится классический майонез. Влить в него лимонный сок, добавить сахар, красный молотый перец, подготовленные сардельки, огурец, измельченные каперсы или маринованные огурцы. Все тщательно перемешать.

СОУС ИЗ КИЗИЛА

500 г кизила, 1 пучок кинзы, 2 зубчика чеснока, 1 ч. ложка соли, 0,5 ч. ложки приправы «Хмели-сунели», 1 ч. ложка семян кориандра, 2 стручковых перца.

Промытый и перебранный кизил положить на блюдо, чтобы просушить. Поместить в кастрюлю, залить водой, чтобы она покрыла ягоды. Варить 10—15 мин на медленном огне. Удалить косточки, мякоть протереть вместе с отваром через сито. В полученную массу добавить толченую с солью зелень кинзы, чеснок, приправу «Хмели-сунели», молотые семена кинзы, стручковый перец и тщательно перемешать. Если соус получится слишком густым, то можно добавить холодной кипяченой воды.

СОУС ИЗ ГРАНАТА С ОРЕХАМИ

1 стакан гранатового сока, 0,5 стакана ядер грецких орехов, 1 пучок зелени кинзы, 1 стручковый перец, соль — по вкусу.

Из плодов граната выжать один стакан сока. Очищенные грецкие орехи, зелень кинзы, стручковый перец, соль смешать, тщательно истолочь, добавить сок граната и охлажденную кипяченую воду. Перемешать.

Соус хорош к мясу и рыбе.

ФРАНЦУЗСКИЙ СОУС

1 стакан растительного масла, 4 ст. ложки уксуса, 1 ч. ложка соли, 1 ч. ложка сухой горчицы, 3 ч. ложки сахарной пудры, 0,5 ч. ложки черного молотого перца, 3 зубчика чеснока.

Растительное масло налить в посуду, добавить уксус, размешать и всыпать соль, сухую горчицу, сахарную пудру, молотый перец, измельченный чеснок. Закрыть посуду крышкой и несколько раз хорошо встряхнуть. Затем прогреть 2—3 мин и остудить. Соус подойдет к рыбе и морепродуктам.

СОУС ИЗ НЕСПЕЛОГО ВИНОГРАДА С ОРЕХАМИ

500 г неспелого зеленого винограда, 0,5 стакана ядер грецких орехов, 1 пучок зелени кинзы, 2-3 зубчика чеснока, 0,5 ч. ложки соли, 1 стручковый перец.

Неспелый зеленый виноград размять деревянной ложкой, выжать сок. Постепенно подливая воду, добавить толченые грецкие орехи, зелень кинзы и чеснок, тщательно истолченные с солью, и стручковый перец. Все тщательно перемешать и варить 3-4 мин. Охладить и подавать на стол к мясу или рыбе.

ГРУЗИНСКИЙ СОУС «БАЦЕ»

1 стакан ядер грецких орехов, 1 ч. ложка молотого кориандра, 3-4 дольки чеснока, 1 стручковый перец, 1 ч. ложка соли, 0,25 стакана гранатового сока.

Очищенные грецкие орехи смешать с молотым кориандром, измельченным чесноком, стручковым перцем и солью. Смесь два раза пропустить через мясорубку или измельчить в блендере, а затем тщательно перемешать и истолочь в ступке, растереть деревянной ложкой. После этого заправить массу гранатовым соком и разбавить холодной кипяченой водой до желаемой густоты. Готовый соус вылить в соусник, а сверху немного полить оливковым маслом. По желанию, можно добавить гранатовые зерна.

Если соус готовится для рыбы, то в него можно добавить 1 ст. ложку мелко нарезанного репчатого лука.

СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ! Гранатовый сок по необходимости можно заменить разведенным винным уксусом, в который для смягчения добавить по вкусу сахар. Этот соус отличается очень сложным ароматом и заметно улучшает вкус целого ассортимента блюд из рыбы, мяса и птицы. Намазанный слоем на хлеб или лаваш, соус может быть использован как самостоятельное блюдо.

ВОСТОЧНЫЙ СОУС ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ

500 г помидоров, 1 ст. ложка растительного масла, 1 стакан воды, 3—4 зубчика чеснока, 1 ч. ложка приправы «Хмели-сунели», 1 стручковый перец, 1 репчатая луковица, 1 пучок кинзы, 0,5 пучка петрушки, 1 ч. ложка соли.

Зрелые красные помидоры нарезать кружочками, положить в посуду, добавить немного растительного масла и бланшировать 3—4 мин. Затем растереть деревянной ложкой и залить 1 стаканом воды. Добавить толченый чеснок, приправу «Хмели-сунели», стручковый перец, мелко нарезанный лук, рубленую кинзу, петрушку. Добавить соль и варить 5—6 мин.

СОУС ИЗ АВОКАДО

2 авокадо, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка сахара, 0,5 пучка зелени петрушки, соль, черный молотый перец — по вкусу.

Оливковое масло, сметану, лимонный сок смешать с сахаром, измельченной зеленью петрушки, заправить перцем и солью по вкусу. Следить, чтобы сахар растворился. Авокадо крупно нарезать, предварительно очистив, и залить смесью. Перемешать и дать настояться 2 часа.

ИНДИЙСКИЙ ОРЕХОВЫЙ СОУС

1 стакан очищенных ядер грецких орехов, 2-3 зубчика чеснока, 1 щепотка соли, 1 стручковый перец, 0,5 ч. ложки толченых семян кориандра, 0,25 ч. ложки шафрана, 0,5 пучка зелени кинзы, 0,5 ч. ложки «Хмели-сунели», 0,5 стакана грантового сока, 0,75 стакана холодной кипяченой воды.

Очищенные грецкие орехи, чеснок, соль, стручковый перец тщательно истолочь и выжать мокрой рукой сок в отдельную посуду. К массе добавить толченые семена кориандра, шафран, зелень кинзы, «Хмели-сунели» тщательно размешать и развести гранатовым соком, разбавленным холодной кипяченой водой. Получившийся соус поместить в соусник, всыпать в него зерна граната, а сверху залить первоначально отжатый сок.

ГОЛЛАНДСКИЙ СОУС

2 яичных желтка, 40 г сливочного масла, 2—3 ст. ложки холодной кипяченой воды, 1 стакан муки, 1 стакан молока, 1 ст. ложка лимонного сока, 20 г тертого мускатного ореха.

Яичные желтки растереть со сливочным маслом, добавить холодную кипяченую воду и, помешивая, слегка нагреть. Когда смесь загустеет, снять с огня.

Муку размешать в молоке и нагреть, не доводя до кипения. Влить в эту массу масло с желтками, непрерывно помешивая, добавить сок лимона и тертый мускатный орех.

СОУС С ОЛИВКАМИ ДЛЯ РЫБЫ

1 ст. ложка муки, 30 г сливочного масла, 2—2,5 стакана рыбного бульона, 150 г оливок без косточек, по 0,5 пучка зелени укропа и петрушки, 1 ст. ложка лимонного сока, соль — по вкусу.

Муку слегка обжарить на сливочном масле, постепенно развести рыбным бульоном, непрерывно помешивая, чтобы не было комков, и довести до кипения. Оливки очистить от косточек, измельчить и добавить в соус.

