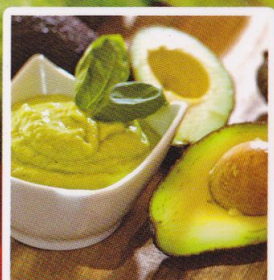
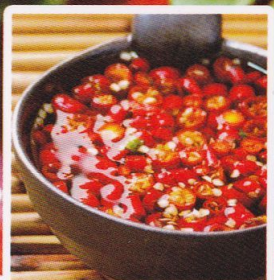
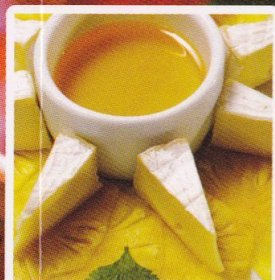
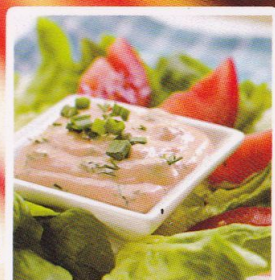




Соусы. Подливы. Приправы. Заправки



**Лучшие
рецепты**





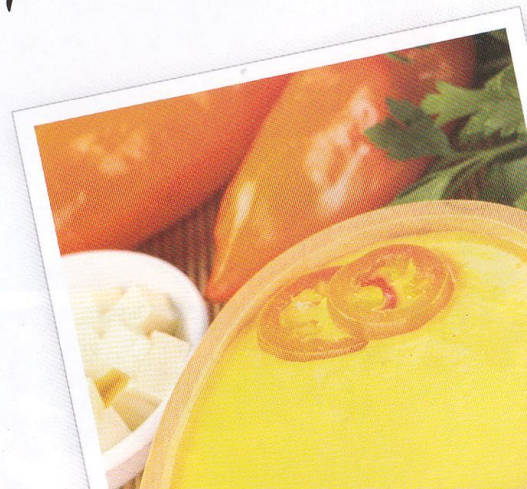
Соусы. Подливы. Приправы. Заправки



Харьков



2013



Томатный соус

Ингредиенты:

- помидоры — 5 шт.;
- чеснок — 3—4 зубчика;
- горький перец — ¼ шт.;
- растительное масло — 3 ст. ложки;
- сахара — ¼ ч. ложки;
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.



Помидоры вымыть и нарезать кубиками. В разогретой с растительным маслом посуде обжарить разрезанные вдоль на 4 части зубчики чеснока.

Когда чеснок зарумянится, удалить его из сковороды вместе с горьким перцем. Выложить в чесночное масло помидоры, посолить, поперчить и тушить на слабом огне, постоянно помешивая, 15—25 минут. В конце приготовления соус досолить, добавить сахар и готовить еще 2—3 минуты.

Помидорную массу протереть через мелкое сито, удалить кожицу и семена.

☞ Чтобы быстро и легко снять кожицу с помидора, нужно подержать его несколько минут в кипятке.

Имбирный соус

Ингредиенты:

- подсолнечное масло — 1 ст. ложка;
- репчатый лук — 1 шт.;
- чеснок (раздавленный) — 1 зубчик;
- имбирь (натертый) — 2 ½ ч. ложки;
- сливы (без косточек) — 300 г;
- вино красное — 170 мл;
- сахар — 1 ст. ложка;
- коньяк — 1 ст. ложка.

Мелко порезать сливы. Подсолнечное масло нагреть в кастрюле, положить измельченный репчатый лук, чеснок и имбирь и пассировать 5—7 минут. Добавить сливы и обжарить 1—2 минуты, постоянно помешивая.

Добавить вино и сахар и медленно нагревать, непрерывно помешивая, до полного растворения сахара. Медленно довести до кипения, затем уменьшить огонь, накрыть крышкой и варить 10—15 минут до тех пор, пока сливы не станут мягкими.

Снять с огня кастрюлю и немного остудить, затем перетереть смесь до однородной массы в блендере. Переложить соус в вымытую кастрюлю и, помешивая, влить коньяк. Непрерывно помешивая, разогреть до горячего состояния.



Соус песто

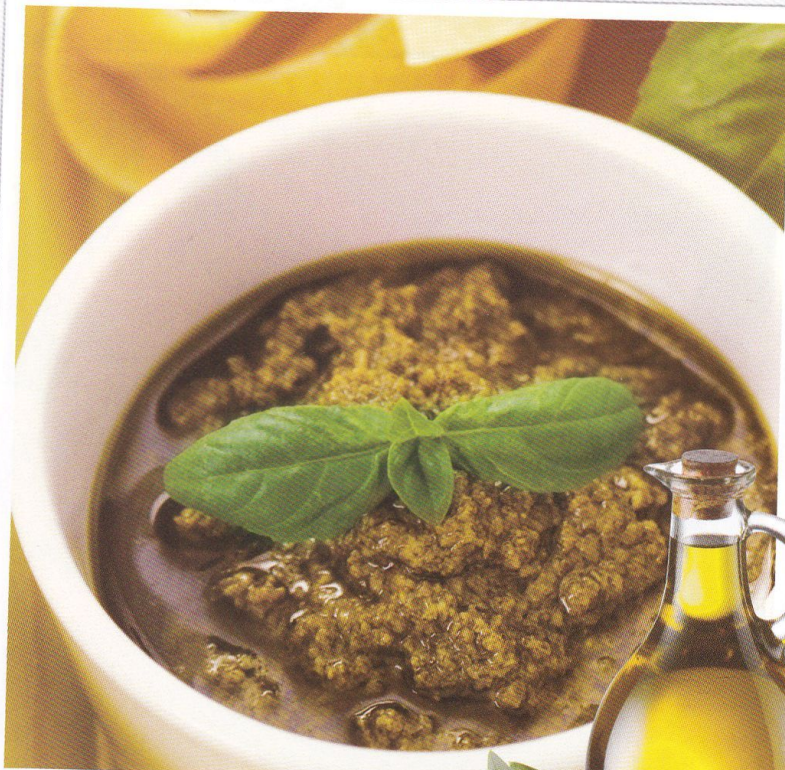
Ингредиенты:

- твердый сыр — 80 г;
- базилик — 2 пучка;
- петрушка — 1 пучок;
- подсолнечные семечки — 2 ст. ложки;
- чеснок — 4 зубчика;
- растительное масло — 120 мл;
- соль — по вкусу.

Листья базилика измельчить с очищенным чесноком и семечками в кухонном комбайне. Добавить соль и сыр. Понемногу разбавить подсолнечным маслом. Если соус получается слишком густым, можно разбавить небольшим количеством воды.

❧ Увядшую зелень можно освежить, положив ее на час в слегка подкисленную уксусом холодную воду.

❧ Если вымытую зелень завернуть в фольгу и положить в морозильную камеру, она будет свежей 2—3 месяца. Причем совершенно не изменит своего запаха и вкуса.



