

Лучшие рецепты Самых вкусных фаршированных БЛЮД


*для праздников и
на каждый день*



ФАРШИРОВАННЫЕ



овощи и грибы
хлеб и макаронные изделия
рыба и морепродукты
мясо и субпродукты
фрукты и ягоды



ББК 36.997
К56

Ковалева С. В.

К56 Лучшие рецепты самых вкусных фаршированных блюд. — Донецк: ООО «ПКФ «БАО», 2012. — 304 с.

ISBN 978-966-481-668-4

История кулинарии насчитывает много тысячелетий. За это время было придумано огромное количество разнообразных способов кулинарной обработки продуктов: варка, запекание, жарка, тушение, маринование, соление. Но, пожалуй, самым изысканным и интересным способом является фарширование. Фаршированные блюда можно встретить в кулинарии многих народов. Особой популярностью они во все времена пользовались во Франции, где само понятие поварского искусства нередко ассоциировалось с умением нафаршировать любой продукт. В нашей стране фаршированные блюда были популярны еще в XVII веке. В настоящее время во всех национальных кухнях фаршированные блюда являются неотъемлемой частью банкетного меню.

В книге собраны лучшие рецепты фаршированных блюд. Адресовано широкому кругу читателей.

ББК 36.997

Все права на книгу находятся под охраной издательства.

Ни одна часть данного издания, включая название и художественное оформление, не может перерабатываться, переиздаваться, ксерокопироваться, репродуцироваться или множиться каким-либо иным способом.

- © С. В. Ковалева
- © Е. В. Зарби-Гальчук, художественное оформление
- © А. Н. Далбуз, дизайн обложки
- © ООО «ПКФ «БАО», подготовка к печати, 2012

ISBN 978-966-481-668-4

ВВЕДЕНИЕ

История кулинарии насчитывает много тысячелетий. За это время были придуманы разные способы и приемы приготовления пищи: варка, запекание, жарка, тушение, маринование, соление... Но, пожалуй, самым изысканным и интересным способом является фарширование.

Фарширование может быть полным, когда используют только внешнюю оболочку продукта, например только кожу птицы или рыбы, а для начинки — мясной или рыбный фарш, смешанный с другими ингредиентами. Также фарширование может быть частичным, когда оно не предполагает пронизывания продукта на всю глубину. Так, например, частично фаршированными могут считаться рулеты, зразы.

Фаршированные блюда можно встретить в кулинарии у многих народов. Все знают американскую фаршированную индейку, рыбу фаршированную по-еврейски, сладкий перец фаршированный по-венгерски. Особой популярностью фаршированные блюда во все времена пользовались во Франции. Здесь само понятие поварского искусства нередко ассоциировалось с умением нафаршировать любой продукт. Французские кулинары поражали и поражают всех своими шедеврами. В России фаршированные блюда были популярны еще в семнадцатом веке. Русский термин, соответствующий фаршированию, — чинение. В старинных поварских книгах нередко можно встретить рецепты чиненной птицы или рыбы.

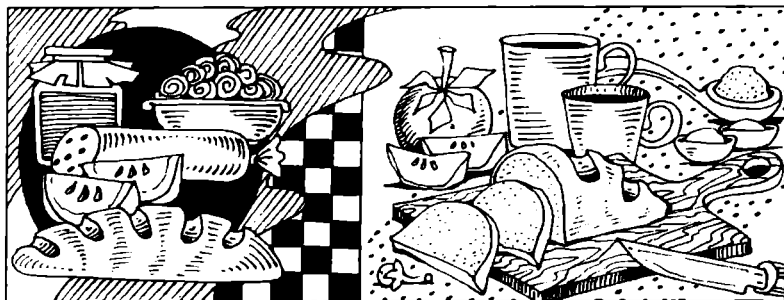
В настоящее время во всех национальных кухнях фаршированные блюда ассоциируются с праздником и торжеством.

Фаршированные поросята, гуси, перепела являются неотъемлемой частью банкетного меню.

Фаршированные блюда чаще всего тушатся, запекаются или готовятся без термической обработки, поэтому они не только вкусны, но и полезны. Фарширование дает нам возможность сочетать разные продукты, сохраняя при этом максимальное количество питательных веществ и витаминов.

В этой книге собраны лучшие рецепты фаршированных блюд, которые украсят ваш стол в праздники и в будни. Здесь каждый сможет найти рецепт на свой вкус: фаршированные овощи и фрукты (картофель, помидоры, баклажаны, сладкий перец, яблоки, груши, персики, абрикосы и т. д.), мясо (говядина и телятина, свинина и баранина, птица, дичь), рыба (щука, судак, форель, карп, лещ, сельдь и т. д.), крабовые палочки, кальмары, яйца, хлеб, макаронные изделия.

Многие из предлагаемых блюд достаточно просты в приготовлении, поэтому их без труда приготовит даже начинающий кулинар.



ФАРШИРОВАННЫЙ ХЛЕБ

ФАРШИРОВАННЫЙ БЕЛЫЙ ХЛЕБ

1 батон белого хлеба, 0,5 стакана сливок, 100 г шпика, 1 луковица, 500 г мясного фарша или вареной колбасы, 1 яйцо, 100 г томата-пюре, 200 г грибов, 100 г тертого сыра, помидоры, огурцы, зелень, соль, молотый перец, 2 ст. ложки сливочного масла.

С батона срезать верхнюю корку, вынуть мякиш так, чтобы остался слой хлеба толщиной в 2 пальца. Половину вынутого мякиша залить сливками и томатом-пюре. Шпик мелко нарезать, обжарить, добавить нарезанные грибы, лук, мясной фарш, молотую или рубленую колбасу и жарить все вместе. Размоченный хлеб смешать с обжаренными продуктами, добавить яйцо, соль, перец и мелко нарезанную зелень.

Массу перемешать, заполнить ею батон, поместить его на противень, сбрызнуть растопленным маслом и запекать в духовке 30 мин.

Вынуть хлеб, посыпать тертым сыром и снова поставить в духовку: запекать до тех пор, пока сыр не расплавится. Фаршированный хлеб подать на стол горячим. Украсить ломтиками огурца, помидора и красным перцем.



ФАРШИРОВАННЫЙ ПОДОВЫЙ ХЛЕБ

1 буханка ржаного подового хлеба, 6 ст. ложек майонеза, 1 зубок чеснока, 200 г ветчины, 150 г сливочного сыра, 100 г сливочного масла, 50 г рубленых ядер грецких орехов, 2 ст. ложки рубленой зелени укропа, 6–8 листьев салата.

Срезать с хлеба «крышечку». Вынуть мякиш, оставив края и дно толщиной около 2 см. Смешать майонез с растертым чесноком и обмазать хлеб изнутри. Ветчину нарезать соломкой, соединить с сыром, маслом, орехами и укропом.

Выстелить хлеб изнутри листьями салата, выложить на них подготовленную начинку, накрыть срезанной «крышечкой». Выдержать в холодильнике 1 ч.

При подаче разрезать на порции и украсить зеленью.

БАТОН СО СМЕШАННОЙ НАЧИНКОЙ

I вариант

1 батон, 200 г ветчины, 100 г копченого языка, 100 г колбасы, 100 г бараньего жира, 6 шпрот, 100 г сыра, 100 г сливочного масла, 2 вареных яйца.

Батон разрезать вдоль на две половинки, вынуть мякиш. Мякиш натереть на терке, соединить с измельченными на мясорубке ветчиной, языком, колбасой, бараньим жиром, шпротами, яйцами, добавить тертый сыр и размягченное сливочное масло. Вымешать и этой массой начинить половинки батона, соединить их, завернуть в плотную бумагу и оставить в холодильнике на несколько часов.

Перед употреблением нарезать тонкими ломтиками.

II вариант

1 батон, 150 г сливочного масла, 50 г острого сыра, 50 г ветчины или жаркого, 100 г сырокопченой колбасы, 1–2 ст. ложки толченых орехов, 2 яйца, 4–5 очищенных килек, зелень, перец, соль.

Батон разрезать вдоль, выскоблить длинным ножом, чтобы оставалась ровная корка толщиной 1 см. Масло взбить, сме-



шать с тертым сыром и кубиками мясных изделий, рубленой килькой, толчеными орехами, мякишем и рубленой зеленью, размельченными яйцами, сваренными вкрутую, добавить соли или килечного рассола. Батон начинить полученной смесью, плотно сжать обе половинки, завернуть в целлофан или пергамент и держать до следующего дня в холодном месте.

Нарезать тонкими ломтиками перед подачей.

ФАРШИРОВАННЫЙ РЖАНОЙ ХЛЕБЕЦ

1 ржаной хлебец, 150 г нежирной ветчины, 100 г копченого языка, 50 г сыра, 2 вареных яйца, 1–2 небольших маринованных или соленых огурца, мелко нарезанная зелень, молотый черный или красный перец, мускатный орех, 1–2 ст. ложки кетчупа, тертый хрен, 125 г сливочного масла.

Нарезать мелкими кубиками ветчину, копченый язык, сыр, яйца, огурцы. Хорошо растереть до мягкости сливочное масло, добавив зелень, перец, мускатный орех, кетчуп и хрен. Соединить нарезанные продукты с маслом и хорошо размешать. Разрезать вдоль пополам ржаной хлебец и вынуть мякиш из обеих половинок, сохранив равномерный внешний слой толщиной около 1 см. Подготовленные таким способом половинки хлеба плотно нафаршировать приготовленной смесью и соединить. Завернуть хлеб в салфетку и выдержать на холоде в течение 2–3 ч.

БАТОН, ФАРШИРОВАННЫЙ КОЛБАСОЙ И КРЫЖОВНИКОМ

1 батон, 150 г сливочного масла, 2–3 ст. ложки томатной пасты, 1 ст. ложка натертого лука, 2 ч. ложки острого соуса, 200 г полукопченой колбасы, 1 небольшой соленый огурец, перец, соль, крыжовник.

Батон разрезать вдоль, вынуть мякиш, чтобы осталась ровная корка толщиной около 1 см. Масло взбить, добавить томатную пасту, лук, соус, нарезанные мелкими кубиками колбасу, огурец, мякиш и целые ягоды крыжовника. Начинку положить в выскобленный батон, плотно прижать и сложить обе



половины. Плотно завернуть батон в целлофан, пленку или пергамент и выдержать 3–4 ч в холодном месте.

Нарезать тонкими ломтиками непосредственно перед подачей на стол.

БАТОН, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ ДИЧИ

1 батон, 250 г отварного мяса дичи, 1 пучок петрушки, растительное или сливочное масло для жаренья, 1 стакан очищенного, мелко нарубленного и поджаренного миндаля, 3–4 ст. ложки мелко нарубленной зелени (петрушка, мята, эстрагон, купырь, укроп), сок $\frac{1}{2}$ лимона, 3–4 ст. ложки куриного бульона, 1 стакан соуса, оставшегося от жаренья, соль и перец.

Мясо нарезать кубиками и обжарить в растительном или сливочном масле. Батон разрезать вдоль и удалить мякиш. Мякиш раскрошить, смешать с миндалем, мелко нарубленной зеленью и жареным мясом. Затем добавить сок половины лимона, 1 ст. ложку куриного бульона и соус, оставшийся от жаренья. Приправить солью и перцем. Полученной массой наполнить половинку батона. Затем накрыть верхней частью и полить соусом от жаренья и бульоном.

Посыпать мелко нарезанной петрушкой.

БАТОН, ФАРШИРОВАННЫЙ СОСИСКАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ

1 батон, 175 г масла, $1\frac{1}{2}$ ст. ложки тертого хрена, 2 ч. ложки лимонного сока, 1 маринованный или соленый огурец, 100 г укропа или зелени петрушки, соль, 4 сосиски, перец.

Батон разрезать вдоль на две половины, выскоблить, чтобы осталась корка толщиной в 1 см. Масло взбить, частью его смазать края батона. Оставшееся масло смешать с тертым хреном, рубленым огурцом, зеленью укропа или петрушки и с мякишем. Начинку разделить на две части и вложить в обе выскобленные половинки батона. С сосисок снять оболочку, уложить их на начинку и сложить обе половинки батона. Батон плотно завернуть в целлофан или пергамент и держать в холодном ме-



сте до следующего дня. Непосредственно перед подачей нарезать тонкими ломтиками.

БАТОН, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

*1 батон, 200 г грибов, 1 ст. ложка сливочного масла,
1 головка репчатого лука, соль, черный молотый перец,
зелень петрушки или укропа.*

Из черствого батона вынуть мякиш так, чтобы не повредить корочку. Свежие грибы перебрать, очистить, промыть, мелко нарезать, протушить с маслом и луком, охладить, пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, добавив соль, перец, зелень. Вместо свежих можно использовать соленые грибы. В этом случае грибы обжарить в растительном масле, смешать с пассерованным луком, заправить перцем и зеленью. Освобожденный от мякиша батон начинить подготовленным фаршем и запечь в духовке. Батон можно подать как горячим, так и холодным, нарезав красивыми ломтиками.

БАТОН, ФАРШИРОВАННЫЙ СВИНЫМ ФАРШЕМ И ГРИБАМИ

1 батон, 500 г свиного фарша, 100 г шпика, 1 яйцо, 200 г свежих или 20 г сушеных грибов, $\frac{3}{4}$ стакана сливок, 4 ст. ложки томатной пасты, 100 г сыра, 2 ст. ложки сливочного масла, зелень петрушки, черный молотый перец и соль по вкусу.

С батона срезать корку, вынуть мякиш так, чтобы остался слой толщиной 3 см. Половину вынутого мякиша залить сливками, смешанными с томатной пастой. Шпик мелко нарезать и обжарить. Мелко нарезанные грибы, лук, мясной фарш обжарить вместе.

Размоченный мякиш смешать с обжаренными продуктами, вбить яйцо, положить измельченную зелень, посолить и поперчить. Все перемешать и полученной массой заполнить батон. Затем поместить его в форму, сбрызнуть растопленным маслом и посыпать тертым сыром. Запекать в аэрогриле 20 мин при температуре 180 °С.



БАТОН, ФАРШИРОВАННЫЙ КАПУСТНЫМ САЛАТОМ

1 батон, 1 стакан сметаны, 300 г свежей капусты, 1 луковица или 50 г зеленого лука, 1 ч. ложка горчицы, соль, 1 банка мясных консервов, 1–2 помидора или стручка перца, салат или зелень.

В батоне сделать продольный надрез, не повредив его нижней корки, или срезать верхнюю корку в виде крышки; выскоблить углубление, намазать сметаной. Капусту натереть или нашинковать и размять до мягкости, лук натереть. Сметану заправить горчицей и солью, смешать с капустой и луком. Батон начинить салатом, сверху уложить размельченные мясные консервы. Украсить свежими или консервированными помидорами и стручковым перцем, салатом или зеленью.

БУЛОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРАМИ

4 булочки (по 50 г каждая), 2 средних помидора, 1 луковица, 3 ст. ложки растительного масла, соль.

Булочки разрезать так, чтобы верхняя часть была меньше нижней. Из нижней части вынуть мякиш, наполнить фаршем, накрыть верхушкой булочки, смазать маслом, поместить на противень и запечь в духовке в течение 10–15 мин.

Приготовление фарша. Мелко нарезать лук, спассеровать на растительном масле, добавить очищенные от кожицы нарезанные помидоры, посолить и потушить 5 мин, затем смешать с размоченным в воде мякишем.



ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦА

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМ МЯСОМ

6 яиц, 1 луковица, 30 г сливочного масла, 200 г отварного мяса, соль, перец, майонез, 1 небольшая вареная морковь.

Сваренные вкрутую яйца разрезать вдоль на две части, вынуть желтки и растереть их. Репчатый лук мелко нарезать и поджарить на сливочном масле до золотистого цвета, смешать с желтками, добавить соль и перец по вкусу.

Мелко нарезать отварное куриное мясо и смешать с луком и желтками. Полученной массой заполнить половинки яиц, сверху слегка смазать майонезом и украсить отварной морковью, нарезанной мелкими кубиками.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ

6 яиц, 300 г ветчины, 1 ст. ложка рубленой зелени, 150 г зеленого салата, 1 банка майонеза, 2–3 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка горчицы, 50 г сыра, 1 ч. ложка желатина, перец и соль по вкусу.



Сварить яйца вкрутую, остудить, разрезать на половинки, вынуть желток, низ белка срезать.

Ветчину пропустить через мясорубку, растереть с желтками, сметаной и тертым сыром, добавить горчицу, зелень, а также перец и соль по вкусу. Массой наполнить половинки белков так, чтобы получилась форма целого яйца.

Листья зеленого салата тонко нарезать и на них разложить яйца, покрытые майонезом, смешанным с желатином, растворенным в $\frac{1}{4}$ стакана воды.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ

*4 яйца, 350 г гусиной печенки, 50 г сливочного масла,
100 г зеленого салата, соль.*

Яйца отварить вкрутую, разрезать вдоль на две половины. Желтки вынуть, протереть сквозь сито, растереть вместе с припущенной гусиной печенкой. Добавить сливочное масло и посолить. Все хорошо перемешать. Наполнить фаршем половинки яиц и уложить на листья салата.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННОЙ ГОРБУШЕЙ

4 яйца, 150 г консервированной в масле горбуши, 1 яблоко, 50 г мякиша белого хлеба, 1 луковица, уксус, зелень, соль, перец.

Яйца сварить вкрутую, разрезать вдоль на половинки и отделить желтки. В жидкости от рыбных консервов замочить хлеб. Яблоко очистить и удалить сердцевину. Подготовленные продукты пропустить через мясорубку с луком и рыбой, заправить солью, перцем, уксусом и хорошо вымешать. Этой массой наполнить половинки белка, украсить зеленью.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ КРАСНОЙ ИКРОЙ

5 яиц, 4 ст. ложки консервированной красной икры, 2 ст. ложки вареного риса, $\frac{1}{2}$ головки репчатого лука, 2 ст. ложки густых сливок.



Яйца сварить вкрутую, очистить, разрезать каждое пополам и осторожно вынуть желток. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать или натереть на мелкой терке. Желтки размять вилкой. В эмалированной или стеклянной посуде смешать вареный рис, измельченный репчатый лук, яичный желток и сливки. Нафаршировать этой смесью половинки яиц, а сверху горкой выложить красную икру.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ПЕЧЕНЬЮ ТРЕСКИ

10 яиц, 250 г консервированной печени трески, майонез, соль.

Сваренные яйца разрезать пополам. Аккуратно отделить белки от желтков. Желтки размять и смешать с печенью и маслом из печени трески, добавить немного майонеза. Заправить белки полученной смесью. Украсить зеленью.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ КРИЛЯ

4 вареных яйца, 130 г мяса криля, 1 ст. ложка рубленой зелени укропа, 1 ст. ложка натертого сыра, 1 лимон, 1 помидор, 1 ст. ложка майонеза.

Яйца разрезать на две половинки. Желтки растереть, соединить с мясом криля, натертым сыром, зеленью и перемешать. Полученную массу заправить соком лимона и майонезом. Нафаршировать половинки яичных белков. Перед подачей уложить фаршированные яйца на листья зеленого салата, оформить нарезанными дольками помидора и зеленью.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ СЕЛЬДЬЮ

3 яйца, 60 г соленой сельди, 20 г майонеза, 10 г петрушки, черный молотый перец по вкусу.

Яйца сварить вкрутую. У одних яиц срезать с боков белок и разрезать их пополам (получатся «лодочки»); у других — срезать концы и разрезать их поперек на две части (получатся «чашечки»); у третьих — срезать тупой конец, яйцо поставить на срезанную часть и вверху с обеих сторон вырезать под прямым углом две дольки, оставив нетронутой полоску белка с желт-



ком шириной 7–8 мм (яйцо будет напоминать корзиночку с ручкой). Из всех яиц осторожно вынуть желток.

Очищенное и мелко нарубленное филе сельди, а также желток протереть сквозь сито, переложить в кастрюлю с майонезом, все тщательно перемешать до получения однородной пюреобразной массы и заправить перцем по вкусу.

Подготовленные яйца наполнить горкой фаршем, сверху сделать сеточку из майонеза, в центре положить маленький «букетик» мелко нарубленной зелени петрушки.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ КРЕВЕТКАМИ

500 г креветок, 4 яйца, 1 ст. ложка сливочного масла, свежие овощи, зелень петрушки, соль по вкусу.

Сваренные вкрутую яйца разрезать вдоль. Вынуть желтки и растереть их со сливочным маслом, посолить и соединить с мясом очищенных вареных креветок, нарезанных кружочками. Готовой массой нафаршировать половинки яиц, сверху украсить шейками креветок и зеленью петрушки.

Подавать на тарелке со свежими овощами.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ОЛИВКАМИ И КОПЧЕНОЙ РЫБОЙ

2 вареных яйца, 10 оливок, 50 г копченой рыбы, 1 ст. ложка майонеза.

Оливки измельчить в блендере. Копченую рыбу очень мелко нарезать. Яйца разрезать вдоль пополам и вынуть желтки. Желтки растереть и смешать с оливками, рыбой и майонезом. Полученным фаршем заполнить половинки белков.

Сверху можно украсить тоненькими брусочками копченой рыбы.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

6 яиц, 100 г сливочного масла, 4 ст. ложки сметаны, 250 г сыра, соль, перец, зеленый салат.

Сваренные вкрутую яйца разрезать пополам поперек, вынуть желтки, растереть их со сливочным маслом, добавить тер-



тый сыр. В полученную массу постепенно ввести сметану, растереть до получения пышной массы. Посолить и поперчить по вкусу.

У половинок белков срезать со дна закругленную часть, чтобы они стали устойчивыми. Плоскую тарелку застелить листьями зеленого салата, поставить на них половинки белков и заполнить сырной начинкой, выдавив ее из кондитерского мешочка.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ КУКУРУЗОЙ И КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ

5 яиц, 100 г консервированной кукурузы, 4 крабовые палочки, майонез, соль, зелень.

Яйца разрезать вдоль, осторожно вынуть желтки и размять их вилкой в миске. Мелко нарезать крабовые палочки, смешать с желтками, добавить кукурузу. Перемешать, добавить майонез. По вкусу добавить соль. Перемешать до однородной массы. Выложить массу в половинки яиц и украсить веточками зелени.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

6 яиц, 60 г ядер грецких орехов, 2–3 веточки кинзы, укропа, 1 ч. ложка аджики, 1 ст. ложка орехового масла.

Яйца отварить вкрутую. Желтки размять, а затем перемешать с измельченными орехами, маслом, аджикой, мелко рубленной зеленью. Тщательно вымешанную массу выложить в половинки белков.

Украсить зеленью.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ШПИНАТОМ И ЩАВЕЛЕМ, СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ

12 яиц, 600 г шпината, 200 г щавеля, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны (молока, сливок), 3 ч. ложки муки, 3 ч. ложки натертого сыра, 3 ч. ложки сливочного масла, соль, панировочные сухари.



Отварить вкрутую яйца, очистить, разрезать пополам в длину. Вынуть желтки, протереть их. Сварить шпинат и щавель, протереть, добавить к желткам, посолить, влить столовую ложку растительного масла, перемешать. Нафаршировать белки, положить на лист, смазанный маслом и посыпанный сухарями, посыпать сыром, сбрызнуть маслом, дать постепенно подрумяниться в духовке.

Вскипятить стакан отвара шпината и щавеля, влить в него тонкой струйкой, постоянно помешивая, сметану, соединенную с мукой. Когда закипит и загустеет, влить в оставшуюся начинку, прогреть, не кипятя, выложить на блюдо, сверху положить запеченные яйца.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛУКОМ

4 яйца, 1 луковица, растительное масло, 100 г сметаны, 1 ч. ложка горчицы, соль, зелень.

Яйца сварить вкрутую, разрезать вдоль пополам и из каждой половины вынуть желток. Спассеровать мелко нарезанный лук на растительном масле, добавить часть сметаны, горчицу, соль и все тщательно перемешать. Подготовленную массу положить в кондитерский мешочек и наполнить каждую половину яйца. Вокруг яиц положить протертый сквозь сито желток.

Яйца украсить кольцами лука, зеленью и полить сметаной.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛИСИЧКАМИ

6 яиц, 150 г лисичек, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка майонеза, 1 луковица, 1 ч. ложка горчицы, соль, перец.

Грибы перебрать, почистить и промыть в проточной воде. Подготовленные грибы мелко нарезать и потушить в масле с нашинкованным луком. Посолить и поперчить. Сварить яйца вкрутую, охладить и очистить. Обрезать яйца с тупого конца и вынуть желтки. Белки нафаршировать тушеными грибами. Желтки тщательно растереть с горчицей и майонезом. Выложить на тарелку ровным слоем, сверху выложить фаршированные яйца.



Верхние концы надрезать и в разрезы вставить по небольшой веточке петрушки или укропа.

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛУКОМ И МОРКОВЬЮ

4 вареных яйца, 1 луковица, 1 морковь, 2 ст. ложки рубленой зелени, 4 ст. ложки томатного сока, $\frac{1}{4}$ ч. ложки натертого мускатного ореха, соль по вкусу.

Яйца разрезать вдоль пополам, вынуть желток. Лук мелко нарубить, морковь натереть на мелкой терке. Соединить желток с луком, морковью, зеленью, мускатным орехом, томатным соком, посолить. Полученной массой наполнить половинки белков.

При подаче оформить зеленью.

ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ

100 г говядины, 2 яйца, 60 г молока, 1 ч. ложка сливочного масла, щепотка соли.

Мясо вымыть, освободить от сухожилий и отварить в небольшом объеме воды. Пропустить вареное мясо через мясорубку с мелкой решеткой или измельчить в кухонном комбайне. Яйца разбить в миску, развести молоком и хорошенько взбить венчиком. Одну треть яично-молочной смеси вылить в смазанную маслом форму и варить на пару до загустения. Еще треть смеси смешать с мясным фаршем, выложить на приготовленный омлет и отварить все вместе на пару до загустения. Вылить оставшуюся треть яично-молочной смеси на омлет и также довести теперь уже третий слой блюда до загустения. Перед подачей омлет немного посолить.

ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦА В СЛОЕНОМ ТЕСТЕ

500 г слоеного теста, 2 булочки, 100 г сливочного масла, 200 г молока, 12 яиц, горчица, петрушка, соль, перец.

Сварить вкрутую яйца (варить не менее 10 мин), опустить их в холодную воду, очистить от скорлупы и разрезать поперек



на две части. Вынуть желтки и протереть их сквозь частое сито вместе с булочками, предварительно намоченными в молоке. Смешать полученную массу с маслом, солью, перцем, рубленой петрушкой и небольшим количеством горчицы. Наполнить ею пустые половинки яиц, приложить их одну к другой, чтобы придать им первоначальный вид целого яйца. Осторожно раскатать слоеное тесто на доске, разрезать его на двенадцать одинаковых квадратов и намазать яичным желтком. На каждый из этих квадратов положить яйцо и соединить углы теста в центре таким образом, чтобы яйцо было совершенно покрыто тестом, и затем «запечатать» эти пакетики кружочком теста, обмазать яйцом и испечь в горячей духовке.

ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПЛАВЛЕНЫМ СЫРОМ И КОЛБАСОЙ

3 яйца, 20 г масла, 250 г майонеза, 100 г копченой колбасы, 2 плавленых сырка, 1 зубок чеснока, 1 помидор, 1 пучок зелени, маслины.

Яйца взбить с одной столовой ложкой майонеза. На сковороду положить небольшой кусочек масла, вылить яйца и поджарить омлет с одной стороны. Выложить на доску, остудить. Плавленые сырки натереть на крупной терке, смешать с майонезом и добавить раздавленный чеснок. Этой массой намазать омлет толстым слоем. Ближе к краю уложить тонко нарезанную брусочками колбасу. На колбасу положить зелень. Завернуть рулетом, затем завернуть в целлофан, положить в холодильник на 1 час. Охлажденный рулет нарезать и украсить маслинами и дольками помидора.

ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПОМИДОРАМИ

Для омлета: 8 яиц, 4 ст. ложки минеральной воды, 2 ст. ложки сливочного масла, соль, перец.

Для начинки: 3 помидора, 2 зубка чеснока, 1 луковица, оливковое масло, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Оливковое масло подогреть в сковороде, лук нарезать и обжарить. Добавить чеснок, соль, перец, нарезанные кружками



помидоры и держать на слабом огне до тех пор, пока помидоры не станут мягкими. Положить нарезанную петрушку. Приготовить омлет, выложить на него томатную смесь. Омлет сложить вдвое. Подавать к столу на подогретой тарелке.

ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫМ ГОРОШКОМ

100 г зеленого горошка, 8 яиц, 100 г молока, 1 ст. ложка сливочного масла, соль.

Зеленый горошек нагреть до кипения, отвар слить. Горошек заправить маслом. Яйца слегка взбить с молоком, посолить, вылить на разогретую с жиром сковороду. Помешивая, жарить до тех пор, пока масса не загустеет. На середину омлета положить подготовленный зеленый горошек. Закрыть его омлетом с двух сторон, придав форму пирожка.

ОМЛЕТ СО ШПИНАТОМ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

500 г шпината, 1 пучок зелени петрушки, 4 яйца, 1 стакан мелко нарезанных грибов, 1 ст. ложка сливочного масла, соль, перец.

Перебрать и промыть шпинат. Сварить подготовленный шпинат в подсоленной воде, затем отжать и мелко нарубить. Взбить яйца. Прибавить шпинат, мелко нарубленную зелень петрушки, соль по вкусу и немного черного перца. Смесь слегка размешать и вылить на горячую большую сковороду с растопленным сливочным маслом. Омлет поджарить с двух сторон

Отдельно припустить в масле мелко нарезанные грибы, посолить их по вкусу и посыпать черным перцем. Приготовленный фарш положить на омлет, сложить его вдвое и подать горячим, слегка посыпав мелко нарезанной петрушкой.

ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫМ ТУНЦОМ

6 яиц, 2 ст. ложки сливочного масла, 200 г консервированного тунца, соль, черный молотый перец.



Взбить яйца, подсолить, поджарить на горячей сковороде с маслом. Размять вилкой рыбу, положить на середину зажаренного с двух сторон омлета. Готовый омлет поперчить, затем сложить вдвое. Подать с горячим гарниром.

ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ

Для омлета: 6 яиц, 1 стакан молока, 2 ст. ложки муки, соль, перец, 3 ст. ложки подсолнечного масла.

Для начинки: 300 г крабовых палочек, 100 г тертого сыра, зелень петрушки, 1 ст. ложка майонеза, 1 ст. ложка кетчупа.

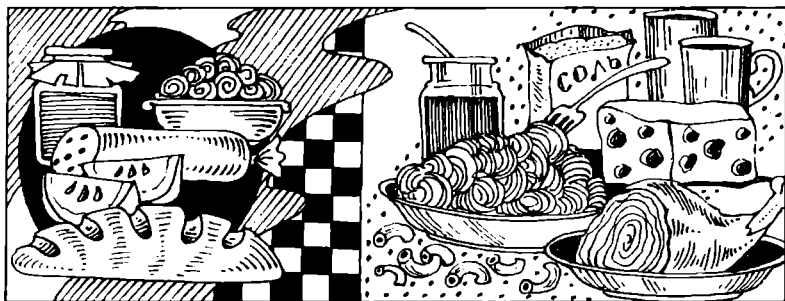
Яйца взбить с молоком, мукой, солью и перцем. Противень смазать маслом и вылить омлетную массу. Запекать 15 мин при температуре 200 °С. В это время нарезать крабовые палочки и зелень, смешать с сыром, майонезом и кетчупом. Готовый омлет нарезать на порции и в каждую завернуть начинку.

ОМЛЕТ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПОЧКАМИ

3 яйца, 50 г молока, 50 г почек, сливочное масло, красный соус с вином, соль, перец.

Почки телячьи, свиные или бараньи очистить от пленки, разрезать по длине на половинки, затем каждую половинку нарезать тонкими ломтиками, посыпать солью, перцем и жарить до готовности. К жареным почкам добавить красный соус с вином и нагреть до кипения.

Приготовленную яичную массу вылить на горячую сковороду с маслом и, помешивая, жарить до тех пор, пока масса не станет густой. Затем на середину сковороды поверх массы положить почки, закрыть с двух сторон омлетом, приподняв при помощи тонкого ножа края и придав омлету форму пирожка. Откинуть его швом вниз на тарелку или овальное блюдо, смазать кусочком сливочного масла и тотчас же подать на стол.



ФАРШИРОВАННЫЕ МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ

РАКУШКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВИНИНОЙ

400 г крупных ракушек, 400 г свинины, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки томатной пасты, 200 г сыра, 3 ст. ложки растительного масла, соль, черный молотый перец.

Ракушки отварить в подсоленной воде почти до готовности. Они должны быть слегка твердыми внутри (варить в зависимости от сорта макаронных изделий 5–10 мин после закипания). Мясо пропустить через мясорубку. Лук очистить и измельчить. На сковороду вылить растительное масло, на небольшом огне обжарить лук до того момента пока он не станет прозрачным. В эту же сковороду к луку выложить мясной фарш, посолить, поперчить и жарить, переворачивая, на среднем огне около 7–10 мин. В фарш добавить томатную пасту и сливочное масло. Все перемешать. Сыр натереть на мелкой терке.

В каждую отварную ракушку положить по 1 ст. ложке фарша и присыпать сверху сыром. Фаршированные ракушки выложить на противень, налить немного воды (ровно столько,



чтобы вода полностью закрыла дно противня) и поставить в духовку на средний огонь. Запекать в духовке до полного расплавления сыра.

РАКУШКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВИНИНОЙ И ГРИБАМИ

*400 г крупных ракушек, 200 г свинины, 300 г грибов,
1 зубок чеснока, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст.
ложки сметаны, 1 яйцо, 100 г сыра, соль, черный молотый перец.*

Сварить ракушки до полуготовности, откинуть на дуршлаг и обсушить. В сковороде разогреть масло, всыпать выдавленный чеснок, пожарить его 1 мин, добавить грибы и 1 ст. ложку сметаны. Подготовить фарш, добавить в него соль. После того как грибы будут готовы, всыпать фарш. В эту массу положить немного сливочного масла. Слегка остудить фарш с грибами, добавить яйцо, тщательно перемешать.

Нафаршировать получившейся смесью готовые ракушки. Выложить ракушки в форму для запекания. Налить немного воды. Через 10 мин смазать сметаной и посыпать сыром.

Готовить еще 15 мин.

РАКУШКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ И АНАНАСАМИ

400 г крупных ракушек, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, 400 г квашеной капусты, 1 банка ананасов, 4 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 250 г молока, 150 г бульона, 150 г тертого сыра, соль, перец.

Лук мелко нарубить и обжарить в растительном масле. Добавить квашеную капусту и тушить 15 мин. Отварить макароны-ракушки в 4 л подсоленной воды и откинуть на дуршлаг. Консервированные ананасы слить, собрав отдельно сок. Ананасы нарезать кусочками и подмешать к капусте. Приправить сметаной, солью и перцем. Нагреть духовку до 220 °С. Заполнить ракушки капустной начинкой. Уложить их в смазанную маслом форму для запекания. Распустить сливочное масло,



обжарить в нем муку. Влить молоко, бульон, ананасовый сок и варить 5 мин. Добавить сыр. Соус посолить и поперчить, вылить на макароны и 10 мин запекать в духовке.

РАКУШКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРАБОВЫМ МЯСОМ

300 г крупных ракушек, 1 луковица, 1 упаковка крабового мяса, растительное масло, 70 г сыра, соль, перец, зелень укропа.

Отварить почти до готовности ракушки. Слить и охладить. Крабовое мясо натереть на терке, Обжарить на растительном масле лук, добавить крабовое мясо, 5 мин обжарить все вместе, помешивая, посолить, поперчить. Противень смазать маслом.

Наполнить массой ракушки и выложить на противень, сверху посыпать каждую ракушку тертым сыром, поставить в хорошо разогретую духовку до полного расплавления сыра.

РАКУШКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ И КУРЯТИНОЙ

16 крупных ракушек, 250 г творога, 1 отварная куриная грудка, 4 ст. ложки натертого пармезана.

Для соуса: 100 г сливок, 2 ст. ложки сливочного масла, 60 г натертого пармезана, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки и базилика.

Сварить ракушки, как сказано на упаковке, они должны быть немного твердоваты. В блендере или в комбайне взбить творог до однородной массы без крупинок, добавить немного бульона, еще раз взбить до однородной массы. Куриную грудку разделить на волокна, затем нарезать ножом, чтобы волокна не были слишком длинными. Смешать творожную массу с курятиной и пармезаном.

Ракушки выложить в смазанную маслом форму, начинить творожной смесью. В небольшой кастрюльке довести до кипения масло и сливки, всыпать тертый пармезан (оставить 3 ст. ложки). Мешать, пока сыр не растает, добавить зелень и снять с огня. Полить ракушки соусом, накрыть форму сверху фоль-



гой и поставить в разогретую до 170 °С духовку на 25 мин. Снять фольгу, посыпать ракушки оставшимся сыром, запекать еще 5–10 мин, пока сыр полностью не растает.

ФАРШИРОВАННЫЕ РАКУШКИ В ПЕРСИКОВОМ СОУСЕ

*20 крупных ракушек, 150 г пшенной крупы, 1 луковица,
150 г шампиньонов, 500 г персикового сока, зелень, рас-
тительное масло, соль, черный молотый перец.*

Сварить пшенную кашу. В кастрюлю налить воду, посолить и довести до кипения. Пшено хорошо промыть и положить в кипящую воду. Варить на слабом огне, пока пшено не вберет в себя всю воду и загустеет. После этого кастрюлю с кашей можно укутать теплым полотенцем и оставить на 1–1,5 ч. Лук очистить и мелко нарезать. Шампиньоны вымыть и нарезать небольшими кубиками. На разогретой с растительным маслом сковороде обжарить лук до мягкости 2–3 мин. Положить грибы и жарить, помешивая, 10 мин. Посолить и поперчить. Соединить грибы с пшенной кашей, добавить рубленую зелень, досолить по вкусу и хорошо перемешать.

В большом количестве кипящей подсоленной воды варить ракушки до полуготовности 6 мин. Откинуть ракушки на дуршлаг и дать жидкости стечь. Ракушки немного остудить и нафаршировать пшенной кашей. Фаршированные ракушки выложить в смазанную маслом форму для запекания и залить персиковым соком так, чтобы сок покрывал ракушки на $\frac{1}{3}$. Форму можно накрыть фольгой, чтобы края ракушек не сохли. Запекать 20 мин в нагретой до 180 °С духовке. Персиковый сок должен немного увариться и загустеть.

При подаче ракушки посыпать зеленью и полить получившимся персиковым соусом.

РАКУШКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМИ ПОТРОШКАМИ

400 г крупных ракушек, 400 г куриных потрохов (сердце, желудок, печенка), 70 г сметаны, 1 яйцо, 30 г сливоч-



ного масла, 100 г кетчупа, 1 головка репчатого лука, 30 г сыра, соль, перец.

Куриные потроха вместе с луком пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и развести водой, чтобы получилась эластичная масса. Для соуса смешать сметану, яйцо, кетчуп, хорошо взбить.

Сварить ракушки в большом количестве подсоленной воды так, чтобы они были слегка твердыми внутри, слить воду и слегка охладить. Нафаршировать измельченной массой, выложить в смазанную небольшим количеством масла сковороду, полить соусом. Сверху разложить кубики масла, посыпать тертым сыром и запекать в духовке 20–30 мин при температуре 200 °С.

ФАРШИРОВАННЫЕ РАКУШКИ С ТОМАТНО-СМЕТАННЫМ СОУСОМ

200 г крупных ракушек, 300 г смешанного мясного фарша, 1 головка лука, 1 зубок чеснока, 1 яйцо, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки тертого сыра, 1 ч. ложка сушеного тимьяна, красный молотый перец, соль.

Для соуса: 2 стручка сладкого перца, 8 ст. ложек сметаны, 4 ст. ложки томатной пасты, черный молотый перец, соль.

Лук и чеснок мелко нарубить, смешать с мясным фаршем, добавить яйцо, сливки, 1 ст. ложку сыра, тимьян, соль, перец, взбить. Ракушки сварить в большом количестве подсоленной воды, откинуть на дуршлаг, затем наполнить мясным фаршем. Сладкий перец без семян запечь до готовности и протереть сквозь сито. Добавить томат, сметану, соль и молотый перец.

В форму, смазанную половиной нормы масла, налить половину соуса, уложить фаршированные ракушки и полить оставшимся соусом. Сверху разложить кусочки оставшегося масла, посыпать сыром и запекать 30 мин при температуре 200 °С.

РОЖКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МОРЕПРОДУКТАМИ

25–30 больших рожков, 1 пачка смеси морепродуктов, 1 ст. ложка мелко нарезанного зеленого сладкого перца,



1 ст. ложка мелко нарезанного лука, 3 ст. ложки маргарина, 1 ч. ложка трав (орегано, базилик, чабер), 1 яйцо, 2 стакана сливок, 150 г майонеза, 2 ст. ложки муки, 100 г тертого острого сыра, соль, черный молотый перец.

Сварить ракушки до готовности в подсоленной воде. Разогреть духовку до 160–180 °С. Растопить на сковороде маргарин и обжарить на нем сладкий перец и лук до мягкости. В отдельной посуде смешать размороженные морепродукты, молотый перец, $\frac{1}{2}$ ч. ложки трав, $\frac{1}{2}$ стакана сливок, обжаренные овощи и майонез. Этой смесью нафаршировать ракушки.

Смазать огнеупорное блюдо оставшимся маргарином и разложить ракушки на блюде отдельно друг от друга. В отдельной посуде растопить 2 ст. ложки маргарина на медленном огне, обжарить на нем муку до золотистого цвета, постоянно помешивая. Добавить $1\frac{1}{2}$ стакана сливок. Когда соус загустеет, добавить сыр и перемешать. Вылить соус поверх ракушек и посыпать оставшимися травами.

Запекать ракушки 30 мин.



ФАРШИРОВАННОЕ МЯСО И СУБПРОДУКТЫ

Говядина и телятина

ГОВЯДИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ШПИКОМ И ШАМПИНЬОНАМИ

2 кг говядины, 100 г копченого шпика, 200 г шампиньонов, 2 яичных желтка, соль, молотый перец, мускатный орех, 1 луковица, 4 ст. ложки молотых сухарей, молоко или сливки, жир.

Верхнюю или боковую часть задней ноги промыть и нарезать порционными кусками, не прорезая мясо насквозь так, чтобы у них сохранилось основание (веером). Шпик и лук пропустить через мясорубку, смешать с нарубленными грибами, сухарями, солью, перцем и все вместе обжарить, добавив немного молока или сливок. Массу охладить, добавить яичные желтки. Между разрезанными пластами мяса положить начинку. Мясо сжать, придавая ему первоначальную форму, обмотать чистой белой ниткой. Приготовленное таким образом мясо сначала обжарить, затем добавить горячий бульон или воду и тушить под крышкой на слабом огне до готовности. Перед подачей нитку снять. Вместе с мясом можно тушить картофель, морковь и другие овощи. Добавлять их, когда мясо станет полумягким, и следить, чтобы жидкость не испарялась.



ГОВЯДИНА, ФАРШИРОВАННАЯ СВИНИНОЙ, В ВИНЕ

1 кг говядины, 600 г свинины, 500 г полусладкого красного вина, растительное масло, соль, перец, зелень.

Говядину нарезать на тонкие кусочки и хорошо отбить. Свинину перекрутить на мясорубке, добавить вино, соль и красный перец. Полученный фарш распределить ровным слоем по всем кускам говядины. Свернуть их в рулеты, тщательно затянуть ниткой, посолить, поперчить и обжарить до образования корочки. Затем добавить в сковороду вино, соль, перец. Тушить 25–30 мин.

Подавать с зеленью.

ГОВЯДИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ВЕТЧИНОЙ И ЯЙЦАМИ

2–3 кг филе говядины (плоский кусок), 400 г ветчины, 4 вареных яйца, 1 головка репчатого лука, 2–3 помидора, 1 ст. ложка сливочного масла, соль.

Кусок мяса отбить до получения тонкого пласта, натереть солью, покрыть ломтиками ветчины, сверху положить в один ряд яйца (целиком). Края мяса соединить над фаршем и перевязать ниткой. Выложить рулет на смазанный маслом противень, сверху разложить небольшие кусочки масла, посыпать мелко нарезанным луком, нарезанными кубиками помидорами и запекать в духовке до готовности. Перед подачей освободить рулет от нитки, разрезать на порции и полить образовавшимся при запекании соком.

ГОВЯДИНА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-РИМСКИ

Толстый кусок мякоти говядины весом около 2,5 кг, топленое свиное сало, 1 луковица, 1 морковь, 250 г белого вина, 500 г красного соуса, 300 г шампиньонов или белых грибов, растительное масло, 8 оливок, 100 г сыра, соль, черный молотый перец.

Говядину слегка поджарить на топленом свином сале вместе с измельченным луком и морковью. Залить мясо белым ви-



пом и красным соусом так, чтобы оно почти полностью было покрыто. Поставить тушить.

Готовое мясо вынуть, слегка охладить и срезать сверху толстый ломтик, который в дальнейшем будет служить крышкой. Из середины куска вырезать мясо так, чтобы остались стенки и дно. Нарезать $\frac{3}{4}$ количества этого мяса мелкими кубиками, добавить предварительно спассерованные на масле шампиньоны или белые грибы, нарезанные оливки, заправить соусом, в котором тушилось мясо, посолить, посыпать перцем и, тщательно размешав, заполнить этим фаршем образовавшееся отверстие. Закрывать его ломтиком мяса, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

ГОВЯДИНА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ПАРМСКИ

1 прямоугольный кусок говядины (плечевая часть, кострец) весом около 500 г, 200 г говяжьего фарша, 150 г телячьего фарша, 100 г сыровяленной ветчины, 1 пучок петрушки, 1 ч. ложка свежих листиков розмарина, 1 ч. ложка свежих листиков тимьяна, 3 ст. ложки натертого пармезана, 100 г моцареллы, 1 мякиш городской булочки, 1 сырое яйцо, 2 вареных яйца, 2 желтка, 4 ст. ложки молока, 500 г сухого красного вина, 800 г помидоров, 2 зубка чеснока, 1 луковица, 6 ст. ложек оливкового масла, соль, свежемолотый черный перец.

Говядину разрезать вдоль посередине, не доходя 1 см до края. Мясо развернуть, чтобы получился один большой квадратный кусок толщиной 1,5 см. Мясо отбить с обеих сторон деревянным молотком. Булочку разломить на мелкие кусочки. 1 сырое яйцо, желтки, молоко взбить. Добавить в смесь булочку, розмарин, тимьян, мелко нарезанные петрушку и чеснок. Добавить фарш, натертый пармезан, хорошо перемешать, посолить и поперчить. Мясо положить на рабочий стол, положить на мясо начинку, разровнять. По краям оставить по 2 см без начинки.

Моцареллу нарезать на тонкие ломтики, ветчину нарезать на тонкие полоски, положить на начинку. Сверху положить тонко нарезанные вареные яйца. Мясо осторожно свернуть рулетом и перевязать нитками. Духовку разогреть до 175 °С. Лу-



ковицу крупно нарезать. В жаровню налить оливковое масло и обжарить мясо со всех сторон. Вынуть мясо из жаровни, положить туда лук и поджарить. Добавить в жаровню вино и выпарить до половины. Мясо положить снова в жаровню, по бокам положить крупно нарезанные помидоры, посолить, поперчить, положить лавровый лист. Поставить в духовку на 2 ч. Готовую говядину нарезать на куски толщиной 1 см и подавать с томатным соусом.

ГОВЯДИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ОМЛЕТОМ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

1,5 кг говяжьей вырезки, 2 яйца, 2 ст. ложки молока, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 большой стручок красного сладкого перца, 1 большой стручок зеленого сладкого перца, 60 г сыра, соль, черный молотый перец.

Надрезать мясо сбоку и развернуть в виде книжки. Отбить, посолить и поперчить. Смешать яйца с молоком и солью, поджарить омлет на 1 ст. ложке масла в виде тонкого блинчика. Разложить омлет на мясо, положить сверху широкие ломтики красного перца, затем ломтики сыра, закрыть их ломтиками зеленого перца. Соединить края вырезки, скрепить шпажками, чтобы начинка не просочилась наружу. Растопить 2 ст. ложки масла в сковороде. Быстро обжарить говядину на сильном огне, затем прогреть в духовке при 170 °С 30 мин.

Подавать, нарезав ломтиками.

ГОВЯДИНА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ДОБРИЧСКИ

1,5 кг говяжьей вырезки, 1 пучок свежей зелени (укроп, петрушка, кинза), 250 г брынзы, 3 небольших стручка сладкого перца, 2 ст. ложки сушеной зелени, 3 зубка чеснока, оливковое масло.

Брынзу измельчить на терке, свежую зелень мелко нарезать, чеснок истолочь и все перемешать.

Приготовленным фаршем наполнить очищенные от семян стручки перца. В боковой стороне куска говядины сделать сквозные прорезы и поместить в них стручки сладкого перца с начинкой.



Фаршированное мясо обвалить в сухой зелени, обвязать ниткой, смазать оливковым маслом и запекать в духовке приблизительно 1 ч.

ГОВЯДИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ШАМПИНЬОНАМИ И ПЕЧЕНКОЙ

700 г говядины, 150 г шампиньонов, 200 г гусиной печенки, 150 г риса, 1 яйцо, черный молотый перец, майоран, жир, соль.

Очищенные шампиньоны, гусиную печенку нарезать кубиками и обжарить на жире. Добавить соль, майоран, молотый перец и все немного потушить. Обжарить на жире рис, залить нужным количеством воды, добавить соль и тушить под крышкой. В готовый рис добавить тушеную гусиную печенку, шампиньоны, яйцо. Мясо нарезать порционными кусками, отбить и на каждый кусочек положить фарш. Свернуть рулетиками, связать ниткой и сложить в кастрюлю с растопленным оставшимся жиром. Обжарить со всех сторон, закрыть крышкой и тушить в течение 20 мин, затем вынуть из кастрюли.

ГОВЯДИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ЯЙЦАМИ

1,5 кг говяжьей вырезки, 12 яиц, 2 1/2 ст. ложки жира, черный молотый перец, соль.

Мясо зачистить от сухожилий, сделать глубокий разрез, образовавшееся углубление наполнить сваренными вкрутую яйцами, отверстие зашить, мясо посыпать солью, перцем и обжарить на сковороде. Довести до готовности в духовке, время от времени поливая выделяющимся соком и жиром.

ГОВЯДИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ЛУКОМ И ЧЕСНОКОМ

1,5 кг говяжьей вырезки, 2 крупные луковицы, 5 зубков чеснока, соль, красный молотый перец, топленое масло.

Нарезать вырезку порционными кусками, хорошо их отбить. Чеснок мелко нарезать, репчатый лук нашинковать, положить на говядину, добавить по вкусу перец, соль, завернуть трубч-



кой, жарить на раскаленной сковороде с топленным маслом до готовности.

Подавать с картофелем, жаренным во фритюре, полив маслом или соусом, украсить веточками зелени.

ГОВЯДИНА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-БРАЗИЛЬСКИ

2 кг мякоти говядины, 1 стакан кукурузной муки, 100 г сливочного масла, 1 стакан оливкового масла, 1 крупная головка репчатого лука, 1 помидор, 1 небольшой стручок сладкого перца, 3 зубка чеснока, 2 ст. ложки винного уксуса, черный молотый перец, соль.

В плоском куске говядины толщиной примерно в четыре пальца сделать горизонтальный надрез и развернуть мясо как книжку. Натереть говядину частью оливкового масла, смешать с мелко нарезанными луком, помидором, сладким перцем, чесноком, уксусом, черным перцем и солью, оставить на 2 ч для маринования. Затем мясо отделить от маринада, нафаршировать крошкой, приготовленной из муки, сливочного масла и соли, края мяса соединить над фаршем, зашить ниткой, потушить с оставшимся оливковым маслом и всеми компонентами маринада до размягчения мяса и образования соуса коричневого цвета, время от времени подливая понемногу воды.

ГОВЯДИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ПЕЧЕНКОЙ И ПОЧКАМИ

500 г говядины (широкий ломоть), 100 г говяжьей или бараньей печени, 1 баранья почка, 50 г курдючного сала, 2 ст. ложки тертого сыра, 60 г сливочного масла, 50 г картофеля, 25 г зелени петрушки, 1 луковица, несколько зубков чеснока, 1 лимон, $\frac{1}{2}$ ч. ложки черного молотого перца, щепоть шафрана, соль.

Натереть мелкой солью и черным перцем почку, кусок печени и кусок курдючного сала. Пожарить их над углями, нарезать мелкими кусочками и отложить. Мелко нарезать лук и зелень петрушки, растолочь чеснок и смешать все с тертым сыром. Хорошо натереть ломоть говядины мелкой солью и чер-



ным перцем. Положить на него смесь петрушки и тертого сыра. В середину уложить кусочки жареных субпродуктов, свернуть ломоть трубкой и завязать.

Нарезать очищенный картофель ломтиками или четвертями и посолить. Уложить мясо и картофель на противень, полить лимонным соком, растопленным сливочным маслом, разведенным в маленьком стакане воды шафраном и затем запекать в духовом шкафу 45 мин. Время от времени поливать мясо выделяющимся соком. Снять с огня, освободить от бечевки, нарезать ломтиками и подавать.

ГОВЯЖЬЯ ВЫРЕЗКА, ФАРШИРОВАННАЯ ГРИБАМИ

1 кг говяжьей вырезки (кусок толщиной не менее 5 см), 60 г растительного масла, 300 г грибов, немного зелени петрушки, 40 г панировочных сухарей, $\frac{1}{2}$ ч. ложки цедры лимона, 1 яйцо, соль, черный молотый перец, красный молотый перец.

Масло разогреть и обжарить в нем грибы в течение 5 мин. Добавить панировочные сухари, мелко нарезанную петрушку, цедру лимона, взбитое яйцо. Начинку сильно поперчить и хорошо перемешать. Вырезку надрезать в виде кармана, наполнить начинкой и края зашить накрепко. Начиненное мясо жарить с двух сторон на сковороде в большом количестве масла, затем поставить в духовку и запекать 2 ч на слабом огне, время от времени поливая образовавшимся соком.

ФАРШИРОВАННАЯ ТЕЛЯЧЬЯ ГРУДИНКА

750 г телячьей грудинки, 2 яйца, 100 г белого хлеба, немного молока, 50 г молотого миндаля, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки нарезанной зелени петрушки, жир, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка коньяка, сливки, соль, черный молотый перец, мускатный орех, листья салата, панировочные сухари, лимон для украшения.

Грудинку обмыть, посолить и срезать с костей нижнюю, более широкую, часть так, чтобы получился карман. Полови-



ну количества масла взбить с яйцами, добавить размоченный в молоке белый хлеб, миндаль и петрушку. Приправить солью, перцем, мускатным орехом и соком лимона. При желании массу можно сделать более густой, добавив панировочные сухари. Полученной массой заполнить карман, но не слишком плотно. Грудинку зашить и зажарить в растопленном жире до золотисто-коричневого цвета.

Ребрышки также положить на сковороду вместе с мясом. Как только мясо будет готово, удалить нитки, а жаркому дать некоторое время постоять. Затем разрезать грудинку на ломтики в палец толщиной и выложить на подогретое блюдо. Украсить дольками лимона и листьями салата. В оставшийся на сковороде соус добавить немного муки, ложечку сливочного масла, коньяк, немного сливок и приправить по вкусу солью и перцем. Все время помешивая, довести до кипения.

ТЕЛЯТИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ШПИНАТОМ

2 кг телятины без костей, 2 моркови, 2 луковицы, 1 лук-порей, 400 г свежего шпината, 3 яйца, 3 ст. ложки муки, 3 бутона гвоздики, 4 горошины черного перца, 1 лавровый лист, растительное масло, соль по вкусу.

В небольшой кастрюле вскипятить воду, слегка подсолить. Шпинат перебрать, вымыть, нарезать соломкой и опустить в кипяток на 2 мин. Откинуть на дуршлаг, дать стечь воде.

Сварить вкрутую 2 яйца, обдать холодной водой, очистить, измельчить. Морковь, репчатый лук и порей вымыть, очистить. Мелко нашинковать 1 морковь, 1 луковицу и белую часть лука-порея. Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить в нем нашинкованные овощи. Оставшиеся овощи и зеленую часть порея отложить в сторону. В миске перемешать обжаренные овощи, шпинат и яйца. Добавить 1 сырое яйцо, муку и соль по вкусу. Еще раз перемешать.

Телятину вымыть, обсушить бумажными салфетками и положить на разделочную доску. Небольшим острым ножом сделать внутренний продольный надрез так, чтобы толщина отделяемого куска составляла одну треть от общей толщины. Закончить надрез, не доходя до края куска 2 см. Откинуть надрезанный кусок так, чтобы мясо открылось, как книга. В тол-



стой части куска сделать ножом глубокий кармашек. Вложить в кармашек приготовленную начинку. Вернуть тонкий пласт мяса на место — как бы закрывая книгу. Скрепить надрез деревянными зубочистками по всей длине с интервалом 2 см. Связать зубочистки ниткой.

В кастрюле вскипятить воду. Добавить оставшиеся морковь, лук, зеленую часть порея, гвоздику, перец, лавровый лист. Уложить мясо швом вниз. Довести до кипения, снять пену, убавить огонь и варить, неплотно прикрыв крышкой, 1,5 ч. Переложить готовую телятину на блюдо, накрыть пищевой пленкой и дать остыть до комнатной температуры. Вынуть зубочистки вместе с ниткой. Нарезать кусками толщиной примерно в 1,5 см.

Перед подачей полить небольшим количеством отвара.

ТЕЛЯТИНА, ФАРШИРОВАННАЯ СВИНИНОЙ И СЫРОМ

*1,8 кг телятины, 300 г свинины, 60 г голландского сыра,
2 яйца, 1 ст. ложка муки, 125 г молотых сухарей, жир
для фритюра, соль, перец.*

Из телятины нарезать ломтики в палец толщиной, отбить их, посолить, поперчить. На каждую отбивную положить по два куска отварной нежирной свинины, между которыми находится кусок сыра, накрыть второй отбивной, запанировать их в муке, яйце, сухарях и обжарить во фритюре.

ТЕЛЯТИНА, ФАРШИРОВАННАЯ КУРИНЫМ ФИЛЕ, СЫРОМ И ГРИБАМИ

700 г телятины, 500 г куриного филе, 250 г сыра, 250 г грибов, 1 репчатый лук, растительное и сливочное масло, соль, перец, 1 лавровый лист, черный перец горошком, чеснок по вкусу, зелень укропа и петрушки, 1 яйцо, панировочные сухари.

Телятину разрезать, как книжку, чтобы получился пласт. Затем отбить. Куриное филе также отбить. На стол выложить мясное филе, немного посолить, сверху положить куриное филе, опять посолить, поперчить. Посыпать измельченным чесноком



и сверху выложить ломтики сыра. Шампиньоны нарезать и обжарить вместе с нарезанной луковицей. Выложить грибную смесь на сыр. Скатать мясо рулетом, обвязать ниткой. Сверху посолить и поперчить. Смешать панировочные сухари с мелко нарезанной зеленью. Рулет обмазать яйцом и обсыпать сухарями с зеленью. На фольгу положить кусочки сливочного масла, перец горошком, лавровый лист, затем выложить рулет и завернуть в фольгу. Положить рулет на противень и жарить в духовке около 1,5 ч до готовности.

ТЕЛЯТИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ВЕТЧИНОЙ И ШАМПИНЬОНАМИ

*1,5 кг телятины, 100 г ветчины, 100 г шампиньонов,
300 г сметаны, жир, 200 г белого виноградного вина, мо-
лотые сухари, соль, перец, зелень петрушки.*

Широкие куски телятины, нарезанные от почечной части или задней ноги, отбить тупкой до толщины 5 мм. На середину каждого куска положить фарш, закрыть его краями телятины, посыпать молотыми сухарями, положить в мелкий сотейник, смазанный жиром, полить жиром и запечь в жарочном шкафу. Готовое мясо положить на блюдо, а в сотейник налить сметану, белое виноградное вино, немного бульона и прокипятить. При подаче мясо залить полученным соусом и посыпать зеленью петрушки.

Приготовление фарша. Сырую телятину мелко изрубить или пропустить через мясорубку, прибавить мелко нарезанную вареную ветчину, мелко рубленные жареные шампиньоны, все перемешать и заправить по вкусу солью и перцем.

Свинина

ПОРОСЕНОК ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-РУССКИ

*Поросенок весом 3–3,5 кг, 1 морковь, 1 корень петрушки,
1 луковица, соль.*

*Для начинки: 600 г свинины или телятины, 300 г шпи-
ка, 4 яйца, 1 1/2 стакана молока, 1 ч. ложка молотого
мускатного ореха, 4 ст. ложки коньяка, соль, перец.*



Для украшения: вареные и сырые овощи, маринованные сливы, желе, зелень.

У поросенка удалить внутренности, опалить щетину и хорошо промыть. Обработанного поросенка разрезать вдоль по брюшку и удалить кости, стараясь не повредить кожу. Брюшко зашить по разрезу, оставив небольшое отверстие посередине, через которое наполнить поросенка начинкой и зашить. Обтереть поросенка влажным полотенцем, завернуть в льняную салфетку и перевязать шпагатом. Поросенка положить в большую кастрюлю, добавить морковь, корень петрушки, луковичу, посолить и варить на медленном огне около двух часов. Чтобы узнать, готов ли поросенок, нужно проколоть его в самом толстом месте узким ножом. Если выделяется прозрачный сок, поросенок готов. Охладить поросенка в бульоне.

Выложить охлажденного поросенка на блюдо и украсить фигурками из вареных и сырых овощей, маринованными сливами, желе и зеленью.

Приготовление начинки. Мясо и шпик пропустить через мясорубку два раза. Добавить яйца, молоко, соль, перец, мускатный орех, коньяк и хорошо взбить.

ПОРОСЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ ВЕТЧИНОЙ И КУРИНЫМ ФИЛЕ

Поросенок весом 3–3,5 кг, 500 г молока, 2 сдобные булочки, 2 яйца, 50 г очищенных несоленых фисташек, 200 г вареной ветчины, 600 г филе курицы или индейки, 20 г соли, 10 г молотого белого перца, 1 мускатный орех, 4 лавровых листа, 2 крупные моркови, 2 луковичы, 2 стручка сладкого перца, корень петрушки или сельдерея — по желанию.

Поросенка опалить, стараясь не повредить кожу. Затем ополоснуть, промыть его под струей холодной воды и замочить в холодной воде на 3 ч. Это позволит избавиться от специфического запаха, кожа станет белой, а мясо — очень нежным. Поросенка вынуть из воды и обсушить бумажным полотенцем снаружи и внутри.

Положить поросенка на спину, острым ножом сделать разрез от брюшка до головы. Распластать тушку на столе. Выре-



зять все доступные кости: ребра, хребет, бедренные и лопаточные. После этого срезать часть мяса в области холки и окороков. Срезанное мясо поросенка и куриное филе трижды пропустить через мясорубку. Срезать у сдобных булок корки и замочить хлебный мякиш в молоке на 2 мин. Слегка отжать и добавить в фарш. Вбить в фарш яйца. Еще раз пропустить массу через мясорубку. Добавить соль, белый перец. На терке натереть немного мускатного ореха. Перемешать и пропустить через мясорубку. Влить молоко и размешать.

Ветчину нарезать кубиками и положить в фарш. Добавить фисташки, перемешать. Расстелить марлю, сложенную вдвое, сверху положить пищевую пленку. На нее спинкой вниз положить поросенка. Хорошенько посолить и поперчить внутреннюю поверхность. Выложить фарш и равномерно его распределить. Поросенка сложить и подогнуть ему ножки. Плотнo обернуть пленкой, затем — марлей.

При варке поросенок будет деформироваться, поэтому, используя шпагат, надо обвязать поросенка способом «петля» (так же обвязывают колбасы). Шпагат не надо затягивать сильно, так как потом на коже поросенка останутся вмятины.

Фаршированного поросенка положить в большую кастрюлю (можно использовать рыбный котел вытянутой формы). Туда же положить косточки, лавровый лист, сладкий перец, морковь и луковицы. Можно добавить корень петрушки или сельдерея. Залить водой, хорошо посолить, довести до кипения. Варить при среднем кипении в течение 2 ч. Остудить до комнатной температуры, не вынимая из бульона. Поставить в холодильник на 12 ч. Вынуть поросенка из бульона. Аккуратно срезать шпагат, снять марлю и пищевую пленку.

ПОРОСЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ И ЯЙЦАМИ

*Поросенок весом 3–3,5 кг, 350 г гречневой каши, 8 яиц,
100 г сливочного масла, зелень петрушки, укропа, сель-
дерея, овощи, соль.*

Поросенка выпотрошить, оставить для фарша почки, сердце, печень и легкие. Поросенка на несколько часов замочить в холодной воде. В рассыпчатую гречневую кашу добавить про-



пущенные через мясорубку почки, сердце и легкие, а также мелко нарубленные сваренные вкрутую яйца, сливочное масло, соль и все перемешать. Этим фаршем начинить поросенка, зашить суровыми нитками брюшко и поставить жариться в горячую духовку, поливая каждые 10–15 мин выделяющимся соком. Можно обмазать поросенка тонким слоем ржаного теста. Вынуть поросенка из духовки, аккуратно удалить нитки, положить поросенка на блюдо и украсить зеленью петрушки, укропа, сельдерея и овощами.

ПОРОСЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ ТЕЛЯТИНОЙ И ГРИБАМИ

1 поросенок, соль и перец по вкусу.

Для фарша: 600 г мякоти телятины, 300 г шампиньонов, 1 л сливок, соль, черный молотый перец.

Для соуса: 1 ст. ложка топленого масла, 2 стакана бульона, 1 ст. ложка муки, 50 г сливочного масла, 1 желток, $\frac{1}{4}$ стакана сливок.

Выпотрошенного поросенка хорошо промыть снаружи и внутри, вырезать кости ребер и позвоночника, посолить внутри, посыпать перцем и нафаршировать заранее приготовленным фаршем. Зашить разрез, завернуть поросенка в смазанную маслом салфетку, придать форму рулета, перевязав шпагатом, опустить его в большую кастрюлю, положить туда же все кости, залить холодной водой так, чтобы весь поросенок был покрыт ею. Закрыть крышкой и поставить на огонь. Дать закипеть, сразу же уменьшив огонь, и варить так, чтобы бульон не кипел, в продолжение 4 ч. Вынуть готового поросенка, удалить нитки, нарезать его как рулет — кругами, выложить на блюдо, полить соусом и подавать.

Приготовление фарша. Пропустить сырую телятину три раза через мясорубку с частой решеткой, положить в эмалированную миску и взбить массу деревянной ложкой, прибавляя постепенно сливки. Когда масса станет пышной, поперчить, посолить, добавить отваренные и порезанные шампиньоны.

Приготовление соуса. Подогреть на сковородке, размешивая, муку и топленое масло, постепенно разбавить бульоном, прокипятить, доведя до консистенции сметаны. Заправить ле-



зоном из сливочного масла, растертого с желтком и сливками. Подержать на пару, не давая кипеть (иначе свернется желток) и непрерывно мешая, до тех пор, пока не исчезнет запах желтка.

ПОРОСЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ ТЕЛЯТИНОЙ И ЯЗЫКОМ

Поросенок весом около 2 кг, 1,5 кг телятины, 200 г шпика, 400 г языка, 10 яиц, 200 г фисташек, 1–1½ стакана молока, 10 г мускатного ореха, 50 г мадеры, коренья, лук, зелень, соль, черный молотый перец.

Поросенка выпотрошить, отрубить копытца, разрезать вдоль от головы до конца туловища (по брюшку) и удалить кости. Брюшко поросенка зашить по разрезу, оставив небольшое отверстие посередине, через него поросенка заполнить фаршем и зашить отверстие. Завернуть поросенка в салфетку, концы которой связать, и перевязать тушку в нескольких местах шпагатом. Положить тушку и кости в котел, залить водой, добавить морковь, петрушку, лук и варить при едва заметном кипении до готовности. Охладить поросенка в этом же бульоне, затем положить брюшком вниз под пресс и поставить в холодильник. Фаршированного поросенка подать на блюде с овощным гарниром. Отдельно подать соус хрен со сметаной.

Приготовление фарша. Свиной шпик, мясо поросенка, телятину вместе пропустить через мясорубку. В фарш, помешивая лопаткой, постепенно добавить яйца, затем молоко. Заправить фарш солью, перцем и тертым мускатным орехом. В готовый фарш добавить фисташки, мадеру и нарезанный маленькими кубиками вареный язык.

СВИНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ПЕЧЕНКОЙ

1 кг свинины, 300 г печени, 1 ломтик хлеба, молоко, 1 яйцо, 3 луковицы, 1 ст. ложка топленого сала, 1 стакан мясного бульона, 50 г белого вина, 2 ст. ложки сметаны, зелень петрушки, соль.

Взять мясо от реберной части, хорошенько отбить, не разрывая волокон, деревянной тяпкой, чтобы получился продол-



говатый кусок толщиной в 1 см. Посолить. Приготовить фарш, пропустив печенку через мясорубку вместе с салом и вымоченным в молоке и хорошо отжатым толстым ломтиком хлеба. Прибавить 1 головку мелко нарезанного лука, петрушку и яйцо, посолить. Разложить фарш на отбитом мясе, свернуть трубочкой и связать. Уложить в неглубокую кастрюлю с небольшим количеством топленого сала, поджарить. Прибавить нарезанный кольцами лук. Когда лук подрумянится, влить вино и мясной бульон, поставить тушить в духовой шкаф на полтора часа. Снять с готового рулета нитки, уложить на блюдо, нарезать ломтиками. Процедить сквозь сито оставшийся в кастрюле соус, снова прокипятить, смешать с небольшим количеством сметаны.

СВИНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ МОРКОВЬЮ И СЕЛЬДЕРЕЕМ

500 г нежирной свинины, 200 г моркови, 100 г корня сельдерея, 1 луковица, 3 зубка чеснока, жир, перец, соль.

Мякоть свинины нарезать ломтиками толщиной примерно 10 мм, отбить, посолить, поперчить, перемешать с мелко нарубленным чесноком и оставить в прохладном месте на 2 ч. Мелко нашинковать морковь, сельдерей, лук, слегка посолить, поперчить и все тщательно перемешать. На ломтики мяса уложить начинку и свернуть в рулеты, закрепить деревянными палочками. Оставить в верхней части пароварки один ярус, смазанный жиром, уложить на него рулеты и варить в течение 2 ч.

СВИНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ШАМПИньОНАМИ

1 кг свиной вырезки, 300 г шампиньонов, 1 зубок чеснока, 1 луковица, 1 ломтик батона, молоко, 100 г сыра, 2 ст. ложки майонеза, соль, перец.

Кусок свинины обмыть холодной водой, обсушить бумажным полотенцем (салфеткой), натереть солью и перцем, нашинковать чесноком, завернуть в пергаментную бумагу и положить в холодильник на 5 ч. Аккуратно, не дорезая до противоположного конца, острым ножом прорезать карман. Образовав-



шееся отверстие довольно плотно уложить начинку. Подготовленное начиненное мясо уложить в смазанную маслом сковороду и запечь в предварительно нагретой до 200 °С духовке, периодически переворачивая и поливая выделившимся соком.

Готовое мясо подать к столу горячим со свежими или отварными овощами.

Приготовление начинки. Соединить очень мелко нарезанный лук, размоченный в молоке мякиш батона, нарезанные соломкой грибы, тертый сыр и майонез. Начинку приправить солью и перцем.

СВИНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ГРУШАМИ

1,5 кг свиного филе, 2 груши, 200 г хлебных крошек, цедра 1 лимона, соль.

Смешать очищенные и мелко нарубленные груши, хлебные крошки и лимонную цедру. Выложить массу на филе. Скатать и туго стянуть шнуром, посолить. Запекать в духовке до готовности.

СВИНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ МИНДАЛЬНЫМИ ОРЕХАМИ

1 кг свинины цельным куском, 3 ст. ложки миндальных орехов, 2–3 зубка чеснока, 1 пучок базилика, растительное масло, соль, перец, 1 апельсин, 1 ст. ложка тертого корня имбиря, 1–2 ст. ложки соевого соуса, 2 ст. ложки меда.

Мясо вымыть, обсушить, натереть со всех сторон солью и перцем. Сбоку в куске мяса сделать надрез, но не до конца. Мясо раскрыть, как книжку. На одну половинку выложить начинку, состоящую из измельченных орехов, зелени, чеснока и растительного масла, не доходя до краев 1–1,5 см. Все разровнять. Накрыть второй половиной мяса. Туго обвязать ниткой. Выложить в фольгу, завернуть и запечь.

Апельсин вымыть и обсушить. При помощи мелкой терки с половины или с третьей части апельсина снять цедру. Затем разрезать апельсин пополам и из обеих половинок выжать сок. В миске соединить апельсиновый сок, цедру, имбирь, соевый соус и мед. Все хорошо перемешать и поставить на сильный



огонь. Варить сироп, помешивая, до загустения. Вынуть мясо из духовки, обмазать его сиропом и запекать еще 5–10 мин.

СВИНИНА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-МИЛАНСКИ

2 кг свиного окорока, 1 городская булка, 2 ст. ложки сливочного масла, 100 г оливкового масла, 3 ст. ложки зернистой горчицы, 2 ст. ложки сушеных итальянских трав, 50 г кедровых орешков, 2 зубка чеснока, 3 яблока, 1 пучок базилика, 1 луковица, соль, перец.

Лук, чеснок и 2 яблока очистить и мелко нарезать. Базилик вымыть и обсушить. Хлеб, без корочек, натереть на терке. Разогреть на сковороде сливочное масло, обжарить лук и чеснок. Добавить яблоки и хлебные крошки, перемешать и готовить еще 2 мин. Снять с огня и дать остыть.

Измельчить в блендере базилик, чеснок и кедровые орешки. Не выключая блендер, влить оливковое масло. Половину получившегося соуса переложить в миску, добавить половину луково-яблочной смеси, посолить, поперчить по вкусу и перемешать. Оставшуюся луково-яблочную смесь выложить в блендер с оставшимся соусом и взбить до однородности. Приправить солью и перцем.

Свинину вымыть и тщательно обсушить. Сделать в куске глубокий и широкий надрез и вложить в него смесь соуса с измельченными луком и яблоками. Перевязать мясо шпагатом, обмазать со всех сторон оставшейся смесью, переложить на противень, накрыть фольгой и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 2 ч 30 мин. Яблоко запечь в микроволновой печи. Аккуратно вынуть мякоть и смешать с зернистой острой горчицей.

Подавать мясо с яблочной горчицей.

ГРУДИНКА СВИНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ КАПУСТОЙ И ЯБЛОКАМИ

1 вариант

600 г свиной грудинки, 200 г капусты, 100 г молока, 4 яблока, 1 яйцо, 100 г сливочного масла, соль.



Грудинку зачистить и надрезать (в виде кармана) между ребрами и мясом. Нашинкованную капусту тушить в молоке с маслом; затем соединить с мелко нарезанными яблоками, прогреть и в горячем виде вымешать с яйцом. Полученным фаршем заполнить разрез в грудинке. Затем мясо посолить и обжарить в духовом шкафу, периодически поливая выделившимся соком.

Вместо яблок можно использовать чернослив.

II вариант

1,5 кг свиной грудинки, 750 г свежей белокочанной капусты, 2 крупные моркови, 3 моченых яблока, 2 луковицы, 1–2 яйца, 2 ст. ложки молотых сухарей, 2 ст. ложки топленого сала, черный молотый перец, соль.

Капусту нарезать, морковь натереть на крупной терке, лук шинковать и все это потушить в жиру, добавить нарезанные моченые яблоки и потушить до готовности. Когда остынет, добавить яйцо, сухари, соль, перец, перемешать. Вместо яблок можно положить томат-пюре или натертые на крупной терке очищенные от семян соленые огурцы.

Продолговатый кусок свиной грудинки обсушить и с одной стороны между ребрами и мясом сделать надрез в виде кармана. Наполнить его овощной смесью, отверстие зашить, грудинку натереть солью, положить на противень и поставить в горячую духовку. Когда грудинка обжарится, влить немного воды и продолжать жарить, поливая образующимся соком.

Готовую грудинку нарезать так, чтобы в каждом куске было ребро, и подать с картофельным пюре или тушеной репой.

ФИЛЕ СВИНИНЫ, ФАРШИРОВАННОЕ ЯБЛОКАМИ И ЧЕРНОСЛИВОМ

600 г филе свинины, 50 г чернослива, 1 яблоко, 2 ст. ложки сливочного масла, 100 г сливок, 1 стакан бульона, крахмал, соль, жир.

Филе разрезать вдоль, отбить молотком, положить на него размягченный чернослив и яблоко, нарезанное тонкими доль-



ками. Подготовленное мясо скатать по длине куска в виде рулета и крепко обвязать ниткой. Получившийся рулет обжарить в сильно разогретом жире, посолить, добавить воду и тушить до готовности. Крахмал развести в сливках и влить в соус. Рулет освободить от нитки, нарезать толстыми ломтиками, полить соусом и подать с картофелем или рассыпчатым рисом.

ГРУДИНКА СВИНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ ЯБЛОКАМИ И ИЗЮМОМ

6 кусков мяса с ребрышками толщиной около 4 см, 500 г яблок, 150 г изюма, 1 маленький стаканчик рома, 1 чашка панировочных сухарей, 1 яйцо, 120 г топленого свиного сала, несколько листиков зеленого салата, 1 кочан капусты, соль и перец.

Вымытый и обсушенный изюм залить ромом. Яблоки очистить, вынуть сердцевину и нарезать кубиками, а затем обжарить в течение нескольких минут в сковороде в растопленном свином сале.

Крупно нарезанную и отваренную в подсоленной воде капусту тушить в течение 25–30 мин на слабом огне в кастрюле с растопленным свиным салом, не забыв посолить и посыпать перцем. Взбить яйцо, соединить с яблоками, изюмом, ромом, добавить 2 ст. ложки панировочных сухарей.

Каждый кусок свинины надрезать, образовав в нем кармашек, заполнить его яблочко-изюмным фаршем и зашить. Фаршированные куски свинины посолить, посыпать перцем, обвалять в оставшихся панировочных сухарях и обжарить в сковороде с растопленным свиным салом до румяной корочки. Затем закрыть крышкой и оставить томиться на слабом огне на 25–30 мин, переворачивая мясо несколько раз.

Вымытый и обсушенный салат уложить на подогретое блюдо, сверху положить свинину и держать в тепле.

Мясо выложить на блюдо с салатом. Капусту подать в качестве гарнира.



Баранина

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ЯЙЦАМИ

600 г баранины (грудинки или мякоти задней части окорока), 10 яиц, $\frac{3}{4}$ стакана молока, 2–3 луковицы, 120 г сливочного масла, $1\frac{1}{2}$ –2 стакана бульона или воды, растительное масло, черный молотый перец, соль по вкусу.

На мясе сделать глубокий продольный разрез так, чтобы образовался кармашек. Подготовленное мясо хорошо промыть и обсушить. В глубокую миску влить яйца, добавить соль, перец, растопленное и охлажденное (до комнатной температуры) масло (100 г) и все хорошо перемешать. Получившуюся смесь осторожно влить в кармашек и хорошо зашить отверстие кулинарными нитками. Поместить мясо в смазанную маслом глубокую огнеупорную посуду таким образом, чтобы начинка не вытекала, залить горячим бульоном или водой.

Лук очистить, вымыть, натереть на крупной терке и добавить к мясу. Поставить посуду с мясом на огонь, посолить, поперчить, дать вскипеть, огонь уменьшить и тушить почти до готовности. Переложить мясо на смазанную растительным маслом сковороду, полить оставшимся растопленным сливочным маслом. Поставить в разогретую до 170–180 °С духовку, запекать 15–20 мин, разрезать на порционные куски и сразу подавать на стол.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ СЫРОМ И ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

Окорок бараний весом 2,5 кг, 2 луковицы, 3 зубка чеснока, 300 г пива, 200 г копченого шпика, 200 г твердого сыра, 100 г грецких орехов, 50 г оливкового масла, 50 г столового уксуса, зелень укропа, черный молотый перец, соль, 1 лавровый лист.

Окорок зачистить. Из пива, уксуса, перца, соли, лаврового листа, репчатого лука сварить маринад. Окорок залить охлажденным маринадом и оставить на 6 ч. Шпик нарезать брусочками и нашинговать окорок вдоль волокон. Из тертого сыра, измельченных грецких орехов, рубленой зелени приготовить



фарш и наполнить им окорок. Натереть мясо чесноком, солью и положить на противень, смазанный маслом. Запекать в духовке около 1 ч, периодически поливая мясо соком, который образовался при жаренье. Подавать со сложным гарниром, оформив зеленью.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ СЫРОМ И ЖГУЧИМ ПЕРЦЕМ

500 г баранины, 50 г жгучего перца, 300 г сыра, 1 зубок чеснока, 10 г петрушки, соль, капуста, маслины, зелень по вкусу.

Удалить кость из мяса. Нарезать жгучий перец. Смешать его с нарезанным сыром и чесноком. Завернуть полученный фарш в баранину. Баранину положить на сковороду и поставить в духовку. Готовое блюдо разрезать на кусочки. Добавить нарезанную капусту, маслины и зелень.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ БРЫНЗОЙ

1,2 кг бараньей лопатки, 100 г сливочного масла, 100 г белого хлеба, 50 г брынзы, 30 г чеснока, 1 пучок петрушки, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г корня сельдерея, 30 г томата-пюре, 1 лавровый лист, соль, черный молотый перец.

Подготовленную лопатку нафаршировать начинкой, приготовленной из измельченного белого хлеба, натертой брынзы и мелко нарубленных петрушки и чеснока, растопленного масла, щепотки соли и черного перца. Полученную массу хорошо перемешать и нафаршировать ею подготовленную лопатку.

Фаршированную лопатку зашить ниткой, перевязать шпагатом, положить в кастрюлю с маслом и подрумянить со всех сторон в жарочном шкафу. Добавить мелко нарезанный лук, морковь, сельдерей и лавровый лист. Спассеровав овощи, прибавить томат-пюре и стакан бульона, мясо периодически поливать бульоном и тушить до мягкости. Готовое мясо вынуть, нарезать его тонкими ломтиками, а соус протереть сквозь сито или пропустить через протирачную машину вместе с овощами и заправить сливочным маслом.



БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ФИНИКАМИ

Баранья нога весом 1,5 кг, 5 ст. ложек оливкового масла, 2 луковицы, щепотка шафрана, 4 зубка чеснока, 12 листьев лаванды или розмарина, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотой корицы, 1 ч. ложка молотой зиры, 2 ч. ложки кедровых орешков, 10 фиников без косточек, соль, черный молотый перец.

Нагреть масло в сковороде, добавить мелко нарезанный лук, шафран и измельченный чеснок, обжаривать до мягкости. Добавить нарезанную лаванду и розмарин, корицу, зиру, кедровые орешки, финики, соль и перец, перемешать. Снять с огня и охладить. Вынуть косточку из бараньей ноги, отверстие наполнить начинкой. Закрепить шампурами или зашить. Разогреть духовку до 200 °С. Положить баранину на решетку, поставленную на форму для запекания, и добавить 250 г воды. Острым ножом сделать маленькие надрезы в коже, положить в них чеснок, затем приправить. Готовить в духовке 20 мин, затем снизить температуру до 180 °С и довести блюдо до готовности. Время от времени поливать водой, если мясо будет подсыхать. За 5 мин до готовности воткнуть цветы в надрезы. Достать из духовки и дать постоять в форме 15 мин перед тем, как нарезать.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ГРИБАМИ И БЕКОНОМ

1,5 кг бараньей лопатки, 2 яйца, 60 г сливочного масла, 100 г свежих грибов, 2 луковицы, 100 г бекона, 100 г белого хлеба, желе из красной смородины, черный молотый перец, соль.

Растопить масло, добавить нарезанные лук, грибы и бекон. Прогреть 5 мин на полной мощности до размягчения. Добавить крошенный хлеб, яйца, соль и перец, все хорошенько перемешать. Кусок баранины разделить так, чтобы получить достаточно плоский и широкий кусок мяса, и выложить на него фарш. Затем свернуть мясо с фаршем трубочкой и связать ниткой. Выложить мясо на сетку для поджаривания и накрыть сверху бумагой. Запекать мясо на сильном огне 15 мин, затем переключить печь на средний огонь и довести до готовности. Во



время приготовления на поверхность мяса нанести желе из красной смородины и больше мясо не накрывать. По истечении времени приготовления мясо завернуть в фольгу и дать постоять 10 мин.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ШПИНАТОМ

I вариант

1,5 кг бараньей грудинки, 1 кг шпината, 3 помидора, 500 г томатного соуса, 4 ст. ложки сливочного масла, соль, перец.

Из грудинки вырезать кости; тыльной стороной ножа отбить мясо, приправить солью и перцем.

Шпинат отварить, обжарить на масле и покрыть им мясо, сверху положить разрезанные пополам помидоры. Мясо свернуть, перевязать и жарить в духовке, часто поливая жиром. Добавить томатный соус, несколько минут кипятить фаршированную грудинку с соусом и процедить его. Грудинку нарезать ломтиками.

К столу подавать с соусом.

II вариант

1 кг бараньей ноги без костей, 200 г шпината, 2 зубка чеснока, 5 ст. ложек оливкового масла, сок 1 лимона, 100 г брынзы, 2 ст. ложки кедровых орешков, соль, молотый черный перец, 400 г бульона из баранины, 1 пучок петрушки, 1 ст. ложка горчицы.

Шпинат вымыть и положить в кастрюлю с небольшим количеством воды и бланшировать на слабом огне. Воде дать стечь, шпинат нарубить. Чеснок пропустить через пресс, перемешать с оливковым маслом и лимонным соком и смазать этой смесью мясо. Нагреть духовку до 175 °С. Шпинат смешать с измельченной брынзой и орешками. Посолить и поперчить. Полученной массой начинить баранину, а отверстие закрепить. В жаровню влить бульон, положить мясо, полить остатками маринада и тушить 90 мин. Петрушку нарубить и смешать с горчицей и растительным маслом. За 30 мин до готовности выложить эту смесь на мясо и продолжать тушить.

**БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ СУБПРОДУКТАМИ**

750 г бараньей грудинки, 50 г сала, 20 г сливочного масла, 50 г лука, соль по вкусу.

Для фарша: 150 г бараньих субпродуктов (печенка, селезенка, сердце), 2 булочки, 30 г сала, 20 г сливочного масла, 30 г лука, 2 яйца, 1 ст. ложка панировочных сухарей, зелень петрушки, майоран, молотый черный перец, соль по вкусу.

Мясо вымыть, сделать в нем сбоку надрез, заполнить образовавшийся карман фаршем, зашить его или заколоть зубочисткой. Положить мясо на противень, на котором растоплено сало с маслом. Мясо посолить, поперчить, обложить луком, сверху положить несколько ломтиков сала, подлить кипятка и печь в духовом шкафу до готовности. Во время приготовления часто поливать образующимся соком и подливать кипятком.

Готовое мясо нарезать и положить на горячее блюдо. Подавать с картофелем и овощным салатом или с картофельным салатом и овощами, луком и зеленью петрушки.

Приготовление фарша. Бараньи внутренности отварить, дать остыть и пропустить через мясорубку. Булочки нарезать крупными кубиками и подсушить в умеренно теплом духовом шкафу. Сало нарезать маленькими кубиками, растопить, добавить мелко нарезанный лук, поджарить до золотистого цвета и остудить. К остывшему салу с луком добавить масло, смешанное с желтками, соль, перец, майоран, нарезанную зелень петрушки, субпродукты, булочки, замоченные в молоке или отваре из субпродуктов, взбитые белки, панировочные сухари и тщательно перемешать.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ

500 г бараньей грудинки, 300 г рисовой каши, 2 луковицы, 4 ст. ложки топленого сала, 1 яйцо, соль, черный молотый перец, петрушка.

Подготовить для фаршировки баранью грудинку, наполнить ее рисовым фаршем, затем до готовности жарить в духовке на противне с жиром.

Приготовление фарша. В готовую холодную рассыпчатую рисовую кашу добавить рубленый пассерованный лук, яйцо,



мелко нарезанную зелень петрушки, соль, молотый перец; все хорошо перемешать.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ ПОМИДОРАМИ И ЧЕСНОКОМ

1 кг мякоти баранины, 150 г курдюка, 4 помидора, 1 головка лука, 1 зубок чеснока, кунжутные семена, приправа для мяса, соль, растительное масло.

Баранину тонко отбить, посыпать приправой. Лук, курдюк и помидоры мелко нарезать, выложить в миску, добавить растертый чеснок, приправу, немного соли и все перемешать. На пласт отбитого мяса выложить полученный фарш. Свернуть мясо в рулет. Обсыпать рулет семенами кунжута. Сковороду разогреть, налить немного растительного масла, выложить мясо и обжарить со всех сторон. Поставить рулет в разогретую духовку и довести до готовности, поливая водой.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ МАРМЕЛАДОМ И СЛИВАМИ

1 кг бараньей грудинки, 50 г жира.

*Для начинки: 500 г сливового мармелада, 300 г недозре-
лых кислых слив, 80 г сахара, 30 г корицы, 20 г сливового
сока.*

Сливы нарезать на мелкие кусочки, мармелад нарезать ломтиками, размять в пюре, добавить сахар, корицу. У бараньей грудинки отрубить позвоночные и грудную кости, с внутренней стороны вдоль ребер прорезать пленки. Стонок нижнего края грудинки между слоями мякоти сделать разрез — карман, наполнить его начинкой и зашить. Нафаршированную грудинку полить жиром и зажарить в духовке. Готовую грудинку нарезать кусками, предварительно вынув реберные кости.

БАРАНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ КОЛБАСНЫМ ФАРШЕМ

*900 г бараньей грудинки без костей, 2 ст. ложки расти-
тельного масла.*



*Для соуса: 100 г кураги, соль, черный молотый перец.
Для начинки: 175 г колбасного фарша с зеленью, 2 ст. ложки португальского, 2 ст. ложки нарезанной петрушки, тертая цедра $1/2$ лимона, 100 г листового шпината, щепотка молотого мускатного ореха, соль, молотый черный перец.*

Смешать в миксере фарш, португальский, петрушку, лимонную цедру, шпинат, мускатный орех, соль и молотый черный перец. Положить подготовленную баранину на стол и распределить начинку по всей ее поверхности. Скатать рулетом и закрепить веревочкой. Взвесить рулет и определить время приготовления из расчета 25 мин на каждые 450 г плюс дополнительно 25 мин.

Разогреть в противне масло, положить рулет и запекать в духовке положенное время (периодически смазывая маслом) до образования золотистой корочки. Подавать с соусом из кураги.

Приготовление соуса. Курагу залить теплой водой и оставить на 1 ч. Измельчить в миксере курагу вместе с водой, в которой она замачивалась. Вылить полученную массу в сотейник, добавить сок с противня и подогреть. Посыпать солью и перцем.

БАРАНИНА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ТАТАРСКИ

Кусок баранины (лопаточной части), 150 г копченой баранины, 2 бараньи почки, 30 г пшеничной муки, 10 г мелко нарубленной зелени петрушки, 3 яйца, 70–80 г молока, листики свежей мяты, черный молотый перец, соль по вкусу.

Баранину хорошо обмыть и острым ножом разрезать, отделяя ребра от лопатки. Мелко нарезать копченую баранину и бараньи почки. Прибавить пшеничную муку, мелко нарезанную зелень петрушки, мелко нарезанные листики свежей мяты, соль, черный молотый перец, взбитые яйца и молоко. Смесь хорошо перемешать, начинить ею лопатку и зашить разрез.

Фаршированную лопатку положить в кастрюлю, залить водой (достаточным количеством) и протушить до мягкости мяса. Затем переложить мясо на смазанный жиром проти-



вень, поставить в духовку и запечь до образования румяной корочки.

БАРАНИНА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

2 кг бараньего окорока без кости, 500 г телятины от задней ножки, 100 г измельченной ветчины, 30 г анчоусного пюре, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, 2 зубка чеснока, 6 головок мелкого лука, 1 головка репчатого лука, 2 моркови, 50 г свиного сала, 1 ст. ложка измельченной зелени тимьяна, 1 лавровый лист, 1 бутылка сухого красного вина.

Нафаршировать баранину ветчиной, смешанной с анчоусным пюре, измельченным луком и растертым чесноком. Перевязать мясо бечевкой и обжарить в жаровне в свином сале на слабом огне с луком, морковью и телятиной. Добавить зелень петрушки, тимьяна и лавровый лист. Влить вино. Закрыть крышкой жаровню и держать на слабом огне еще 90 мин. Снять с баранины веревки и выложить вместе с телятиной на блюдо. Соус слить, охладить и, сняв жир, снова подогреть и полить им мясо.

Разрезанное на куски мясо подавать с отварным картофелем, фасолью, отварными овощами.

ФАРШИРОВАННАЯ БАРАНИНА В ТЕСТЕ

Баранья нога весом 1 кг, соль, растительное масло.

Для теста: 1 стакан муки, 100 г масла или маргарина, 1 яйцо, мускатный орех, соль.

Для смазки: 1 яйцо, $\frac{1}{4}$ стакана молока.

Для начинки: 200 г брынзы, 4 зубка чеснока, зелень петрушки, 50 г очищенных семечек подсолнечника, 1 яйцо.

Муку просеять, добавить размягченное масло или маргарин, мелко тертый мускатный орех, соль, воду. Вымесить тесто до однородной массы, придать ему форму круглого хлеба, завернуть в пергаментную бумагу и положить на холод. Мясо бараньей ноги снять с костей, натереть солью. Раскалить растительное масло и обжарить с обеих сторон мясо. Брынзу натереть на мелкой терке или пропустить через мясорубку, расте-



реть, добавить измельченный чеснок, зелень петрушки и укропа, перемолотые или измельченные семечки подсолнечника, яйцо. Этой начинкой нафаршировать мясо, для чего раскатать охлажденное тесто так, чтобы его толщина была 1 см, положить на него часть мяса, затем начинку, сверху — снова мясо. Закрывать тестом.

Взбить миксером молоко с желтком и хорошенько промазать места соединения теста. Этой же смесью смазать поверхность теста. Поставить в горячую духовку. Можно прикрыть мясо фольгой.

ФАРШИРОВАННАЯ БАРАНИНА В МЯТНОМ СОУСЕ

1,2 кг филе баранины, 300 г длиннозерного риса, 2 головки лука-шалота, 1 зубок чеснока, 1 яйцо, зелень петрушки, лук-резанец, соль, перец, мятный соус.

Острым ножом сделать кармашки в мясе. Смешать все ингредиенты (кроме мяса) в кастрюле. Плотно начинить полученной массой мясо. Уложить мясо на противень для пиццы в форме арки. Выложить остаток смеси в арку и полить мятным соусом. Запечь в духовке при средней температуре.

ФАРШИРОВАННЫЕ ОТБИВНЫЕ ИЗ БАРАНИНЫ

6–8 отбивных из баранины на кости, розмарин, оливковое масло, соль, перец, 2 помидора, 1 луковица, 50 г зелени петрушки, 1 зубок чеснока.

Мясо промыть, поперчить, посолить. Сбрызнуть оливковым маслом, посыпать розмарином. Помидоры, лук нарезать полукольцами, зелень и чеснок измельчить. Нафаршировать разрезы овощами, посыпать чесноком и зеленью. Положить баранину в пакет, который поместить на противень, поставить в духовку. Запекать при 180 °С около часа. Подавать, украсив овощами и лимоном.



Птица

КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

Курица весом 1 кг, 2 луковицы, 3 ст. ложки сливочного масла, 100 г риса, 200 г воды, 200 г потрохов, 1,5 кг квашеной капусты, 6 ст. ложек смальца или куриного жира, по 1/2 ч. ложки красного и черного молотого перца, зелень, соль.

Тушку жирной курицы промыть и посолить. Нарезать мелко лук и обжарить на масле. Добавить рис и также обжарить, а затем залить стаканом кипятка, посолить и варить до тех пор, пока рис не набухнет и не впитает воду. Добавить куриные потроха, сваренные и нарезанные кубиками, рубленую зелень петрушки и черный перец. Смешать и полученным фаршем нафаршировать тушку курицы через разрез в брюшке, который потом зашить нитками.

Нарезать полосками кочан квашеной капусты, поджарить на смальце или курином жире, посыпать красным перцем и переложить на противень. Сверху уложить курицу, смазав ее жиром, и обжарить в умеренно горячем духовом шкафу с обеих сторон.

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ И ФИНИКАМИ

1 курица, 200 г риса, 20 фиников, 3 кружка лимона, 1 пучок зелени петрушки, 1 стакан вина, 50 г миндаля, соль, перец.

Отварить рис до полуготовности. Дольки лимона очистить от кожуры и мелко нарезать. Сухие финики без косточек тоже нарезать. В сковороду поместить рис, лимон, финики. Добавить нарезанную петрушку, черный и красный перец. Посолить. Можно добавить мелко размолотый миндаль. Все перемешать и обжарить.

Курицу помыть и обсушить. Нафаршировать курицу ранее сделанной смесью. Скрепить края. В небольшом количестве растительного масла развести соль, красный и черный перец. Смазать курицу этой смесью и положить в форму. Нагреть ду-



ховку до 180 °С и поместить туда подготовленную курицу. Через 15–20 мин влить в форму белое сухое вино. Оставить курицу в духовке еще на 1 ч. Затем вынуть курицу из духовки и дать ей постоять под фольгой еще 10 мин. Разделить на порции и подавать, полив тем соусом, который образовался в форме.

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ КУКУРУЗОЙ

1 курица, 2 початка кукурузы, 50 г колбасного фарша, 10 зеленых оливок, 1 стручок сладкого перца, 5 листиков кочанного салата, 1 яйцо, растительное масло, соль, перец.

Для соуса: 1 морковь, 1 луковица, 1 зубок чеснока, 70 г сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 100 г вина, 400 г куриного бульона, 100 г сливок.

Курицу выпотрошить, промыть, обсушить, сердце и печеньку мелко нарезать. Зерна кукурузы отделить от початков и сварить в подсоленной воде до готовности (для этого потребуется около 40 мин).

Обжарить на сливочном масле колбасный фарш, добавить нарезанные оливки, сладкий перец, салат, посолить, поперчить и снять с огня. Перемешать фарш с кукурузой и яйцом и начинить им курицу. Смазать курицу растительным маслом и запечь в духовке. Подавать с соусом.

Приготовление соуса. Морковь, лук и чеснок мелко нарезать и поджарить с куриным сердцем и печенькой на сливочном масле. Добавить муку, вино, бульон и проварить 30 мин. Протереть соус сквозь сито и вскипятить со сливками.

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ БАРАНИНОЙ И ЛУКОМ

1 курица весом 1,5 кг, 450 г мякоти баранины, 3 1/2 ст. ложки риса, 1 ст. ложка изюма, 3 яйца, 250 г молока, 3 головки репчатого лука, 2 ст. ложки сливочного масла, корица, черный молотый перец, соль.

Курицу обработать, не разрезая брюшко, хорошо промыть, надрезать кожу вдоль спинки и снять ее с костей вместе с мясом. Оставшееся на костях мясо вырезать и вместе с бараниной



пропустить через мясорубку. Добавить отваренный до полуготовности рис, измельченный и обжаренный лук, промытый изюм, взбитые с молоком яйца, заправить солью, перцем, корицей, хорошо перемешать. Полученным фаршем наполнить куриную кожу, перевязать ее нитками, залить подсоленной водой (или бульоном) и варить на слабом огне до готовности. Оставить остывать в бульоне, снять нитки; подавая на стол, нарезать ломтиками.

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ БАРАНИНОЙ И АЙВОЙ

1 курица весом 1,5 кг, 450 г мякоти баранины, 2 айвы, зелень укропа, соль, черный молотый перец.

Курицу опалить, удалить внутренности, хорошо промыть холодной водой, обсушить и слегка натереть солью и перцем. Айву очистить от кожицы и семенной коробочки, нарезать мелкими кубиками. Баранину освободить от костей, пленок и сухожилий, хорошо помыть, нарезать кусочками, пропустить через мясорубку, заправить солью и перцем, добавить айву, перемешать. Приготовленным фаршем наполнить курицу через брюшко, зашить ниткой. Положить в пароварку, смазав предварительно жиром решетку, и варить на пару 2,5 ч. Если нет пароварки, то курицу завернуть в чистую салфетку, перевязать ниткой, положить в кастрюлю с подсоленной водой и варить при слабом кипении до готовности. У готовой курицы удалить нитки, разрезать ее на четыре части, положить на блюдо, гарнировать салатом из овощей.

КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ К РОЖДЕСТВУ

1 курица, 1 лимон, соль, несколько зубков чеснока, 3 ст. ложки сливочного масла, черный и красный молотый перец.

Для начинки: 3 ломтика белого черствого хлеба, 2 яйца, 3 ст. ложки молока, 1 ст. ложка коньяка, 1 луковица, 1 ст. ложка мелко нарезанного шпика, 2 ст. ложки измельченных лесных орехов, 1 ст. ложка мелко нарубленной зелени, молотый мускатный орех, красный молотый перец, соль, специи, растительное масло.



Курицу обмыть и обсушить, натереть снаружи и внутри солью, перцем и тертым чесноком. Сбрызнуть лимонным соком внутри и снаружи. Оставить помариноваться. Яйца взбить с молоком, добавить соль, перец, мускатный орех и другие специи. Залить ломтики хлеба яичной смесью. Лук измельчить и обжарить со шпиком, остудить и смешать с хлебом и яйцами, добавить зелень, орехи, влить коньяк, перемешать. Нафаршировать получившейся начинкой тушку курицы, зашить или заколоть деревянными зубочистками.

Растопить сливочное масло, добавить в него соль, черный и красный перец. Обмазать растопленным маслом курицу, завернуть в фольгу и поставить в разогретую духовку. Запекать примерно 1 ч. Незадолго до готовности развернуть фольгу, полить выделившимся соком и запечь курицу до золотистой корочки. При подаче удалить нитки или зубочистки, полить соком.

КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

1 курица весом 2,5 кг, 3 ч. ложки соли, $\frac{2}{3}$ ч. ложки черного молотого перца, 3 тонких ломтика грудинки свиной копченой, 450 г куриной печени, 4 ст. ложки измельченного репчатого лука, 50 г свежих, тонко нарезанных грибов (белых или шампиньонов), 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, $\frac{1}{2}$ стакана сухарей, 6 ст. ложек сливочного масла, 2 ст. ложки лимонного сока, чабер.

Курицу помыть, вытереть насухо и натереть 2 ч. ложками соли и $\frac{1}{2}$ ч. ложки перца. Грудинку слегка обжарить, вытопившийся жир слить, положить печенку, лук, грибы и обжаривать еще 5 мин. Нарубить все ножом (или пропустить через мясорубку), смешать с петрушкой, половиной количества сухарей, чабером и оставшимися солью и перцем. Заполнить этой массой тушку и зашить.

Половину количества масла растопить, положить курицу и поставить в нагретую духовку на 2,5 ч (мясо должно стать мягким, а кожа зарумяниться), часто поливая выделяющимся соком. Остальное масло растопить, смешать с сухарями. Готовую курицу обмазать сухарями с маслом, сбрызнуть лимонным соком и подать к столу.

**КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-РУССКИ**

Курица весом 1 кг, 500 г клюквы, 100 г сахара, 200 г пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, соль, перец.

Обработанную тушку курицы промыть, обсушить, натереть снаружи и изнутри смесью соли с перцем, наполнить фаршем и запечь в духовке.

Приготовление фарша. Засыпать протертую свежую клюкву с сахаром, дать постоять 1 ч, затем смешать с поджаренными на масле кубиками пшеничного хлеба, поперчить, посолить и осторожно перемешать.

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ ТЫКВЕННОЙ КАШЕЙ

1 небольшая курица, пряности, коренья, бульон, соль, масло или сметана для смазывания курицы.

Для фарша: 250 г густой тыквенной каши, 100 г сухарей, 1 яйцо, 1 ст. ложка сливочного масла, немного изюма или вымоченных и нарезанных сушеных слив, корица, апельсиновая цедра, соль.

Обработанную тушку курицы промыть, обсушить, натереть снаружи и изнутри смесью соли с пряностями, начинить приготовленным тыквенным фаршем и зашить. Положить в гусятницу, влить небольшое количество горячего бульона и жарить в духовке до готовности, периодически поливая выделяющимся соком и смазывая маслом или сметаной.

Приготовление фарша. В тыквенную кашу положить сухари, яйцо, корицу, тертую апельсиновую цедру, изюм или нарезанные сушеные сливы, масло, все тщательно перемешать и растереть до получения однородной массы.

**КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ,
В ШАМПАНСКОМ**

1 тушка курицы, 200 г гречки, 3 яблока, 1 луковица, растительное масло, 1 морковь, 10 шт. чернослива без косточек, 4 лавровых листа, 1 зубок чеснока, 1 бутылка шампанского, соль, черный молотый перец, корица.

Тушку курицы натереть растертым чесноком, солью, черным молотым перцем и корицей.



Обжаренную на сухой сковороде гречку немного проварить, подсолить и поперчить. В кашу добавить яблоки, разрезав их на четыре части. Луковицу нарезать дольками и обжарить в растительном масле. Морковь натереть на крупной терке, обжарить в растительном масле, смешать с луком, распаренным черносливом и заправить кашу.

Начинить тушку птицы, зашить, положить в гусятницу, добавить лавровый лист и залить шампанским, чтобы чуть-чуть не доходило до верха тушки. Тушить в средне нагретой духовке 40 мин.

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ МОЗГАМИ

1 курица весом 1,2 кг, 500 г мозгов, 100 г белого хлеба, 200 г молока, 3 желтка, 75 г репчатого лука, 100 г моркови, 50 г корня петрушки, растительное масло, зелень петрушки и укропа, соль, черный молотый перец по вкусу.

Подготовленную курицу положить на доску грудкой вниз, сделать посредине спины разрез, черенком ножа осторожно отделить кожу. Мясо срезать с костей и дважды пропустить через мясорубку вместе с размоченным в молоке хлебом. Из костей и потрохов сварить крепкий бульон с кореньями и луком. Выводить в воде мозги, чтобы удалить кровь, затем опустить их в соленый кипяток, дать покипеть 5–7 мин, вынуть, снять пленку, нарезать кубиками и быстро обжарить в масле. Остывшие жареные мозги перемешать с подсоленными растертыми сырыми желтками.

Пропущенное через мясорубку мясо вымешать с булкой и зеленью, постепенно доливая в фарш холодную воду. Массу хорошо взбить, чтобы фарш получился пышным. Распределить фарш ровным слоем на снятую с курицы кожу, поперчить, а сверху разложить подготовленные мозги. Осторожно соединить кожу по разрезу и зашить.

В кипящий бульон из костей и потрохов опустить фаршированную курицу и поварить 10 мин. Затем вынуть, обтереть полотенцем, обильно смазать маслом и поставить в хорошо нагретую духовку, залить курицу небольшим количеством бульона. Жарить, часто поливая образовавшимся соком.



Фаршированную курицу подать с рассыпчатым рисом и зеленым салатом.

КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-МОСКОВСКИ

I вариант

1 курица весом 1,2 кг, 300 г свинины, 100 г шпика, 2 яйца, 150 г зеленого горошка, 150 г молока, перец, мускатный орех, соль.

На обработанной тушке сделать продольный надрез вдоль позвоночника и срезать целиком кожу, оставляя слой мякоти толщиной 1 см. Из остальной мякоти приготовить фарш. Мякоть курицы и свинину пропустить через мясорубку два-три раза, затем протереть сквозь сито в несколько приемов, добавить яйца, молоко и хорошо выбить. В фарш положить нарезанный мелкими кубиками шпик, зеленый горошек, соль, перец, мускатный орех и перемешать. Полученным фаршем наполнить кожу, зашить разрез и придать изделию форму целой тушки. Завернуть ее в салфетку или пергамент, перевязать шпагатом и варить в бульоне при слабом кипении 1–1,5 ч. Готовую курицу охладить в бульоне, положить под легкий пресс и поставить в холодильник.

II вариант

1 курица, 1 куриная грудка, 1 морковь, 1 луковица, 1 белая булочка, молоко, 4 яйца, соль, перец, чеснок, растительное масло, майонез.

С булочки срезать корки и замочить в молоке. У курицы вдоль хребта сделать надрез и аккуратно снять кожу целиком, крылышки и голени оставить нетронутыми вместе с косточками. С костей срезать мясо, которое пропустить через мясорубку вместе с куриной грудкой и булкой. Лук мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке. 2 яйца отварить вкрутую. Лук обжарить с морковью на растительном масле до золотистого цвета, остудить. Смешать перекрученное мясо с обжаренным луком и морковью, вбить 2 сырых яйца, добавить измельченный чеснок, соль, перец, специи, хорошо перемешать. Кожу начинить получившимся фаршем, в середину положить отва-



ренные и очищенные яйца, зашить кожу, придав тушке прежний вид. Обмазать тушку майонезом и поставить в разогретую духовку. Запечь до равномерного золотисто-коричневого цвета.

ЦЫПЛЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЕМ И СОСИСКАМИ

Цыпленок весом 1 кг, 100 г картофеля, 100 г пшеничного хлеба, 1 луковица, 100 г сосисок, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка растительного масла, соль, перец, зелень петрушки и укропа.

Обработанную тушку цыпленка промыть, обсушить и через разрез в брюшке нафаршировать. Фаршированного цыпленка запечь в жарочном шкафу, периодически поливая выделяющимся соком.

Приготовление фарша. Нарезанный кубиками пшеничный хлеб, обжаренный на сливочном масле до золотистой корочки, мелко нарубленный лук, петрушку и укроп, обжаренные на растительном масле, соединить с кубиками жареного картофеля, слегка обжаренными кусочками сосисок и полить растопленным сливочным маслом.

ЦЫПЛЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЕМ И ОЛИВКАМИ

Цыпленок весом 1 кг, 3–4 вареные картофелины, 8–10 оливок, 3 измельченных консервированных анчоуса (филе), 3 ст. ложки оливкового масла, 2 зубка чеснока, 1 ст. ложка мелко нарезанных каперсов, 4 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, розмарин, черный молотый перец, соль.

Картофель нарезать кубиками и смешать с мелко нарезанными оливками, розмарином, петрушкой, растертым чесноком, анчоусами, каперсами и маслом. Выпотрошенного и промытого цыпленка натереть солью и перцем изнутри и снаружи, нафаршировать приготовленной смесью (не класть слишком много начинки) и запекать в духовке при умеренной температуре в течение 70–80 мин. Подавать к столу с образовавшимся соусом.



ЦЫПЛЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕЧЕНКОЙ И ГРИБАМИ

Цыпленок весом 1,8 кг, 6 ст. ложек свиного жира, соль. Для фарша: 6 ломтиков пшеничного хлеба, 150 г молока, 3 яйца, 2 луковицы, 150 г гусиной печени, 5 ст. ложек сливочного масла, 120 г шампиньонов, 100 г копченого сала, майоран, зелень петрушки, перец черный молотый, соль.

Подготовить тушку цыпленка к фаршированию. Из кусочков сала вытопить жир, поджарить в нем измельченные лук, шампиньоны, нарезанную кубиками печеньку, приправить майораном, перцем и солью. Затем положить нарезанные сваренные вкрутую яйца, измельченную зелень петрушки и намоченную в молоке булку. Все хорошо перемешать. Начинить этим фаршем тушку, зашить разрезы и поджарить на слабом огне.

ЦЫПЛЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ ТВОРОГОМ И ОРЕХАМИ

1 цыпленок, растительное масло, 150 г ядер лесных орехов, 60 г чернослива без косточек, 150 г жирного творога, соль.

Приготовить фарш из творога, толченых орехов, мелко нарезанного мягкого чернослива. Выпотрошенного и хорошо промытого цыпленка слегка натереть солью, наполнить фаршем, отверстие зашить. Противень слегка смазать растительным маслом и запечь цыпленка в духовке. Чтобы получилась румяная хрустящая корочка, цыпленка нужно поливать выделяющимся во время запекания жиром. На гарнир подать распаренный чернослив, начиненный творогом и орехами.

ЦЫПЛЯТА, ФАРШИРОВАННЫЕ КАШТАНАМИ

2 цыпленка (по 800 г каждый), 100 г сливочного масла, соль, перец, горсть сушеных каштанов, 2 ст. ложки риса, по 1 ст. ложке очищенных фисташек и черной смородины, $\frac{1}{2}$ ч. ложки корицы.

На несколько часов замочить каштаны в холодной воде. Слить воду, положить каштаны в кастрюлю с холодной водой



и довести до кипения. Накрыть крышкой и варить на слабом огне до готовности в течение 20–30 мин. Слить воду и остудить. Сварить рассыпчатый рис. Разогреть духовку до 190 °С. Мелко нарубить каштаны и фисташки. Положить в кастрюлю с рисом, смородиной, солью, перцем и корицей. Хорошо перемешать.

Разогреть на сковороде 50 г сливочного масла. Положить начинку. Готовить, помешивая, до образования однородной массы. Остудить. Нафаршировать цыплят. Полить их оставшимся маслом. Посолить и поперчить. Поместить в духовку и запекать 45 мин до образования золотистой корочки, периодически поливая образующимся соком. Разрезать цыплят пополам и подавать.

ЦЫПЛЕНОК, ФАРШИРОВАННЫЙ КОЛБАСОЙ

1 тушка цыпленка весом 800 г, 100 г шпика, 25 г сливочного масла, 150 г колбасы с приправами, 1 головка репчатого лука, 1 средней величины кочан квашеной капусты, 2–3 ст. ложки жира и 100 г свиной грудинки (для жарки капусты), 1 яблоко, 1 ст. ложка изюма, мякиш 3 толстых ломтиков хлеба, соль, молотый черный перец, тмин, лимон, 2 ч. ложки коньяка, 100 г вина.

Обработанную тушку цыпленка смазать изнутри смесью масла, соли и черного перца и выдержать. Измельченный хлеб смешать с натертым на терке яблоком, изюмом, нарезанной кубиками колбасой, слегка спассерованным с небольшим количеством жира нарезанным луком, коньяком, черным перцем и солью. Полученной массой нафаршировать цыпленка и зашить.

Нашинковать капусту, обжарить в указанном количестве жира и посыпать мелко нарезанной грудинкой. Фаршированную тушку положить на противень швом вверх, поджарить в духовом шкафу до подрумянивания с обеих сторон и перевернуть (при переворачивании ее можно полить жиром или покрыть спинку ломтиками шпика). И снова жарить до полной мягкости мяса и образования на его поверхности приятного коричнево-золотистого цвета, после чего вынуть. Капусту посыпать тмином, залить вином и запекать еще 10 мин. Затем освободить цыпленка от нитки и разделить на порции вместе с



начинкой и капустой. Отдельно подать отварной картофель (для смягчения вкуса капусты) и салат из красной свеклы и сельдерея.

ФАРШИРОВАННЫЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЯТ С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ И ШОКОЛАДОМ

500 г разрезанной на 4 ломтика грудки цыпленка, 100 г сыра, 100 г горького шоколада, 4 зеленых яблока, $\frac{1}{2}$ стакана пшеничной муки, $\frac{1}{2}$ стакана панировочных сухарей мелкого помола, 2 яйца, оливковое масло для фритюра, 1 щепотка тертого мускатного ореха, соль, зелень петрушки и мелкие помидоры — по желанию.

Грудки цыплят отбить, посолить, сверху уложить тонкие ломтики сыра и свернуть в рулетики. Сухари смешать с мускатным орехом и солью. Муку слегка взбить с яйцами. Приготовленные рулетики запанировать в муке с яйцами, затем — в сухарях, обжарить во фритюре до золотистого цвета и обсушить на бумажной салфетке.

Яблоки очистить от кожицы и семян, нарезать кусочками, отварить в течение 5 мин, измельчить в миксере до однородной массы и прогреть в течение 3 мин для испарения жидкости. Шоколад растопить на водяной бане. Подавать рулетики с шоколадом и яблочным пюре.

Можно оформить блюдо мелко нарезанной зеленью петрушки и мелкими помидорами.

КУРИНЫЕ ГРУДКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МАСЛИНАМИ

300 г куриной грудки, 4 ст. ложки горчицы, 4 ст. ложки маслин, листья зеленого салата, зелень, соль и карри по вкусу.

Нарезать мясо куриной грудки на небольшие тонкие отбивные. Кухонным молоточком отбить, чтобы кусочки получились прозрачными. В эмалированной миске замариновать куриные отбивные в горчице с солью и карри на 30 мин. Измельчить консервированные маслины.

На каждый кусочек мяса положить маслины, аккуратно



завернуть и скрепить рулетик деревянной зубочисткой. Приготовить рулетики на пару. Выложить на лист зеленого салата и посыпать зеленью.

Подать с горчицей.

КУРИНЫЕ ГРУДКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ АНАНАСАМИ

4 куриные грудки, 150 г консервированных ананасов, 100 г сыра, 1 зубок чеснока, майонез, сухари панировочные, растительное масло, 1 яйцо, соль, перец.

Подготовить куриные грудки, промыть и прорезать в грудках кармашки, стараясь не прорезать насквозь. Готовые кармашки посолить и поперчить снаружи и внутри. Чеснок пропустить через пресс и смешать с майонезом. Чесночно-майонезной смесью смазать грудки внутри кармашков.

С ананасов слить жидкость и нарезать кубиками. Сыр натереть на крупной терке. Смешать ананасы с сыром и добавить немного майонеза, чтобы масса получилась вязкой. Наполнить сырно-ананасной массой куриные кармашки и заколоть разрез зубочистками.

В мисочке размешать вилкой яйцо, посолить его. В отдельную тарелочку насыпать панировочные сухари. Грудки обмакнуть в тарелочку с яйцом, затем обвалять в сухарях. Обжарить грудки на сковороде с разогретым растительным маслом с двух сторон до румяной корочки, затем убавить огонь и продолжать жарить до готовности.

КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА, ФАРШИРОВАННЫЕ ОРЕХАМИ И ЧЕРНОСЛИВОМ

4 куриных окорочка, 1 стакан грецких орехов, 1 стакан чернослива, 1 пучок петрушки, 1 красная луковица, соль, молотый черный перец, сливки или майонез.

Окорочка промыть, обсушить салфеткой и аккуратно, без разрывов, снять с них кожу. Кожа снимается легко. Мясо отделить от костей, удалив все сухожилия. В чашу комбайна (или мясорубку) уложить кусочки куриного мяса, ядра грец-



ких орехов, чернослив и зелень. Приготовить фарш, приправить его солью и перцем. По желанию в фарш можно добавить репчатый лук, перец, сливки или майонез. Подготовленным фаршем заполнить шкурки куриных окорочков, причем край шкурок можно не закреплять зубочисткой, а просто обернуть вокруг.

Фаршированные окорочка уложить в смазанную маслом сковороду, посыпать солью, накрыть сковороду фольгой и поставить запекаться в предварительно нагретую духовку. За несколько минут до готовности снять фольгу и дать окорочкам немного подрумяниться. Готовые окорочка подавать со свежими овощами или жареным картофелем.

КУРИНЫЕ НОЖКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МАНДАРИНАМИ, ПО-КИТАЙСКИ

4 куриные ножки без косточки, 4 морковки, 5 мандаринов без косточек, 200 г проросшей сои, 1 ч. ложка тертого имбиря, 2 зубка чеснока, 1 ст. ложка темного соевого соуса, 1 ч. ложка коричневого сахара, 1 ст. ложка коньяка, 4 головки лука-шалота, 1/2 ст. ложки острой приправы, 2 ст. ложки соевого масла, 1/2 ч. ложки молотой паприки, соль, свежемолотый перец.

Морковь помыть, очистить и вставить внутрь обмытых и посоленных куриных ножек. В воке или глубокой сковороде раскалить 1 ст. ложку соевого масла и быстро, в течение 2–3 мин, обжарить куриные ножки с морковью со всех сторон. Вынуть ножки шумовкой, дать остыть.

Смешать натертый имбирь, растертый чеснок, соевый соус, коричневый сахар, коньяк, острую приправу, 1 ст. ложку соевого масла, паприку, свежемолотый перец, очищенный и измельченный лук-шалот. Ножки обвалять в этой смеси, вынуть и отложив в сторону морковки. 2 мандарина почистить, разделить на дольки и вместе с проросшей соей начинить ими филе ножек. Филе и морковь выложить в ту же сковороду, залить соусом и соком, выжатым из 2 мандаринов, оставив один для украшения. Накрыть крышкой и тушить 15–20 мин.

Подавать на одном блюде с морковью и полураскрытым мандарином, украсив оставшейся соей.



КУРИНЫЕ НОЖКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ

200 г куриных ножек, 40 г пшеничного хлеба, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 35 г куриной печенки, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ч. ложки сметаны, мускатный орех, черный перец, соль.

Косточки перерубить так, чтобы часть их осталась со снятой кожей. Мякоть пропустить через мясорубку, затем перемешать с размоченным в молоке пшеничным хлебом и снова пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Куриную печенку обжарить, мелко нарезать, смешать с пассерованным репчатым луком и подготовленной массой. Затем добавить соль, мускатный орех, перец и все тщательно перемешать. Кожу заполнить фаршем, зашить, смазать сметаной и обжарить в духовке.

На гарнир можно подать отварную морковь, жареный картофель, зеленый горошек.

ИНДЕЙКА «ПРАЗДНИЧНАЯ»

1 тушка индейки, соль, специи, полоски шпика, языка или ветчины.

Для фарша: отварная печенка, телятина или нежирная свинина, потроха индейки, 1 яйцо, соль, перец, тертый мускатный орех.

У тушки индейки отрубить лапки и крылышки до первого сустава, снять мясо с костей, начиная со спинки, вдоль позвоночника, посередине. Делать это осторожно, небольшим острым ножом, подрезая мясо как можно ближе к кости. Особенно осторожно срезать мясо со спинки, чтобы не порезать кожу. Срезанное мясо разложить пластом на деревянной доске, срезать ломтики с толстых мест, отбить их и переложить на тонкие места. На этот слой выложить фарш.

Фарш переложить длинными тонкими полосками шпика, языка или ветчины. Не следует слишком сильно набивать фаршем тушку, чтобы во время варки не разошелся шов.

Свернуть тушку, придать ей форму индейки и зашить разрез, сделанный на спинке. Завернуть тушку индейки в два слоя марли, перетянуть шпагатом, залить холодной водой и варить на небольшом огне 1,5 ч.



После первого закипания бульон посолить, добавить специй. Как только повязка ослабевает — индейка готова. Охладить индейку в бульоне, затем вынуть, снять повязку, швы и вынести на холод до полного остывания.

Холодную индейку нарезать кружками и подать к столу.

Приготовление фарша. Телятину или нежирную свинину вместе с потрохами индейки и вареной печенкой пропустить два раза через мясорубку, добавить в фарш сырое яйцо, по вкусу — соль, перец и тертый мускатный орех. Все тщательно перемешать. Если фарш очень густой, то добавить немного воды или молока.

ИНДЕЙКА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ЕВРЕЙСКИ

1 потрошенная индейка весом около 4 кг.

Для начинки: 10 наломанных листов мацы, 1 1/2 стакана белого вина, растительное масло для жарки, 2 большие луковицы, нарезанные кубиками, 2 ст. ложки сухого куриного супа, 1 мелко нарезанный сельдерей, 10 мелко нарезанных веточек розмарина, 150 г орехов пекан, разделенных на половинки.

Для смазывания: 100 г оливкового масла, 1 1/2 ст. ложки горчицы, 1/2 ч. ложки сладкой паприки, 1/2 ч. ложки черного перца.

Замочить листы мацы в белом вине на несколько минут до мягкости. Разогреть в сковороде растительное масло и обжарить лук до золотистого цвета. Сложить в миску, туда же поместить мацу.

Добавить все остальные ингредиенты начинки, хорошенько перемешать. Нагреть духовку до средней температуры (180 °C). Смешать все ингредиенты смеси для смазывания и тщательно смазать индейку. Начинить индейку полученной начинкой, проталкивая ее поглубже внутрь. Остатки начинки выложить на большой противень и на нее положить индейку. Накрыть противень фольгой.

Жарить в духовке минимум 2,5 ч, время от времени аккуратно переворачивая индейку, пока она не зарумянится и не станет мягкой.



ИНДЕЙКА, ФАРШИРОВАННАЯ ГОВЯЖЬЕЙ ПЕЧЕНКОЙ

1 индейка средних размеров, 450 г говяжьей печени, 5–6 кусков пшеничного хлеба, 150 г молока, 100 г сливочного масла, 5 яиц, перец, соль.

Подготовленную индейку хорошо промыть, обсушить и натереть солью. Говяжью печеньку промыть, нарезать на куски и слегка обжарить на сливочном масле с солью, перцем и растертым лавровым листом. Обжаренную печеньку пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом и снова пропустить через мясорубку. В смесь добавить ложку растопленного сливочного масла, сырые яйца, соль по вкусу и все хорошо перемешать. Нафаршировать этой массой индейку, зашить ее, положить брюшком вверх на смазанный маслом противень, влить в него 2–3 ст. ложки воды или бульона и поместить в разогретую духовку. Когда индейка слегка зарумянится, убавить огонь и периодически поливать ее соком, который образуется в противне. Через полтора-два часа блюдо будет готово. Жареную индейку выложить на блюдо, удалив из нее нитки, обложить ее фаршем, любым овощным гарниром и свежими овощами.

ИНДЕЙКА, ФАРШИРОВАННАЯ ПОТРОХАМИ И МАСЛИНАМИ

1 индейка весом около 2,5 кг, потроха (сердце, желудок, печенька), 250 г маслин, 50 г мякиша пшеничного хлеба, вымоченного в молоке и отжатого, 1 яйцо, 2 ст. ложки тертого сыра, 1 ломтик свиного сала, сливочное масло или маргарин, помидоры, белое сухое вино, соль, черный молотый перец.

Индейку промыть и хорошо обсушить. В небольшом количестве сливочного масла или маргарина поджарить мелко нарезанные потроха, добавить вино, тщательно перемешать с хлебом, яйцом, сыром, 10 маслинами, очищенными от косточек, солью и перцем. Нафаршировать индейку приготовленной смесью, зашить ниткой, к грудке привязать ломтик свиного сала, посолить, поперчить, смазать распущенным сливочным маслом или маргарином, уложить на противень и поста-



нить в духовку на 2,5 ч, время от времени поливая образующимся соусом. Выложить на блюдо, расшить, отвязать сало, украсить оставшимися маслинами, оливками и дольками помидоров.

ИНДЕЙКА, ФАРШИРОВАННАЯ ЛЕСНЫМИ ОРЕХАМИ И СВИНИНОЙ

1 индейка, 850 г сидра, соль.

Для фарша: 200 г ядер лесных орехов, 150 г свинины, соль, перец.

Для начинки: 300 г хлебного мякиша, молоко, печенка 1 индейки, 150 г бекона, 1 ст. ложка чабреца, 50 г изюма без косточек, 2 корня сельдерея, соль, перец.

Подготовленную индейку изнутри и снаружи натереть солью. Наполнить зоб фаршем, а брюшко — начинкой и зашить отверстия. Положить индейку в большую гусятницу, натереть маслом, залить сидром, закрыть фольгой и готовить в духовке при температуре 180 °С до готовности (время от времени снимать фольгу и поливать индейку образовавшимся соком).

Приготовление фарша. Орехи положить в кипящую воду и проварить в течение 20–30 мин. Мясо пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и перемешать с мелко нарезанными вареными орехами.

Приготовление начинки. Размочить хлеб в молоке и перемешать с пропущенной через мясорубку печенкой индейки, мелко нарезанным беконом, чабрецом, изюмом, натертым сельдереем, солью и перцем.

ИНДЕЙКА, ФАРШИРОВАННАЯ ТУШЕНЫМ МЯСОМ И ОРЕХАМИ

1 индейка, 300 г тушеного мяса (говядины и свинины), шпик, 1 стакан молотых сухарей, 2 яйца, соль, мускатный орех, 1 стакан ядер орехов, зелень петрушки, цедра лимона, 200 г масла, сливки, вкусовые корни, сушеные грибы, специи для бульона.

Индейку очистить. Кости вынуть, залить водой и варить. Дважды пропустить через мясорубку печенку, желудок, серд-



це индейки, тушеное мясо и шпик. Затем добавить сухари, размягченное масло, яйца, молотые или рубленые орехи, мелко нарезанную зелень петрушки, мускатный орех, тертую цедру, соль. Начинку тщательно перемешать, при необходимости развести сливками. Наполнить начинкой индейку, зашить, крылышки и ножки прижать к туловищу, обвязать ниткой.

Бульон из костей процедить, добавить сушеные грибы, луковицы целиком, морковь, соль, зелень петрушки. Опустить в бульон завернутую в марлю подготовленную индейку и тушить под крышкой на слабом огне. Через 1 ч добавить перец и лавровый лист. Если фаршированной индейке желательно придать вкус жареной птицы, незадолго до окончания тушения вынуть индейку из бульона, снять марлю, птицу поместить на противень с тонкими ломтиками шпика, смазать ее маслом или обложить полосками шпика. Обжарить в духовке до образования коричневой корочки, поливая бульоном или сметаной. Обжаренную индейку поместить на блюдо с картофельными крокетами, салатом из маринованных фруктов (груш, тыквы, сливы, яблок, вишни) или тушеными овощами.

ФАРШИРОВАННАЯ ИНДЕЙКА С КЛЮКВЕННО-АПЕЛЬСИНОВЫМ СОУСОМ

1 индейка весом 4 кг, 150 г соленого сливочного масла, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 луковица, 250 г шпината, 2 кислых яблока, 450 г свиного фарша, цедра 1 лимона, 100 г хлебных крошек, 2 яйца, 300 г клюквы, 150 г сахарной пудры, 150 г вина, 1 апельсин, зелень укропа, соль, перец.

Обжарить лук на оливковом масле, добавить шпинат, немного потушить. Добавить нарезанные яблоки и готовить еще 2–3 мин, помешивая. Сюда же положить свиной фарш, лимонную цедру, укроп, хлебные крошки, взбитые яйца, посолить, поперчить, немного обжарить. Индейку вымыть и натереть специями изнутри. Начинить птицу приготовленной смесью, прикрыть кожицей и закрепить деревянной зубочисткой. Положить индейку на противень, соленое сливочное масло смешать со специями и обмазать всю индейку. Прикрыть фоль-



гой, поставить в духовку на средний огонь. Примерно за 40 мин до конца жарки снять фольгу. Время от времени поливать индейку образовавшимся соусом. Проткнуть индейку вилкой — она готова, если из мяса выделяется прозрачный сок. Можно положить на противень маленькие полукопченые колбаски и запечь их вместе с индейкой. Выложить индейку на блюдо, украсить запеченными овощами. Натереть цедру апельсина, выжать из него сок.

Клюкву, сахарную пудру, вино и апельсиновый сок перемешать, поварить и довести до кипения. Уваривать соус на медленном огне 30 мин. Измельчить блендером, добавить цедру. Охладить и подать к птице.

ФИЛЕ ИНДЕЙКИ, ФАРШИРОВАННОЕ ЯБЛОКАМИ И ЧЕРНОСЛИВОМ

400 г филе индейки, 2 яблока, 100 г чернослива, 30 г сливочного масла, 1 ч. ложка сахара, 3 ст. ложки муки, 1 яйцо, 3 ст. ложки молока, соль.

Тонко отбитое филе индейки посыпать солью, на середину положить фарш. Свернуть филе в виде конверта, запанировать в муке, смочить во взбитом с молоком яйце и обжарить. Довести до готовности в духовке.

Это блюдо подают со сложным гарниром из маринованных фруктов, оформляют зеленью.

Приготовление фарша. Яблоки очистить от кожицы, сердцевины и семян и нашинковать соломкой. Чернослив отварить, освободить от косточек и измельчить. Соединить подготовленные яблоки с черносливом, добавить сахар и перемешать.

ФИЛЕ ИНДЕЙКИ, ФАРШИРОВАННОЕ ПОМИДОРАМИ И ГРИБАМИ

1 филе индейки, 2–3 листа савойской капусты, 7–8 шампиньонов, 1 зубок чеснока, 70 г оливкового масла, соль, перец, 3 помидора черри.

Зубок чеснока очистить, разрезать пополам, обжарить на сковороде с 1 ст. ложкой масла, вынуть. Шампиньоны крупно нарезать, быстро обжарить в подготовленном масле вместе с



помидорами черри, снять с огня, обсушить на бумажной салфетке. Листья капусты погрузить на 2–3 мин в подсоленный кипяток, чтобы они стали мягкими. Филе тонко отбить, выстелить листьями капусты, а поверх выложить грибы и помидоры черри. Свернуть рулет, закрепить деревянными шпажками, обжарить со всех сторон на сковороде на оставшемся масле, затем довести до готовности в духовке при температуре 180 °С в течение 5–7 мин. Разрезать рулет наискосок и подать горячим.

ГОЛЕНИ ИНДЕЙКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ

2 голени индейки, 2 яйца, 2 ломтика черствого белого хлеба, 2 головки репчатого лука, зелень, 100 г ветчины, 100 г сала или бекона, соль, перец, листья салата, растительное масло.

Голени промыть, разрезать вдоль и удалить кость. Мякоть развернуть, слегка отбить, посолить и поперчить. С ломтиков хлеба срезать корочки и нарезать мякиш мелкими кубиками. Ветчину также нарезать мелкими кубиками. Зелень и лук измельчить. Смешать в миске нарезанные хлеб, ветчину, зелень, посолить, поперчить, вбить яйца и хорошо перемешать. Наполнить голени получившейся начинкой, края сшить ниткой или скрепить деревянными зубочистками. Уложить голени в смазанную форму. Сало или бекон мелко нарезать, уложить сверху на голени. Поставить в разогретую до 200 °С духовку и запекать около 1 ч, периодически поливая голени выделившимся соком.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ КАРТОФЕЛЕМ И ЯБЛОКАМИ

1 тушка утки весом 2 кг, 3 ст. ложки жира, 3 картофелины, 2 яблока, 2 ст. ложки молока, 1 стакан бульона, соль, молотый черный перец, лимонный сок и третья лимонная цедра.