Снова довести до кипения. Снять с огня, заправить рубленой зеленью петрушки и укропа, добавить сок лимона и соль.

АПЕЛЬСИНОВО-СМОРОДИНОВЫЙ СОУС

125 мл апельсинового сока, 0,5 стакана желе из красной смородины. 2 ст. ложки хереса, 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ст. ложка коричневого сахара.

Все ингредиенты перемешать. Во время жарки на гриле смазывать этим соусом мясо. Этот соус сочетается с уткой, курицей или свининой.

ПЕРЕЧНЫЙ СОУС С УКСУСОМ

850 г красного соуса, 100 г концентрированного бульона, 75 г виноградного уксуса, 70 г сливочного масла, 20 г репчатого лука, 20 г моркови, 40 г петрушки или сельдерея, 5 г сахара, по 0,1 г тмина, гвоздики, мускатного ореха в порошке, 0,5 г красного перца, зелень — по вкусу.

Мелко нарезанные коренья и лук залить виноградным уксусом и бульоном, положить пряности — тмин, гвоздику, мускатный орех в порошке, зелень петрушки — и тушить при слабом кипении в посуде, закрытой крышкой, 20-25 мин.

Когда жидкость уварится на две трети, влить красный основной соус и варить 15—20 мин. В конце варки добавить сильно концентрированный бульон, соль, сахар. Готовый соус процедить и заправить сливочным маслом и молотым красным перцем. Соус подается к жареному мясу, курам, цыплятам, шашлыкам.

СОУС ШАШЛЫЧНЫЙ

200 г томат-пасты, 1 ч. ложка соли, 2 ч. ложки (с верхом) сахара, 1 репчатая луковица (некрупная), черный молотый перец, кинза — по вкусу.

Томат-пасту развести водой до консистенции кетчупа. Добавить мелко нарезанный репчатый лук, сахарный песок, соль, небольшой пучок мелко нарезанной кинзы, поперчить по вкусу. Все компоненты перемешать.

СОУС-МАРИНАД ДЛЯ ГРИЛЯ

2 ст. ложки соевого соуса, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка винного уксуса (лучше красного), 1 измельченная долька чеснока, черный перец, соль — по вкусу.

Все ингредиенты смешать до растворения соли, полить полученным соусом-маринадом мясо за 40—60 мин до начала приготовления, а в процессе приготовления смазывать этой смесью порционные кусочки для сочности.

АПЕЛЬСИНОВЫЙ СЛАДКО-ПРЯНЫЙ СОУС

1 апельсин (тонко натертая кожура), 2 ст. ложки дижонской горчицы, 3 ст. ложки сахара, 0,5 ст. ложки молотой корицы.

В кастрюле смешать все компоненты, поставить на маленький огонь и использовать с курицей, поливая ее за 10 мин до приготовления.

КИСЛО-СЛАДКИЙ СОУС К БАРБЕКЮ

2,5 ст. ложки томатного кетчупа, 1 ст. ложка белого винного уксуса, 1 ст. ложка вурчестерширского соуса, 1 ст. ложка порошка «Чили», 4 ст. ложки коричневого сахара, 2 ст. ложки дижонской горчицы, 0,5 ч. ложки соуса Табаско.

Все составляющие смешать в кастрюле, поставить на медленный огонь, а когда закипит, варить в течение 2 мин.

Полученным соусом смазывать курицу перед приготовлением.

ТРАДИЦИОННЫЙ СОУС «ЧИЛИ»

0,5 кг помидоров, 5 перцев чили, 3 зубчика чеснока (порезанных), 150 мл красного вина, 1 ч. ложка американской горчицы, 1 ч. ложка сушеного орегано, 4 ст. ложки жидкого меда, 2 г черного перца, соль — по вкусу.

Духовку разогреть до 200° С. Нарезать помидоры на четвертинки и выложить в форму для духовки. Запекать в течение 50—60 мин.

В это же время перцы чили замочить в миске с холодной водой на 20 мин. Затем очистить от черенков, разрезать пополам и удалить семечки. Очень мелко нарезать. Помидоры достать из духовки и дать им немного остыть, после чего очистить от кожуры. По желанию можно очистить помидоры и от семечек. Потом измельчить помидоры в кухонном комбайне, добавить чили, красное вино и чеснок. Еще раз все измельчить в комбайне, добавить мед, орегано, горчицу и черный перец. Посолить и еще раз измельчить в комбайне. Смесь перелить в маленькую кастрюлю, довести до кипения, уменьшить огонь и готовить 10 мин, периодически помешивая до появления густоты.

Глава 10

Выездной бар

Как вы думаете, какой вопрос стоит у отъезжающей на пикник компании на втором месте после подготовки мяса для шашлыков? Совершенно верно! Вопрос подбора алкогольных и прохладительных напитков.

Пожалуй, никто не станет спорить, что больше всего к шашлыку подойдет бутылочка хорошего вина. Однако не стоит покупать дорогие марки вин, потому что, употребляя напиток из пластиковых стаканчиков, вы не сможете полностью насладиться им и оценить его утонченный вкус, к тому же такие напитки слишком хороши и будут контрастировать с незамысловатой едой. Вдобавок ко всему, такие вина содержат осадок и тряска при поездке им противопоказана.

Выбор вина для пикника зависит не только от пристрастий отдыхающих и еды. Очень важный фактор — температура окружающей среды. Если на улице до 20 градусов, то о выборе можно особенно не беспокоиться: к такой погоде подойдут и белые, и красные вина. Если же на улице жарко и солнечно, то к выбору напитков придется отнестись более ответственно.

Ни в коем случае нельзя покупать в жаркую погоду розовое вино. Его надо пить охлажденным до 8—10 градусов. А выдержать такой режим на природе очень сложно.

Оптимальный вариант — белые ароматные вина. Они не слишком страдают при перевозке и не требуют сильного охлаждения, как розовые вина.

Для тех, кто не представляет себе шашлык без красного вина, подойдут грузинские вина, а также легкие бургундские вина.

Если в вашем пикниковом меню планируется много закуски, можно взять с собой и бутылку хорошей водки.

Ну и, конечно же, основная масса отдыхающих не представляет себе пикник без бутылочки холодненького пивка. Только помните, что во всем нужна мера.

Что касается прохладительных напитков, то в жару лучше не брать соки с мякотью — они быстрее скисают.

Сладкие газированные напитки в идеале тоже лучше заменить соками без мякоти, минералкой или самостоятельно приготовленными напитками. Но особой популярностью и востребованностью на пикниках пользуются охлажденные морсы и квасы, с рецептами которых мы сейчас и познакомимся.

РЕЦЕПТЫ МОРСОВ

Морс — это освежающий напиток из сока ягод, фруктов, овощей и, воды с добавлением сахара или меда. Существует множество рецептов морса, в которых предлагается приготовить напиток не из одного сока, а из смеси различных ягодных, фруктовых, овощных соков, достигая тем самым более необычного интересного вкуса.

Для приготовления морса чаще всего используют клюкву, вишню, красную или черную смородину, бруснику, ежевику или черемуху. Ягоды предварительно промывают, если есть необходимость, то удаляют косточки, перетирают (или измельчают в блендере), заливают кипяченой водой и проваривают в течение нескольких минут, причем, стараясь не затягивать кипячение.