Перуанский соус

Ингредиенты:

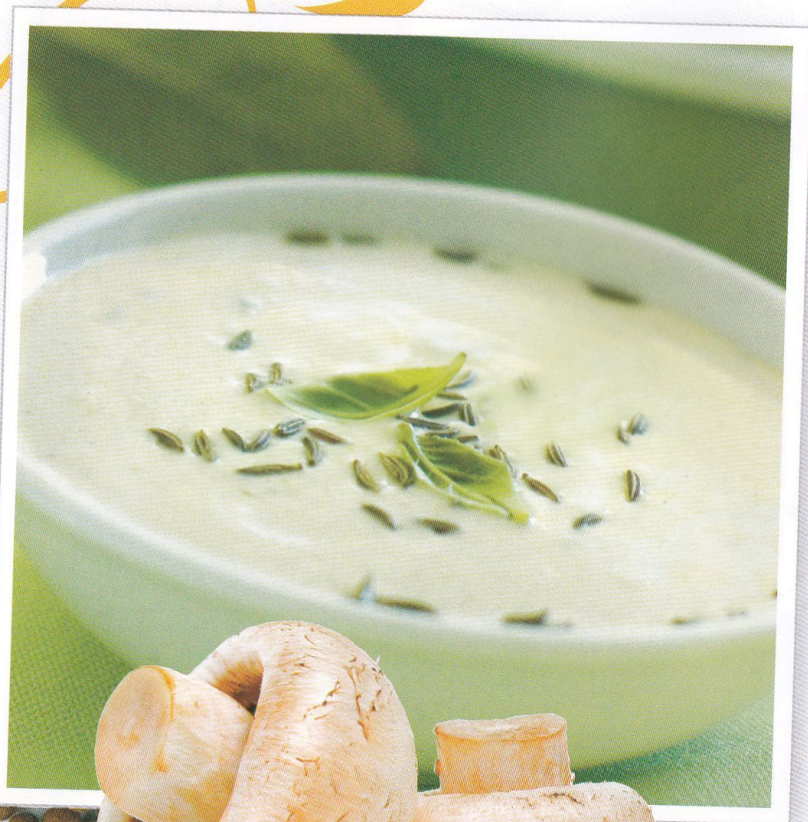
- желтый сладкий перец — 6 шт.;
- репчатый лук — 1 шт.;
- крекеры — 50 г;
- чеснок — 1 зубчик;
- соль — 1 ст. ложка;
- куркума — 1 ст. ложка;
- свежемолотый черный перец — 1 ч. ложка;
- твердый сыр — 250 г;
- сгущенное молоко — 120 г.

Перец помыть, очистить и мелко нарезать. Мелко нарезать репчатый лук и чеснок. В сковороде с небольшим количеством растительного масла, обжарить эти ингредиенты. Добавить куркуму. Дать остыть. Поместить смесь в блендер и добавить сыр, крекер и молоко. Смесь тщательно взбить. Если соус слишком густой, добавить еще немного молока. Добавить соль и перец по вкусу.

☞ Для остроты можно использовать тертый сыр с синей плесенью.



Песто из грибов с рикоттой



Ингредиенты:

- шампиньоны — 350 г;
- грецкие орехи — 40 г;
- чеснок — 2 зубчика;
- петрушка — 5 г;
- растительное масло — 50 мл;
- рикотта — 50 г;
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.

Шампиньоны очистить и мелко порезать. В сковороде разогреть 3 ст. ложки растительного масла и обжарить грибы до полной готовности. Чеснок очистить, убрать сердцевину. Листья петрушки оборвать с веточек. Сложить грибы, листья петрушки, чеснок, оставшееся растительное масло, рикотту, орехи в блендер и перемолоть до пастообразного состояния. Посолить и поперчить по вкусу.

☞ Старым грецким орехам можно вернуть свежесть, если опустить их целиком с кожурой на 5—6 дней в слегка подсоленную воду.

☞ Если сушеные грибы подержать несколько часов в чуть подсоленном молоке, они станут как свежие.

Дип с овощами

Ингредиенты:

- чеснок — 1 головка;
- сметана — 280 г;
- майонез — 250 г;
- сок 1 лимона;
- мелко нарезанный зеленый лук — 30 г;
- мелко нарезанный репчатый лук — 1 ст. ложка;
- петрушка — 10 г;
- картофель — 500 г;
- зеленый салат — 400 г;
- редис — 150 г;
- морковь — 4 шт.

Разогреть духовку. Завернуть головку чеснока в фольгу и запечь в духовке до мягкости. Овощи мелко нарезать. Положить картофель в кастрюлю и отварить до мягкости, слить воду.

Чеснок достать из духовки. Дать остыть, затем выдавить золотистую чесночную массу из шкурок. Положить в миску и взбить деревянной ложкой. Медленно перемешивая, добавить сметану и майонез, лимонный сок, зеленый лук, репчатый лук, петрушку и приправить.

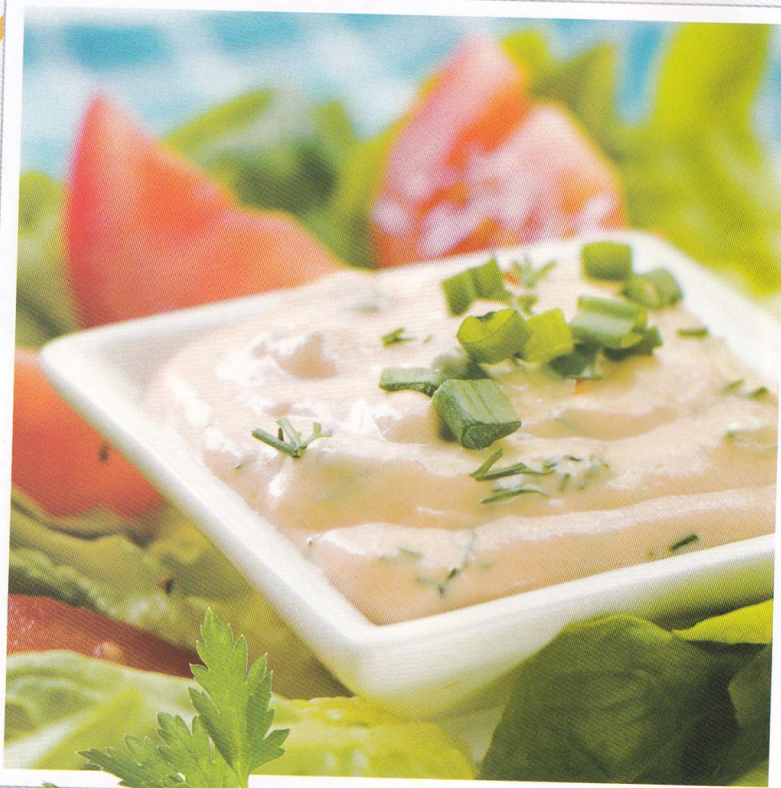
Разложить овощи на блюде. Переложить дип в соусницу и подавать с овощами.



Кавказский соус

Ингредиенты:

- укроп — 2 пучка;
- петрушка — 2 пучка;
- кинза — 1 пучок;
- зеленый лук — 200 г;
- огурец — 3 шт.;
- кетчуп острый — 200 г;
- майонез — 200 г;
- чеснок — 6 зубчиков;
- соль, свежемолотый
черный перец — по вкусу.



Зелень мелко нашинковать, добавить нарезанные мелкими кубиками огурцы. Чеснок натереть на мелкой терке и добавить к зелени. Вылить в зелень кетчуп и майонез. Все хорошо перемешать, посолить, поперчить по вкусу и опять перемешать.

☞ Салат, укроп и зеленый лук дольше не завянут, если держать их в холодной соленой воде.

☞ Увядшую зелень можно освежить, если положить ее на час в холодную воду с добавлением уксуса (1 ст. ложка уксуса на литр воды).

Лютеница болгарская

Ингредиенты:

- перец сладкий — 1 кг;
- помидоры — 700 г;
- перец острый — 4 шт.;
- чеснок — 1 головка;
- петрушка — 1 пучок;
- растительное масло — 100 г;
- соль, свежемолотый
черный перец — по вкусу.