Подготовленную тушку утки опустить на 5–6 мин в кипящую воду. Затем вынуть, отцедить и смазать изнутри небольшим количеством жира, смешанного с лимонной цедрой и со-



ком, черным перцем и солью. Картофель сварить, протереть и смешать с измельченными на терке яблоками, молоком и солью по вкусу (если есть потроха, сварить их, нарубить и прибавить к картофельному пюре). Полученной смесью нафаршировать утку, зашить, положить спинкой вниз на небольшой противень, добавив 1 ст. ложку жира, и поставить в духовой шкаф. Жарить 30 мин, подливая время от времени по 1–2 ст. ложки бульона (или теплой воды). После чего перевернуть, полить оставшимся жиром и жарить еще 30 мин, часто поливая образовавшимся на противне соком.

Готовую утку освободить от нитки и разрезать на порции. Каждую порцию подать с соответствующим количеством начинки с добавлением тушенной в жиру краснокочанной капусты, сбрызнутой небольшим количеством вина и слегка посыпанной сахаром (или же с жареным в жиру картофелем), абрикосами (из компота) и желе из черной смородины.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ И ЯБЛОКАМИ

1 утка, 1 стакан гречневой крупы, 5 яблок, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки моченой брусники, соль, черный молотый перец.

Сварить рассыпчатую гречневую кашу и заправить сливочным маслом. Разделанную тушку посолить, поперчить, нафаршировать очищенными от семян нарезанными яблоками и гречневой кашей. Отверстие в брюшке зашить ниткой. В противень налить $\frac{1}{4}$ стакана воды, положить тушку (спинкой вниз), поставить в духовку. Жарить в течение полутора часов. Во время жарки утку необходимо поливать вытопившимся жиром. Из готовой утки удалить нитки, вынуть часть яблок и каши, положить их на блюдо вокруг утки, добавить моченую бруснику.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ ЛАПШОЙ И ГРИБАМИ

1 утка весом 2,5 кг, 1 луковица, 2 ч. ложки соли, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка черного перца, 1 ч. ложка паприки, 1 баночка грибов, 400 г лапши, 2 яйца, зелень петрушки.



Смешать соль, черный перец, паприку и тертый чеснок. Этой смесью натереть утку изнутри и снаружи. Отварить лапшу и взбить яйца. Утиные потроха мелко нарезать. Мелко нарезать грибы и лук. Обжарить их с потрохами до золотистого цвета. Смешать с лапшой, нарезанной петрушкой, взбитыми яйцами, солью и перцем. Все тщательно перемешать. Этой смесью заполнить утку и зашить ее. Жарить в духовке примерно 2 ч. Во время жарки утку надо периодически переворачивать.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ БЕКОНОМ

1 молодая утка, 1 крупная красная луковица, 200 г бекона, ореховое масло, 100 г хлебных крошек, 1 пучок зелени петрушки, соль, черный молотый перец.

Утку выпотрошить, промыть, обсушить, посолить и поперчить. Мелко нарезанный лук пассеровать на масле вместе с предварительно ошпаренным в кипятке и нарезанным соломкой беконом. Затем добавить хлебные крошки, размешать и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Приготовленным фаршем начинить тушку утки и зашить ее.

Фаршированную утку смазать маслом, положить в кастрюлю и запечь, время от времени поливая маслом. При подаче к столу разрезать пополам вдоль и залить соусом, в котором утка запекалась.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ И ПЕЧЕНКОЙ

1 утка весом 2 кг, 1 яйцо, 4 яблока, 100 г риса, 1 зубок чеснока, 1 веточка петрушки, сливочное масло, растительное масло, перец, соль.

Утку хорошо вымыть, высушить, посолить снаружи и изнутри. Оставить в холодном месте на 1 ч. Рис сварить, слить, охладить, добавить к нему натертую печенку, мелко нарезанные чеснок, яйцо, петрушку, посолить, поперчить. Этим фаршем наполнить брюшную полость и зашить белой ниткой. Затем утку положить на смазанный жиром противень, залить смесью растительного масла и воды, поставить в нагретую духовку и запекать на среднем огне. Во время готовки поливать собственным соком и переворачивать для равномерного запекания. В слу-



необходимости долить 1–2 ст. ложки теплой воды, чтобы сок не пригорел. Запекать примерно 2 ч до готовности, когда кожица везде станет золотисто-желтоватого цвета.

Незадолго до конца приготовления утки яблоки вымыть, почистить, удалить сердцевину, положить вместо нее немного сливочного масла, перемешанного с перцем. Положить яблоки рядом с уткой, продолжать запекать, поливая соком и утку, и яблоки. Вынуть птицу из духовки, удалить нитку, нарезать так, чтобы в каждом куске был фарш. Подать вместе с запеченными яблоками, картофелем фри, зеленым салатом.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ ЖАРЕНЫМ КАРТОФЕЛЕМ И СВИНИНОЙ

1 утка, 300 г свинины, 2 яйца, 2 луковицы, 150 г копченой корейки, 400 г картофеля, 400 г краснокочанной капусты, 3 яблока, 300 г шампиньонов или лесных грибов, 150 г жира, 50 г сливочного масла, сахар, соль и перец по вкусу.

Обработанную утку вымыть и обсушить кухонной салфеткой. Очищенный и вымытый картофель нарезать маленькими кубиками и обжарить в жиру. Свинину пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанные лук и копченую корейку, соль, перец, яйца и обжаренный картофель, все перемешать, начинить этим фаршем утку, зашить ее, положить в сотейник с жиром и, добавив немного воды, тушить в духовке.

Капусту мелко нашинковать, перетереть с солью, заправить растительным маслом и нарезанными соломкой яблоками. Очищенные и хорошо промытые грибы тушить с маслом.

Из готовой утки удалить нитки, выложить на блюдо начинку, а сверху уложить разрезанную на порции утку. Гарнировать тушеными грибами и салатом из красной капусты с яблоками.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ РУБЛЕННЫМ МЯСОМ И ЯБЛОКАМИ

1 большая утка, горчица, растительное масло, пучок зелени, 500 г рубленого мяса, 150 г телячьего почечного



жира, бульон, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 ч. ложка мелко нарубленной зелени петрушки, 3 яблока, соль, щепотка сахара, растительное масло, 6 картофеля, 250 г сметаны.

Утку выпотрошить и хорошо промыть. Внутри натереть утку смесью горчицы, растительного масла и измельченной зелени.

Печенку, почечный жир, рубленое мясо, панировочные сухари, петрушку, очищенные, мелко нарезанные яблоки хорошо перемешать, приправить солью и сахаром и наполнить этим фаршем утку, зашить ее, придать утке правильную форму.

Противень смазать жиром или влить в него небольшое количество бульона, положить на него утку и поставить в духовку. Тушить до готовности, часто поливая соком. Когда утка обжарится, облить ее подготовленным бульоном, в конце жарки положить картофель и полить сметаной.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

1 молодая утка, 2 луковицы, 4 ст. ложки свиного жира, 1 кг квашеной капусты, 2 ст. ложки красного молотого сладкого перца, соль.

Для фарша: утиные потроха, 4 ст. ложки риса, 4 ст. ложки рубленых грецких орехов, 1 ч. ложка сухого майорана, черный молотый перец, соль.

Подготовленную тушку утки тщательно промыть и обсушить салфеткой. Потроха (сердце, печень, желудок) мелко нарезать. Утку начинить фаршем, зашить хлопчатобумажными белыми нитками, натереть тушку солью. Очищенный лук крупно нарезать. В большой утятнице разогреть свиной жир и подрумянить на нем лук. Добавить квашеную капусту, посыпать красным молотым перцем, все хорошо перемешать. На капусту положить утку грудкой вниз и поставить утятницу в духовку с температурой 190 °С на средний уровень. Запекать в течение 2 ч, затем перевернуть и запекать еще 1 ч. Готовность утки проверять так: если при проколе мякоти выделяется прозрачная жидкость — утка готова.

Приготовление фарша. Промытый и слегка просушенный рис перемешать с потрохами и рублеными орехами, черным перцем (на кончике ножа), майораном и солью.

**УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ АПЕЛЬСИНАМИ*****I вариант***

1 утка весом около 2 кг, 3 апельсина, 60 г сливочного масла, 100 г сухого вина, 150 г мясного бульона, черный молотый перец, соль.

Тушку вымыть, обсушить. Один апельсин очистить от кожуры и семян, мякоть нарезать кусочками и начинить ими утку. Брюшко зашить. В утятнице растопить масло. Утку посолить и поперчить, положить в масло грудкой вниз, добавить нарезанную соломкой цедру, влить вино и бульон. Запекать утку в духовке до готовности. Оставшиеся апельсины очистить. Один нарезать кружочками, из другого выжать сок. Готовую утку нарезать порционными кусками, выложить на блюдо, полить соком и обложить кружочками апельсина.

II вариант

1 утка весом около 2 кг, 4 луковицы, 1 апельсин, 2 стебля черешкового сельдерея с зелеными верхушками, 1 веточка тимьяна, 1 веточка розмарина, 2 небольшие моркови, 100 г корневого сельдерея, 50 г красного сухого вина, 250 г куриного бульона, 3 ст. ложки желе из красной смородины, 2 ст. ложки оливкового масла, соль, перец.

Очистить 2 луковицы, каждую разрезать на 8 частей. Апельсин вымыть, разрезать пополам; из одной его части отжать сок, другую нарезать небольшими кусочками. Черешковый сельдерей крупно нарезать вместе с зеленью. Утку вымыть, обсушить и натереть изнутри солью и перцем. Туго нафаршировать брюшко нарезанным луком, кусочками апельсина, тимьяном, розмарином и сельдереем. Лапки утки связать шпагатом. Оставшийся лук, морковь и корень сельдерея нарезать кубиками и обжарить до золотистой корочки в форме, где будет запекаться утка. Снять форму с огня, влить вино и бульон, положить нафаршированную утку и поставить в духовку, разогретую до 210 °С. Запекать 20 мин, затем уменьшить температуру до 180 °С и запекать еще 1 ч.

Утку выложить на блюдо, дать остыть. Овощи из формы переложить в кастрюлю, влить туда же сок, образовавшийся при запекании, и апельсиновый сок, добавить желе из красной



смородины, перемешать. Поставить кастрюлю на средний огонь, проварить 10 мин, снять с огня, приправить солью и перцем по вкусу и взбить блендером до состояния пюре.

Подать утку с апельсиновым соусом.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ МОРКОВЬЮ И САЛАТОМ

1 небольшая утка, куриный бульон, 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ст. ложка водки, 1 маленькая луковица, 1 морковь, несколько листьев зеленого салата, 1 ст. ложка мясного желе, по 1 ст. ложке измельченной зелени петрушки и укропа, корица, гвоздика, бадьян, перец душистый, соль по вкусу.

Обработанную утку разрубить вдоль хребта, натереть со всех сторон солью, положить в глиняную миску и налить такое количество куриного бульона, чтобы утка была полностью им покрыта, добавить соевый соус, водку, лук, петрушку, укроп, корицу, гвоздику, бадьян, душистый перец. После этого миску с уткой поставить в сито и варить на пару.

Готовую утку вынуть, охладить и, не нарушая формы тушки, удалить все кости. Затем положить утку на стол разрезом вверх. На одну часть тушки уложить морковь, предварительно нарезанную мелкими кубиками и ошпаренную кипятком, а на другую — зеленый салат, нарезанный квадратиками и также ошпаренный кипятком. После этого каждую половинку утки свернуть к центру в виде рулета, который затем туго завернуть в мокрую полотняную салфетку и поставить в холодное место.

При подаче к столу фаршированную утку нарезать ломтиками.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ ЧЕРНОСЛИВОМ И МОРКОВЬЮ

1 утка, 2 вареных яйца, 2 ломтика белого хлеба, 150 г молока, 100 г сливочного масла, 2 вареные моркови, 200 г чернослива, перец, соль, сметана, сахарная пудра.

Чернослив промыть, замочить в холодной кипяченой воде, вынуть косточки. Вареные яйца и замоченный в молоке хлеб пропустить через мясорубку, добавить нарезанную кубиками



морковь, чернослив, сливочное масло, перец, соль и хорошо перемешать. Этим фаршем начинить подготовленную утку (посоленную и поперченную) и зашить ее. Положить утку на сковороду, подлить немного воды, поставить в разогретую духовку и жарить в течение 1,5 ч, периодически поливая выделившимся соком, смазывая сметаной и посыпая сахарной пудрой.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЕМ, В ТЕСТЕ

1 небольшой гусь, 2 кг картофеля, 1 кг теста, соль, черный молотый перец по вкусу.

Обработанную, хорошо промытую тушку гуся залить горячей водой и варить до полуготовности, затем вынуть из бульона, остудить и натереть снаружи и изнутри солью и перцем. Тушку гуся заполнить разрезанным на половинки и посоленным сырым картофелем.

Приготовить пресное тесто, раскатать слоем в полсантиметра и завернуть в него гуся. Тушку поместить в специальную посуду-гусятницу, выложенную изнутри влажной пергаментной бумагой, сверху также прикрыть бумагой, накрыть крышкой и поставить на 3–4 ч в духовку с небольшим огнем. Из готового гуся осторожно вынуть картофель, тушку вместе с тестом разрубить на порции и разложить по тарелкам. В каждую тарелку положить картофель, вынутый из тушки.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ЯБЛОКАМИ

1 вариант

1 тушка гуся, 1 кг яблок, соль, зелень.

Тушку гуся после обработки промыть, заполнить хорошо промытыми яблочными очистками (кожица, сердцевина), посолить и запекать в духовом шкафу до готовности, периодически поливая жиром, выделяющимся при жаренье. После удаления яблочных очистков запеченную тушку разрезать на порционные куски и подать с разрезанными пополам печеными в духовке яблоками, которые перед запеканием сбрызнуть гусиным жиром. Мясо и яблоки полить образовавшимся соком и жиром и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.



II вариант

1 гусь весом около 3,5 кг, 3 очищенных яблока (без сердцевины), 3 ст. ложки рубленого миндаля, 1 пучок нарезанного майорана, 4 большие луковицы (разрезанные на 4 части), 2 измельченные моркови, соль и перец по вкусу.

У гуся отделить крылья и шею. Натереть его солью, перцем и начинить яблоками, миндалем и майораном. Проткнуть гуся вилкой в толстых местах, уложить лапками вниз в латку и залить 1 стаканом холодной воды.

Затем поставить в духовку, нагретую до температуры 200 °С. Через 90 мин перевернуть гуся, добавить лук, морковь, шею и крылья, влить в латку еще 1 стакан воды и снова поставить в духовку на 90 мин. При этом 2–3 раза смазывать гуся подсоленной водой.

Вынуть птицу из латки и еще полчаса жарить в духовом шкафу, но на решетке (подставив под гуся посуду, в которую будет стекать жир). Подавать с соусом.

Приготовление соуса. Весь сок жаркого развести в $\frac{1}{2}$ стакана воды, протереть сквозь сито, довести до кипения, посолить и посыпать перцем.

III вариант

1 гусь весом около 1–1,5 кг, 60 г меда, 3 г толченой гвоздики, 450–500 г яблок, черный молотый перец, соль по вкусу.

Выпотрошить и промыть тушку гуся. Смазать тушку смесью из меда и толченой гвоздики. Приготовить фарш из мелко нарезанных потрохов и нарезанных кубиками яблок. Начинку посолить по вкусу и посыпать черным перцем. Нафаршировать гуся, отверстие в тушке зашить и продеть через тушку вертел. Жарить до готовности.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ АЙВОЙ

1 гусь, 2–3 айвы, сахар, молотая корица, соль

Тушку вымыть, обсушить, посолить изнутри и снаружи. Айву очистить от кожицы и семян, мелко нарезать, добавить сахар и корицу по вкусу, перемешать. Смесью начинить гуся,



разрез зашить. Готовить в духовке, поливая выделяющимся жиром.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

1 гусь весом около 2,5 кг, 2 кг квашеной капусты, 100 г томата-пюре, 120 г репчатого лука, 30 г пшеничной муки, 80 г жира, 3 лавровых листа, 5 горошин душистого перца, 40 г сахара, соль по вкусу.

Квашеную капусту перебрать, крупные ломтики и морковь нашинковать, капусту промыть, отжать, положить в кастрюлю, влить немного жирного бульона и поставить тушить. Через 2–2,5 ч обжарить очищенный и нарубленный репчатый лук, добавить к нему душистый перец горошком, лавровый лист и томат-пюре, снова все прожарить и положить в капусту. За 10–15 мин до готовности положить немного муки, растертой с жиром. Готовую капусту посолить и заправить сахаром.

Гуся опалить, выпотрошить, промыть, обсушить, нафаршировать капустой и зашить. Затем его посолить, положить в гусятницу, сотейник или на маленький противень с высокими бортиками и обжарить на плите со всех сторон до золотистого цвета. После этого гуся поставить в духовку и, изредка поливая жиром с противня, жарить до готовности.

Перед подачей блюда к столу капусту выложить из гуся на противень, окончательно заправить по вкусу солью и сахаром, а гуся разрубить на куски, уложить на горячие тарелки, рядом положить капусту и полить ее соком.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ

1 гусь, перец, лавровый лист, кориандр, тмин, соль, 250 г краснокочанной капусты, 2–3 луковицы, 1 морковь, 1 ст. ложка сливочного масла, лимонный сок или лимонная кислота, соль, сахар.

Тушку птицы натереть смесью соли с пряностями, заполнить фаршем, зашить и жарить в духовке, периодически поливая выделяющимся соком и жиром. Для приготовления фарша капусту мелко нашинковать, добавить пассерованные на



масле лук и морковь, соль и сахар по вкусу, влить лимонный сок, немного горячей воды и потушить.

При подаче птицу разрезать на порции, уложить на блюдо, вокруг положить тушеную капусту. Процеженный соус подать в соуснике.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПОТРОХАМИ

1 небольшой гусь с потрохами, 40 г репчатого лука, 80–100 г риса, 250–300 г куриного бульона, 100–150 г сливочного или топленого масла, 200 г растопленного гусиного или куриного жира, 200–250 г квашеной капусты, 6–8 крупных хороших листьев свежей капусты, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Выпотрошить и промыть тушку молодого гуся. Спассеровать с маслом мелко нарезанный репчатый лук. Добавить рис и также поджарить. Сварить потроха гуся, мелко нарезать и прибавить к рису вместе с бульоном, в котором варились потроха. Когда рис впитает бульон, начинку посолить, заправить черным перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки. Нафаршировать гуся и зашить. Потушить на противне мелко нарезанную квашеную капусту вместе с растопленным жиром, выложить на нее гуся и покрыть листьями капусты. Запекать до мягкости. В конце приготовления снять листья капусты и дать гусю подрумяниться, чтобы корочка стала хрустящей.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ И БАЛЫКОМ

1 гусь, 2 бутылки столового сухого вина, 800 г балыка, 15 яиц, 3 стакана риса, 1 банка копченых сардин, 3 луковицы, 1 банка оливок, 250 г майонеза, соль.

Замочить подготовленного гуся в вине на ночь. В посуду с ним нарезать кольцами репчатый лук. Яйца отварить, разрезать пополам и удалить желтки. 300 г балыка пропустить через мясорубку, смешать с яичными желтками, растереть в однородную массу, добавить немного майонеза, положить в серединку яиц и соединить половинки яиц вместе. Оставшийся балык тонко нарезать. Отварить рис, остудить и перемешать с



кусочками балыка, отложив третью часть кусочков. Вынуть гуся из вина, обсушить, натереть солью внутри и снаружи. Сделать на коже гуся маленькие надрезы и вложить кусочки балыка. Нафаршировать гуся рисом с балыком и зашить нитками. Смазать гуся толстым слоем майонеза, положить на противень. Вокруг гуся разложить оставшийся рис, фаршированные яйца, сардины, оливки, полить все майонезом и поставить в разогретую духовку. Регулярно поливать гуся вытапливающимся жиром.

Готового гуся переложить на тарелки (не забудьте удалить нитки!), обложить запеченным гарниром, украсить зеленью и свежими овощами и подавать к столу.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

1 тушка гуся, 300 г гречневой крупы, 2 крупных яблока, 1 луковица, 50 г растительного масла для жарки, соль, черный молотый перец, листья салата для украшения.

Лук очистить и нарезать крупными кубиками, у яблок удалить сердцевину и нарезать их дольками. Обжарить лук на растительном масле до золотистого цвета, выложить на сковороду отваренную до полуготовности гречневую крупу, жарить 3–5 мин при непрерывном помешивании. Обработанную тушку гуся натереть солью и перцем с обеих сторон. Нафаршировать гуся гречневой кашей, смешанной с дольками яблок, зашить и жарить в духовке не менее 1 ч на среднем огне, постоянно поливая вытапливающимся жиром. Удалить нитки из готовой тушки.

Для подачи на стол гуся выложить на блюдо, выстеленное листьями салата, гарнировать дольками яблока и кашей.

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ КАШТАНАМИ И ВИНОГРАДОМ

1 гусь, соль, перец, 5 мелких луковиц, 1 ст. ложка толченого масла, 5 кусков белого хлеба, 6 ст. ложек яблочного



сока, 2 ст. ложки яблочной водки, 250 г зеленого винограда, 250 г очищенных и тушеных каштанов, 4 ст. ложки изюма, $\frac{1}{4}$ ч. ложки корицы, 1 ч. ложка сушеного майорана, 1 ст. ложка сушеной полыни, 3 ст. ложки муки, 120 г сливок, 1 банка брусники (200 г), 6 яблок, 2 яйца.

Птицу выпотрошить, вымыть внутри и снаружи и обсушить. Натереть со всех сторон солью и перцем. Потроха вымыть, обсушить и мелко нарезать. Репчатый лук очистить и мелко нарезать. Разогреть в сковороде топленое масло и обжарить лук с потрохами. 3 яблока очистить, удалить сердцевину с семенами, мякоть нарезать мелкими кубиками. Белый хлеб нарезать мелкими кубиками. Яблочный сок смешать с яблочной водкой и замочить в нем хлеб. Виноград вымыть, обсушить, разрезать каждую ягоду пополам и удалить косточки. Каштаны крупно нарезать. Лук с потрохами смешать с кубиками яблок и хлеба, виноградом, каштанами, изюмом и яйцами. Приправить начинку корицей, майораном и полынью.

Нагреть духовку до 180 °С. Наполнить гуся начинкой, отверстие зашить или сколоть. Ножки и крылья привязать к тушке. Между ножками и грудкой в местах отложения жира сделать вилкой несколько проколов, чтобы расплавленный жир мог вытекать. Положить гуся в сотейник грудкой вниз, залить 500 г воды, накрыть крышкой и тушить 1 ч. Затем положить гуся на решетку грудкой вверх, под нее поставить глубокий противень и жарить гуся в духовке 2 ч при 200 °С. Периодически поливать гуся жиром из противня и соленой водой.

Оставшиеся яблоки вымыть, обсушить и удалить специальной выемкой сердцевину с семенами. За 30 мин до окончания времени приготовления гуся положить яблоки на решетку. По окончании времени приготовления переложить гуся на блюдо и снова поставить в выключенную духовку. В противень со стекшим гусиным жиром добавить 200 г воды и процедить жидкость. Снять шумовкой плавающий сверху жир. Соус довести до кипения и осторожно загустить обжаренной мукой. Добавить сливки, соль и перец. Бруснику откинуть на дуршлаг, запеченные яблоки разрезать пополам, ягоды и яблоки выложить на блюдо с гусем.

По желанию украсить петрушкой.



Кролик

КРОЛИК ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-ОХОТНИЧЬИ

*1 кролик, 1 ст. ложка топленого сала, 150 г шпика, соль.
Для начинки: лопатки, почки, печенка, сало кролика,
1 луковица, 2 моркови, 1 яйцо, 2 ломтика булки, 50 г
сметаны, $\frac{2}{3}$ стакана молока для замачивания, 1 ст.
ложка масла, перец, соль.*

Кролика обмыть, обсушить, отрезать лопатки и шею, ножом надрубить с внутренней стороны позвоночник (не разрубая его полностью), чтобы зажаренного кролика было легче разрезать на куски. Затем кролика посолить, начинить фаршем, брюшко зашить, спинку и задние ноги нашпиговать шпиком, положить на противень (спинкой вверх) и зажарить.

Перед подачей на стол жаркое разрезать на куски, положить их на подогретое блюдо в том же порядке, как было целое жаркое, и полить оставшимся от жаркого соком. Обложить жареным картофелем. Отдельно подать зеленый салат, брусничное повидло или салат из свежих фруктов. Таким же образом можно начинить и зажарить только переднюю часть кролика.

Приготовление начинки. Предназначенное для начинки мясо срезать с лопаток, шеи и хорошо нарубить вместе с почками, печенкой, салом, поджаренными морковью и луком. Добавить намоченную в молоке булку, нарезанный шпик, молотый перец, соль, яйцо, сметану и перемешать.

КРОЛИК, ФАРШИРОВАННЫЙ ФЕНХЕЛЕМ

1 потрошенный кролик без кожи, 1 печенка кролика, 50 г ветчины, 50 г сала, 50 г шпика, 500 г фенхеля, $\frac{1}{2}$ лимона, 4 зубка чеснока, 1 ч. ложка свежих листиков розмарина, 1 черствая булочка без корок, 250 г сухого белого вина, 125 г сливок, 6 ст. ложек оливкового масла, 6 горошин черного перца, 2 л овощного бульона, соль, свежемолотый черный перец.

Кролика хорошо вымыть, просушить бумажной салфеткой. Посолить внутри и снаружи. Булочку замочить в 125 г белого вина. Фенхель очистить, стебли отрезать, зелень фенхеля от-



ложить. Вскипятить 750 г подсоленной воды. Пол-лимона нарезать ломтиками, положить в кипящую воду вместе с двумя зубками чеснока и перцем горошком. Фенхель вместе со стеблями варить около 15 мин, затем вынуть из воды. Отвар процедить сквозь сито. Головки фенхеля отложить в сторону. Половину зелени фенхеля и стебли мелко нарезать.

Ветчину и салями нарезать кубиками. Печенку кролика, 2 зубка чеснока и розмарин мелко нарезать. Булочку слегка отжать. Все перемешать вместе с нарезанным фенхелем, посолить и поперчить. Духовку разогреть до 175 °С. Положить в кролика начинку, зашить. В жаровню налить оливковое масло, обжарить кролика со всех сторон. Полить кролика соком, выделившимся при обжаривании. Запекать в духовке 1 ч, периодически поливая отваром фенхеля. За 10 мин до готовности блюда головки фенхеля нарезать кольцами толщиной 5 мм. Шпик нарезать кубиками, растопить в сковороде и поджарить фенхель. Добавить немного отвара и потушить фенхель. Посолить и поперчить.

Кролика вынуть из жаровни. В жаровню добавить оставшееся вино и сливки, хорошо перемешать с соком, выделившимся при жарке. Кролика нарезать кусочками толщиной 3 см, положить в жаровню с соусом, рядом положить фенхель и украсить оставшейся зеленью фенхеля. Подавать в жаровне.

КРОЛИК, ФАРШИРОВАННЫЙ СПАРЖЕЙ И МОРКОВЬЮ

1 кролик, 2 крупные моркови, 1 кг спаржи, 300 г копченой корейки, 100 г оливкового масла, 2 зубка чеснока, по 2–3 веточки шалфея и розмарина, соль, свежемолотый черный перец, 1 стакан сухого белого вина.

Овощи очистить. Морковь крупно нарезать вдоль. У спаржи отрезать одревесневевшие кончики. Отварить морковь и спаржу на пару в течение 5 мин. Корейку тонко нарезать ломтиками. Половину их подрумянить в сковороде с 1 ст. ложкой масла, затем добавить очищенные зубки чеснока, спаржу и морковь, приправить солью и перцем, снять с огня. Дать настояться 5 мин, удалить чеснок. Кролика освободить от костей, распластать на рабочей поверхности. Натереть рублеными ли-



стиками 1 веточки розмарина, солью и перцем. Оставить на 20 мин. Духовку разогреть до 180 °С. В середину кролика выложить спаржу и морковь, свернуть тушку и обложить ее ломтиками оставшейся корейки. Завернуть подготовленного кролика в бумагу для запекания, обвязать кулинарным шпагатом. Поместить на противень, смазанный маслом, вместе с оставшимся розмарином и шалфеем. Бумагу проткнуть в нескольких местах вилкой. Запекать в духовке 30 мин, периодически переворачивая, затем сбрызнуть вином и продолжать запекать еще 30 мин.

Вынуть из духовки, дать остыть. Освободить кролика от бумаги и нарезать ломтиками, выложить на сервировочное блюдо. По желанию украсить отваренной на пару спаржей, розмарином и шалфеем.

КРОЛИК, ФАРШИРОВАННЫЙ КОРЕЙКОЙ

1 заяц или кролик, 250 г свиной корейки, 1 головка репчатого лука, печенка кролика, 100 г белого хлеба или 1/2 стакана молотых сухарей, соль, перец, горчица, 3 ст. ложки зелени, 3 ст. ложки жира, 500 г бульона или воды, 1/2 стакана вина или кислого сока, 2–3 ст. ложки сметаны.

Мясо мариновать 2–3 дня. Корейку вместе с луком, печенкой и размолотым белым хлебом пропустить через мясорубку. Можно добавить и кроличье мясо с ножек. Получившийся фарш тушить, добавив приправы, рубленую зелень и немного жидкости.

Тушку очистить, натереть изнутри солью, перцем и горчицей. Наполнить фаршем брюшную полость и зашить. Мясо подрумянить со всех сторон на сковороде, после чего его можно тушить или жарить. В обоих случаях следует поддерживать умеренную температуру, чтобы мясо было готово лишь через 2–3 ч. Во время тушения мясо должно быть наполовину погружено в жидкость, во время жарки его следует поливать через каждые 10 мин. Для этого из головы и ног зайца или кролика сварить бульон, добавить к нему кислый сок, сметану и приправы.

Мясо можно подавать на стол в горячем и холодном виде. На гарнир подходят соус, приготовленный из жидкости, в ко-



торой тушилось мясо, крокеты из картофеля, тушеные овощи, салат.

КРОЛИК, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ

1 тушка кролика, 1¹/₂ стакана риса, 2 ст. ложки растительного масла, 2 луковицы, 3 помидора, зелень укропа, петрушки и кинзы, 3 ст. ложки майонеза или сметаны, соль по вкусу.

Крупы помыть, ошпарить и откинуть на сито. Когда вода стечет, высыпать ее в емкость для риса, добавить растительное масло без запаха, туда же всыпать измельченный лук, помидоры без кожицы и семян, соль. Приготовить на пару. В готовый рис добавить петрушку, укроп и кинзу.

Тушку кролика тщательно вымыть, натереть солью, брюшко набить рисом и зашить. Кролика обмазать сметаной или майонезом, положить на противень и отправить в духовку. Кролик готов, если сок из проколов ножом будет прозрачным.

КРОЛИК ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-ГРЕЧЕСКИ

1 кролик весом примерно 2 кг, 300 г простокваши, 100 г тертой брынзы, 750 г маленького репчатого лука, 5–6 зубков чеснока, 5–6 лавровых листочков, 2 веточки укропа, 200 г оливок, оливковое масло, 100 г белого вина, 50 г коньяка, 30 г виноградного уксуса, соль, перец.

Кролика необходимо хорошо промыть, посолить и поперчить. Затем уложить в любую посуду, залить вином и накрыть, оставить мариноваться на 1–2 ч. После этого наполнить кролика простоквашей, смешанной с брынзой, зашить. В глубокую сковородку налить масло и поджарить измельченные лук и чеснок. Обжаренные лук и чеснок выложить из сковороды и положить туда кролика, хорошо поджарить на масле до образования корочки. Затем добавить оливки, лук с чесноком, лавровый лист, укроп, коньяк и половину стакана воды. Сковородку закрыть крышкой и оставить вариться на 1,5 ч, не открывая крышку. К концу приготовления необходимо добавить уксус и дождаться, чтобы закипело, после этого можно снимать с огня.



Дичь

ПЕРЕПЕЛА, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

6 перепелов (по 200 г), 25 г сушеных сморчков, 4 ст. ложки шерри, 1 ломтик хлеба для тостов, 2 ст. ложки сливок, 1 лук-шалот, 1 пучок купыря, 250 г говяжьего колбасного фарша, 1 ст. ложка растительного масла, 1 щепотка натертых мускатных орехов, 200 г сливок, 2 ст. ложки сливочного масла, $1/2$ ч. ложки белого перца, 1 ч. ложка соли.

Сморчки замочить в шерри. У хлеба срезать корочку, нарезать кубиками и сбрызнуть сливками. У перепелов вывернуть ножки до крыльев. Лук-шалот очистить и мелко нарубить. Купырь вымыть, стряхнуть и мелко нарезать. Каждого перепела натереть 1 щепоткой соли и кубиками лука-шалота. Фарш приправить солью, перцем, купырем, мускатным орехом, добавить размягченный хлеб и целые сморчки.

Перепелов начинить фаршем, снова придать им форму и зашить кухонной нитью. Разогреть растительное и сливочное масло в большой сковороде. Обжарить в нем перепелов, положить в сотейник, полить жиром, шерри и сливками и готовить 30 мин в духовке на нижнем уровне (при 220 °C). Оставить перепелов в выключенной духовке на 5 мин.

ПЕРЕПЕЛА, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ

5 перепелов, 300 г куриной печенки, 1 морковь, 1 луковица, 100 г куриного мяса, 2 ст. ложки сливок, 1 ч. ложка коньяка, растительное масло, соль, перец.

Отварить курятину. Очень мелко нарезать морковь и лук. Поджарить их на масле. Когда они почти будут готовы, положить куриную печенку и продолжить жарку. Отбросить на дуршлаг и пропустить через мясорубку вместе с отварной курятиной. Добавить сливки, поперчить, посолить. Добавить коньяк и все очень тщательно перемешать.

Тушки перепелов разрезать по брюшку, слегка отбить. Распластать тушку на столе, поместить в каждую по 50 г фарша.



Придать тушке с фаршем вид целой птицы. Тушку слегка присолить и уложить на противень. На противень налить бульон (или воду) и поставить в духовку на 20 мин при температуре 170 °С.

Из багетов нарезать овалы и поджарить их в масле до золотистого цвета. Уложить на блюдо, а на них уложить готовых перепелов. На гарнир очень хорош отварной рис.

ПЕРЕПЕЛА, ФАРШИРОВАННЫЕ КОЛБАСКАМИ

*3 перепелки, 3 сырые свиные колбаски, 3 ломтика сала,
4 зубка чеснока, оливковое масло, соль, перец.*

Разрезать перепелок пополам вдоль грудки, удалить кости, стараясь не повредить кожицу на спинке. Посолить, поперчить. Очистить колбаски от оболочки. Положить каждую из них на разделанную перепелку и зашить, покрыть грудку ломтиком сала (чтобы перепелка оставалась сочной). Сбрызнуть маслом противень, выложить тушки, вокруг разложить неочищенные зубки чеснока. Запекать 25–30 мин при 220 °С.

КУРОПАТКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ БЕЛЫМИ ГРИБАМИ

2 куропатки (по 800 г), 200 г белых грибов, 50 г шпика с мясными прослойками, 1 ч. ложка сливочного масла, 200 г куриной печенки, 1 небольшая луковица, 1 ч. ложка коньяка, 1 ч. ложка сухого эстрагона, 4 ст. ложки масла, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 небольшой пучок суповой зелени, 250 г сухого красного вина, 1 маленький лавровый лист, 125 г сливок, по 1 ч. ложке соли и свежемолотого белого перца.

Грибы очистить, вымыть, просушить и нарезать тонкими пластинками. Шпик нарезать кубиками, обжарить в сливочном масле с грибами и охладить. Печенку вымыть и мелко нарубить. Лук очистить, нарезать кубиками и, смешав с печенкой, коньяком, эстрагоном, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли и $\frac{1}{2}$ ч. ложки перца, а также с панировочными сухарями, добавить к грибам.

Куропаток вымыть, просушить, наполнить грибной массой и зашить отверстие. Разогреть духовку до 200 °С. Натереть ку-



ропатов оставшейся солью и перцем. Суповую зелень очистить и мелко нарезать. Разогреть масло в большой сковороде, обжаривать в нем куропаток 10 мин. Масло сцедить. Положить куропаток на спинки, добавить суповую зелень и жарить в духовке 10 мин. Добавить половину красного вина и лавровый лист. Через 30 мин постепенно влить оставшееся красное вино и периодически смазывать куропаток выделяющимся соком. Жарить куропаток на решетке в духовке еще 10 мин.

Процедить сок от жаренья, смешать со сливками и выварить до половины. Куропаток подать, полив соусом.

КУРОПАТКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ХЛЕБОМ И ИЗЮМОМ

2 куропатки по 500 г, 50 г изюма, 2 булочки, 2 луковицы, 1 ч. ложка соли, 4 щепотки белого перца, 100 г сала, нарезанного тонкими ломтиками, 1/2 стакана горячего бульона.

Залить изюм горячей водой, а затем вымочить его в холодной воде. Разогреть духовку до 230 °С. Нашинковать лук. Размочить хлеб. Натереть куропаток изнутри солью и перцем. Смешать лук с хлебом и изюмом и нафаршировать куропаток. Закрыть отверстие, обложить куропаток салом (по 4 ломтика на куропатку) и поставить в духовку. Жарить примерно 30–35 мин. Через 15 мин после начала перевернуть куропаток и добавить бульон. Снять сало и оставить куропаток в выключенной духовке. Приготовить соус из вытопленного жира, добавив его горячей водой.

КУРОПАТКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ФРУКТАМИ

4 куропатки (по 1 кг каждая), 1 головка репчатого лука, мелко нарезанная, 1 мелко нарезанный стебель лука-порей (белая часть и немного зеленых перьев), 2 зубка чеснока, 1 мелко нарезанное яблоко (с кожицей, но без семян), 2 мелко нарезанные сливы или 1/2 стакана мелко нарезанных свежих вишен, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 1/2 стакана пшеничной муки, черный молотый перец, соль.



Птицу освободить от костей и крыльев, подрезать сухожилия и посолить снаружи и внутри. Муку смешать с 4 стаканами теплой воды и оставить для набухания на 1 ч, затем протереть сквозь сито. Репчатый лук и лук-порей обжарить с маслом до золотистого цвета. Добавить измельченный чеснок, обжарить в течение нескольких минут, положить фрукты, влить, постоянно помешивая, мучную смесь, проварить до загустения, посолить, поперчить и немного охладить. Приготовленной массой нафаршировать куропаток. Лапки каждой птицы скрепить и связать бечевкой. Запекать в горячей духовке в течение 30–40 мин до золотистого цвета. Перед подачей освободить куропаток от бечевки и полить процеженным соком, образовавшимся при запекании.

КУРОПАТКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ САЛОМ И ЛУКОМ

4 куропатки, 6 стаканов мелко нарезанного репчатого лука и 1 целая луковица, 250 г сала, нарезанного ломтиками, 2 горошины и $1/4$ ч. ложки молотого черного перца, 1 морковь, 1 веточка петрушки, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 ст. ложки сливочного масла, молоко.

Куропаток ощипать, выпотрошить, вымыть, вытереть насухо и натереть солью и перцем. Мелко нарезанный лук кипятить в молоке 5 мин, откинуть на сито, добавить молотый перец и соль по вкусу, отложить $1/4$ этой массы, остальное завернуть в кусочки сала в виде рулончиков. Заполнить этими рулончиками внутренность куропаток. Обвязать ножки и крылышки ленточкой из марли. Потроха куропаток промыть, положить в жаровню вместе с оставшимся салом, одной луковицей, морковью, петрушкой, горошинами перца, залить 3 стаканами воды и варить 40 мин на среднем огне. Положить куропаток в бульон и держать жаровню на слабом огне еще примерно 45 мин. Тем временем приготовить соус субиз: отложенный лук положить снова в молоко и кипятить на слабом огне еще 5–10 мин или до тех пор, пока лук не станет совсем мягким. Протереть сквозь сито. Не давая куропаткам остыть, слить из жаровни жидкость, процедить и смешать ее с протертым в молоке луком. Добавить в молоко муку, размешанную в 3–4 ст. ложках бульона, взятого из жаровни. Варить 5 мин на слабом



огне, непрерывно помешивая. Если соус будет слишком густой, добавить молоко, если жидкий — варить до нужной консистенции. Куропаток выложить на блюдо, снять ленточки марли, полить соусом и подавать к столу.

ГОЛУБИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТЕЛЯЧЬИМ ФАРШЕМ

3 голубя, 100 г телячьего фарша, 1 головка лука, 1 ст. ложка сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана молока, $\frac{1}{4}$ батона белого хлеба, перец и соль по вкусу.

Выпотрошить, хорошо промыть тушки голубей. Поджарить измельченную на терке головку лука и мясной фарш со столовой ложкой масла. Положить туда нарезанные мелкими кусками потроха голубей. Отставить кастрюлю с огня и прибавить вымоченный в небольшом количестве молока и отжатый мякиш хлеба, соль и черный перец. Хорошо размешать начинку и нафаршировать голубей.

Затем фаршированных голубей обернуть тонкими ломтиками шпика, положить на намазанный маслом противень и жарить полчаса в духовом шкафу.

ГОЛУБИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТЕЛЯЧЬЕЙ ПЕЧЕНКОЙ И БЕКОНОМ

5 голубей, 150 г сливочного масла, 200 г бекона, 150 г черствого хлеба, 50 г телячьей печени, 150 г шпика, 50 г грибов, 50 г лука, пучок петрушки.

Подготовить черствый пшеничный хлеб, натертый на терке, телячью печеньку, зачищенную от жилок и желчи и нарезанную мелкими кусочками, нарезанные мелкими кусочками свежие отварные грибы, сваренный и нарезанный соломкой копченый бекон и мелко нарезанный лук.

Спассеровать лук в масле, прибавить печеньку, грибы, бекон и измельченный хлеб, хорошо перемешать и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и черным перцем. Обработанные тушки голубей наполнить приготовленной начинкой, зашить ниткой, смазать маслом, обернуть тонким ломтиком шпика. Запечь в духовке, периодически переворачивая нафаршированные тушки и поливая маслом, в котором они запека-



ются (примерно 30–40 мин). На готовых голубей разложить нарезанный тонкими ломтиками и поджаренный на решетке копченый бекон и залить мясным соком.

Подать с салатом по выбору.

ГОЛУБИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЧЕРНИКОЙ

1 голубь, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка масла, зелень петрушки для украшения, соль.

Для начинки: 1 ст. ложка масла, 2 ломтика батона, $\frac{2}{3}$ стакана молока, 2 яйца, $\frac{1}{2}$ стакана сушеной черники, немного сахара, соль.

Выпотрошенных через шею голубей обмыть, обсушить, посолить, начинить приготовленной начинкой, зашить отверстие на шее и обжарить на масле. Затем голубей густо намазать сметаной, положить в посуду для тушения или низкую широкую кастрюлю, залить оставшимся от жаренья маслом и жарить в духовке в закрытой посуде, поливая соком от жаркого.

Приготовление начинки. Масло растереть, положить в него замоченную в молоке булку, яичные желтки, соль по вкусу, немного сахара, растереть, насыпать сушеную чернику и добавить взбитые яичные белки.

ГОЛУБИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВЕКОЛЬНОЙ БОТВОЙ

6 небольших голубей, 1 кг свеклы, 100 г хлебного мякиша, 100 г молока, 1 сырое яйцо, 1 ст. ложка мелко нарезанного кервеля, 1 ст. ложка мелко нарезанного лука, оливковое масло, соль, черный молотый перец.

У свеклы отделить ботву от корнеплодов. Ботву промыть, положить в подсоленную кипящую воду примерно на 15 мин, процедить, остудить, отжать, мелко нашинковать. Хлебный мякиш замочить в молоке, вынуть, пропустить через мясорубку, добавить ботву свеклы, кервель, лук и сырое яйцо, посолить, поперчить, все тщательно перемешать и положить внутрь каждого выпотрошенного голубя, зашить, положить в кастрюлю с $\frac{1}{2}$ стакана оливкового масла, обжарить до золотистого оттенка, убавить огонь и оставить на очень медленном огне еще



на 30 мин. Тем временем промыть и нарезать тонкими ломтиками свеклу, отварить в подсоленной воде, процедить и обжарить с небольшим количеством оливкового масла.

Голубей освободить от нитки и подавать к столу с ломтиками свеклы, полив образовавшимся соусом.

ФАЗАН, ФАРШИРОВАННЫЙ ЯБЛОКАМИ

1 фазан, 100 г шпика, 100 г сливочного масла (маргарина), 1 луковица, 3–4 крупных яблока, кусочек корицы (около 2 см), 2 кусочка сахара, соль.

Ощипанную и выпотрошенную тушку фазана хорошо промыть, посолить и нашить шпиком. Полость натереть солью и тертым репчатым луком. Яблоки нарезать ломтиками, добавить корицу, сахар, немного масла и этой смесью нафаршировать фазана. Тщательно зашить, посолить, грудку обложить ломтиками шпика и жарить на масле до готовности. При необходимости во время жаренья подливать воду, чтобы выделяющийся яблочный сок не пригорел.

ФАЗАН, ФАРШИРОВАННЫЙ ШАМПИНЬОНАМИ И СОСИСКАМИ

1 фазан, 100 г шпика, 100 г сливочного масла (маргарина), 3 луковицы, 1 корень сельдерея, соль.

Для начинки: 100 г куриной печенки, печенка фазана, 50 г сливочного масла, 1 луковица, 1 яйцо, 100 г сосисок, 150 г шампиньонов, 1/2 ч. ложки тимьяна, 1 ст. ложка коньяка, 1 ст. ложка панировочных сухарей, 1 ч. ложка нарезанной зелени петрушки, соль, молотый черный перец, мускатный орех по вкусу.

Тушку молодого фазана ощипать, выпотрошить, хорошо промыть. Грудку и ножки нашить копченым шпиком. Лук нарезать кубиками и обжарить на масле или маргарине вместе с куриной и фазаньей печенкой. Добавить пряности, щепотку соли, зелень петрушки. Затем остывшую печенку крупно нарубить, смешать с яйцом, нарезанными сосисками и ломтиками шампиньонов. Добавить коньяк и панировочные сухари, смесь хорошо вымешать.



Тушку фазана посолить изнутри, наполнить подготовленной начинкой, зашить, посолить и, обернув ломтиками шпика, жарить до образования румяной корочки, при необходимости подливая воду. Через полчаса после начала жаренья добавить в выделившийся сок лук колечками и нашинкованный сельдерей.

Подавать с отварным или жареным картофелем, кочанным салатом, компотом.

ФАЗАН, ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕЧЕНКОЙ

1 фазан, 100 г шпика, 1 луковица, 100 г сливочного масла (маргарина), по 5 горошин черного и душистого перца, 1 лавровый листик, $\frac{1}{2}$ стакана сухого красного вина, соль.

Для начинки: 150 г печенки (свиной, телячьей), потроха фазана, 30 г сливочного масла, 1 маленькая луковица, 1 зубок чеснока, 1 яйцо, мускатный цвет, молотый черный перец, имбирь на кончике ножа, 1 ч. ложка майорана, панировочные сухари.

Подготовленную тушку фазана густо нашпиговать шпиком, посолить, полость выстелить ломтиками шпика и колечками лука. Печенку пропустить через мясорубку вместе с потрохами фазана и луком. Добавить яйцо, масло, чеснок, пряности и немного панировочных сухарей. Наполнить тушку начинкой, тщательно зашить и зажарить на масле. В выделившийся сок добавить черный и душистый перец горошком, лавровый лист. Во время жаренья при необходимости подливать воду, в конце можно влить красное вино.

ТЕТЕРЕВ, ФАРШИРОВАННЫЙ ЯБЛОКАМИ И ПЕЧЕНКОЙ

1 тетерев весом 1,5 кг, 1 большая луковица, 50 г шпика с мясными прослойками, 200 г куриной печенки, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 кислое яблоко, 1 ч. ложка рубленой перечной мяты, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 ч. ложка соли, $\frac{1}{2}$ ч. ложки белого перца, 1 кг брюссельской капусты, 125 г сухого белого вина, 250 г сливок, 1 щепотка свеженатертого мускатного ореха.



Птицу вымыть и просушить. Лук очистить и нарезать очень мелкими кубиками вместе со шпиком и промытой печенкой. Разогреть 1 ст. ложку сливочного масла, обжарить в нем шпик и лук до золотистого цвета, добавить печенку, жарить все вместе 1 мин, затем слегка остудить. Очистить яблоки, удалить сердцевину, натереть, смешать с перечной мятой, панировочными сухарями и печеночной начинкой, приправить солью и перцем по вкусу. Разогреть духовку до 200 °С. Посолить и поперчить птицу изнутри и снаружи, заполнить печеночной начинкой и зашить отверстие. Сбрызнуть птицу остатками растопленного сливочного масла и жарить в глубокой сковороде под крышкой в духовке (нижнее положение) 20 мин.

Капусту очистить и вымыть. Влить в тетерева вино и сливки, добавить капусту, приправить солью и мускатным орехом и продолжать готовить. Через 30 мин снять крышку и дать блюду подрумяниться еще 25 мин.

ЗАЯЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ СВИНОЙ ГРУДИНКОЙ

1 тушка зайца, 150 г шпика, 80 г сливочного масла (маргарина), 2 ст. ложки сливовицы, соль.

Для начинки: 300 г свиной грудинки, 1 луковица, 1 зубок чеснока, 3 булочки, 2 ст. ложки зелени петрушки, 2 желтка, 1 ч. ложка имбиря, соль, перец.

Для маринада: 0,5 л сухого красного вина, 100 г растительного масла, 1 луковица, 2 зубка чеснока, 2 веточки тимьяна, 1 лавровый лист, по 5 горошин черного и душистого перца, 2 почки гвоздики, мускатный орех на кончике ножа.

Тушку молодого зайца, мало поврежденную дробью, хорошо вымыть, отделить голову и шею, нашпиговать шпиком и положить в глубокую кастрюлю. Залить маринадом так, чтобы он прикрывал мясо, и поставить на 1–2 дня в холодное место. Тушку зайца вынуть из маринада, заполнить начинкой, зашить, обложить ломтиками шпика и обвязать ниткой или шпагатом. Обжарить на сливочном масле и шпике, сбрызнуть сливовицей, снова обжарить, подлить маринад и довести до готовности. При необходимости можно добавить немного красного вина, говяжьего бульона или теплой воды с растворенным



бульонным кубиком. Сок заправить панировочными сухарями. Подавать со сдобными булочками, брусникой и печеными яблоками или с компотом из рябины и желе из сырой черной смородины. Гарнир можно дополнить салатом из овощей.

Приготовление начинки. Пропустить через мясорубку грудинку, репчатый лук, чеснок и булочки, предварительно замоченные в вине. Добавить черный молотый перец, рубленую зелень петрушки, имбирь, желтки, соль и хорошо вымешать. Если начинка получилась слишком жидкой, добавить немного тертых сухарей.

ФАРШИРОВАННЫЕ ШНИЦЕЛИ ИЗ МЯСА КОСУЛИ

750 г мяса косули, 150 г печени косули, 1 маленькая луковица, 5 ст. ложек можжевельной настойки, 2 ст. ложки лимонного сока, соль, перец, базилик, растительное масло, мука.

Мясо разрезать на 10 ломтиков, отбить и посолить. Печенку косули обжарить с луком в масле, добавить соль и пряности, полить 2 ст. ложками можжевельной настойки. Эту начинку равномерно распределить на 5 ломтиках мяса. Накрывать 5 оставшимися ломтиками и края отбить тупой-молоточком, чтобы скрепить их. Подготовленные шницели слегка обвалить в муке и быстро зажарить. В соус, образовавшийся при жаренье, добавить 3 ст. ложки настойки из ягод можжевельника и лимонный сок.

Субпродукты

ГОВЯЖИЙ ЯЗЫК, ФАРШИРОВАННЫЙ МОРКОВЬЮ И САЛОМ

1 крупный говяжий язык, 1 крупная морковь, 4–5 кусочков тонко нарезанного сала, 1 зубок чеснока, соль.

Сделать глубокий надрез по всей длине языка, выложить в ряд плоско нарезанную морковь, сверху — сало, посыпать мелко нарезанным чесноком и связать нитью. Варить 1 ч, потом хорошо посолить воду и варить еще 1–1,5 ч. Выключить и дать



постоять в воде еще 15 мин. Потом снять нитки, очистить шкуру и положить под пресс, (надрезом сбоку) и дать остыть. Нарезать кружочками.

ГОВЯЖИЙ ЯЗЫК, ФАРШИРОВАННЫЙ ЧЕРНОСЛИВОМ И КУРАГОЙ

1 язык, 100 г разных корней, 100 г мякиша булки, 1 яйцо, 50 г чернослива, 50 г кураги, 40 г молока, 1 луковица, соль, перец, зелень петрушки.

Язык хорошо поскоблить, тщательно вымыть и отварить до мягкости с корнями. Затем ополоснуть холодной водой и сразу же снять кожицу, начиная с тонкого края.

Язык надрезать в длину, осторожно вырезать середину, пропустить ее через мясорубку, добавить намоченную в молоке булку, мелко нарезанные чернослив, курагу и лук. Фарш смешать с яйцом, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанной зеленью петрушки и хорошо размешать.

Приготовленным фаршем наполнить середину языка, перевязать ниткой и проварить в бульоне. Потом охладить, снять нитки и нарезать тонкими кружочками.

Подать к столу, посыпав зеленью.

ФАРШИРОВАННЫЙ ГОВЯЖИЙ ЯЗЫК В СМЕТАННОМ СОУСЕ

1 говяжий язык, 3 луковицы, 1 корень петрушки, 150 г мякиша белого хлеба, 150 г молока, 1 яйцо, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны, 10 горошин душистого перца, 2 лавровых листа, соль, черный молотый перец, зелень петрушки и укропа.

Язык отварить с луком, душистым перцем, лавровым листом и корнем петрушки. Затем очистить, разрезать вдоль не до конца, вырезать немного мякоти, пропустить ее через мясорубку вместе с частью сливочного масла и белым хлебом, замоченным в молоке, добавить яйцо, черный молотый перец, рубленую зелень, посолить. Нафаршировать язык, обвязать нитками, уложить на противень, добавить немного сливочного масла и поставить в духовку. Периодически поливать бульоном, в котором варился язык. Тушить около 30 мин.



Стакан бульона, оставшегося после варки языка, хорошо перемешать со сметаной, залить язык, прокипятить. Готовый язык охладить, удалить нитки, нарезать ломтиками, уложить на блюдо, придав форму целого языка. Соус процедить и подать отдельно.

ГОВЯЖИЙ ЯЗЫК, ФАРШИРОВАННЫЙ ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ

3 говяжьих языка, 200 г ветчины, 100–150 г твердого сыра, 1 яйцо, мука, панировочные сухари, сливочное масло, растительное масло, соль, черный молотый перец.

Языки разрезать вдоль на две части. Отбить, посолить, поперчить. Ветчину и сыр нарезать тонкими ломтиками. На одну часть языка положить по одному ломтику ветчины и сыра, затем еще ломтик ветчины и накрыть второй частью языка. Запанировать язык последовательно в муке, яйце и сухарях. Жарить во фритюре.

ГОВЯЖИЙ ЯЗЫК, ФАРШИРОВАННЫЙ КАЛЬМАРАМИ И ЯЙЦАМИ

1 вареный говяжий язык, 1 кальмар, сок $\frac{1}{2}$ лимона, 3 яйца, зеленый лук, майонез, маслины, зелень петрушки, листья салата.

Тушку кальмара вымыть, очистить и положить на 3–4 мин в кипящую воду с соком лимона. Яйца отварить, очистить и нарезать мелкими кубиками. Зеленый лук промыть и мелко нарезать. Все смешать, заправить майонезом. Отварной язык нарезать ломтиками, положить на них начинку, свернуть рулетиками и скрепить шпажками. Выложить на блюдо, украсить зеленым салатом, веточками петрушки и маслинами.

ТЕЛЯЧИЙ ЯЗЫК, ФАРШИРОВАННЫЙ ОКОРОКОМ

500 г телячьих языков, 100 г постного окорока, 100 г жирного окорока, 1–2 луковицы, 1 помидор, 4 зубка чеснока, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 стакан красного сухого вина,



*1/2 стакана уксуса, 1 веточка шалфея, 1 ст. ложка олив-
ок, 1 ст. ложка каперсов, 1/2 ч. ложки майорана, 1/2 ч.
ложки молотой корицы, 1/2 ч. ложки гвоздики, 1/2 ч. лож-
ки имбиря, 1/2 ч. ложки черного перца, 1/2 ч. ложки соли.*

Язык отварить в воде до полуготовности, очистить от кожи, сделать в нем продольный надрез и нафаршировать массой из 2 измельченных зубков чеснока, измельченного жирного окорока, гвоздики, корицы и черного перца. Полить язык полови-
ной количества вина, уксусом, добавить очищенный и измель-
ченный помидор, имбирь, мелко нарезанный шалфей и соль, поместить в разогретую до 200 °С духовку и запекать до полной готовности. Оставшийся чеснок мелко нарезать и обжарить на смеси сливочного и растительного масла. Добавить мелко на-
резанный постный окорок, немного бульона, полученного при варке языка, оставшееся вино, майоран, измельченный лук, каперсы, очищенные от косточек оливки и соль. Прогреть в течение нескольких секунд, добавить запеченный язык и про-
гревать еще несколько минут.

Подавать блюдо на стол в горячем виде вместе с образовав-
шимся соусом.

ТЕЛЯЧИЙ ЯЗЫК, ФАРШИРОВАННЫЙ МУССОМ

*1,5 кг телячьих языков, 1 луковица, 1 морковь, 1 лавро-
вый лист, соль, перец горошком, 1 маленький перец чили.
Для мусса: вырезанная мякоть языка, 1 маленькая лу-
ковица, 1 ст. ложка растительного масла, 100 г сливок,
соль, молотый чёрный перец, 1/4 ч. ложки порошка мус-
катного ореха, 1/4 ч. ложки порошка имбиря, 1/2 стакана
измельченного укропа, 2 зубка чеснока, 2–3 ст. ложки
хлебных сухарей.*

*Для соуса: 1 небольшая луковица, 2 ст. ложки расти-
тельного масла без запаха, 1 стакан красного сухого
вина, 150 г сливок, 10–12 шампиньонов, разрезанных по-
полам, соль, белый перец, мускат.*

Языки хорошо промыть и опустить в холодную воду со все-
ми специями и овощами. Довести до кипения, снять накипь,
накрыть крышкой и варить до полной готовности на среднем
огне 1,5–2 ч. Готовые языки вынуть из бульона, немного ос-



тудить, снять шкуру. Охладить. Разрезать вдоль острым ножом и вынуть мякоть по всей длине от кончика языка до самой толстой его части. Оставить стенки толщиной примерно 1,5–2 см.

Заполнить каждый язык муссом, завернуть в фольгу и запекать в течение 25–30 мин, развернуть фольгу и чуть подрумянить язык со всех сторон. Полностью остудить и очень острым ножом нарезать на ломтики поперек языка уже в той тарелке, в которой будете подавать.

На тарелку, на которой лежит нарезанный язык, выложить вокруг и сверху грибы. Залить обильно соусом. Можно украсить зеленью.

Приготовление мусса. На сковороде разогреть масло. Луковицу мелко нарезать. Припустить на небольшой температуре до розового цвета. Добавить мелко нарезанный чеснок, продолжать жарить 1 мин. Насыпать укроп и жарить еще 1 мин. В чашу комбайна выложить вырезанную мякоть языка. Измельчить, добавить сливки и взбить в однородную массу. Всыпать все специи. Добавить поджаренную часть начинки. Снова перемешать, но не измельчать очень сильно. В конце положить сухари и еще раз перемешать.

Приготовление соуса. Разогреть масло. Мелко нарезанную луковицу поджарить до золотистого цвета. Разрезанные пополам шампиньоны добавить к луку и немного обжарить. Налить вино и дать ему покипеть, аккуратно переворачивая грибы. Затем залить сливками, добавить специи по вкусу. Соус немного уварить.

ПЕЧЕНКА, ФАРШИРОВАННАЯ ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

1 кг говяжьей печенки, 300 г гречневой крупы, 1 луковица, растительное масло, 1 морковь, 2 яйца, 100 г молока, соль, черный молотый перец, зелень, молочный соус.

Печенку разрезать вдоль по всей длине, часть мякоти вырезать, образовавшееся углубление наполнить фаршем, а края зашить. Печенку полить молочным соусом и тушить до готовности.

При подаче к столу печенку полить соусом, в котором она тушилась, и посыпать зеленью.



Приготовление фарша. Сварить вязкую гречневую кашу, добавляя в нее пассерованный на растительном масле мелко нарезанный репчатый лук, натертую морковь, припущенную и измельченную печенку, соль, перец и взбитые с молоком яйца.

ПЕЧЕНКА, ФАРШИРОВАННАЯ САЛОМ

250 г печенки, 60 г шпика, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, 30 г пшеничной муки, соль, черный молотый перец.

Печенку нарезать пластами толщиной 1,5 см. Сверху положить отбитый пласт шпика толщиной примерно 0,5 см, на него — слой пассерованного репчатого лука, посыпать солью и перцем. Свернуть рулетом, перевязать, обвалять в муке и на 1–2 мин опустить в кипящее растительное масло. Когда рулет зарумянится, вынуть его и протушить в небольшом количестве бульона с добавлением лука, петрушки, моркови и сельдерея.

ПЕЧЕНКА, ФАРШИРОВАННАЯ КОПЧЕНЫМ САЛОМ И ЯЙЦАМИ

600 г телячьей печенки, 120 г копченого сала, 120 г свиного жира или растительного масла, 1 головка репчатого лука, 3 ст. ложки сухарей, 2 яйца, 125 г сметаны, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.

Печенку надрезать посередине. В половине от указанного в рецепте количества жира поджарить измельченные сало, лук, зелень петрушки, сухари. Когда все остынет, добавить вареные рубленые яйца, сметану, перец, соль. Положить эту массу в разрез на печенке и зашить. Печенку положить в кастрюлю, добавить жир и запекать в умеренно нагретой духовке около часа. Готовую печенку посолить, острым ножом нарезать на ломтики, разложить на блюде и подать под собственным соусом.

ПЕЧЕНКА, ФАРШИРОВАННАЯ МАКАРОНАМИ

1,5 кг телячьей печенки, 2 моркови, 1 головка чеснока, 2 луковицы, 100 г макарон, 300 г сала, 3 бульонных кубика, 1 лавровый лист, душистый перец горошком.



С печенки снять пленку. 1 морковь, 1 луковицу и сало нарезать брусочками. Раскрошить бульонные кубики и тщательно натереть ими печенку. Равномерно нашинговать печенку морковью, салом, чесноком и сырыми макаронами (воткнуть их в мякоть). В сотейнике обжарить нашингованную печенку, добавить 1 луковицу, 1 морковь, лавровый лист, перец и 1 ст. ложку воды. Поставить в духовку на 50 мин при температуре 200 °С. Подавать, нарезав ломтиками.

ПОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛУКОМ И ЧЕСНОКОМ

4 почки, 1 луковица, 4 зубка чеснока, 100 г сливочного масла, соль и перец по вкусу.

Почки хорошо промыть, разрезать не до конца на две части, бланшировать, слегка проварить для удаления специфического запаха, посолить, поперчить и обжарить на сливочном масле вместе с луком. Когда почки обжарятся, в место разреза положить мелко нарубленный и обжаренный лук, толченый чеснок и обе половинки уложить в виде раковин.

Подать к столу с зеленым луком.

СЕРДЦЕ, ФАРШИРОВАННОЕ ЛУКОМ И МОРКОВЬЮ

1 говяжье сердце, 4 луковицы, 3 моркови, растительное масло, соль, черный молотый перец, 1 лавровый лист, душистый перец горошком.

Говяжье сердце очистить от излишков жира, разрезать вдоль и замочить в воде на 2–3 ч. Обсушить, разрезать вдоль (сверху вниз) и вырезать из середины мякоть, стараясь не нарушать целостность стенок. Вырезанную мякоть нарезать мелкими кубиками. Раскалить растительное масло на сковороде. В нем обжарить мелко нарезанные кубиками 2 луковицы, нарезанную морковь. Когда овощи подрумянятся, обжарить с овощами нарезанные кусочки сердца. Добавить воды или бульона и потушить на маленьком огне в течение 20–25 мин. Посолить, поперчить и отбросить на дуршлаг. Разложить разрезанное сердце на доске и слегка отбить. Выложить на него приготовленный фарш. Сердце аккуратно зашить, придавая, по возможности, форму целого сердца.



В глубокой кастрюле обжарить 2 измельченные луковицы, добавить лавровый лист, душистый перец горошком. Влить воду или бульон, прокипятить. В полученный бульон положить подготовленное сердце и потушить в течение полутора часов.

Подать к столу с картофельным пюре.

СЕРДЦЕ, ФАРШИРОВАННОЕ СЫРОМ

1 телячье сердце, 1 ч. ложка тмина, $1/2$ ч. ложки базилика, 100 г сыра сулугуни, 2 стакана куриного бульона, 2 стакана воды, 1 луковица, 1 зубок чеснока, 60 г сметаны, соль, растительное масло, 1 лавровый лист.

Сердце разрезать пополам и замочить в воде 1 час. Воду слить. Сердце хорошо промыть и удалить большие артерии. Раскрыть его и посыпать тмином, базиликом и чуть-чуть посолить. Сыр разорвать на тоненькие нити и выложить поверх трав. Соединить обе половинки. Хорошо перевязать нитью. Разогреть духовку, а в ней — емкость. На растительном масле поджарить лук и чеснок, разрезанные пополам (жарить только на разрезе). Вынуть разогретую емкость из духовки, положить сердце. Рядом расположить лук и чеснок. Залить бульоном и водой. Добавить лавровый лист. Закрыть крышкой. Если нет, то накрыть плотно фольгой. Поставить в духовку на 2,5 ч. Сердце вынуть. Удалить нитки. Оставшуюся жидкость вместе с кусочками лука и чеснока взбить в блендере. Перелить в сковороду, добавить сметану и потушить несколько минут. Подавать сердце, нарезав на кусочки и полив соусом.

СЕРДЦЕ, ФАРШИРОВАННОЕ КОЛБАСОЙ И ЖАРеныМИ ГРИБАМИ

1 телячье сердце, 50 г сала или 50 г растительного масла, 50 г лука, 2 ст. ложки муки, 200 г сметаны или 200 г кислого молока.

Для начинки: 1 булка, молоко, 100 г колбасы, 1 яйцо, сваренное вкрутую, 1 сырое яйцо, 100 г жареных грибов, майоран, зелень петрушки, молотый черный перец, соль по вкусу.

Промытое сердце тщательно вытереть, начинить, зашить и тушить на растительном масле или сале с нарезанным луком



часто подливая горячую воду. Готовое сердце нарезать порционными кусками, выложить на блюдо и полить жиром, на котором тушилось сердце, предварительно размешав в нем сметану, смешанную с мукой. Подавать с рисом или картофелем.

Приготовление начинки. Смоченную в молоке булку отжать и пропустить через мясорубку вместе с колбасой, добавить соль, перец, майоран, измельченную зелень петрушки, рубленое крутое яйцо, сырое яйцо, жареные грибы и хорошо перемешать.

