

Вкусные рулеты:

от простого к сложному



Лучшие
рецепты
нашей читальни

УДК 641.5
ББК 36.992
Р 91

Составитель Елена Руфанова
Дизайн Алексей Винокуров

Содержание

Закусочные рулеты

в лаваше	4
сырные	12
омлетные	16
рыбные	20
мясные	28
овощные	32

Основные блюда

из рыбы	40
из птицы	49
из мяса	58
из овощей	68

Выпечка

закусочная	76
сладкая	85

Рулеты с семгой и сыром ▶

1 лист тонкого армянского лаваша, **300 г** филе семги, **100 г** твердого сыра, **1/4** стакана **20%-ных** сливок, по **50 г** маслин и оливок, **1/2** болгарского перца, **50 г** салатных листьев, соль, белый молотый перец - по вкусу, зелень.

▶ Филе семги промыть, нарезать небольшими кусочками и отварить в подсоленной воде до готовности, откинуть на сито, остудить, измельчить в блендере.

▶ Сливки взбить миксером. Добавить семгу и тертый на мелкой терке сыр, по вкусу посолить, взбивать еще 2-3 минуты.

▶ Маслины, оливки и болгарский перец нарезать мелкими кубиками. Листья салата промыть, обсушить, нашинковать соломкой.

▶ На лист лаваша выложить рыбную начинку, разровнять. Сверху ровным слоем выложить овощи и салатные листья. Аккуратно свернуть в рулет, обернуть пищевой пленкой, убрать в холодильник на 1,5-2 часа.

▶ При подаче нарезать ломтиками, выложить на тарелку, украсить зеленью.

Рулеты с крабовым мясом

1 тонкий армянский лаваш, **150 г** крабового мяса, **3-4** острых маринованных корнишона, **2** вареных яйца, **3-4** ст.ложки майонеза, **50 г** колбасного сыра, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу, зелень.

▶ Крабовое мясо, яйца и сыр натереть на мелкой терке. Добавить нарезанные мелкими кубиками корнишоны и майонез, по вкусу посолить и приправить перцем, тщательно перемешать.

▶ Выложить приготовленную начинку ровным слоем на лист лаваша, свернуть в рулет, завернуть в пищевую пленку и поместить в холодильник на 1,5-2 часа.

▶ При подаче нарезать ломтиками, выложить на тарелку, украсить зеленью и подавать.



Рулет «Радужный»

3 листа лаваша, 250 г крабового мяса, 3 яйца,
2 луковицы, 1 морковь, майонез, растительное
масло для жаренья.

► Крабовое мясо нарезать небольшими кусочками, вареные яйца мелко порубить.

► Лук нашинковать кольцами, морковь натереть на крупной терке, обжарить вместе на растительном масле, остудить.

► Лист лаваша смазать майонезом, выложить на него слой рубленых яиц, накрыть вторым листом, смазать майонезом, выложить обжаренные овощи. Накрыть третьим листом лаваша, смазать майонезом, выложить крабовое мясо.

► Плотно завернуть в рулет, обернуть пищевой пленкой и убрать в морозильник на 2 часа, затем переложить в холодильник еще на 4 часа.

► Перед подачей готовый рулет нарезать порционными кусками, выложить на тарелку, украсить зеленью и свежими овощами.





Лаваш с бужениной

2 тонких армянских лаваша, 100 г майонеза, 1 ч.ложка горчицы, 1 ст.ложка томатного соуса, 100 г сыра, 100 г вареной колбасы, 100 г буженины, 2-3 помидора, 1 пучок зеленого лука.

► Смешать майонез, горчицу и томатный соус. Сыр натереть на средней терке. Помидоры нарезать тонкими кружочками, колбасу и буженину - ломтиками.

► Лист лаваша смазать соусом, выложить ломтики колбасы и буженины, кружочки помидоров, перья зеленого лука, свернуть рулетом.

► Нарезать рулет небольшими кусочками и подавать.

вариант начинки

1/2 стручка болгарского перца нарезать ломтиками, 100 г сыра сулугуни - брусочками, 1/2 пучка кинзы порубить. Лаваш смазать растопленным сливочным маслом (50 г), на край выложить болгарский перец, кинзу и сыр, свернуть рулетом. Рулет можно завернуть в пищевую пленку и охладить в холодильнике или обжарить на масле до золотистой корочки.

Закусочный рулет ▶

1 тонкий армянский лаваш, по 3-4 ст.ложки кетчупа и майонеза, 4 яйца, 1/2 стакана молока, 2 сладких перца, 1/4 пучка зеленого лука, 100 г салями, 50 г твердого сыра, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу, зелень.

▶ Яйца взбить с молоком, по вкусу посолить и приправить перцем. Вылить смесь на раскаленную сковороду с растительным маслом, обжарить омлет с двух сторон до готовности.

▶ Салями нарезать тонкими ломтиками, болгарский перец - соломкой, сыр натереть на крупной терке.

▶ Лист лаваша смазать майонезом, смешанным с кетчупом, по центру выложить омлет. Сверху по всей поверхности лаваша разложить ломтики салями и болгарский перец, посыпать тертым сыром и нашинкованным зеленым луком.

▶ Свернуть в рулет, плотно завернуть в пищевую пленку и убрать в холодильник на 2-3 часа. При подаче нарезать кусочками, украсить зеленью, дольками свежих овощей.

Соусы к рулетам в лаваше

Чесночный

1/4 стакана майонеза, 2-3 ст.ложки сметаны, 2-3 дольки чеснока, по 1/6 части пучка зелени укропа, петрушки, кинзы и базилика, 1/2 ч.ложки паприки, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

▶ Чеснок и зелень измельчить в блендере, добавить майонез, сметану и паприку, по вкусу посолить и поперчить, взбить до образования однородной массы.

▶ В соус для остроты можно добавить по вкусу аджику или уксус.

Сметанный с карри

По 3 ст.ложки сметаны и майонеза, 2 ст.ложки простокваши, 1/2 ч.ложки карри, 2 дольки чеснока, 1 ст.ложка винного уксуса, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

▶ Чеснок измельчить. Сметану соединить с майонезом и простоквашей, добавить карри, чеснок и уксус, по вкусу посолить и приправить перцем.

▶ Взбить миксером до образования однородной массы.





Лаваш с сыром и корейской морковью

1 лист тонкого армянского лаваша, 100 г адыгейского сыра, 100 г моркови по-корейски, 1-2 ст.ложки нашинкованной зелени (укропа, петрушки, кинзы), 2-3 ст.ложки майонеза.

- ▶ Лист лаваша смазать майонезом, сверху выложить морковь по-корейски, посыпать нашинкованной зеленью.
- ▶ Вдоль посередине уложить нарезанный кубиками адыгейский сыр. Свернуть в рулет, поместить в холодильник на 1,5-2 часа.
- ▶ Перед подачей рулет нарезать небольшими кусочками, выложить на тарелку, украсить зеленью и дольками свежих овощей.