Перец слегка посолить внутри и обжарить до готовности на растительном масле. После остывания удалить кожицу с поверхности сладкого перца. Пропустить перец через мясорубку. Отдельно поджарить на растительном масле помытые и мелко нарезанные помидоры (до полного испарения жидкости). Жареные помидоры перетереть через дуршлаг, до получения пастообразной массы. Смешать перец и помидоры, добавить измельченный через чесночницу чеснок, мелко порезанный острый перец.

От запаха лука и чеснока можно избавиться, если обильно натереть руки солью и вымыть их теплой водой.



Томатный соус с морковью

Ингредиенты:

- растительное масло — 3 ст. ложки;
- тертая морковь — 3 шт.;
- измельченный репчатый лук — 1 шт.;
- измельченный чеснок — 3 зубчика;
- консервированные помидоры — 1 кг;
- лавровый лист — 1—2 шт.;
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.



В большой посуде разогреть растительное масло. Добавить морковь и репчатый лук. Жарить, постоянно помешивая, до мягкости. Добавить чеснок и готовить все вместе 2—3 минуты.

Выложить помидоры в миску и хорошенько размять их. Затем выложить в посуду, где жарились репчатый лук с морковью. Добавить лавровый лист, соль и перец. Разогреть на среднем огне, затем, убавив огонь, тушить соус 25 минут, периодически помешивая. Подавать к макаронам, овощам и т. п.

☞ Два кусочка сахара, добавленных в воду, где варится морковь, улучшат ее вкус.

Соус «Туакамоле»

Ингредиенты:

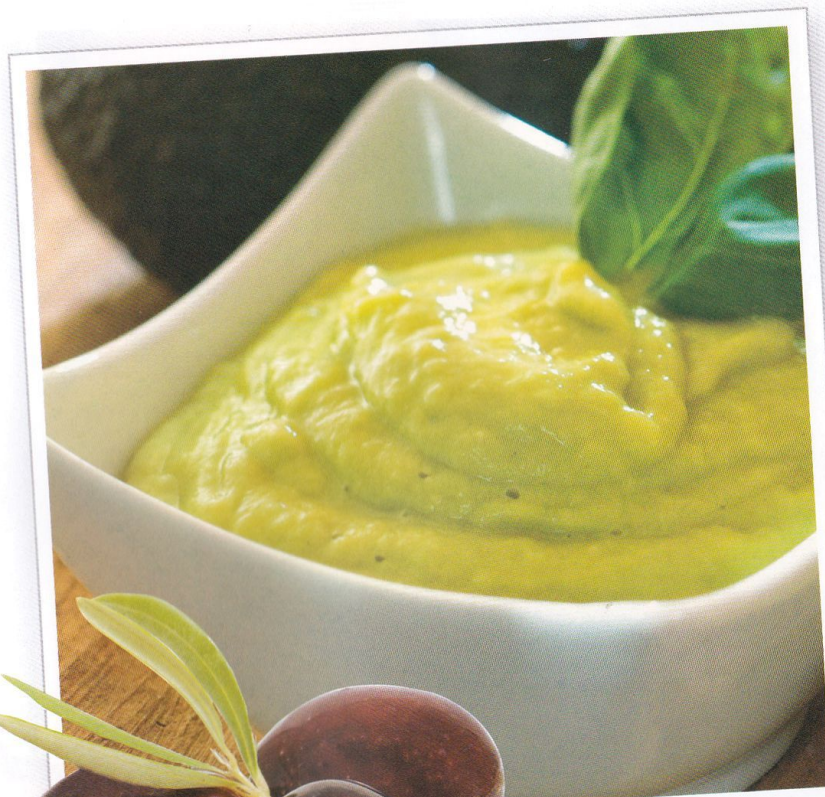
- авокадо — 1 шт.;
- помидоры — 2 шт.;
- репчатый лук — 1 шт.;
- лимон — ½ шт.;
- растительное масло — 1 ч. ложка;
- соль — по вкусу.

Авокадо вымыть, обсушить, разрезать на 2 части и удалить косточку. Ложкой вынуть мякоть из половинок авокадо, оставляя кожуру и сбрызнуть лимонным соком.

Помидоры вымыть. Репчатый лук разрезать на несколько частей. Репчатый лук, помидоры и мякоть авокадо измельчить в блендере до пюреобразного состояния. Готовый соус посолить и заправить соком лимона и растительным маслом.

☞ Для удаления горечи нарезанный лук заливают на 5—10 минут холодной подсоленной водой.

☞ Свежие помидоры дольше сохраняются, если уложить их в один ряд плодоножкой вверх.



Соус с кусочками курицы



Ингредиенты:

- куриное филе — 0,5 кг;
- репчатый лук — 2 шт.;
- чеснок — 2 зубчика;
- мука — 1 ст. ложка;
- сметана — 250 г;
- плавленый сыр — 2 шт.;
- соль, свежемолотый черный перец, зелень — по вкусу.

Куриное филе порезать на тонкие полоски и обжарить до золотистого цвета, выложить в кастрюлю. Спассеровать на растительном масле мелко порезанный репчатый лук, добавить муку, влить сметану и немного воды, дать покипеть и добавить натертый на мелкой терке чеснок. Залить готовой заливкой филе, посолить, поперчить, тушить на медленном огне 15—20 минут. Плавленый сыр мелко нарезать и положить в кастрюлю, дать еще покипеть, пока сыр не расплавится. Снять с плиты и добавить зелень.

Сливочный соус

Ингредиенты:

- мука — 3 ст. ложки;
- растительное масло — 2 ст. ложки;
- молоко — ½ л;
- сахар — 1 ч. ложка;
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.

В кастрюлю положить муку и растительное масло. Варить на среднем огне, постоянно взбивая, в течение 10—15 минут, пока смесь не станет арахисово-коричневого цвета. Смешать молоко, соль, перец и сахар. Постоянно взбивая, довести до кипения. Уменьшить огонь и кипятить на медленном огне в течение 15 минут, постоянно помешивая, пока соус достаточно не загустеет.

❧ Проверить качество сыра можно очень простым способом. Для этого отрежьте от сыра маленький кусочек и смочите его йодом. Если сыр пожелтеет, значит, в нем присутствуют сомнительные добавки, а если получится красный оттенок, значит сыр пригоден к употреблению.



Сальса с помидорами и мятой



Ингредиенты:

- помидоры без кожуры — 500 г;
- лук-шалот — 2 шт.;
- чеснок — 2 зубчика;
- растительное масло — 1 ст. ложка;
- яблочный уксус — 1 ч. ложка;
- мята — 2 ст. ложки;
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.

Все овощи измельчить. Положить помидоры, лук-шалот, чеснок, растительное масло, яблочный уксус и измельченную мяту в посуду и перемешать. Приправить солью и перцем по вкусу. Накрыть посуду крышкой и оставить при комнатной температуре на 30—40 минут, затем подавать на стол.