СЕРДЦЕ, ФАРШИРОВАННОЕ СОСИСКАМИ

1 сердце, 50 г сливочного масла, 2 луковицы, 1 морковь, 1/2 стакана сметаны или сухого белого вина, 1/2 стакана воды, зелень, соль, перец.

Для фарша: 2 сосиски, 60 г свиного несоленого сала, зелень петрушки, соль, перец.

Пропустить через мясорубку сосиски, добавить нарубленную зелень петрушки, посолить, поперчить. Сердце разрезать сверху. Вложить в него фарш. Обложить тонкими ломтиками сала и обвязать. Растопить в скороварке масло. На сильном огне как следует обжарить сердце со всех сторон. Нарезать кружочками лук и морковь, положить в скороварку, туда же поместить зелень, полить сметаной (или вином) и водой, посолить, поперчить. Закрыть и тушить 45 мин. Перед подачей извлечь зелень, снять нитки и сало.

СЕРДЦЕ, ФАРШИРОВАННОЕ ОЛИВКАМИ С АНЧОУСАМИ

1 кг сердца, 150 г сливок, 2 сырых желтка, соль, белый молотый перец, оливки, фаршированные анчоусами.

Сердце зачистить от жира, надрезать вдоль и промыть. Изнутри вырезать мякоть так, чтобы стенки оставались неповрежденными. Мякоть измельчить в миксере, добавив сливки, желтки, соль и молотый белый перец. В полученный мусс добавить оливки, фаршированные анчоусами, и наполнить сердце. Края свести, плотно завернуть сердце в пищевую пленку и варить в воде (прямо в пленке) не менее 1,5 ч. В пленке остудить, затем снять ее и нарезать сердце поперек.

**СЕРДЦЕ, ФАРШИРОВАННОЕ ПЕЧЕНКОЙ**

1 говяжье сердце, 100 г говяжьей печени, 100 г шпика, 100 г воды, 3–4 куска черствого белого хлеба, 50 г молока, 1 ст. ложка маргарина, 1 яйцо, 1 луковица, зелень укропа и петрушки, 1 морковь, 1 стручок сладкого перца, третья цедра лимона, соль, перец.

Для соуса: жидкость, в которой тушилось сердце, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сметаны.

Сердце промыть, удалить жилы, сосуды, жир и вырезать острым ножом мясо из середины так, чтобы остался слой толщиной около 1,5 см. Вырезанное мясо, печеньку, хлеб и шпик пропустить через мясорубку. Добавить в фарш яйцо, обжаренный в маргарине мелко нарезанный лук, молоко, лимонную цедру, рубленую зелень, соль, перец и тщательно вымешать. Подготовленное сердце наполнить начинкой, плотно зашить и слегка обжарить. Затем переложить его в кастрюлю, добавить немного воды, нарезанную кружками морковь и нарезанный кольцами сладкий перец и тушить под крышкой на слабом огне до готовности. После этого сердце выложить на блюдо, нарезать на порционные кусочки и полить сметанным соусом.

Приготовление соуса. Муку обжарить на сухой сковороде до светло-коричневого цвета, смешать со сметаной и разбавить ее протертой сквозь сито жидкостью с овощами, в которой тушилось сердце. Соус тщательно перемешать, чтобы не было комочков, и прокипятить 5–7 мин на слабом огне.

БАРАНИЙ ЖЕЛУДОК, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ

1 бараний желудок, 1,5 кг баранины, 250 г бараньих легких, 1 лавровый лист, 1 зубок чеснока, соль, перец.

Бараний желудок зашить в виде круглого мешочка, оставив небольшие отверстия. Баранье мясо нарезать мелкими кусочками, добавить мелко нарезанные легкие, измельченный чеснок, лавровый лист, соль, перец и нафаршировать желудок. Завязать отверстие, положить желудок в кастрюлю, подлить воды и тушить в духовом шкафу до готовности.

При подаче нарезать и гарнировать жареным картофелем.



СВИНОЙ ЖЕЛУДОК, ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЕМ

500 г свиного желудка, 480 г картофеля, 100 г молока, 100 г сала, 80 г репчатого лука, 1 лавровый лист, перец, соль.

Тертый сырой картофель отжать, залить кипяченым молоком, положить свиное сало, пассерованный лук, молотый перец, лавровый лист, соль. Свиной желудок начинить полученным фаршем, зашить и запекать в жарочном шкафу до готовности.

При подаче нарезать ломтиками и полить жиром, в котором он запекался.

СВИНОЙ ЖЕЛУДОК, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРУДИНКОЙ

1 свиной желудок, 500 г свиной грудинки или мяса свиной головы, 200 г свиного фарша из мяса, срезанного с костей, 2 яйца, 3 луковицы, 1 головка чеснока, 10 зерен черного перца, майоран, соль.

Свиной желудок несколько раз промыть в холодной и горячей воде. Из жирной свиной грудинки удалить кости. Грудинку нарезать мелкими кубиками, добавить свиной фарш, нарезанный лук, яйца, пряности, соль, перемешать, начинить этой смесью подготовленный свиной желудок, зашить его и запечь в духовке до готовности.

СВИНОЙ ЖЕЛУДОК ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-РУССКИ

800 г нежирной свинины, 300–400 г свиного свежего сала, 10 свиных ушей, 2 головки репчатого лука, 2 головки чеснока, $\frac{1}{2}$ ч. ложки черного молотого перца, базилик, тмин, лавровый лист, гвоздика, соль, 1 свиной желудок, 1 стакан 3%-ного уксуса.

Мясо, сало, подготовленные свиные уши пропустить через мясорубку, добавить шинкованный лук, истолченный чеснок, перец, соль, базилик, тмин и все хорошо перемешать. В хорошо обработанный и промытый свиной желудок положить фарш



и перевязать желудок с обеих сторон. Положить желудок в кастрюлю, добавить уксус, лавровый лист, гвоздику, соль и варить на несильном огне до готовности (около 2 ч).

Сваренный желудок вынуть из бульона, положить под пресс (немного сплюснув) и дать полностью остыть. Перед подачей на стол желудок прогреть в бульоне и нарезать на плоские куски. На гарнир подать тушеную капусту, разварной картофель, полив бульоном, в котором варился желудок.

ВЫМЯ ФАРШИРОВАННОЕ ПО-АВСТРИЙСКИ

400 г вымени, 150 г шампиньонов, 50 г раков, 50 г соленых огурцов, 20 г масла, жир, соль, перец по вкусу, зелень.

Вымя вымочить в течение 2–3 ч, промыть, удалить бахрому. У вымени сделать надрез внутри, вырезать середину. Шампиньоны почистить, промыть, соленые огурцы мелко нашинковать, вместе с грибами припустить. Раков сварить, очистить от панциря, все вместе соединить, обжарить с маслом, положить соль, перец и нафаршировать вымя, зашить ниткой, положить в смазанную растительным маслом сковороду, облить растительным маслом, поставить в духовку.

У готового вымени удалить нитки, разрезать на порции, подать с соусом, в котором тушилось блюдо, посыпать зеленью петрушки или укропа.

КУРИНЫЕ ШЕЙКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПЕЧЕНКОЙ

1 кг куриных шеек, 400 г куриной печенки, 2 ст. ложки манки или муки, 1 луковица, куриный бульон, куриный жир, соль, перец.

Куриные шейки промыть, осторожно удалить из них косточки так, чтоб получилась цельные, полые внутри трубочки. На курином жире слегка спассеровать манку или муку, отдельно обжарить мелко нарезанный лук и куриную печенку. Печенку пропустить через мясорубку или мелко нарезать, соединить с поджаренной мукой и луком. Получившимся фаршем наполнить шейки, зашить их и варить в курином бульоне на неболь-



шом огне 30–40 мин. Затем выловить шейки из бульона, дать жидкости стечь и обжарить на курином жире.

КУРИНЫЕ ШЕЙКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОТРОХАМИ И ЛАПШОЙ

1 куриная шейка, потроха 1 курицы, немного отварной лапши, соль.

Шейку у курицы отрезать по возможности длиннее, целиком удалить с нее кожу и с одного конца завязать ее ниткой или зашить. Куриные потроха и лапшу отварить отдельно. Затем потроха нарубить, соединить с лапшой, перемешать и этой массой начинить шейку.

Нафаршированную шейку зашить и сварить в кипящей подсоленной воде. Затем вынуть из бульона, положить между двумя досками под гнет и дать остыть. Подать как холодную закуску, нарезав тонкими ломтиками, вместе с овощным салатом и зеленью.



ФАРШИРОВАННАЯ РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ

Щука

ЩУКА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ВЕНГЕРСКИ

1 вариант

1 кг щуки, 1¹/₂ ст. ложки рубленого миндаля, 1 корень петрушки, 2 головки репчатого лука, смалец, 2 белые булочки, 1 яйцо, зелень петрушки, соль, мускатный орех, молотый белый душистый перец, грибной соус со сливками.

Щуку вымыть осторожно, чтобы не повредить кожу, очистить от чешуи, снова вымыть и отрезать голову. У анального отверстия сделать надрез, отделить внутренности от тушки и вынуть их со стороны головы. После этого рыбу снова помыть и длинным острым ножом вдоль позвоночника и ребер до самого хвоста вырезать мякоть так, чтобы остался слой толщиной 1,5 см. Подготовленную рыбу посолить снаружи и внутри и оставить.

Из вырезанной мякоти удалить крупные кости и пропустить ее через мясорубку. Фарш смешать с намоченным и отжатым хлебом, ошпаренным и мелко порубленным миндалем, поджа-



ренной на смальце 1 луковицей, измельченной зеленью петрушки и специями, добавить яйцо. Щуку нафаршировать, отверстие зашить нитками. Рыбу завернуть в белую ткань, перевязать и потушить в соленой воде с остальным луком и корнем петрушки. До подачи из отвара не вынимать. Перед подачей снять нитки и ткань.

При подаче залить грибным соусом со сливками, гарнировать картофелем.

II вариант

Щука весом около 2 кг, 1 луковица, мускатный орех, 100 г масла или сметаны, 2 яйца, 2 ломтика белого хлеба, соль, молотый перец, вкусовые корни, 1 лавровый лист.

На голове щуки подрезать кожу, чтобы она снималась с тушки вместе с головой, снять ее с тушки в направлении к хвосту. Хребет у хвоста надрезать изнутри таким образом, чтобы тушка была вынута, а хвост остался с кожей и головой. Рыбу выпотрошить, мясо отделить от костей, дважды пропустить через мясорубку вместе с замоченным белым хлебом и луком. Добавить в массу тертый мускатный орех, топленое масло или густую сметану, яйца, соль, перец, тщательно перемешать. Подготовленной массой начинить кожу щуки (нельзя начинать туго, так как при варке масса набухнет и кожа может лопнуть). Завернуть рыбу в марлю, оставив оба конца марли свободными, чтобы легче было опустить рыбу в кастрюлю с бульоном и вынуть оттуда. Варить рыбу в бульоне со специями и кореньями на слабом огне 30 мин. Затем вынуть и развернуть марлю. Выложить фаршированную рыбу на блюдо (можно разрезать на куски), гарнировать зеленью петрушки, ломтиками лимона или моркови.

К рыбе можно подать картофельное пюре, соус белый или из зелени.

ЩУКА, ФАРШИРОВАННАЯ МЯСОМ

Крупная щука весом 2–2,5 кг, 300–400 г свино-говяжьего фарша, 2 луковицы, 2 яйца, 2–3 ст. ложки манки, сливки, соль, перец, майонез.



Рыбу зачистить от чешуи, аккуратно, чтобы не повредить кожу. Разрезать по брюшку, удалить внутренности и жабры, промыть. Аккуратно вырезать хребет. С кожи осторожно снять мякоть с помощью ложки, чтобы не повредить кожу, оставив только голову, хвост и кожу. Мякоть пропустить через мясорубку вместе с луком, смешать с мясным фаршем и манкой. Фарш посолить, поперчить, вбить яйцо, тщательно перемешать. Начинить кожу, зашить брюшко. Положить щуку на смазанный противень, смазать майонезом и поставить в разогретую духовку. Запекать при температуре 170 °С до золотисто-коричневого цвета. В конце приготовления температуру можно увеличить.

ЩУКА, ФАРШИРОВАННАЯ КАРТОФЕЛЕМ

1 щука весом 2 кг, 600 г картофеля, перец, соль.

Щуку очистить и выпотрошить. Картофель почистить и натереть на мелкой терке. Затем его промыть в проточной холодной воде, чтобы вымылся весь крахмал. Потом отжать и залить кипятком на 20–30 с. И снова промыть холодной водой. После этого по вкусу добавить перец и соль. Щуку нафаршировать картофелем и зашить нитками. Поставить в духовку на 30 мин.

ЩУКА ФАРШИРОВАННАЯ С ОВОЩАМИ

1 щука весом 2–3 кг, 100–200 г белого хлеба, 300 г лука, 2 свеклы, 3 моркови, 1 ст. ложка сахара, 2 яйца, 1 ст. ложка растительного масла, сахар, соль, черный молотый перец.

Рыбу очистить от чешуи, отрезать голову и, не разрезая брюшка, вынуть внутренности; удалить жабры, промыть холодной водой и нарезать рыбу поперечными кусками. Из каждого куска рыбы вырезать мякоть, не повредив кожи. Вырезанную мякоть вместе с луком и хлебом, намоченным в воде и отжатым, пропустить через мясорубку. В фарш добавить яйцо, сахар, растительное масло, перец, соль и все тщательно перемешать. Приготовленным фаршем заполнить куски рыбы в тех



местах, где была вырезана мякоть, и обрывать ножом, смоченным в воде.

На дно кастрюли положить нарезанные кружочками свеклу и морковь, а также тщательно промытую луковую шелуху. Поверх овощей поместить фаршированные куски рыбы, на которые положить еще слой овощей, потом опять рыбу и снова слой овощей. Рыбу с овощами залить холодной водой так, чтобы вода только покрыла их, и, закрыв кастрюлю, поставить варить на слабый огонь на 2 ч, считая с момента закипания воды. Во время варки необходимо следить, чтобы рыба и овощи не пригорели; верхний слой рыбы надо изредка поливать образовавшимся бульоном.

Перед подачей на стол рыбу вместе с овощами переложить на блюдо, оставшийся бульон процедить и полить им рыбу.

ФАРШИРОВАННАЯ ЩУКА В ЖЕЛЕ

1 щука весом 500–700 г, 1 лимон, 2 луковицы, 40 г сливочного масла, 2 ломтика белого хлеба, молоко, 1–2 яйца, 1 морковь, $\frac{1}{2}$ корня сельдерея, 1 корень петрушки, 1 лук-порей, сливки или бульон, перец, кориандр, мускатный орех, соль.

Щуку очистить, выпотрошить через надрез у головы, удалить жабры, обмыть и вытереть насухо. Снять кожу, оставив на ней нетолстый слой мякоти. Отделить мякоть от костей и пропустить через мясорубку вместе с намоченным в молоке и отжатым хлебом, добавить яйца, пассерованный на масле лук, молотые пряности, соль, все хорошо перемешать и растереть до образования пышной массы. Густую массу разбавить сливками или бульоном.

Приготовленным фаршем начинить щучью кожу и зашить разрез. Щуку положить в специальную посуду для варки рыбы, кожу наколоть в нескольких местах тонкой лучинкой или толстой иглой, обложить нарезанными кореньями, посыпать пряностями, залить холодной водой и варить в течение часа.

Бульон для желе приготовить отдельно из щучьей головы и вынутых костей с небольшим количеством воды. Для получения более густого желе в бульон можно добавить желатин. Сваренную фаршированную щуку осторожно вынуть из бульона и



уложить на блюдо. Охладить и залить охлажденным желе, украсить ломтиками лимона, сваренными вкрутую яйцами, зеленью.

Судак

СУДАК ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-ОДЕССКИ

1,5 кг судака, половина свеклы, 2 луковицы, 2 моркови, 1 яйцо, 70 г белого хлеба (мякиш), 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка соли, $1/2$ ч. ложки сахара, молотый черный перец, 3 горошины душистого перца, 2 бутона гвоздики, 2 лавровых листа, 10 горошин черного перца.

Очищенную от чешуи и хорошо промытую рыбу положить на разделочную доску, срезать плавники и хвост, прорезать кожу вокруг головы, отделить ее пальцами от мякоти и осторожно снять, как чулок. У хвоста отрубить хребтовую часть так, чтобы хвост остался при коже. Рыбу выпотрошить, хорошо промыть в холодной воде, удалить жабры. Филе рыбы отделить от костей. Мякоть рыбы, сырую луковицу, намоченный в воде или молоке и отжатый хлеб пропустить через мясорубку, добавить яйцо, молотый перец, соль, растительное масло, 2–3 ст. ложки воды. Все хорошо размешать.

Кожу и голову рыбы наполнить фаршем. В глубокий лоток или большую неглубокую кастрюлю уложить на дно кости рыбы, затем — ломтики свеклы, моркови и лука, гвоздику, лавровый лист, перец горошком, соль, сахар, положить рыбу, залить водой, довести до кипения и варить 2–2,5 ч до готовности.

Готовую рыбу охладить, осторожно вынуть и уложить на продолговатое блюдо. Украсить кусочками вареной моркови и ломтиками лимона. Залить процеженным рыбным соусом и поставить в холодильник для застывания. Подавать к столу в охлажденном виде с хреном.

Овощи кладут не в холодную, а в кипящую воду — так сохраняется больше витаминов. Много витаминов переходит в отвар, поэтому его не выливайте, стараясь использовать для супов, для соусов.



СУДАК, ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЕМ И ШПИНАТОМ

1 судак, щепотка морской или йодированной соли, свежемолотый белый перец, сок $1/2$ лимона, 200 г листового шпината, 1 зубок чеснока, 1 луковица, 1 картофелина, 2 ст. ложки масла, 125 г молока, щепотка мускатного порошка, 2 лавровых листа, 1 веточка укропа.

Подготовленную для фарширования рыбу промыть и просушить кухонным полотенцем снаружи и внутри, посолить и поперчить снаружи и внутри, сбрызнуть лимонным соком. Шпинат почистить и помыть, потушить примерно 1 мин. Затем крупно нарубить его и размять. Чеснок и лук очистить и мелко нарубить. Картофель помыть, почистить, мелко натереть на терке и размять картофельную массу.

Положить в маленькую кастрюлю лук, чеснок, 1 ст. ложку масла и разогревать все до тех пор, пока лук не станет прозрачным. Долить в кастрюлю молоко, довести его до кипения и положить в кастрюлю картофельную массу. Все варить до тех пор, пока молоко не загустеет. После этого добавить шпинат и всю массу приправить солью, перцем и мускатом, снять кастрюлю с огня и охладить ее содержимое.

Холодную шпинатно-картофельную массу вложить в брюшную часть судака. Внешнюю часть рыбы смазать растопленным маслом. Налить в пароварку 250 г воды, положить лавровые листки и веточку укропа, разогреть, а затем посолить и поперчить. Положить фаршированную рыбу в пароварку, закрыть ее и готовить рыбу на пару 30 мин.

СУДАК ФАРШИРОВАННЫЙ К ПРАЗДНИКУ

Судак весом 1–1,5 кг, 1 яйцо, 1 лимон, 2–3 огурца, 2 луковицы, 3 зубка чеснока, 1 лавровый лист, зелень петрушки, 150 г молока, 4 ст. ложки сливочного масла, 100 г пшеничного хлеба, 5–6 ст. ложек зеленого консервированного горошка, соль и перец по вкусу.

Судака очистить от чешуи, выпотрошить, отделить голову и промыть. Затем изнутри тушки надрезать реберные кости и удалить их вместе с хребтовой костью, не прорезая кожи. Пос-



ле этого срезать мякоть, оставляя ее на коже слоем 0,5–1 см. Срезанную мякоть, пшеничный хлеб, отделенный от корок, замоченный в молоке, и обжаренный в масле до золотистого цвета нарезанный репчатый лук пропустить через мясорубку, добавить сливочное масло, яйцо, растертый чеснок, соль, перец, после чего немного взбить.

Тушку наполнить приготовленным фаршем, придать ей форму целой рыбы и припустить в течение 15–20 мин. За 5–10 мин до готовности добавить лавровый лист, зелень петрушки и перец горошком. Рыбу остудить, нарезать на порционные куски, сложить в виде целой рыбы, приставив отваренную голову, и украсить зеленью, лимоном, огурцом, нарезанными тонкими ломтиками, маринованным сладким перцем, маслинами, периодически поливая охлажденным рыбным желе. Обычно это блюдо оформляют на холоде для застывания. В отдельных случаях фаршированную рыбу кладут на постамент из обжаренного на сливочном масле пшеничного хлеба. Вокруг рыбы красиво укладывают маринованный перец, зелень петрушки, огурец, зеленый горошек.

Посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в сильно нагретом жарочном шкафу.

СУДАК, ФАРШИРОВАННЫЙ ЛОСОСЕМ И ОЛИВКАМИ

*1 кг судака, 200 г филе лосося, 1 яйцо, 12–15 оливок,
2 ст. ложки сливочного масла, 2–3 горошины черного пер-
ца, красный перец, 1 пучок зелени петрушки, лимон,
1 лавровый лист, соль.*

Судака очистить, отрезать голову и хвост. Не разрезая спинки, удалить реберные и позвоночную кости, посыпать солью и перцем. Из головы, чешуи и костей сварить бульон. Филе лосося пропустить через мясорубку, добавить яйцо, масло, 2 ст. ложки бульона и взбить. Заправить солью и красным перцем. Одно филе судака равномерно покрыть половиной нормы рубленой зелени и лососевой массы, посередине вдоль филе поместить оливки, сверху разложить оставшуюся лососевую массу и зелень. Накрыть вторым филе, перевязать шпагатом и завернуть в марлю.



Подготовленную рыбу залить теплым бульоном, довести до кипения, добавить перец горошком, лавровый лист, соль и припускать при слабом кипении 45 мин. Освободить рыбу от марли, шпагата и охладить под легким прессом. Нарезать ломтиками, оформить лимоном и зеленью.

СУДАК, ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕЧЕНЬЮ ТРЕСКИ

1 судак весом около 3 кг, 100 г рассольного сыра, 1 банка консервированной печени трески, 1 луковица, 1 морковь, 100 г молотых сухарей, 150 г майонеза, соль, черный молотый перец.

Рыбу выпотрошить, промыть, посолить и поперчить снаружи и внутри. Лук нарезать полукольцами, морковь и сыр натереть на средней терке, печень нарезать кусочками. Все смешать и добавить сухарики и майонез. Нафаршировать рыбу, зашить. Сверху надсечь вдоль хребта полосками по 1,5 см, смазать майонезом и посыпать тертым сыром. Жарить до золотистого цвета. Подавать блюдо горячим с охлажденным белым вином.

СУДАК ФАРШИРОВАННЫЙ ПО РЕЦЕПТУ ТЕЩИ

1–1,5 кг судака, 1/4 батона, 3 луковицы, 2 яйца, 2 свеклы, 2 ст. ложки растительного масла, соль, перец, лавровый лист.

Рыбу разделать, промыть, снять кожу. Мясо без костей с одной луковицей пропустить через мясорубку, добавить замоченную в молоке белую булочку, поджаренный лук (2 луковицы), соль, перец и еще раз пропустить через мясорубку. В полученную массу вбить яйца и хорошо вымесить. Затем кожу нарезать длинными полосками, готовую массу разделить на куски, величиной с яйцо, придать им форму биточка, обтянуть кожей.

В подготовленный для тушения рыбы казан выложить на дно рыбы кости, луковую кожуру и нарезанную кружочками свеклу. Сверху уложить куски рыбы в коже и осторожно влить из чайника горячую воду так, чтобы она покрыла куски рыбы, добавить соль, перец горошком и лавровый лист, накрыть крышкой и тушить на маленьком огне до готовности в течение



1–1,5 ч. По желанию в казан можно добавить сливочное или растительное масло.

Готовую фаршированную рыбу следует осторожно извлечь из казана, разложить на блюдо и дать ей остыть. Подавать на стол в виде целых кусков или каждый из них нарезать тонкими ломтиками и оформить сверху майонезом или хреном.

ФИЛЕ СУДАКА, ФАРШИРОВАННОЕ СОУСОМ И ГРИБАМИ

500 г филе судака, 200 г свежих грибов, 1 яйцо, панировочные сухари, мука, растительное масло, соль, перец.

Для соуса: 2 стакана молока, 2¹/₂ ст. ложки муки, 2¹/₂ ст. ложки сливочного масла, соль.

Филе судака нарезать широкими тонкими кусками, слегка отбить, на куски рыбы положить густой молочный соус, смешанный с мелко нарубленными грибами, посыпать солью, перцем, свернуть в рулетики, обвалять в муке, смочить в яйце, запанировать в сухарях и жарить во фритюре. При подаче полить котлеты растопленным сливочным маслом; отдельно подать томатный соус. Гарнировать жареным картофелем и зеленым горошком.

Приготовление соуса. Муку обжарить в сливочном масле, затем, непрерывно помешивая, развести ее горячим молоком, добавить по вкусу соль и кипятить 5–7 мин.

Форель

ФОРЕЛЬ, ФАРШИРОВАННАЯ ЧЕРНОСЛИВОМ

1 форель весом 350–400 г, 70 г чернослива без косточек, 200 г растительного масла, 20 г уксуса, 2 зубка чеснока, 1 яйцо, 1 лимон, соль, черный молотый перец, зелень петрушки.

Форель ошпарить кипятком, очистить от чешуи, сохранив кожу, выпотрошить, хорошо промыть и положить в брюшко распаренный и промытый чернослив. В сотейник налить масло и уксус, насыпать измельченную зелень петрушки и измельчен-



ный чеснок, поверх выложить рыбу и добавить воду (около 400 г). Запекать в духовке при высокой температуре в течение 45 мин. Готовую рыбу переложить на подогретое блюдо.

В сотейник налить смесь из взбитого яйца, петрушки, измельченного чеснока и сока лимона, варить при непрерывном помешивании вилкой до загустения. Выложить соус на блюдо вокруг рыбы и украсить все ломтиками лимона.

ФОРЕЛЬ, ФАРШИРОВАННАЯ ОВОЩАМИ

I вариант

1 форель, 50 г кабачка, 50 г баклажана, 1 маленький помидор, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 зубок чеснока, смесь французских трав, 1 ст. ложка лимонного сока, 100 г белого сухого вина, оливковое масло, соль.

Форель очистить, разрезать брюшко, извлечь внутренности и позвоночник. Посолить, посыпать травами, сбрызнуть соком лимона. Овощи нарезать мелкими кубиками и обжарить на оливковом масле со специями. Чеснок мелко нарубить и смешать со сливочным маслом. Натереть этой смесью пергамент. Начинить форель овощами, завернуть в пергамент, положить на сковороду. Залить вином и выпекать в горячей духовке около 10 мин.

II вариант

2 форели, 50 г растительного масла, 1 баклажан, 1 луковица, 1 морковь, 100 г цветной капусты, 50 г капусты брокколи, 100 г сладкого перца, 1 маленький кабачок, 100 г сыра, соль, перец.

Форель очистить, удалить внутренности через спинку, промыть. Натереть солью, посыпать перцем. Овощи очистить, вымыть, нарезать кубиками. Цветную капусту отварить в подсоленной воде, разделить на мелкие соцветия. Замороженную капусту брокколи оттаять, отварить в подсоленной воде. Все овощи обжарить на растительном масле, посолить, поперчить. Подготовленными овощами нафаршировать рыбу, посыпать тертым сыром. Завернуть в фольгу и запечь в духовке при температуре 170–180 °С до готовности.



ФОРЕЛЬ, ФАРШИРОВАННАЯ ГРИБАМИ И СЫРОМ

2 форели, 300 г шампиньонов, 100 г сыра, 1 пучок петрушки, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 ч. ложка сливочного масла, 1 яйцо, 2 ломтика копченого сала, 2 луковицы, 100 г сметаны, 100 г белого вина, 1 небольшой лимон, соль, перец.

Форель натереть снаружи и изнутри солью и перцем. Почистить шампиньоны. 150 г шампиньонов мелко нарубить. Оставшиеся грибы нарезать кружочками.

Для начинки смешать рубленые шампиньоны с мелко нарезанной петрушкой, натертым сыром, панировочными сухарями и яйцом, добавить соль и перец.

Форель начинить грибной смесью и выложить в смазанную сливочным маслом форму. Нарезать полосками копченое сало и посыпать им рыбу. Вокруг форели уложить рубленый лук и кусочки шампиньонов.

Смешать сметану с вином, добавив соль и перец грубого помола, и залить этим соусом форель. Блюдо накрыть алюминиевой фольгой и запекать в духовке при 200 °С 30 мин. Оформить готовую форель ломтиками лимона и зеленью. На гарнир можно подать картофель, посыпанный петрушкой.

ФОРЕЛЬ, ФАРШИРОВАННАЯ МЯТОЙ И ЛИМОНОМ

1 форель, 1 пучок свежей мяты, 1 небольшой лимон, растительное масло, соль.

Форель вымыть, почистить, вырезать жабры, вскрыть брюшко и осторожно удалить внутренности. Еще раз промыть рыбу, обсушить бумажным полотенцем. Слегка присыпать солью снаружи и внутри. Мяту мелко нарезать. Половинку лимона нарезать тонкими ломтиками.

Фольгу смазать растительным маслом, уложить на нее рыбу. В брюшко рыбы положить лимон и мяту. Посыпать рыбу мятой и сверху. Поднять края фольги, соединить их, чтобы форель была закрыта со всех сторон. Поместить рыбу в фольге в духовку и запекать до готовности. Время запекания зависит от



веса рыбы. Перед тем как вынуть рыбу из духовки, осторожно развернуть края фольги, убрать листики мяты и дать форели подрумяниться.

Готовую форель переложить на блюдо и подать на стол, украсив мятой.

ФОРЕЛЬ ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ЕВРЕЙСКИ

1 форель весом до 2 кг, 4 ломтика батона, 1 яйцо, 50 г сливочного масла или 2 ст. ложки растительного, 1/4 стакана молока или воды, 2 луковицы, 1,5–2 ч. ложки соли, 1 ч. ложка без верха сахара, перец, 1 свекла, 2 моркови, 6 лавровых листков.

Рыбу почистить, голову отрезать. Из головы вырезать жабры. Плавники можно оставить или отрезать. Вынуть внутренности, не разрезая брюшко. Тушку разрезать на куски толщиной 5 см. Из каждого куса острым ножом вырезать мясо. От куса должна остаться шкура с прикрепленными к ней ребрами и позвоночником и два кусочка мяса, с торца формой напоминающие запятую. В хвостовой части можно вырезать два кармана или полностью срезать мясо с хребта для фарша.

Кусочки батона замочить в воде или, если рыба сухая, — в молоке. Вырезанное мясо пропустить через мясорубку вместе с луком и батонами три раза. Полученный фарш посолить, поперчить, добавить яйцо, масло и хорошо взбить. Морковь и свеклу почистить и нарезать тонкими дольками.

В кастрюлю налить немного воды, положить голову, остаток от хвоста и половину овощей. Во все три отверстия в кусках рыбы положить фарш и положить нафаршированные куски рыбы на овощи. Если рыба не помещается в кастрюле в один слой, то на рыбу нужно положить еще слой овощей, а потом снова укладывать рыбу. Сверху выложить еще слой овощей и залить водой так, чтобы она лишь слегка их покрывала. Воду подсолить (1,5–2 ч. ложки соли) и положить лавровый лист. Довести до кипения на сильном огне, огонь убавить до минимума и варить 1–1,5 ч. При необходимости во время варки долить кипятка. Огонь выключить и остудить рыбу, не вынимая из бульона.



Карп

КАРП ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-РЫБАЦКИ

500 г свежего (живого) карпа, 150 г пива, 50 г растительного масла, 1 ст. ложка меда, 1 ст. ложка водки, 0,5 ч. ложки уксуса, 2 лавровых листа, 5 горошин горького перца, 3–4 горошины душистого перца, сок одного лимона, соль, молотый черный перец, зелень петрушки, укропа и лимон для украшения.

Для фарша: 200 г готовой гречневой каши, 150 г сухих белых грибов, 50 г растительного масла, 1 сырое яйцо, 1 луковица, 1 морковь, соль, молотый черный перец.

Для приготовления фарша грибы промыть и замочить в холодной воде или молоке на ночь, а утром отварить в подсоленной воде. Жидкость слить, дать грибам остыть, после чего нарезать их кубиками. Лук и морковь очистить, измельчить и обжарить с грибами до золотистого цвета. Затем добавить кашу, яйцо, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Карпа очистить от чешуи, сделать продольные надрезы по обе стороны от спинного плавника, удалить кости, внутренности, жабры (не отрезая головы) и тщательно промыть. Водку смешать с уксусом и соком половины лимона. Натереть этой смесью карпа изнутри, снаружи и дать ему постоять в холодильнике в течение 1 часа. После этого натереть рыбу солью, смешанной с молотым черным перцем и оставшимся лимонным соком.

Начинить карпа фаршем и смазать его маслом. Положить на противень лавровый лист, душистый и горький перец, полить маслом, а сверху уложить карпа. Запекать в духовке при температуре 180 °С в течение 20–25 мин, периодически поливая медом, смешанным с пивом.

Готового карпа выложить на блюдо, украсив зеленью и лимоном.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

750 г карпа, 100 г вареной гречневой крупы, 2 яйца, 1 стакан сметаны, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки масла, соль, черный молотый перец.



Очистить целую рыбу, отрезать голову около плавников, вынуть внутренности, не разрезая брюшка. Рыбу тщательно промыть, протереть полотенцем внутри брюшка, посолить и начинить гречневой кашей, смешанной с поджаренным луком и вареными рублеными яйцами. Сверху рыбу посыпать перцем и обвалять в муке, обжарить на сковороде с маслом и поставить в духовой шкаф. Через 5–6 мин вынуть, облить сметаной и опять поставить в шкаф на 3–5 мин, поливая образовавшимся соусом.

Рыбу лучше всего подать на стол на этой же сковороде или же переложить на подогретое блюдо вместе с соком. К рыбе подать огурцы, салат из овощей и фруктов или моченые яблоки.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ ОРЕХАМИ

2 карпа, 2 луковицы, 200 г очищенных грецких орехов, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 4 ст. ложки растительного масла, 2 яйца, зелень укропа и петрушки, тертый мускатный орех, соль, черный молотый перец.

Яйца сварить вкрутую и остудить в холодной воде. Орехи слегка обжарить и крупно нарубить. Лук мелко нарезать и обжарить в 1 ст. ложке растительного масла. Смешать жареный лук с орехами, панировочными сухарями, мелко нарезанными яйцами, измельченной зеленью, посолить и приправить перцем и мускатным орехом.

Рыбу очистить, вымыть, отрезать голову и, не разрезая брюшка, вынуть внутренности. Затем хорошо промыть холодной водой, промокнуть внутри бумажным полотенцем и наполнить ореховым фаршем.

Выложить рыбу в смазанную жиром форму и запекать 35 мин. Чтобы рыба не пригорала, можно в конце запекания накрыть ее фольгой.

КАРП ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-КИТАЙСКИ

1 кг карпа, 100 г свежих грибов (белых, шампиньонов), 50 г креветок (отваренных), 200 г полукопченой свинины с кожей, 200 г свиного сала, 50 г растительного масла, 1 л мясного бульона, 6 ст. ложек соевого соуса, 1 ст. ложка крахмала, соль.



Карпа очистить, разрезать по спинке, удалить спинной хребет, осторожно вынуть ребра, не повредив мясо и кожу, выпотрошить и промыть холодной водой.

Приготовить фарш из грибов, мяса креветок, тщательно все измельчив, посолив и перемешав. Начинить им карпа, разрез со спины зашить или обвязать ниткой, залить рыбу разведенным крахмалом.

Сковороду с растительным маслом раскалить, обжарить карпа до светло-золотистого цвета и выложить в другую посуду. На той же сковороде зарумянить наструганную тонкими ломтиками корейку и переложить в сотейник, залить бульоном, добавить соевый соус и довести до кипения. Карпа обернуть тонкими ломтиками свиного сала, прочно обвязать ниткой и опустить в кипящий бульон. Варить рыбу 15 мин, выложить ее, а бульон уварить (еще 10 мин) на сильном огне. С готовой рыбы снять нитки, выложить ее на блюдо, залить бульоном.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ ОРЕХАМИ И ЗЕРНАМИ ГРАНАТА

1 карп (весом примерно 1 кг), $\frac{1}{2}$ стакана очищенных грецких орехов, 1 стакан зерен граната, 2 луковицы, 6–8 бутонов гвоздики, $\frac{1}{2}$ ч. ложки растительного масла, 1 ч. ложка муки, $\frac{1}{4}$ ч. ложки корицы, молотый красный перец и соль по вкусу.

Рыбу почистить и вымыть, с внутренней стороны натереть солью и оставить на 30 мин. Лук и орехи пропустить через мясорубку, добавить корицу, гвоздику и зерна граната, осторожно перемешать, следя за тем, чтобы не раздавить гранатовые зерна. Подготовленной смесью нафаршировать рыбу, края брюшка скрепить деревянными шпильками. Подготовленную рыбу положить в смазанную растительным маслом небольшую посуду, сверху посыпать мукой и запечь в духовке.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ ЛУКОМ И ЯЙЦОМ

Карп весом 600–700 г, 1 большая луковица, растительное масло, 1 вареное яйцо, 1 зубок чеснока, мука, соль, перец.



Карпа натереть изнутри и снаружи солью с измельченным чесноком, посыпать перцем и оставить на 20 мин, чтобы хорошо пропитался.

Мелко нарезать большую луковицу и обжарить в растительном масле. Вареное яйцо нарезать кубиками и, смешав с луком, посолить, поперчить, после чего нафаршировать полученной смесью подготовленного карпа. Перевязать рыбу нитью, обвалять в муке и поджарить на сковороде до образования румяной корочки.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ БЕЛЫМИ ГРИБАМИ

Карп весом 1 кг, 1 стакан белого сухого вина, 200 г белых грибов, 1 яблоко, 150 г масла, соль, черный молотый перец, зелень.

Карпа почистить, выпотрошить, удалить плавники и жабры, натереть солью снаружи и изнутри.

Отдельно приготовить белые грибы. Для этого их почистить, промыть, нарезать мелкой соломкой и сложить в кастрюльку. В грибы добавить соль, перец по вкусу, влить растопленное масло и вино. Тушить грибы на слабом огне при закрытой крышке. Готовый соус слить в отдельную посуду, а фарш смешать с тертым свежим яблоком и заполнить этой смесью брюшко карпа.

Рыбу выложить на небольшой, но глубокий противень и залить растопленным сливочным маслом. Запекать 40 мин, периодически поливая грибным соусом. Подавать с гарниром из отварных овощей. Рыбу украсить дольками лимона и веточками зелени.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ ШАМПИНЬОНАМИ

1 карп, 200 г шампиньонов, 1 луковица, 1 морковь, 1 ч. ложка манной крупы, 1 ломтик булки, 150 г молока, 1 яйцо, 1 лавровый лист, растительное масло, соль, перец по вкусу.

Карпа очистить от чешуи, промыть, срезать плавники и хвост. Надрезать кожу вокруг головы, не разрезая брюшка, удалить голову вместе с внутренностями, промыть, нарезать



порционными кусками шириной 3 см. Приблизительно одинаковой величины ломтики отложить для фарширования; мякоть меньших кусков очистить от костей и употребить для фарша.

Сварить бульон из очищенных и промытых костей, головы и пряностей. Посолить под конец варки. Шампиньоны очистить, промыть, снять кожицу, срезать корешки и нашинковать как можно мельче. Положить грибы в разогретое растительное масло, добавить очищенный и нарезанный лук, соль, перец, тушить 10 мин. Мякоть головы, сырую морковь, замоченную и отжатую булку, тушеные шампиньоны с луком пропустить через мясорубку, смешать с яйцом, манной крупой и 2 ложками воды или молока. Заправить фарш по вкусу солью, перцем, хорошо растереть, чтобы получилась пышная масса.

Куски рыбы заполнить фаршем, обровнять ножом, положить на решетку в котелок для варки рыбы. Залить процеженным бульоном и варить на слабом огне 25 мин.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ И ГРИБАМИ

1 карп весом около 600 г, 4 ст. ложки риса, 2 ст. ложки сливочного масла, 50 г сушеных грибов, 2 ст. ложки толченых сухарей, 1 1/2 ст. ложки муки, 2 яйца, 1 луковица, соль, перец, растительное масло.

Карпа очистить, вдоль спинного плавника с обеих сторон сделать глубокие надрезы до реберных костей. Аккуратно, стараясь не повредить кожу, удалить внутренности, вырезать жабры. Промыть карпа и через проделанные отверстия удалить кости. Перерубить позвоночник у головы и хвоста и убирать его.

Грибы промыть, замочить и отварить до готовности, затем мелко нарезать. Рис тщательно промыть и отварить в грибном бульоне. Лук измельчить и пассеровать. Смешать рис с обжаренным луком и грибами, посолить, поперчить, добавить измельченный чеснок, вбить 1 яйцо и перемешать. Получившимся фаршем наполнить карпа через отверстие в спине, зашить.

Обвалять карпа поочередно в муке, затем во взбитом яйце и в сухарях. На сковороде разогреть растительное масло, обжарить карпа до золотистой корочки с обеих сторон. Затем



поставить в разогретую духовку и довести до готовности. Перед подачей вынуть нитки, нарезать карпа на порционные кусочки.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

1 кг рыбы, 2–3 стакана квашеной капусты, 1 головка репчатого лука, по 3 горошины черного и душистого перца, 1½ ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны, 2 желтка, 1 ст. ложка муки, по 1½ ст. ложки тертого сыра и молотых сухарей, соль, сахар.

Сложить в кастрюлю отжатую от рассола квашеную капусту, мелко нашинкованный репчатый лук, толченый черный и душистый перец, соль, сахар и сливочное масло. Потушить на небольшом огне, время от времени помешивая, чтобы не подгорела.

Подготовленную рыбу выпотрошить и заложить в брюшко тушеную капусту, зашить белыми нитками. На смазанную маслом большую сковороду или противень положить рыбу, залить сметаной, заправленной сырыми желтками и мукой. Посыпать рыбу тертым сыром и молотыми сухарями, сбрызнуть маслом. Запечь в духовом шкафу в течение 30 мин. Готовую рыбу осторожно переложить на блюдо. Соус на противне развести 1 стаканом горячей воды, довести до кипения, процедить и подать отдельно в соуснике.

На гарнир подать отварной картофель. Если капуста слишком кислая, ее нужно перед тушением выложить в дуршлаг и промыть холодной водой.

КАРП ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-УКРАИНСКИ

2 карпа, 100 г белого хлеба, молоко, 200 г рыбного филе, 1 яйцо, 2 ст. ложки сметаны, соль, белый молотый перец, бульон, 1 луковица, перец горошком, лимон и зелень петрушки для украшения.

Подготовленные тушки карпа тщательно очистить, хорошо промыть. Белый хлеб залить молоком. Рыбное филе пропустить вместе с отжатым белым хлебом через мясорубку, добавить в массу яйцо, специи, сметану, хорошо взбить. Этой мас-



сой начинить тушки карпов, положить в огнеупорную стеклянную посуду, залить горячим бульоном, добавить мелко нарезанный лук, перец горошком, накрыть фольгой и тушить в духовке 50 мин. Затем фольгу снять, украсить рыбу на блюде ломтиками лимона, зеленью петрушки и подать с отварным картофелем, топленым маслом, зеленым горошком.

ФАРШИРОВАННЫЙ КАРП С ХРЕНОМ

1 карп, 3 луковицы, 1 яйцо, 2 ломтика белого хлеба, 2 свеклы, 1 морковь, 200 г корня хрена, соль, сахар, черный молотый перец, $1/2$ ч. ложки лимонной кислоты.

Подготовить рыбу — удалить чешую, из головы удалить жабры и глаза, затем разрезать брюхо и выпотрошить. Тщательно вымыть рыбу в проточной воде и разрезать на порционные куски шириной 5–6 см. В каждом куске подрезать шкуру до хребтовых костей (кожу не отделять от хребта), не удаляя хребет. Пропустить отделенное от хребта и шкуры филе через мясорубку, то же сделать с луком и кусочками белого хлеба или булки. В глубокой сковороде слегка обжарить мелко нарезанный лук. Добавить этот лук в фарш, приправить солью, сахаром и черным перцем по вкусу, влить яйцо, перемешать всю массу руками, вращая миску с фаршем, пока фарш не отделится от руки. Получившимся фаршем заполнить пространство между шкурой и хребтом.

Хорошо прогреть сковороду с маслом и немного поджарить нафаршированные кусочки рыбы с обеих сторон. Дно кастрюли, где будет вариться рыба, выложить нарезанными кружочками свеклы, моркови и лука. Нафаршировать рыбы головы и положить их на овощи, поверх положить слой рыбы, затем присыпать нарезанным луком и положить следующий слой рыбы. Залить рыбу холодной водой так, чтобы вода поднялась над верхним слоем рыбы на 2–3 см. Поставить на умеренный огонь, довести до кипения, после чего уменьшить огонь и варить 2,5 ч. Готовую рыбу выложить на блюдо и дать остыть. Подать к столу с хреном.

Для приготовления хрена к фаршированной рыбе необходимо очистить корень хрена и поместить его в холодную воду на 3–4 ч, после чего натереть на мелкой терке или пропустить



через мясорубку. Натереть на мелкой терке очищенную сырую свеклу. Свеклу соединить с хреном, перемешать и положить в стеклянную банку. В кастрюльку налить теплой кипяченой воды, добавить туда соль, сахар, лимонную кислоту, размешать. Полученным маринадом залить натертые овощи и дать им пропитаться.

Лещ

ЛЕЩ, ФАРШИРОВАННЫЙ САЛОМ

1 лещ до 1,5 кг, 100 г соленого сала, 1 головка чеснока, зелень петрушки и укропа, мука и растительное масло.

Леща очистить от чешуи и внутренностей. На спинке леща сделать поперечные надрезы, посолить. Обработанную рыбу начинить смесью мелко нарезанного сала, толченого чеснока, мелко нарезанной зелени петрушки и укропа. Фаршированного леща обвалить в муке, обжарить слегка на сковороде в кипящем растительном масле, поставить в духовку и запечь при средней температуре до готовности.

ЛЕЩ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

1 кг рыбы, по 3–4 ст. ложки масла и муки, 200 г шампиньонов, 2 яйца, $\frac{3}{4}$ стакана панировочных сухарей, 1,5 стакана фритюра, зелень.

Рыбу очистить от костей, нарезать косыми кусочками, каждый кусочек надрезать и нафаршировать поджаренными грибами. Сложить куски так, чтобы полностью прикрыть фарш, посолить, обвалить в муке, смочить в яйце и обвалить в сухарях. Затем поджарить во фритюре и посыпать зеленью.

ЛЕЩ, ФАРШИРОВАННЫЙ КИСЛОЙ КАПУСТОЙ

1 лещ весом около 2 кг, 2 стакана кислой капусты, 2 яблока, 1 луковица, растительное масло, 1 ст. ложка муки, соль, черный молотый перец.



Рыбу почистить, выпотрошить, промыть и посолить. Капусту сполоснуть в воде и отжать. Лук мелко нарезать и спассеровать на растительном масле, положить капусту, поджарить, добавить перец, соль и очищенные мелко нарезанные яблоки. Нафаршировать приготовленной начинкой рыбу, зашить, положить на сковороду, смазанную маслом, посыпать рыбу мукой, облить ее маслом. Запекать рыбу в духовке, поливая образующимся соусом.

ЛЕЩ, ФАРШИРОВАННЫЙ ОВСЯНОЙ КАШЕЙ

Лещ весом 1 кг, 100 г овсяной крупы, 1 луковица, 2 вареных яйца, соль, перец, мука, 1 стакан сметаны, растительное масло,

Леща очистить от чешуи, удалить внутренности и жабры, тщательно промыть и обсушить, посолить снаружи и внутри. Из овсяной крупы сварить кашу, добавить в нее мелко нарезанную луковицу, измельченные яйца и все перемешать. Нафаршировать леща кашей и зашить брюшко. Рыбу поперчить, обвалять в муке, обжарить на сковороде и, залив сметаной, поставить в нагретую духовку. Запекать до готовности, поливая образующимся соусом. Когда лещ будет готов, удалить нитки и нарезать порционными кусочками

Сельдь

СЕЛЬДЬ, ФАРШИРОВАННАЯ ОКОРОКОМ И СЫРОМ

4 свежие сельди, 3 ст. ложки уксуса, соль, молотый черный перец, 4 ст. ложки сыра, 50 г сметаны, 2 ст. ложки мелко нарезанной петрушки, 100 г вареного окорока, 2 яйца, мука, 4 ст. ложки растительного масла.

Свежую сельдь очистить, посолить, посыпать перцем, сбрызнуть уксусом. Тертый сыр смешать со сметаной, петрушкой и кусочками окорока. Этой смесью нафаршировать сельдь, склоть деревянными шпильками, панировать в яйце, муке, положить на сковороду с кипящим растительным маслом и жарить. Подавать с картофелем, салатом.



СЕЛЬДЬ, ФАРШИРОВАННАЯ ГРИБАМИ

4 свежие сельди, 1 стакан отварных или жареных грибов, 1 ст. ложка масла, 2 луковицы, 1 ст. ложка овсяных хлопьев, соль, молотый перец, 4 ломтика копченого шпика, мелко нарезанная зелень петрушки.

Обжарить мелко нарезанный лук, перемешать его с грибами, зеленью петрушки, солью, перцем и овсяными хлопьями. Этим фаршем начинить очищенную, хорошо промытую и обсушенную сельдь, обмотать ее тонким ломтиком шпика, сколоть деревянной шпилькой. Подготовленную сельдь положить на сковороду и жарить в хорошо нагретой духовке 20 мин. Подавать с отварным картофелем и салатом.

СЕЛЬДЬ, ФАРШИРОВАННАЯ ШАМПИНЬОНАМИ И ИКРОЙ

1 слабосоленая сельдь с икрой, 200 г шампиньонов, 1 пучок зелени укропа, петрушки и тимьяна, 1 зубок чеснока, молоко, 1 ст. ложка сливочного масла, панировочные сухари, 1 ст. ложка лимонного сока, соль, черный молотый перец.

Подготовленную сельдь разделить на филе без кожи и костей. Вымочить в молоке в течение двух часов. После этого мелко нарубить зелень, промытые отварные грибы, чеснок, ошпаренную икру сельди, все перемешать, слегка обжарить на сливочном масле, заправить солью и черным перцем. На каждое филе сельди выложить фарш, свернуть рулетом и перевязать нитью. Затем уложить на смазанный маслом противень, сбрызнуть маслом, соком лимона, полить молоком, посыпать сухарями и запечь в жарочном шкафу.

СЕЛЬДЬ, ФАРШИРОВАННАЯ МОЛОКАМИ

1 соленая сельдь с молоками, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, 3 ст. ложки молотых панировочных сухарей, 1 вареное яйцо, черный молотый перец.

Вымоченную сельдь очистить, надрезать вдоль спинки, удалить кости и внутренности. Молоки изрубить вместе с лукови-



цей, смешать с растительным маслом, 1 ст. ложкой сухарей, молотым перцем и рубленым яйцом. Получившимся фаршем начинить селедку, обвалить ее в сухарях и подать.

СЕЛЬДЬ, ФАРШИРОВАННАЯ СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

1 кг соленой сельди, 400 г соленых огурцов, 20 г горчицы, 30 г растительного масла, 1 луковица, 125 г уксуса, 250 г воды, 2 лавровых листа, 3–5 горошин черного перца, соль, сахар.

Огурцы освободить от семян и кожуры, нарезать мелкими кубиками, лук мелко нашинковать, смесь приправить горчицей. Филе сельди без кожи и костей смазать огуречной пастой, свернуть в рулетики, склоть зубочистками и сложить в банку. Воду прокипятить с уксусом, добавить лавровый лист, перец и сахар. Рулетики залить маринадом, сверху добавить немного растительного масла. Хранить в холодильнике. Подавать к салатам из картофеля и к печеному картофелю.

СЕЛЬДЬ, ФАРШИРОВАННАЯ КАРТОФЕЛЕМ

4 свежие сельди, 3 картофелины, сливочное масло, соль, черный молотый перец, 1 лимон, зелень.

Селедку выпотрошить, промыть. Картофель почистить, отварить в подсоленной воде, добавить сливочное масло и размять в пюре, поперчить, перемешать. В брюшко сельди уложить картофельное пюре. Каждую рыбку завернуть в пергамент или смазанную фольгу, уложить на противень и поставить в разогретую духовку для запекания. Готовую рыбку украсить ломтиком лимона и зеленью.

Осетр

ОСЕТР, ФАРШИРОВАННЫЙ ЗЕРНАМИ ГРАНАТА И ШАМПИНЬОНАМИ

1 осетр, сок 1 лимона, 2 луковицы, 1 морковь, 1 гранат, растительное масло, белый молотый перец, соль.



Для начинки: 1 стакан панировочных сухарей, 75 г сливочного масла, 300 г шампиньонов, 200 г сливок, соль, перец, мускатный орех.

Для соуса: 500 г шампанского, 250 г сливок, $\frac{1}{2}$ ст. ложки крахмала, зелень, 3 зубка чеснока.

Подготовленную тушку осетра натереть смесью из соли, сока лимона и белого молотого перца. Оставить на час.

Обжарить репчатый лук, нарезанный кольцами, свежую морковь очистить и нарезать вдоль на шесть частей.

Поддев шкурку осетра ножом, вложить зерна граната. В брюшко уложить начинку, лук и морковь. Осетра уложить на противень, смазанный растительным маслом, и запекать 1,5–2 ч при 170 °С (проткнуть ножом: кровь не должна выделаться).

Готового осетра залить соусом, украсить.

Приготовление начинки. Обжарить панировочные сухари в сливочном масле до золотистого цвета, добавить нарезанные шампиньоны, сливки, дать закипеть и снять с огня. Приправить солью, перцем, мускатным орехом.

Приготовление соуса. Шампанское и сливки смешать, довести до кипения, ввести крахмал. Снять с огня, добавить мелко нарезанную зелень и чеснок, пропущенный через пресс.

ОСЕТР, ФАРШИРОВАННЫЙ СЫРОМ

1 осетр, 350 г колбасного сыра, 2 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка масла, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Подготовленную тушку осетра натереть смесью из соли, сока лимона и молотого перца. Сыр нарезать мелкими кубиками и наполнить брюшко рыбы.

Уложить фаршированную рыбу на сковородку, смазать сверху сметаной, сбрызнуть маслом, подлить $\frac{1}{2}$ стакана воды на дно сковороды и поставить в духовку на полчаса, поливая рыбу выделившимся соком. Сверху рыбу покрыть листьями петрушки.

На гарнир подать жареный картофель, салат из свежих овощей. Отдельно подать соевый соус.



ОСЕТР, ФАРШИРОВАННЫЙ ЛОСОСЕМ

1 осетр, 600 г маринованного лосося, 500 г белого вина, 500 г рыбного бульона, 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, соль, душистый перец, укроп, петрушка.

Очищенную и хорошо выпотрошенную рыбу надрезать по спинке и нафаршировать ломтиками маринованного лосося. Уложить в смазанный маслом сотейник, добавить рыбный бульон и вино, положить лук и зелень, посолить и припустить в закрытой посуде на маленьком огне.

Выложить рыбу на блюдо, полить оставшимся соусом, сбрызнуть маслом и запечь в течение 30 мин в сильно разогретой духовке.

ОСЕТР, ФАРШИРОВАННЫЙ ЛИМОНОМ

1 осетр, соль, белый перец, 1 пучок петрушки, 1 пучок базилика, 4 зубка чеснока, 3 лимона, 3 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка белого вина.

Рыбу выпотрошить и промыть. Снаружи посыпать солью и перцем по вкусу, выложить на фольгу. Базилик и чеснок мелко нарубить, выдавить сок из одного лимона, добавить масло и вино. Оставшиеся лимоны нарезать кружками, не снимая кожуры. Рыбу нафаршировать целыми веточками петрушки и лимоном, снаружи смазать полученным маринадом и запаковать в фольгу. Жарить на решетке 15–20 мин.

Окунь

ОКУНЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

1 крупный окунь, 200 г филе минтая, 200 г вешенки, соль, черный молотый перец, растительное масло.

Окуня промыть, очистить от чешуи и внутренностей и протереть полотенцем. Филе минтая пропустить через мясорубку, добавить мелко нарубленные грибы, посолить и поперчить. Фарш хорошо перемешать и начинить им окуня. Жарить на растительном масле до готовности.



ОКУНЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ФИЛЕ СУДАКА

1 крупный окунь.

Для фарша: 800 г филе судака, 1 стакан сливок, 1 ч. ложка зелени эстрагона, соль, черный молотый перец.

Для соуса: 4 сырых желтка, 100 г сливочного масла, 1 лимон, 8 горошин перца, $1/2$ стакана столового уксуса, $1/2$ стакана воды.

Рыбу очистить, сделать разрез на спине, вынуть кости, промыть тушку внутри, наполнить фаршем, аккуратно зашить, завернуть в салфетку и варить на решетке в котле на пару. Готовую рыбу нарезать кусками, положить на блюдо и залить соусом.

Приготовление фарша. Филе судака пропустить три раза через мясорубку. Посолить, поперчить и, выбивая массу, влить постепенно сливки, добавить зелень эстрагона.

Приготовление соуса. Измельчить перец, положить в эмалированную кастрюлю, влить уксус, поставить на огонь, пока уксус не испарится совсем. Влить холодную воду, добавить желтки, масло, нарезанное кусочками. Посолить. Поставить кастрюльку на пар и непрерывно мешать деревянной лопаточкой в одном направлении до тех пор, пока соус не загустеет до консистенции сметаны. Процедить соус сквозь сито, добавить по вкусу лимонный сок.

ОКУНЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ МАНДАРИНАМИ

1 небольшой окунь, 2 мандарина, 1 лимон, 20 г растительного масла, 20 г панировочных сухарей, листья салата, зелень петрушки и укропа, зеленый лук, молотый перец, соль.

Лимон вымыть, разрезать пополам. Из одной половинки выжать сок, оставшуюся нарезать кружочками. Мандарины вымыть, очистить, разделить на дольки.

Рыбу выпотрошить, вымыть, полить лимонным соком, оставить на 10 мин. Нафаршировать мандаринами, посолить, поперчить. Обвалять в панировочных сухарях, выложить на смазанный растительным маслом противень. Запекать в разогретой до 180–200 °С духовке в течение 15–20 мин.



Листья салата, зелень петрушки и укропа вымыть. Зеленый лук вымыть, нарубить. Рыбу выложить на тарелку на листья салата. Оформить кружочками лимона, веточками петрушки и укропа, посыпать зеленым луком.

ОКУНЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ СЕЛЬДЬЮ

Окунь весом 1 кг, мука, растительное масло, соль.

Для фарша: 1 сельдь, 2 луковицы, 1 яйцо, 2 ломтика хлеба.

Рыбу очистить от чешуи, сделать глубокие надрезы вдоль спинного плавника с двух сторон от головы до хвоста, вынуть кости и внутренности, промыть, подсолить, положить фарш. Затем сложить обе половинки рыбы и зашить разрез. Фаршированную рыбу обвалять в муке и поджарить на масле.

Приготовление фарша. У сельди удалить голову, кости и внутренности, мелко нарубить. Лук тонко покрошить и обжарить в масле. Белый хлеб размочить в воде или рыбном бульоне, вбить сырое яйцо и все тщательно перемешать.

ОКУНЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ШАЛФЕЕМ, В ВЕТЧИНЕ

4 окуня по 200 г, 80 г тонко нарезанной сыровяленной ветчины, 1–2 лимона, 12 листиков шалфея, 1 небольшой пучок петрушки, 2–3 ст. ложки панировочных сухарей, 5 ст. ложек оливкового масла, соль, молотый черный перец по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, вымыть, отрезать головы, разрезать вдоль пополам, очистить от костей. Рыбу изнутри посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, положить на каждый кусок рыбы по 2 листика шалфея и завернуть рулетики. Положить рулетики в миску. 4 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки лимонного сока смешать, посолить, поперчить. Вылить маринад на рыбу и поставить в холодильник на 2 ч. Рыбу за это время один раз перевернуть. На дно керамической или стеклянной огнеупорной формы налить 1 ст. ложку оливкового масла. Духовку разогреть до 200 °С. Ветчину нарезать на длинные полоски шириной 2 см. Рыбу вынуть



из маринада, обвалять в сухарях, обмотать полосками ветчины и положить в форму. Оставшиеся листики шалфея положить на рыбу, полить маринадом. Рыбу запекать 15 мин.

Подавать с ломтиками лимона и зеленью.

ФИЛЕ ОКУНЯ, ФАРШИРОВАННОЕ ГРИБАМИ И ПОМИДОРАМИ

8 тонких кусков филе морского окуня, 3 ч. ложки соли, $\frac{3}{4}$ ч. ложки свежемолотого черного перца, 100 г сливочного масла, $\frac{3}{4}$ стакана мелко нарезанного репчатого лука, 250 г мелко нарезанных свежих белых грибов, 2 помидора, очищенных от кожицы и нарезанных, 3 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 2 яйца, 1 стакан панировочных сухарей, 3 ст. ложки пшеничной муки, 1 стакан сухого вермута, 1 стакан сметаны.

Смешать 2 ч. ложки соли и $\frac{1}{2}$ ч. ложки перца и натереть филе рыбы. 3 ст. ложки сливочного масла растопить в сковороде и обжарить в нем в течение 5 мин лук и грибы. Положить помидоры, петрушку, оставшуюся соль и перец и варить на слабом огне 10 мин. Намазать полученной смесью куски рыбного филе и скатать их в трубочки. Закрепить, обвязав трубочки ниткой или сколов спичкой без серы. Разместить яйца и окунуть в них трубочки, а затем обвалять в панировочных сухарях.

Растопить в сковороде остальное сливочное масло и обжарить в нем трубочки со всех сторон. Обжаривать до тех пор, пока рыба не станет мягкой. Выложить рыбу на подогретое блюдо. В оставшееся на сковороде сливочное масло всыпать муку, обжарить. Добавить вермут и размешивать, пока не закипит. Варить на среднем огне 5 мин. Влить сметану. Подогреть, но не давать кипеть. Трубочки залить соусом.

Соус подать отдельно.

ФИЛЕ ОКУНЯ, ФАРШИРОВАННОЕ ЯБЛОКАМИ И ХРЕНОМ

500 г филе окуня, 2 яблока, 1 маленький лимон или лайм, 1 пучок укропа, 2 ст. ложки натертого маринованного хрена, соль, перец.



Яблоки вымыть и натереть на крупной терке, удалив сердцевину. Укроп вымыть, обсушить и измельчить. Смешать яблоки, укроп и хрен. Филе рыбы вымыть, обсушить и сбрызнуть соком лимона. Выложить на филе начинку, свернуть рулетами, закрепить зубочистками. Слегка присолить и завернуть в фольгу. Готовить в разогретой до 200 °С духовке 15 мин.

Сазан

САЗАН, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

I вариант

1,5–2 кг сазана, 4–5 ст. ложек подсолнечного масла, 3 луковицы, 2 моркови, сельдерей, петрушка, лавровый лист, душистый и черный перец, 1 стакан очищенных грецких орехов, 2–3 ст. ложки панировочных сухарей, 2–3 ст. ложки томатного пюре, $1/2$ лимона и красный перец по вкусу.

Сазана почистить, разделить, посолить снаружи и изнутри. Затем приготовить начинку. В двух ложках растительного масла поджарить толченые орехи. Когда они подрумянятся, всыпать панировочные сухари, посолить и снять с огня. Рыбу начинить полученной смесью, зашить, положить на сковороду и залить соусом.

Для соуса необходимо поджарить нарезанный мелко лук до прозрачности. Добавить измельченную морковь (лучше натереть на терке), сельдерей, красный перец, томатное пюре, долить 1,5–2 стакана воды. Затем добавить петрушку и полученным соусом залить рыбу. Обложить лимоном, нарезанным кружочками без кожицы. В таком виде рыбу запечь в духовке, время от времени поливая соусом.

II вариант

1 сазан весом 2 кг, 1 стакан очищенных грецких орехов, 300 г грибов, $1/2$ стакана панировочных сухарей, 100 г томата, 1 стакан белого вина, 200 г сливочного масла, 300 г сметаны, 4 яйца, 2 луковицы, соль, перец.



Рыбу очистить от чешуи, вынуть из головы жабры и разрезать ее вдоль спины, через разрез вынуть кости и внутренности. Хорошо промыть рыбу, посолить и поперчить изнутри. Голову и хвост не отрезать. Разрез заполнить фаршем, зашить тушку. Нафаршированную и зашитую рыбу положить на противень, залить вином и, часто поливая соком, тушить в духовке до готовности. Затем готовую рыбу переложить на металлическое блюдо и залить сметаной, смешанной с яйцами. Запечь в духовке и подавать в горячем виде на том же блюде.

Приготовление фарша. Лук нарезать мелкими кубиками, обжарить в масле, добавить томат, приготовленные свежие грибы и, хорошо прожарив, соединить с сухарями и толченными в ступке орехами, добавить вино, соль и перец по вкусу.

САЗАН, ФАРШИРОВАННЫЙ ЛУКОМ И ОГУРЦАМИ

4 тушки рыбы средней величины, 4 ст. ложки томат-пасты, соль, черный молотый перец, 2 луковицы, 2 соленых огурца, жир, молотые сухари, молоко, 1 ст. ложка муки, зелень.

Рыбу промыть, очистить, удалить кости из целой тушки. Изнутри рыбу смазать томатом-пастой, посолить, посыпать перцем, заполнить мелко нарезанным луком и ломтиками огурцов. Панировать в сухарях, положить на сковороду с разогретым жиром, смазать сливочным или растительным маслом и запечь в духовке. Когда рыба подрумянится, полить ее небольшим количеством молока. Жидкость, оставшуюся после жарения рыбы, слить и приготовить на ней мучной соус с мелко нарезанной зеленью.

Подавать рыбу с картофелем и салатом.

САЗАН, ФАРШИРОВАННЫЙ КИЛЬКОЙ

1 кг рыбы, 10–15 килек, 2 луковицы, 1 яйцо, 2 ломтика белого хлеба, $\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, 2 ст. ложки муки, соль.

Рыбу очистить от чешуи, сделать глубокие надрезы вдоль спинного плавника с двух сторон от головы до хвоста, вынуть кости и внутренности, промыть, подсолить, положить фарш.



Затем сложить обе половинки рыбы и зашить разрез. Фаршированную рыбу обвалять в муке и пожарить на растительном масле.

Приготовление фарша. Кильки очистить от голов, костей и внутренностей, мелко нарубить. Лук тонко покрошить и обжарить в масле. Белый хлеб размочить в воде или рыбном бульоне, вбить сырое яйцо и все тщательно перемешать.

ФАРШИРОВАННЫЙ САЗАН В ЖЕЛЕ

1 сазан весом 1,5–2 кг, 1 морковь, 10 горошин душистого перца, 2 лавровых листа, 1 луковица, 1 ч. ложка растительного масла, 200 г шампиньонов, 1 стакан молока, 2 яйца, 150 г белого хлеба, 1 ст. ложка манной крупы, черный молотый перец, соль.