Лаваш с овощами

1 лист тонкого армянского лаваша, 1 морковь, 1 цуккини, 2-3 плавленых сырка, 2-3 ст.ложки кетчупа, растительное масло для жаренья, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

► Морковь нашинковать тонкой соломкой, обжарить на растительном масле до мягкости, по вкусу посолить и приправить перцем.

► Цуккини нарезать тонкими пластинами, обжарить на растительном масле с двух сторон до золотистого цвета, по вкусу посолить и приправить перцем.

► Сыр слегка подморозить, натереть на мелкой терке, смешать с кетчупом.

► На лист лаваша выложить сырную начинку, разровнять, сверху уложить обжаренную морковь и пластинки цуккини, свернуть в рулет. Обернуть пищевой пленкой, поместить в холодильник на 1,5-2 часа.

► При подаче нарезать рулет ломтиками, украсить зеленью и дольками свежих овощей.



Рулет с семгой и зеленью ▶

100 г твердого сыра, 300 г малосоленой семги, 1 небольшой пучок зелени укропа.

- ▶ Сыр натереть на мелкой терке, зелень мелко порубить, все перемешать, выложить в кастрюлю и поставить на водяную баню. Нагревать, пока сыр не расплавится.
- ▶ Сырную массу выложить между двумя слоями пленки и раскатать скалкой в тонкий пласт. Рыбу тонко нарезать, выложить на пласт сыра и свернуть в рулет.
- ▶ Положить рулет под легкий пресс, охладить в холодильнике и нарезать порционными кусочками. При подаче украсить свежей зеленью.

Рулет сырный

400 г твердого сыра, 200 г ветчины, 50 г маринованных огурцов, 150 г шампиньонов, 1/4 пучка зеленого лука, 2 ст.ложки нашинкованной зелени петрушки, 4 ст.ложки майонеза, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

- ▶ Сыр поместить в целлофановый пакет, завязать, опустить в кипящую воду, проварить на слабом огне 2-3 минуты, чтобы сыр полностью расплавился. Достать из воды и, не вынимая сыр из пакета, раскатать скалкой в пласт толщиной 5 мм.
- ▶ Приготовить начинку: грибы нарезать кубиками, обжарить на растительном масле до готовности. Ветчину и огурцы нарезать кубиками, добавить грибы, нашинкованный зеленый лук и петрушку, по вкусу посолить и приправить перцем, заправить майонезом.
- ▶ Снять с пласта сыра целлофан, сверху выложить начинку, свернуть в рулет. Рулет обернуть пергаментной бумагой и обвязать нитками. Поместить в холодильник на 8-10 часов. При подаче нарезать ломтиками, украсить зеленью и дольками свежих овощей.

В начинку можно добавить нарезанный мелкими кубиками болгарский перец (1шт.) и 20-30 г нарезанных кольцами маслин.



Сырный рулет

300 г сыра, 250 г паштета, 1 ст.ложка сливочного масла, 1/4 пучка зеленого лука.

- ▶ Полиэтиленовый пакет смазать внутри сливочным маслом, выложить сыр, кончики пакета плотно перевязать нитью.
- ▶ Опустить пакет в кастрюлю с холодной водой, поставить на средний огонь и варить 15-25 минут, пока сыр полностью не расплавится. Затем сыр, не вынимая из пакета, раскатать скалкой в тонкий пласт, пакет аккуратно разрезать.
- ▶ Сырный пласт смазать паштетом, сверху уложить перья зеленого лука, свернуть в рулет, обернуть пищевой пленкой, поместить в холодильник на 2-3 часа.
- ▶ Перед подачей рулет нарезать ломтиками, выложить на тарелку, украсить зеленью и дольками свежих овощей.





Рулет из плавленых сырков

2 плавленых сырка, 2 ст.ложки муки, 150 г майонеза, 2 яйца, соль - по вкусу.

Для начинки: 100 г сыра, 1 сладкий перец, 100 г майонеза, 2 дольки чеснока, 1/4 пучка зелени, 100 г маринованных грибов, 100 г корейской моркови.

►Плавленный сыр немного подморозить, натереть на мелкой терке. Взбить яйца, добавить муку, майонез и тертые сырки, по вкусу посолить, хорошо перемешать.

►Противень застелить пергаментной бумагой, смазать растительным маслом, выложить тонким слоем сырное тесто. Запекать в духовке при 200°C около 10 минут, до образования румяной корочки.

►Приготовить начинку: болгарский перец, грибы и корейскую морковь мелко нарезать, сыр натереть на мелкой терке, все соединить, перемешать с майонезом.

►Получившейся массой смазать сырный корж, свернуть в рулет, завернуть в пищевую пленку, поставить в холодильник на 2-3 часа.

►Готовый рулет нарезать кружочками и подавать.

Омлетные блинчики с грибами

Для омлета: 4-5 яиц, 2/3 стакана молока, 2-3 ст.ложки муки, 1 ст.ложка тертого сыра, зелень, соль, черный молотый перец - по вкусу.
Для начинки: 300 г шампиньонов, 1 луковица, 1 морковь, 1-2 ст.ложки тертого сыра, соль, черный молотый перец, растительное масло для жаренья.

►Яйца взбить с молоком, по вкусу посолить и поперчить, добавить тертый сыр и рубленую зелень, всыпать муку, хорошо перемешать. Из омлетной смеси выпечь на растительном масле 5-6 тонких блинчиков с двух сторон до золотистого цвета.

►Приготовить начинку: грибы мелко порубить, лук и морковь нашинковать тонкой соломкой, обжарить вместе до готовности на растительном масле, посолить и поперчив по вкусу. Слегка остудить, смешать с тертым сыром.

►На омлетные блинчики выложить начинку, свернуть в рулетики. Разрезать каждый рулетик наискосок пополам, выложить на тарелку, украсить зеленью и подавать.





Рулет с овощами

4 яйца, 100 г майонеза, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

Для начинки: 2 плавящихся сливочных сырка, 1 морковь, 1-2 дольки чеснока, 2-3 ст.ложки нашинкованной зелени укропа, 3-4 ст.ложки майонеза, соль, черный молотый перец - по вкусу.

► Приготовить начинку: морковь натереть на мелкой терке, потереть руками до выделения сока, добавить пропущенный через пресс чеснок, зелень и тертые на крупной терке сырки. По вкусу посолить и приправить перцем, заправить майонезом, поместить в холодильник на 10-15 минут.

► Яйца взбить с майонезом, по вкусу посолить и приправить перцем, вылить на смазанный растительным маслом противень и выпекать в нагретой до 180°C духовке до светло-золотистого цвета.

► На теплый омлетный корж выложить начинку, свернуть в рулет, обернуть пищевой пленкой и поместить в холодильник на 1-2 часа.