Соус из острых перцев

Ингредиенты:

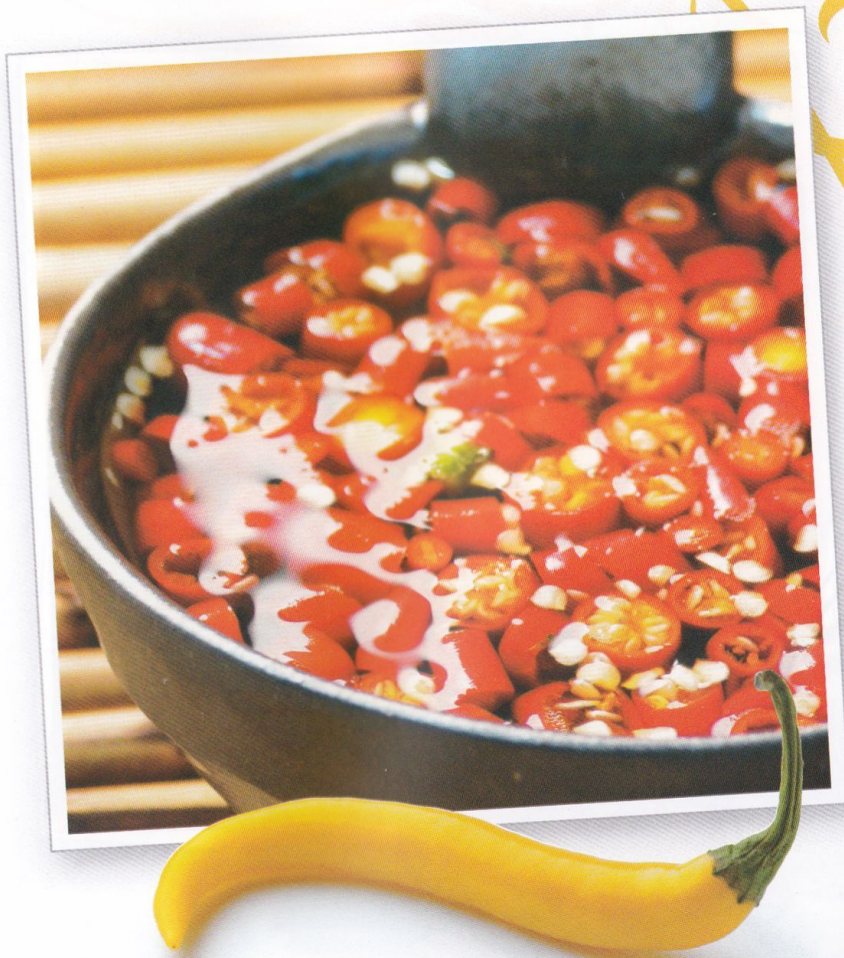
- острый перец — 300 г;
- чеснок — 1 головка;
- соль — 1 ч. ложка;
- сахар — 1 ст. ложка;
- растительное масло — 1 ст. ложка;
- уксус — 2 ст. ложки.

У перца отрезать верхушку, нарезать перец на кусочки и вместе с чесноком измельчить в блендере до пюреобразного состояния. Переложить в кастрюлю.

Добавить соль, сахар, растительное масло и уксус. Поставить на слабый огонь. Варить до закипания, снять с огня и охладить.

☞ Длительная тепловая обработка перца снижает его ароматические свойства и придает блюду излишнюю горечь, поэтому перец добавляйте незадолго до окончания варки.

☞ Перед тем как нарезать перец чили, смажьте руки растительным маслом: так острое перечное масло не впитается в кожу.

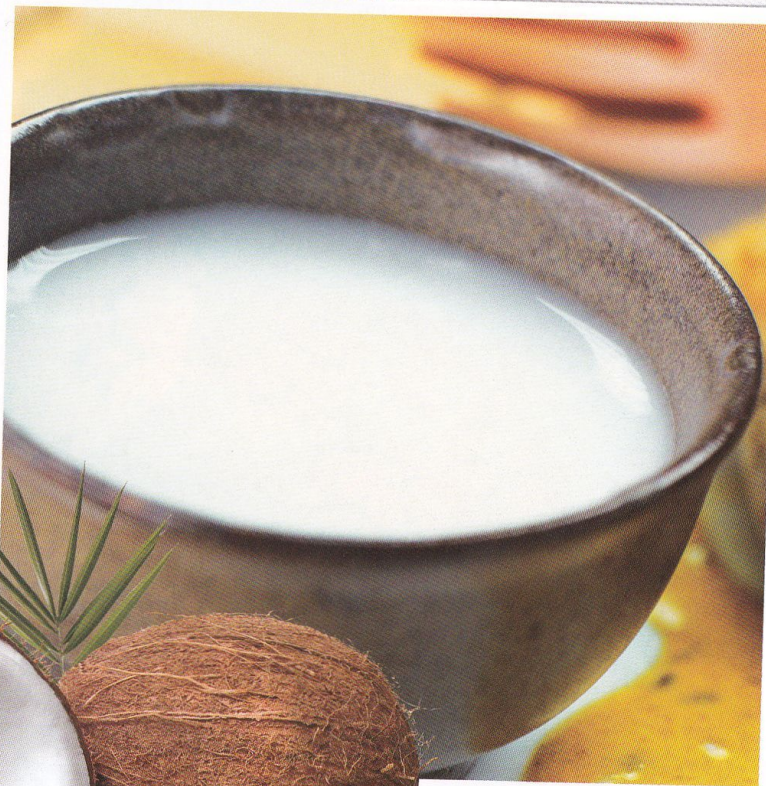


Соус карри с кокосовым молоком

Ингредиенты:

- кокосовое молоко — 300 мл;
- вода — 200 мл;
- соевый соус — 3 ст. ложки;
- сок и тертая цедра — 1 лимона;
- нарезанный репчатый лук — 1 шт.;
- чеснок — 2 зубчика;
- кинза измельченная — 2 ст. ложки;
- куркума — ½ ч. ложки;
- смесь специй (кориандр, тмин, кардамон, черный перец горошком, гвоздика и корица) — ½ ч. ложки;
- растительное масло — 1 ст. ложка.

Разогреть в специальной посуде масло, положить чеснок, лук и пассеровать 5—7 минут. Высыпать в смесь специи и готовить еще 3 минуты. Влить воду, кокосовое молоко, соевый соус и сок лимона. Довести до кипения, убавить огонь и варить до загустения.



Миндальный суп

Ингредиенты:

- пшеничный хлеб — 1 ломтик;
- растительное масло — 2 ст. ложки;
- миндаль цельный — 150 г;
- чеснок — 2 зубчика;
- молотая гвоздика — 1 ч. ложка;
- вино белое — 180 г;
- куриный бульон — 350 мл;
- лимон — 1 шт.

Пшеничный хлеб порезать мелкими кубиками. Нагреть в посуде растительное масло и обжарить миндаль и хлеб до золотистого цвета. Раздавить чеснок и добавить с молотой гвоздикой и вином. Приправить. Кипятить 3—4 минуты. Сложить все в блендер и взбить до однородной пасты с 200 мл бульона. Вернуть в посуду с остальным бульоном. Довести до кипения. Накрывать и кипятить 20 минут, постоянно помешивая.

Лимон разрезать пополам, выдавить и добавить сок. Подавать теплым.



Огуречный соус

Ингредиенты:

- огурцы — 700 г;
- репчатый лук — 50 г;
- йогурт — 120 мл;
- сметана — 100 г;
- измельченные укроп,
кинза, мята,
петрушка, зеленый лук —
3 ст. ложки;
- лимонный сок — 1 ст. ложка;
- соль, свежемолотый
черный перец — по вкусу.



Порезать огурцы на небольшие кубики. Положить их в большое сито, посыпать 1 ч. ложкой соли и оставить на 30—40 минут.