Для желе: 1 ст. ложка желатина, 500 г бульона, 2 сырых яичных белка, 1 лимон.

Для соуса: 1 небольшая вареная свекла, 50 г тертого корня хрена, 200 г майонеза, 2 ст. ложки сахара, соль.

Очищенного от чешуи сазана хорошо промыть, надрезать кожу вокруг головы и хребтовую кость и, не разрезая брюшка, отрезать голову со всеми внутренностями. Нарезать поперечными кусками толщиной в 3–4 см, промыть еще раз и отложить для фарширования куски одинаковой величины. Неровные куски, а также куски от хвоста использовать для приготовления фарша, предварительно отделив мякоть от костей. Сварить бульон из рыбьей головы и костей, добавив душистый перец и лавровый лист.

Шампиньоны промыть, очистить от кожицы, нарезать очень тонкими ломтиками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Разогреть масло на сковороде, положить в него шампиньоны и лук, посолить, поперчить и тушить, накрыв крышкой. Вымоченный в молоке и отжатый белый хлеб, вареную мякоть, снятую с головы рыбы, сырую рыбную мякоть и тушеные с луком шампиньоны пропустить через мясорубку. Яйца смешать с 3 ст. ложками бульона, хорошо взбить и перемешать с пропущенной через мясорубку массой. Добавить манную крупу, посолить, поперчить, хорошо перемешать. Полученным фаршем заполнить куски подготовленной рыбы, обров-



нять мокрыми руками, положить на решетку и опустить в теплый бульон. Довести до кипения и варить на слабом огне в течение 1 ч.

Готовую рыбу остудить в бульоне, вынуть и разложить на блюде. В процеженном бульоне растворить желатин. Каждый кусочек полить застывающим желе, сверху положить кружочки вареного яйца, по бокам — веточки петрушки. Поставить на холод для застывания.

Приготовить соус. Свеклу вымыть, отварить, очистить и натереть на мелкой терке, добавить хрен, сахар, майонез, посолить. Соус разложить вокруг кусков рыбы.

ФАРШИРОВАННЫЙ САЗАН В ТЕСТЕ

1 сазан весом 1,5–2 кг, 2 луковицы, растительное масло, 1 стакан ядер грецких орехов, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Для теста: мука, растительное масло, соль, вода.

Из муки, масла, соли и воды замесить мягкое тесто и поставить на 1 ч в холодильник. Рыбу почистить, надрезать вдоль хребта, вынуть позвоночные кости, выпотрошить и промыть. Смешать пассерованный лук, зелень петрушки, толченые грецкие орехи, перец, соль. Получившимся фаршем нафаршировать рыбу. Фаршированную рыбу зашить нитками, завернуть в раскатанный пласт крутого теста и запечь в духовке.

Горбуша

ГОРБУША, ФАРШИРОВАННАЯ СКУМБРИЕЙ И КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ

1 свежемороженая горбуша, 1 копченая скумбрия, 100 г крабовых палочек, 3 яичных желтка, 1 луковица, свежая зелень, соль, черный молотый перец.

Горбушу вымыть, почистить, удалить голову, кости и хребет. Разобрать на филе копченую скумбрию, нарезать кусочками и уложить в горбушу ровным слоем. Крабовые палочки крупно нарезать, желтки растереть с измельченной зеленью, лук



нарезать кубиками. Выложить все эти компоненты в горбушу. Сколоть брюшко зубочистками, натереть рыбу солью и запекать в разогретой до 200 °С духовке в течение 40 мин.

ГОРБУША, ФАРШИРОВАННАЯ СЫРОМ И ШАМПИНЬОНАМИ

1 горбуша, 350 г шампиньонов, 200 г сыра, 1 луковица, майонез, соль, красный молотый перец, куркума.

Горбушу почистить, выпотрошить, отрезать голову и хвост. Для фарша мелко нарезать шампиньоны, луковицу и обжарить их на растительном масле, добавив немного красного молотого перца, куркуму и соль. Грибам дать остыть, после чего смешать с сыром, натертым на крупной терке. Начинить горбушу фаршем и зашить нитками. Смазать рыбу майонезом и запекать в духовке на среднем огне. Готовую рыбу вынуть из духовки, осторожно освободить от ниток и целиком подавать к столу.

ГОРБУША, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ И МОРКОВЬЮ

1 горбуша, 100 г риса, 1 морковь, 1 луковица, растительное масло, 1 зубок чеснока, 1 яйцо, соль.

Рыбу почистить, удалить жабры и помыть. Затем отделить кожу от мякоти, оставляя на коже немного мяса. Обрубить косточки у хвоста и у головы. Мясо отделить от костей и мелко нарезать. Рис отварить. Лук нарезать мелко и обжарить, морковь потереть на терке и обжарить вместе с луком.

Лук с морковью, рис, рыбу, измельченный чеснок и яйцо посолить и хорошо перемешать. Набить тушку начинкой, брюшко сколоть зубочистками. Выложить на противень, смазанный растительным маслом. Запечь в духовке при температуре 180 °С 25 мин, потом достать, смазать рыбу водой и чуть-чуть воды подлить на дно противня, если понадобится. Поставить в духовку еще на 25 мин. Готовую рыбу остудить, не снимая с противня. Удалить зубочистки. Затем нарезать ломтиками и переложить на блюдо. Украсить зеленью, лимоном и оливками.



Крабовые палочки

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ И СЫРОМ

200 г крабовых палочек, 100 г сыра, 2 вареных яйца, 2 зубка чеснока, майонез, зелень.

Крабовые палочки разморозить, каждую палочку аккуратно развернуть. Сыр и яйца натереть на мелкой терке, добавить чеснок, пропущенный через пресс, заправить майонезом и хорошо перемешать. На развернутую крабовую палочку при помощи ножа намазать начинку, посыпать зеленью. Крабовую палочку свернуть рулетиком.

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ С ЧЕСНОКОМ

200 г крабовых палочек, 150 г сыра, 3 зубка чеснока, майонез.

Сыр натереть на крупной терке, выдавить в него чеснок и заправить майонезом. Крабовые палочки аккуратно развернуть и нафаршировать их сыром, затем свернуть в рулетики.

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПЕЧЕНЬЮ ТРЕСКИ И ЯЙЦАМИ

1 банка печени трески, 1 упаковка крабовых палочек, 2 яйца, 2 ст. ложки отварного риса, зеленый лук, соль.

Яйца натереть на средней терке, добавить размятую печень трески, рис, посолить и хорошо перемешать. Развернуть крабовые палочки и нафаршировать приготовленной массой. Посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННОЙ ГОРБУШЕЙ

250 г крабовых палочек, 150 г консервированной горбуши, 3 вареных яйца, 3 ст. ложки отварного риса, 1 луковица, майонез, соль, перец.



Лук мелко нарезать, залить кипятком и оставить на 10 мин. Затем воду слить. Горбушу размять вилкой. Яйца натереть на мелкой терке. Смешать горбушу, половину яиц, лук, посолить, поперчить, заправить майонезом. Развернуть крабовые палочки и нафаршировать приготовленной массой. Выложить фаршированные крабовые палочки на блюдо, посыпать яйцом и поставить в холодильник на 30 мин.

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ ФЕТА

*200 г крабовых палочек, 150 г сыра фета, 2 вареных яйца,
майонез, зелень, чеснок.*

Крабовые палочки развернуть (для того чтобы крабовые палочки лучше разворачивались, можно подержать их в теплой воде). Натереть на мелкой терке сыр и яичные белки, добавить по вкусу немного майонеза, измельченного чеснока и побольше мелко нарубленной зелени. На пласт, получившийся из развернутой крабовой палочки, нанести начинку. Пласт свернуть трубочкой, полить майонезом и посыпать измельченным яичным желтком.

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ШПРОТАМИ

200 г крабовых палочек, 1 банка шпрот, майонез.

Крабовые палочки разморозить и аккуратно развернуть. Развернутые крабовые палочки смазать майонезом, положить на каждую шпротину и свернуть рулетиком. Подавать с листьями салата.

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЕЛЕДКОЙ

*500 г крабовых палочек, 1 малосольная селедка, 3 яйца,
2 ст. ложки майонеза.*

Крабовые палочки разморозить при комнатной температуре. Селедку почистить и отделить от костей. Филе пропустить



через мясорубку. Яйца сварить вкрутую, почистить и размять вилкой. Смешать с филе и майонезом. Хорошенько перемешать. Крабовые палочки аккуратно развернуть, намазать тонким слоем селедочной массы и завернуть.

ЖАРЕННЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ

200 г крабовых палочек, 150 г сыра, 3 зубка чеснока, майонез, 70 г воды, 70 г пива, 2 яйца, 1 стакан муки, растительное масло, соль.

Сыр натереть на терке. Чеснок пропустить через пресс. Соединить сыр с чесноком, добавить немного майонеза, чтобы получилась густая масса, и хорошо перемешать. Крабовые палочки аккуратно развернуть. На середину палочки положить примерно 1 ч. ложку начинки, разровнять ее и свернуть палочку, придав ей первоначальную форму. Яичные белки аккуратно отделить от желтков. Белки убрать в холодильник. Желтки поместить в миску, добавить соль и немного растереть. Влить к желткам охлажденную воду и холодное пиво и слегка взбить вилкой или венчиком. Постепенно добавляя просеянную муку замесить тесто. По консистенции тесто должно получиться, как на оладьи.

Охлажденные белки взбить миксером в плотную пену, чтобы при переворачивании миски взбитые белки из нее не выливались. Добавить взбитые белки в кляр. Аккуратно перемешать белки с кляром ложкой не круговыми движениями, а сверху вниз.

В небольшой кастрюльке разогреть растительное масло для фритюра (масла должно быть столько, чтобы в него можно было полностью погрузить крабовую палочку). Фаршированные крабовые палочки аккуратно накалывать на вилку, обмакивать в кляр и жарить в разогретом растительном масле до румяности. Обжаренные крабовые палочки вынимать из фритюра при помощи шумовки и выкладывать на бумажные салфетки, чтобы удалить излишки масла.



Кальмары

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ И КУРАГОЙ

500 г тушек кальмаров, 2 стакана изюма, 1 стакан кураги, 3 луковицы, 50 г водки, майонез, соль.

Тушки под очень горячей водой избавить от шкурки, аккуратно вынуть внутренности и хитиновый стержень. Мелко нарезать вымытую курагу и очищенный лук, добавить замоченный изюм, соль, перемешать. Набить тушки смесью лука, изюма, кураги. В большой сотейник налить масло, довести до горячего состояния. Уложить тушки в кипящее масло и полить сверху майонезом, влить водку, чуть-чуть подсолить. Закрыть крышкой и тушить 35–40 мин.

Кальмары подаются как в горячем, так и холодном виде. Можно перед укладыванием тушек немного смеси уложить на дно в масло в качестве прослойки. Получается сладковатая, забавная штука. Можно еще на несколько минут перед фаршированием сырые тушки кальмара положить в слабый водный раствор уксуса — исчезает специфический морской запах: 3–4 ст. ложки 9% -ного уксуса на 1 л воды.

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ШАМПИНЬОНАМИ И РИСОМ

500 г кальмаров, 1 луковица, 300 г шампиньонов, 100 г риса, зелень петрушки, 1 ст. ложка жира, 1 ст. ложка муки, 100 г молока, 150 г сливок, 30 г твердого сыра, соль, лимонная кислота.

Жир растопить, смешать с мукой, слегка прожарить, не подрумянивая, влить молоко и довести до кипения. Сыр натереть на мелкой терке или пропустить через мясорубку, добавить к соусу и размешать. Влить сливки, посолить, добавить растворенную в воде лимонную кислоту. Кальмары отварить в подсоленной воде. Воду слить. Отварить рис. Лук и шампиньоны нарезать и потушить в разогретом жире. Добавить рис и



мелко нарубленную зелень петрушки, размешать, приправить по вкусу. Этим фаршем начинить тушки кальмаров. Тушки залить соусом и запекать в духовке 10–15 мин.

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОРЕХОВОЙ НАЧИНКОЙ

1 кг кальмаров, 1 стакан риса, 1 стакан орехов, 200 г грибов, 100 г сыра, 1 морковь, 3 яйца, 1 луковица, соль, перец, растительное масло.

Тушки кальмаров почистить и целиком отварить. Отварить до полуготовности рис. Обжарить мелко нарезанные лук и морковь. Очистить и измельчить орехи. Яйца сварить, почистить и мелко нарезать. Грибы мелко нарезать и поджарить на масле. Перемешать рис, лук и морковь, орехи, яйца, грибы, натертый сыр, посолить и поперчить.

Вареные тушки кальмаров нафаршировать приготовленной массой. Каждую тушку завернуть в фольгу и запекать в духовке 30–40 мин.

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВИНИНОЙ

5 тушек кальмаров, 2–3 ст. ложки майонеза, зелень петрушки и укропа.

Для начинки: 500 г свинины, 2 луковицы, 2 моркови, 100 г сыра, 2 ст. ложки майонеза, соль, перец.

Тушки кальмаров промыть, удалить внутренности, отрезать щупальца и удалить хитиновую пластину. Свинину вымыть и отварить. Сваренное мясо нарезать кубиками. Лук мелко нарезать. Морковь и сыр натереть на крупной терке.

В сковороде с разогретым растительным маслом обжарить лук, затем добавить морковь и жарить до полуготовности моркови. К овощам добавить свинину, посолить, поперчить и обжаривать вместе 5 мин. Начинку немного охладить и смешать с сыром и майонезом. Подготовленные тушки кальмаров нафаршировать мясной начинкой. Сверху кальмары смазать майонезом. Запекать кальмары при температуре 180 °С 10–15 мин. При подаче посыпать мелко рубленной зеленью.



КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ

5 кальмаров, 150 г ветчины, 1 луковица, 1 зубок чеснока, 1 яйцо, 250 г помидоров, 150 г хлебного мякиша, 1 стакан белого сухого вина, подсолнечное масло, соль, черный молотый перец.

Кальмаров вымыть, выпотрошить, очистить от кожицы, крылья и щупальца нарезать. Лук и чеснок мелко нарезать и поджарить в подсолнечном масле, добавить крылья и щупальца кальмаров и жарить еще 2 мин. Затем положить измельченную ветчину и хлебный мякиш, поддержать на огне еще 2–3 мин, снять с огня, добавить соль, перец, яйцо, тщательно вымесить. Приготовленной смесью нафаршировать кальмаров, выложить на противень, полить белым вином, добавить мелко нарезанные помидоры. Накрыть фольгой и запекать в духовке, нагретой до 200 °С, 45 мин.

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛУКОМ И МОРКОВЬЮ

500 г кальмаров, 2 луковицы, 3 моркови, оливковое масло, сок лимона, сметана, соль, перец.

Тушки кальмаров положить в кипяток на 3 мин, слегка остудить, выпотрошить и очистить. Морковь и лук мелко нарезать и припустить. Наполнить тушки овощами, уложить в глубокий противень или керамическую кастрюлю, залить подсоленной сметаной, сбрызнуть лимонным соком и тушить в разогретой духовке (лучше под крышкой) около 20 мин.

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ, В ТОМАТНОМ СОУСЕ

500 г кальмаров, 300 г томатного соуса, $\frac{1}{4}$ кочана свежей капусты, 2 луковицы, 3 яйца, 2 ст. ложки растительного масла, перец, соль.

Капусту помыть и нашинковать, потушить в масле с небольшим количеством воды до полуготовности. Добавить мелко нарезанные вареные яйца и слегка обжаренный лук, посыпать перцем и солью. Кальмаров почистить, помыть и слегка отбить.



Посоливать, заполнить фаршем, слегка обжарить в масле, сложить в кастрюлю, залить томатным соусом и тушить 30–40 мин.

КАЛЬМАРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-БРАЗИЛЬСКИ

1 кг кальмаров, 8 маслин без косточек, 100 г шампиньонов, 2 зубка чеснока, 1 луковица, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка соевого соуса, 2 помидора, 1 ст. ложка панировочных сухарей, растительное масло, душица, перец.

Вынуть из промытых кальмаров внутренности, удалить кишку. Выбрать самые лучшие и крупные тушки и отложить в сторону, остальные мелко нарезать или пропустить через мясорубку. Смешать измельченных кальмаров с маслинами, шампиньонами, луком, петрушкой, добавить масло, соус и сухари. Приготовленным фаршем заполнить отобранные тушки и аккуратно зашить их по краям. Нарезать мелко чеснок и дольками — помидоры. Налить растительное масло на сковороду, слегка обжарить в нем чеснок на медленном огне около 2 мин. Добавить помидоры и жарить еще 2 мин. Положить в этот соус фаршированных кальмаров, немного посолить и тушить на небольшом огне около 20 мин, затем посыпать перцем и душицей по вкусу, прогревать еще 5 мин. Выложить на блюдо и полить оставшимся после жарки соусом.

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩНЫМ САЛАТОМ

3 тушки кальмаров, 2 моркови, 1 свекла, 10 шт. редиса, соль, перец, растительное масло.

Тушки кальмаров очистить, опустить в кипящую соленую воду и варить 3 мин, снять с огня и оставить в отваре на 10 мин, накрыв крышкой. Вареные морковь и свеклу натереть на крупной терке, редис нарезать соломкой, посолить, поперчить, заправить растительным маслом. Тушки наполнить овощной смесью, выложить на блюдо, украсить веточками петрушки, цветами из редиса.

**КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРАБАМИ**

1 кг свежемороженых кальмаров, рубленая зелень петрушки и укропа, соль.

Для фарша: $\frac{1}{2}$ стакана риса, 3 яйца, 100 г крабового (или креветочного) мяса, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень по вкусу.

Для сметанного соуса: 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны.

Разморозить кальмаров, ошпарить их кипятком и очистить от кожицы и внутренностей (не разрезая). Отварить тушки кальмаров в подсоленной воде в течение 5–7 мин. Воду слить и охладить тушки. Отварить рис, добавить в него сливочное масло, мясо креветок или краба, тертые варенные яйца. Приготовленным фаршем начинить тушки кальмаров, сложить их в сотейник.

Муку поджарить в сливочном масле до золотистого цвета, добавить сметану и $\frac{1}{2}$ стакана бульона, оставшегося после варки кальмаров. Довести до кипения, добавить зелень.

Кальмаров, залитых соусом, поставить в горячую духовку на 20–30 мин. Перед подачей на стол украсить рубленой петрушкой и укропом.

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ И МОРЕПРОДУКТАМИ

900 г тушек кальмаров, 200 г смеси морепродуктов, $\frac{3}{4}$ стакана длиннозерного риса, 1 цуккини, 100 г оливкового масла, 50 г соевого соуса, 2 сваренных вкрутую яйца, 50 г черной смородины, 75 г сухого белого вина, 1 ст. ложка муки, 1 луковица, 3 зубка чеснока, 900 г спелых помидоров, 150 г томатного пюре, 2 ч. ложки сушеного базилика, 2 ч. ложки сушеной или 2 ст. ложки зелени петрушки, 2 ст. ложки кедровых орехов, соль, черный перец и паприка по вкусу.

В 50 г оливкового масла, прокаленного на огне, обжарить чеснок и $\frac{2}{3}$ мелко нарезанного лука. Добавить муку. Как только лук станет золотистым, размешать, пассеровать 1 минуту, после чего влить вино и довести до кипения. Как только закипит, доба-



вить в кастрюлю помидоры, нарезанный цуккини, томатное пюре, соль, петрушку, перец и базилик. Протушить 15 мин.

Рис и морепродукты опустить в кипяток и варить до готовности с добавлением соевого соуса и нарезанных яиц. Как только рис сварится, добавить мелко нарезанный лук, кедровые орехи, смородину и перемешать.

После этого начинить тушки кальмаров приготовленной начинкой, выложить на сковороду с соусом, полить этим соусом и запекать в духовом шкафу около часа при температуре 180 °С.



ФАРШИРОВАННОЕ АССОРТИ

Картофель

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ

6 средних картофелин, 1 крупная луковица, 1 зубок чеснока, 350 г мясного фарша, 2 яйца, соль, перец, жир, панировочные сухари.

Картофелины очистить и аккуратно вырезать середину. Лук измельчить, обжарить в жиру, добавить в фарш, смешать с перцем, солью, яйцом, нарубленным чесноком. Полученным фаршем наполнить картофель, окунуть во взбитое яйцо, обвалить в панировке. В глубокой сковороде растопить жир и положить картофелины. Жарить на медленном огне, закрыв крышкой.

К этому картофелю можно подать овощное рагу, тушеную цветную капусту или салат из свежей капусты с морковью и луком.

КАРТОФЕЛЬ ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-ПЕКИНСКИ

6 картофелин, 180 г свинины, 1 ч. ложка водки, настоянной на цедре лимона или апельсина, 2 ст. ложки муки,



1/2 ч. ложки соли, 125 г растительного масла (для фритюра), зелень петрушки, укропа, кинзы.

Очистить картофель, помыть и нарезать толстыми кружочками толщиной 1 см. Затем по толщине сделать глубокий надрез, разделив кружок на две части толщиной по 5 мм. Свинину мелко нарубить или пропустить через мясорубку, посолить, добавить измельченную зелень и водку. Этим фаршем наполнить надрезанные кружочки картофеля. Из муки заварить кисель и смазать фаршированный картофель. В глубокой сковороде прокалить подсолнечное масло, а когда пойдет дымок, опустить картофельные кружочки и обжарить до золотисто-желтого цвета.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕЧЕНКОЙ

8 картофелин, 200 г говяжьей печени, 1 луковица, 50 г сала.

Для соуса: 4 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка муки, 20 г сливочного масла, 1 луковица, 4 ст. ложки мясного бульона, 1 лавровый лист, соль, перец.

Печенку нарезать тонкими брусочками, лук — полукольцами, сало — мелкими кубиками и обжарить. Картофель отварить с кожицей, очистить, вынуть серединку, нафаршировать печенкой. Фаршированный картофель залить сметанным соусом с жареным луком и тушить 10–15 мин.

Приготовление соуса. Слегка обжарить на сковороде муку без масла, залить ее горячим бульоном, перемешать до образования однородной массы и кипятить 15 мин. Полученную массу процедить, добавить в нее обжаренный мелко нарезанный лук, перец, лавровый лист, соль и варить 15 мин. За 5 мин до готовности добавить сметану и довести до кипения.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ВЕТЧИНОЙ

7 крупных картофелин, 100 г ветчины, 2 луковицы, 70 г сливочного масла, 1 кофейная чашка мякиша белого хлеба, размоченного в воде, 1 стакан белого вина, 1 стакан мясного бульона, петрушка, мускатный орех, соль, перец по вкусу.



Очищенный и вымытый картофель обсушить. Острым ножом с одного конца срезать верхушку, чтобы он мог стоять. С другого конца аккуратно вырезать углубление, стараясь не проткнуть картофелины. В сковороде припустить на сливочном масле растертую мякоть картофеля, нарезанную маленькими кубиками ветчину и мелко нарезанный лук. Полить двумя столовыми ложками белого вина, добавить размоченный белый хлеб, перец, соль, измельченную петрушку, немного натертого мускатного ореха. Обжарить все на огне и нафаршировать картофелины.

Разложить картофелины довольно плотно в высокой сковороде, смазанной сливочным маслом, залить вином и бульоном. На каждую картофелину положить кусочек сливочного масла. Запекать в духовке около 45 мин, поливая время от времени соусом. Подавать в том блюде, в котором готовили.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ВЕТЧИНОЙ И АНАНАСАМИ

6 небольших картофелин, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 зубка чеснока, 2 ст. ложки рубленого укропа, 3 ч. ложки оливкового масла, 2 ломтика вареной ветчины, 3 дольки консервированного ананаса, 2 пера зеленого лука.

Смешать сливочное масло с измельченным чесноком и укропом. Завернуть каждую картофелину в фольгу, запекать при 200 °С 20 мин. Снять фольгу. Сделать на картофелинах по большому крестообразному разрезу, влить чесночное масло, размять мякоть вилкой. Сверху положить начинку.

Приготовление начинки. Ветчину, нарезанную мелкими кубиками, обжаривать в масле 2 мин. Добавить такие же кубики ананаса и измельченный лук, жарить еще 2 мин.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ЛУКОМ

10–12 крупных картофелин, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, соль.

Картофель испечь, очистить, срезать верхушки, сделать выемки такой глубины, чтобы стенки могли удержать фарш. Вынутую массу размять, посолить, смешать с нашинкованным



поджаренным в масле луком и нафаршировать картофель. Сбрызнуть его маслом, прогреть.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ШАМПИНЬОНАМИ

I вариант

10 картофелин, 500 г шампиньонов, 2 луковицы, растительное масло, соль, перец, зелень.

Картофель отварить в мундире. Грибы нарезать, ошпарить горячей водой и поджарить на растительном масле вместе с нарезанным луком. Картофель очистить, разрезать пополам, ложкой вынуть часть мякоти, перемешать ее с грибами, посолить, поперчить и заполнить этим фаршем половинки картофеля. Сверху посыпать нарезанной зеленью.

II вариант

8 картофелин, 250 г шампиньонов, 1 луковица, 2 зубка чеснока, 3 ст. ложки молотых пшеничных сухарей, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки натертого сыра, 2 сваренных вкрутую яйца, зелень петрушки, соль.

Картофель отварить, остудить, очистить от кожицы, срезать доньшко и верх, осторожно вынуть середину. Предварительно отваренные шампиньоны нарезать тонкой соломкой, так же нарезать лук и спассеровать их на сливочном масле. Чеснок растереть с солью. Яйца мелко нарезать. К пассерованным грибам и луку добавить чеснок, молотые сухари, яйца. Все тщательно перемешать, нафаршировать приготовленной начинкой картофель, посыпать тертым сыром, сбрызнуть сверху растопленным сливочным маслом и запечь в жарочном шкафу.

Готовый картофель украсить зеленью петрушки, отдельно можно подать сметану.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ШАМПИНЬОНАМИ И КРЕВЕТКАМИ

500 г молодого картофеля, 350 г креветок, 350 г шампиньонов, оливковое масло.



Для соуса: 4 ст. ложки белого вина, 4 ст. ложки воды, 3 горошины черного перца, немного сухого эстрагона, 2 желтка, 160 г сливочного масла, 1 ч. ложка лимонного сока, щепотка молотого мускатного ореха, соль.

Креветки слегка обжарить в небольшом количестве масла, отдельно обжарить нарезанные дольками грибы. Картофель тщательно вымыть и запечь в духовке, охладить, срезать верхушки и осторожно вынуть сердцевину. Подготовленные креветки и грибы смешать с соусом, полученной массой наполнить картофелины и запечь в духовке до образования румяной корочки.

Приготовление соуса. В небольшую посуду налить воду, вино, добавить перец, эстрагон и поварить несколько минут. Процедить, остудить и взбить с желтками на водяной бане до образования крема. Снять посуду с огня и (сначала каплями, потом — ложками) подмешать в крем растопленное сливочное масло. Добавить в соус лимонный сок, мускатный орех и соль.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГОРОШКОМ И ПЕРЦЕМ

300 г горошка, 1 кг картофеля, соль, 1 луковица, 3 стручка сладкого перца, 2 ст. ложки растительного масла, 250 г сметаны, кайенский перец, 300 г тертого сыра гауда.

Сварить картофель в мундире в подсоленной воде. Нарезать мелкими кубиками перец. Потушить нарезанный лук в растительном масле, добавить перец и тушить еще 1 мин. Затем положить горошек и немного подогреть. С картофеля срезать по горизонтали примерно $\frac{1}{3}$. Затем вынуть из клубней немного мякоти, перемешать мякоть с тушеными овощами, добавить сметану. Заправить начинку солью и кайенским перцем. Положить картофель на противень, сверху разложить приготовленную смесь, посыпать сыром и запекать 15 мин.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ФАСОЛЬЮ

1 кг крупного картофеля, 400 г фасоли, ореховое масло, 1 луковица, соль, зелень, майонез.



Клубни картофеля очистить, удалить сердцевину, срезать верхушки с двух концов. Замоченную фасоль отварить, заправить маслом с пассерованным измельченным луком, посолить и нафаршировать полученной массой картофель. Фаршированный картофель уложить в сотейник, залить водой, в которой варилась фасоль, добавить масло, закрыть крышкой и тушить до готовности. Подавать с майонезом и зеленью.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ

600 г картофеля, 400 г белокочанной капусты, 1 ст. ложка жира, 1 вареное яйцо, 30 г зеленого лука, 1 ст. ложка растительного масла, 2 ст. ложки сухарей, 1 ст. ложка мелко нарезанного укропа, соль, перец, бульон, лимонная кислота или сок ревеня, сметанный соус.

Клубни картофеля очистить, удалить сердцевину, срезать верхушки с двух концов. Обработанную белокочанную капусту мелко нашинковать, положить на сковороду с разогретым жиром слоем не более 2–3 см, обжарить, периодически перемешивая, чтобы капуста не подгорела.

В готовую охлажденную капусту положить мелко нарезанное яйцо, измельченный зеленый лук, слегка спассерованный на масле, сухари, укроп, соль, перец, немного лимонной кислоты или сока ревеня, все перемешать. Наполнить приготовленным фаршем картофель, поставить в сотейник или в сковороду с высокими бортами, добавить немного бульона, запекать в духовом шкафу до полуготовности, добавить сметанный соус и довести до готовности.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ БЕКОНОМ И ТВОРОГОМ

3 большие картофелины, 150 г бекона, 150 г творога, 30 г сливочного масла, 1 ст. ложка мелко нарезанного укропа, 1 ст. ложка майонеза, 2 редиски, 2 моркови, 1 ст. ложка лимонного сока, соль.

Вымыть картофель под струей холодной воды и сварить в кипящей соленой воде. Пока картофель варится, почистить



морковь, натереть ее на терке, положить в кастрюлю и полить лимонным соком. Редис нарезать кубиками, так же нарезать бекон. Когда картофель сварится, слить воду и разрезать картофель вдоль на две части. Верхняя часть должна составлять одну треть. Чайной ложкой вычистить мякоть изнутри.

В отдельной кастрюльке с помощью миксера смешать мякоть картофеля, творог, бекон, укроп и масло. Заполнить большую половинку картофелин полученным фаршем. Сверху накрыть фаршированные картофелины меньшими половинками. В течение 10 мин запекать картофель в духовке. После приготовления дать блюду остыть.

Подавать с редисом и морковью.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ СЕЛЕДКОЙ

I вариант

600 г картофеля, 400 г соленой сельдиды, 1 лавровый лист, 1 яйцо, 100 г сметаны, душистый перец, растительное масло.

Картофель отварить, остудить, очистить от кожицы, срезать доньшко и верх, осторожно вынуть середину. Перемешать мякоть картофеля, мелко нарезанное филе сельдиды, душистый перец, лавровый лист, измельченный в порошок, и яйцо. Наполнить приготовленным фаршем картофель, залить сметаной и запекать в духовке на сильном огне.

Фаршированный картофель можно обжарить в масле, залить сметаной и запекать в духовке на сильном огне.

II вариант

1 кг картофеля, жир, соль.

Для фарша: 2 сельдиды, 2 луковицы, 1 яйцо, 4 ст. ложки сметаны, соль, черный молотый перец.

Клубни картофеля одинаковой величины очистить, с одного конца срезать донце (для устойчивости), вырезать середину, сварить в слегка подсоленной воде (не разварить), откинуть на сито, дать стечь жидкости и затем нафаршировать картофель.



Для фарша вымоченную сельдь очистить, отделить филе от костей и вместе с луком пропустить через мясорубку. Добавить сметану, яйца, соль, перец. Фаршированный картофель поместить в смазанную жиром посуду с небольшим количеством воды, жарить в духовке, поливая водой или сметаной.

Готовый картофель подать с соусом, который образовался в процессе запекания клубней. На гарнир подать маринованные овощи или салат из свежих овощей.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ СЕЛЕДКОЙ И СУДАКОМ

1 кг картофеля, 1 соленая селедка, 400 г филе судака, жир для фритюра, 1 луковица, 100 г мякиша белого хлеба, молоко, укроп, соль, перец, 1 стакан бульона, 1 стакан сметаны.

Крупный одинакового размера картофель очистить и обжарить в большом количестве жира до образования румяной корочки. Ложкой вынуть из картофеля середину.

Для приготовления фарша очистить от костей и кожи селедку, мелко ее изрубить, прибавить к ней мелко нарубленное сырое филе судака, сырой рубленый лук, замоченный в молоке белый хлеб, соль, перец и мелко нарезанный укроп. Все это еще раз хорошо нарубить и наполнить этим фаршем подготовленный картофель. Уложить его в глубокий сотейник, подлить бульон и припустить в жарочном шкафу до готовности. За 15 мин до подачи влить сметану и нагреть до кипения.

Подавать вместе с соусом, посыпать укропом.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ЛОСОСЕМ

24 круглые очищенные картофелины, 1 ст. ложка растительного масла.

Для фарша: 200 г очень мелко нарезанного копченого лосося, 2 ст. ложки сметаны, смешанной с 1 ч. ложкой лимонного сока, 2 ст. ложки мелко нарезанного фиолетового репчатого лука, 1 ч. ложка каперсов без заливки, 1/2 ч. ложки тертого хрена, соль.



Каждую картофелину разрезать пополам. У каждой половинки срезать тонкий ломтик снизу для устойчивости. Поставить половинки картофеля на смазанный маслом противень и запекать в разогретой до 200 °С духовке в течение 25 мин до мягкости.

Мясо лосося тщательно перемешать со сметаной, каперсами, солью, луком и хреном. Из каждой половинки картофеля выбрать сердцевину и в полученное углубление положить по $\frac{1}{2}$ ч. ложки приготовленной начинки. Оформить картофель кубиками лосося, каперсами и подавать к столу.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ БРЫНЗОЙ

1 кг картофеля, 5 ст. ложек натертой брынзы или творога, 2 ст. ложки сметаны, 2 яичных желтка, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан бульона, соль и перец по вкусу, зелень укропа, соус (томатный, грибной, сметанный).

Картофель сварить до полуготовности, очистить, ложкой сделать углубление, а противоположный торец поджарить так, чтобы клубни могли стоять.

В сделанное углубление положить фарш, фаршированные клубни установить вертикально в кастрюле или казанке, залить бульоном и тушить в духовке до готовности.

Готовый картофель выложить на блюдо, полить соусом (томатным, грибным, сметанным), посыпать измельченным укропом.

Приготовление фарша. Картофельную мякоть смешать с брынзой, сметаной, яичными желтками, сливочным маслом, солью и перцем.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ТВОРОГОМ

4 крупные картофелины, 200 г творога, 1 стакан кефира или сметаны, соль, перец, нарезанный зеленый лук и петрушка.

Запечь неочищенный картофель в духовке. Затем разрезать каждую картофелину вдоль и выбрать ложкой мякоть, оставив довольно толстые стенки.



Творог смешать с кефиром или сметаной, посолить, поперчить, нафаршировать картофель, посыпать зеленью и поставить на 5 мин в горячую духовку.

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ СЫРОМ

4 крупные картофелины, 2 вареных желтка, 2 ст. ложки зернистой горчицы, 100 г сыра чеддер, соль, перец.

Картофель тщательно вымыть и запечь в духовке, охладить, срезать верхушки и осторожно вынуть сердцевину. Картофельную мякоть растереть с желтками, горчицей, посолить и поперчить. Наполнить приготовленным фаршем картофель, посыпать натертым сыром и запекать в духовке 10 — 15 мин.

Помидоры

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ

4 помидора, 200 г творога, 2 ст. ложки сметаны, зелень укропа и петрушки, соль.

Аккуратно срезать верхушки помидоров, вырезать мякоть и измельчить ее. Протереть творог сквозь сито, посолить и смешать со сметаной, мякотью помидоров и мелко нарезанным укропом. Заполнить этой смесью помидоры и накрыть срезанными верхушками.

Подавать блюдо на листьях салата, украсив веточками петрушки.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ

250 г помидоров, 2 яйца, 50 г зеленого или репчатого лука, 2–3 ст. ложки сметаны, немного майонеза, соль, перец, зелень.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами. Для приготовления фарша вареные яйца мелко нарезать, смешать с мелко нарезанным репчатым или зеленым луком, сметаной, добавить соль, перец, хорошо перемешать.



При подаче украсить блюдо майонезом и посыпать мелко нарезанной зеленью.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СУХАРИМИ

4 помидора, 1 стакан толченых сухарей из пшеничного хлеба, 4 ст. ложки растительного масла, 1 зубок чеснока, зелень петрушки, соль, молотый душистый перец.

Толченые сухари из пшеничного хлеба смешать с измельченной зеленью петрушки, заправить маслом, растертым чесноком, солью и перцем. У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами. Наполнить помидоры подготовленной смесью, осторожно накрыть срезанными верхушками, уложить на противень или сковороду, смазать маслом и запечь в духовке.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУКУРУЗОЙ И ТУНЦОМ

4 средних помидора, 300 г консервированной кукурузы, 100 г консервированного тунца, 1 зубок чеснока, 1 ст. ложка масла из консервов тунца, 1 ст. ложка мелко нарубленной петрушки, щепотка белого перца, $\frac{1}{2}$ ч. ложки сладкого красного перца, 1 ст. ложка виноградного уксуса, зелень укропа.

Срезать с помидоров верхушки и выбрать мякоть ложкой. Смешать кукурузу и кусочки рыбы с маслом и виноградным уксусом, добавить петрушку, растертый чеснок, соль и перец. Наполнить получившейся смесью помидоры и посыпать зеленью укропа.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОМЛЕТОМ

7 помидоров, 7 яиц, 50 г брынзы, зелень укропа и петрушки, соль.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами. Яйца взбить, смешать с натертой брынзой, посолить. Приготовленной яичной смесью



наполнить помидоры. Накрыть помидоры срезанными вер-хушками. Аккуратно положить помидоры в горшочки, поста-вить в духовку и запекать около 15 мин. При подаче посыпать зеленью.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОЛИВКАМИ И МИНДАЛЬНЫМИ ОРЕХАМИ

20 маленьких помидоров, 70 г зеленых оливок без косто-чек, 50 г бланшированного жареного миндаля, 1 неболь-шой пучок петрушки, 1 ст. ложка лимонного сока, 3 ст. ложки оливкового масла, соль.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами. Затем срезать очень тоненькую пластинку снизу (чтобы они хорошо стояли на плоскости). Подготовленные помидоры поставить на бумажные кухонные полотенца срезом вниз, чтобы стек сок. Оливки, миндаль, зе-лень петрушки измельчить в кухонном комбайне, добавить оливковое масло, лимонный сок, соль и перемешать. Напол-нить каждый помидор смесью и поставить на блюдо. Сверху накрыть «крышечками» и подавать.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ ФЕТА

4 крупных помидора, 2 зубка чеснока, 1 ст. ложка вино-градного уксуса, 5 ст. ложек оливкового масла, 1 ст. лож-ка мелко нарезанного орегано, 1 огурец, 1 небольшой стру-чок красного сладкого перца, 150 г сыра фета, 50 г оли-вок, белый молотый перец, листики мяты и оливки для украшения.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами.

Помидоры внутри поперчить, перевернуть и оставить на некоторое время, чтобы стек сок.

Взбить растертый чеснок, уксус, масло и орегано. Добавить мелко нарезанные огурец, перец, сыр и оливки, затем все пере-мешать. Наполнить приготовленным фаршем помидоры и на-крыть срезанной верхушкой.

Подавать, украсив целыми оливками и листиками мяты.



ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ БАКЛАЖАННОЙ ИКРОЙ

4 помидора, 2 небольших баклажана, 1 небольшая луковица, 1 зубок чеснока, 60 г ядер грецких орехов, растительное масло, соль, перец, натертый мускатный орех, молотые сухари.

Обработанные баклажаны нарезать и поджарить на масле, затем мелко нарубить. Добавить в этот фарш поджаренный рубленый репчатый лук, растертый чеснок, измельченные орехи, соль, перец и мускатный орех.

Подготовленные помидоры наполнить фаршем из баклажанов. Посыпать молотыми сухарями, сбрызнуть растительным маслом и запечь в духовке.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯБЛОКАМИ И МАЛОСОЛЬНЫМИ ОГУРЦАМИ

4–5 помидоров, 2 яблока, 1 малосольный огурец, 2 ст. ложки майонеза, 4 листа салата.

Яблоки и огурец очистить, нарезать мелкими кубиками и перемешать с майонезом. Срезать верхушки у помидоров, вынуть сердцевину с семенами и заполнить подготовленным салатом из яблок и огурца. Подать на тарелочках, выстланных листьями салата.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ САЛАТОМ АССОРТИ

7 помидоров, 200 г консервированного зеленого горошка, 1 малосольный огурец, 2 яблока, 1 вареная морковь, 2 вареных яйца, 100 г майонеза, соль, сахар, листья салата.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть мякоть. Зеленый горошек, нарезанный мелкими кубиками огурец, натертые яблоки и морковь, рубленые белки смешать с майонезом, добавить соль, сахар по вкусу.

Наполнить помидоры начинкой, посыпать растертыми желтками и выложить на блюдо, покрытое листьями салата.



ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-ПОЛЬСКИ

6 плотных помидоров, 150 г консервированного зеленого горошка, 100 г ветчины, 60 г майонеза, соль, маслины, лимон, листья салата.

У помидоров срезать верхушки, чайной ложкой удалить мякоть. Ветчину нарезать кубиками, смешать с горошком, майонезом и посолить. Полученной массой наполнить помидоры.

Подавать блюдо на листьях салата, украсив маслинами и ломтиками лимона.

ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-ПРОВАНСАЛЬСКИ

6 помидоров средней величины, 250 г зелени петрушки, 1 зубок чеснока, 1 ст. ложка оливкового масла, морская соль.

У помидоров срезать верхушки, чайной ложкой удалить часть мякоти, посолить. Петрушку вымыть, нарезать и растолочь с чесноком и оливковым маслом, посолить. Наполнить помидоры полученным фаршем, дать постоять 1–2 ч и подать к столу.

ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-КИТАЙСКИ

4 помидора, 2 белка, 200 г корейки, 100 г свиного сала, 80 г ветчины, 80 г очищенных креветок, 1 ст. ложка коньяка, 2 ст. ложки кукурузного крахмала, 2 ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки соевого соуса, соль, зелень.

Помидоры вымыть, разрезать пополам, осторожно вынуть мякоть. Корейку, креветки и ветчину пропустить через мясорубку, добавить яичные белки, 1 ч. ложку коньяка, соль, перемешать. Начинить фаршем половинки помидоров. Срезы помидоров присыпать крахмалом. В сковороде растопить свиное сало и обжарить на нем половинки помидоров с обеих сторон в течение 2 мин. Добавить томатную пасту, оставшийся коньяк, соевый соус и жарить до готовности.

При подаче полить полученным при жаренье соусом и украсить зеленью.



ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ И ПЕСТРОЙ ФАСОЛЬЮ

4 крупных помидора, 3 ст. ложки оливкового масла, 1 луковица, 250 г копченых сосисок, 2 зубка чеснока, 100 г длинного белого риса, 300 г куриного бульона, 2 средние моркови, 200 г вареной пестрой фасоли, 4 ст. ложки мелко нарезанной петрушки, 2 ст. ложки лимонного сока, молотый черный перец, листочки сельдерея.

Подогреть столовую ложку масла в сковороде и обжарить мелко нарезанный лук, нарезанные кубиками сосиски и растертый чеснок, пока сосиски не будут готовы. Залить рис бульоном и довести до кипения. Уменьшить огонь и варить 20–25 мин на медленном огне до готовности. В это время срезать верхушки с помидоров и вынуть мякоть ложкой. Мякоть и срезаемые верхушки мелко нарезать и добавить в рис.

Перемешать натертую на мелкой терке морковь, фасоль, петрушку, лимонный сок, оставшееся масло, сосиски, соль, перец и рис. Затем поставить смесь охлаждаться. Нафаршировать помидоры охлажденной смесью и выложить на блюдо. Оставшийся рис выложить вокруг помидоров. Украсить листочками сельдерея и подать на стол.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

12 мелких помидоров, 200 г гречневой крупы, 120 г сметаны, соль, зелень петрушки.

Сварить рассыпчатую гречневую кашу. Вымыть помидоры, срезать с них верхушки и вынуть сердцевину, оставив довольно толстые края. Сердцевину протереть сквозь сито, смешать с кашей, подсолить, нафаршировать помидоры, накрыть каждый срезанной верхушкой, положить в сотейник, запечь немного, а затем, залив сметаной, поставить в духовку зарумяниться.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГОВЯЖЬИМ ФАРШЕМ И ГРИБАМИ

5 помидоров средней величины, 300 г говяжьего фарша, 300 г грибов, 150 г лука, 100 г сыра, соль, перец, растительное масло, зеленый горошек, зелень петрушки или укропа.



На растительном масле обжарить мелко нарезанный лук до золотистого цвета. Затем добавить мелко нарезанные грибы и обжарить. Когда грибы обжарятся, добавить фарш, посолить, поперчить и жарить до готовности (примерно 20 мин).

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами. Помидоры наполнить фаршем и посыпать натертым сыром.

Готовое блюдо украсить горошком и зеленью петрушки или укропа.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВИНИНОЙ

7 помидоров, 200 г свинины, 2 луковицы, растительное масло, 100 г сыра, майонез.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами.

Мелко нарезанный лук обжарить на растительном масле. Когда лук обжарится, добавить мелко нарезанную свинину. В готовое мясо добавить мякоть помидоров и перемешать. Заполнить приготовленным фаршем помидоры, посыпать сыром, полить майонезом. Запечь помидоры в духовке.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЖАРЕНОЙ КУРЯТИНОЙ, В ЖЕЛЕ

5 помидоров средней величины, 300 г жареной курятины, 2 стакана говяжьего бульона, 1 яйцо, 2 огурца, соль, перец, желатин, зелень петрушки.

Желатин замочить в холодной кипяченой воде на 30–40 мин, положить в заранее поставленный на огонь бульон, посолить, поперчить и варить 5–7 мин до растворения желатина. До кипения можно не доводить. У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами.

Подготовленные помидоры заполнить рубленой жареной курятиной и свежими огурцами, нарезанными мелкими кубиками. Залить помидоры слегка остывшим желе, вынести на холод и остудить.

Перед подачей к столу на каждый помидор положить кружок вареного яйца, украсить веточками петрушки.



ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГОВЯЖЬЕЙ ПЕЧЕНКОЙ

10 помидоров, 250 г говяжьей печени, 1 городская булочка, 1 луковица, 2 яйца, 50 г сливочного масла, растительное масло, соль, перец, 2 ст. ложки сметаны, молоко.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами.

Нарезать печеньку ломтиками и слегка поджарить на растительном масле. Пропустить обжаренную печеньку через мясорубку вместе с вымоченным в молоке мякишем булки. Поджарить в масле, оставшемся от печени, мелко нарезанный лук, положить его в фарш, ввести сырые желтки, сливочное масло, взбитые в пену белки, посолить и поперчить по вкусу. Нафаршировать помидоры, уложить их в неглубокую кастрюлю, положить на каждый помидор по кусочку масла и поставить в горячую духовку. Сварить вынутую из помидоров сердцевину, протереть сквозь сито и полить сверху помидоры, когда они слегка подрумянятся.

Подавать со сметаной.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРЕВЕТЧНЫМ САЛАТОМ

5–6 помидоров, 300 г консервированных креветок, 100 г риса, 1 луковица, зелень петрушки, соль, черный молотый перец, сметана.

Из помидоров, срезав верхушку, вынуть часть мякоти. Приготовить фарш из припущенных креветок, отварного рассыпчатого риса, пассерованного лука, петрушки, соли, перца. Помидоры заполнить фаршем, сбрызнуть жиром и запечь.

При подаче на стол полить сметаной.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ АВОКАДО

10 помидоров, 1 авокадо, 2 кальмара, 50 г острого сыра, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 ст. ложка лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Для соуса: 2 ст. ложки оливкового масла, 1 апельсин, 1 ст. ложка вермута, белый перец, зелень укропа.



У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами.

Авокадо очистить от кожуры и вынуть из него косточку. Тушки кальмаров очистить от кожицы, удалить хитиновые пластинки, опустить в подсоленную кипящую воду с лавровым листом и черным перцем. Затем накрыть кастрюлю крышкой и сразу же снять ее с огня. Оставить на 10 мин постоять (так кальмары получатся нежными). Сыр и авокадо нарезать мелкими кубиками, сбрызнуть лимонным соком, добавить сердцевину помидоров, перец, оливковое масло, посолить и взбить в блендере до однородной массы. Заполнить половинки помидоров получившейся массой, сверху выложить кольца кальмаров и полить соусом.

Приготовление соуса. Взбить в блендере оливковое масло, сок апельсина, белый перец, зелень укропа и вермут.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ АНАНАСОМ

*10 помидоров, 1 ананас, 5 листьев зеленого салата,
1 пучок зелени сельдерея, 3 ст. ложки майонеза, соль,
черный молотый перец.*

Срезать у каждого помидора верхушку и чайной ложкой удалить семена с частью мякоти. Ананас очистить от кожицы, мякоть нарезать кружочками, удалить сердцевину. Затем мякоть измельчить, соединить с мелко нарезанными мякотью помидоров и зеленью сельдерея, добавить соль, перец. Наполнить полученным фаршем помидоры, полить майонезом и разложить их на блюде, покрытом листьями салата.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПЕЧЕНЬЮ ТРЕСКИ

*7 помидоров, оливковое масло, уксус, соль, перец, лимон.
Для фарша: 2 яйца, 1 банка консервированной печени
трески, 1 ч. ложка каперсов, майонез, любой острый соус,
зелень петрушки.*

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами.



Подготовленные помидоры замариновать в течение 1–2 ч с оливковым маслом, уксусом, солью и перцем. Наполнить помидоры подготовленным фаршем. При подаче положить в салатник, сбрызнуть маринадом, на каждый помидор положить тонкий ломтик лимона и посыпать цедрой лимона.

Приготовление фарша. Яйца мелко нарубить и смешать с каперсами, измельченной зеленью петрушки и нарезанной мелкими кубиками консервированной печени. Все это заправить майонезом и острым соусом.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ РАКОВ

10 помидоров, 10–12 раков, 2 яйца, 50 г растительного масла, 1 лимон, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами.

Раков отварить в подсоленной воде. У вареных раков отделить шейки, клешни, очистить их от скорлупы и мелко нарезать. Смешать 1 вареный желток, 1 сырой желток, растительное масло, сок лимона, немного соли и черного молотого перца. Одну часть приготовленного соуса смешать с мясом раков и нафаршировать помидоры. Сверху залить их оставшимся соусом и украсить мелко нарезанным крутым белком и мелко нарезанной зеленью петрушки.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ И ПЛАВЛЕНЫМ СЫРОМ

8 средних помидоров, 240 г крабовых палочек, 2 плавленых сырка, 200 г майонеза, укроп, листья салата.

С помидоров срезать верхушки и извлечь сердцевину. Сырки натереть, палочки мелко нарезать, укроп нарубить. Все смешать с майонезом, нафаршировать помидоры и выложить на листья салата.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РЫБОЙ

5 помидоров, 300 г филе рыбы (судак, хек, минтай), 100 г майонеза, 3 корнишона, 10 г любого острого соуса, соль, красный молотый перец.



Вареное филе рыбы нарезать мелкими кубиками и заправить майонезом, измельченными корнишонами и острым соусом. Помидоры бланшировать, снять кожицу, осторожно удалить сердцевину, посыпать солью и перцем и наполнить образовавшуюся чашечку фаршем из рыбы.

ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-МАДРИДСКИ

4 крупных помидора, 1 банка тунца в собственном соку, 200 г обезжиренного творога, 1 ч. ложка натертой цедры лимона, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 маленький цуккини, 2 ст. ложки каперсов, 3 веточки базилика, соль, черный молотый перец.

Откинуть на дуршлаг мясо тунца и размять его. Затем добавить творог, цедру, сок лимона и взбить в миксере. Если масса получится очень плотная, можно добавить немного воды. Цуккини натереть на мелкой терке. Порубить каперсы. Базилик вымыть, обсушить, отделить листочки и нарезать их тонкими полосками, оставив несколько штук для украшения. Перемешать с тунцовым кремом цуккини, каперсы и базилик и приправить солью, перцем.

Помидоры помыть, вытереть и нарезать кружками. На подготовленные помидоры ровным слоем нанести фарш и украсить готовое блюдо листиками базилика.

ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРЫ В КЛЯРЕ

25 мелких помидоров, 150 г жирного творога, зелень петрушки, укропа, кинзы, черный молотый перец, 100 г муки, 5 г пекарского порошка, немного кайенского перца, соль, растительное масло для фритюра.

У помидоров срезать верхушки и осторожно вынуть чайной ложкой сердцевину с семенами.

Подготовленные помидоры положить на бумажное кухонное полотенце срезом вниз, чтобы стек сок. Творог перемешать с измельченной зеленью петрушки, укропа, кинзы, солью и молотым черным перцем. Приготовленным фаршем наполнить помидоры.



Из муки, кайенского перца, пекарского порошка, соли и небольшого количества воды замесить тесто густоты сметаны. Помидоры аккуратно обмакнуть в кляре и обжарить в разогретом фритюре до золотистого цвета. Обжаренные помидоры выложить на бумажное кухонное полотенце, чтобы впитался лишний жир.

Подавать блюдо горячим.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОЧКАМИ И РИСОМ

300 г почек, 1 стакан риса, 10 помидоров средней величины, 1 луковица, 1 яйцо, 4 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 ст. ложка рубленой зелени укропа и петрушки, соль, перец, жир для формы.

Почки промыть, удалить жир и протоки, обдать кипятком, мелко нарезать и обжарить. Отдельно обжарить мелко нарезанный лук, рис отварить в подсоленной воде, промыть. Почки и лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, яйцо, рис и зелень.

Помидоры обмыть, срезать верхушки, удалить сердцевину, заполнить фаршем и накрыть крышкой. В глубокую сковороду, смазанную жиром, уложить помидоры, полить сметаной. Затем запечь их в нагретой до 190 °С духовке в течение 15 мин.

СОЛЕННЫЕ ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБНЫМ ПАШТЕТОМ

7–8 соленых помидоров, 400 г свежих, 200 г соленых или 500 г сушеных грибов, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, соль, перец, уксус или лимонный сок, зеленый лук.

Свежие грибы потушить в собственном соку, пока сок не испарится. Соленые грибы вымочить для удаления излишней соли, сушеные грибы вымочить, отварить и на дуршлаге дать стечь воде. Затем грибы мелко нашинковать и смешать с рубленым луком, слегка поджаренным в растительном масле. Смесь заправить и перемешать с мелко нарубленным зеленым луком, сбрызнуть лимонным соком.



У подготовленных соленых помидоров срезать верхнюю часть, слегка отжать для удаления сока и семян, сделать углубление в помидорах, посыпать перцем и наполнить грибным паштетом.

Подать, посыпав зеленым луком.

Огурцы

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВЕКЛОЙ И ОРЕХАМИ

3-4 огурца, 1 свекла, 2 зубка чеснока, 1 ст. ложка томатной пасты, 100 г грецких орехов, мята, соль.

Срезать с огурцов кожицу, разрезать их на две половины и вынуть семечки. Предварительно сваренную свеклу натереть на крупной терке, добавить растертый чеснок и измельченные обжаренные грецкие орехи. Томатную пасту положить в сковороду, добавить несколько листочков мяты и соль по вкусу, эту смесь тушить в течение 5 мин на медленном огне. Затем смешать ее со свеклой и нафаршировать огурцы.

Перед подачей на стол охладить и украсить зеленью.

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ВИТАМИННЫМ САЛАТОМ

1 вариант

500 г огурцов, 100 г картофеля, 60 г моркови, 60 г свеклы, 60 г лука, 30 г растительного масла, 150 г сметаны, сахар, соль, черный молотый перец, зелень укропа.

Картофель, морковь и лук очистить от кожицы. Картофель залить кипящей подсоленной водой и сварить. Морковь сварить без соли. Свеклу залить холодной водой и сварить при закрытой крышке. Вареные овощи очистить от кожицы, нарезать кубиками и заправить растительным маслом. Огурцы разрезать вдоль пополам, вырезать сердцевину и мелко нарубить ее. Охлажденные вареные овощи нарезать кубиками, добавить мелко нашинкованный лук и нарезанную сердцевину огурца,



хорошо перемешать и заправить солью, перцем, сахаром, мелко нарезанной зеленью, сметаной.

Половинки огурцов наполнить полученной смесью, уложить на тарелку и украсить веточками укропа.

II вариант

500 г огурцов, 100 г картофеля, 60 г моркови, 60 г свеклы, 60 г лука, 30 г растительного масла, сахар, соль, черный молотый перец, зелень укропа, сметана.

Огурцы разрезать вдоль на две половины, сердцевину вынуть и разрезать. Затем к рубленым огурцам добавить вареный картофель, нарезанный кубиками, свеклу, морковь, нашинкованный пассерованный лук, перемешать, смесь заправить сахаром, солью, перцем и растительным маслом. Этой смесью нафаршировать огурцы.

Подать к столу со сметаной, посыпав укропом.

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

6 огурцов, 1 кг грибов, 100 г вареного риса, 1 яйцо, 1 луковица, 3 ст. ложки сметаны или йогурта, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ст. ложка лимонного сока, растительное масло, соль, черный молотый перец, зелень петрушки.

Грибы целиком поджарить на растительном масле, посолить. Готовые грибы остудить, мелко нарезать и смешать с обжаренным мелко нарезанным луком и рисом, добавить яйцо, зелень петрушки, соль, перец. Огурцы очистить, разрезать поперек и вынуть семена. У половины огурцов образовавшиеся углубления заполнить грибным фаршем. Наполненные половинки огурцов накрыть пустыми половинками, перевязать ниткой и уложить в смазанную жиром огнеупорную посуду.

Сметану или йогурт смешать с томатной пастой, залить подготовленные огурцы, сбрызнуть соком лимона, накрыть крышкой и тушить 20 мин (можно в соус добавить немного муки).

Готовые огурцы посыпать зеленью укропа и подать с белым хлебом.



ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ ШАМПИНЬОНАМИ

5 огурцов, 400 г консервированных шампиньонов, 1 луковица, 150 г белого хлеба, молоко, 1 яйцо, 150 г сметаны, оливковое масло, зелень петрушки и укропа, перец, соль.

Огурцы почистить, разрезать на две половинки вдоль, вынуть мякоть. Грибы и лук нарубить (лучше не ножом, а в мясорубке), смешать с размоченным в молоке хлебом и сырым яйцом, добавить зелень, посолить, поперчить.

Половинки огурцов заполнить фаршем, накрыть вторыми половинками, обмотать ниткой и уложить в противень, смазанный оливковым маслом. Залить сметаной и тушить под крышкой 15 мин.

Готовое блюдо можно посыпать укропом.

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ

5 огурцов, 5 вареных яиц, 100 г сметаны, 100 г зеленого лука, 1 ч. ложка горчицы, соль, черный молотый перец.

Огурцы разрезать поперек на части длиной 5–7 см. Вынуть мякоть, оставив донце. Мякоть огурцов, зеленый лук и яйца мелко нарубить, добавить соль, перец, горчицу, сметану и хорошо перемешать. Начинить приготовленной массой огурцы.

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ

4 крупных огурца, 400 г свинины, 1 небольшая луковица, растительное масло, сметана, зелень петрушки, соль, черный молотый перец.

Мясо отварить и пропустить через мясорубку. Лук очистить, мелко нашинковать и спассеровать на растительном масле. Зелень петрушки промыть, осушить, мелко нарезать и спассеровать на растительном масле. Пассерованный лук и зелень перемешать с мясом, добавив соль и черный молотый перец.

Огурцы очистить от кожицы, разрезать на половинки, вырезать сердцевину с семенами, заполнить освобожденную серединку фаршем. Нафаршированные огурцы уложить на проти-



вень разрезом вверх, залить фарш в каждой половинке огурца чайной ложкой сметаны и запечь в духовке.

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ, ГРИБАМИ И ПЕЧЕНКОЙ

4 больших огурца, 200 г мяса или ветчины, 100 г грибов, 100 г печенки, 1 яйцо, зелень петрушки, 1 луковица, соль, молотый перец, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка муки, шпик, жир.

Огурцы очистить, разрезать вдоль пополам, удалить семена. Натереть огурцы солью, перцем, наполнить каждую половину фаршем, после чего половинки опять сложить вместе, обвязать ошпаренной белой ниткой, положить в кастрюлю с горячим жиром. Тушить под крышкой на слабом огне или в духовке. Готовые огурцы вынуть, снять нитки. Залить огурцы соусом, приготовленным на отваре от огурцов, добавить муку, сметану и зелень петрушки. Подавать с отварным картофелем.

Приготовление фарша. Мелко нарезанный лук обжарить с кусочками шпика. Добавить мелко нарезанные грибы, печенку, молотое мясо или нарубленную ветчину. В остывший фарш добавить взбитое яйцо, мелко нарезанную зелень петрушки, добавить по вкусу соль и перец.

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯБЛОКАМИ И СЕЛЬДЬЮ

5 огурцов, 200 г хлеба, 2 яблока, 2 средние сельди, 1 луковица, 2 яйца, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, молотый перец, зелень, майонез.

Хлеб замочить в воде и отжать. Сельдь очистить от кожицы и костей. Яблоки очистить. Все подготовленные продукты пропустить через мясорубку вместе с луком. Добавить вареные рубленые яйца, растительное масло, молотый перец, уксус. Массу хорошо вымешать.

Огурцы разрезать на половинки, выбрать середину ложкой, наполнить фаршем, полить майонезом и посыпать рубленой зеленью.



ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОПЧЕНОЙ РЫБОЙ

4 соленых огурца, 1 копченая рыба, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 ст. ложки консервированного зеленого горошка, 2 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки майонеза, зелень петрушки.

Огурцы разрезать вдоль или поперек пополам, очистить, вынуть середину. Мелко нарезать мясо копченой рыбы и 1 яйцо. Майонез смешать со взбитыми сливками (без сахара) и мелко нарезанной зеленью петрушки. Все приготовленные продукты перемешать, посолить по вкусу. Этой массой наполнить половинки огурцов, гарнировать горошком, четвертушками вареного яйца или кремом из яичного желтка и майонеза. Массу можно выдавить из пергаментного кулечка.

Огурцы подать перед едой.

ОГУРЦЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-ДАТСКИ

4 огурца, 150 г семги, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка сливок, 1 вареное яйцо, 150 г маринованной сельди, 1 ч. ложка уксуса, небольшой кусочек корня хрена.

Отварную семгу протереть сквозь сито, добавить масло и сливки, тщательно перемешать массу. Маринованную сельдь и яйцо мелко нарубить, смешать с приготовленным пюре и заправить уксусом. Огурцы очистить, разрезать пополам, вычистить семена, наполнить пюре и посыпать тертым хреном.

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РЕДИСОМ С ЯЗЫКОМ

500 г огурцов, 300 г отварного говяжьего языка, 2 яйца, 50 г редиса, 1 ст. ложка рубленой зелени укропа, 100 г сметаны, 1 ст. ложка мелко нарезанного зеленого лука, соль.

Отобрать ровные небольшие тонкие огурцы, вымыть, обтереть салфеткой, разрезать вдоль пополам, освободить от семян (если огурцы горькие, очистить от кожицы).

Сваренные вкрутую и мелко нарезанные яйца смешать с натертым на крупной терке редисом, перемешать, добавить зелень укропа и зеленый лук. Все перемешать со сметаной, посо-



лить по вкусу. Отварной язык нарезать тонкими ломтиками. Свободную от семян середину огурцов наполнить приготовленным салатом, сверху положить ломтики языка.

Разложить готовые фаршированные огурцы на прямоугольном стеклянном блюде.

ОГУРЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМ ФИЛЕ

4 свежих огурца, 300 г вареного куриного филе, 2 яйца, 2 свежих помидора, 100 г сметаны или майонеза, зелень, пучок салата, соль, сахар.

Огурцы разрезать вдоль и вырезать сердцевину, нашинковать ее вместе с салатом и укропом, добавить мелко нарезанные помидоры, нарезанные вареные яйца, а также вареное холодное мясо, нарезанное мелкими кубиками. Подготовленный фарш заправить майонезом, солью, сахаром и заполнить им огурцы. Посыпать мелко нарезанной зеленью и украсить веточками петрушки.

ТУШЕННЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ ОГУРЦЫ

2–4 свежих огурца средней величины, 150 г рубленого мяса или 500 г мелко нарезанных тушеных грибов, 50 г белого хлеба или 1–2 ст. ложки отварного риса, 1 крупная луковица, 2 яйца, петрушка, соль, перец, 1–2 ст. ложки томатной пасты, сметана или йогурт, укроп, сок лимона, жир, немного муки.

Огурцы очистить от кожицы, разрезать поперек и вынуть семена. Очищенные половинки заполнить фаршем. Наполненные половинки огурцов накрыть пустыми половинками, перевязать ниткой и уложить в смазанную жиром огнеупорную посуду.

Несколько ложек сметаны или йогурта смешать с томатной пастой. Полученный соус вылить на подготовленные огурцы, сбрызнуть соком лимона и поставить тушить под крышкой на 20 мин (по желанию в соус можно добавить немного муки). Готовые огурцы посыпать зеленью укропа и подать с белым хлебом.

Приготовление фарша. Мелко нарезанное мясо или грибы смешать с измельченным луком, рисом или размягченным бе-



лым хлебом, добавить сырые или мелко нарезанные вареные яйца, зелень петрушки, соль, перец.

Баклажаны

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ ФЕТА

5 баклажанов, 5 помидоров, 200 г сыра фета, 1 зубок чеснока, 2 веточки розмарина, 4 ст. ложки оливкового масла, соль.

На баклажанах сделать несколько продольных надрезов, не разрезая насквозь. Посолить срезы и оставить ненадолго, чтобы появился сок. Помидоры и сыр нарезать тонкими ломтиками. Чеснок очень мелко нарезать. С розмарина оборвать иголки, тонко нарезать и растереть с чесноком и растительным маслом.

Надрезы на баклажанах промыть, обсушить салфеткой, вложить в них ломтики сыра и помидоров. Каждый баклажан смазать маслом с пряностями и завернуть в фольгу. Запекать на гриле 50 мин. Украсить дольками лимона.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПЛАВЛЕНЫМ СЫРОМ

10 баклажанов, 3 яйца, 1 стакан тертого плавленого сыра, 4 ст. ложки топленого масла, чеснок, простокваша или кефир, соль.

Баклажаны промыть, срезать плодоножки. Надрезать баклажаны вдоль и чайной ложкой удалить из них семена, после этого опустить на 5 мин в кипящую подсоленную воду и откинуть на сито. Мелко нарезать сваренные вкрутую яйца, добавить тертый сыр, топленое масло и тщательно перемешать. Наполнить этим фаршем баклажаны, положить на противень, смазанный маслом, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

К баклажанам можно подать простоквашу с измельченным чесноком.

**БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОМЛЕТОМ**

4 баклажана средней величины, 5 яиц, 100 г сыра, 2 ст. ложки сметаны, зелень петрушки и укропа, сливочное масло, соль, простокваша, чеснок.