Затем напиток процеживают и приправляют по вкусу сахаром или медом. Жмых, оставшийся после процеживания, отжимают, образующийся сок смешивают с остывшим напитком и больше не кипятят. Готовый морс горячим или охлажденным разливают по стаканам. В некоторых рецептах предлагается добавить в напиток кусочек лимона, апельсина, лайма или цедру.

ВИШНЕВЫЙ МОРС

200 г вишни, 1 л воды, 2 ст. ложки сахара.

Вишни помыть, удалить косточки, ягоды размять деревянным пестиком (или деревянной ложкой), отжать сок, слить его в стеклянную банку, накрыть крышкой и поставить в холодильник. Выжимки залить горячей водой, варить 10—15 мин, затем процедить. В полученный отвар влить охлажденный сок, добавить сахар и хорошо размешать. Подавать охлажденным.

ЕЖЕВИЧНЫЙ МОРС

150 г ежевики, 1 л воды, 3 ст. ложки сахара.

Ежевичный морс — отличается интенсивной окраской, сравнительно ароматным запахом и приятным вкусом свежих ягод. Ежевику перебрать, промыть, размять, отжать сок, слить его в стеклянную посуду, накрыть крышкой и поставить в холодильник. Выжимки залить горячей водой, довести до кипения, проварить 10 мин, затем процедить. Полученный отвар соединить с охлажденным соком, добавить сахар

и хорошо перемешать. Для большего аромата и аппетитности рекомендуют добавить в этот сок 20-30% малинового сока. Поскольку в ежевичном соке содержится большое количество кислоты, его рекомендуют разбавить водой, подсластив сахаром.

БРУСНИЧНЫЙ МОРС

300 г брусники, 2 ст. ложки сахара, 1 л воды, 2—3 листика мяты.

Бруснику помыть, перебрать, залить кипятком, засыпать сахаром, добавить листья мяты. Закрыть крышкой и закутать в полотенце. Настаивать 3—4 часа. После этого процедить сквозь сито, ягоды размять ложкой, чтобы выдавить мякоть. Перелить в графин и охладить в холодильнике.

МОРС ИЗ ВАРЕНЬЯ

200 г варенья, 1 л воды, сок — 1 лимона.

Варенье разбавить кипяченой водой. Если морс получился слишком сладким, можно добавить немного лимонного сока.

КЛУБНИЧНЫЙ МОРС

1,5 кг клубники, 1 л воды, 0,5-0,7 стакана сахара, смородиновый сок — по вкусу.

Клубнику размять, сок отжать через марлю, выжимки от ягод залить водой и вскипятить, процедить, добавить сахар и сок. Заправить по вкусу соком смородины.

ЛИМОННЫЙ МОРС

1—2 лимона, 1 л воды, 0,5—0,7 стакана сахара.

Отжать сок из лимонов. Воду вскипятить с сахаром и тонко срезанной лимонной цедрой (только желтая часть). К остывшей воде добавить лимонный сок. При желании немного жженого сахара (это придаст напитку красивый цвет). На стол можно подавать с ломтиками лимона.

МАЛИНОВЫЙ МОРС

200 г малины, 2 ст. ложки сахара, вода — долить до 1 л.

Перебранные и промытые ягоды протереть и отжать из них сок. После настаивания в течение 25—30 мин отвар процедить, мезгу отжать. В отвар добавить сахар, размешать до полного растворения, влить отжатый сок и охладить.

ВИНОГРАДНЫЙ МОРС

1 л воды, 0,5 стакана сахара, 2 стакана виноградного сока, 2 ст. ложки лимонного сиропа.

В воду добавить пол стакана сахара и прокипятить на слабом огне 2—3 мин. Влить виноградный сок и лимонный сироп. Охладить и подать к столу.

КЛЮКВЕННО-ВАНИЛЬНЫЙ МОРС

1 стакан клюквы, 1 л воды, 0,5 стакана сахара, 1 ст. ложка ванильного сахара, 1 стакан красной рябины.

Клюкву растереть деревянным пестиком и протереть через сито. В сок всыпать сахарный песок и ложку ванильного сахара и все хорошо протереть, посуду закрыть крышкой и поставить в холодное место. Выжимки клюквы залить 1 л воды, добавить растертые ягоды рябины и прокипятить на слабом огне 5—7 мин. Затем отвар процедить и охладить. После этого в охлажденный отвар влить клюквенный сок с сахаром и хорошо размешивают.

ИЗЮМНО-ПЕРСИКОВЫЙ МОРС

1 стакан изюма, 1 л воды, 2 стакана персикового сока, 0,5 стакана сахара.

Стакан изюма промыть в холодной, а затем в горячей воде. Чистые ягоды уложить в кастрюлю и залить водой. Кипятить 15—20 мин, процедить и охладить. Затем взять персиковый сок и растереть в нем сахар до полного его растворения. После этого персиковый сок с сахаром соединить с отваром изюма, размешать и охладить.

ЛИМОННО-ГВОЗДИЧНЫЙ МОРС

2 стакана воды, 1 ст. ложка гвоздики, 0,5 стакана сахара, сок одного лимона, 2 стакана яблочного сока.

Гвоздику промыть, залить водой, добавить пол стакана сахара и кипятить на слабом огне 5 мин, процедить и охладить. В отвар гвоздики добавить сок лимона и яблочный сок.

СВЕКОЛЬНЫЙ МОРС

200 г свеклы, 1 л воды, 100 г сахара, 1 лимон.

Свеклу помыть, почистить и натереть на мелкой терке. Из измельченной свеклы отжать сок. Выжимки залить горячей водой и проварить 15—20 мин. В конце варки добавить сахар, лимонный сок и отжатый сок свеклы. Довести до кипения, но не кипятить, процедить. Подавать охлажденным.

АПЕЛЬСИНОВЫЙ МОРС

3 л воды, 4 апельсина, 1,5 стакана сахара, корица — на кончике ножа.

Снять с апельсинов (лимонов) цедру. Затем удалить белую мякоть и отжать сок. Выжимки измельчить, залить водой, добавить сахар, цедру, корицу и при слабом кипении проварить 5—10 мин. Дать настояться не менее получаса, процедить и добавить сок. Охладить.

МОРС ИЗ РЕВЕНЯ

200 г ревеня, 1 л воды, 2 ст. ложки сахара, 2 бутона гвоздики, апельсиновая цедра — по вкусу.

Черешки ревеня вымыть, очистить от грубых волокон и нарезать мелкими кусочками. Затем залить горячей водой, добавить сахар и варить вместе с приправами до размягчения. Процедить и остудить.

РЕЦЕПТЫ КВАСОВ

КВАС СВЕКОЛЬНЫЙ

1 кг свеклы, 3 л воды, 1 кусок ржаного хлеба.

Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке и положить в эмалированную посуду. Залить теплой кипяченой водой и добавить кусок ржаного хлеба. Оставить при комнатной температуре на 2—3 дня, периодически перемешивая. Когда сок приобретет приятный цвет и вкус, слить его, процедить и разлить в бутылки. Укупорить и хранить в холодном месте. Перед употреблением заправить квас по вкусу сахаром и солью.

КВАС «РУССКИЙ»

1 кг ржаного хлеба, 50 г дрожжей, 200—300 г сахара, 50 г изюма, 6 л воды.