Репчатый лук измельчить, залить холодной водой и оставить на 30 минут.

Переложить огурцы в большую посуду, выжать из них остатки влаги. Слить воду с репчатого лука и добавить его к огурцам. Положить туда же йогурт, сметану и травы. Осторожно перемешать и влить лимонный сок. При необходимости поперчить, посолить.

Поставить в холодильник на 1—1,5 часа перед подачей. Соус хранить в холодильнике.

Хумус с лимоном

Ингредиенты:

- турецкий горох (нут) — 2 банки;
- чеснок — 2 зубчика;
- лимон — 1 шт.;
- растительное масло — 4 ст. ложки;
- черные оливки без косточек — 50 г;
- паприка — 1 ч. ложка.

Нут слить и промыть. Раздавить чеснок, положить в кухонный комбайн к нуту. С лимона снять цедру, выдавить сок и добавить в комбайн. Все измельчить, сбрызгивая растительным маслом, чтобы получилась густая масса. Переложить в миску. Порубить оливки и добавить в смесь вместе с паприкой. Подавать, посыпав паприкой сверху, если хотите.

☞ Чеснок для приправы нужно применять осторожно, так как он перебивает свойственный блюду вкус и запах.

☞ Для овощных соусов в начале варятся овощи и лишь в конце варки в них добавляют специи. При таком порядке соус сохранит свой вкус и получится более ароматным.



Морковный дин



Ингредиенты:

- морковь тертая — 4 стакана;
- нашинкованный репчатый лук — 2 стакана;
- консервированный горошек — 500 г;
- растительное масло — 1 ст. ложка;
- лимонный сок — 2 ст. ложки;
- измельченный чеснок — 3 зубчика;
- кориандр — 1 ч. ложка;
- тмин — ½ ч. ложки;
- соль — ½ ч. ложки.

Духовку разогреть до 180 °С. Морковь и репчатый лук положить в форму для запекания, сбрызнуть растительным маслом и тщательно перемешать. Запекать в духовке 20—30 минут. В кухонном комбайне измельчить смесь моркови с репчатым луком, горох, растительное масло, лимонный сок, чеснок, кориандр, тмин и соль до получения однородной массы.

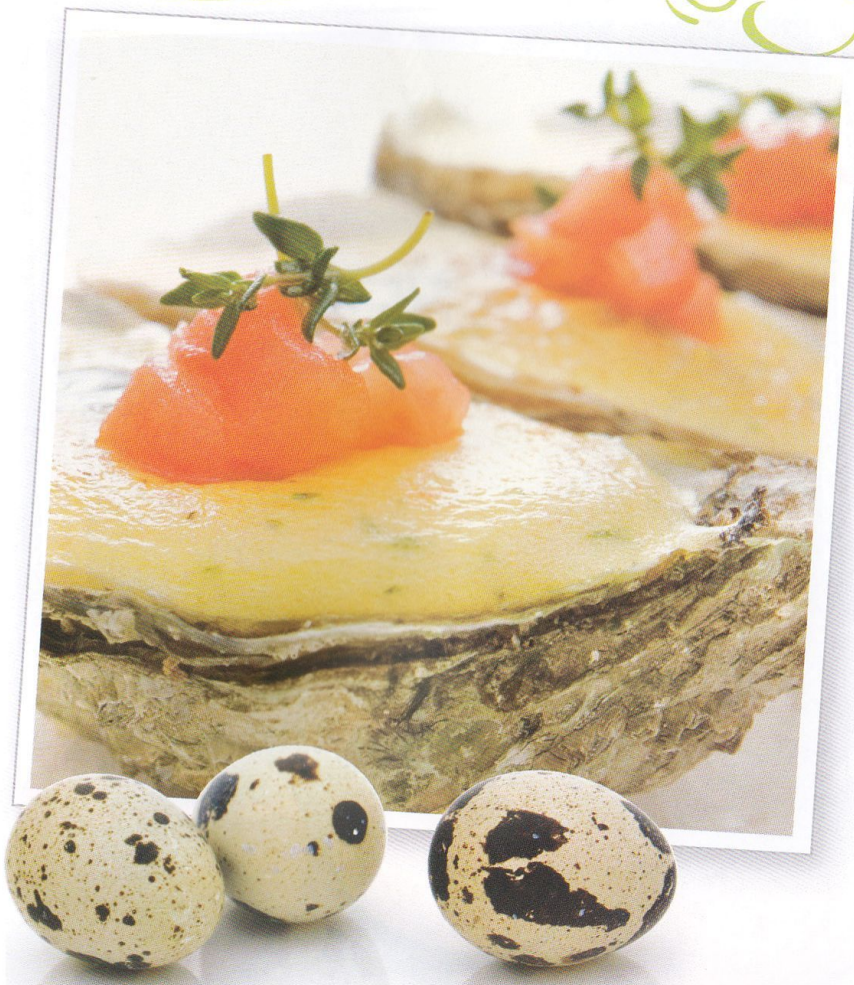
☞ Хранят морковь в прохладном затемненном месте. При солнечном свете в ней частично разрушается каротин.

Соус нормандский

Ингредиенты:

- шампиньоны — 125 г;
- сливочное масло — 50 г;
- устрицы — 10 шт.;
- бульон — 200 г;
- сливки — 5 ст. ложек;
- яичные желтки — 2 шт.;
- молотый перец — 1 щепотка;
- смесь черного молотого перца, гвоздики, тертого мускатного ореха и имбиря — 1 щепотка;
- соль — по вкусу.

Шампиньоны очистить, опустить на несколько минут в кипящую воду. Процедить, воду перелить в кастрюлю с бульоном. Устрицы очистить от раковин. Устрицы и шампиньоны измельчить и сохранить в горячем виде. Жидкость выпарить на $\frac{1}{3}$ на сильном огне. Струйкой вылить на яичные желтки, предварительно смешанные с молотым перцем и смесью приправ, взбить, соединить со сливками, добавить нарезанное мелкими кусочками сливочное масло.



Соус ткемали

Ингредиенты:

- алыча — 1 кг;
- зелень кинза — 2 ст. ложки;
- зелень укропа — 2 ст. ложки;
- чеснок — 3 зубчика;
- сухой красный острый перец — $\frac{1}{4}$ ч. ложки;
- вода — 50 мл;
- соль, сахар — по вкусу.



Алычу вымыть и сложить в кастрюлю. Добавить воду, поставить кастрюлю на огонь, довести до кипения и варить, периодически перемешивая, 8—10 минут.

Затем алычу откинуть на дуршлаг, протереть, отделяя кожицу и косточки.

Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать. Чеснок очистить и пропустить через пресс. Протертую массу из слив снова поставить на огонь, добавить соль, сахар и довести до кипения. Положить зелень, чеснок и перец, прокипятить 1—2 минуты, снимая пену.

☞ Зелень укропа, петрушки, сельдерея хорошо сохраняется несколько дней, если ее положить в полиэтиленовый мешочек и держать внизу холодильника.

Йогуртовый соус

Ингредиенты:

- йогурт — 200 г;
- измельченный чеснок — 2 зубчика;
- уксус — 1 ст. ложка;
- растительное масло — 1 ст. ложка;
- мед — 2 ст. ложки;
- нарезанная петрушка — 2 ст. ложки;
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.

Соединить все ингредиенты и хорошо перемешать до однородной массы. Соус вкуснее, когда немного постоит. Используется как добавка к мясу, овощам или как заправка для салатов.