Подготовленные баклажаны надрезать поперек, вынуть часть мякоти с семенами и опустить на 5–10 мин в подсоленную кипящую воду. Подготовить омлетную массу из яиц, измельченной зелени, тертого сыра, мякоти баклажанов и сметаны. Поджарить омлет или запечь его в духовке, дать остыть и мелко изрубить. Половинки баклажанов охладить, наполнить начинкой и запечь в духовке, смазав сверху маслом.

Подать горячими с простоквашей, добавив в нее растертый с солью чеснок.

БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-УКРАИНСКИ

5 баклажанов, 250 г сметаны, 2 ст. ложки муки.

Для фарша: 2 яйца сваренных вкрутую, 2 головки репчатого лука, 5 ст. ложек сливочного масла, 2 ломтика черствого белого хлеба, молоко, 1 сырое яйцо, зелень, перец молотый, соль.

Баклажаны очистить, разрезать вдоль и вынуть ложкой сердцевину. Пропустить ее вместе с яйцами, сваренными вкрутую, через мясорубку, добавить пассерованный лук, размоченный в молоке и отжатый хлеб, рубленую зелень, сырое яйцо, соль, перец и хорошо перемешать. Половинки баклажанов наполнить фаршем, сложить попарно, перевязать ниткой и залить сметаной, перемешанной с мукой. Тушить в духовом шкафу 15–20 мин.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МОРКОВЬЮ

500 г баклажанов, 250 г моркови, 150 г лука, 1 пучок зелени, 3 зубка чеснока, 50 г растительного масла, 2 помидора, соль, паприка.

Баклажаны разрезать на две половины и вычистить ложкой семена. Отдельно приготовить овощной фарш. Для этого в раскаленном масле обжарить шинкованный репчатый лук,



натертую на мелкой терке морковь, очищенные от кожи нарезанные помидоры, измельченную зелень, растертый чеснок. Когда овощи будут готовы, посолить и добавить паприку.

Приготовленным фаршем начинить баклажаны, уложить на сковородку, добавить немного воды и тушить на медленном огне до готовности.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРАМИ

2 крупных баклажана, 250 г мелких помидоров, 350 г нарезанных помидоров, 250 г брынзы, 2 зубка чеснока, 5 ст. ложек оливкового масла, 125 г красного вина, соль, черный или белый перец.

Баклажаны помыть и разрезать вдоль на половинки. Половинки баклажанов, отступив на 1 см от плодоножки, надрезать тонкими продольными полосками и изнутри посолить. Зубки чеснока почистить и нарезать тонкими кружочками. Четыре овальные огнеупорные формы смазать оливковым маслом. В каждую форму выложить по половинке баклажана разрезанной стороной вниз и разложить их веером. Между полосками баклажанов разложить, чередуя, помидоры, сыр и чеснок. Нарезанные помидоры распределить вокруг баклажанов и все полить красным вином. Баклажаны посолить, поперчить и полить оставшимся оливковым маслом. Тушить в предварительно нагретом духовом шкафу при температуре 200 °С примерно 40 мин.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРАМИ И ИЗЮМОМ

2 баклажана, 50 г изюма, 5 ст. ложек оливкового масла, 1 луковица, 4 средних помидора, 1 ч. ложка молотого тмина, 1 ч. ложка молотого кориандра, 1 ст. ложка свежих листьев тимьяна.

Залить изюм кипящей водой и отставить на 30 мин. Баклажаны разрезать вдоль пополам и вырезать мякоть, оставив шкурку толщиной 1 см. Смазать баклажаны внутри 2 ст. ложками масла. Положить баклажаны на противень. Запекать 20 мин до мягкости. Затем нашинковать мякоть баклажана.



Нагреть 3 ст. ложки масла в большой сковороде. Обжарить мелко нарезанную луковицу в течение 5 мин до мягкости, добавить мякоть баклажана. Готовить 2–3 мин. Добавить в начинку мелко нарезанные помидоры, специи и тимьян, готовить, помешивая, 3–4 мин. Слить воду у изюма и добавить в сковороду. Разложить начинку на подготовленные баклажаны и запекать в течение 10 мин до золотистой корочки.

Подавать горячими с салатом.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩАМИ

1 кг баклажанов, 125 г свежей капусты, 150 г моркови, 75 г корня сельдерея, 100 г зеленого лука, 3 ст. ложки растительного масла, 2 помидора, 2–3 зубка чеснока, 400 г томатного соуса, зелень петрушки.

Баклажаны обмыть, срезать концы, разрезать пополам (крупные пополам, мелкие вдоль), вынуть из середины мякоть, натереть изнутри солью; через 30 мин промыть холодной водой и наполнить овощным фаршем. Нафаршированные баклажаны положить в один ряд на смазанную растительным маслом сковороду, залить томатным соусом, добавить растертый чеснок и поставить в духовку.

Приготовление фарша. Очищенные морковь, корень сельдерея и мякоть баклажанов мелко нарезать и слегка поджарить на растительном масле, мелко нашинкованную капусту вместе с помидорами тушить до готовности (20–25 мин), смешать с кореньями, добавить нарезанный зеленый лук иправить по вкусу солью и перцем.

БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-БАСКСКИ

2 баклажана, 2 помидора, 1 кабачок, 1 сладкий перец, 1 луковица, 1 зубок чеснока, 2 ломтика ветчины, 80 г сливочного масла, 1 стакан растительного масла, соль, перец.

Разрезать баклажаны вдоль на две части не очищая. Обжарить в растительном масле, добавив маленький кусочек сливочного масла и мелко нарезанный лук. Добавить помидоры, разрезанные на четыре дольки, кабачок, нарезанный ломтиками.



ми, сладкий перец, очищенный от семян, нарезанный на кусочки. Острым ножом сделать надрез в половинке баклажана в виде лодочки, оставив стенки толщиной 0,5 см, но мякоть с семенами не вынимать.

Половинки баклажанов опустить в горячий фритюр на 2–3 мин срезом вниз. Теперь маленькой ложкой вынуть мякоть, чтобы получилась лодочка, а мякоть положить в сковороду с другими овощами. Потушить в кастрюле под крышечкой на слабом огне, время от времени помешивая. Посолить, поперчить, добавить истолченный чеснок и мелко нарезанную ветчину.

Нафаршировать баклажаны приготовленной начинкой, положить сверху по кусочку масла и поставить запекать на 20 мин в очень горячей духовке.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВИНЫМ ФАРШЕМ

1 кг небольших баклажанов, 2 луковицы, 500 г свиного фарша, 700 г помидоров, зелень, соль, черный молотый перец, растительное масло.

Баклажаны помыть, срезать плодоножки и отрезать верхушки. У подготовленных баклажанов аккуратно вырезать сердцевину (не прорезая насквозь), оставляя стенки толщиной около 1 см.

Вырезанную мякоть мелко нарезать и слегка обжарить на растительном масле. Затем к баклажанам добавить фарш и обжаривать вместе до получения рассыпчатой массы.

Получившийся фарш слегка охладить, добавить по вкусу мелко нарезанную зелень.

Баклажаны заполнить фаршем, накрыть срезанными верхушками, которые закрепить деревянными шпажками. Лук мелко нарезать и поджарить на растительном масле до легкого золотистого цвета. Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, нарезать и положить к луку.

Жарить на среднем огне до полного размягчения помидоров около 5 мин. Посолить и поперчить. В кастрюлю налить немного холодной воды, положить баклажаны и залить томатно-луковым соусом. Если соус не покрывает баклажаны, доба-



вить воды. Тушить при слабом кипении до тех пор, пока верхняя часть баклажана не будет легко прокалываться.

Готовые баклажаны нарезать дольками и подавать с соусом, в котором тушились.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМ МЯСОМ

500 г небольших баклажанов, 500 г куриного филе, 2 яичных белка, 10 г соевого соуса, 30 г рисовой водки, 15 г растительного масла, 30 г свежего имбиря, 1 луковица, 1 яйцо, 1 ч. ложка крахмала, жир, 150 г бульона, мука.

Филе нарезать мелкими кусочками. В измельченную массу добавить белки, соевый соус, рисовую водку, растительное масло, рубленый имбирь, мелко нарезанный репчатый лук и тщательно перемешать. Баклажаны вымыть, очистить, удалить семена и нарезать поперек на кружочки толщиной 5 мм. Нарезанные баклажаны разложить по два кружка: на один положить приготовленный фарш, а другим его накрыть.

Начиненные баклажаны обвалить в муке, смочить во взбитом яйце, смешанном с крахмалом, предварительно разведенным холодной водой (1:1), и обжарить с обеих сторон в сильно разогретой сковороде с небольшим количеством жира. Затем переложить их в другую сковороду, влить заправленный бульон и накрыть крышкой. Держать на слабом огне, пока не испарится жидкость.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОЛБАСОЙ И ШАМПИНЬОНАМИ

4 баклажана, 250 г докторской колбасы, 250 г шампиньонов, 1 вареное яйцо, 1 зубок чеснока, 50 г сливочного масла, 3 ст. ложки растительного масла, 70 г сыра, соль, перец, зелень петрушки.

Вымытые баклажаны разрезать вдоль на две половинки, присыпать солью и оставить на час, чтобы вышел горький сок. Разогреть в сотейнике кусочек сливочного масла, положить в него очищенные и мелко нарезанные свежие шампиньоны, прогреть. Как только грибы дадут сок, снять сотейник с огня, по-



ложить растертый зубок чеснока. Вареную колбасу пропустить через мясорубку, смешать с поджаренными грибами, добавить мелко нарубленное яйцо, зелень петрушки. Половинки баклажанов промыть холодной проточной водой, вырезать серединки, мелко их изрубить (можно слегка обжарить) и добавить в начинку.

Наполнить начинкой половинки баклажанов, уложить их на противень, посыпать тертым сыром, полить растительным маслом, сверху положить небольшие кусочки сливочного масла и запекать в горячей духовке около получаса. Подать на стол сразу же из духовки, не давая баклажанам остыть.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ И ГРИБАМИ

4 баклажана, 2 ст. ложки сливочного масла, 150 г сметаны, 100 г сыра, 150 г риса, 2 стебля лука-порей, 5 шампиньонов, 50 г растительного масла, зелень, соль, черный молотый перец.

Баклажаны разрезать пополам вдоль, слегка посолить и положить под легкий пресс. Отварить в подсоленной воде тщательно промытый рис. Лук-порей мелко нарезать и спассеровать в растительном масле. Шампиньоны отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, нарезать кусочками и обжарить. Смешать грибы с рисом, луком, посолить, поперчить, добавить слегка обжаренную мякоть баклажанов и хорошо перемешать. Наполнить половинки баклажанов начинкой, соединить по две, перевязать веточками сельдерея, уложить на смазанную маслом сковороду и запечь в духовке. Баклажаны в процессе запекания смазывать растопленным сливочным маслом.

Подать горячими, нарезав на кусочки и порционно полив сметаной.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ АНЧОУСАМИ И ОЛИВКАМИ

6 баклажанов, 200 г риса, 150 г соленых анчоусов, 150 г черных оливок, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 щепотка шафрана, соль, черный молотый перец.



У баклажанов удалить плодоножки, разрезать вдоль на две части, если баклажаны круглые, срезать верхнюю часть. Острым ножом выбрать мякоть, положить на сковороду с 1 ст. ложкой оливкового масла, обжаривать на медленном огне 10 мин, посолив и поперчив.

Анчоусы положить вымачиваться, затем очистить от костей, а филе нарезать небольшими кусочками. Оливки очистить от косточек, измельчить. Рис отваривать в течение 20 мин в подсоленной воде, процедить.

Перемешать рис, анчоусы, жареную мякоть баклажанов, оливки. Наполнить баклажаны приготовленным фаршем, полить оливковым маслом, положить на противень и поместить в духовку с умеренной температурой на 20 мин.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРЕВЕТКАМИ

6–8 небольших баклажанов, 1–1½ ст. ложки кукурузного крахмала, растительное масло, 1 лимон.

Для начинки: 200 г свежих очищенных креветок, ½ ч. ложки свежего тертого имбиря, ½ ч. ложки водки, ½ ч. ложки кукурузного крахмала, 1 яичный белок.

Очистить, вымыть и обсушить креветки, измельчить их, приправить имбирем и водкой, посыпать кукурузным крахмалом. Помешать и добавить белок, затем хорошо размешать и охладить полученную креветочную массу. Отрезать верхушки баклажанов, вынуть сердцевину, начинить их этой массой, слегка посыпать крахмалом внешний край начинки. Хорошо нагреть масло и жарить баклажаны 5–6 мин, поворачивая несколько раз. Промокнуть бумажными салфетками.

Это блюдо едят горячим с ломтиками лимона.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГОРБУШЕЙ

2 баклажана, 1 кг горбуши горячего копчения, 2 луковицы, 2 помидора, 100 г сыра чеддер, 1 пучок петрушки, растительное масло, соль, перец.

Разогреть духовку до 180 °С. Баклажаны вымыть, обсушить. Поместить на противень, сбрызнуть растительным маслом и запекать 20 мин. Разрезать каждый баклажан вдоль на



две части. Вынуть мякоть, оставив края шириной 0,5 см. Мякоть баклажанов мелко нарезать. Лук очистить и измельчить. Помидоры вымыть и нарезать кубиками.

Разогреть в сковороде 2 ст. ложки растительного масла. Обжарить лук. Добавить мякоть баклажанов, готовить 5 мин. Добавить помидоры и готовить еще 3 мин. Снять с огня. Горбушу разобрать на небольшие кусочки. Овощи переложить в миску, добавить горбушу, перец, перемешать.

Нафаршировать баклажаны получившейся смесью. Присыпать сыром. Увеличить температуру духовки до 200 °С. Поместить баклажаны в духовку и запекать 7 мин.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

*2 баклажана, 100 г укропа, 1 стакан грецких орехов,
3 ст. ложки майонеза, 3 зубка чеснока, растительное
масло, соль, перец.*

Баклажаны вымыть, обтереть салфеткой, нарезать вдоль полосками, толщиной 1 см. Посыпать солью, чтобы ушла горечь. Обжарить на растительном масле с двух сторон.

Орехи, укроп и чеснок пропустить через мясорубку. Полученный фарш поперчить, посолить, добавить майонез. Полоски баклажанов намазать фаршем и свернуть в рулетики. Сверху украсить веточками укропа.

Кабачки

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГОВЯДИНОЙ И СВИНИНОЙ

*2 кабачка, 300 г говядины, 200 г свинины, 2 луковицы,
2 моркови, 100 г сыра, 150 г майонеза, соль, черный молотый
перец, растительное масло.*

Морковь натереть на мелкой терке, лук нарезать тонкими кольцами и обжарить на растительном масле. Кабачки очистить, нарезать кружочками шириной 3–4 см, вырезать сердцевину, затем кружочки опустить в кипящую воду на 3 мин, вы-



нуть и остудить в холодной воде. Выложить кабачки на противень, смазанный растительным маслом, в середину каждого кружочка плотно уложить мясной фарш, сверху положить натертую и обжаренную морковь, обжаренный лук. Все смазать майонезом и посыпать тертым сыром. Запечь в духовке.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ БАРАНИНОЙ

1 кг небольших кабачков, 500 г мякоти баранины, 2 ст. ложки риса, 150 г растительного масла, 2 луковицы, 2 яйца, 200 г помидоров, 2 ст. ложки муки, зелень петрушки и укропа, соль, красный молотый перец, 150 г сметаны.

Кабачки помыть, разрезать пополам, очистить кожицу, отрезать верхушки, ложкой выбрать сердцевину. Рис перебрать, промыть, залить водой. Мясо помолоть, смешать с рисом, добавив поджаренный лук, помидоры или томат, посолить, поперчить, все тщательно перемешать — фарш не должен быть густым.

Наполнить кабачки фаршем, прикрыв открытую сторону срезанной верхушкой, положить их на сковороду с маслом, поджарить со всех сторон, уложить в глубокую сковороду. На оставшемся масле поджарить мелко нарезанный лук, добавив немного муки, красный перец, очищенные от кожицы и нарезанные помидоры, все протушить, подлить кипяченую воду или бульон, проварить.

Полученным соусом залить кабачки, посыпать нарезанной зеленью петрушки и укропа, посолить, тушить под крышкой на медленном огне до готовности.

Подавать на стол, полив сметаной.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМ МЯСОМ И ПЕЧЕНКОЙ

2 крупных кабачка, 2 куриные грудки, 500 г куриной печени, 4 яичных белка, 150 г сливок, 100 г консервированной кукурузы, 1 пучок укропа, 3 веточки петрушки, 300 г сметаны, 1 луковица, растительное масло, соль, перец.



Куриные грудки и печенку вымыть. Пропустить через мясорубку или измельчить в блендере. Белки слегка взбить и постепенно добавить в фарш. Посолить, поперчить по вкусу. Добавить сливки. Еще раз взбить в блендере, переложить в миску, накрыть и поставить в холодильник на 2 ч.

Укроп вымыть, обсушить и измельчить. Кукурузу откинуть на дуршлаг, дать стечь всей жидкости. Добавить в фарш укроп и кукурузу, перемешать.

Кабачки вымыть. С одного края каждого кабачка отрезать верхушку, отложить их. Очень аккуратно вынуть сердцевину. Уложить внутрь кабачков начинку. С помощью деревянных зубочисток закрепить верхушки.

Разогреть в большой сковороде растительное масло. Обжарить кабачки со всех сторон до румяной корочки, по 3–4 мин с каждой стороны. Лук очистить и измельчить. Петрушку вымыть, обсушить и мелко нарезать. Смешать лук и петрушку со сметаной, добавить соль и перец по вкусу.

Поместить кабачки в кастрюлю, залить сметанным соусом. Тушить под крышкой на среднем огне 35–40 мин. Время от времени переворачивать кабачки.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ШАМПИНЬОНАМИ И БОЛГАРСКИМ ПЕРЦЕМ

2 кабачка, 100 г шампиньонов, 2 ст. ложки бальзамического уксуса, 1 стручок красного болгарского перца, 2 головки репчатого лука, зелень петрушки, соль, молотый черный перец, 2 ст. ложки оливкового масла.

Кабачки вымыть, разрезать вдоль пополам, чайной ложкой вынуть мякоть, оставив тоненькие стенки и дно. Мякоть мелко нарезать. Грибы измельчить, болгарский перец очистить и нарезать тонкой соломкой, лук нарезать тонкими полукольцами. Перемешать подготовленные овощи и грибы, посолить и поперчить, добавить масло. Наполнить половинки кабачков получившейся массой, каждую половинку завернуть в фольгу, смазанную небольшим количеством растительного масла, уложить на решетку и готовить 15–20 мин.

Готовые кабачки развернуть, посыпать измельченной зеленью петрушки.



КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ШАМПИНЬОНАМИ И ЛУКОМ

2 кабачка, 250 г консервированных шампиньонов, 1 луковица, мука, растительное масло, 1 ст. ложка панировочных сухарей, 50 г сыра, соль, перец.

Кабачки очистить от кожицы, разрезать поперек на части по 3–4 см, удалить семена и часть мякоти, придав кабачкам вид чашечек, отварить до полуготовности в подсоленной воде, дать стечь, запанировать в муке. Репчатый лук мелко нарубить, поджарить на масле, добавить мелко рубленные консервированные шампиньоны, заправить по вкусу солью и перцем, затем снова жарить 2–3 мин. Добавить молотые сухари, размешать, наполнить кабачки, посыпать сыром, сбрызнуть маслом и запечь в жарочном шкафу.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ

2 кабачка, 100 г сыра, 4 ст. ложки сухарей, 3 зубка чеснока, 2 ст. ложки растительного масла, 150 г сметаны, соль.

У кабачков срезать кончики и кожицу (если она грубая). После этого кабачки разрезать вдоль пополам, чайной ложкой вынуть сердцевину, мелко нарезать, спассеровать в растительном масле, затем смешать с натертым на мелкой терке сыром, сухарями, измельченным чесноком, солью, перемешать. Половинки кабачков выложить в один слой на противень, посолить, наполнить приготовленной сырной начинкой, смазать сверху сметаной и запечь в духовке.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ И ВЕТЧИНОЙ

4 средних кабачка, 1 стручок красного сладкого перца, 150 г вареной ветчины, 100 г сыра гауда, соль.

Кабачки очистить, нарезать кружочками толщиной 4–5 см и в течение 4 мин варить в подсоленной воде. Откинув отваренные кружочки кабачков на дуршлаг, обдать холодной водой, выбрать из кружков мякоть, оставив края по 5 мм. Разрезать стручок сладкого перца пополам и, удалив семена, измельчить



его вместе с мякотью кабачков. Нарезать ветчину тонкой соломкой, а сыр — кубиками.

Нагреть духовку до температуры 200 °С. Смешать измельченную мякоть кабачков, сладкий перец, сыр и ветчину и наполнить этой массой отваренные кружочки кабачков. Выложить противень кулинарной бумагой, положить кружочки кабачков и запечь.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ ФЕТА

300 г кабачков, 100 г сыра фета (или брынзы), 5–6 помидоров черри.

Кабачки разрезать вдоль на две части. При помощи чайной ложки вынуть мякоть. Мякоть кабачков и сыр нарезать кубиками и перемешать. Половинки кабачков наполнить приготовленной начинкой. Сверху выложить кружочки помидоров. Кабачки выложить в форму для запекания, поставить в духовку. Запекать при температуре 180 °С в течение 35–40 мин.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ

6 кабачков, 200 г творога, 50 г сметаны, 3 яйца, 50 г сыра, соль, перец, растительное масло.

Разрезать вдоль кабачки, вынуть сердцевину. Поместить их на хорошо смазанный растительным маслом противень.

Взбить творог, добавив сметану и яйца. Посолить и поперчить. Нафаршировать полученной массой половинки кабачков, посыпать тертым сыром. Запекать в горячей духовке в течение 25 мин.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

4 небольших кабачка, 4 стручка сладкого перца, 1 луковица, 1 морковь, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка уксуса, соль.

У кабачков срезать кончики. После этого кабачки разрезать вдоль пополам, чайной ложкой вынуть сердцевину, чтобы образовалось углубление, и мелко ее нарезать. Перец очистить от плодоножек и семян и нарезать маленькими кубика-



ми, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать помельче. Вынутую из кабачков мякоть соединить с нарезанными овощами.

В сковороду налить растительное масло, выложить овощную смесь и прожарить ее на сильном огне 5 мин, помешивая. Затем снять с огня, немного остудить, посолить и заправить уксусом. Половинки кабачков выложить в один слой на противень, посолить и наполнить приготовленной овощной смесью.

Противень с кабачками поместить в предварительно разогретую духовку. Запекать кабачки 45 мин при температуре 220 °С.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТЫКВОЙ

4 больших кабачка, 300 г очищенной тыквы, 50 г фруктовой горчицы, 1 яйцо, 150 г пармезана, сливочное масло, соль, перец, мускатный орех.

Тыкву нарезать небольшими кубиками и отваривать на пару 20 мин. Вареную тыкву измельчить в блендере, туда же добавить горчицу. Переложить пюре в миску, вбить яйцо и добавить 50 г натертого сыра. Посолить, поперчить, добавить щепотку мускатного ореха и перемешать. Вымыть кабачки и разрезать вдоль пополам. Отварить на пару 7–8 мин, слегка остудить и выскоблить сердцевину ножом или ложечкой. Заполнить углубления тыквенным пюре и выложить кабачки на противень, покрытый пекарской бумагой. На каждый кабачок выложить кусочек масла, посыпать натертым сыром и выпекать 10 мин при температуре 220 °С.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРАМИ И МАСЛИНАМИ

2 маленьких кабачка, 300 г помидоров, 1 луковица, 6 маслин без косточек, 1–2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки нарезанной петрушки, 100 г сыра, соль.

Кабачки разрезать вдоль и вынуть ложкой мякоть. Помидоры и мякоть кабачков нарезать кубиками, а лук — кольцами. Выложить половинки кабачков в форму для запекания,



сверху разложить лук. Мякоть кабачков и помидоры потушить 2 мин в растительном масле, затем смешать с мелко нарезанными маслинами, натертым сыром и зеленью.

Наполнить смесью половинки кабачков и запекать 30 мин при температуре 200 °С.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ

4 кабачка, 250 г крабовых палочек, 1 стакан отварного риса, 2 яйца, зелень петрушки, перец, соль.

Для соуса: 1 ст. ложка томатной пасты, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки масла, 500 г куриного бульона из кубика.

Кабачки нарезать высотой 5–6 см. Чайной ложкой извлечь середину. Палочки нарезать, добавить рис, яйца, зелень, соль и перец. Этим фаршем заполнить кабачки, сложить в сотейник, залить соусом и тушить 10–15 мин.

Приготовление соуса. На масле обжарить муку, добавить томат, сметану и бульон. Довести до кипения, непрерывно помешивая.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МИНТАЕМ И ЯЙЦАМИ

600 г кабачков, 250 г минтая, 3 яйца, 100 г майонеза, 40 г томатной пасты, 100 г помидоров, 60 г красного сладкого перца, листья салата, 50 г растительного масла, лимон, соль, перец, салатная заправка.

Вареное мясо минтая и вареные яйца мелко нарезать, заправить майонезом с томатной пастой, посолить и поперчить. Кабачки, очищенные от кожицы, нарезать кружками толщиной 1–1,5 см, посыпать солью и перцем и обжарить на растительном масле (не подрумянивая). На каждый кружок кабачка положить фарш, по краям загарнировать мелко нарезанными помидорами, ошпаренным сладким красным перцем и украсить листьями салата. На фарш положить тонкие ломтики лимона без кожуры.

Гарнир полить салатной заправкой.



КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ

500 г кабачков, 1 морковь, 50 г зеленого лука, 4–5 веточек зелени укропа или петрушки, 250 г консервированной кукурузы, 1 ст. ложка томата-пюре, растительное масло, 50 г сыра, 250 г сметанного соуса, соль.

Кабачки, очищенные от кожицы, разрезать поперек, вынуть ложкой часть мякоти с семенами и отварить до полуготовности в подсоленной воде. Вынуть из воды кабачки и наполнить их фаршем, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растительным маслом и запечь. При подаче полить сметанным соусом.

Приготовление фарша. Мелко нарезанную морковь спассировать на растительном масле, добавить зерна кукурузы, мелко нарезанный лук, зелень и все прогреть до кипения, заправить томатом и специями.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУКУРУЗОЙ И АЙВОЙ

2 крупных кабачка, 2 початка кукурузы, 1 крупная айва, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, зелень укропа и петрушки, 1 зубок чеснока, соль, перец, 100 г сыра.

Разрезать кабачки вдоль на две части. Удалить семена. На стенках оставить примерно 1,5–2 см мякоти, остальную вычистить и нарезать кубиками. Из айвы удалить сердцевину, мякоть измельчить и отварить в небольшом количестве воды. Зерна вареной кукурузы, смешать с кабачком, айвой, припущенным измельченным репчатым луком, рубленой зеленью и растертым чесноком. Посолить, поперчить по вкусу и выложить горкой в подготовленные половинки кабачка.

Посыпать тертым сыром и поставить запекаться в духовку, разогретую до 200 °С. Через 30 мин блюдо будет готово.

ФАРШИРОВАННЫЕ КАБАЧКИ С КОКОСОВОЙ СТРУЖКОЙ

4 небольших кабачка, 1 ч. ложка молотой паприки, 40 г оливкового масла, 1 ч. ложка тмина, 2 маленькие луко-



вицы, $\frac{1}{2}$ ч. ложки куркумы, 100 г кокосовой стружки, 1 морковь, зелень для украшения.

Разрезать кабачки вдоль. С помощью ложки вынуть мякоть, оставив слой примерно 5 мм.

Мелко нарубить мякоть и отставить в сторону. Разогреть масло на сковороде, положить мелко нарезанный лук и обжаривать в течение нескольких минут, периодически помешивая, пока лук не размякнет.

Добавить натертую на мелкой терке морковь, мякоть кабачков и специи и обжаривать, постоянно помешивая, в течение 5 мин, пока овощи не станут мягкими. Снять с огня, добавить кокосовую стружку и тщательно размешать. Наполнить овощной смесью половинки кабачков, стараясь не оставлять пустот.

Уложить половинки кабачков в смазанную маслом форму и запекать при 190 °С 30–40 мин, пока кабачки не станут мягкими.

Подавать горячими, украсив зеленью.

Авокадо

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ АНАНАСАМИ И ТВОРОГОМ

1 авокадо, 1 стебель сельдерея, 1 консервированный ананас, 50 г лука-порей, 5 ст. ложек творога, соль, черный молотый перец, зелень.

Зелень сельдерея и лука-порей измельчить, ананас нарезать маленькими кубиками и смешать с творогом до образования однородной массы. Приправить солью и черным перцем по вкусу.

Полученной смесью наполнить половинки авокадо и украсить любой зеленью.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ ИНДЕЙКИ

2 авокадо, 100 г консервированных креветок, $\frac{1}{2}$ банана, 2 ч. ложки лимонного сока, 400 г вареного филе индейки, несколько листьев кочанного салата, 4 ст. ложки май-



онеза, 1 ст. ложка сливок, соль, молотый белый перец, молотый острый красный перец, сахар.

Консервированные креветки немного сполоснуть и дать стечь. Авокадо разрезать пополам и удалить косточки. Мякоть извлечь шаровидной выемкой. Банан очистить, нарезать кружочками, соединить с шариками авокадо и сбрызнуть лимонным соком.

Мясо птицы мелко нарезать. Салатные листья промыть, дать стечь и нарезать соломкой. Майонез смешать со сливками, солью, молотым перцем и сахаром и заправить авокадо с бананами, мясом птицы и салатом. Начинить этим фаршем оболочки авокадо. Креветки разложить поверх авокадо. Вместо мяса птицы можно использовать и вареную рыбу.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМ ФИЛЕ

2 спелых авокадо, 200 г куриного филе, 100 г сыра, 2 ст. ложки сметаны, соль.

Куриное филе отварить (варить около 20 мин после закипания), остудить и мелко нарезать. Авокадо разрезать на две части, удалить косточку, вынуть мякоть и мелко нарезать. Сыр натереть на мелкой терке. Смешать филе, мякоть авокадо, немного посолить. Добавить сметану, перемешать.

Наполнить шкурки авокадо полученной массой. Посыпать сыром. Выложить в форму для запекания и поставить в духовку. Запекать при температуре 180 °С в течение 10 мин. Как только сыр расплавится, блюдо готово.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ ГРУШАМИ

2 авокадо, 2 ст. ложки лимонного сока, 6 крупных черных оливок, 1 ст. ложка оливкового майонеза, 1 банка консервированных груш, соль и перец.

Разрезать авокадо пополам, вынуть косточки и натереть мякоть лимонным соком, чтобы не потемнела. Разрезать оливки пополам и вынуть косточки. Четыре половинки отложить в сторону для украшения, остальные мелко нарезать. Смешать



майонез с оставшимся лимонным соком. Добавить груши, оливки, соль и перец по вкусу. Наполнить смесью половинки авокадо и украсить половинками оливок.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

2 спелых авокадо, лимонный сок, соль, перец, 100 г рубленых грецких орехов, 100 г пармезана, 2 ст. ложки рубленной петрушки, 2 помидора, панировочные сухари, 2 ст. ложки растопленного сливочного масла.

Разрезать авокадо пополам и вычистить мякоть ложкой, сбрызнуть кожуру лимонным соком. Нарезать мякоть авокадо, сбрызнуть лимонным соком, посолить, поперчить по вкусу. Смешать с орехами, натертым сыром, петрушкой, нарезанными кубиками помидорами и нафаршировать этим половинки кожуры авокадо. Посыпать панировочными сухарями, полить маслом и посыпать паприкой. Запекать в предварительно разогретой духовке при температуре 160 °С 15 мин, вынуть из духовки и подавать к столу.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ И СЕЛЬДЕРЕЕМ

2–3 авокадо, 20 грецких орехов, 2–3 веточки сельдерея, 2 ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки лимонного сока, соль, перец, сахар.

Авокадо разделить на половинки, извлечь косточки. Орехи слегка подсушить, мелко изрубить, сельдерей мелко нарезать, добавить томатную пасту, сок лимона, приправить сахаром, солью и перцем. Выложить фарш на половинки авокадо, выдерживать в холодном месте не менее 1 ч.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

1 большое авокадо, 2 помидора, 1 стручок зеленого болгарского перца, немного пармезана, зелень (петрушка, укроп, базилик), оливковое масло.



Авокадо разрезать на половинки, вынуть мякоть и размять ее. Мелко нарезать перец, помидоры, нарубить зелень. Смешать мякоть авокадо с овощами и заправить маслом. Половинки авокадо заполнить фаршем, выложить на листья салата, посыпать тертым пармезаном и украсить вареными креветками.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРАМИ И ЧЕСНОКОМ

1 авокадо, 1 зубок чеснока, 2 помидора, соль, черный молотый перец.

Авокадо разрезать вдоль и осторожно вынуть мякоть, которую затем мелко нарезать. Чеснок размять, смешать с авокадо и кубиками помидоров. По желанию можно приправить солью и черным молотым перцем. Полученной смесью нафаршировать половинки авокадо.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ КРЕВЕТКАМИ

2 мягких авокадо, 10 вареных королевских креветок, 1 ст. ложка сливок, 1 ч. ложка лимонного сока, соль, перец, зелень укропа и ломтики лимона для украшения.

Разрезать авокадо пополам, вынуть косточки и столовой ложкой вынуть мякоть. Мякоть порубить ножом и положить в небольшую емкость. Добавить измельченные креветки, поперчить и посолить по вкусу. Заправить лимонным соком, сливками и перемешать. Наполнить приготовленной массой половинки авокадо. Украсить целыми креветками, кружочками лимона, веточкой укропа.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ РАКОВЫМИ ШЕЙКАМИ

2–3 авокадо, 2–3 веточки сельдерея, 200 г отваренных раковых шеек, по 1 ст. ложке томатной пасты и оливкового масла, 2 ст. ложки сока лимона, молотый красный и черный перец, соль.

Авокадо разделить на половинки, извлечь косточку. Острой ложечкой удалить части мякоти. Мякоть нарезать мелко-



ми кубиками, подсолить, сбрызнуть лимонным соком. Сельдерей мелко нарезать, раковые шейки также нарезать кусочками. Смешать раковые шейки, сельдерей, мякоть авокадо, добавить томатную пасту и оливковое масло, по вкусу приправить солью, перцем и лимонным соком.

Наполнить половинки авокадо приготовленным фаршем, выдержать на холоде не менее 1 ч.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ ТУНЦОМ

*2 авокадо, 250 г консервированного тунца, 1 луковица,
4 ст. ложки майонеза, соль, черный молотый перец.*

Мясо тунца хорошо размять вилкой, добавить мелко нарезанный лук, майонез, перец. Хорошо перемешать, посолить по вкусу. Авокадо разрезать на две половинки и вынуть косточку. Нафаршировать приготовленным тунцом.

АВОКАДО, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ, СОСИСКАМИ И ОВОЩАМИ

2 авокадо, 1 стакан риса, 3 сосиски, 150 г брынзы, 7 оливков, 2 помидора средней величины, 1 стручок сладкого перца, 1 морковь, 1 лимон, 3 ст. ложки оливкового масла, соль, перец.

Авокадо разрезать пополам, удалить косточки, срезать мякоть, оставив толщину стенок около 0,5 см. Мякоть авокадо мелко нарезать. Отварить морковь и сосиски и нарезать кубиками. Измельчить оливки, помидоры и сладкий перец, нарезав их на мелкие кусочки. Вареный рис, овощи, сосиски, мякоть авокадо, оливки соединить и все перемешать. Посолить и поперчить по вкусу.

Нафаршировать плоды авокадо и залить смесью лимонного сока и оливкового масла. Посыпать кубиками брынзы.

ФАРШИРОВАННЫЕ АВОКАДО В ИКОРНОМ СОУСЕ

*6 авокадо, 2 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки сметаны,
1 баночка икры минтая, 1 пучок укропа, 300 г вареных креветок.*



Авокадо разрезать пополам, вытащить косточку, вынуть мякоть. Баночку икры минтая перемешать с майонезом и сметаной, добавить нарезанный укроп. Размять вилкой мякоть авокадо и перемешать с половиной икорного соуса. Разложить массу в корочки авокадо с горкой, воткнуть в каждую половинку по 3 очищенные вареные креветки и полить сверху оставшимся соусом.

Сладкий перец

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ

1 кг сладкого перца, 600 г филе говядины, 100 г риса, 1 луковица, растительное масло, соль, перец, зелень укропа или петрушки, бульон, томат, сметанный соус.

Стручки сладкого перца обмыть, обрезать верхушки вместе со стеблем и вычистить семена. Подготовленный таким образом перец положить в кипящую подсоленную воду на 2–3 мин, затем выложить на сито и дать стечь воде. После этого наполнить подготовленным фаршем, уложить в один-два ряда в кастрюлю, залить бульоном, добавить масло и томат и тушить под крышкой в духовом шкафу или на огне 30–40 мин.

При подаче на стол полить сметанным соусом. Перец можно подать к столу как в горячем, так и в холодном виде. В последнем случае перец должен быть приготовлен на растительном масле.

Приготовление фарша. Обмытое мясо нарезать, пропустить через мясорубку, обжарить на сковороде с маслом, после чего вторично пропустить через мясорубку, прибавить мелко нарубленный поджаренный лук, вареный рис и сок, получившийся при жаренье мяса, а также соль, перец, зелень петрушки или укропа и все это смешать.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И КУКУРУЗОЙ

4 стручка сладкого красного перца, полбанки консервированной кукурузы, 300 г мясного фарша, 1 головка репчатого лука, 1 яйцо, зелень, 50 г сыра, 1 стакан мясного бульона, соль, перец.



Перец вымыть, обрезать плодоножки, семена удалить. Лук мелко нарезать, зелень измельчить. Смешать лук с зеленью, кукурузой и мясным фаршем, посолить и поперчить по вкусу. Наполнить перец получившимся фаршем.

Установить в форму для запекания вертикально вверх, посыпать тертым сыром, влить бульон. Поставить перец в разогретую духовку и запекать при температуре 200 °С примерно 45–50 мин.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ КУРИНЫМ ФАРШЕМ

250 г куриного фарша, 2 ломтика копченого бекона, 100 г шампиньонов, 1 зубок чеснока, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки молока, 2 1/2 ст. ложки мелко нарубленной петрушки, щепотка свежемолотого мускатного ореха, 12–16 шт. консервированного сладкого перца (перец должен быть небольшого размера), 2 яйца, томатный соус, мука и оливковое масло.

В миске смешать фарш, мелко нарезанные бекон, грибы и чеснок. Нагреть масло в сковороде, выложить туда смесь и жарить, время от времени помешивая, в течение 2–3 мин. Всыпать муку, жарить еще в течение 2–3 мин, время от времени помешивая. Затем добавить молоко, петрушку и мускатный орех. Остудить и нафаршировать перец.

Каждый обмакнуть в яйцо, затем в муку. Нагреть масло в сковороде, выложить перец и жарить, пока не подрумянится, в течение 4 мин, осторожно переворачивая. Используя ложку-шумовку, переложить перец на бумагу и дать обсохнуть. Украсить блюдо веточками петрушки и подавать горячим с томатным соусом.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ВЕТЧИНОЙ

500 зеленого стручкового перца, 750 г ветчины, растительное масло.

Срезать верхушки стручков перца, извлечь зерна. Стручки и крышечки бланшировать 6–7 мин, охладить, тщательно отцедить. Ветчину нарезать кубиками, наполнить ею стручки, закрыть отверстия срезанными верхушками, поместить в со-



тейник, обильно смазанный растительным маслом, полить растительным маслом и запекать в духовке при умеренной температуре.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ЯБЛОКАМИ

500 г сладкого перца, 150 г яблок, 1 яйцо, 2 1/2 ст. ложки майонеза, помидор, огурец, перец, зелень петрушки, соль.

Сладкий перец запечь. Яблоки без семян и сердцевинки нарезать кубиками, добавить вареное яйцо, немного печеного перца (также нарезанного кубиками), посыпать молотым перцем, зеленью петрушки, солью и перемешать с майонезом. Этим фаршем наполнить печеные стручки перца.

Положить стручки на блюдо так, чтобы острые концы их были сверху. Оформить нарезанным помидором и свежим огурцом, веточкой петрушки.

ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-ВЕНГЕРСКИ

1 кг сладкого перца средней величины, 500 г брынзы, 5 яиц, 150 г сливочного или растительного масла, молотый красный перец по вкусу.

У перца надрезать верхнюю широкую часть в виде крышечки, удалить стержень с семенами, крышечки открыть. Брынзу размять и вылить в нее яйца. Для окраски можно добавить немного красного перца. Этой смесью наполнить стручки перца, закрыть их крышечками, чтобы начинка не выпадала при поджаривании.

В подходящей посуде нагреть немного масла и подрумянить в нем со всех сторон фаршированный перец, после чего поставить его на 5 мин в духовку. Подавать горячим. Если же это блюдо приготовить на растительном масле, то можно подавать и в холодном виде.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ СЫРОМ

3–4 стручка сладкого перца, 100–150 г сыра, 50–75 г сливочного масла, 2 крупных зубка чеснока, зелень петрушки, укропа, соль.



Перец промыть, срезать плодоножки, удалить семена. Сыр и твердое охлажденное масло натереть на крупной терке, чеснок — на мелкой, затем все тщательно смешать, посолить и нафаршировать перец, поместить в холодильник, через 15–20 мин нарезать кружочками и подать на плоской тарелке.

Украсить зеленью петрушки, укропа.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ТВОРОГОМ И ПОМИДОРАМИ

12 стручков сладкого перца, 250 г творога, 3 яйца, 3 помидора, 3 ст. ложки сливочного масла, соль.

У перца срезать верхушки, удалить семена, отварить его в подсоленной воде, остудить. Творог протереть, смешать с сырыми яйцами и мелко нарезанными помидорами, посолить. Перец наполнить фаршем, уложить на смазанный маслом противень (между стручками положить нарезанные помидоры) и полить маслом. Запечь в духовом шкафу.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-БИСТРИЦКИ

60 г хлеба для тостов, 30 г сливочного масла, 80 г вареной ветчины, 30 г зеленого лука с луковичками, 1 помидор, 150 г стручков красного или желтого сладкого перца, 200 г сливочного творожного сыра, 60 г сливок, соль, 1 желток, 1 ст. ложка рубленой петрушки, 1 зубок чеснока, молотый черный перец, 8 небольших стручков зеленого сладкого перца (по 80 г), 25 г тертого сыра, 80 г бульона.

Хлеб для тостов нарезать кубиками и обжарить на 20 г растопленного сливочного масла. Ветчину нарезать маленькими кубиками. Лук очистить и нарезать тонкими кольцами, помидор вымыть и нарезать маленькими кубиками. Красный или желтый сладкий перец вымыть, удалить сердцевину с семенами и нарезать мелкими кусочками.

Творожный сыр смешать со сливками и яичным желтком. Нарезанные ветчину, помидор, сладкий перец, лук и петрушку добавить в творожную смесь. Зубок чеснока очистить и пропустить через пресс в начинку. Все перемешать, добавить обжа-



ренный хлеб, посолить, поперчить. У стручков зеленого сладкого перца аккуратно срезать верхнюю часть с плодоножкой и удалить сердцевину. Верхнюю срезанную часть промыть, почистить, мелко нарезать, добавить в творожную массу.

Духовку нагреть до 190 °С. Стручки зеленого сладкого перца наполнить творожной массой и поставить в форму для запекания. Посыпать тертым сыром, сбрызнуть оставшимся растопленным маслом, залить бульоном и запекать 20 мин.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ КУКУРУЗОЙ И ЧЕРНОСЛИВОМ

4 круглых сладких перца, 100 г консервированной кукурузы, 200 г капусты, 100 г чернослива, 50 г моркови, зеленый лук, лимонная кислота, 50 г растительного масла, зелень петрушки, сахар, перец, соль.

Перец приготовить для фарширования, отварить до готовности в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, охладить и заполнить фаршем. При подаче блюдо украсить веточками петрушки.

Приготовление фарша. Чернослив промыть и запарить, удалить косточки и нарезать кусочками. Капусту нашинковать, морковь натереть на терке. Капусту перетереть с солью, добавить морковь, чернослив, предварительно прогретые зерна кукурузы, зеленый лук, укроп, лимонную кислоту, сахар, перец, соль. Фарш заправить растительным маслом и перемешать.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ОВОЩАМИ

3 кг зеленого сладкого перца, 1 кг моркови, 1 кг лука, 3 корня петрушки с зеленью, 600 г белокочанной капусты, 1 кг помидоров, 1 стакан растительного масла, соль.

Для соуса: 6 луковиц, 500 г помидоров, 100 г растительного масла, соль.

Стручки сладкого перца вымыть, отрезать верхние части вместе с плодоножками, вынуть семена. Опустить перец в подсоленный кипяток и через 2–3 мин откинуть на сито, чтобы стекла вода.



Вымытые и очищенные овощи, кроме помидоров, нарезать соломкой и потушить в растительном масле. За 5–10 мин до готовности добавить нарезанные помидоры, соль по вкусу. Сняв с огня, всыпать мелко нарубленную зелень петрушки.

Для соуса поджарить в растительном масле мелко нарезанный лук, добавить натертые на терке помидоры, прокипятить, посолить.

Наполнить стручки перца приготовленной начинкой, сложить в кастрюлю, влить немного воды, а когда закипит, добавить соус и тушить под крышкой 30–40 мин. Выложить на блюдо широким концом вниз, полить соусом.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЕМ

1 кг сладкого перца, 2 головки репчатого лука, 2 моркови, 2 корня сельдерея, 3–4 картофелины, 2 помидора, 4 зубка чеснока, 4 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Очистить и нарезать мелкими кубиками лук, морковь, корень сельдерея. Посолить и тушить с растительным маслом и таким же количеством воды. Довести до полуготовности, добавить мелко нарезанные картофель и помидоры. Размешать фарш, довести до кипения и снять с огня, добавить измельченный чеснок и зелень петрушки.

Наполнить фаршем стручки, уложить фаршированный перец на противень, предварительно налив в него воду и выложив измельченные на терке помидоры. Сбрызнуть перец растительным маслом и запечь в духовке.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ БАКЛАЖАНАМИ И МАСЛИНАМИ

4 стручка крупного сладкого перца, 1 маленький стручок сладкого перца, 1 крупный баклажан, 100 г маслин, 1 зубок чеснока, 2 корня сельдерея, $\frac{1}{2}$ стакана яблочного уксуса, 100 г тунца в оливковом масле, 1 очищенный от костей анчоус, 300 г сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка томатного соуса, мясной бульон, соль.



Стручки перца очистить от плодоножки и семян. Толченый чеснок обжарить до золотистого оттенка, используя 50 г сливочного масла или маргарина, добавить очищенный и нарезанный кусочками баклажан, маленький стручок сладкого перца, нарезанный полосками, сельдерей — дольками, очищенные от косточек маслины, уксус, томатный соус, посолить, закрыть крышкой, тушить, время от времени подливая понемногу мясной бульон. Снять с огня, добавить мелко нарезанный анчоус и размятое мясо тунца.

Наполнить стручки сладкого перца приготовленной начинкой, выложить на сковороду с оставшимся сливочным маслом или маргарином и 1 ч. ложкой воды. Поместить в духовку с умеренной температурой на 1,5 ч.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ АВОКАДО

4 стручка сладкого красного перца, 1 авокадо, 1 перо зеленого лука, 1 ст. ложка лимонного сока, кориандр.

Разрезать перец пополам, очистить от семечек, положить на противень срезом вверх и запекать в течение 7–10 мин. Дать остыть и затем очистить от кожуры. Размять в пюре мякоть авокадо, добавить мелко нарезанное перо зеленого лука, заправить кориандром и соком лимона и наполнить получившейся массой половинки перца.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ МАКАРОНАМИ

8 стручков сладкого перца, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 зубца чеснока, 250 г макаронных изделий, 100 г тертого сыра, 1/2 стакана сметаны, несколько маслин, 1 банка лосося, черный молотый перец, соль.

Взять мясистые округлые стручки сладкого перца одного размера, желательно разного цвета (красные, зеленые, желтые). Очистить перец от семян и установить вертикально в смазанный маслом противень (если нужно, подрезать верхушки, чтобы стручки стояли ровно). На небольшой сковороде обжарить в разогретом масле мелко нарезанный или выдавленный через чесночницу чеснок.



Смешать предварительно отваренные мелкие макаронные изделия, большую часть тертого сыра, нарезанные кружочками маслины без косточек, сметану и масло с чесноком. Посолить и поперчить по вкусу. Раскрошить вилкой лосося, добавить в начинку и все хорошо перемешать.

Наполнить перец начинкой, посыпать сверху оставшимся сыром и запекать в духовке 25–30 мин.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ

1 кг перца, 5 луковиц, 4 моркови, 1 стакан риса, 4 помидора, 1 небольшой пучок зелени петрушки, томатный соус, соль.

У перца обрезать верхушки вместе со стеблем, вычистить семена. Мелко нарезать лук, измельчить на терке морковь, посолить по вкусу, добавить рис, помидоры, измельченные на терке, и $1/2$ пучка нарезанной зелени петрушки. Все хорошо размешать и полученным фаршем наполнить стручки перца. Уложить в кастрюлю, залить томатным соусом и тушить на медленном огне 20–30 мин.

Свекла

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ МЯСНЫМ ФАРШЕМ

1 кг свеклы, 500 г филе говядины, 100 г риса, 1 луковица, растительное масло, соль, перец, зелень укропа или петрушки, сметана.

Свеклу промыть, испечь, а затем очистить и чайной ложкой выбрать сердцевину. Подготовленную таким образом свеклу наполнить мясным фаршем с рисом, положить на сковороду, смазанную маслом, и запекать в духовом шкафу 15–20 мин. Перед подачей на стол свеклу залить сметаной, снова поставить на несколько минут в духовой шкаф и затем переложить на блюдо и залить образовавшимся соусом.

Приготовление фарша. Обмытое мясо нарезать, пропустить через мясорубку, обжарить на сковороде с маслом, после чего вторично пропустить через мясорубку, прибавить мелко наруб-



ленный поджаренный лук, вареный рис и сок, получившийся при жаренье мяса, а также соль, перец, зелень петрушки или укропа и все это смешать.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ ВЕТЧИНОЙ

1 свекла средней величины, 50 г ветчины или колбасы, 1 ч. ложка майонеза, 1 сваренное вкрутую яйцо, черный перец, соль, лимонный сок.

Свеклу испечь, очистить от кожуры, срезать кружочек в верхней части и небольшой кружочек — в нижней части (чтобы она могла устойчиво стоять). Осторожно удалить сердцевину при помощи чайной ложечки и нафаршировать мелко нарубленной ветчиной и сердцевинкой, приправленными солью и перцем. Залить майонезом, разбавив его несколькими каплями лимонного сока и воды, и украсить кружочками сваренного вкрутую яйца.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ КУРИНЫМ ФИЛЕ И ШАМПИНЬОНАМИ

1 кг свеклы средней величины, 350 г куриного филе, 200 г сметаны, 1 зубок чеснока, 250 г шампиньонов, 1 луковица, сливочное и растительное масло, 150 г сыра, соль, черный молотый перец, карри.

Свеклу хорошо помыть и сварить. Пока свекла варится, нужно приготовить начинку для фарширования. Для этого куриное филе мелко нарезать, поджарить в сливочном масле, залить сметаной, добавить тертый чеснок, карри, соль, перец. Протушить 10–15 мин.

Мелко нарезанный репчатый лук обжарить на растительном масле. Шампиньоны натереть на крупной терке и прогреть на сковороде без масла, пока они выпустят сок. Помешивая, держать на сильном огне до полного испарения жидкости. К шампиньонам прибавить сливочное масло, соль, перец. Через 5 мин соединить грибы с куриным филе и обжаренным луком.

Сваренную свеклу очистить от кожицы, срезать нижнюю часть со стороны ботвы и аккуратно острым ножом, помогая чайной ложкой или ножом с тупым концом, вырезать середину у каждой свеклы. Нафаршировав свеклу начинкой, поставить



ее в форму, налив на дно немного воды, и прикрыть каждую свеклу пластинкой сыра. Поставить в духовку на несколько минут, пока сыр не расплавится.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ ОГУРЦАМИ И ОРЕХАМИ

4 небольшие свеклы, 5 огурцов, 2 зубка чеснока, несколько листочков мяты, томатная паста, 100 г грецких орехов, соль.

Сварить свеклу, аккуратно очистить, разрезать на две части и вырезать середину (чтобы получилось подобие чашечки). Огурцы натереть на крупной терке, добавить измельченный чеснок и обжаренные на сковородке измельченные грецкие орехи. Выложить на сковородку немного томатной пасты, добавить несколько листочков мяты и соль по вкусу, эту смесь тушить в течение 5 мин на медленном огне. Затем смешать ее с огурцами и нафаршировать свеклу.

Перед подачей на стол охладить и украсить зеленью.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ СОЛЕНЫМИ ГРИБАМИ

4 свеклы, 1 луковица, 1 морковь, растительное масло, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки уксуса, 200 г соленых грибов, 200 г сметаны, перец.

Свеклу сварить в воде с уксусом, очистить. Ложечкой вынуть середину так, чтобы образовалась чашечка. Мелко нарезанные лук и морковь обжарить на растительном масле, добавить томат, измельченную мякоть свеклы, мелко нарезанные грибы, молотый перец и тушить до готовности. Этой массой нафаршировать свеклу, сложить ее в широкую кастрюлю, полить сметаной и запечь в духовке.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ И МОРКОВЬЮ

4 небольшие свеклы, 2 луковицы, 2 моркови, $\frac{1}{2}$ стакана риса, соль, черный молотый перец, карри.

Свеклу отварить, охладить, снять кожицу, вырезать середину, оставив стенок толщиной примерно 0,5 см. Заполнить



фаршем. Фаршированную свеклу поставить на 5–7 мин в нагретую духовку.

Приготовление фарша. Спассеровать на масле мелко нарезанный лук, натертую на крупной терке морковь, добавить к рису, приправить перцем, солью, карри.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ И МОРКОВЬЮ

4 вареные свеклы средней величины, 2 стручка болгарского перца, 2 моркови, 2 ст. ложки риса, 2 репчатые луковицы, 1 пучок зеленого лука, зелень петрушки и укропа, кунжутное масло, соль.

Перец мелко нарезать (оставив несколько колечек по количеству свеклы), морковь измельчить на крупной терке. Зелень петрушки и укропа мелко нарезать, оставив несколько веточек для украшения, лук (зеленый и репчатый) измельчить. Репчатый лук обжарить на масле, добавить морковь и тушить 5 мин. Добавить болгарский перец, зелень петрушки и укропа, рис (предварительно отваренный). Все перемешать.

Свеклу очистить от кожицы, удалить мякоть. Получившиеся стаканчики наполнить смесью из риса, овощей и зелени, запекать 20 мин при средней температуре.

Подавать, поместив каждую свеклу в кольцо болгарского перца, посыпав зеленым луком. Украсить веточками петрушки и укропа.

СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ ЯБЛОКАМИ И ХРЕНОМ

3 небольшие свеклы, 2 ст. ложки растительного масла, 4 ч. ложки томата-пасты, 1 луковица, 150 г виноградного сока, 2 крупных яблока, 1 небольшой корень хрена.

Свеклу очистить, вырезать сердцевину и потушить клубни с растительным маслом, томатом-пастой, мелко нарезанным луком и виноградным соком. Тушеную свеклу охладить, наполнить ее натертыми на терке яблоками и хреном.

Подать с соусом, в котором свекла тушилась.



СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ

8 шт. молодой свеклы с листьями, 250 г крабовых палочек, 200 г сыра, 1 стакан отварного риса, 2 яйца, соль, перец.

Для соуса: 200 г сметаны, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки масла, 400 г бульона из кубика.

Свеклу сварить, очистить и вырезать сердцевину так, чтобы получились чашечки. Нарезанные крабовые палочки смешать с тертым сыром, рисом, яйцами. Посолить и поперчить. Этой массой нафаршировать свеклу, сложить в сотейник и потушить в сметанном соусе.

ФАРШИРОВАННАЯ СВЕКЛА К ДЕСЕРТУ

2 свеклы, 2 ч. ложки риса, 2 ч. ложки сахара, 1 яблоко, 2 ст. ложки творога, 1 ст. ложка изюма, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 яйцо, 100 г сметаны.

Свеклу сварить, очистить и вырезать сердцевину так, чтобы получились чашечки. Яблоко нашинковать и смешать с сахаром, протертым творогом, рассыпчатым вареным рисом, изюмом, яйцом, сливочным маслом. Этой массой наполнить свеклу, положить ее на смазанную жиром сковороду, полить сметаной, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. Подавать со сметаной.

Капуста

КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ ОВОЩАМИ

1 кочан капусты, 2 луковицы, 1 морковь, 100 г баклажанов, 100 г сладкого перца, 2 помидора, 2 ст. ложки риса, 500 г томатного соуса, растительное масло, соль.

Лук нарезать кольцами и поджарить на растительном масле до золотистого цвета. Из кочана вырезать кочерыжку, положить его в кипящую подсоленную воду и варить до полуготовности. Выложить кочан на сито и дать стечь воде, листья аккуратно отогнуть, переложить каждый лист (кроме верхних лис-



тьев) овощным фаршем и приложить один к другому так, чтобы форма кочана сохранилась. Фаршированную капусту переложить в сотейник, полить томатным соусом и жареным луком и запечь в духовке.

Перед подачей на стол положить кочан на блюдо, полить томатным соусом с луком и посыпать зеленью.

Приготовление фарша. Нарезать кубиками баклажаны, сладкий перец, морковь и помидоры, поджарить, посолить и смешать с вареным рисом.

КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ ПЕРЦЕМ И МОРКОВЬЮ

1 кочан капусты, 500 г болгарского перца, 200 г моркови, 100 г зелени, 200 г сыра, 250 г майонеза, растительное масло.

Кочан разрезать по кочерыжке на две половины и положить в кипяток до остывания воды. Болгарский перец очистить от семян и нарезать крупными кусками. Морковь и зелень нашинковать. Половинки кочана отжать, уложить на смазанный маслом противень разрезом вверх. Измельченные овощи и зелень уложить между листьями кочана, залить майонезом, посыпать сыром и запекать в духовке при температуре 180–200 °С в течение 40–45 мин.

КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ МЯСНЫМ ФАРШЕМ

1 небольшой цельный кочан капусты, 500 г телятины, 125 г белого хлеба, 150 г молока, мясной бульон, 1 стакан сметаны, 3 ст. ложки масла, соль, черный молотый перец.

У капусты очистить верхние листья, вырезать кочерыжку и положить в кипящую подсоленную воду. Когда капуста сварится настолько, что листья не будут ломаться, вынуть ее из воды и положить на сито, чтобы вода стекла.

Мясо обмыть, пропустить через мясорубку, смешать с замоченным в молоке хлебом и вторично пропустить через мясорубку. В полученный фарш добавить масло, перец, соль и все хорошо вымешать.



Когда капуста остынет, осторожно отогнуть листья, слегка посолить и переложить их фаршем, потом снова листья сложить, придав форму кочана, положить на сковороду, полить маслом, подлить бульон или воду и поставить на час в духовой шкаф.

За 15–20 мин до окончания запекания полить капусту сметаной. Готовый кочан переложить на блюдо, нарезать на куски и полить процеженным соусом, в котором тушилась капуста.

КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ МЯСНЫМ ФАРШЕМ, В ВИНЕ

1 кочан свежей капусты средней величины, 300 г мясного фарша, 1 луковица, 2 моркови, 2 стакана белого вина, 2 стакана бульона, шпик, соль, перец.

Кочан капусты очистить от верхних листьев и положить в кипящую подсоленную воду. Поварив кочан 15 мин, вынуть его из воды и положить на сито, чтобы вода стекла. После этого листья капусты аккуратно отогнуть от основания, переложить каждый лист мясным фаршем и снова прижать так, чтобы придать кочану его первоначальную форму. Кочан обвязать ниткой, под которую подложить ломтики шпика. Подготовленную таким образом капусту поместить в кастрюлю, добавить лук, нарезанный кольцами, и нарезанную кружочками морковь. Влить вино, бульон, посолить и поперчить. Варить капусту до готовности на слабом огне.

КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ МЯСНЫМ ФАРШЕМ, В ЖЕЛЕ

1 кочан капусты, 500 г свинины, перец, 1–2 луковицы, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка сливочного масла, 3–4 ломтика батона, 2 яйца, 1 ст. ложка желатина, 2–3 моркови, соль, корень и зелень петрушки, 3–5 лавровых листиков.

Кочан капусты зачистить, положить в подсоленную кипящую воду и немного поварить. Затем капустные листья раздвинуть и в промежутки между ними положить тонкий слой начинки. Начиненный кочан отжать, обвязать марлей, опус-



тить в ту же воду, в которой он варился, и отваривать 20–30 мин на слабом огне, добавив очищенную, вымытую морковь, лавровый лист, корень петрушки.

Сваренный кочан капусты вынуть, снять марлю, а в отвар добавить предварительно замоченный и разбухший желатин и нарезанную кружочками морковь. Можно положить зеленый горошек и другие овощи. Остудить и залить кочан так, чтобы верхняя часть кочана была покрыта отваром. Когда желатин застынет, фаршированный капустный кочан украсить зеленью петрушки или укропа.

Приготовление фарша. В пропущенную через мясорубку свинину положить замоченный и отжатый белый хлеб, сметану, мелко нарезанный, обжаренный в сливочном масле репчатый лук, всыпать перец, соль, вбить яйца и хорошо перемешать.

КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ МЯСОМ, ВЕТЧИНОЙ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

1 кочан капусты, 250 г мяса, мясной бульон, 100 г ветчины или копченой грудинки, 150 г сладкого красного перца, 50 г оливок, 15 г сухих грибов, 10 г чеснока, 1 сырое яйцо, 2 г тертого мускатного ореха, 1–2 лавровых листа, майоран, соль, черный молотый перец.

Мясо, ветчину или копченую грудинку, сладкий перец, очищенный от семян и белых пленок, оливки и чеснок пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить мускатный орех, майоран, яйцо, посолить и тщательно перемешать.

Грибы положить в теплую воду на 10 мин, хорошо промыть.

Кочан капусты зачистить, положить на 5 мин в кипящую подсоленную воду, процедить.

Листья по одному отогнуть от кочерыжки вниз, переложить их приготовленным фаршем, кроме верхних листьев, и аккуратно прижать так, чтобы форма кочана сохранилась, перевязать ленточками из марли и положить в глубокую кастрюлю такого размера, чтобы кочан был чуть меньше ее.

Оставшийся сладкий перец и грибы тонко нарезать и положить в кастрюлю вместе с кочаном, залить отваром, в котором варилась капуста, и мясным бульоном, закрыть пергаментной



бумагой, затем — крышкой, поместить в духовку и довести до готовности.

КАПУСТА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-РУССКИ

1 большой кочан капусты, 500 г телятины, 200 г почечного жира, 50 г сливочного масла, пучок укропа, 2 моркови, 2 корня петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 4 картофелины, 6 стаканов бульона, соль, черный молотый перец.

Телятину и почечный жир мелко нарубить. Добавить соль, перец и мелко нарезанную луковицу. Тщательно перемешать. Капусту очистить от зеленых листьев и слегка отварить в соленой воде. Вынуть и, когда остынет, отжать от воды. Разобрать на отдельные листья. Смазать каждый капустный лист приготовленным фаршем. Затем осторожно сложить листья так, чтобы вновь получился целый кочан. Сжать его и перевязать хлопчатобумажными нитками.

Морковь, коренья и картофелю почистить, вымыть, нарезать и сложить на дно большой кастрюли. Положить сливочное масло, а сверху капустный кочан и залить все бульоном так, чтобы кочан был едва покрыт им. Поставить в духовку и тушить не менее полутора часов до тех пор, пока кочан можно будет легко проткнуть вилкой или ножом. Когда капуста станет мягкой, вынуть ее из духовки и переложить на большое блюдо. Обложить кочан тушеными овощами и полить бульоном, в котором они тушились.

Сверху посыпать мелко нарезанным укропом и подавать к столу.

КАПУСТА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

1 кочан капусты средней величины, 2 яйца, 2 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки растопленного масла, 2 ст. ложки мелких просеянных сухарей, 1 стакан сметаны, сахар, соль, черный молотый перец.

Капусту освободить от верхних листьев, промыть. Сверху в кочане острым ножом сделать круглое отверстие, через которое осторожно вырезать сердцевину, оставив слой верхних листьев толщиной 1 см. Вырезанную капусту мелко нарубить, посо-



лить, дать постоять, затем отжать сок. В измельченную капусту добавить яйца, сливки, растопленное масло, сухари, сахар, перец, все перемешать. Полученной массой нафаршировать кочан. Кочан покрыть двумя капустными листьями, обвязать прочной ниткой, опустить в кастрюлю. Залить кочан кипятком, посолить и варить до готовности (1–1,5 ч).

Готовый кочан осторожно вынуть из кастрюли, положить на блюдо, убрать нитку. К фаршированной капусте обычно подают сметану.

КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ И ГРИБАМИ

1 кочан капусты, 400 г риса, 250 г сушеных белых грибов, 200 г сметаны, 2 яйца, 30 г сливочного масла, 100 г сыра, 50 г панировочных сухарей, мука, растительное масло, соль.

Сварить сушеные белые грибы, мелко нарезать, добавить вареный рис и заправить сливочным маслом и солью. Когда смесь остынет, добавить яйца и перемешать. Нафаршировать этим фаршем кочан капусты. Припустить капусту с небольшим количеством грибного бульона до готовности. Кочан переложить на противень, смазанный растительным маслом, полить сметаной, посыпать тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызнуть растительным маслом и запечь в духовке до образования румяной корочки.

Из оставшегося фарша сформовать небольшие шарики, запанировать их в муке, смочить яйцом, запанировать в сухарях и обжарить во фритюре. При подаче капусту положить на блюдо, вокруг нее — шарики из фарша.

КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ ДВОЙНЫМ ФАРШЕМ

1 кочан капусты.

Для овощного фарша: 3 моркови, 2 большие репы, 2 луковицы, масло сливочное и растительное.

Для мясного фарша: 350 г свинины, 350 г телятины, 150 г копченой грудинки, 2 вареных желтка, 2 ломтика черствого хлеба, молоко, пучок петрушки, 1 луковица, немного молотой корицы, мускатный орех, соль, перец.



Удалить наружные, грубые листья капусты. Аккуратно вырезать остальные листья. Поварить с кочерыжкой 5 мин в кипящей соленой воде. Вынуть. Дать воде стечь.

Приготовить бульон. В большую кастрюлю влить два литра бульона или воды. Положить луковицу с бутонами гвоздики, лук-порей, букетик зелени, соль и перец. Проварить.

Намочить в молоке накрошенные ломтики хлеба. Все мясо пропустить через мясорубку. Смешать его с петрушкой, нарезанным луком, желтками и размоченными крошками. Приправить солью, перцем и пряностями.

Нарезать лук, морковь и репу маленькими кубиками, кочерыжку капусты — соломкой. Припустить овощи в смеси растительного и сливочного масла, посолить, поперчить. Разложить в миске марлю, сверху на нее выложить самые большие листья капусты, так, чтобы они перекрывали края друг друга. Разложить сверху половину овощного фарша. Накрыть вторым слоем листьев, сверху положить вторую половину фарша, затем еще слой листьев.