Свежий ржаной хлеб нарезать ломтиками и подсушить в духовке, слегка подрумянив. Сухари поломать на мелкие кусочки, положить в эмалированную посуду и залить кипятком. Закрыть крышкой и оставить на 4—8 часов. Затем жидкость процедить, охладить до 25° С, влить в нее разведенные теплой кипяченой водой дрожжи, добавить сахар. Посуду прикрыть крышкой и поставить в теплое место на 6—10 часов для брожения.

Забродивший квас процедить, разлить в бутылки, предварительно положив в них по несколько изюминок, и плотно закупорить. Бутылки с квасом хранить на холоде в лежачем положении.

КВАС БЕЛЫЙ

1 кг солода ржаного, 1 кг солода ячменного, 1 кг зерна пшеничного, 2 кг зерна ржаного, 60—80 г жидких дрожжей, 50 г мяты, 20 г изюма.

Из раздробленных хлебных продуктов замесить густое тесто на горячей воде (70—80° С), осторожно вливая ее тонкой струей и перемешивая. Через 3 часа тесто переложить в чан и развести кипятком (20—22 л), охладить до 20—25° С.

Добавить к смеси жидкие дрожжи или квасную гущу старого кваса и настой мяты. Выдерживать сусло в теплом месте до тех пор, пока оно не забродит. Отстоявшийся квас осторожно процедить и разлить в бутылки, предварительно положив в них несколько изюминок. Бутылки закупорить и хранить в холоде, в горизонтальном положении.

КВАС «РИЖСКИЙ»

1,2 кг ржаного солода, 1,2 кг пшеничного солода, 1,2 кг ячменного солода, 1,2 кг ржаных зерен, 1,2 кг ячневой крупы, 1,2 кг пшеничных зерен, 1,2 кг сахара, 0,5 л жидких дрожжей.

Хлебные продукты заварить горячей водой (70—80° С). Полученное тесто запечь в горячей печи (или в духовке), положить в чан, залить, помешивая, горячей водой (60 л). Массу размешать и выдержать в тепле 12 часов, перемешивая через каждые 2 часа.

Осветленное сусло процедить в бочонок, добавить сахар и дрожжи и оставить бродить. Разлить в бутылки, положив в каждую одну-две изюминки, бутылки закупорить и выдержать в тепле, пока не начнут выделяться пузырьки углекислого газа. Затем бутылки поместить в холодное место на несколько дней.

КВАС МОЛОЧНЫЙ

1 л молока, 2 ст. ложки сахарного песка, 10 г дрожжей.

Дрожжи смешать с сахаром, добавить подогретое молоко, поставить в теплое место для брожения. Перед подачей напиток охладить.

КВАС СУХАРНЫЙ

1 кг ржаных сухарей, 600—700 г сахара, 50 г мяты, 40—60 мл жидких дрожжей, изюм.

Хорошо поджаренные, но не горелые ржаные сухари залить горячим кипятком (15 л) и настоять. Осветленное сусло аккуратно слить с осадка, охладить и смешать с сахаром и настоем мяты. Добавив жидкие дрожжи, дать суслу бродить 3—4 часа, затем разлить в бутылки с несколькими изюминками в каждой и, не закупоривая,

выдерживать при комнатной температуре до тех пор, пока не появятся пузырьки углекислого газа.

После этого бутылки закупорить, обвязав горлышко проволокой, и вынести в холодное место на 2 дня. Хранить бутылки с квасом в горизонтальном положении.

КВАС «ПЕТРОВСКИЙ»

На 5 л кваса: 800 г ржаных сухарей, 4 л воды, 20—25 г дрожжей, 0,5 кг сахарного песка, 100 г хрена, 100 г меда.

Нарезать тонкими ломтиками ржаной хлеб и подсушить в духовке или в печи до получения коричневого цвета. 800 г сухарей залить 4 л кипятка и поставить отстояться на 2 часа. Затем процедить через сито. Добавить 20—25 г дрожжей и сахара по вкусу (ориентировочно 0, 5 кг). Полученный квас нужно выбраживать примерно 5—6 часов. В готовый напиток добавить тертый хрен, смешанный с медом. Приготовленный квас разлить по емкостям и поставить на холод. Лучше всего подавать «Петровский квас» к мясным блюдам. По желанию в него можно добавить специи, немного сушеной мяты.

КВАС КЛАССИЧЕСКИЙ

1 кг ржаного хлеба, 25 г дрожжей, 200 г сахара, 1 ст. ложка сухой мяты, 2 ст. ложки изюма, 6 л кипяченой воды.

Корочки ржаного хлеба с мякишем подсушить в духовке, чтобы цвет их потемнел, опустить в кастрюлю с кипящей водой часов на шесть. Потом в эмалированную кастрюлю сцедить через сито или марлю жидкость, влить разведенные в кипяченой воде дрожжи, добавить сахар, мяту, изюм и дать побродить настою еще часов шесть. Если появилась пена — еще раз осветлить квас, процедив через ткань, разлить в бутылки с вложенными туда изюминами и плотно закупорить распаренными пробками. В погребе бутылки с квасом уложить на бок и выдержать 3 дня перед употреблением.

КВАС ИЗ РЕВЕНЯ

2 л воды, 300 г ревеня, 200 г сахара, 25 г дрожжей, лимонная или апельсиновая цедра, побеги черной смородины — по вкусу.

Ревень промыть, нарезать и сварить вместе со специями, затем дать настояться. Отвар процедить, добавить в него сахар. В остывший до 35 °С отвар добавить дрожжи, посуду накрыть и поставить в теплое место, чтобы квас выбродил. Перед подачей охладить в холодильнике. Этот напиток можно приготовить также из отвара кожуры ревеня.

КВАС ЯБЛОЧНЫЙ

3 л воды, 0,5 кг яблочной кожуры, 300 г сахара, 25 г дрожжей, цедра лимона или апельсина — по вкусу.

Свежую или сушеную яблочную кожуру залить водой, добавить цедру, прокипятить, дать настояться. Через несколько часов жидкость процедить, добавить сахар и разведенные дрожжи, посуду накрыть крышкой и поставить в теплое место для брожения. Перед подачей квас охладить. Приготовленный квас можно сохранить в прохладном месте в хорошо закрытых бутылках.

КВАС ГРУШЕВЫЙ

1 кг груш, 1 ч. ложка дрожжей, 2 ст. ложки муки, 6—7 л воды.

Спелые груши залить водой, добавить дрожжи, разведенные в стакане воды, горсть пшеничной муки. Оставить на 3 суток для закисания.

КВАС ЛИМОННЫЙ

7 л воды, 400 г сахара, 1 ч. ложка дрожжей, 1 щепотка соды, 2 лимона, горсть изюма.

В большую эмалированную кастрюлю налить воду и вскипятить ее с сахаром, дать остыть, накрыв салфеткой. Лимоны нарезать кусочками и вместе с изюмом положить в кастрюлю с кипятком. Поставить емкость в тепло и закрыть крышкой. Пока отвар остывает, развести в небольшой части воды дрожжи и соду на кончике ножа, смешать с остывшей жидкостью в кастрюле. Оставить бродить на 12 часов. Потом квас процедить и разлить в бутылки, положив по парочке изюмин в каждую,

закупорить пробками (и бутылки, и пробки лучше простерилизовать), дать постоять еще два часа в тепле и отнести в погреб.