☞ *Натуральный йогурт в рецептах можно заменить нежирной сметаной.*

☞ *Если вам нужно сохранить зелень (укроп, петрушку) свежей несколько дней, то поместите ее в сухую кастрюлю и плотно закройте крышкой. При этом сама зелень должна быть сухой и чистой. Можно опустить срезанную зелень срезками в холодную воду.*



Лютика с помидорами

Ингредиенты:

- зеленый перец — 1,6 кг;
- помидоры красные — 300 г;
- чеснок — 5—7 зубчиков;
- растительное масло — 70 мл;
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.



Перец испечь, очистить от семян и кожицы и мелко порезать, измельчить в блендере. К полученной пюреобразной массе добавить очищенные от шкурки и порезанные помидоры и хорошенько перетереть. Отдельно потолочь чеснок, добавить в смесь. Посолить смесь по вкусу, добавить растительное масло и хорошо вымешать.

☞ Головки чеснока долго не завянут и сохраняют вкусовые свойства, если хранить их не в традиционной связке, а в емкости или коробке, пересыпав солью грубого помола.

Грибной дин

Ингредиенты:

- шампиньоны — 3 шт.;
- сметана — 2 ст. ложки;
- сливочное масло — 30 г;
- мука — 1 ст. ложка;
- укроп — 2 веточки;
- соль, свежемолотый
черный перец — по вкусу.

Сливочное масло положить в кастрюлю, распотить. Добавить муку, перемешать до однородной массы. Добавить сметану.

Грибы порезать, выложить к сметане. Посолить, добавить порезанный укроп, варить 10—15 минут.

☞ Свежие грибы нельзя хранить более 3 часов. Особенно быстро портятся грибы, собранные в дождливую, сырую погоду. Если нет возможности сразу ими заняться, залейте их холодной подсоленной водой.



Соус из каперсов с крабовым мясом



Ингредиенты:

- крабовое мясо
в собственном соку —
1 банка;
- шампиньоны — 100 г;
- цуккини — 1 шт.;
- каперсы — 150 г;
- сладкий перец — 2 шт.;
- сельдерей — 2 стебля;
- цветная капуста —
1 шт.;
- вода — 150 мл;
- майонез — 250 г;
- мука — 2 ст. ложки;
- репчатый лук — 1 шт.;
- твердый сыр — 50 г.

Обжарить мелко нашинкованный репчатый лук. Добавить майонез, мелко нарезанные каперсы и шампиньоны, крабовое мясо, перец, цуккини, сельдерей, соцветия капусты и тертый сыр. Добавить муку и влить воды. Тщательно перемешать.



Эреческий соус цацки

Ингредиенты:

- йогурт — 1 л;
- огурец — 1 шт.;
- соль — ½ ст. ложки;
- чеснок — 2—3 зубчика;
- белый перец — 1 г;
- резаная мята — 2 ст. ложки;
- петрушки — 30 г;
- растительное масло — 1 ст. ложка.

Огурец очистить и натереть на крупной терке. Посыпать солью и оставить на 15 минут, затем выжать из него весь сок. Перемешать йогурт с огурцом. Приправить чесноком и перцем. Добавить мяту, петрушку и растительное масло. Поставить соус на 1,5 часа в холодильник.

☞ Мучной соус получится без комков, если муку развести в подсоленной воде.

☞ Соус станет вкусней, если заменить часть пшеничной муки картофельной.



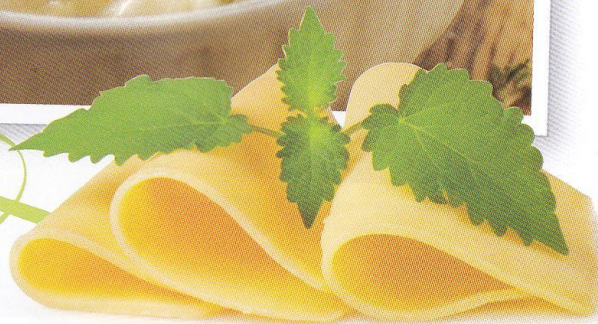
**Ингредиенты:**

- сливочное масло — 3 ст. ложки;
- мука — 3 ст. ложки;
- молоко — 200 мл;
- бульон — 200 мл;
- тертый сыр — 200 г;
- соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.

Растопить в небольшой кастрюле сливочное масло, растворить в нем муку. Постоянно помешивая, аккуратно влить молоко и бульон, добавить соль и перец по вкусу. Продолжая помешивать, добавить в соус сыр и мешать до его полного растворения. Сразу же снять с огня.

☞ Сыр дольше останется свежим, если хранить его в посуде, куда нужно положить один кусочек сахара.

☞ Терку, на которой вы собираетесь тереть сыр, нужно слегка смазать растительным маслом. Сыр не будет склеиваться, а терка легче отмоется.



Соус со шпинатом

Ингредиенты:

- шпинат — 225 г;
- сливочное масло — 30 г;
- измельченный репчатый лук — 1 шт.;
- раздавленный чеснок — 1 зубчик;
- овощной бульон — 100 мл;
- лавровый лист — 2 шт.;
- тимьян — 1 стебель;
- сливки 30% — 5 ст. ложек;
- соль, мускатный орех, свежемолотый черный перец — по вкусу.

Шпинат тщательно промыть, удалить толстые стебли. Нарезать крупными кусками. Растопить в кастрюле сливочное масло, положить репчатый лук и пассеровать 5—7 минут. Добавить чеснок и обжаривать еще в течение минуты.

Добавить шпинат, бульон, лавровый лист и тимьян. Довести до кипения, затем уменьшить огонь, накрыть крышкой и варить на слабом огне 10—15 минут периодически помешивая. Снять кастрюлю с огня, дать ей немного остыть, затем удалить из смеси лавровый лист и тимьян. Смешать массу с помощью блендера в однородное пюре.

Перелить соус обратно в кастрюлю и, помешивая, добавить в него сливки. Медленно помешивая, нагреть, пока соус не станет горячим. Приправить мускатным орехом, солью и перцем по вкусу.



Мятный соус



Ингредиенты:

- мята — 1 пучок;
- кипяток — 4 ст. ложки;
- яблочный уксус — 4 ст. ложки;
- сахар — 1 ст. ложка;
- соль — по вкусу.

Оборвать со стеблей листья мяты, мелко порезать и посыпать солью. Положить в посуду, добавить сахар и залить кипятком, перемешать и дать остыть. Добавить уксус. Добавить еще воды или уксуса и приправить по вкусу, если нужно.

❧ Мускатный орех можно заменить майораном, чесноком, душистым перцем, красным или черным молотым перцем, лавровым листом, сливки — молоком.

❧ Режьте свежие травы вроде лука, базилика и мяты ножницами, не ножом, так как весь аромат остается на доске.

Соевый соус

Ингредиенты:

- соевые бобы — 120 г;
- сливочное масло — 2 ст. ложки;
- осветленный куриный бульон — 50 мл;
- мука — 1 ст. ложка;
- соль — по вкусу.

Отварить сою. Процедить, переложить в посуду и растолочь. Добавить остальные ингредиенты, тщательно перемешать, поставить на плиту и довести до кипения.

☞ Бульон для приготовления соуса не солят.