► При подаче нарезать кусочками, выложить на тарелку, украсить зеленью и подавать.

Острая закуска

5 яиц, 5 ст.ложек майонеза, растительное масло для жаренья.

Для начинки: 1/2 пучка зелени укропа, 2-3 дольки чеснока, 4 ст.ложки измельченных ядер грецких орехов, 3-4 ст.ложки майонеза, соль - по вкусу.

► Яйца взбить с майонезом. На сковороде, смазанной растительным маслом, обжарить 5 тонких блинчиков с двух сторон до золотистого цвета. Остудить.

► Укроп промыть, обсушить, мелко порубить, добавить измельченный чеснок и орехи, по вкусу посолить и заправить майонезом.

► Блинчики смазать начинкой, свернуть в рулетики, разрезать каждый рулетик наискосок пополам, выложить на тарелку. Подавать с овощным салатом.



Салат с рулетиками из блинчиков

Для рулетов: 2 яйца, 1 стакан молока, 2/3 стакана муки, 150 г сырокопченой ветчины, растительное масло для жаренья, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

Для салата: 200 г макарон фарфалле, 100 г сыра моцарелла в маленьких шариках, 3-4 маринованных корнишона, 1 пучок редиса, 1 плод авокадо, 50 г рукколы, 1,5 ст.ложки сока лимона, 3-4 ст.ложки оливкового масла, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

► Приготовить рулетики из оладий: яйца растереть с солью и перцем, влить молоко, добавить муку и 1 ст.ложку растительного масла, тщательно перемешать. На раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, обжарить небольшие блинчики с двух сторон до золотистого цвета.

► Ветчину нарезать тонкими ломтиками, выложить на каждый ломтик по омлетному блинчику, свернуть в рулетики, нарезать небольшими кусочками.

► Приготовить салат: макароны отварить в подсоленной воде до готовности, откинуть на дуршлаг, сбрызнуть оливковым маслом. Корнишоны и редис нарезать ломтиками, авокадо очистить, удалить косточку, мякоть нарезать кубиками, полить соком лимона, тщательно перемешать. Рукколу тщательно промыть, обсушить, нарвать руками на небольшие кусочки.

► Подготовленные продукты соединить, добавить сыр, по вкусу посолить и приправить перцем, заправить оливковым маслом. Салат выложить на тарелку, сверху уложить кусочки рулетов, украсить зеленью и подавать.

Макароны для салатов лучше брать из твердых сортов пшеницы, изготовленные в Италии или по итальянским технологиям. Так как соус у этого салата достаточно легкий, брать лучше мелкую пасту с небольшим количеством бороздок - иначе она не пропитается. Чтобы макароны не слиплись, готовьте их в «правильном» количестве воды - на 100 г пасты - 1 л воды.

Салат с рулетиками из семги

100 г филе слабосоленой семги, 50 г мягкого сыра, 1 огурец, 1 сладкий перец, 50 г дайкона, 3 ст.ложки оливкового масла, 1 ч.ложка соевого соуса, 2 ст.ложки лимонного сока, соль, черный молотый перец - по вкусу.

►Филе семги нарезать тонкими пластинами, сбрызнуть лимонным соком. Огурец очистить, нарезать полосками.

►На циновку выложить ломтик лосося, сверху - сыр, полоски огурца, свернуть в рулетик, убрать на 15-20 минут в морозильную камеру, после нарезать кусочками толщиной 3-5 мм.

►Болгарский перец и дайкон нарезать тонкой соломкой, оставшиеся полоски огурца - мелкими кубиками.

►Соединить перец, дайкон и огурцы, добавить рыбные рулетики, заправить оливковым маслом, смешанным с соевым соусом, и подавать.





Рулетики из масляной рыбы

150 г копченой масляной рыбы, 100 г сладкого перца, 100 г свежих огурцов, 100 г крабовых палочек, 1/2 пучка зеленого лука, 1 ст.ложка лимонного сока, 2 ст.ложки оливкового масла.
Для соуса: 1-2 ст.ложки красной икры, 1/2 ч.ложки муки, 1 ст.ложка сливочного масла, 1/2 стакана 10%-ных сливок, соль и белый молотый перец - по вкусу.

► Приготовить соус: муку обжарить на сливочном масле до золотистого цвета, развести сливками, добавить икру, по вкусу посолить и приправить перцем, проварить на слабом огне, помешивая, 1-2 минуты, до загустения. Остудить до комнатной температуры.

► Масляную рыбу нарезать тонкими ломтиками.

► Приготовить начинку: болгарский перец, огурец и крабовые палочки нашинковать соломкой, все соединить, сбрызнуть лимонным соком и оливковым маслом, перемешать.

► На рыбные ломтики выложить начинку, свернуть в рулетики, обернуть перышками зеленого лука.

► На тарелку налить соус, сверху уложить рулетики, украсить красной икрой, зеленью и подавать.



Рулетики из лосося с салатом

250 г филе слабосоленого лосося, 100 г крабового мяса, 1 груша, 1 свежий огурец, 100 г королевских креветок, 2 ст.ложки сока лимона, 2 ст.ложки оливкового масла, 1/4 пучка зеленого лука.

Для соуса: 1 ст.ложка сливочного масла, 1 ст.ложка муки, 1 стакан 20%-ных сливок, соль, молотый мускатный орех - по вкусу.

► Приготовить соус: просеянную муку всыпать на слегка прогретую сковороду и жарить, помешивая 1-2 минуты, добавить размягченное сливочное масло и, продолжая помешивать, жарить еще 1 минуту. Снять с огня. Сливки прогреть, помешивая, ввести обжаренную муку, по вкусу посолить и приправить мускатным орехом, варить на слабом огне, помешивая, 2-3 минуты, до загустения соуса.

► Крабовое мясо, огурец и очищенную грушу нарезать тонкой соломкой, добавить сок лимона и оливковое масло, перемешать.

► Филе лосося нарезать тонкими ломтиками, на каждый выложить по 1 стложке крабового салата, свернуть в рулетики, обвязать перышками зеленого лука.

► Готовые рулетики выложить на тарелку, полить сливочным соусом, украсить креветками, зеленью и подавать.

Рулеты из цуккини с морепродуктами

1 средний цуккини, 200 г кальмаров, 100 г креветок, 1 вареное яйцо, оливковое масло, майонез, 1 красная луковица, зелень, лимон, соль - по вкусу.

► Цуккини нарезать тонкими пластинами, смазать оливковым маслом и обжарить на растительном масле по 1-2 минуты с каждой стороны.

► Кальмары отварить в подсоленной воде, охладить, нарезать тонкой соломкой. Яйцо натереть на мелкой терке, луковицу мелко порубить. Все соединить, смешать с майонезом, масса должна быть густой.

► Приготовленную начинку выложить на полоски цуккини, добавить по 1 очищенной креветке на каждую полоску, свернуть в рулеты.