КВАС РЯБИНОВЫЙ

1 кг рябины, 2 стакана сахара, 4 л воды, 10 г дрожжей.

Бланшированную рябину размять, залить водой и варить 10 мин. Отвар процедить, добавить сахар, охладить. Добавить разведенные дрожжи, хорошо перемешать, разлить в бутылки, закупорить и поставить на 3 дня в прохладное место.

КВАС ХЛЕБНЫЙ С ХРЕНОМ

2 бутылки готового кваса, 0,5 стакана меда, 3 ст. ложки тертого хрена.

Квас вылить в посуду, добавить мед, тертый хрен, поместить на сутки в холодильник, затем процедить. Подавать холодным.

КВАС ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

4 л воды, 400—500 г сахара, 1 кг ягод, 1 щепотка изюма.

Вымытые очищенные ягоды размять, уложить в эмалированную посуду и залить теплым сахарным сиропом (4 л на 1 кг ягод). Для приготовления 1 л сахарного сиропа взять 100—150 г сахара, полученную смесь тщательно размешать, накрыть марлей, выдержать 1 сутки при 18—28° С, после чего профильтровать, разлить в бутылки, добавив в каждую по 4—5 изюминок. Бутылки наполнить по плечики, укупорить пробками, которые перевязать шпагатом или мягкой проволокой. Квас готов через 7—15 дней.

КВАС ЯГОДНЫЙ

4 л воды, 400—500 г сахара, 1 кг ягод (любых), 1 щепотка изюма.

Ягоды очистить от плодоножек, чашелистиков, помыть, дать стечь воде, размять, уложить в эмалированную посуду и залить теплым сахарным сиропом из расчета

4 л на 1 кг ягод (на 1 л сахарного сиропа требуется 100—150 г сахара). Полученную смесь тщательно размешать, накрыть марлей, выдержать в течение суток при 18—28° С, профильтровать, разлить в подготовленные бутылки и добавить по 4—6 изюмин. (Укупорку пробок см. в предыдущем рецепте). Квас выдержать в холодном месте 1—2 недели.

На заметку: ягодный квас можно приготовить и из консервированных ягод. Для этого банку нужно вскрыть, залить кипяченным, охлажденным до 60° С сахарным сиропом из расчета 200 г сахара на 1 л воды, после чего тщательно размешать и настоять в течение суток. Затем раствор профильтровать через марлю, разлить в бутылки, добавляя в каждую по 4—6 изюмин, и укупорить.

КВАС СТАРОРУССКИЙ

1 кг яблок, 100 г сахара, 200 г меда, 30 г дрожжей, 1 ч. ложка молотой корицы, 4 л воды, 1 кг патоки.

Замешать из солода и муки с 3 л горячей воды тесто без комков, накрыть посуду чистой тряпочкой, дать ему настояться в течение 1 часа. Выдержанное тесто переложить в огнеупорную посуду (чугун), накрыть крышкой и поставить в горячую духовку для упаривания. Упаренное тесто тщательно перемешать, отскоблить от стенок посуды и долить кипятком. По прошествии суток выложить тесто в настойный чан, залить 16 л горячей воды, насыпать измельченные сухари и хлеб. Образовавшийся затор хорошо перемешать и оставить на 6-10 часов для настаивания и осветления. Когда гуща осядет, а сусло начнет бродить, осторожно слить его в пропаренный и промытый чистый бочонок. В оставшуюся гущу вторично залить 15 л горячей воды. Через 2-3 часа сусло слить в бочонок, смешать с настоем мяты и оставить для сбраживания на сутки. Затем бочонок перенести в холодный погреб. Когда брожение станет менее интенсивным добавить в квас патоку (1 кг на 30 л кваса), бочонок укупорить деревянной втулкой. Через 3-4 дня квас готов к употреблению.

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление 3

Глава 1. Пикник: мода и традиции 4

Глава 2. Как устроить пикник: что взять, как подготовиться 8

Правильная подготовка к пикнику — одно из условий его успеха 8

Что нужно для пикника 9

Какие продукты взять 10

Напитки для пикника 11

Глава 3. Закуски и бутерброды на скорую руку: легкая разминка 14

Легкие овощные салаты 14

Закуски для пикника 26

Овощные закуски 26

Холодные закуски из мяса и рыбы. 34

Закуски из сыра, яиц и грибов 37

Бутерброды и гренки для пикника 43

Вариации продуктов для приготовления бутербродов . . 43

Бутерброды. Гренки 46

Глава 4. Блюда с дымком на костре: что и как готовить на вертеле, в глине, в золе, в казане 50

Секреты костровой кулинарии 51

Как приготовить дичь на костре . . 52

Овощные блюда в казане 55

Блюда из мяса и птицы в казане 58

Блюда с рыбой и морепродуктами в казане 64

Рыба, жаренная на костре 66

Кулеши в казане 67

Мамалыга (кукурузная каша) в казане . . 72

Пловы в казане 77

Сладкие пловы 85

Рыбацкая уха на костре 88

Полезные советы для варки ухи . . . 89

Что такое настоящая уха по-рыбацки 89

Глава 5. Маринование продуктов 101

Что и чем лучше мариновать 101

Как выбрать композицию для маринада 102

Популярные комбинации ингредиентов для приготовления шашлычного маринада 103

Полезные рекомендации для маринования 105

Пошаговая технология маринования шашлыка 106

Оригинальные рецепты маринадов . . 107

Глава 6. Шашлычный этикет 129

Экскурс в историю 129

Полезные сведения о мангале и технологии сбрызгивания шашлыков 130

Искусство собирать дрова 132

Какие продукты используют для шашлыков 133

Рекомендации по выбору мяса 134

Что делать, чтобы шашлык получился сочным 136

Маринады и маринование мяса 137

Что добавляют в маринад в разных странах 139

Продолжительность жарения разных видов мяса 141
Шашлыки, приготовленные накануне пикника 142
Шашлыки из различных видов мяса . . 144
Шашлыки национальных кухонь 156
Шашлыки из птицы и дичи 168
Шашлыки из рыбы и морепродуктов . 171
Шашлыки из грибов 174
Оригинальные шашлыки из других продуктов 180

Глава 7. Барбекю по-русски 182
Мода на барбекю: что это такое и как его готовить 182
Устройства для барбекю 183
Какие меры безопасности следует соблюдать 185
Дрова или уголь? 185
Как проверить температуру в барбекю 186
Главное условие барбекю — ароматизация 186
Что понадобится для приготовления барбекю 187
Пакеты из фольги 187
Шампуры 187
Дополнительные меры безопасности: 187
Щипцы с длинной ручкой 188
Кисточка 188
Щетка 188
Рукавицы 188
Корзина для гриля на петлях 188
Широкий плоский совок 188
Поднос для барбекю 189
Поднос для жареного мяса 189
Двойные решетки с зажимом 189
Посуда для пикника 189
Как чистить устройство для барбекю . 189
Виды барбекю 190
Барбекю на открытом огне 190
Барбекю на закрытом огне 190
Маринование блюд для барбекю 190
Как обращаться с сырыми продуктами 190
Время маринования 191
Чем натирать продукты для барбекю 191
Гарниры для барбекю 191
Время приготовления блюд на барбекю 192
Барбекю из разных видов мяса 194
Барбекю из курицы 204
Барбекю из рыбы 215
Барбекю из морепродуктов 220
Овощи и грибы, приготовленные на решетке 227
Закуски-гриль на шпажках 236
Фруктово-ягодные десерты на барбекю 241
Багеты, булочки, сэндвичи, бургеры, брускетки, бутерброды и тосты на барбекю 246
Соусы и приправы для барбекю и блюд-гриль 260