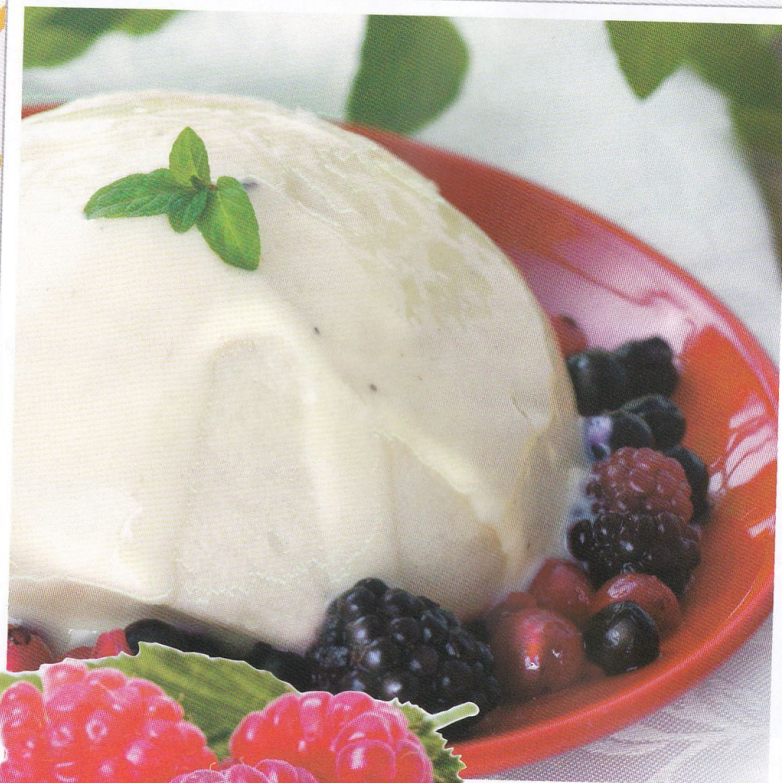
☞ Если вы покупаете готовый соус. Возьмите бутылку с соусом и посмотрите ее на свету. Если соус произведен из натуральных компонентов, его цвет будет светло-коричневым. Если же цвет продукта варьируется от темно-коричневого до черного — перед вами синтетический продукт.



Ванильный соус

Ингредиенты:

- яичный желток — 2 шт.;
- сахар — 100 г;
- крахмал — 1 ст. ложка;
- молоко — 100 мл;
- сливки 33% — 150 г;
- ванилин — 1 пакетик.



Желтки взбить с сахаром и ванилином, добавить крахмал и сливки, растереть. Вскипятить молоко и, постоянно помешивая, влить тонкой струйкой в желтково-сливочную смесь. Подавать соус к горячие блинчикам или любой другой выпечке.

❧ Если молоко скисает быстрее, чем заканчивается, добавьте в упаковку щепотку соли сразу после того, как вы ее откроете. Так оно дольше не скиснет.

❧ Растирать желтки и белки можно только в эмалированной, фарфоровой, фаянсовой или глиняной посуде.

❧ Не рекомендуется вливать крахмал в бурно кипящую жидкость. Разведенный крахмал следует быстро вливать в кипящий раствор не в середину кастрюли, а ближе к стенке — в противном случае кисель получится неоднородным.

Яблочный соус

Ингредиенты:

- яблоки — 0,5 кг;
- изюм — 3 ч. ложки;
- соль — 0,5 ч. ложки;
- черный молотый перец — 0,5 ч. ложки;
- острый перец — 0,5 ч. ложки;
- корица — 0,5 ч. ложки;
- имбирь — 0,5 ч. ложки;
- сливки (10%) — 5 ст. ложек.

Предварительно запарить изюм. Очищенные от кожуры и сердцевин яблоки порезать и протушить в небольшом количестве воды. Взбить блендером до состояния пюре. Добавить распаренный изюм, соль, перец, сливки и пряности по вкусу. Немного прогреть. Соус подают к мясу как в холодном, так и в горячем виде.

☞ Яблочная кожура снимется легко, если перед очисткой опустить яблоки в холодную воду.

☞ Вы, наверное, слышали, что яблоки лучше хранить отдельно от других фруктов и овощей, потому что они выделяют газ, который ускоряет созревание. Но этот же газ иногда может быть очень полезным. Долька яблока за одну ночь размягчит затвердевший коричневый сахар.



Апельсиновый соус

Ингредиенты:

- сливочное масло — 50 г;
- сахар — 50 г;
- апельсин — 1 шт.

Сливочное масло растопить на сковороде, добавить сахар и уварить до тех пор, пока сахар не растворится. Цедру апельсина мелко нарезать соломкой, добавить к массе и в конце влить сок апельсина. Варить до полного загустения соуса.

❧ Если в рецепте написано, что в блюдо надо добавить цедру цитрусовых, это значит, что вам нужно добавить лишь внешнюю окрашенную часть кожуры, а не белую внутреннюю, которая может испортить вкус вашего блюда. Именно внешняя часть кожуры содержит все ароматические масла цитрусовых и добавит «изюминку» вашему блюду.

❧ Чтобы получить из цитрусовых побольше сока, перед тем как выжать, положите фрукт на 5 минут в горячую воду.



Медовый соус с апельсиновым соком

Ингредиенты:

- яичный желток — 3 шт.;
- мед — 100 г;
- молоко — 500 г;
- сок апельсиновый — 200 г.

Яичные желтки растереть с медом, ввести охлажденный апельсиновый сок, тщательно размешать, добавить прокипяченное холодное молоко.

☞ Чтобы выжать сок из апельсина до последней капли, возьмите фрукт и покатайте его по твердой поверхности, с силой надавливая на него ладонью. Надавливайте так сильно, как только сможете. Катайте так несколько минут. Затем просто разрежьте его пополам и выжмите. Вы увидите, что получите таким способом сока в несколько раз больше.



Шоколадный соус



Ингредиенты:

- молоко — 100 мл;
- вода — 150 мл;
- сахар — 100 г;
- крахмал кукурузный — 1 ст. ложка;
- какао — 30 г;
- черный шоколад 72% — 100 г.

Смешать сахар с какао и развести холодной водой. Поставить на небольшой огонь и довести до кипения. Тем временем размешать в молоке крахмал. Тонкой струйкой влить в горячий сироп. Варить, постоянно помешивая, до полного загустения.

В конце положить натертый шоколад и размешать до полного растворения. Подавать охлажденным.

☞ *Натуральный шоколад содержит какао-масло и в нем не должно быть и намека на другой кондитерский жир — пальмовое, соевое или подсолнечное масла.*

Карамельный соус

Ингредиенты:

- сахар — 200 г;
- вода — 100 г;
- сливочное масло — 100 г;
- сливки (33%) — 100 мл.

Нагреть, постоянно помешивая, сахар с водой в глубокой посуде до полного растворения сахара. Как только сахар закипит и станет золотистого цвета, добавить сливочное масло и снова прогреть. Как только масло растворится, убрать кастрюлю с огня и медленно добавить сливки, постоянно помешивая до тех пор, пока соус не станет однообразным. Вылить в соусницу и оставить остывать при комнатной температуре.

❗ Нельзя нагревать соус, заправленный сливочным маслом, так как это разрушит нестойкую эмульсию масла с другими продуктами соуса.

❗ Карамельный соус хранится продолжительное время под крышкой в холодильнике.



Мексиканский карамельный соус



Ингредиенты:

- сахар — 200 г;
- сливочное масло — 100 г;
- сливки (30%) — 130 г;
- соль — 1 ч. ложка.