► Уложить рулеты на блюдо, украсить зеленью и дольками лимона.



Селедочные улитки

2-3 тушки сельди, 1-2 маринованных огурца,
1 сладкий перец.

Для маринада: 2 ст.ложки соли, 1 ст.ложка са-
хара, 2-3 горошины душистого перца, 3-4 горо-
шины черного перца, 1-2 лавровых листа.

► Приготовить маринад: в 1/2 стакана воды растворить сахар и соль, добавить горошины перца, перемешать.

► Сельдь тщательно промыть, обсушить, залить маринадом, на-
крыть крышкой и оставить мариноваться на сутки, периодичес-
ки переворачивая рыбу, чтобы она со всех сторон пропиталась
маринадом.

► После разделать сельдь на филе, нарезать по длине тонкими
полосками. Огурец и сладкий перец нарезать брусочками.

► На полоски сельди выложить брусочки огурца и перца, свер-
нуть в рулетики, закрепить шпажками.

► Выложить рулетики на тарелку, украсить зеленью, дольками ли-
мона, кольцами лука и подавать.





Рулет с желе

350 г филе горбуши, форели или семги, 100 г крабовых палочек, сок 1 лимона, 3 ст.ложки желатина, 1 ст.ложка майонеза, листья шпината или белокочанной капусты, соль, белый молотый перец - по вкусу.

- ▶ Листья шпината опустить в кипящую воду на 3 минуты, выложить в дуршлаг, дать стечь воде. Если использовать капустные листья, то их следует нарезать полосками размером 4 x 12 см.
- ▶ Филе рыбы отварить в течение 3 минут, затем сбрызнуть соком лимона и нарезать полосками.
- ▶ Желатин залить 2/3 стакана теплой кипяченой воды, оставить для набухания, затем смешать его с майонезом, посолить по вкусу и убрать на 15 минут в холодильник.
- ▶ Листья шпината разложить на фольге в виде прямоугольного пласта, смазать сверху майонезным желе, затем разложить крабовые палочки и полоски рыбы.
- ▶ Аккуратно с помощью фольги свернуть в рулет. Необходимо следить, чтобы майонезное желе не вытекало.
- ▶ Поместить рулет в холодильник на ночь, при подаче вынуть из фольги, нарезать кусочками и украсить зеленью.

Рыбный рулет

300 г филе рыбы, 200 г томатной пасты, 120 г сливочного масла, 50 г желатина, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

►В томатную пасту добавить размягченное сливочное масло и желатин, по вкусу посолить и приправить перцем, тщательно перемешать. Филе рыбы промыть, обсушить.

►На пищевую пленку выложить слоями пасту и филе рыбы, аккуратно свернуть в рулет, обвязать нитью.

►Опустить рулет в кипящую воду и варить на слабом огне 25-30 минут, снять с огня, остудить.

►После рулет выложить на тарелку, накрыть гнетом и поместить в холодильник на 2-3 часа. Перед подачей нитки и пленку снять, рулет нарезать тонкими ломтиками, выложить на тарелку, украсить зеленью и дольками свежих овощей.

Варианты блюда

150 г твердого сыра натереть на мелкой терке, соединить с рубленой зеленью, сладкий перец (100 г) нарезать полосками. Подготовленное филе рыбы прослоить сырной начинкой, присыпая ее смесью пяти перцев и выкладывая сверху по 2-3 полоски перца, свернуть в рулет и готовить далее по рецепту.

Чтобы рулет получился более нежным, рыбное филе можно предварительно измельчить в блендере до однородного состояния и выложить на пленку в виде прямоугольного пласта, смазать томатной начинкой, свернуть в рулет. Готовить такой рулет лучше в духовке при 180°C 20-30 минут.

1



2



3

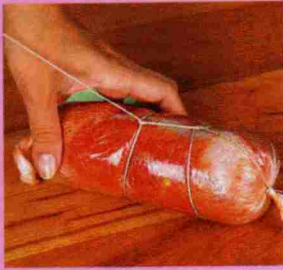




4



5





Рулетики ветчинные с салатом

300 г ветчины, 2 ст.ложки сливочного масла,
50 г твердого сыра, 2-3 дольки чеснока,
1 ст.ложка сока лимона.

Для салата: 1 огурец, 1 помидор, 1 сладкий пер-
ец, 1/2 красной луковицы, 2-3 ст.ложки олив-
кового масла, соль - по вкусу.

- ▶ Сыр натереть на мелкой терке. Половину ветчины нарезать тон-
кими ломтиками, остальную измельчить в блендере.
- ▶ К измельченной ветчине добавить тертый сыр, размягченное
сливочное масло, измельченный чеснок, сок лимона и взбивать
еще 2-3 минуты, до образования однородной массы.
- ▶ Ломтики ветчины свернуть кулечками, закрепить деревянными
шпательками, наполнить приготовленной начинкой.
- ▶ Приготовить салат: огурец и лук нарезать кружочками, поми-
доры - дольками, перец - полосками. Подготовленные продукты
соединить, по вкусу посолить и приправить перцем, заправить
оливковым маслом.
- ▶ Ветчинные рулетики выложить на тарелку узкими концами к
центру, на середину тарелки выложить овощной салат, украсить
зеленью и подавать.

Рулетики с рисовой начинкой

500 г ветчины, 2/3 стакана риса, 1 луковица, 1 морковь, 1 сладкий перец, 1 черешок сельдерея, по 1 ст.ложке нашинкованной зелени укропа и петрушки, 50 г сливочного масла, 100 г майонеза, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу, листья салата, сок лимона.

►Приготовить начинку: лук, морковь и сельдерей нарезать мелкими кубиками, обжарить на сливочном масле до мягкости, выложить нарезанный мелкими кубиками перец и жарить еще 2-3 минуты.

►Рис отварить до готовности в подсоленной воде, откинуть на сито, остудить, смешать с овощами, по вкусу посолить и приправить перцем, добавить нашинкованную зелень, заправить майонезом.

►Ветчину нарезать тонкими кружочками. На каждый кружочек выложить по 1 ст.ложке начинки, свернуть в рулетики, закрепить шпажками.

►Уложить рулетики на застеленную салатными листьями тарелку, сбрызнуть соком лимона, украсить зеленью и подавать.





Печеночный рулет

1 кг говяжьей печени, 250 г маргарина или перетопленного свиного сала, 5 вареных яиц, 6-7 луковиц, 300 г сливочного масла, соль, черный молотый перец - по вкусу.

- ▶ Печень зачистить от пленок и желчных протоков, нарезать небольшими кусочками и обжарить на маргарине до мягкости.
- ▶ Готовую печень переложить на тарелку, а на оставшемся после жаренья масле обжарить до золотистого цвета нарезанный кубиками лук.
- ▶ Печень, лук и яйца измельчить в блендере до образования однородной массы, по вкусу посолить и приправить перцем.
- ▶ Выложить печеночную массу на пищевую пленку слоем толщиной 1 см, сверху уложить нарезанное небольшими кусочками сливочное масло, свернуть в рулет. Завязать пленку с обоих концов как батон колбасы и поместить в холодильник на 12-15 часов.
- ▶ При подаче пленку аккуратно снять, рулет нарезать ломтиками, выложить на тарелку, украсить зеленью и консервированным горошком.