Глава 8. Пикник на кухне 267
Лето круглый год — пикник в любую погоду! 267
Что такое электрогриль 267
Гриль или чугунная сковрода? 268
Чудо-гриль: попытайтесь повторить это на кухне 269

«Анатомия» электрогриля: как выбирать, на что обратить внимание 270
Электрическая сковорода-гриль . 270
Электрогриль-барбекю с открытой спиралью 271
Электрогриль с пластиковым корпусом. 271
Газовый гриль-барбекю 272
Что говорят специалисты. 272
Как ухаживать за грилем 272
Популярные модели электрогрилей: функции и преимущества 273
Аэрогриль: модная штучка нового поколения с суперфункциями. 275
Преимущества аэророгриля 275
Что умеет аэрогриль 276
Что такое аэрогриль по сути. 277
Историческая справка. 277
Из чего состоит аэрогриль. 277
Как работает аэрогриль 278
Возможности аэрогриля. 278
На что обратить внимание при покупке аэрогриля 279
Неоспоримые достоинства аэрогриля 280
Недостатки аэрогриля. 281
Лучшие рецепты для электрогриля и аэрогриля 281
Электрошашлычницы 294
Рецепты блюд для электрошашлычницы. 295

Глава 9. Соусы к мясным и рыбным блюдам, приготовленным на открытом огне 299
Рецепты соусов. 299

Глава 10. Выездной бар 306
Рецепты морсов 307
Рецепты квасов 311

Издание для досуга

ЛАКОМКА

Боровская Элга

ГОТОВИМ НА МАНГАЛЕ, НА ГРИЛЕ, В КАЗАНЕ НА ПРИРОДЕ И НА КУХНЕ

Ответственный редактор *Е. Левашева*
Художественный редактор *А. Мусин*

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

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо». 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное, Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: **reception@eksmo-sale.ru**

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями *обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»*
E-mail: **international@eksmo-sale.ru**

International Sales: *International wholesale customers should contact Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.*
international@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном оформлении, *обращаться по тел. 411-68-59 доб. 2115, 2117, 2118.*
E-mail: **vipzakaz@eksmo.ru**

Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»: Компания «Канц-Эксмо»: 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2, Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный). e-mail: **kanc@eksmo-sale.ru**, сайт: **www.kanc-eksmo.ru**

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:
В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е. Тел. (812) 365-46-03/04. **В Нижнем Новгороде:** ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3. Тел. (8312) 72-36-70. **В Казани:** Филиал ООО «РДЦ-Самара», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (843) 570-40-45/46. **В Самаре:** ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70.
В Ростове-на-Дону: ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 220-19-34.
В Екатеринбурге: ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а. Тел. (343) 378-49-45. **В Киеве:** ООО «РДЦ Эксмо-Украина», Московский пр-т, д. 9. Тел./факс (044) 495-79-80/81. **Во Львове:** ТП ООО «Эксмо-Запад», ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс: (032) 245-00-19. **В Симферополе:** ООО «Эксмо-Крым», ул. Киевская, д. 153. Тел./факс (0652) 22-90-03, 54-32-99. **В Казахстане:** ТОО «РДЦ-Алматы», ул. Домбровского, д. 3а. Тел./факс (727) 251-59-90/91. rdc-almaty@mail.ru

Подписано в печать 18.03.2010.
Формат 70x100 $^{1}/_{16}$. Печать офсетная. Усл. печ. л. 25,93 + вкл.
Тираж 5000 экз. Заказ 2664.

Отпечатано с готовых файлов заказчика в ОАО «ИПК «Ульяновский Дом печати». 432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

ISBN 978-5-699-41682-0

ЛЕПЕШКИ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ

700 г пшеничной муки, 120 г маргарина для теста, 100 г маргарина для фарша, 200 г воды, 900 г легкого, 350 г сердца, 350 г печени, 2 головки репчатого лука, 1 яйцо для смазывания, перец, соль

Муку, маргарин и подсоленную горячую воду тщательно перемешать. Замесить некрутое тесто. Из теста слепить булочки небольшого размера, а затем каждую раскатать. Приготовить фарш. Для этого необходимо сварить легкое, сердце и печень. Вареные субпродукты пропустить через мясорубку, посолить, поперчить. Добавить обжаренный в маргарине нашинкованный репчатый лук. В центр каждой лепешки поместить небольшое количество фарша. С трех сторон закрепить края лепешки таким образом, чтобы они приобрели форму треугольника. Изделия смазать сверху яйцом и запекать в жарочном шкафу.

ЖАРЕНАЯ БАРАНИНА

500 г баранины, 250 г топленого масла, 250 мл оливкового масла, 15 г сушеного шафрана (измельченного), 10 г молотого тмина, 10 г молотого душистого перца, 10 г молотого имбиря, 10 г сушеного розмарина (измельченного), 5 г жгучего красного перца (измельченного), 3 зубчика чеснока, 2 лавровых листа, соль и молотый черный перец по вкусу

Баранину вымыть и насадить целым куском на вертел для гриля. Разогреть в глубокой сковороде топленое и оливковое масло. Добавить в получившуюся смесь все специи, раздавленный чеснок и перемешать. Оставить на 10 мин. Поместить баранину на гриль и по мере приготовления поливать маслом со специями. Жарить в течение 20 мин, пока мясо не приобретет румяную корочку, а выделяющийся сок не станет прозрачным. Снять мясо с вертела, удалить излишки жира, разрезать на порционные куски и подавать на стол.

ШАШЛЫК ИЗ ОСЕТРИНЫ И СЕМГИ

300 г семги, 300 г осетрины, 4 ст. л. лимонного сока, 2 ч. л. соуса «Ворчестер», 4 ст. л. оливкового масла, 200 мл белого вина, 1 ч. л. зеленого укропа, черный молотый перец, соль

Приготовить маринад. Зелень укропа тщательно промыть в проточной воде, обсушить и нашинковать. Смешать оливковое масло, белое вино, лимонный сок и соус «Ворчестер», добавить нашинкованную зелень укропа, все тщательно перемешать. Рыбу очистить от кожи, промыть, отделить мясо от хребта. Нарезать рыбу кусочками 4 х 4 см. Опустить рыбу в маринад и поставить в холод на 2—3 ч. Нанизать кусочки рыбы на шампуры, чередуя кусочки семги кусочками осетрины, запекать на гриле до готовности.