Слепить мясной фарш в колобок и положить на последний слой листьев.

Послойно завернуть листья капусты, чтобы фарш был закрыт. Собрать края марли, стянув так, чтобы все вместе приняло форму головки капусты, связать верх веревочкой. Положить капусту в бульон и варить на слабом огне 1,5 ч. Затем дать стечь воде с капусты, развернуть марлю и подавать, нарезав, с бульоном от варки.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ ГОВЯЖЬИМ ФАРШЕМ

*1 головка цветной капусты, 500 г говяжьего фарша,
200 г майонеза, 1–2 зубка чеснока, 100 г сыра, соль, пер-
ец.*

Цветную капусту опустить в кипящую воду на 5 мин. Затем пространство между соцветиями заполнить фаршем. Смешать майонез и растертый чеснок. Получившимся соусом залить фаршированную капусту и посыпать тертым сыром. Запекать в духовке при температуре 220–250 °С 15–20 мин. При подаче украсить зеленью.



ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-РУМЫНСКИ

1 кочан цветной капусты, 1 луковица, 100 г копченой грудинки, 100 г твердого сыра, 200 г смешанного фарша (свинина с говядиной), 1 яйцо, 2 ст. ложки панировочных сухарей, зелень петрушки, соль, перец, 2–3 ст. ложки сметаны (майонеза), $\frac{3}{4}$ стакана бульона.

В подсоленную воду с молоком (желательно соотношение 1:1) положить целый кочан цветной капусты. Дать воде закипеть, уменьшить огонь и проварить 5–7 мин. Осторожно извлечь кочан из воды и оставить остывать. Грудинку и лук мелко нарезать, обжарить вместе на сковороде, после чего добавить мясной фарш и потушить немного на медленном огне под закрытой крышкой. В готовый остывший мясной фарш положить яйцо, панировочные сухари, рубленую зелень петрушки, приправить по вкусу солью и перцем. Все тщательно перемешать. Получившейся мясной массой заполнить все пространство между соцветиями капусты.

В большую огнеупорную форму налить бульон и положить в капусту кочерыжкой вниз. Смазать поверхность капусты сметаной (или майонезом). Запекать на небольшом огне в духовке до выкипания жидкости.

Примерно через 30 мин повторно обмазать капусту майонезом, обильно посыпать мелко натертым сыром и запекать до тех пор, пока сыр расплавится и появится золотистая корочка.

Готовую капусту разрезать, как пирог.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ ЯЗЫКОМ

1 кг цветной капусты, 1 помидор, 1 вареная морковь, 1 вареное яйцо, 150 г майонеза, 1 стакан молока, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 ч. ложка тимьяна, 1 ч. ложка сухой горчицы, $\frac{1}{2}$ пучка кресс-салата, соль, перец.

Для фарша: 300 г вареного говяжьего языка, 50 г консервированного зеленого горошка, $\frac{1}{2}$ стакана молока, 3–4 картофелины, 1 яйцо, 1 морковь, 2 зубка чеснока, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки панировочных сухарей, зелень укропа, соль.

Язык пропустить через мясорубку. Картофель очистить, отварить, добавить молоко, масло и сделать пюре. Морковь



сварить, охладить, очистить и натереть на средней терке. Продукты смешать, добавить толченый чеснок, горошек, взбитое яйцо, сухари, измельченную зелень укропа. Массу посолить и тщательно перемешать. Молоко смешать с водой (1:1), довести до кипения, посолить и отварить в нем цветную капусту в течение 5–8 мин.

Охлажденную капусту начинить приготовленным фаршем и положить в смазанную оливковым маслом форму для выпечки. Посыпать ее перцем, тимьяном, горчицей, смазать половиной майонеза, влить немного воды и запечь в духовом шкафу. За 5–7 мин до готовности капусту еще раз смазать майонезом.

Готовое блюдо слегка охладить и нарезать порционными кусками. Украсить кружками помидора и яйца, морковью, нарезанной в виде звездочек, и кресс-салатом.

ФАРШИРОВАННАЯ ЦВЕТНАЯ КАПУСТА В СЫРНОМ СОУСЕ

1 большой кочан цветной капусты, 400 г фарша, 2 луковицы, 1 яйцо, 1/2 стакана вареного риса, 250 г сливок, 100 г мягкого сыра, соль, перец, зелень.

Цветную капусту отваривать 10 мин в соленой воде, вынуть и дать стечь. Фарш перемешать с мелко нарезанным луком и вареным рисом, добавить яйцо и измельченную зелень, соль, перец по вкусу. Получившейся массой заполнить все пространство между соцветиями капусты.

Фаршированную капусту положить в посуду для запекания и вылить на нее соус. Духовку разогреть до 180 °С и запекать капусту 50–60 мин. Подавать с картошкой.

Приготовление соуса. На разогретую с растительным маслом сковороду выложить сыр и помешивать, пока сыр не расплавится. Влить сливки и готовить на слабом огне, постоянно помешивая, 3–4 мин, пока соус не станет однородным.

КОЛЬРАБИ, ФАРШИРОВАННАЯ ГОВЯДИНОЙ И СВИНИНОЙ

10–15 шт. кольраби, 200 г говядины, 200 г свинины, 1 луковица, 50 г риса, 100 г растопленного сливочного



масла, зелень петрушки и укропа, 5 ст. ложек сметаны, соль и перец.

Для соуса: 1 ст. ложка сливочного масла, 50 г томатной пасты, 1 1/2 ст. ложки муки, 1 л бульона.

Кольраби очистить, надрезать верхнюю часть и вынуть сердцевину. Вымытое мясо пропустить через мясорубку вместе с пассерованным луком, смешать с ошпаренным рисом и мелко нарезанной зеленью петрушки, добавить соль и перец и все хорошо перемешать. Начинить кольраби фаршем, обжарить со всех сторон до золотистого цвета и сложить в неглубокую кастрюлю.

В жир, на котором жарились кольраби, положить смешанную с маслом томатную пасту и муку, развести бульоном из костей или кипятком. Полученный соус посолить, процедить на кольраби и варить на слабом огне. Почти готовую капусту поставить в духовку на 20 мин.

Подавать к столу с простоквашей или свежей сметаной в соуснике.

КОЛЬРАБИ, ФАРШИРОВАННАЯ МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

1 кг кольраби, по 150 г моркови и зеленого горошка, 100 г маргарина, 2 желтка, 30 г муки, 50 г цельного или концентрированного без сахара молока, зелень петрушки, жареный картофель, вода, сахар, соль.

Кольраби очистить, срезать верхушку, удалить сердцевину и слегка потушить в небольшом количестве подсоленной воды с добавлением маргарина. Вырезанную мякоть капусты и морковь нарезать кубиками, добавить горошек и немного потушить с маргарином, сахаром и солью. Присыпать мукой, обжарить, влить взбитые в молоке желтки и тушить до готовности.

Подготовленными тушеными овощами нафаршировать кольраби и уложить в смазанную жиром огнеупорную форму. Маргарин растопить, всыпать муку, обжарить, влить сок, оставшийся от тушения кольраби, и прокипятить. Полученным соусом полить капусту, поставить в духовку.

Готовую кольраби подавать с жареным картофелем.

**КОЛЬРАБИ, ФАРШИРОВАННАЯ ТЕЛЯТИНОЙ**

4 шт. кольраби, 1 ч. ложка соли, 1 булочка, 1 луковица, 400 г фарша из телятины, 1 щепотка белого перца, 1/2 ч. ложки сладкого красного перца, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 яйцо, 80 г сала, нарезанного тонкими ломтиками.

Отделить маленькие зеленые листья, мелко нарубить их и отложить. Положить капусту в кипящую подсоленную воду и варить 20 мин, затем остудить. Отмерить 1/2 чашки бульона. Срезать верхушку с каждого кочана, вынуть мякоть. Мелко нарубить ее. Разогреть духовку до 200 °С.

Размочить булочку в холодной воде и отжать ее. Нашинковать лук, смешать его с хлебом, фаршем и яйцом, добавить соль, перец и зеленые листья кольраби. Нафаршировать кольраби и накрыть срезанными верхушками. Сверху на каждый кочан положить по 2 ломтика сала. Добавить бульон и готовить в духовке 25 мин.

КОЛЬРАБИ, ФАРШИРОВАННАЯ КОЛБАСОЙ

1 кг кольраби, 300 г вареной колбасы, 3 яйца, 25 г томатной пасты, 80 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа, вода, соль.

Кольраби варить 5 мин в подсоленной воде, очистить от сердцевины, нафаршировать измельченной колбасой, смешанной с яйцами и пастой. Положить ее в горячее масло, немного поджарить, добавить вынутую сердцевину и, подливая кипяток, потушить в закрытой посуде. Приготовленную кольраби посыпать рубленой зеленью. Вместо вареной колбасы можно использовать копченую (200 г). Фарш может быть любым: с грибами и луком, рисом и томатной пастой, с сыром и колбасой, рыбный и т. д.

КОЛЬРАБИ, ФАРШИРОВАННАЯ МОЗГАМИ

8 шт. кольраби, 400 г телячьих мозгов, 150 г сливочного масла или маргарина, 125 г сметаны, 1 луковица средней величины, 1 яйцо, петрушка, соль, перец.



Кольраби очистить, осторожно удалить середину. Отварить в подсоленной воде до полуготовности. Мозги очистить от пленок и обжарить с нарубленным луком в сливочном масле. Снять с огня, добавить перец, соль, мелко нарубленную зелень петрушки и, залив взбитым яйцом, хорошо размешать. Подготовленные кочаны кольраби наполнить полученной массой, поместить в огнеупорную посуду, сверху положить несколько кусочков сливочного масла, влить небольшое количество воды, в которой варилась капуста, добавить сметану и поставить запекать в духовку на 20–30 мин. Подать с отварным картофелем или рисом.

БРЮССЕЛЬСКАЯ КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ МЯСНЫМ ФАРШЕМ

1 брюссельская капуста (большая), 500 г мясного или грибного фарша, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка сливочного масла, соль.

Кочешки брюссельской капусты отварить в подсоленной воде, вынуть и дать стечь воде. Раздвинуть листики, нафаршировать мясным или грибным фаршем (как белокочанную капусту). В кастрюлю положить масло, кочешки капусты, полить сметаной и тушить. Если остался фарш, можно сделать фрикадельки и тушить их вместе с капустой.

Перед подачей на стол капусту выложить на блюдо и залить соком, в котором она тушилась. К капусте можно подать горячий отварной картофель или картофельное пюре.

САВОЙСКАЯ КАПУСТА, ФАРШИРОВАННАЯ КУРИНЫМ МЯСОМ

5 шт. савойской капусты, 1 луковица, 1 курица, 200 г сметаны, 700 г бульона, 100 г растительного масла, соль, перец, зелень укропа.

Отделенное от костей мясо нарезать маленькими кусочками, посолить, поперчить и пропустить через мясорубку вместе с пассерованным на растительном масле луком. Кочаны капусты тщательно промыть, удалить кочерыжки и ошпарить соевым кипятком, пока листья станут эластичными, откинуть на сито и дать стечь воде.



Вынуть сердцевину из каждого кочана и вместо нее положить приготовленный фарш. Выложить начиненные кочешки в смазанный маслом противень и поставить его в духовку. Через 10 мин полить разбавленной мясным бульоном сметаной, снова поставить в духовку и довести до готовности. Подавать в горячем виде, посыпав зеленью укропа.

Оливки

ОЛИВКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМ МЯСОМ

500 г крупных консервированных оливок без косточек, мука, 1 яйцо, панировочные сухари, масло для фритюра.

Для фарша: 1 небольшая жареная курица, 1 ст. ложка натертого сыра, 1 желток.

Для кляра: 3 яйца, 2 ст. ложки муки, соль, перец, 100 г молока.

Отделенное от костей куриное мясо, сыр и желток измельчить в блендере, выложить фарш в кондитерский мешок и наполнить оливки. Приготовить кляр, взбив яйца с мукой, солью и перцем, добавляя понемногу молоко, чтобы получилась масса средней густоты.

Обмакнуть оливки в кляре, обвалять в муке, затем снова в кляре и в панировочных сухарях. Жарить в раскаленном масле до золотистого цвета, обсушить на салфетках. Подавать можно как горячими, так и холодными.

ОЛИВКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТОМАТНЫМ СОУСОМ

1 банка крупных оливок без косточек, помидоры, красный стручковый перец, желатин, соль, перец.

Из свежих помидоров и красного стручкового перца приготовить пюре, заправить его специями по вкусу и смешать с предварительно разведенным в воде желатином. Когда пюре начнет застывать, нафаршировать оливки без косточек. Подавать как самостоятельную холодную закуску и как гарнир к холодным мясным блюдам.



ОЛИВКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ И ИТАЛЬЯНСКИМ СОУСОМ

*1 банка крупных оливок без косточек, 250 г творога.
Для итальянского соуса: 1 пучок базилика, 1 пучок
петрушки, 80 г пармезана, 2 ст. ложки кедровых ореш-
ков, 3 зубка чеснока, 100 г оливкового масла, соль.*

Базилик и петрушку вымыть, обсушить и очень мелко нарезать, добавить натертый на мелкой терке сыр, масло, соль и измельченные обжаренные орешки и чеснок. Приготовленный соус перемешать в блендере с творогом и с помощью кондитерского мешочка с насадкой нафаршировать этой смесью оливки. Перед подачей блюдо с оливками рекомендуется ненадолго поставить в холодильник.

ОЛИВКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ АНЧОУСАМИ

*200 г оливок без косточек, 1 маленькая банка консерви-
рованных анчоусов, 1 мелко нарезанный сладкий перец,
1 измельченный зубок чеснока, 75 г белого винного уксу-
са, 1 ст. ложка оливкового масла, горсть петрушки.*

Слить оливки и нафаршировать их филе анчоусов. Смешать все остальные ингредиенты, кроме петрушки. Залить оливки полученным маринадом и оставить на ночь в холодильнике. Добавить мелко нарезанную петрушку за 30 мин до подачи на стол.

ОЛИВКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ШПРОТАМИ

*400 г оливок без косточек, 150 г шпрот, 1 ч. ложка ли-
монного сока.*

Шпроты протереть сквозь мелкое сито, сбрызнуть лимонным соком. Оливки заполнить шпротной массой, полить маслом от консервов. При подаче оформить зеленью.

ОЛИВКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОПЧЕНОЙ САЛАКОЙ

*400 г оливок, 150 г копченой салаки, 60 г сливочного мас-
ла, лимонный сок, оливковое масло, зелень петрушки.*



Копченую салаку протереть сквозь сито вместе с размягченным сливочным маслом и заправить лимонным соком. Из оливков удалить косточки, заполнить их протертой салакой, сбрызнуть оливковым маслом, выложить в салатник и украсить веточками петрушки.

Тыква

ТЫКВА, ФАРШИРОВАННАЯ ГОВЯДИНОЙ

1 небольшая тыква, 500 г говядины, 50 г лука, 200 г сметаны, 2 ст. ложки рубленой зелени укропа, растительное масло, соль и молотый черный перец по вкусу.

Тыкву хорошо вымыть, срезать верхушку, удалить ложкой семена вместе с плодовой мякотью и тщательно промыть внутри холодной водой. Мякоть говядины, пропущенную через мясорубку, обжарить в масле вместе с мелко нарезанным луком. Добавить сметану, рубленую зелень укропа, соль и молотый черный перец по вкусу. Наполнить тыкву начинкой, прикрыть срезанной верхушкой, положить в кастрюлю подходящего размера, накрыть ее крышкой и поставить в духовку примерно на час. Затем тыкву осторожно вынуть из кастрюли, положить на сковороду, обильно полить сметаной и запечь в сильно горячей духовке.

ТЫКВА, ФАРШИРОВАННАЯ КУРИНЫМ ФИЛЕ

1 небольшая тыква, 1 куриная грудка, 150 г сметаны, соль, молотый черный перец.

Тыкву хорошо вымыть, срезать верхушку, удалить ложкой семена вместе с плодовой мякотью и тщательно промыть тыкву внутри холодной водой. С куриной грудки срезать мясо и нарубить маленькими кусочками. Переложить мясо в миску, приправить солью и молотым перцем. Добавить измельченную на терке тыквенную мякоть и сметану. Наполнить тыкву начинкой, прикрыть срезанной верхушкой, положить в кастрю-



лю подходящего размера, накрыть ее крышкой и поставить в духовку примерно на час.

ТЫКВА, ФАРШИРОВАННАЯ ЧЕСНОЧНОЙ НАЧИНКОЙ

1 маленькая тыква, 3 зубка чеснока, 1 пучок зелени петрушки, 4 ст. ложки растительного масла, 400 г помидоров, соль, перец.

Тыкву промыть, очистить от кожуры, удалить плодоножку и семена, выдержать в холодной подсоленной воде 4–5 мин и откинуть на сито. Тыкву слегка отжать, вынуть сердцевину. Порубить сердцевину вместе с чесноком и зеленью петрушки, посолить, поперчить и обжарить на растительном масле.

Этой массой нафаршировать подготовленную тыкву, положить в кастрюлю, вокруг тыквы выложить нарезанные помидоры, залить все кипящей водой (около 4 стаканов) и тушить на слабом огне до готовности. Подавать можно как в холодном, так и в горячем виде.

ТЫКВА, ФАРШИРОВАННАЯ ЯБЛОКАМИ И АЛЫЧОЙ

1 тыква весом 1,5 кг, 100 г риса, 100 г сливочного масла, 50 г сахара, 100 г алычи без косточек, 100 г изюма, 200 г яблок, соль и корица по вкусу.

Тыкву хорошо вымыть, срезать верхушку, удалить ложкой семена вместе с плодовой мякотью и тщательно промыть тыкву внутри холодной водой. Съедобную часть мякоти отделить от семян и мелко нарезать. Добавить отваренный до полуготовности рис, пропаренный изюм, алычу, нарезанные мелко яблоки, корицу, сахар и по вкусу посолить.

Получившейся начинкой наполнить тыкву и плотно закрыть ее срезанной ранее верхушкой. Поставить тыкву на смазанный маслом лист и запечь в средне нагретой духовке до мягкости. Если верхняя корочка начинает подгорать, прикрыть тыкву фольгой или смоченной холодной водой бумагой. Тыкву подать горячей, нарезав на порционные куски и полив каждый кипящим топленым маслом.



ТЫКВА, ФАРШИРОВАННАЯ ЯБЛОКАМИ И СУХОФРУКТАМИ

1 тыква весом 1,5 кг, 100 г риса, $\frac{1}{3}$ стакана растительного масла, 100 г чернослива, 100 г изюма, 200 г яблок, корица, 25 г сахара, соль.

Тыкву обмыть, срезать верхушку, после чего ложкой удалить семена и плодовую мякоть, тщательно промыть. Съедобную часть мякоти отделить от семян, мелко нарезать, добавить слегка отваренный рис, изюм, чернослив, нарезанные соломкой яблоки, сахар, толченую корицу и перемешать.

Приготовленным фаршем заполнить тыкву, плотно закрыть срезанной верхушкой, затем положить на смазанный маслом противень и запечь в духовке до готовности. Подать тыкву, политую растительным маслом без запаха.

ТЫКВА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ

1 небольшая тыква, 3 стакана тертого ржаного хлеба, 1 стакан риса, 3 помидора, 1 большая луковица, 3 зубка чеснока, соль, перец.

Очистить тыкву, разрезать пополам, вынуть содержимое и начинить смесью из предварительно замоченного риса, нарезанных кубиками помидоров, мелко нарезанной и обжаренной луковицы, рубленого чеснока, соли и перца.

Нафаршированные половинки тыквы густо посыпать тертым хлебом, сложить в кастрюлю, залить небольшим количеством воды, добавить растительное масло и довести до готовности в духовке на сильном огне в течение 15–20 мин.

ТЫКВА, ФАРШИРОВАННАЯ ПШЕНОМ И СУХОФРУКТАМИ

1 тыква, $\frac{2}{3}$ стакана пшена, 100 г изюма, 100 г кураги, 4 чернослива, 1 морковь, 1 луковица, 25 г сливочного масла, соль.

Тыкву вымыть, обсушить и завернуть в фольгу. Запекать в духовке при температуре 200 °С в течение 40–60 мин до го-



товности. Готовность тыквы проверить зубочисткой: если зубочистка втыкается легко, то тыква готова. Луковицу и морковь очистить и мелко нарезать, обжарить на сковороде в течение 4 мин. Изюм, курагу и чернослив хорошо промыть и залить кипятком, дать настояться 20 мин, после чего воду слить.

Вскипятить 4 стакана воды, подсолить и всыпать пшено. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить до полного исчезновения жидкости. Готовое пшено смешать с сухофруктами (курагу и чернослив нарезать небольшими кусочками) и обжаренными луком и морковью. У готовой тыквы срезать верхушку и удалить сердцевину, наполнить получившейся смесью. Сверху положить кусочек сливочного масла. Накрыть верхушкой и вернуть в духовку на 7 мин.

ТЫКВА, ФАРШИРОВАННАЯ ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ И КИЗИЛОМ

1 небольшая тыква, 2 мелко нарезанные луковицы, 75 г сливочного масла, 2 стакана сушеного кизила, 1 ч. ложка корицы, 1 стакан очищенных и измельченных ядер грецких орехов.

Тыкву хорошо вымыть, срезать верхушку, удалить ложкой семена вместе с плодовой мякотью и тщательно промыть внутри холодной водой. Вынутую тыквенную мякоть хорошо изрубить, смешать с указанными в рецептуре продуктами, наполнить этой начинкой тыкву и закрыть ее срезанной верхушкой.

Положить фаршированную тыкву на смазанный маслом противень, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в средней нагретой духовке около часа. Если кожица тыквы будет подгорать, прикрыть ее сверху мокрой бумагой или фольгой.

ФАРШИРОВАННЫЕ ТЫКВЕННЫЕ ТРЕУГОЛЬНИКИ

400 г мякоти тыквы, 100 г куриного филе, 50 г очищенных креветок, 50 г ветчины, 50 г моркови, 50 г грибов, 1 ст. ложка кукурузного крахмала, 4 ст. ложки растительного масла, соль, черный молотый перец.



Тыкву нарезать широкими пластинами и гофрированной выемкой вырезать треугольники, маленькой выемкой вырезать у треугольников середину. Куриное филе, креветки, грибы, ветчину и морковь очень мелко нарезать, перемешать и обжарить в разогретом масле (3 ст. ложки) в течение 3–5 мин. Добавить соль, перец, 3 ст. ложки воды и тушить еще 2 мин. Наполнить готовым фаршем тыквенные треугольники, уложить на смазанный оставшимся маслом глубокий противень и поставить в разогретую до 180 °С духовку. Запекать в течение 10–12 мин.

Запеченную тыкву залить соусом, приготовленным из разведенного водой крахмала и соли. Тушить до готовности.

Лук

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРИБАМИ

4 луковицы средней величины, 40 г сливочного или растительного масла, 200 г свежих грибов (лисичек, шампиньонов или сморчков), 2 ст. ложки муки-крупчатки, 150 г сливок, 1 ст. ложка рубленой петрушки, тмин, соль, перец, 30 г сливочного масла, 150 г овощного бульона, 100 г белого вина, 1 ст. ложка соевого соуса, 4 ст. ложки нарезанного лука-резанца.

Лук почистить, луковицы у основания подрезать так, чтобы их можно было поставить.

С помощью кухонного ножа и чайной ложки вынуть мякоть из луковиц, в течение 5 мин варить их в соленой воде. Дать воде стечь. Вынутую луковичную мякоть мелко нарубить и тушить в сливочном или растительном масле, пока она не станет прозрачной. Грибы почистить, промыть, промокнуть салфеткой, очень мелко нарезать и добавить к луку. Добавить муку-крупчатку, сливки, петрушку, приправы и тушить 10 мин. Полые луковицы обсыпать изнутри солью и перцем и наполнить фаршем. Разогреть сливочное или растительное масло, положить в него фаршированные луковицы, немного потушить и полить овощным бульоном, вином и соевым соусом. Тушить 30 мин в закрытой посуде.

Подавать блюдо теплым.

**ЛУК ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-ПОЛТАВСКИ**

10 головок репчатого лука, 250 г печени, 40 г свиного топленого сала, 250 г бульона, 1 ч. ложка молотых сухарей, перец, соль, мускатный орех по вкусу, томатный соус.

Отобрать одинаковые головки сладкого лука средней величины. Срезать с них верхушки и осторожно, чтобы не повредить луковицы, вынуть середину. Свиную печенку пропустить через мясорубку, посолить, заправить перцем и мускатным орехом по вкусу. Часть лука, вынутую из луковиц, изрубить, поджарить на топленом сале и перемешать с фаршем. Полученным фаршем наполнить луковицы и положить их в смазанный топленым салом сотейник. Залить бульоном и припустить на слабом огне. После этого посыпать молотыми сухарями и запечь в духовке.

При подаче к столу лук положить на блюдо или тарелки, залить небольшим количеством томатного соуса, в который добавить отвар от припущенного лука. Соус с луковым отваром предварительно хорошо перемешать и процедить.

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ***I вариант***

12 луковиц, 400 г мяса (баранина, говядина или телятина), 3 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка панировочных сухарей, 1 яйцо, сало, бульон, соль, черный молотый перец по вкусу.

Луковицы, не очищая, опустить в кипяток на несколько минут, затем вынуть, дать остыть, очистить и острым ножом осторожно вынуть середину.

Мясо баранины, говядины или телятины пропустить через мясорубку, добавить яйцо, сметану, сухари, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Наполнить подготовленные луковицы начинкой, накрыть каждую тоненьким кусочком сала, уложить в кастрюлю плотно, залить бульоном так, чтобы они лишь прикрылись, поставить на огонь и тушить до готовности.



II вариант

8 больших луковиц, 4 ст. ложки растительного масла, 300 г мясного фарша, 3 ст. ложки молотых сухарей или отваренного риса, 1 банка томатного соуса, 100 г сыра, 100 г сливочного масла, соль, молотый перец.

Очищенный лук сварить в соленой воде на слабом огне (лук не должен развариться, т. е. потерять форму). Шумовкой вынуть его из воды, остудить. С каждой луковицы срезать верхушку, вынуть сердцевину. Половину вынутого из сердцевины лука перемешать с мясным фаршем, добавить специи, сухари или рис, заполнить этой смесью середину луковиц.

Фаршированный лук выложить на сковороду или в огнеупорную стеклянную форму, на каждую луковицу положить по ломтику сыра и кусочку масла, полить томатным соусом. Запечь в духовке или в закрытой посуде на огне. Если соус загустеет или выпарится, разбавить его. Подавать лук с вареным картофелем.

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И ПЕЧЕНКОЙ

10–12 луковиц, 500 г мяса, 500 г печенки, 30 г репчатого лука, 1 яйцо, 200 г топленого масла, 2 стакана огуречного рассола, 1 ст. ложка томатной пасты, черный молотый перец, соль по вкусу.

Выбрать головки репчатого лука одинаковой величины. Срезав донце, очистить от кожуры, опустить в кипящую воду, затем осторожно разобрать на отдельные чешуи. В каждую луковичную чешую положить фарш и завернуть, как голубцы.

Луковые голубцы уложить в кастрюлю (сначала крупные, затем мелкие), полить их соусом из огуречного рассола, томатной пасты и топленого масла. После этого посуду плотно закрыть крышкой, поставить тушить на очень слабый огонь на 40–45 мин.

Приготовление фарша. Нарубить жирную мякоть мяса, мелко нарезать печенку, положить лук, поджаренный в масле, посолить, заправить черным перцем, вбить сырое яйцо, тщательно перемешать.

**ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ ВЕТЧИНОЙ**

6 луковиц средней величины, 100 г ветчины, 1 булочка, молоко, 1 яйцо, 1 ст. ложка натертого сыра, 1 ст. ложка нарубленной петрушки, 50 г масла, 30 г сахара, 150 г мясного бульона, соль, перец.

Ветчину мелко нарубить и смешать с размоченной в молоке булкой. Почистить лук, срезать аккуратно верхушки, вынуть середину и мелко ее нарезать. Нарезанный лук смешать с яйцом, петрушкой и сыром, посолить, поперчить. Наполнить полученным фаршем луковицы. Положить их в смазанную маслом кастрюлю. Подрумянить масло и сахар, соединить их с мясным бульоном и вылить эту смесь на фаршированный лук, затем поставить кастрюлю на огонь и тушить лук в течение 40 мин.

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ

4 луковицы, 200 г риса, 2 зубка чеснока, 3 стебля сельдерея, 3 ст. ложки соевого масла, 100 г белого вина, 1 ст. ложка орешков пинии, 1 ст. ложка изюма, 125 г овощного отвара, соль, перец, карри.

Вымыть рис, положить в подсоленную кипящую воду и варить на медленном огне около 20 мин. Почистить лук, срезать аккуратно верхушки, вынуть середину и мелко ее нарезать. Очищенный чеснок измельчить. Почистить сельдерей, обмыть и нарезать тонкими пластинами. Нагреть масло и потушить лук, чеснок и сельдерей. Налить немного вина. Положить орешки пинии, изюм и рис, приправить по вкусу солью, перцем и карри.

Нафаршировать подготовленные луковицы приготовленной смесью и накрыть верхушками луковиц. Тушить 30 мин в овощном отваре в жаропрочной посуде под крышкой.

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ ТВОРОГОМ

5–8 луковиц среднего размера, 200 г творога, 150 г ядер грецких орехов, 2–3 ст. ложки мелко нарезанной зелени кинзы, укропа, базилика, 3–4 зубка чеснока, соль, перец, веточки базилика.



Луковицы очистить от шелухи, бланшировать в кипящей воде, удалить осторожно сердцевину. Творог протереть сквозь сито, добавить молотые или измельченные миксером орехи и чеснок, зелень, все хорошо перемешать, приправить солью и перцем. Луковицы начинить творожной массой, украсить веточками базилика.

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЕМ И ГРИБАМИ

10 луковиц, 250 г сушеных грибов, 2 картофелины, 1 яйцо, зелень укропа и петрушки, 1 ст. ложка муки, 150 г сметаны, 2 ст. ложки натертого сыра, 100 г сливочного масла, соль, перец.

Почистить 8 луковиц, срезать аккуратно верхушки, вынуть середину и заполнить луковые чашечки фаршем с верхом. Уложить фаршированный лук в смазанную жиром сковороду и полить маслом. Поставить в духовку на средний огонь на 20 мин. Поджарить 1 мелко нарезанную луковицу, добавить муку и обжаривать 1 мин. Залить горячим грибным бульоном. В кипящий соус добавить сметану, соль, перец, зелень. Залить фаршированный лук соусом, посыпать тертым сыром и поставить снова в духовку на несколько минут.

Приготовление фарша. Сушеные грибы вымыть, замочить на 4 ч и сварить в той же воде. Воду слить, грибы мелко нашинковать и обжарить с мелко нарезанной луковицей. Отварной картофель размять с обжаренными грибами и луком. Добавить взбитое яйцо, соль, перец, зелень и хорошо перемешать.

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ ТУНЦОМ И АНЧОУСАМИ

4 крупные головки фиолетового репчатого лука, 1 банка консервированного тунца, 4 филе анчоусов, 2 стакана молока, 2 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка каперсов, 1 ст. ложка измельченного майорана, черный молотый перец, соль.

Лук очистить от шелухи. У каждой луковицы отрезать сверху небольшую часть и выбрать чайной ложкой сердцевину. Молоко довести до кипения, положить в него лук и прова-



рить в течение 10 мин. Лук вынуть, молоко процедить. Сердцевину лука измельчить и обжарить на масле до золотистого цвета, затем слегка охладить, добавить измельченных тунца и анчоусов, каперсы, сливки, майоран, поперчить, посолить и тщательно перемешать.

Нафаршировать лук приготовленной смесью, положить в огнеупорную посуду, аккуратно залить процеженным молоком и поместить в предварительно разогретую до умеренной температуры духовку на 30 мин.

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ ЧЕСНОКОМ

5 луковиц, 7 зубков чеснока, соль, красный молотый перец, растительное масло, панировочные сухари.

Лук и чеснок ошпарить, из лука вырезать сердцевину и растолочь ее вместе с чесноком, перцем, солью в ступке, влить немного масла. Наполнить луковицы этой смесью, положить их на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень и поджарить в духовке.

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ ВЕРМИШЕЛЬЮ

15 головок репчатого лука, 2 ст. ложки сливочного масла, соль, панировочные сухари.

Для фарша: 250 г вермишели, 300 г молока, 6 ч. ложек муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 яйца, соль.

Для соуса: 4 головки репчатого лука, 300 г лукового отвара, 2 ч. ложки муки, 6 ст. ложек сливочного масла, сок 1/2 лимона, сахар, соль.

Лук очистить, проварить в подсоленной воде, из каждой луковицы вынуть середину и, порубив, спассеровать в масле. Вермишель отварить в подсоленном молоке, отцедить, нарубить, добавить лук, муку, яйца, растопленное масло, перемешать. Нафаршировать этой массой луковицы, разложить их на смазанном масле и посыпанном сухарями противне и поставить на 15–20 мин в духовой шкаф.

Приготовление соуса. Лук отварить в подсоленной воде и протереть. Полстакана отвара остудить и развести им муку. стакан отвара вскипятить и влить туда тонкой струйкой, по-



стоянно размешивая, отвар с мукой. Когда масса закипит и загустеет, добавить масло, сахар, соль, сок лимона, протертый лук и довести до кипения. Полить лук частью соуса, а остальной подать отдельно.

ФАРШИРОВАННЫЙ ЛУК В ТЕСТЕ

12 крупных луковиц, 200 г сливок, 350 г куриного филе, 5 яиц, 200 г сливочного масла, 4 сосиски, 2 ст. ложки натертого сыра, 200 г мякиша белого хлеба, молоко, соль, перец.

Для теста: 200 г сливочного масла, 2 желтка, 1 яйцо, 100 г водки, мука (около 400 г).

Лук в шелухе вымыть и опустить в кипяток на 3–4 мин. Затем вынуть, дать остыть и очистить шелуху. Серединку луковиц осторожно вынуть ножом, оставляя целой стенку, мелко нарубить, положить в кастрюлю, залить сливками, сварить и протереть сквозь сито. Куриное филе пропустить через мясорубку, добавить 4 яйца, растопленное масло и мелко нарезанные сосиски, сыр и размоченный в молоке мякиш белого хлеба. Посолить, поперчить, добавить луковое пюре, все хорошо вымешать и начинить приготовленные луковицы.

Тесто раскатать как можно тоньше и разрезать на квадраты. В середину каждого квадрата положить луковицу, а 4 конца сложить наверху так, чтобы они образовали четыре листочка, серединку зацепить покрепче, чтоб не разошлась. Тесто смазать взбитым яйцом и выпекать в духовке до золотистой корочки.

Приготовление теста. Растереть добела масло, добавить желтки, яйцо, водку, муку и замесить тесто. Готовое тесто поставить на 30 мин в холодильник.

Грибы

ШАМПИНЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЖАРЕНЫМ ЛУКОМ

1 кг шампиньонов, 2 луковицы, растительное масло, 150 г майонеза, соль.



Шампиньоны помыть, отделить ножки и нарезать их маленькими кусочками, шапочки сложить отдельно. Нарезать мелко лук, поджарить вместе с нарезанными ножками на растительном масле до золотистого цвета и посолить. Готовые жареные ножки с луком горочкой сложить в шапочки и полить майонезом, выложить на противень, поставить в духовку на 20 мин.

ШАМПИНЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ

300 г грибов, 1 ст. ложка масла, 1 стакан картофельного пюре, 1 соленый огурец, перец, соль.

Грибы очистить, вымыть, ножки удалить, мелко нарубить и потушить в масле. Тушеные ножки смешать с картофельным пюре, посолить, поперчить и этой смесью наполнить шляпки, которые тушились отдельно. На каждую шляпку положить по ломтику соленого огурца.

ШАМПИНЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛУКОМ И ЯЙЦАМИ

500 г шампиньонов средней величины, 2 небольшие луковицы, 60 г сливочного масла, 50 г голландского сыра, 2 вареных яйца, 2 ст. ложки молотых сухарей, зелень петрушки, жир.

У шампиньонов у самого основания шляпки отрезать ножки, мелко порубить их, посолить, посыпать черным перцем и перемешать. Затем грибную массу соединить с мелко нарезанным и поджаренным на сливочном масле луком, добавить нарубленные яйца, измельченную зелень петрушки и снова перемешать.

Шляпки шампиньонов заполнить приготовленным фаршем, уложить на смазанный жиром противень, посыпать тертым голландским сыром, молотыми сухарями, положить на каждую шляпку по кусочку масла и запекать в духовке в течение 15–20 мин. Слегка подрумяненные шампиньоны выложить на блюдо и украсить зелеными веточками петрушки.



ШАМПИНЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ

15 крупных шампиньонов, 1 луковица, 100 г сыра, 150 г ветчины, сливочное масло, 1 ст. ложка панировочных сухарей.

Шампиньоны хорошо промыть. Отделить ножки от шляпок. Противень слегка смазать сливочным маслом. Выложить шляпки пластинками вверх. В каждую шляпку положить маленький кусочек сливочного масла и поставить в разогретую до 220 °С духовку.

Пока шляпки будут запекаться, приготовить начинку. Лук мелко нарезать и обжарить. Затем добавить мелко нарезанные ножки грибов и ветчину. Противень со шляпками вынуть из духовки и в каждую шляпку положить начинку. Посыпать грибы натертым сыром и панировочными сухарями. Запекать приблизительно 10 мин, пока сыр не расплавится.

ШАМПИНЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ФАСОЛЬЮ

200 г сухой или 400 г консервированной мелкой красной фасоли, оливковое масло, 1 головка репчатого лука, 2 зубка чеснока, 2 ст. ложки нарезанного свежего тимьяна или 1 ч. ложка сухого, 8 крупных шампиньонов с мелко нарезанными ножками, 50 г свежих хлебных крошек от хлеба из цельной муки, сок 1 лимона, 185 г козьего сыра, соль и молотый черный перец.

Для соуса из кедровых орехов: 50 г поджаренных кедровых орехов, 50 г белого хлеба, нарезанного кубиками, 2 зубка чеснока, 200 г молока, 3 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка нарезанной свежей петрушки для украшения.

Сухую фасоль замочить в воде на ночь, затем откинуть на дуршлаг и промыть. Положить в кастрюлю, залить водой и довести до кипения. Варить при бурном кипении 10 мин, затем огонь уменьшить и варить до мягкости 30 мин. Откинуть на дуршлаг. Консервированную фасоль вымыть и откинуть на дуршлаг. Разогреть духовку до 200 °С. Нагреть масло в большой сковороде с тяжелым дном. Обжаривать в масле до мягкости мелко нарезанные лук и чеснок. На это уйдет 5 мин. Добавить тимьян и ножки грибов. Жарить еще 3 мин, изредка по-



мешивая. Добавить фасоль, хлебные крошки, лимонный сок, соль и перец. Жарить 2 мин.

Размять три четверти порции фасоли вилкой или картофелемялкой. Смазать форму, а также шляпки шампиньонов маслом. Заполнить каждую шляпку начинкой. Положить грибы в форму, закрыть фольгой и печь 20 мин. Фольгу снять. Сверху положить раскрошенный козий сыр и печь еще 15 мин или до тех пор, пока сыр не расплавится, а грибы не станут мягкими.

Для приготовления соуса перемешать все ингредиенты в однородную массу в процессоре. Если смесь покажется вам густой, влить в соус еще немного молока. Посыпать петрушкой (если используете) и подавать на стол к фаршированным шампиньонам.

ШАМПИЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМ МЯСОМ

I вариант

20 крупных шампиньонов, 200 г жареного куриного мяса, 2 ч. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 маленькая луковица, 120 г сыра, молотый мускатный орех, соль, черный молотый перец.

У грибов отделить шляпки от ножек. Разогреть масло, обжарить, помешивая, мелко нарезанный лук до прозрачности, добавить нарезанные грибные ножки и жарить еще в течение 2 мин. Охладить.

Смешать мякоть курицы, нарезанную мелкими кубиками, лук, натертый сыр, зелень петрушки. Приправить солью, перцем и мускатным орехом, перемешать. Нафаршировать грибные шляпки приготовленной смесью и запекать в духовке при температуре 200 °С в течение 8–10 мин. Фаршированные грибы можно подавать как горячими, так и холодными.

II вариант

500 г свежих крупных шампиньонов, 1 морковь, 1 головка лука, 2 копченых куриных окорочка, 1 лимон, 150 г сыра, растительное масло, соль, перец, немного майонеза.



Шампиньоны промыть, вырезать ножки. Шляпки уложить в миску и сбрызнуть соком лимона. Ножки мелко нарезать. Окорочка нарезать соломкой. Морковь натереть на терке, лук измельчить. Сыр нарезать тонкими ломтиками. На сковороде разогреть растительное масло и обжарить ножки шампиньонов с луком и морковью в течение 15 мин. В конце обжаривания добавить окорочка, посолить, поперчить. В обжарку положить немного майонеза.

Шляпки шампиньонов нафаршировать обжаркой, уложить в смазанную сковороду или форму для запекания. Сверху на каждый гриб положить ломтик сыра, полить лимонным соком, в котором мариновались шляпки. Поставить сковороду на огонь, накрыть крышкой и готовить, пока сыр не расплавится. Можно запечь в духовке.

ШАМПИНЬОНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

*500 г шампиньонов, 40 г жира, 40 г сливочного масла,
1 луковица, 50 г отварного или жареного мяса, 2 яйца,
100 г молока, 30 г муки, 40 г сыра, зелень петрушки,
перец, соль.*

Грибы почистить, помыть, отрезать ножки. Из шляпок чайной ложкой выскоблить немного мякоти. Затем шляпки слегка посолить и уложить на смазанный сливочным маслом противень. Ножки и выскобленную мякоть мелко нарезать.

В хорошо разогретом жире подрумянить мелко нарезанный лук и жарить вместе с грибами. В конце жарки посолить, поперчить и посыпать зеленью петрушки. Мясо также мелко нарезать, смешать с грибами, залить смесью из молока, яиц и муки и варить до получения густой массы. Подготовленные шляпки грибов наполнить полученной массой, посыпать тертым сыром и положить сверху кубик масла. Запечь грибы в духовке до румяного цвета.

ШАМПИНЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРАГОЙ И СЛИВОЧНЫМ СЫРОМ

12 больших шампиньонов, 100 г ядер орехов, 3 пучка зеленого лука, 6 шт. кураги, 100 г сливочного сыра, карри, соль, перец, 1 ст. ложка растительного масла.



Очистить шампиньоны, срезать ножки и мелко нарубить. Обжарить орехи, не добавляя жира. Вынуть их из сковороды, дать немного остыть и нарубить. Нагреть духовку до 200 °С. Зеленый лук нарезать кольцами. Нарезать курагу маленькими кубиками. Перемешать то и другое с рублеными ножками грибов, орехами и сливочным сыром. Приправить начинку карри, солью и перцем. Выстелить противень бумагой для выпекания. Посолить и поперчить шляпки шампиньонов. Выложить их на противень вогнутой стороной вверх. Смазать растительным маслом. Разложить по грибам начинку. Запекать 15 мин.

ШАМПИНЬОНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

4 больших шампиньона с большими шляпками, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 головка репчатого лука, 1 зубок чеснока, 75 г свежих хлебных крошек, 50 г пармезана, 1 ст. ложка нарезанного шнитт-лука, 1 ст. ложка нарезанной петрушки, натертая цедра $\frac{1}{2}$ лимона, 25 г сливочного масла, 100 г козьего сыра, соль, черный молотый перец.

Срезать ножки у грибов и нарезать. Нагреть в сковороде 1 ст. ложку оливкового масла и обжарить ножки, мелко нарезанные репчатый лук и чеснок. Переложить в миску. Добавить крошки, натертый пармезан, шнитт-лук, петрушку, лимонную цедру, перемешать. Добавить растопленное сливочное масло и перемешать. Приправить смесь по вкусу солью и перцем.

Смазать снизу шляпки оливковым маслом. Разрезать козий сыр на 4 толстых круга. Положить на каждую шляпку по куску сыра. Разделить начинку между грибами и слегка прижать. Переложить грибы на противень и готовить в духовке 15–20 мин до золотистого цвета.

ШАМПИНЬОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПОМИДОРАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ

1 кг крупных шампиньонов, 1 ст. ложка растительного масла, 3 ст. ложки лимонного сока, 3 помидора, 1 пучок петрушки, 2 ломтика хлеба, 150 г сыра, 4 ст. ложки сливок, соль, перец.



Грибы вымыть, удалить ножки. Противень или форму смазать растительным маслом. Выложить грибные шляпки. Приправить специями и сбрызнуть лимонным соком. Помидоры и ножки грибов мелко нарезать, зелень порубить, хлеб раскрошить, сыр натереть или нарезать мелкими кубиками. Нагреть духовку до 200 °С. Нарезанные помидоры и грибы смешать с зеленью, хлебом, сыром и сливками. Заправить солью и перцем. Наполнить фаршем грибные шляпки, запекать 20 мин в духовке.

ШАМПИньОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОРЕХАМИ И ПЛАВЛЕННЫМ СЫРОМ

*400 г свежих шампиньонов, 1 луковица, 1 зубок чеснока,
150 г грецких орехов, 1 ст. ложка сливочного масла,
2 ст. ложки растительного масла, 1 плавленый сырок,
зелень.*

Отобрать крупные шампиньоны примерно равные по размеру, промыть, аккуратно вырезать ножки, чтобы остались полые шляпки. Обжарить шляпки на растительном масле до золотистого цвета. Ножки измельчить, лук мелко нарезать и обжарить на сливочном масле, добавить нарубленные орехи, немного прогреть.

Сырок натереть на терке, добавить в обжарку. В конце добавить измельченный чеснок, перемешать и снять с огня. Мас-су остудить, наполнить шляпки и уложить на блюдо.

Украсить зеленью.



ФАРШИРОВАННЫЕ ФРУКТЫ И ЯГОДЫ

Яблоки

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫМ ФИЛЕ

*1 кг кислых яблок, 500 г куриного филе, 350 г молока,
2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, соль,
перец.*

Куриное филе отварить, остудить и мелко нарезать. Сливочное масло растопить. Добавить муку, хорошо перемешать. Добавить молоко. При непрерывном помешивании довести до кипения. Посолить, поперчить по вкусу. Варить, пока соус не загустеет. По консистенции он должен напоминать жидкую сметану. Смешать соус и филе, убрать с огня.

У яблок срезать верхушки. Удалить сердцевину так, чтобы остались стенки толщиной 0,5 см. Яблоки нафаршировать и выложить в форму для запекания. На каждое яблоко положить по небольшому кусочку сливочного масла. Поставить в духовку. Запекать при температуре 180 °С в течение 35–40 мин.

Подавать яблоки можно как в горячем, так и холодном виде.



ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГОВЯДИНОЙ

12 крупных кислых яблок, 500 г мякоти говядины, 1 яйцо, соль, сливочное масло или топленое сало, щепотка муки, 200 г мясного бульона.

У яблок срезать верхушки, вынуть сердцевину. Из мяса приготовить фарш, слегка его обжарить на масле или сале, остудить, добавить яйцо. Заполнить фаршем яблоки, прикрыть срезанными верхушками, уложить в противень или в кастрюлю. Развести немного муки бульоном, залить яблоки и тушить под крышкой до готовности.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПЕЧЕНКОЙ

500 г крупных яблок, 1 гусиная печенка, 50 г сала, 50 г сливочного масла, 50 г булки, 2 ст. ложки майонеза, несколько ягод клюквы, молотый перец, соль.

Печенку и сало нарезать, посолить, поперчить, протушить в небольшом количестве воды, дважды пропустить через мясорубку вместе с намоченной в молоке и отжатой булкой и растереть с маслом. Яблоки разрезать пополам, удалить сердцевину. Углубление заполнить паштетной массой. Украсить ягодами клюквы и майонезом.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЕЛЬДЬЮ

I вариант

4 кисловатых яблока, 1 сельдь, 1 вареный картофель, 1 вареная морковь, 2 ложки густой сметаны, 1 луковица, укроп, корица, соль, перец.

Филе сельди ополоснуть в воде и измельчить. Нарезать картофель и морковь и смешать с сельдью. Добавить измельченную луковицу и приправить по вкусу солью, перцем и корицей. Яблоки вымыть, очистить от мякоти и наполнить полученной смесью. Поставить на 20 мин в духовку. Готовые яблоки выложить на блюдо, залить сметаной и посыпать укропом.

II вариант

3 крупных яблока, 200 г филе слабосоленой сельди, 5 яиц, 200 г майонеза, 1 луковица, молоко, маслины, лимон.



Яблоки помыть, вытереть, разрезать пополам, удалить семена, оставив слой толщиной 5 мм. Филе сельди вымочить в молоке. Мякоть яблок, 3 вареных яйца, репчатый лук и филе сельди мелко нарубить и заправить майонезом. Полученной смесью нафаршировать половинки яблок. Выложить на блюдо и украсить каждое яблоко тертым яйцом, маслинами и долькой лимона.

ЯБЛОКИ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-ГРАФСКИ

2 яблока, 200 г сельдерея, 150 г телятины, 2 банана, 1 апельсин, 10 орехов, майонез, ликер, цедра апельсина.

Сельдерей нарезать кубиками и тушить в небольшом количестве воды. Остудить, смешать с вареным мелко нарубленным мясом, добавить нарезанные кубиками бананы и апельсин. В полученную массу положить орехи, пропущенные через мясорубку, и цедру апельсина, заправить майонезом. Для улучшения вкуса влить немного ликера, поставить на холод. Яблоки разрезать пополам, удалить сердцевину, положить на листья салата, наполнить приготовленной смесью.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВЕКЛОЙ И СЕЛЬДЕРЕЕМ

4 яблока, 1 вареная свекла, 1 небольшой корень сельдерея, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка натертого корня хрена, 50 г лесных орехов, укроп, соль, сахар, растительное масло.

Яблоки очистить от семечек и семенной камеры с помощью тонкого острого ножа. Образовавшееся отверстие заполнить свекольно-сельдерейной начинкой, которую приготовить так: свеклу натереть на мелкой терке, сельдерей нарезать очень мелкими кубиками, сбрызнуть лимонным соком, добавить хрен, измельченные орехи, приправить солью, сахаром, растительным маслом, мелко нарезанным укропом, перемешать.

Нафаршировать яблоки, запечь.



ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ФРУКТАМИ И ШОКОЛАДОМ

5 крупных яблок, 1 груша, 100 г шоколада, 200 г сливок.

Яблоки и грушу вымыть, обсушить. С четырех яблок срезать верхушку с плодоножкой и аккуратно вынуть середину. Оставшееся яблоко и грушу очистить от кожицы и натереть на крупной терке. Шоколад натереть на мелкой терке. Смешать фрукты с шоколадом. Плотно уложить получившуюся начинку в подготовленные яблоки. Кастрюлю наполнить на $\frac{1}{3}$ водой. Сверху поместить пароварку. Выложить в нее фаршированные яблоки. Накрыть крышкой и готовить на среднем огне 20 мин. Сливки взбить в пышную пену.

Переложить готовые яблоки на блюдо, украсить взбитыми сливками.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ФИНИКАМИ, БАНАНАМИ И КУРАГОЙ

6 крупных зеленых яблок, 6 фиников, 2 банана, 10 шт. кураги, $\frac{1}{2}$ стакана измельченного миндаля, 3 ст. ложки сахарной пудры, 6 ст. ложек густых сливок.

Курагу и финики без косточек нарезать маленькими кусочками. Бананы очистить от кожуры и нарезать кружочками, затем добавить миндаль, курагу, финики, сахарную пудру и все тщательно перемешать.

Яблоки вымыть и, не разрезая, специальной выемкой или ножом удалить сердцевину. После этого наполнить полученное углубление фруктовой начинкой, положить на нее сверху по одной столовой ложке взбитых в пышную пену сливок и уложить яблоки на блюдо.

Перед подачей этот десерт нужно поставить на 10 мин в холодильник.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ

10 яблок, 50 г изюма, $\frac{1}{2}$ стакана риса, 1 стакан молока, 50 г ядер грецких орехов, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 яйцо, 1 ст. ложка сливочного масла.



Яблоки промыть в холодной воде, удалить сердцевину и часть мякоти, не прорезая яблоко насквозь. Грецкие орехи измельчить ножом. Изюм перебрать и промыть. Рис перебрать, хорошо промыть и отварить в молоке с сахаром. В полученную рисовую кашу положить изюм, грецкие орехи, сливочное масло, вбить яйцо и все это хорошо перемешать. Подготовленные яблоки наполнить фаршем, положить на сковороду отверстием кверху и поставить в духовку. На сковороду подлить 2–3 ст. ложки воды (для того, чтобы яблоки не пригорели). Как только они станут мягкими, вынуть их из духовки и выложить на блюдо.

Сверху яблоки полить любым вареньем или сгущенным молоком.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

4 кислых яблока, 1 лимон, 200 г сыра, 2 яйца, 150 г молока, 3 ст. ложки сливок, соль, белый перец, тертый мускатный орех, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки белого вина, 1 ст. ложка сливочного масла.

С яблок срезать верхушки, вырезать сердцевину и немного мякоти. Сбрызнуть яблоки изнутри лимонным соком. Мякоть яблок нарезать, смешать с измельченным сыром, нафаршировать этой смесью яблоки. Яйца взбить со сливками, вином и молоком, приправить мускатным орехом, солью и перцем по вкусу. Смесью аккуратно влить в начинку. Накрыть яблоки верхушками, смазать подслащенной водой и сливочным маслом и запекать в предварительно разогретой духовке 15 мин при 180 °С. Подавать горячими на десерт.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ

4 яблока, 200 г творога, 1 желток, 1 ст. ложка сахара, ванильный сахар на кончике ножа.

Творог протереть сквозь сито. Яичный желток взбить с сахаром и ванильным сахаром. Добавить в творог и тщательно перемешать. Яблоки вымыть, острым ножом срезать верхнюю треть каждого яблока. Ложкой вынуть сердцевину. Наполнить яблоки творожной смесью, сверху накрыть срезанными



верхушками. Разогреть духовку до 180 °С. Запекать яблоки 10 мин.

Подавать со сметаной, джемом или вареньем.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПЕЧЕНЬЕМ И ОРЕХАМИ

6 яблок, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки сливочного масла.

Для фарша: 3 ст. ложки крошки печенья, 2 ст. ложки рубленых грецких орехов, 2 ст. ложки повидла, 2 ст. ложки коньяка.

Вынуть из яблок сердцевину, часть мякоти и наполнить фаршем. Положить в глубокую сковороду сахар, масло, налить 1 стакан воды, уложить фаршированные яблоки и тушить в течение 6–7 мин. Подавать можно в горячем и холодном виде.

Приготовление фарша. Соединить орехи, печенье и повидло, добавить коньяк, все хорошо перемешать.

ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЛИВОЧНОЙ НАЧИНКОЙ

7–8 яблок, 1 стакан сахара, 1 ст. ложка лимонного сока, 4 ст. ложки сливок, по 1 ст. ложке очищенных грецких орехов, фундука и миндаля, $\frac{1}{4}$ ч. ложки ванилина, соль.

Миндаль разделить на половинки, высыпать на сухую сковороду и обжарить до золотистого оттенка. Грецкие орехи и фундук измельчить. Вымытые яблоки очистить от кожицы и сердцевины, опустить в подсоленную воду, добавить лимонный сок и варить 3–5 мин до мягкости, следя, чтобы они не разварились.

Затем яблоки вынуть из жидкости, выложить на противень, заполнить углубления в них смесью из орехов, слегка взбитых сливок и ванилина и запекать в духовке в течение 5–6 мин. В это время в оставшийся от яблок отвар добавить сахар и сварить из него сироп.

Готовые яблоки выложить на блюдо, полить сиропом и подать к столу.

**ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ БРУСНИКОЙ*****I вариант***

5 яблок, 100 г сахара, 1 стакан брусники, 3 ст. ложки воды.

У яблок удалить сердцевину с семенами. Бруснику перебрать и сварить (но не разваривать) в небольшом количестве сахарного сиропа. Яблоки начинить брусникой, положить на сковороду и запечь в духовом шкафу. Готовые яблоки выложить на блюдо и полить сиропом, в котором варилась брусника.

II вариант

5–6 крупных яблок, 200 г брусники, сахар или мед по вкусу, 500 г квашеной капусты, 1 луковица, 50 г сливочного масла, сок 1 лимона, соль по вкусу.

Лук очистить, мелко нарубить, поджарить на масле, добавить капусту, натертое яблоко, 1–2 ст. ложки воды и тушить почти до готовности. Затем капусту переложить в огнеупорный горшок, добавить лимонный сок, сахар и соль, все перемешать, поставить в разогретую духовку и тушить при средней температуре 15 мин. Яблоки вымыть, не разрезая, удалить из них сердцевину, начинить их брусникой, смешанной с медом или посыпанной сахаром, уложить на капусту по краям горшка и запекать в горячей духовке еще около 15 мин.

**ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ДЖЕМОМ
И СУХАРИМИ**

8 яблок, 1 стакан густого джема, 8 ч. ложек сливочного масла, молотая корица, 8 ч. ложек молотых сухарей из черного хлеба.

Выемкой или чайной ложкой вырезать в яблоках сердцевину, углубление заполнить сухарями, жареными на масле и смешанными с корицей и джемом. Подготовленные яблоки выложить на противень, покрытый фольгой, и запечь в духовке. Подавать с молоком.



ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МАЛИНОВЫМ ВАРЕНЬЕМ И ОРЕХАМИ

*4 яблока, 4 ст. ложки малинового варенья, цедра 1 апель-
сина, 100 г ядер лесных орехов, сахар.*

Очистить яблоки от сердцевины и от кожуры на одну треть, остальную кожуру проткнуть вилкой, чтобы она не сморщилась. Положить их в большую кастрюлю, налить на дно немного воды. Соединить малиновое варенье, апельсиновую цедру, орехи и начинить яблоки. Накрыть крышкой и готовить 25–30 мин. Затем посыпать сахаром и заглазировать под грилем.

Айва

АЙВА, ФАРШИРОВАННАЯ ГОВЯДИНОЙ

*12 шт. айвы, 700 г говяжьего фарша, $\frac{1}{2}$ стакана отвар-
ного риса, 1 сырое яйцо, 1 головка лука, соль, перец.*

Выбрать спелые, твердые и неповрежденные плоды айвы, очистить их от пушка и плодоножки, при помощи желобкового ножа соскоблить мякоть, удалить семена, иначе они почернеют.

Приготовить фарш из жирного мяса с добавлением рубленого лука, сырого яйца, отварного риса, соли и перца. Перемешать и нафаршировать айву. Уложить в кастрюлю, залить водой, варить при слабом кипении. Готовить около 45–50 мин.

АЙВА, ФАРШИРОВАННАЯ КУРИНОЙ ГРУДКОЙ

*1 большая айва, 1 луковица, 150 г куриной грудки, 1 ст.
ложка майонеза, 1 ст. ложка сметаны, 1 ч. ложка пани-
ровочных сухарей, растительное масло, соль, перец.*

Айву помыть и разрезать пополам. Семенную коробочку вырезать. Мякоть из айвы извлечь так, чтобы остались тоненькие стенки. Лук мелко нарезать и потушить с растительным маслом до прозрачности. Половину мякоти айвы нарезать мел-



кими кубиками. Айву выложить к луку, перемешать, закрыть крышкой и тушить 5–7 мин.

Половину куриной грудки очистить от кожи и костей и мелко нарезать. Выложить в сковороду с луком и айвой и обжарить 2 мин. Добавить майонез и сметану, посолить, поперчить и перемешать. Уложить фарш в чашечки от айвы. Сверху присыпать панировочными сухарями. Фаршированную айву уложить в большую форму или каждую половинку в отдельную порционную формочку. На дно налить немного воды. Запекать в горячей духовке около 40 мин.

АЙВА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ

700–800 г айвы, 3 ст. ложки отварного риса, 1 ст. ложка сахара, 50 г изюма, 100 г грецких орехов, маргарин.

Айву вымыть, вырезать сердцевину с семенами. Смешать отварной рис, запаренный изюм и измельченные ядра грецких орехов. Этой начинкой заполнить подготовленную айву и засыпать сахаром. Запекать в духовке на умеренном огне 15–20 мин, пока айва не станет мягкой.

АЙВА, ФАРШИРОВАННАЯ ВИШНЯМИ, В ТЕСТЕ

3 шт. айвы, 18 вишен, сахар, слоеное тесто, 1 ст. ложка крахмала, сушеная мята, лимон.

Тесто разморозить, вишни посыпать сахаром. Айву разрезать пополам, ложкой вынуть часть мякоти с семенами. На сильном огне нагреть сковороду, насыпать сахар. Когда сахар начнет плавиться, быстро перемешать его и влить кипяток. В получившийся сироп опустить половинки айвы, довести до кипения, уменьшить огонь, накрыть крышкой и варить примерно 30 мин до мягкости айвы. В середине приготовления перевернуть айву и добавить несколько долек лимона.

Когда айва станет мягкой, вынуть ее, а в сироп влить немного сока вишен, сок лимона и положить немного мяты. Прокипятить и процедить сироп. Крахмал развести холодной кипяченой водой, влить в горячий сироп и еще раз довести смесь до кипения. Размороженное тесто нарезать на квадраты, немного раскатать, в середину положить половинку айвы, в уг-



лубление выложить три ягоды вишни и скрепить края теста. Выпекать до готовности теста в нагретой духовке при температуре 200 °С. Подавать с соусом.

АЙВА, ФАРШИРОВАННАЯ ОРЕХАМИ

I вариант

600 г айвы, 300 г грецких орехов, 200 г сахара, 400 г воды.

Айву промыть, удалить сердцевину, залить водой и сварить. На отваре айвы сварить густой сахарный сироп. Орехи истолочь, нафаршировать ими айву. При подаче на стол айву полить сахарным сиропом.

II вариант

8 шт. айвы, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка сахара, 4 ст. ложки топленого масла, 1 стакан молотых грецких орехов.

Одинакового размера плоды айвы промыть, удалить сердцевину, в образовавшееся отверстие положить сливочное масло и сахар. Уложить айву на смазанный маслом противень, подлить 3–4 ст. ложки воды и припустить в течение 30 мин на умеренном огне. Образовавшийся внутри плода сок слить. Припущенную айву обжарить в топленом масле до золотистого цвета, охладить, нафаршировать орехами, наполнить соком и запекать в духовке в течение 10–15 мин.

Подать в горячем виде.

Груши

ГРУШИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОПЧЕНЫМ МЯСОМ И БРЫНЗОЙ

3 крупные твердые груши, 150 г копченого мяса, 100 г брынзы, 100 г измельченных грецких орехов, майонез, зелень петрушки и укропа.

Мелко нарезать мясо и брынзу (или измельчить в блендере), добавить орехи и залить майонезом. Разрезать груши пополам



удалить сердцевину, осторожно вынуть мякоть и наполнить фаршем.

Положить на 30 мин в холодильник. Украсить зеленью.

ГРУШИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРЕВЕТКАМИ

2 груши, 200 г очищенных креветок, 2 яйца, 50 г майонеза, 1 ст. ложка кетчупа, 20 г коньяка, зелень укропа, соль.

Креветки отварить в кипящей подсоленной воде в течение 3–5 мин. Яйца сварить вкрутую, очистить, мелко нарезать. Соединить креветки с яйцами, добавить мелко нарезанную зелень укропа, перемешать, заправить смесью майонеза, кетчупа и коньяка.

Грушу разрезать на две половинки, удалить сердцевину. Заполнить образовавшиеся отверстия подготовленным креветочным салатом.

ГРУШИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОГОМ

10 груш, 1 лимон, 250 г творога, 3 ст. ложки подсолнечного масла, 1 ч. ложка горчицы, 1 ч. ложка уксуса, 1 ст. ложка кетчупа, 2 яйца, зелень петрушки, перец и соль по вкусу.

Груши помыть, разрезать пополам, удалить семена и сбрызнуть лимонным соком, чтобы не темнели. Половинки груш заполнить творогом, переложить на блюдо, украсить зеленью. Подсолнечное масло растереть с горчицей и уксусом, добавить кетчуп, соль, перец, сваренные вкрутую, измельченные яйца, мелко нарезанную зелень петрушки. Все перемешать.

Приготовленной смесью полить груши. Украсить по вкусу.

ЗАКУСОЧНЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ ГРУШИ

6 небольших груш, 6 грецких орехов, 1 стручок красного маринованного сладкого перца, 3 ст. ложки майонеза, 2–3 ст. ложки сметаны.

Очищенные груши разрезать пополам, вынуть сердцевину и



разложить на деревянной тарелке. В каждое углубление положить половинку ореха, полить майонезом со сметаной и посыпать тонко нарезанным сладким перцем.

ГРУШИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЛИВАМИ, С ТВОРОЖНЫМ СОУСОМ

500 г крупных спелых груш, листья салата, $1/2$ лимона, 400 г слив, 200 г творога, сладкий сок черной смородины.

Груши разрезать пополам, удалить сердцевину. Каждую половинку положить на лист салата, полить лимонным соком и нафаршировать мякотью слив. Творог смешать с таким же количеством сока смородины, чтобы получился густой соус. Протереть его сквозь сито и взбить миксером. Залить этим соусом груши.

ГРУШИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ФИНИКАМИ, С СЫРНЫМ СОУСОМ

5 крупных груш, 1 стакан фиников, $3\frac{1}{2}$ стакана натертого на мелкой терке твердого сыра, $1/2$ стакана очищенных грецких орехов, 3 ст. ложки малинового сиропа, $1/2$ стакана сметаны, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 ч. ложка водки или коньяка, 2 ч. ложки сахара, 2 ст. ложки измельченных орехов.

Финики промыть, залить кипятком и оставить замачиваться на 10 мин. Затем слить воду, остудить фрукты и удалить из них косточки, наполнив полученные углубления измельченными орехами.

Спелые крупные груши промыть, очистить от кожицы и, разрезав пополам, удалить сердцевину. Полученные выемки нафаршировать финиками, уложить груши на тарелку или блюдо и полить малиновым сиропом.

В миске соединить сметану, лимонный сок, водку и сахар, тщательно растереть до получения однородной массы, затем добавить тертый сыр и снова перемешать. Полученный соус разложить ложкой сверху на груши, посыпать их измельченными орехами и подать на стол.

**ГРУШИ, ФАРШИРОВАННЫЕ АНАНАСОМ**

15 груш, 1 небольшой ананас, 2 лимона, 3 стакана сахара, 3 стакана воды.

Сахар подрумянить на сковороде, залить горячей водой и прокипятить. Груши очистить от кожицы и сердцевины, отварить в сиропе. Кожуру ананаса, кожицу и сердцевину груш залить водой, разварить, протереть и смешать с сиропом и лимонным соком.

Нафаршировать груши измельченной мякотью ананаса и расположить их на глубоком блюде, между ними разложить нарезанный ломтиками оставшийся ананас, полить сиропом и охладить.

ГРУШИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЧЕРНОСЛИВОМ

5 спелых груш, 1 стакан чернослива, 100 г густого сиропа от ягодного варенья, 4 ст. ложки измельченных грецких орехов.