Рулетики из языка

**300 г отварного языка, 2 яйца, 100 г сыра,
100 г корейской моркови, 2-3 дольки чеснока,
100 г майонеза, зелень, молотая паприка.**

► Язык отварить до готовности в подсоленной воде, очистить, охладить, нарезать тонкими полосками.

► Приготовить начинку: сыр натереть на мелкой терке, вареные яйца, корейскую морковь и чеснок измельчить, все перемешать, заправить майонезом, оставив немного майонеза для оформления.

► На полоски языка выложить начинку, свернуть в рулети. Края рулетиков смазать майонезом, обмакнуть один край в молотую паприку, другой - в рубленую зелень, выложить на тарелку, украсить зеленью и подавать.



Закусочные рулеты из цуккини

1-2 цуккини, 150 г крабового мяса, 150 г сыра твердых сортов, 1 морковь, 100 г майонеза, соль, черный молотый перец - по вкусу, масло для жаренья, листья салата.

► Цуккини нашинковать вдоль тонкими пластинами, каждую слегка обжарить на масле с обеих сторон.

► Сыр, морковь и крабовое мясо натереть на мелкой терке, смешать, приправить по вкусу солью и молотым перцем, заправить майонезом. По желанию в начинку можно добавить 1-2 измельченные дольки чеснока.

► На ломтики цуккини положить начинку, свернуть в рулетики. Выложить на листья салата и подавать.

Рулетики из пекинской капусты

120 г филе малосольной сельди, 100 г твердого сыра, 2 маринованных огурца, 1/4 болгарского перца (50 г), 1-2 дольки чеснока, 3-4 листа пекинской капусты, 1 яйцо, 1-2 ст.ложки майонеза, соль, черный молотый перец - по вкусу, зелень.

► Яйцо отварить, остудить, натереть вместе с сыром на мелкой терке.

► Маринованные огурцы и болгарский перец нарезать мелкими кубиками, соединить с сыром и яйцом. Добавить измельченный чеснок, по вкусу посолить и приправить перцем, заправить майонезом, хорошо перемешать.

► С листьев пекинской капусты срезать утолщенную часть, листья промыть, обсушить.

► На середину каждого выложить нарезанную ломтиками сельдь и сырную начинку, свернуть в рулетики, поместить в холодильник на 15-20 минут.

► При подаче рулетики нарезать кусочками толщиной 2-3 см, выложить на тарелку и украсить зеленью.





Рулет «Царский»

1 кочан капусты, 1 болгарский перец, 1 стакан гречихи орехов, 1 ст.ложка лимонного сока, по 1 ч.ложке шафрана и хмели-сунели, 1 пучок кинзы, 3-4 дольки чеснока, соль, корица -на кончике ножа, 1 бутон гвоздики, 1 лавровый лист.

► У кочана вырезать кочерыжку, опустить его в кипящую подсоленную воду, добавить бутон гвоздики, лавровый лист и варить на слабом огне 5-10 минут, отделяя мягкие листья.

► Приготовить фарш: грецкие орехи и чеснок измельчить, смешать с пряностями, лимонным соком, посолить, тщательно размять руками. Добавить нарезанный мелкими кубиками болгарский перец и измельченную кинзу, перемешать.

► Капустные листья разложить в пласт, укладывая их внахлест друг на друга. Выложить начинку, свернуть в рулет, поместить в холодильник на 2-3 часа.

► При подаче нарезать рулет кусочками толщиной 2-3 см, выложить на блюдо и украсить свежей зеленью.

Закусочные рулетики из моркови

2 крупные моркови, 100 г сыра, 2 вареных яйца, 50 г майонеза, 2-3 дольки чеснока, зелень, соль - по вкусу.

► Морковь нарезать тонкими длинными пластинами, опустить в кипящую подсоленную воду на 2-3 минуты, вынуть, обсушить.

► Приготовить начинку: сыр и яйца натереть на мелкой терке, чеснок и зелень мелко порубить, подготовленные продукты соединить, заправить майонезом, перемешать.

► На полоски моркови выложить начинку, свернуть в рулетики, выложить на тарелку, украсить зеленью и подавать.

В начинку можно по вкусу добавить любые свежие овощи, нарезав их крупной соломкой.



Баклажанные рулетики

1-2 крупных баклажана, 1-2 крупных помидора, 2 яйца, 2-3 ст.ложки воды, мука, 1/2 стакана сметаны, 1-2 дольки чеснока, 2-3 ст.ложки нашинкованной зелени укропа, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

►Баклажаны очистить, нарезать вдоль тонкими ломтиками, посыпать солью, сложить в миску и оставить на 20-30 минут.

►Яйца взбить с водой, по вкусу посолить и приправить перцем, всыпать столько муки, чтобы получилось тесто консистенции густой сметаны.

►Приготовить соус: в сметану добавить нашинкованную зелень укропа, пропущенный через пресс чеснок, по вкусу посолить и приправить перцем, тщательно перемешать.

►Помидоры нарезать дольками.

►Ломтики баклажана обсушить, обмакнуть одной стороной в тесто и обжарить на растительном масле с двух сторон до золотистого цвета. Остудить.

►Не покрытую тестом сторону ломтиков баклажана смазать сметанным соусом, положить по дольке помидора, свернуть в рулетики, закрепить шпажками.

►Поместить для пропитки в холодильник на 10-12 часов. При подаче рулетики выложить на тарелку, украсить зеленью.

1



2



3





4



5



Семга с двумя соусами ▶

На 1 порцию: 150 г филе семги, 50 г эментальского сыра, 50 г сыра дор-блю, 50 г белого винограда без косточек, 20 г оливкового масла, соль, белый молотый перец - по вкусу.

Для соуса: 100 г белого винограда, 100 мл белого вина, 20 г болгарского перца;

Для карамели: 50 г маринованных опят, сливочное масло, 1 ч.ложка коньяка, сахар.

- ▶ Семгу распластать длинной полоской шириной 5 см.
- ▶ Сыр нарезать ломтиками, виноград разрезать на половинки, уложить все на рыбу, посыпать белым перцем и солью. Завернуть в рулетик, уложить в смазанную маслом фольгу, запекать в духовке при 180°C 10-15 минут.
- ▶ Приготовить виноградный соус: ягоды винограда разрезать вдоль пополам, обжарить на сливочном масле, влить вино и выпаривать на слабом огне, пока масса не начнет густеть, после чего добавить мелко нарезанный перец.
- ▶ Приготовить карамельный соус: опята обжарить на сливочном масле, влить коньяк, добавить щепотку сахара, карамелизовать на слабом огне.
- ▶ На блюдо выложить семгу, полить соусом, рядом горкой выложить опята в карамели и подавать.