ПИРОЖКИ С КУРИЦЕЙ И СОУСОМ ЧАТНИ

400 г филе курицы, 1 яйцо, 1/2 стакана панировочных сухарей, 2 ст. л. индийского кисло-сладкого соуса чатни, 2 ст. л. растительного масла, 1/2 ч. л. молотого имбиря, 1/4 ч. л. смеси приправ для курицы, 1/4 ч. л. черного молотого перца, 1/4 ч. л. соли

Яйцо разбить, белок отделить от желтка. Смешать белок с панировочными сухарями, добавить смесь приправ, черный молотый перец и соль. Все тщательно перемешать. Куриное филе промыть и мелко нарезать. Смешать мясо с получившейся смесью. Сформовать несколько пирожков толщиной 2—3 см. Смазать решетку для гриля растительным маслом и выложить на нее пирожки. Запекать пирожки на гриле в течение 10—12 мин, перевернув один раз. Смешать чатни и имбирь, перед подачей на стол выложить соус на запеченные пирожки.

КОЛБАСКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ

500 г говядины, 200 г консервированного зеленого горошка, 4 зубчика чеснока, 1 стакан мясного бульона, 1 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. уксуса, красный молотый перец, 1 пучок укропа, соль

Говядину промыть, удалить все пленки и сухожилия. Нарезать мясо крупными кусками. Измельчить мясо в мясорубке, можно пропустить его два раза, так фарш получится более воздушным. Добавить красный перец, соль и перемешать. Очистить и натереть 2 зубчика чеснока, положить в фарш, добавить 3 ст. л. мясного бульона и вновь перемешать. Получившийся фарш хорошо взбить и на 5—6 часов поставить в холодильник. Сформовать из фарша тонкие колбаски длиной 10—12 см. Смазать предварительно разогретую сковороду растительным маслом и обжарить на ней колбаски. Для соуса почистить и натереть чеснок, добавить к нему оставшийся мясной бульон, уксус и соль. Перемешать. Поджаренные колбаски полить соусом и присыпать мелко нарубленным укропом. Готовые колбаски подавать с овощами и зеленым горошком.

ШАШЛЫК ИЗ БАРАНИНЫ В ГОРЧИЧНОМ МАРИНАДЕ

400 г филе баранины, 1 лимон, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. сладкой горчицы, 1 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. нашинкованной зелени кинзы, 1/2 ч. л. соли

Зубчик чеснока очистить и измельчить при помощи чеснокодавилки. Лимон вымыть, разрезать на две части, отжать из мякоти сок. Приготовить маринад. Смешать лимонный сок, соевый соус, горчицу и растительное масло. Добавить чеснок, соль и нашинкованную зелень кинзы. Филе баранины тщательно промыть, нарезать кусками для шашлыка. Опустить мясо в маринад на 30—40 мин. Куски маринованного мяса нанизать на шампуры и запечь на гриле до готовности.

ШАШЛЫК ИЗ КАЛЬМАРОВ

500 г щупалец кальмара, 1 ст. л. оливкового масла, 3 ст. л. винного уксуса, 1 лайм, 1 пучок зеленого лука, 2 ст. л. нашинкованной зелени мяты, 2 ст. л. нарезанного перца чили, 1 ст. л. сахара

Приготовить маринад. Смешать уксус и оливковое масло, добавить сахар, зелень мяты и нарезанный перец чили. Кальмары вымыть, очистить, нарезать кусками по 15—20 см и опустить в маринад на 1—1,5 ч. Маринованные кальмары нанизать на 4 шампура и запекать на гриле в течение 4—5 мин, время от времени переворачивая шампуры. Зеленый лук тщательно промыть под струей проточной воды, обсушить, выложить на решетку гриля и запечь в течение 2—3 мин. Подогреть маринад. Лайм вымыть и разрезать на 4 части. Запеченные кальмары подать с теплым соусом, разрезанным лаймом и зеленым луком.

КАРТОФЕЛЬ ГРИЛЬ

4 клубня картофеля, 150 г сливочного масла, 3 ст. л. лимонного сока, 1 зубчик чеснока, зелень петрушки, зелень укропа, черный молотый перец, соль

Картофель тщательно вымыть, очистить и разрезать на половинки. Каждую половинку завернуть в фольгу. Запекать картофель на гриле в течение 40 мин, время от времени переворачивая. Зубчик чеснока очистить и измельчить при помощи чеснокодавилки. Зелень петрушки и укропа тщательно промыть в проточной воде, обсушить и нашинковать. Размять сливочное масло, смешать с чесноком, зеленью и лимонным соком, добавить соль и молотый черный перец по вкусу. Все тщательно перемешать. Смесь выложить на пергаментную бумагу и сформовать из нее небольшие рулетики. Подать с горячим картофелем.

Мясо, субпродукты

(содержание в 100 граммах продукта)

Продукт	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
Баранина	16,3	15,3	0,0	202
Говядина	18,9	12,4	0,0	187
Гусятина	16,1	33,3	0,0	364
Индейка	21,6	12,0	0,8	197
Кролик	20,7	12,9	0,0	198
Куры	20,8	8,8	0,6	164
Мозги говяжьи	9,5	9,5	0,0	123
Печень баранья	18,7	2,9	0,0	100
Печень говяжья	17,4	3,1	0,0	97
Почки говяжьи	12,5	1,8	0,0	66
Почки свиные	13,0	3,1	0,0	79
Свинина жирная	11,4	49,3	0,0	489
Свинина нежирная	16,4	27,8	0,0	315
Сердце говяжье	15,0	3,0	0,0	87
Сердце свиное	15,1	3,2	0,0	89
Телятина	20,0	1,0	0,0	89
Утятина	16,5	31,0	0,0	345
Цыплята	18,7	7,8	0,4	146
Язык говяжий	13,6	12,1	0,0	163
Язык свиной	14,2	16,8	0,0	208

Молочные продукты

(содержание в 100 граммах продукта)

Продукт	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
Брынза	17,9	20,1	0,0	252
Йогурт 1,5% жирности	5,0	1,5	3,5	47
Кефир жирный	2,8	3,2	4,1	56
Кефир нежирный	3,0	0,1	3,8	28
Масса творожная	7,1	23,0	27,5	345
Молоко	2,8	3,2	4,7	58
Молоко сгущенное	7,2	8,5	56,0	329
Простокваша	2,8	3,2	4,1	56
Ряженка	3,0	6,0	4,1	82
Сливки 10% жирности	3,0	10,0	4,0	118
Сметана 20% жирности	2,8	20,0	3,2	204
Сыр голландский	27,0	40,0	0,0	468
Сыр плавленый	24,0	45,0	0,0	501
Сыр российский	23,0	45,0	0,0	497
Сыр швейцарский	25,0	37,0	0,0	433
Сырки творожные	7,1	23,0	27,5	345
Творог жирный	14,0	18,0	1,3	223
Творог обезжиренный	16,1	0,5	2,8	80

Жиры, яйца

(содержание в 100 граммах продукта)

Продукт	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
Жир животный топленый	0,0	99,7	0,0	897
Майонез	3,1	67,0	2,6	625
Маргарин молочный	0,3	82,3	1,0	745
Масло растительное	0,0	99,9	0,0	899
Масло сливочное	0,6	82,5	0,9	748
Шпик свиной	1,4	92,8	0,0	840
Яичный порошок	45,0	37,3	7,1	544
Яйцо куриное	12,7	11,5	0,7	157
Яйцо перепелиное	11,9	13,1	0,6	167

Рыба

(содержание в 100 граммах продукта)