Сахар всыпать в посуду с толстым дном и нагревать на медленном огне до полного растворения. Как только сахар достигнет темно-коричневого цвета, снять с огня и добавить сливочное масло. Перемешивать до тех пор, пока масло полностью не растворится в сахаре. Затем влить сливки и взбить. Добавить половину соли. Полностью охладить соус и добавить оставшуюся соль. Хранить в холодильнике.



Домашняя «Нутелла»

Ингредиенты:

- мука — 2 ст. ложки;
- молоко — 0,5 л;
- сахар — 5 ст. ложек;
- ванилин — 20 г;
- яичные желтки — 2 шт.

Муку развести холодным молоком. Добавить взбитые желтки и взбить полученную смесь. Влить молоко, всыпать сахар, поставить на умеренный огонь и мешать венчиком до загустения. Затем снять с огня, добавить ванилин и остудить.

☞ Яичные желтки можно сохранить, положив их в банку с водой и поставив банку в холодильник.

☞ Желтки с сахаром легче растираются слегка подогретыми.

☞ Если вам нужен белок, то его можно извлечь из яйца, проткнув его толстой иглой с двух сторон и выдув белок. Желток при этом останется в скорлупе.





Соус из красного вина

Ингредиенты:

- сливочное масло — 25 г;
- измельченный
лук-шалот — 3 шт.;
- чеснок — 1 маленький зубчик;
- мука — 2 ст. ложки;
- сахар — 2 ч. ложки;
- красное вино — 300 мл;
- тимьян — 1 ч. ложка;
- соль, розмарин,
свежемолотый черный перец —
по вкусу.

Растопить масло в маленькой посуде, добавить лук-шалот, раздавленный чеснок и пассеровать на медленном огне до тех пор, пока лук не станет мягким.

Добавить муку и сахар и варить, помешивая, 1—2 минуты. Снять кастрюлю с огня и постепенно разбавить ее содержимое вином.

Снова поставить посуду на огонь и медленно довести смесь до кипения, непрерывно помешивая, пока соус не загустеет. Кипятить на слабом огне 3—4 минуты.

Добавить тимьян, розмарин и приправить по вкусу.

Соус из черешни с красным вином

Ингредиенты:

- красное вино — 300 мл;
- сахар — 100 г;
- корица — 1 палочка;
- перец — ¼ ч. ложки;
- цедра лимона — 1 шт.;
- цедра апельсина — 1 шт.;
- черешня — 500 г.

Цедру апельсина и лимона натереть на терке. Вино вскипятить в кастрюле с сахаром, цедрой и пряностями. Уменьшить огонь и кипятить около 15 минут. Выключить огонь, добавить черешню без косточек и накрыть крышкой. Дать остыть, периодически помешивая. Налить соус в стеклянную банку или герметичный контейнер. Поставить в холодильник.

❗ Если ваш соус случайно подгорел, перелейте его в чистую кастрюлю и готовьте дальше. Добавьте немного сахара, следя за тем, чтобы не пересластить соус. Сахар уберет запах горелого.

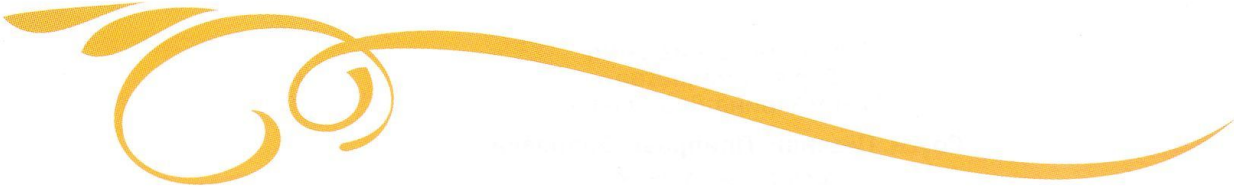
❗ Остатки вина можно заморозить в формочке для льда, а потом добавлять в супы и соусы.





Содержание

Томатный соус	2
Имбирный соус	3
Соус песто	4
Перуанский соус.....	5
Песто из грибов с рикоттой	6
Дип с овощами	7
Кавказский соус.....	8
Лютеница болгарская	9
Томатный соус с морковью	10
Соус «Гуакамоле»	11
Соус с кусочками курицы.....	12
Сливочный соус.....	13
Сальса с помидорами и мятой.....	14
Соус из острых перцев	15
Соус карри с кокосовым молоком	16
Миндальный дип	17
Огуречный соус	18
Хумус с лимоном.....	19
Морковный дип	20



Соус нормандский	21
Соус ткемали	22
Йогуртовый соус.....	23
Лютика с помидорами.....	24
Грибной дип.....	25
Соус из каперсов с крабовым мясом.....	26
Греческий соус цацики.....	27
Сырный дип	28
Соус со шпинатом	29
Мятный соус	30
Соевый соус	31
Ванильный соус.....	32
Яблочный соус.....	33
Апельсиновый соус	34
Медовый соус с апельсиновым соком	35
Шоколадный соус	36
Карамельный соус	37
Мексиканский карамельный соус	38
Домашняя «Нутелла»	39
Соус из красного вина.....	40
Соус из черешни с красным вином	41

Практичне видання
Серія «Смачного»
САНІНА Ірина Леонідівна
Соуси. Підливи. Приправи. Заправки
(Російською мовою)

Випускаючий редактор *Кратенко Л.О.*
Художній редактор *Кандиба О.С.*
Макет *Кривошей С.О.*
Верстка *Роголева Д. С.*
Коректор *Охріменко Н.Ф.*
Дизайн обкладинки *Кривошей С.О.*

Підписано до друку 10.08.2012 р.
Формат 90х70/16. Папір крейдований. Гарнітура Calibri. Друк офсетний.
Ум. друк. арк. 3,22. Тираж 5000. Зам. № 658.

Видано за ліцензією ТОВ «Видавництво “Аргумент Принт”»
Свідоцтво ДК 3771 від 28.04.2010.

З питань придбання книг ТОВ «Видавництво “Аргумент Принт”»
звертайтеся за телефонами: (057) 7-149-173, 7-149-358, 7-149-386
або надсилайте листи на адресу: 61005, м. Харків, пл. Повстання, 7/8

E-mail: zakaz@argprint.com.ua
<http://www.argprint.com.ua>
<http://www.knigap.com>

Віддруковано з готового оригінал-макету у ТОВ «Перша експериментальна друкарня»
61001, м. Харків, вул. Маршала Конєва, 21, (057)759-99-60,
www.exp-print.com.ua

Саніна І. Л.
С 18 Соуси. Підливи. Приправи. Заправки. — Х.: Аргумент Принт, 2013. — 44 с. — (Смачного).
ISBN 978-617-594-396-0
ISBN 978-617-570-459-2 (серія)

Найзвичайнішу страву можна перетворити на делікатес за допомогою соусів, підлив і заправок, запропонованих у цій книзі. Гострі й ароматні, до м'яса і других страв — будь-яка господиня зможе знайти тут страву, що стане фірмовою на її святковому або щоденному столі. Не бійтеся експериментувати і готуйте із задоволенням!

УДК 641.5
ББК 36.997

Серия «Приятного аппетита»

Соусы, подливы, приправы, заправки — завершающие штрихи, которые помогают сделать кулинарный шедевр даже из простого рецепта. Они способны преобразить блюдо, дополнить его, помочь раскрыться вкусу и аромату. Вооружившись рецептами, собранными в этой книге, Вы научитесь грамотно использовать приправы и готовить отличные соусы, подливы и заправки для любого блюда.



ISBN 978-617-594-396-0



9 786175 943960