Семга под овощами

300 г филе семги, 50 г голубого сыра, 1/4 сладкого перца, 2 картофелины, 150 г брокколи, 2-3 ст.ложки лимонного сока, 1 перепелиное яйцо, 1 ст.ложка крахмала, соль, белый молотый перец, специи для рыбы - по вкусу.

- ▶ Филе разрезать на 2 длинных порционных кусочка, по вкусу посолить, поперчить и приправить специями, сбрызнуть соком лимона, убрать в холодильник на 25-30 минут.
- ▶ Сыр и сладкий перец нарезать брусочками.
- ▶ Приготовить зеленое пюре: картофель нарезать ломтиками, припустить в подсоленной воде 10 минут, затем добавить брокколи и готовить еще 5 минут, затем отвар слить, овощи измельчить в блендере. Остудить до комнатной температуры, добавить яйцо и крахмал, перемешать.
- ▶ На замаринованные филе выложить брусочки сыра и перца, свернуть в рулеты, выложить на смазанный маслом противень, залить овощным пюре. Запекать в духовке при 180°C 15 минут



Стерлядь с овощами

300 г филе стерляди, 100 г цуккини, 1 сладкий перец, 30 г лука-порей, 1 помидор, 1/2 стакана сливок, 50 г мягкого сливочного сыра, 2-3 ст.ложки лимонного сока, сливочное масло для жаренья, соль, белый молотый перец - по вкусу, зелень.

►Филе стерляди промыть, обсушить, сбрызнуть лимонным соком, натереть солью и перцем. Свернуть рулетом, закрепить шпажкой и припустить до готовности в небольшом количестве воды.

►Помидор ошпарить кипятком, снять кожицу, мякоть нарезать кубиками.

►Цуккини и болгарский перец нарезать кубиками, обжарить до готовности на сливочном масле, выложить нарезанный кольцами лук-порей и мякоть помидоров, жарить еще 1-2 минуты. Влить сливки, добавить сыр и оставшийся лимонный сок, по вкусу посолить и приправить перцем. Варить, помешивая, пока сыр полностью не расплавится.

►Рыбный рулет выложить на тарелку, полить соусом, украсить зеленью и подавать.





Судак под сливочно-сырным соусом

200 г судака, 200 г цуккини, 50 г помидоров черри, 20 г очищенных креветок, 200-300 мл жирных сливок, 1 плавленый сырок, шафран, соль, специи для рыбы, оливковое масло, сок лимона, семена розового перца.

► Филе судака смазать оливковым маслом, сбрызнуть соком лимона, посыпать солью и специями.

► Небольшую круглую форму смазать маслом, уложить в нее по стенке, кольцом, рыбу. Черри и нарезанные ломтиками цуккини слегка обжарить, уложить в форму, внутрь кольца из рыбы. Накрывать фольгой и запекать в духовке при 180°C 20 минут.

► Приготовить соус: плавленый сыр мелко нарезать, добавить вместе с шафраном в сливки, поставить смесь на слабый огонь и варить, пока сыр не расплавится.

► Готовую рыбу с овощами вынуть из формы, выложить на нее очищенные креветки, полить сырным соусом, посыпать семенами розового перца и подавать.

Рулетики из судака с лимонным соусом ▶

4-6 филе судака (по 100-150 г), 1 сладкий перец, 100 г карбоната, 1 ст.ложка лимонного сока, 1 ч.ложка соевого соуса, соль, белый молотый перец - по вкусу, растительное масло для жаренья.

Для соуса: 3-4 ст.ложки лимонного сока, 1 ст.ложка винного уксуса, 1 стакан рыбного или куриного бульона, 1 ч.ложка цедры лимона, 1/2 пучка укропа, 1 ст.ложка сливочного масла, 1/2 ст.ложки крахмала, соль, белый молотый перец - по вкусу.

▶ Приготовить соус: на сливочном масле в течение 1 минуты обжарить цедру лимона, добавить лимонный сок, винный уксус и мелко нарезанный укроп, тушить на слабом огне 1-2 минуты. Ввести разведенный в холодном бульоне крахмал, по вкусу посолить и поперчить, варить на слабом огне, помешивая, 3-5 минут, до загустения.

▶ Филе судака промыть, обсушить, сбрызнуть лимонным соком и соевым соусом, по вкусу посолить и поперчить, оставить мариноваться на 10-15 минут.

▶ Болгарский перец нарезать полосками, карбонат - тонкими ломтиками.

▶ На филе судака выложить ломтики карбоната и полоски болгарского перца, свернуть в рулетики, закрепить шпажками.

▶ Обваливать рулеты в крахмале или муке, обжарить на растительном масле до золотистого цвета, довести до готовности в нагретой до 190°C духовке, около 5-7 минут.

▶ Рулеты выложить на тарелку, полить лимонным соусом, украсить дольками свежих овощей, лимоном и зеленью.

Рыбные рулетики получаются очень вкусными, если их приготовить в миндальной панировке: посыпать мукой, окунуть во взбитое яйцо, затем обваливать в смеси крупнорубленого миндаля и хлебных крошек (в пропорции 1:1), готовить далее по рецепту.

Подобные рулетики можно готовить с любой начинкой по вашему вкусу. Это могут быть тонко нарезанные грибы, отварные креветки, крабовые палочки, молодые цуккини, цветная капуста, консервированная кукуруза и просто разные виды сыра.



Рыбный рулет

1 горбуша, 200 мл молока, 1 яйцо, сахар, мука, 100 г свиного сала, белый молотый перец, сушеный тимьян, соль - по вкусу.

► У горбуши отделить голову, плавники, аккуратно, не нарушая целостности кожи, удалить хребет с реберными костями. Изнутри срезать по тонкому слою мякоти, уложить отдельно на тарелку.

► Молоко слегка подогреть, добавить яйцо, соль, сахар, всыпать столько муки, чтобы получилось тесто консистенции жидкой сметаны. На растительном масле испечь 2-3 тонких блинчика.

► Сало подморозить, нарезать тонкими ломтиками.

► Рыбу натереть внутри солью и специями, по всей длине выложить блины, сверху уложить кусочки сала, ломтики срезанного филе. Слои повторить 2-3 раза, свернуть рулетом, связать шпагатом.

► Смазать сметаной, выложить на противень, накрыть капустными листьями. Под противень подставить поддон с водой. Запекать в нагретой до 160-170°C духовке 1-1,5 часа.

► При подаче с рулета снять шпагат, нарезать ломтиками и украсить зеленью.