Продукт	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
Бычки	12,8	8,1	5,2	144
Горбуша	21,0	7,0	0,0	147
Икра кеты зернистая	31,6	13,8	0,0	250
Икра лещевая пробойная	24,7	4,8	0,0	142
Икра минтаевая пробойная	28,4	1,9	0,0	130
Икра осетровая зернистая	28,9	9,7	0,0	202
Икра осетровая пробойная	36,0	10,2	0,0	235
Кальмар	18,0	0,3	0,0	74
Камбала	16,1	2,6	0,0	87
Карась	17,7	1,8	0,0	87
Карп	16,0	3,6	0,0	96
Кета	22,0	5,6	0,0	138
Корюшка	15,5	3,2	0,0	90
Краб	16,0	0,5	0,0	68
Креветки	22,0	1,0	0,0	97
Ледяная	15,5	1,4	0,0	74
Лещ	17,1	4,1	0,0	105
Макрурус	13,2	0,8	0,0	60
Минога	14,7	11,9	0,0	165
Минтай	15,9	0,7	0,0	69
Мойва	13,4	11,5	0,0	157
Морская капуста	0,9	0,2	3,0	17
Навага	16,1	1,0	0,0	73
Налим	18,8	0,6	0,0	80
Нототения мраморная	14,8	10,7	0,0	155
Окунь морской	17,6	5,2	0,0	117
Окунь речной	18,5	0,9	0,0	82
Осетр	16,4	10,9	0,0	163
Палтус	18,9	3,0	0,0	102
Печень трески	4,0	66,0	0,0	610
Путассу	16,1	0,9	0,0	72
Рыба-сабля	20,3	3,2	0,0	110
Рыбец каспийский	19,2	2,4	0,0	98
Сазан	18,4	5,3	0,0	121
Сайра	18,6	12,0	0,0	182
Салака	17,3	5,6	0,0	119
Сельдь	17,7	19,5	0,0	246
Семга	20,8	15,1	0,0	219
Сиг	19,0	7,5	0,0	143
Скумбрия	18,0	9,0	0,0	153
Сом	16,8	8,5	0,0	143
Ставрида	18,5	5,0	0,0	119
Стерлядь	17,0	6,1	0,0	122
Судак	19,0	0,8	0,0	83
Трепанг	7,0	1,0	0,0	37
Треска	17,5	0,6	0,0	75
Тунец	23,0	1,0	0,0	101
Угольная рыба	13,2	11,6	0,0	157
Угорь	14,5	30,5	0,0	332
Угорь морской	19,1	1,9	0,0	93
Хек	16,6	2,2	0,0	86
Щука	18,8	0,7	0,0	81
Язь	18,2	1,0	0,0	81

КАЛОРИЙНОСТЬ

Овощи, зелень, грибы

(содержание в 100 граммах продукта)

Продукт	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
Баклажаны	0,6	0,1	5,5	25
Брюква	1,2	0,1	8,1	38
Горошек зеленый	5,0	0,2	13,3	75
Грибы белые свежие	3,2	0,7	1,6	25
Грибы белые сушеные	27,6	6,8	10,0	211
Подберезовики свежие	2,3	0,9	3,7	32
Подосиновики свежие	3,3	0,5	3,4	31
Сыроежки свежие	1,7	0,3	1,4	15
Фасоль (стручок)	4,0	0,0	4,3	33
Кабачки	0,6	0,3	5,7	27
Капуста белокочанная	1,8	0,0	5,4	28
Капуста цветная	2,5	0,0	4,9	29
Картофель	2,0	0,1	19,7	87
Лук зеленый (перо)	1,3	0,0	4,3	22
Лук-порей	3,0	0,0	7,3	41
Лук репчатый	1,7	0,0	9,5	44
Морковь	1,3	0,1	7,0	34
Огурцы	0,8	0,0	3,0	15
Оливки	5,2	51,0	10,0	519
Перец зеленый сладкий	1,3	0,0	4,7	24
Перец красный сладкий	1,3	0,0	5,7	28
Петрушка (зелень)	3,7	0,0	8,1	47
Петрушка (корень)	1,5	0,0	11,0	50
Помидоры (томаты)	1,0	0,2	3,7	20
Ревень	0,7	0,0	2,9	14
Редис	1,2	0,0	4,1	21
Редька	1,9	0,0	7,0	35
Репа	1,5	0,0	5,9	29
Салат	1,5	0,0	2,2	14
Свекла	1,7	0,0	10,8	50
Хрен	2,5	0,0	16,3	75

Фрукты, ягоды, сухофрукты
(содержание в 100 граммах продукта)

Продукт	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
Абрикосы	0,9	0,0	10,5	45
Айва	0,6	0,0	8,9	38
Алыча	0,2	0,0	7.4	30
Ананас	0,4	0,0	11,8	48
Апельсин	0,9	0,0	8,4	37
Арбузы	0,5	0,2	6,0	27
Бананы	1,5	0,0	22,0	94
Брусника	0,7	0,0	8,6	37
Виноград	1,0	1,0	18,0	85
Вишня	0,8	0,0	11,3	48
Голубика	1,0	0,0	7,7	34
Гранат	0,9	0,0	11,8	50
Грейпфрут	0,9	0,0	7,3	32
Груша	0,4	0.0	10,7	44
Ежевика	2.0	0,0	5,3	29
Инжир	0,7	0,0	13,9	58
Кизил	1,0	0,0	9,7	42
Клубника, земляника	1,2	0,0	8,0	36
Клюква	0,5	0,0	4,8	21
Крыжовник	0,7	0,0	9,9	42
Лимон	0,9	0,0	3,6	18
Малина	0,8	0,0	9,0	39
Мандарин	0,8	0,0	8,6	37
Морошка	0,8	0,0	6,8	30
Облепиха	0,9	0,0	5,5	25
Персики	0,6	0,0	16,0	66
Рябина красная	1,4	0,0	12,5	55
Рябина черноплодная	1,5	0,0	12.0	54
Слива садовая	0,8	0,0	9,9	42
Смородина белая	0,3	0,0	8,7	36
Вишня	1,5	0,0	73.0	298
Груша	2,3	0,0	62,1	257
Изюм	2,3	0,0	71,2	294
Курага	5,2	0,0	65,9	284
Персики	3,0	0,0	68,5	286
Урюк	5,0	0,0	67,5	290
Чернослив	2,3	0,0	65,6	271
Шиповник сушеный	4,0	0,0	60,0	256
Яблоки	3,2	0,0	68,0	284

ГОТОВИМ НА МАНГАЛЕ, НА ГРИЛЕ, В КАЗАНЕ

На природе и на кухне

Пикник — очень широкое и яркое понятие, связанное, конечно, с отдыхом вне стен квартиры или офиса. Он может быть хорошо спланированным мероприятием с расписанным меню и обозначенным местом дислокации компании на берегу водоема или в глубине ближайшего леса. А может быть импровизированной вылазкой двух-трех человек в маленький парк, или на бульвар города, или во двор дома. Но где бы ни происходил пикник, наличие вкусной еды, предназначенной именно для него, обязательно. Итак, блюда-барбекю, на мангале и гриле, в казанке и просто на костре. А также блюда с помощью электроприборов в плохую погоду — все это найдется для вас в нашей книге.

ЭКСМО

ISBN 978-5-699-41682-0

9 785699 416820 >