Чернослив хорошо промыть, опустить в кипящую воду, проварить 5–7 мин, затем остудить, удалить косточки, а мякоть нарезать крупными кусочками. Вымытые груши очистить от кожицы, разрезать на половинки, удалить сердцевину с семечками, а получившееся углубление заполнить черносливом.

Фаршированные груши выложить на блюдо, полить ягодным сиропом, посыпать орехами и подать к столу.

Персики**КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПЕРСИКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ**

400 г консервированных персиков, 100 г сыра, 150 г вареного куриного мяса, 1 луковица, 3 ст. ложки майонеза, соль, красный молотый перец, листья салата, зелень петрушки и укропа.

Смешать натертый на мелкой терке сыр, измельченную мякоть курицы, рубленый лук, майонез. Посолить и поперчить.



Нафаршировать половинки персиков смесью и выложить на листья салата. При подаче оформить зеленью.

КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПЕРСИКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ РЫБНЫМ САЛАТОМ

400 г консервированных персиков, 1 банка консервированной в масле рыбы, 100 г риса, 1 яйцо, 1 стебель зеленого лука, 2 ст. ложки квашеной капусты, 1 ч. ложка подсолнечного масла, 2 ст. ложки майонеза, соль, зелень укропа.

Персики вынуть из банки и дать им стечь, затем чайной ложкой осторожно вынуть из них немного мякоти. Яйцо сварить вкрутую и измельчить. Рис сварить в большом количестве воды и отцедить. Лук и зелень укропа мелко нарезать. Капусту отжать и измельчить. Рыбу размять вилкой. Все смешать, посолить, добавить масло, майонез и хорошо вымешать. Персики начинить и слегка присыпать зеленью укропа. Выложить на блюдо и украсить перьями лука.

КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПЕРСИКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ШОКОЛАДНЫМ ПЕЧЕНЬЕМ

8 консервированных персиков, 150 г шоколадного печенья, 2 желтка, 1 ч. ложка лимонной цедры, 1 ст. ложка мелко нарезанной мяты, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны.

Положить персики углублениями вверх на противень. Смешать желтки, измельченное печенье, цедру и мяту. Разложить эту смесь в углубления персиков, сверху положить кусочек масла. Запекать 15–20 мин. Подавать со сметаной.

ПЕРСИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-ЧЕШКИ

4 персика, 100 г белого вина, 50 г сахара, 100 г пряников, 2 ст. ложки апельсиновых цукатов, 2 ст. ложки изюма, 1 ч. ложка корицы.

Персики нарезать крестообразно и опустить на 10 с в кипящую воду, быстро охладить, снять кожицу. Четыре половинки



отложить, остальные нарезать кубиками. Наполнить персики фаршем, выложить на фольгу и немного потомить в духовке на слабом огне.

Приготовление фарша. Вино и сахар уварить до карамелизированного сиропа. Пряники измельчить, соединить с нарезанными персиками, измельченными апельсиновыми цуккатами, изюмом и корицей.

ПЕРСИКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МИНДАЛЬНЫМ ПЕЧЕНЬЕМ

4 крупных персика, 80 г миндального печенья, 100 г хереса, 2 ч. ложки лимонного сока, 1 желток, 8 очищенных зерен миндаля, 1–2 ст. ложки сахара, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка сахарной пудры.

Персики обдать кипятком, очистить, разрезать пополам и удалить косточки. Вынуть из середины персиков немного мякоти ложкой. Мякоть измельчить. Духовку разогреть до 200 °С,

Печенье разломать и размочить в хересе. Размоченное печенье, сахар, лимонный сок и желток положить в миску, добавить персики и перемешать. Массой заполнить половинки персиков, украсить миндалем.

Персики положить на смазанный сливочным маслом противень, положить сверху маленькие кусочки масла, сбрызнуть хересом. Запекать 15 мин. Готовые персики посыпать сахарной пудрой.

ПЕРСИКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КИВИ

2 персика, 1 киви, 1 ч ложка сахара, 4 грецких ореха, 1/2 ч. ложки крахмала.

Для беже: 1 белок, 1/3 стакана сахара.

Персики на 1–2 мин залить кипятком, затем ополоснуть холодной водой. Снять кожицу, разрезать пополам и вынуть косточку. Половинки персиков посыпать сахаром и положить на противень, застеленный бумагой для выпечки. Киви очистить и нарезать на маленькие кусочки. В киви добавить крахмал и крупно покрошенные орехи. В половинки персиков выложить начинку. Запекать при температуре 200 °С 10–15 мин.



Отделить белок от желтка. Белок взбить, постепенно добавляя сахар. Безе выложить на запеченные персики поверх начинки и опять поставить в духовку до зарумянивания. Огонь в духовке выключить, дверцу приоткрыть; персики оставить в духовке на 5–6 мин. Блюдо подавать к столу горячим.

Абрикосы

АБРИКОСЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ВАНИЛЬНЫМ КРЕМОМ

*1 кг крепких спелых абрикосов, $\frac{1}{2}$ стакана горячей воды,
 $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 2 ч. ложки коньяка.*

*Для ванильного крема: 3 стакана молока, 3 яичных
желтка, 1 ст. ложка муки, 4 ст. ложки сахарной пуд-
ры, $\frac{1}{2}$ ч. ложки ванилина.*

В эмалированную кастрюлю с горячей водой всыпать сахар, добавить коньяк, довести смесь до кипения, снять пену и сварить на медленном огне густой сахарный сироп. Абрикосы вымыть, разрезать на половинки и вынуть косточки. Подготовленные фрукты положить на 15 мин в горячий сироп.

В это время приготовить ванильный крем: яичные желтки растереть добела с сахарной пудрой, ванилином и просеянной мукой, после чего, не прекращая мешать, медленно влить холодное молоко. Посуду с кремом поставить на водяную баню и варить на умеренном огне, периодически помешивая, пока масса не загустеет. Затем снять с огня, остудить, наполнить этим кремом абрикосы и соединить половинки, чтобы фрукты выглядели целыми.

Готовые абрикосы выложить на блюдо и поставить в холодильник на 30–40 мин, после чего подать десерт на стол.

АБРИКОСЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТВОРОЖНЫМ КРЕМОМ

*20 абрикосов, 200 г творога, 4 ст. ложки измельченных
грецких орехов, 1 ст. ложка меда, $\frac{1}{2}$ стакана густых
сливок, 2 ст. ложки сахарной пудры.*



Абрикосы ополоснуть, разрезать на половинки и удалить косточки. Творог протереть сквозь сито, добавить измельченные орехи, мед и сливки и тщательно перемешать до однородного состояния.

Полученной массой наполнить половинки абрикосов, выложить их в вазу или на блюдо, посыпать сахарной пудрой, охладить и подать к столу.

АБРИКОСЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРЕМОМ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА

7 крупных спелых абрикосов, 250 г мягкого чернослива, 80 г несоленых очищенных фисташек, 150 г миндаля, 2 ст. ложки меда, 3 ст. ложки абрикосового джема, 100 г коньяка, немного натертого имбиря.

Из чернослива удалить косточки, залить коньяком и мариновать 1 час. Фисташки и миндаль залить кипятком на 10–20 с. Обсушить, завернуть в салфетку и потереть руками, чтобы снять кожуру. Отложить 12 фисташек и 12 штук миндаля. Остальные размять с черносливом, медом, имбирем и мякотью одного абрикоса. Перед подачей нагреть абрикосовый конфитюр в небольшой кастрюльке на маленьком огне.

Абрикосы вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. На каждую тарелку положить по три половинки абрикосов, с помощью кисточки промазать их подогретым конфитюром. Нафаршировать половинки абрикосов кремом из чернослива, сверху на крем положить отложенные фисташки и миндаль. По желанию можно подавать с ванильным мороженым.

АБРИКОСЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

1 кг абрикосов, 1 стакан измельченных грецких орехов, 50 г изюма, 1 ст. ложка меда, $\frac{1}{3}$ стакана густых сливок, листья салата или мяты для украшения.

Из вымытых абрикосов, не разделяя их на половинки, аккуратно удалить косточки.

Изюм хорошо промыть в теплой воде, обсушить, добавить измельченные орехи, мед, слегка взбитые сливки и хорошо перемешать.



Наполнить этой массой подготовленные абрикосы, выложить их в вазочку, выстланную листьями зеленого салата или мяты, и подать к столу.

АБРИКОСЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МИНДАЛЕМ

1 кг абрикосов, 1 стакан очищенного миндаля, 1 стакан сахара, 1 1/4 стакана воды.

Абрикосы вымыть и осторожно, не разделяя их на половинки, удалить косточки. В кастрюлю с водой всыпать сахар, размешать, довести до кипения и проварить 5 мин. Затем в кастрюлю с сиропом опустить абрикосы и варить их при слабом кипении 10 мин, после чего снять с огня и охладить.

Готовые абрикосы вынуть из сиропа, заполнить половинками миндаля, разложить в пиалы или вазочки и залить сиропом, в котором они варились. Перед подачей к столу поставить абрикосовый десерт на 15–20 мин в холодильник.

АБРИКОСЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МОРКОВЬЮ

20 абрикосов, 6 ст. ложек творога, 2 моркови, 2 ст. ложки меда.

Абрикосы промыть и разрезать пополам, удаляя косточки.

Морковь вымыть, почистить и натереть на крупной терке. Творог протереть сквозь сито, соединить с натертой морковью и медом, хорошо перемешать и наполнить полученной массой половинки абрикосов.

Перед подачей к столу фаршированные абрикосы уложить в вазу и поставить на 15–20 мин в холодильник.

Чернослив

ЧЕРНОСЛИВ, ФАРШИРОВАННЫЙ СОСИСКАМИ И КОПЧЕНЫМ САЛОМ

12 шт. крупного чернослива, 12 тонких сосисок, 6 тонких ломтиков копченого свиного сала, 2 ст. ложки растительного масла.



В кастрюле вскипятить воду, положить в нее сосиски, отваривать в течение 5 мин, процедить. У чернослива аккуратно удалить косточки. Каждый ломтик сала разрезать пополам. Сосиски завернуть в ломтики сала, поместить в чернослив на место косточек и закрепить зубочисткой. На сковороде разогреть растительное масло, положить фаршированный чернослив, обжаривать со всех сторон в течение 5 мин на медленном огне и тут же подавать к столу.

ЧЕРНОСЛИВ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ

10 шт. чернослива, 150 г мясного фарша, 3 ст. ложки сливок, 1 ст. ложка нарезанной перечной мяты, соль, свежемолотый черный перец, 10 тонких ломтиков бекона, 1 ч. ложка нарезанного лука-шалота, 1/2 ч. ложки горчицы, 1 ст. ложка оливкового масла, 2 ч. ложки малинового уксуса, 200 г зеленой фасоли, 10 листиков салата.

Размоченный чернослив надрезать вдоль, вынуть косточки. Духовку нагреть до 200 °С.

Фарш смешать со сливками, мятой, добавить соль и перец. Полученной массой наполнить чернослив. Каждый чернослив обернуть ломтиком бекона, проткнуть деревянной палочкой. Запекать в духовке около 15 мин. Лук, горчицу, уксус и оливковое масло смешать, посолить, поперчить. Зеленую фасоль очистить от жилок, промыть, слегка отварить в подсоленной воде, вынуть, смешать с соусом. Листья салата вымыть, высушить, разложить на тарелке, положить на них чернослив в беконе и фасоль.

ЧЕРНОСЛИВ, ФАРШИРОВАННЫЙ ФУНДУКОМ

500 г чернослива, 200 г фундука, 3 зубка чеснока, 250 г майонеза, 2 ч. ложки сахара, 1 ст. ложка лимонного сока, соль, зелень.

Чернослив промыть и залить на сутки кипяченой холодной водой, чтобы плоды хорошо набухли. Набухший чернослив надрезать вдоль и удалить косточки, а мякоть разложить на полотенце и дать хорошо подсохнуть. Орехи и чеснок измельчить ножом или пропустить через мясорубку, добавить соль и расте-



реть до получения однородной массы. Во время растирания в массу небольшими порциями ввести лимонный сок. Как только масса станет белой, растирание прекратить. Чернослив наполнить полученной массой, уложить на тарелки и залить майонезом, смешанным с сахаром, посыпать рубленой зеленью.

ЧЕРНОСЛИВ, ФАРШИРОВАННЫЙ ТВОРОГОМ И ОРЕХАМИ

120 г чернослива, 120 г творога, 2 желтка, 10 г манной крупы, 20 г сахара, 50 г ядер грецких орехов, 100 г сметаны, сливочное масло.

Чернослив размочить в холодной кипяченой воде и удалить косточки. Творог протереть сквозь сито, смешать с крупой, желтком, сахаром и измельченными поджаренными орехами; этой массой нафаршировать чернослив, положить на сковороду, смазанную маслом, подлить немного воды и запечь в духовом шкафу. Сметану наполовину выпарить, полить ею чернослив и подать к столу.

ЧЕРНОСЛИВ, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

I вариант

2 стакана чернослива, 2 неполных стакана очищенных грецких орехов, 6 ст. ложек сметаны, 1,5–2 ст. ложки сахара.

Чернослив хорошо промыть и замочить в холодной воде на несколько часов, чтобы сливы размякли. Затем удалить косточки, а мякоть обсушить. Орехи растолочь в ступке и наполнить этой массой чернослив.

Фаршированные сливы выложить горкой в вазу или салатник, полить сметаной, взбитой с сахаром, поставить на 5–7 мин в холодильник и сразу же подать.

II вариант

2 стакана чернослива, $\frac{3}{4}$ стакана сахара, 3 стакана очищенных грецких орехов, $\frac{1}{2}$ стакана сухого красного вина.



Чернослив вымыть, размочить в теплой воде и удалить косточки. Грецкие орехи разделить на половинки и наполнить ими каждую сливу.

Фаршированный чернослив выложить на противень, полить смесью из теплого вина с сахаром, поставить противень в теплую духовку и запекать в течение получаса, чтобы винный сироп загустел.

Готовый чернослив уложить на блюдо или в вазу и подать к столу.

ЧЕРНОСЛИВ, ФАРШИРОВАННЫЙ ЯБЛОКАМИ

1 стакан чернослива, 2 кислых яблока, 2 ст. ложки вина, 1/2 стакана сахара, 4 ст. ложки воды.

Сварить сироп: в кастрюлю всыпать сахар, влить воду и вино и довести смесь до кипения.

Чернослив хорошо промыть, залить горячей водой и варить до мягкости, а затем охладить и вынуть косточки. Вымытые яблоки очистить от кожицы и сердцевины и нарезать маленькими кубиками.

Чернослив наполнить кусочками яблок, положить в порционные вазочки, залить горячим сиропом, дать пропитаться 10 мин и сразу же подать на стол.

Можно заменить сироп взбитыми сливками из расчета 1 стакан сливок на 1/2 стакана сахарной пудры. В этом случае десерт нужно охладить.

Арбуз и дыня

АРБУЗ, ФАРШИРОВАННЫЙ АПЕЛЬСИНАМИ

1 небольшой арбуз, 2 апельсина, 100 г апельсинового сока, 1 маленький лимон, 50 г сахара, 30 г рома, 1 ст. ложка меда, 4 шарика ванильного мороженого, 1 ч. ложка измельченных фисташек.

С арбуза срезать крышку (третью часть) и столовой ложкой вынуть из него всю мякоть. Убрать зерна и нарезать фруктовую мякоть полосками. Апельсины очистить и вынуть из до-



лек мякоть, которую нарезать кусочками. Полоски арбуза и кусочки апельсина смешать в миске. Положить в пустой арбуз фруктовый салат.

Апельсиновый и лимонный соки кипятить с сахаром до тех пор, пока сахар полностью не растворится. Затем сироп остудить и размешать с медом. Полить салат соусом, положить на него шарики ванильного мороженого и посыпать порубленными фисташками.

АРБУЗ, ФАРШИРОВАННЫЙ МОРОЖЕНЫМ

1 арбуз весом около 1 кг, 250 г бананового мороженого, 250 г кофейного мороженого, 250 г сливочного мороженого, 1 кисть белого винограда.

Арбуз вымыть, обсушить, разрезать пополам по горизонтали, удалить семечки, вынуть специальной ложкой мякоть в виде небольших шариков. Мороженое размягчить и с помощью ложки также сформовать шарики. Половинки арбуза наполнить вперемешку шариками трех сортов мороженого, арбузными шариками и ягодами винограда. Сразу же подавать.

АРБУЗ, ФАРШИРОВАННЫЙ МАЛИНОЙ И КЛУБНИКОЙ

1 арбуз, 250 г клубники, 250 г малины, 50 г сахара, 150 г шампанского.

У арбуза срезать $\frac{1}{4}$ часть, вынуть ложкой мякоть, удалить зерна и нарезать кубиками. Свежие ягоды перемешать с мякотью арбуза и уложить в арбуз слоями, пересыпая с сахаром. Когда арбуз заполнится, влить шампанское. Фаршированный арбуз поставить на 3 ч в холодное место.

АРБУЗ, ФАРШИРОВАННЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ ФРУКТАМИ

1 арбуз массой 1–1,5 кг, 100 г консервированных ананасов, 100 г консервированных вишен, 100 г консервированных слив, 100 г консервированного крыжовника, 50 г коеньяка или рома, сахарная пудра.



Из зрелого арбуза вырезать корзиночку, удалить ложкой мякоть. Края корзиночки украсить зубчиками или рисунком по своему усмотрению. Мякоть арбуза фигурным ножом нарезать кубиками или ложкой сделать шарики. Фрукты из компота откинуть на дуршлаг и смешать с арбузными кубиками или шариками. Наполнить корзиночку смесью, сбрызнуть коньяком или ромом, посыпать сахарной пудрой.

Подается охлажденным.

АРБУЗ, ФАРШИРОВАННЫЙ ФРУКТАМИ С ЛИКЕРОМ

1 арбуз, 2 яблока, 1 банан, 50 г изюма, 50 г миндальных орехов, 100 г персиков, 3 рюмки ликера, 200 г взбитых сливок.

С арбуза срезать крышку (третью часть), вырезать мякоть, вынуть из нее семечки и нарезать мякоть мелкими кубиками. Яблоки очистить, вырезать сердцевину и тоже нарезать мелкими кубиками. Добавить нарезанный банан, измельченный миндаль и нарезанные кубиками персики. Полить смесь ликером и заполнить ею арбуз. Поставить на 2 ч в холодильник. Перед подачей на стол украсить сливками.

АРБУЗ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕРСИКОВЫМ ЖЕЛЕ

1 арбуз, 500 г персиков, 2 ст. ложки желатина, 2–3 ст. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки кленового сиропа, 2 ст. ложки апельсинового ликера.

Желатин замочить. Арбуз разрезать пополам, при этом срез можно сделать зубчатым. Вынуть середину, оставив на кожуре тонкий слой мякоти. Перевернуть, дать соку стечь. Персики ошпарить, снять шкурку, вынуть косточки. Сделать из персиков пюре с добавлением лимонного сока, кленового сиропа, ликера. Желатин подогреть, полностью растворить и смешать с пюре и арбузной мякотью, нарезанной на кубики. Выложить смесь в арбуз. Арбуз герметично закрыть пищевой пленкой и убрать в холодильник не менее чем на 6 ч. Подавать арбуз, разрезав на дольки.



ДЫНЯ, ФАРШИРОВАННАЯ КОФЕЙНЫМ МОРОЖЕНЫМ

1 дыня весом 1–1,5 кг, 500–600 г кофейного мороженого.

Дыню вымыть, обсушить и разрезать в длину на две половины. Удалить семечки и большой ложкой вынуть мякоть, оставив слой в 2–2,5 см. Вынутую мякоть нарезать небольшими кубиками и положить в глубокую миску. Твердое мороженое поддержать при комнатной температуре около 15 мин. Затем перемешать с кубиками дыни и полученной смесью наполнить половинки дыни. Убрать их в морозильную камеру. Когда мороженое снова затвердеет, подать десерт на стол, нарезав дольками.

ДЫНЯ, ФАРШИРОВАННАЯ МОРОЖЕНЫМ И ЯГОДАМИ

1 дыня, 1 ч. ложка сахарной пудры, 1 ч. ложка коньяка, 2 кусочка сахара-рафинада, кусочек апельсиновой корки, 100 г ликера, 400 г ягод (малина, ежевика, голубика, клубника), 100 г орехов, 1 ст. ложка лимонного сока, ванильное мороженое.

Дыню разрезать поперек, удалить семена и кофейной ложкой выбрать примерно одну треть мякоти. Половинки дыни слегка посыпать сахарной пудрой, в каждую налить немного коньяка, сделать несколько проколов вилкой и хорошо охладить. Кусочки сахара-рафинада натереть апельсиновой цедрой, залить ликером и размять вилкой. Добавить к сахару вынутую мякоть дыни, ягоды, крупно нарезанные грецкие орехи, приправить лимонным соком и на 1–2 ч поставить в холодильник. Перед подачей в половинки дыни положить сначала мороженое, затем фруктовый салат и, по желанию, украсить взбитыми сливками.

ДЫНЯ, ФАРШИРОВАННАЯ МАНДАРИНАМИ И ВИНОГРАДОМ

1 дыня, 1 банан, 1 яблоко, 300 г винограда, 4 мандарина, 1 пакетик ванилина, 150 г густых сливок, 2 ст. ложки меда, 2 ст. ложки лимонного сока.



Смешать лимонный сок с медом. Дыню разрезать пополам, вынуть из нее мякоть. Мандарины очистить и разделить их на дольки. Яблоко разрезать на четыре части, очистить от семян и нарезать ломтиками. Банан очистить и нарезать ломтиками. Ягоды винограда разрезать пополам, удалить косточки. Мякоть дыни нарезать ломтиками. Смешать фрукты, заправить лимонным соком с медом, нафаршировать дыню, сверху выложить взбитые сливки, смешанные с ванильным сахаром.

Ананасы

АНАНАС ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-МЕКСИКАНСКИ

1 ананас, 1 красная луковица, 2 зубка чеснока, 2 стебля черешкового сельдерея, 1 красный сладкий перец, 1 лайм, 2–3 ст. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка порошка карри, 1 ст. ложка растительного масла, 250 г отваренного риса, 125 г очищенных креветок.

Для соуса: 1 красный перец чили, 100 г натурального йогурта, 2 ч. ложки арахисового соуса, соль.

Перец чили разрезать пополам вдоль, удалить семена, перец мелко нарубить. Смешать йогурт, измельченный чили и арахисовый соус. Посолить и отставить. Ананас разрезать вдоль пополам, аккуратно вырезать мякоть. Отделить 100 г мякоти и нарезать кусочками. Лук, чеснок и сельдерей нарезать маленькими кубиками. Сладкий перец разрезать на четыре части, очистить от семян, нарезать небольшими кусочками. Из лайма выжать сок, смешать с соевым соусом, 4 ст. ложками воды и карри.

Масло разогреть в сковороде, обжаривать подготовленные овощи 2 мин, добавить соус карри и тушить под крышкой еще 2 мин. Выложить в сковороду рис и готовить все вместе еще 2 мин. Добавить мякоть ананаса и креветки, приправить солью и прогреть все вместе. Половинки ананаса начинить смесью креветок с рисом и овощами.

Отдельно подать соус с чили.



АНАНАС, ФАРШИРОВАННЫЙ КРЕВЕТКАМИ

1 ананас, 250 г креветок, 100 г сыра, 2 ст. ложки майонеза, зелень петрушки, соль.

Ананас разрезать вдоль пополам, мякоть вынуть и нарезать кубиками. Креветки крупно нарезать, сыр нарезать мелкими кубиками, добавить ананас, майонез, все перемешать, посолить. Чашечки ананаса заполнить приготовленным салатом. При подаче фаршированный ананас оформить зеленью.

АНАНАС, ФАРШИРОВАННЫЙ СВИНИНОЙ

1 ананас, 500 г свинины, зеленый лук, зелень укропа и петрушки, 200 г сыра, 1 зубок чеснока, майонез, соль, перец.

Ананас разрезать вдоль, вынуть мякоть. Мякоть мелко нарезать, отложить на время в тарелку. Свинину разрезать на куски приблизительно 2 см толщиной и 4 см длиной, обжарить на сковороде. В половинки вычищенного ананаса положить слой свинины, слой мякоти ананаса, слой сыра, натертого на терке и смешанного с чесноком, мелко нарубленной зеленью и майонезом, вновь — свинина, ананас, сыр и так до заполнения. На дно противня положить фольгу чашечкой, положить в нее ананас и запекать в духовке 15–20 мин.

АНАНАС, ФАРШИРОВАННЫЙ БАНАНАМИ

1 ананас, 2 банана, 2 ст. ложки рома, 20 г сахара, взбитые сливки по вкусу.

Обрезать верхушку ананаса, вырезать сначала стержень, а затем вынуть мякоть. Нарезать бананы, добавить мякоть ананаса, ром, взбитые сливки и поставить охлаждать в холодильник. Наполнить ананас смесью перед подачей на стол.

АНАНАС, ФАРШИРОВАННЫЙ КИВИ И АПЕЛЬСИНОМ

1 крупный ананас, 2 ст. ложки сахарной пудры, 3 ст. ложки рома или коньяка, 2 киви, 1 апельсин, сок 1 апельсина, сок 1 лимона, консервированные фрукты (абрикосы, вишни, клубника).



Разрезать ананас на две половинки, вырезать мякоть, удалить сердцевину. Мякоть нарезать кубиками. Апельсин очистить, разобрать на ломтики, киви нарезать кубиками. Все перемешать с нарезанным ананасом. Фрукты заправить соусом и перемешать. В половинки ананаса выложить полученный салат, сверху украсить консервированными фруктами.

Приготовление соуса. Смешать сахарную пудру, сок апельсина и коньяк.

АНАНАС, ФАРШИРОВАННЫЙ АПЕЛЬСИНАМИ, ЧЕРЕШНЯМИ И АБРИКОСАМИ

1 ананас, 1 апельсин, 6 абрикосов, 15 черешен, веточка мялисы.

Разрезать ананас на половинки и вырезать мякоть. Мякоть ананаса и абрикосов нарезать дольками. Очистить апельсин, поделить на дольки. Разложить фрукты на половинке ананаса. Оформить листьями мялисы.

АНАНАС ФАРШИРОВАННЫЙ С БЕЗЕ

2 ананаса, 1 киви, 1 манго, 1 лимон, 20 г малиновой настойки, 50 г сахара.

Для безе: 2 белка, 125 г сахара, 50 г рома.

Разрезать ананасы пополам, вынуть мякоть и нарезать ее ломтиками. Киви очистить, разрезать пополам и нарезать ломтиками. Манго очистить и нарезать мякоть ломтиками. Соединить киви и манго. Лимон вымыть, обсушить, натереть на терке цедру и отжать из мякоти сок. Добавить цедру и сок к фруктовому салату. Перемешать с малиновой настойкой и сахаром. Разложить фруктовый салат по половинкам ананаса. Взбить с помощью миксера охлажденные яичные белки, постепенно всыпая сахарный песок, в крепкую однородную пену. С помощью столовой ложки равномерно распределить по половинкам ананаса безе. Нагреть духовку до самой высокой температуры или переключить ее в режим гриля. Поместить на противень половинки ананасов и запекать до тех пор, пока безе не приобретет золотистый цвет. Вынуть из духовки, полить ромом и поджечь.



Апельсины, лимоны, грейпфруты

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СВИНИНОЙ

3 апельсина, 150 г свинины, 1 стебель лука-порея, 1 зубок чеснока, 1 веточка мяты, 1 веточка тимьяна, 1 веточка розмарина, 1 маленький корень сельдерея, немного имбиря, зелень петрушки и укропа, 2 ст. ложки сметаны, 70 г сыра, оливки.

У апельсинов срезать 3 см сверху. Вынуть мякоть чайной ложкой. В сковороде на масле обжарить мелко нарезанную не очень жирную свинину. Добавить нарезанные лук-порей, чеснок, мяту, тимьян, розмарин, корень сельдерея, имбирь, укроп, петрушку. Затем добавить сок, выжатый из мякоти апельсинов, сметану и тушить до готовности. Заполнить подготовленные апельсины, посыпать натертым сыром, запекать в духовке 3–5 мин. Украсить веточками зелени и оливками.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ БАНАНАМИ

1 крупный апельсин, 1 маленький банан, 2 ст. ложки взбитых сливок, 1 ч. ложка измельченных миндальных орехов, 1 ч. ложка натертого шоколада, $\frac{1}{2}$ ч. ложки жидкого ароматного меда, кокосовая стружка, шоколадный соус.

Апельсин разрезать пополам и с помощью ножа и ложечки вынуть мякоть, оставив стенки толщиной полсантиметра. Снизу шкурки немного подрезать, чтобы апельсиновые половинки могли стоять. Мякоть апельсина очень мелко нарезать. Мякоть банана размять. В апельсин и банан добавить сливки, орешки, тертый шоколад, мед. Все хорошо перемешать. Начинить апельсиновые шкурки. Поставить на тарелку. Полить шоколадным соусом, посыпать кокосовой стружкой.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ БАНАНАМИ И ШОКОЛАДОМ

4 апельсина, 1 банан, 50 г орехов, 100 г шоколада, 1 л сливок, 1 ст. ложка какао.



Апельсины разрезать поперек, с помощью чайной ложки с острыми краями вынуть мякоть. Чтобы половинки были более устойчивыми, с закругленной части нужно срезать тонкий слой корки. Орехи мелко нарубить и поджарить на сковороде. Банан очистить, разрезать вдоль, а затем — ломтиками. Шоколад растопить в сливках (700 г) на горячей водяной бане и перемешать с какао. Половину растопленного шоколада оставить на водяной бане, остальной — смешать с кусочками банана, орехами и апельсиновой мякотью. Оставшиеся сливки взбить в густую пену и ввести в приготовленную массу. Этой начинкой наполнить половинки апельсинов и полить их шоколадом.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ФИНИКАМИ И МИНДАЛЕМ

6 апельсинов, 100 г миндаля, 200 г фиников, 50 г апельсинового сока, 30 г коньяка, 1 ст. ложка сахарной пудры.

Очистить от кожуры апельсины, нарезать горизонтально тонкими ломтиками. На каждое блюдо положить слоями ломтики апельсина, миндаль, финики. Перемешать апельсиновый сок, коньяк, сахарную пудру и вылить понемногу на каждый апельсин.

Поставить в холодильник на несколько часов.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПЕРСИКАМИ И ВИШНЯМИ

1 большой апельсин, 30 г натертого черного шоколада, 7 консервированных вишен без косточек, 1 небольшой консервированный персик без косточки, 1 большой чернослив без косточки, 1 миндальный орех, 1 ст. ложка коньяка.

Апельсин промыть щеточкой, обсушить, затем срезать «крышечку» и отложить ее в сторону. С помощью ножа и ложки вынуть мякоть, оставив стенки толщиной полсантиметра. На дно апельсина положить шоколад, сверху — вишни, затем — половину персика, в который поместить черно-



слив, фаршированный миндалем. После этого закрыть другой половинкой персика, сверху положить вишни, посыпать тертым шоколадом и полить коньяком. Затем накрыть апельсином «крышечкой», завернуть его в фольгу и запекать в разогретой до 200 °С духовке в течение 5 мин. Вынуть, освободить от фольги, уложить на блюдо и украсить нарезанной мякотью апельсина.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ АБРИКОСАМИ И ПЕРСИКАМИ

2 крупных апельсина, 2 абрикоса, 1 персик, 1 яблоко, 10 г пророщенных зерен пшеницы, 10 г сахарной пудры.

Апельсины тщательно вымыть в горячей воде. Разрезать на половинки, выскоблить мякоть. Хорошо созревшие абрикосы и персик (можно и консервированные) нарезать маленькими кубиками. Яблоко очистить, вынуть сердцевину, тоже нарезать маленькими кубиками. Все смешать с мякотью и соком апельсинов, с сахаром и пророщенными зернами пшеницы. Смесью нафаршировать выскобленные половинки апельсинов.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МОРОЖЕНЫМ

4 крупных апельсина, 200 г мороженого, 2 ст. ложки измельченных орехов.

Апельсины разрезать поперек на две части. Вынуть мякоть, очистить ее от зерен и пленок, перемешать с мороженым и орехами. Наполнить массой апельсины, поставить в холодильник на 2–3 ч.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЖЕЛЕ

4 апельсина, 8 ч. ложек сахара, 1 листик желатина, 4 яйца, 50 г измельченных миндальных орехов.

Апельсины разрезать пополам, вынуть мякоть и протереть сквозь сито. Массу подогреть и добавить желатин. Желтки взбить с 4 ст. ложками сахара. Белки взбить в пену с 4 ст. лож-



ками сахара. Все перемешать и добавить орехи. Полученную массу положить в корки апельсина и поставить в холодильник на 1 ч.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯБЛОКАМИ

2 апельсина, 1 яблоко, 2 ст. ложки апельсинового ликера, 1 яйцо, 100 г песочного печенья, 2 ч. ложки сахара.

Апельсины разделить пополам, стараясь не повредить кожицу, извлечь мякоть, нарезать ее ломтиками. Соединить мякоть с размельченным яблоком, крошенным печеньем, сбрызнуть апельсиновым ликером. Все тщательно размешать, наполнить получившейся смесью корзиночки из апельсиновой кожуры. Взбить белок, смешать с растертым с сахаром желтком, размешать. Получившуюся смесь выложить на апельсины.

Подрумянить апельсины в духовке.

АПЕЛЬСИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯБЛОКАМИ И МОРКОВЬЮ

2 апельсина, 1 яблоко, 1 морковь, 2 ст. ложки изюма без косточек, 2 ст. ложки рубленых фисташек, 100 г сметаны, 100 г йогурта.

С апельсинов срезать верхушки, вынуть мякоть, не повредив кожуры. Мякоть нарезать кубиками. Очищенное от кожуры и сердцевины яблоко нарезать соломкой. Морковь натереть на терке. Перемешать подготовленные фрукты и овощи с изюмом, фисташками, сметаной и йогуртом. Полученную массу выложить в апельсиновую корзинку.

ЛИМОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННОЙ РЫБОЙ

1 вариант

5 лимонов, 1 банка сардин в масле, 1 ч. ложка горчицы, 2 ст. ложки майонеза, 4 маслины, соль, перец.



Лимоны ошпарить. Отрезать верхушки, оставить для крышечек. Срезать донышко лимона для устойчивости. Вынуть мякоть. Сардины размять с небольшим количеством масла. Маслины мелко нарубить. Смешать сардины, маслины, горчицу, майонез и немного лимонной мякоти. Посолить, поперчить. Наполнить подготовленные лимоны.

II вариант

6 больших лимонов, 20 черных оливок (6 для украшения), 1 банка консервированного лосося, 4 желтка, сваренных вкрутую, 200 г майонеза, пучок петрушки, соль, перец.

Оливки, петрушку, желтки и рыбу измельчить и перемешать. Срезать у лимонов верхушку, аккуратно извлечь мякоть, удалить из нее кожицу и косточки, добавить в полученную смесь. Приправить солью, перцем, майонезом по вкусу. Все уложить обратно в лимоны. Сложить на блюдо, украсить оливками и зеленью.

Перед подачей охладить в холодильнике.

ЛИМОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КРЕМОМ

8 лимонов, 1 пакетик сливочного пудинга, 1 ч. ложка лимонной цедры, 4 ст. ложки сахара, 500 г молока, 2 ст. ложки лимонного сока, 2 яйца.

Смешать пудинг с цедрой лимона, сахаром и взбить с молоком. Нагревать, помешивая, пока масса не начнет пузыриться. Добавить лимонный сок и желтки. Остудить до 50–60 °С. Лимоны ополоснуть горячей водой и обсушить. Срезать крышечки и донышки. С помощью чайной ложки извлечь мякоть. Взбить яичные белки с 2 ст. ложками сахара и ввести в пудинг. Наполнить лимоны кремом, украсить и поставить на 3 ч в холодильник. Разложив по тарелкам, украсить мелиссой.

ГРЕЙПФРУТЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ ШАМПИНЬОНАМИ

2 крупных грейпфрута, 150 г консервированных шампиньонов, 1 помидор, 1 ст. ложка оливкового масла, зелень петрушки и укропа, соль.



Грейпфруты вымыть, разрезать на две половинки. Аккуратно достать из каждой половинки с помощью ножа и ложки мякоть, разделить ее на дольки, с которых затем удалить пленку и удалить семена. Очищенные дольки разрезать на мелкие кусочки и оставить. Консервированные шампиньоны достать из банки, промыть и нарезать пластинками. Помидор ошпарить, снять с него кожицу, мелко нарубить. Смешать в салатнице кусочки мякоти грейпфрута, нарезанные грибы, мякоть помидора. Заправить смесь оливковым маслом. Перед подачей к столу нафаршировать получившейся смесью «корзинки» из кожуры грейпфрутов, посыпать их солью и украсить зеленью петрушки и укропа.

ГРЕЙПФРУТЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ТУНЦОМ И МОРКОВЬЮ

2 крупных грейпфрута, 300 г тунца в оливковом масле, 2 ч. ложки измельченных каперсов, 50 г тертой моркови, 1 ч. ложка измельченной зелени петрушки, 1 ч. ложка томатного соуса, 1/2 стакана майонеза, перец, соль.

Разрезать грейпфруты пополам, вынуть осторожно мякоть, стараясь не повредить кожуру. Разрезать мякоть на маленькие кусочки и положить в отдельную чашку, добавить размельченную мякоть тунца, петрушку, каперсы, морковь, соль, перец и половину количества майонеза. Хорошенько все перемешать. Заполнить этой массой половинки грейпфрута и покрыть сверху оставшимся майонезом, смешанным с томатным соусом.

Поставить в холодильник на 30 мин.

ГРЕЙПФРУТЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРУШАМИ И СЛИВАМИ

4 небольших грейпфрута, 1 банан, 1 груша, 100 г слив, 4 ч. ложки меда, 3 ст. ложки лимонного сока.

Грейпфруты разрезать пополам, очистить от горьких пленок, извлечь мякоть, удалить косточки, нарезать кубиками.



Банан нарезать тонкими ломтиками, грушу без косточек нарубить кубиками. Все фрукты полить лимонным соком, чтобы они не потемнели. У слив удалить косточки и также нарезать кубиками. Фрукты соединить в салатнике, добавить мед и перемешать.

Смесь положить в грейпфруты, убрать в холодильник на 1 ч, затем можно подавать к столу.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ФАРШИРОВАННЫЙ ХЛЕБ	5
Фаршированный белый хлеб	5
Фаршированный подовый хлеб	6
Батон со смешанной начинкой	6
I вариант	6
II вариант	6
Фаршированный ржаной хлебец	7
Батон, фаршированный колбасой и крыжовником	7
Батон, фаршированный мясом дичи	8
Батон, фаршированный сосисками и зеленью	8
Батон, фаршированный грибами	9
Батон, фаршированный свиным фаршем и грибами	9
Батон, фаршированный капустным салатом	10
Булочки, фаршированные помидорами	10
ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦА	11
Яйца, фаршированные куриным мясом	11
Яйца, фаршированные ветчиной	11
Яйца, фаршированные гусиной печенкой	12
Яйца, фаршированные консервированной горбушей	12
Яйца, фаршированные красной икрой	12



Яйца, фаршированные	
печенью трески	13
Яйца, фаршированные мясом криля	13
Яйца, фаршированные сельдью	13
Яйца, фаршированные креветками	14
Яйца, фаршированные оливками	
и копченой рыбой	14
Яйца, фаршированные сыром	14
Яйца, фаршированные кукурузой	
и крабовыми палочками	15
Яйца, фаршированные	
грецкими орехами	15
Яйца, фаршированные шпинатом	
и щавелем, со сметанным соусом	15
Яйца, фаршированные луком	16
Яйца, фаршированные лисичками	16
Яйца, фаршированные луком	
и морковью	17
Омлет, фаршированный мясом	17
Фаршированные яйца	
в слоеном тесте	17
Омлет, фаршированный	
плавленным сыром и колбасой	18
Омлет, фаршированный помидорами	18
Омлет, фаршированный	
консервированным горошком	19
Омлет со шпинатом,	
фаршированный грибами	19
Омлет, фаршированный	
консервированным тунцом	19
Омлет, фаршированный	
крабовыми палочками	20
Омлет, фаршированный почками	20

ФАРШИРОВАННЫЕ

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	21
Ракушки, фаршированные свиной	21
Ракушки, фаршированные	
свиной и грибами	22



Ракушки, фаршированные квашеной капустой и ананасами	22
Ракушки, фаршированные крабовым мясом	23
Ракушки, фаршированные творогом и курятиной	23
Фаршированные ракушки в персиковом соусе	24
Ракушки, фаршированные куриными потрошками	24
Фаршированные ракушки с томатно-сметанным соусом	25
Рожки, фаршированные морепродуктами	25
ФАРШИРОВАННОЕ МЯСО И СУБПРОДУКТЫ	27
Говядина и телятина	27
Говядина, фаршированная шпиком и шампиньонами	27
Говядина, фаршированная свиной, в вине	28
Говядина, фаршированная ветчиной и яйцами	28
Говядина фаршированная по-римски	28
Говядина фаршированная по-пармски	29
Говядина, фаршированная омлетом и сладким перцем	30
Говядина фаршированная по-добричски	30
Говядина, фаршированная шампиньонами и печенкой	31
Говядина, фаршированная яйцами	31
Говядина, фаршированная луком и чесноком	31
Говядина фаршированная по-бразильски	32
Говядина, фаршированная печенкой и почками	32
Говяжья вырезка, фаршированная грибами	33
Фаршированная телячья грудинка	33



Телятина, фаршированная шпинатом	34
Телятина, фаршированная свиной и сыром	35
Телятина, фаршированная куриным филе, сыром и грибами	35
Телятина, фаршированная ветчиной и шампиньонами	36
Свинина	36
Поросенок фаршированный по-русски	36
Поросенок, фаршированный ветчиной и куриным филе	37
Поросенок, фаршированный гречневой кашей и яйцами	38
Поросенок, фаршированный телятиной и грибами	39
Поросенок, фаршированный телятиной и языком	40
Свинина, фаршированная печенкой	40
Свинина, фаршированная морковью и сельдереем	41
Свинина, фаршированная шампиньонами	41
Свинина, фаршированная грушами	42
Свинина, фаршированная миндальными орехами	42
Свинина фаршированная по-милански	43
Грудинка свиная, фаршированная капустой и яблоками	43
I вариант	43
II вариант	44
Филе свинины, фаршированное яблоками и черносливом	44
Грудинка свиная, фаршированная яблоками и изюмом	45
Баранина	46
Баранина, фаршированная яйцами	46
Баранина, фаршированная сыром и грецкими орехами	46



Баранина, фаршированная сыром и жгучим перцем	47
Баранина, фаршированная брынзой	47
Баранина, фаршированная финиками	48
Баранина, фаршированная грибами и беконом	48
Баранина, фаршированная шпинатом	49
I вариант	49
II вариант	49
Баранина, фаршированная субпродуктами	50
Баранина, фаршированная рисом	50
Баранина, фаршированная помидорами и чесноком	51
Баранина, фаршированная мармеладом и сливами	51
Баранина, фаршированная колбасным фаршем	51
Баранина фаршированная по-татарски	52
Баранина фаршированная по-французски	53
Фаршированная баранина в тесте	53
Фаршированная баранина в мятном соусе	54
Фаршированные отбивные из баранины	54
Птица	55
Курица фаршированная с квашеной капустой	55
Курица, фаршированная рисом и финиками	55
Курица, фаршированная кукурузой	56
Курица, фаршированная бараниной и луком	56
Курица, фаршированная бараниной и айвой	57
Курица фаршированная к Рождеству	57
Курица фаршированная по-французски	58
Курица фаршированная по-русски	59
Курица, фаршированная тыквенной кашей	59



Курица, фаршированная гречневой кашей, в шампанском	59
Курица, фаршированная мозгами	60
Курица фаршированная по-московски	61
I вариант	61
II вариант	61
Цыпленок, фаршированный картофелем и сосисками	62
Цыпленок, фаршированный картофелем и оливками	62
Цыпленок, фаршированный печенкой и грибами	63
Цыпленок, фаршированный творогом и орехами	63
Цыплята, фаршированные каштанами	63
Цыпленок, фаршированный колбасой	64
Фаршированные грудки цыплят с яблочным пюре и шоколадом	65
Куриные грудки, фаршированные маслинами	65
Куриные грудки, фаршированные консервированными ананасами	66
Куриные окорочка, фаршированные орехами и черносливом	66
Куриные ножки, фаршированные мандаринами, по-китайски	67
Куриные ножки, фаршированные куриной печенкой	68
Индейка «Праздничная»	68
Индейка фаршированная по-еврейски	69
Индейка, фаршированная говяжьей печенкой	70
Индейка, фаршированная потрохами и маслинами	70
Индейка, фаршированная лесными орехами и свиной	71
Индейка, фаршированная тушеным мясом и орехами	71



Фаршированная индейка с клюквенно-апельсиновым соусом	72
Филе индейки, фаршированное яблоками и черносливом	73
Филе индейки, фаршированное помидорами и грибами	73
Голени индейки, фаршированные ветчиной	74
Утка, фаршированная картофелем и яблоками	74
Утка, фаршированная гречневой кашей и яблоками	75
Утка, фаршированная лапшой и грибами	75
Утка, фаршированная беконом	76
Утка, фаршированная рисом и печенкой	76
Утка, фаршированная жареным картофелем и свиной	77
Утка, фаршированная рубленным мясом и яблоками	77
Утка, фаршированная квашеной капустой	78
Утка, фаршированная апельсинами	79
I вариант	79
II вариант	79
Утка, фаршированная морковью и салатом	80
Утка, фаршированная черносливом и морковью	80
Гусь, фаршированный картофелем, в тесте	81
Гусь, фаршированный яблоками	81
I вариант	81
II вариант	82
III вариант	82
Гусь, фаршированный айвой	82
Гусь, фаршированный квашеной капустой	83
Гусь, фаршированный краснокочанной капустой	83
Гусь, фаршированный потрохами	84
Гусь, фаршированный рисом и балыком	84
Гусь, фаршированный гречневой кашей	85
Гусь, фаршированный каштанами и виноградом	85



Кролик	87
Кролик фаршированный по-охотничьи	87
Кролик, фаршированный фенхелем	87
Кролик, фаршированный спаржей и морковью	88
Кролик, фаршированный корейкой	89
Кролик, фаршированный рисом	90
Кролик фаршированный по-гречески	90
 Дичь	 91
Перепела, фаршированные грибами	91
Перепела, фаршированные куриной печенкой	91
Перепела, фаршированные колбасками	92
Куропатки, фаршированные белыми грибами	92
Куропатки, фаршированные хлебом и изюмом	93
Куропатки, фаршированные фруктами	93
Куропатки, фаршированные салом и луком	94
Голуби, фаршированные телячьим фаршем	95
Голуби, фаршированные телячьей печенкой и беконом	95
Голуби, фаршированные черникой	96
Голуби, фаршированные свекольной ботвой	96
Фазан, фаршированный яблоками	97
Фазан, фаршированный шампиньонами и сосисками	97
Фазан, фаршированный печенкой	98
Тетерев, фаршированный яблоками и печенкой	98
Заяц, фаршированный свиной грудинкой	99
Фаршированные шницели из мяса косули	100
 Субпродукты	 100
Говяжий язык, фаршированный морковью и салом	100
Говяжий язык, фаршированный черносливом и курагой	101



Фаршированный говяжий язык в сметанном соусе	101
Говяжий язык, фаршированный ветчиной и сыром	102
Говяжий язык, фаршированный кальмарами и яйцами	102
Телячий язык, фаршированный окороком	102
Телячий язык, фаршированный муссом	103
Печенка, фаршированная гречневой кашей	104
Печенка, фаршированная салом	105
Печенка, фаршированная копченым салом и яйцами	105
Печенка, фаршированная макаронами	105
Почки, фаршированные луком и чесноком	106
Сердце, фаршированное луком и морковью	106
Сердце, фаршированное сыром	107
Сердце, фаршированное колбасой и жареными грибами	107
Сердце, фаршированное сосисками	108
Сердце, фаршированное оливками с анчоусами	108
Сердце, фаршированное печенкой	109
Бараний желудок, фаршированный мясом	109
Свиной желудок, фаршированный картофелем	110
Свиной желудок, фаршированный грудинкой	110
Свиной желудок фаршированный по-русски	110
Вымя фаршированное по-австрийски	111
Куриные шейки, фаршированные печенкой	111
Куриные шейки, фаршированные потрохами и лапшой	112
ФАРШИРОВАННАЯ РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ	113
Щука	113
Щука фаршированная по-венгерски	113
I вариант	113
II вариант	114



Щука, фаршированная мясом	114
Щука, фаршированная картофелем	115
Щука фаршированная с овощами	115
Фаршированная щука в желе	116
 Судак	117
Судак фаршированный по-одесски	117
Судак, фаршированный картофелем и шпинатом	118
Судак фаршированный к празднику	118
Судак, фаршированный лососем и оливками	119
Судак, фаршированный печенью трески	120
Судак фаршированный по рецепту тещи	120
Филе судака, фаршированное соусом и грибами	121
 Форель	121
Форель, фаршированная черносливом	121
Форель, фаршированная овощами	122
I вариант	122
II вариант	122
Форель, фаршированная грибами и сыром	123
Форель, фаршированная мятой и лимоном	123
Форель фаршированная по-еврейски	124
 Карп	125
Карп фаршированный по-рыбацки	125
Карп, фаршированный гречневой кашей	125
Карп, фаршированный орехами	126
Карп фаршированный по-китайски	126
Карп, фаршированный орехами и зернами граната	127
Карп, фаршированный луком и яйцом	127
Карп, фаршированный белыми грибами	128
Карп, фаршированный шампиньонами	128
Карп, фаршированный рисом и грибами	129



Карп, фаршированный квашеной капустой	130
Карп фаршированный по-украински	130
Фаршированный карп с хреном	131
Лещ	132
Лещ, фаршированный салом	132
Лещ, фаршированный грибами	132
Лещ, фаршированный кислой капустой	132
Лещ, фаршированный овсяной кашей	133
Сельдь	133
Сельдь, фаршированная окороком и сыром	133
Сельдь, фаршированная грибами	134
Сельдь, фаршированная шампиньонами и икрой	134
Сельдь, фаршированная молоками	134
Сельдь, фаршированная солеными огурцами	135
Сельдь, фаршированная картофелем	135
Осетр	135
Осетр, фаршированный зернами граната и шампиньонами	135
Осетр, фаршированный сыром	136
Осетр, фаршированный лососем	137
Осетр, фаршированный лимоном	137
Окунь	137
Окунь, фаршированный грибами	137
Окунь, фаршированный филе судака	138
Окунь, фаршированный мандаринами	138
Окунь, фаршированный сельдью	139
Окунь, фаршированный шалфеем, в ветчине	139
Филе окуня, фаршированное грибами и помидорами	140
Филе окуня, фаршированное яблоками и хреном	140



Сазан	141
Сазан, фаршированный грецкими орехами	141
I вариант	141
II вариант	141
Сазан, фаршированный луком и огурцами	142
Сазан, фаршированный килькой	142
Фаршированный сазан в желе	143
Фаршированный сазан в тесте	144
Горбуша	144
Горбуша, фаршированная скумбрией и крабовыми палочками	144
Горбуша, фаршированная сыром и шампиньонами	145
Горбуша, фаршированная рисом и морковью	145
Крабовые палочки	146
Крабовые палочки, фаршированные яйцами и сыром	146
Крабовые палочки, фаршированные сыром с чесноком	146
Крабовые палочки, фаршированные печенью трески и яйцами	146
Крабовые палочки, фаршированные консервированной горбушей	146
Крабовые палочки, фаршированные сыром фета	147
Крабовые палочки, фаршированные шпротами	147
Крабовые палочки, фаршированные селедкой	147
Жареные фаршированные крабовые палочки	148
Кальмары	149
Кальмары, фаршированные изюмом и курагой	149
Кальмары, фаршированные шампиньонами и рисом	149



Кальмары, фаршированные ореховой начинкой	150
Кальмары, фаршированные свиной	150
Кальмары, фаршированные ветчиной	151
Кальмары, фаршированные луком и морковью	151
Кальмары, фаршированные свежей капустой и яйцом, в томатном соусе	151
Кальмары фаршированные по-бразильски	152
Кальмары, фаршированные овощным салатом	152
Кальмары, фаршированные крабами	153
Кальмары, фаршированные рисом и морепродуктами	153
ФАРШИРОВАННОЕ АССОРТИ	155
Картофель	155
Картофель, фаршированный мясом	155
Картофель фаршированный по-пекински	155
Картофель, фаршированный печенкой	156
Картофель, фаршированный ветчиной	156
Картофель, фаршированный ветчиной и ананасами	157
Картофель, фаршированный луком	157
Картофель, фаршированный шампиньонами	158
I вариант	158
II вариант	158
Картофель, фаршированный шампиньонами и креветками	158
Картофель, фаршированный горошком и перцем	159
Картофель, фаршированный фасолью	159
Картофель, фаршированный белокочанной капустой	160
Картофель, фаршированный беконом и творогом	160
Картофель, фаршированный селедкой	161



I вариант	161
II вариант	161
Картофель, фаршированный селедкой и судаком	162
Картофель, фаршированный лососем	162
Картофель, фаршированный брынзой	163
Картофель, фаршированный творогом	163
Картофель, фаршированный сыром	164
Помидоры	164
Помидоры, фаршированные творогом	164
Помидоры, фаршированные яйцами	164
Помидоры, фаршированные сухарями	165
Помидоры, фаршированные кукурузой и тунцом	165
Помидоры, фаршированные омлетом	165
Помидоры, фаршированные оливками и миндальными орехами	166
Помидоры, фаршированные сыром фета	166
Помидоры, фаршированные баклажанной икрой	167
Помидоры, фаршированные яблоками и малосольными огурцами	167
Помидоры, фаршированные салатом ассорти	167
Помидоры фаршированные по-польски	168
Помидоры фаршированные по-провансальски	168
Помидоры фаршированные по-китайски	168
Помидоры, фаршированные рисом и пестрой фасолью	169
Помидоры, фаршированные гречневой кашей	169
Помидоры, фаршированные говяжьим фаршем и грибами	169
Помидоры, фаршированные свиной	170
Помидоры, фаршированные жареной курятиной, в желе	170
Помидоры, фаршированные говяжьей печенкой	171



Помидоры, фаршированные креветочным салатом	171
Помидоры, фаршированные авокадо	171
Помидоры, фаршированные ананасом	172
Помидоры, фаршированные печенью трески	172
Помидоры, фаршированные мясом раков	173
Помидоры, фаршированные крабовыми палочками и плавленым сыром	173
Помидоры, фаршированные рыбой	173
Помидоры фаршированные по-мадридски	174
Фаршированные помидоры в кляре	174
Помидоры, фаршированные почками и рисом	175
Соленые помидоры, фаршированные грибным пащтетом	175
Огурцы	176
Огурцы, фаршированные свеклой и орехами	176
Огурцы, фаршированные витаминым салатом	176
I вариант	176
II вариант	177
Огурцы, фаршированные грибами	177
Огурцы, фаршированные консервированными шампиньонами	178
Огурцы, фаршированные яйцами	178
Огурцы, фаршированные мясом	178
Огурцы, фаршированные мясом, грибами и печенкой	179
Огурцы, фаршированные яблоками и сельдью	179
Огурцы, фаршированные копченой рыбой	180
Огурцы фаршированные по-датски	180
Огурцы, фаршированные редисом с языком	180
Огурцы, фаршированные куриным филе	181
Тушеные фаршированные огурцы	181



Баклажаны	182
Баклажаны, фаршированные сыром фета	182
Баклажаны, фаршированные плавленным сыром	182
Баклажаны, фаршированные омлетом	183
Баклажаны фаршированные по-украински	183
Баклажаны, фаршированные морковью	183
Баклажаны, фаршированные помидорами	184
Баклажаны, фаршированные помидорами и изюмом	184
Баклажаны, фаршированные овощами	185
Баклажаны фаршированные по-баскски	185
Баклажаны, фаршированные свиным фаршем	186
Баклажаны, фаршированные куриным мясом	187
Баклажаны, фаршированные колбасой и шампиньонами	187
Баклажаны, фаршированные рисом и грибами	188
Баклажаны, фаршированные анчоусами, и оливками	188
Баклажаны, фаршированные креветками	189
Баклажаны, фаршированные горбушей	189
Баклажаны, фаршированные грецкими орехами	190
Кабачки	190
Кабачки, фаршированные говядиной и свиной	190
Кабачки, фаршированные бараниной	191
Кабачки, фаршированные куриным мясом и печенкой	191
Кабачки, фаршированные шампиньонами и болгарским перцем	192
Кабачки, фаршированные шампиньонами и луком	193
Кабачки, фаршированные сыром и чесноком	193
Кабачки, фаршированные сыром и ветчиной	193



Кабачки, фаршированные сыром фета	194
Кабачки, фаршированные творогом	194
Кабачки, фаршированные сладким перцем	194
Кабачки, фаршированные тыквой	195
Кабачки, фаршированные помидорами и маслинами	195
Кабачки, фаршированные крабовыми палочками	196
Кабачки, фаршированные минтаем и яйцами	196
Кабачки, фаршированные кукурузой и морковью	197
Кабачки, фаршированные кукурузой и айвой	197
Фаршированные кабачки с кокосовой стружкой	197
 Авокадо	 198
Авокадо, фаршированные ананасами и творогом	198
Авокадо, фаршированные мясом индейки	198
Авокадо, фаршированные куриным филе	199
Авокадо, фаршированные консервированными грушами	199
Авокадо, фаршированные грецкими орехами	200
Авокадо, фаршированные грецкими орехами и сельдереем	200
Авокадо, фаршированные помидорами и сладким перцем	200
Авокадо, фаршированные помидорами и чесноком	201
Авокадо, фаршированные креветками	201
Авокадо, фаршированные раковыми шейками	201
Авокадо, фаршированные тунцом	202
Авокадо, фаршированные рисом, сосисками и овощами	202
Фаршированные авокадо в икорном соусе	202



Сладкий перец	203
Перец, фаршированный мясом	203
Перец, фаршированный мясом и кукурузой	203
Перец, фаршированный куриным фаршем	204
Перец, фаршированный ветчиной	204
Перец, фаршированный яблоками	205
Перец фаршированный по-венгерски	205
Перец, фаршированный сыром	205
Перец, фаршированный творогом и помидорами	206
Перец, фаршированный по-бистрицки	206
Перец, фаршированный кукурузой и черносливом	207
Перец, фаршированный овощами	207
Перец, фаршированный картофелем	208
Перец, фаршированный баклажанами и маслинами	208
Перец, фаршированный авокадо	209
Перец, фаршированный макаронами	209
Перец, фаршированный рисом	210
Свекла	210
Свекла, фаршированная мясным фаршем	210
Свекла, фаршированная ветчиной	211
Свекла, фаршированная куриным филе и шампиньонами	211
Свекла, фаршированная огурцами и орехами	212
Свекла, фаршированная солеными грибами	212
Свекла, фаршированная рисом и морковью	212
Свекла, фаршированная сладким перцем и морковью	213
Свекла, фаршированная яблоками и хреном	213
Свекла, фаршированная крабовыми палочками	214
Фаршированная свекла к десерту	214
Капуста	214
Капуста, фаршированная овощами	214



Капуста, фаршированная перцем и морковью	215
Капуста, фаршированная мясным фаршем	215
Капуста, фаршированная мясным фаршем, в вине	216
Капуста, фаршированная мясным фаршем, в желе	216
Капуста, фаршированная мясом, ветчиной и сладким перцем	217
Капуста фаршированная по-русски	218
Капуста фаршированная по-французски	218
Капуста, фаршированная рисом и грибами	219
Капуста, фаршированная двойным фаршем	219
Цветная капуста, фаршированная говяжьим фаршем	220
Цветная капуста фаршированная по-румынски	221
Цветная капуста, фаршированная языком	221
Фаршированная цветная капуста в сырном соусе	222
Кольраби, фаршированная говядиной и свиной	222
Кольраби, фаршированная морковью и зеленым горошком	223
Кольраби, фаршированная телятиной	224
Кольраби, фаршированная колбасой	224
Кольраби, фаршированная мозгами	224
Брюссельская капуста, фаршированная мясным фаршем	225
Савойская капуста, фаршированная куриным мясом	225
Оливки	226
Оливки, фаршированные куриным мясом	226
Оливки, фаршированные томатным соусом	226
Оливки, фаршированные творогом и итальянским соусом	227
Оливки, фаршированные анчоусами	227



Оливки, фаршированные шпротами	227
Оливки, фаршированные копченой салакой	227
Тыква	228
Тыква, фаршированная говядиной	228
Тыква, фаршированная куриным филе	228
Тыква, фаршированная чесночной начинкой	229
Тыква, фаршированная яблоками и алычой	229
Тыква, фаршированная яблоками и сухофруктами	230
Тыква, фаршированная рисом	230
Тыква, фаршированная пшеном и сухофруктами	230
Тыква, фаршированная грецкими орехами и кизилом	231
Фаршированные тыквенные треугольники	231
Лук	232
Лук, фаршированный грибами	232
Лук фаршированный по-полтавски	233
Лук, фаршированный мясом	233
I вариант	233
II вариант	234
Лук, фаршированный мясом и печенкой	234
Лук, фаршированный ветчиной	235
Лук, фаршированный рисом	235
Лук, фаршированный творогом	235
Лук, фаршированный картофелем и грибами	236
Лук, фаршированный тунцом и анчоусами	236
Лук, фаршированный чесноком	237
Лук, фаршированный вермишелью	237
Фаршированный лук в тесте	238
Грибы	238
Шампиньоны, фаршированные жареным луком	238



Шампиньоны, фаршированные картофельным пюре	239
Шампиньоны, фаршированные луком и яйцами	239
Шампиньоны, фаршированные ветчиной	240
Шампиньоны, фаршированные фасолью	240
Шампиньоны, фаршированные куриным мясом	241
I вариант	241
II вариант	241
Шампиньоны фаршированные по-домашнему	242
Шампиньоны, фаршированные курагой и сливочным сыром	242
Шампиньоны фаршированные по-итальянски	243
Шампиньоны, фаршированные помидорами и зеленью петрушки	243
Шампиньоны, фаршированные орехами и плавленым сыром	244
ФАРШИРОВАННЫЕ ФРУКТЫ И ЯГОДЫ	245
Яблоки	245
Яблоки, фаршированные куриным филе	245
Яблоки, фаршированные говядиной	246
Яблоки, фаршированные печенкой	246
Яблоки, фаршированные сельдью	246
I вариант	246
II вариант	246
Яблоки фаршированные по-графски	247
Яблоки, фаршированные свеклой и сельдереем	247
Яблоки, фаршированные фруктами и шоколадом	248
Яблоки, фаршированные финиками, бананами и курагой	248
Яблоки, фаршированные рисом	248
Яблоки, фаршированные сыром	249
Яблоки, фаршированные творогом	249



Яблоки, фаршированные печеньем и орехами	250
Яблоки, фаршированные сливочной начинкой	250
Яблоки, фаршированные брусникой	251
I вариант	251
II вариант	251
Яблоки, фаршированные джемом и сухарями	251
Яблоки, фаршированные малиновым вареньем и орехами	252
Айва	252
Айва, фаршированная говядиной	252
Айва, фаршированная куриной грудкой	252
Айва, фаршированная рисом	253
Айва, фаршированная вишнями, в тесте	253
Айва, фаршированная орехами	254
I вариант	254
II вариант	254
Груши	254
Груши, фаршированные копченым мясом и брынзой	254
Груши, фаршированные креветками	255
Груши, фаршированные творогом	255
Закусочные фаршированные груши	255
Груши, фаршированные сливами, с творожным соусом	256
Груши, фаршированные финиками, с сырным соусом	256
Груши, фаршированные ананасом	257
Груши, фаршированные черносливом	257
Персики	257
Консервированные персики, фаршированные курицей и сыром	257
Консервированные персики, фаршированные рыбным салатом	258




Консервированные персики, фаршированные шоколадным печеньем	258
Персики фаршированные по-чешски	258
Персики, фаршированные миндальным печеньем	259
Персики, фаршированные киви	259
Абрикосы	260
Абрикосы, фаршированные ванильным кремом	260
Абрикосы, фаршированные творожным кремом	260
Абрикосы, фаршированные кремом из чернослива	261
Абрикосы, фаршированные грецкими орехами	261
Абрикосы, фаршированные миндалем	262
Абрикосы, фаршированные морковью	262
Чернослив	262
Чернослив, фаршированный сосисками и копченым салом	262
Чернослив, фаршированный мясом	263
Чернослив, фаршированный фундуком	263
Чернослив, фаршированный творогом и орехами	264
Чернослив, фаршированный грецкими орехами	264
I вариант	264
II вариант	264
Чернослив, фаршированный яблоками	265
Арбуз и дыня	265
Арбуз, фаршированный апельсинами	265
Арбуз, фаршированный мороженым	266
Арбуз, фаршированный малиной и клубникой	266
Арбуз, фаршированный консервированными фруктами	266



Арбуз, фаршированный фруктами с ликером	267
Арбуз, фаршированный персиковым желе	267
Дыня, фаршированная кофейным мороженым	268
Дыня, фаршированная мороженым и ягодами	268
Дыня, фаршированная мандаринами и виноградом	268
Ананасы	269
Ананас фаршированный по-мексикански	269
Ананас, фаршированный креветками	270
Ананас, фаршированный свининой	270
Ананас, фаршированный бананами	270
Ананас, фаршированный киви и апельсином	270
Ананас, фаршированный апельсинами, черешнями и абрикосами	271
Ананас фаршированный с безе	271
Апельсины, лимоны, грейпфруты	272
Апельсины, фаршированные свининой	272
Апельсины, фаршированные бананами	272
Апельсины, фаршированные бананами и шоколадом	272
Апельсины, фаршированные финиками и миндалем	273
Апельсины, фаршированные персиками и вишнями	273
Апельсины, фаршированные абрикосами и персиками	274
Апельсины, фаршированные мороженым	274
Апельсины, фаршированные желе	274
Апельсины, фаршированные яблоками	275
Апельсины, фаршированные яблоками и морковью	275
Лимоны, фаршированные консервированной рыбой	275

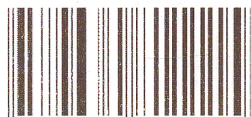


I вариант	275
II вариант	276
Лимоны, фаршированные кремом	276
Грейпфруты, фаршированные консервированными шампиньонами	276
Грейпфруты, фаршированные тунцом и морковью	277
Грейпфруты, фаршированные грушами и сливами	277



Лучшие рецепты Самых вкусных фаршированных БЛЮД

История кулинарии насчитывает много тысячелетий. За это время было придумано огромное количество разнообразных способов кулинарной обработки продуктов: варка, запекание, жарка, тушение, маринование, соление. Но, пожалуй, самым изысканным и интересным способом является фарширование. Фаршированные блюда можно встретить в кулинарии многих народов. Особой популярностью они во все времена пользовались во Франции, где само понятие поварского искусства нередко ассоциировалось с умением нафаршировать любой продукт. В нашей стране фаршированные блюда были популярны еще в XVII веке. В настоящее время во всех национальных кухнях фаршированные блюда являются неотъемлемой частью банкетного меню. В книге собраны лучшие рецепты фаршированных блюд.



9 789664 811115