Из рулета можно приготовить заливное:

35 г желатина залить 1 стаканом холодной воды и оставить на 20-30 минут для набухания. Голову, хвост и плавники залить 1 л воды, довести до кипения, снять накипь, добавить 1 луковицу, 1 морковь, соль, горошины черного перца и лавровый лист, варить при слабом кипении 20-30 минут. После бульон процедить, распустить в нем желатин, процедить через марлю. Ломтики рулета выложить в глубокое широкое блюдо, залить желейной массой, украсить зеленью, дольками свежих овощей. Поместить в холодильник до полного застывания.





Рыбные «улитки»

500 г филе рыбы (тилапия, минтай, судак),
2-3 ст.ложки сока лимона, 50 г сливочного мас-
ла, соль, белый молотый перец - по вкусу.

Для начинки: 2 яблока, 2 ст.ложки соуса хрен,
2 ст.ложки нашинкованной зелени укропа или
петрушки.

► Приготовить начинку: яблоки очистить, удалить сердцевину, мякоть натереть на средней терке или нарезать тонкой соломкой, добавить соус хрен и зелень, тщательно перемешать.

► Филе рыбы промыть, обсушить, сбрызнуть соком лимона, натереть солью и перцем. После каждое филе свернуть в виде кулечка, закрепить деревянными шпажками. Наполнить кулечки приготовленной начинкой, выложить на смазанный маслом противень, сверху на каждую улитку положить по кусочку сливочно-го масла.

► Запекать в нагретой до 180°C духовке 20-35 минут. При подаче украсить зеленью и дольками лимона.





Куриный рулет с грибами

500 г куриного филе, 20 г желатина, соль, черный молотый перец - по вкусу, 300 г шампиньонов, 100 г сыра, 30 г растительного масла.

► Желатин залить 2/3 стакана холодной кипяченой воды, оставить на 30 минут для набухания, затем распустить на водяной бане.

► Грибы мелко порубить, обжарить до готовности на растительном масле, по вкусу посолить, немного остудить, смешать с половиной желатина.

► Куриное филе нарезать небольшими кусочками, измельчить в блендере до образования однородного пюре, по вкусу посолить и поперчить, соединить с оставшимся желатином.

► На лист фольги, смазанный растительным маслом, выложить куриный фарш, с помощью скалки раскатать в пласт толщиной 1 см, сверху уложить обжаренные грибы, свернуть в рулет.

► Край фольги завернуть, переложить рулет на противень и запекать в духовке при 180°C 25-30 минут. При подаче нарезать кусочками, украсить зеленью и свежими овощами.

Куриное филе в соусе из клюквы

4 куриные грудки (филе), 2 ст.ложки сливочного масла, 1 стакан клюквы, 4 ст.ложки молотых сухарей, 2 ч.ложки меда, 1 ст.ложка коньяка, 1 яйцо, мука, оливковое масло для жаренья, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

Для соуса: 1 стакан клюквы, 2 стакана воды, 2 ст.ложки крахмала, 3 ст.ложки коньяка, 4 ст.ложки меда, 1 небольшая лимонная корочка, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

► Приготовить начинку: сливочное масло размять, добавить клюкву, мед и коньяк, тщательно перемешать.

► Куриное филе промыть, обсушить, накрыть пищевой пленкой, отбить в пласт толщиной 5-7 мм, по вкусу посолить и приправить перцем, сверху выложить начинку, свернуть в рулет, закрепить шпажками. Обвалять в муке, обмакнуть во взбитое яйцо, запанировать в сухарях, обжарить до золотистого цвета на оливковом масле. Довести до готовности в нагретой до 180°C духовке в течение 15-20 минут.

► Приготовить соус: клюкву перебрать, промыть, залить водой и варить на среднем огне 5-7 минут, после взбить в блендере, протереть через сито. Крахмал развести в 2 столовых холодной воды, добавить коньяк, тщательно перемешать. Клюквенный отвар прогреть, добавить крахмал с коньяком, мед и лимонную корочку, по вкусу посолить и приправить перцем, варить на слабом огне до загустения, затем корочку лимона убрать, соус охладить.

► Куриные рулеты нарезать кусочками, выложить на тарелку, полить клюквенным соусом, украсить зеленью и подавать.





Пряный рулет из цыплят

1 цыпленок (600-700 г), по 1/2 пучка петрушки и розмарина, по 1 веточке тимьяна и майорана, 1-2 листка шалфея, 1 яйцо, 1/2 стакана сливок, 1 ломтик белого хлеба, оливковое масло, соль, черный молотый перец - по вкусу.

► Цыпленка промыть, обсушить, разрезать по грудке, удалить все косточки, не повредив кожу. Разложить получившееся филе с кожей, отбить, подравнивая края, чтобы получился пласт. Посолить и поперчить.

► С косточек срезать все мясо, измельчить его в блендере. Петрушку, тимьян и майоран мелко порубить, соединить с мясным фаршем, добавить яйцо, размоченный в сливках хлеб, посолить и поперчить, тщательно перемешать.

► На мясной пласт выложить получившуюся пряную начинку, свернуть плотно в рулет, перевязать шпагатом.

► Форму смазать оливковым маслом, положить на дно шалфей и розмарин, сверху выложить рулет, запекать в духовке при 180°C 30-35 минут, до готовности, время от времени переворачивая и поливая образующимся соком.

► Готовый рулет оставить в выключенной духовке еще на 10 минут, затем вынуть, нарезать ломтиками и подавать.





3



4





Рулет из курицы с персиками

300 г куриного филе, 1 банка консервированных персиков, 100 г чернослива, 2-3 дольки чеснока, 1/2 ч.ложки карри, 50 г орехов, соль, черный или розовый молотый перец - по вкусу.

- ▶Чернослив залить холодной водой и оставить на 20-30 минут, после откинуть на сито, обсушить. Орехи мелко порубить.
- ▶Филе курицы промыть, обсушить, нарезать порционными кусочками шириной 7-8 см, залить сиропом от персиков и оставить мариноваться на 30-40 минут.
- ▶Замаринованное филе обсушить, по вкусу посолить и приправить перцем, посыпать измельченными орехами, сверху выложить чернослив, свернуть в рулетики.
- ▶Натереть рулетики пропущенным через пресс чесноком и карри, завернуть каждый рулетик в смазанную растительным маслом фольгу и запекать в нагретой до 180°C духовке 30-40 минут.
- ▶При подаче рулетики нарезать кружочками, выложить на тарелку, украсить ломтиками консервированных персиков и зеленью.

Рулетики с бананами

4 куриных филе, по 4 ломтика ветчины и сыра, 2 банана, 100 мл коньяка, соль, черный молотый перец - по вкусу, растительное масло для жаренья.

► Куриное филе промыть, обсушить, отбить. Бананы очистить, разрезать пополам, залить коньяком, оставить на 5-7 минут.

► На куриное филе выложить по ломтику ветчины и сыра, половинку банана, свернуть в рулетик, закрепить шпажкой.

► Рулетики натереть солью и перцем, обжарить на растительном масле до золотистого цвета. После влить 1/2 стакана воды и тушить на слабом огне 5-7 минут. При подаче украсить зеленью, ломтиками банана.



Рулет под нежным розовым соусом ▶

1 куриный окорочок, 50 г сыра гауда, 1/4 сладкого перца, 1/4 стебля сельдерея, соль - по вкусу.

Для соуса: 1/4 сладкого перца, по 2 ст.ложки сметаны и сливок.

▶ Стебель сельдерея и сыр нарезать брусочками, сладкий перец мелко нашинковать.

▶ У окорочка отделить мякоть от костей, отбить, посолить, поперек уложить начинку: сельдерей, сыр, перец, свернуть в рулет, завернуть в пищевую пленку.

▶ Уложить рулет в кастрюлю, залить водой так, чтобы она покрывала его наполовину, поставить на средний огонь и варить 30 минут.

▶ Приготовить соус: сладкий перец запечь, снять кожицу, нарезать кусочками, взбить вместе со сметаной и сливками до образования однородного пюре.

▶ Готовый рулет вынуть из пленки, разрезать наискосок, уложить на тарелку, полить соусом и подавать.

Румяные рулетики

4 свиных шницеля, 8 ломтиков бекона, 300 г разноцветного сладкого перца, 750 г квашеной капусты, 3 ст.ложки растительного масла, 250 мл бульона, 1 ст.ложка сливочного масла, 125 мл яблочного сока, 1 ч.ложка сахара, соль, черный молотый перец - по вкусу, 2 ст.ложки горчицы.

▶ Мясо вымыть, обсушить, по вкусу посолить и поперчить, смазать горчицей, выложить на каждый кусок по 1 ломтику бекона.

▶ Перец нарезать кубиками, 1/3 часть перемешать со 150 г квашеной капусты и выложить смесь на кусочки мяса. Туго свернуть в рулетики, обернуть каждый рулет ломтиком бекона, скотать деревянной шпажкой.

▶ Обжарить рулеты на растительном масле со всех сторон до румяной корочки, затем влить половину бульона и тушить под крышкой на слабом огне 10-12 минут, переложить на тарелку.

▶ В сковороду добавить сливочное масло, оставшуюся капусту и сладкий перец, влить яблочный сок и бульон, тушить 20 минут, приправив солью, молотым перцем и сахаром.

▶ Рулеты выложить в получившийся соус, прогреть и подавать.



Свинина в кунжуте ▶

200 г свиной вырезки, 1 груша, 30 г сыра, 3 листика зелени базилика, кунжут, соль, сахар, черный молотый перец, соевый соус - по вкусу, 2-3 кружочка яблока, растительное масло.

▶ Грушу очистить и нарезать дольками, сыр тонко нашинковать.

▶ Вырезку отбить в тонкий пласт, посыпать солью и перцем, положить 1-2 дольки груши, кусочки сыра и листочки базилика, свернуть в рулет.

▶ Обмазать рулет соевым соусом и растительным маслом, выложить на противень и запекать в духовке при 180°C 30-35 минут. За 5 минут до готовности посыпать рулет кунжутом.

Оставшиеся дольки груши посыпать сахаром, обжарить на масле со всех сторон до румяности. Кружочки яблока подпечь в духовке до хрустящего состояния.

▶ У готового рулета отрезать кончики, разрезать его наискосок и поставить вертикально на тарелку, рядом уложить обжаренные дольки груши, украсить яблочными чипсами и подавать.

Рулетики в тесте

250 г слоеного бездрожжевого теста, 800 г мякоти свинины, 1 луковица, 2 моркови, 2 дольки чеснока, 3 ст.ложки рубленого шпината, по 2 ст.ложки зелени укропа и петрушки, 1/2 сладкого перца, 1 ст.ложка базилика, 6 ст.ложек растительного масла, 1 ст.ложка сока лимона, соль, специи для мяса, 1 яйцо.

▶ Свинину нарезать кусочками толщиной 3 мм, отбить, посолить, посыпать специями.

▶ Приготовить начинку: лук мелко нашинковать, морковь натереть на крупной терке, пассеровать вместе на масле. Чеснок измельчить, смешать с рубленой зеленью и шпинатом, сладкий перец мелко нарезать, добавить все к пассеровке, влить сок лимона, хорошо перемешать.

▶ Тесто разморозить, раскатать в тонкий пласт, нарезать по размеру кусочков свинины.

▶ Мясо уложить на тесто, смазать сверху овощной массой, свернуть в рулетики вместе с тестом, перевязать кулинарной нитью.

▶ Смазать взбитым яйцом, уложить на смазанный маслом глубокий противень и запекать при 180-190°C 25-30 минут, накрыв фольгой. За 7-10 минут до готовности фольгу снять. Подавать в горячем виде, на гарнир - свежие овощи.



Рулет в тесте

300 г мякоти свинины, 250 г готового дрожжевого теста, 100 г корейской моркови, 50 г майонеза, 3-4 вареных яйца, 100 г сыра, соль, черный молотый перец - по вкусу, 1 желток, зелень.

► Мякоть свинины промыть, обсушить, отбить в пласт толщиной 5-7 мм, по вкусу посолить и поперчить, смазать майонезом, посыпать тертым сыром.

► На край пласта выложить корейскую морковь, нарезанные четвертинками яйца, свернуть в рулет.

► Тесто разморозить, дать подняться, затем раскатать в тонкий пласт. Завернуть в тесто мясной рулет, смазать взбитым с небольшим количеством воды желтком и выпекать в нагретой до 180°C духовке 35-40 минут.

► При подаче нарезать кусочками, выложить на блюдо и украсить зеленью.





Бризоль

200 г мясного фарша, 2 яйца, 2-3 ст.ложки майонеза, 1 долька чеснока, растительное масло для жаренья, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу, мука, зелень.

► Фарш по вкусу посолить и поперчить, тщательно перемешать, выложить на припудренную мукой разделочную доску, сформовать тонкую лепешку. Обжарить на растительном масле с двух сторон до готовности.

► Яйца взбить, по вкусу посолить, обжарить омлет с двух сторон на растительном масле.

► На омлет выложить лепешку из фарша, смазать майонезом, смешанным с измельченным чесноком, свернуть в рулет.

► Выложить бризоль на тарелку, украсить дольками свежих овощей и зеленью.

Рулет из свинины ▶

1 кг мякоти свинины с жировыми прослойками, 500 г шпината, по 100 г зелени укропа и петрушки, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

▶ Мякоть свинины нарезать широкими пластами, промыть, обсушить, слегка отбить, натереть солью и перцем.

▶ Листья шпината и зелень промыть, обсушить, мелко нарезать, по вкусу посолить.

▶ На пласты мяса равномерно выложить зелень, свернуть в рулеты, обернуть каждый рулет фольгой, выложить на противень, влить 1 стакан воды и запекать в нагретой до 180°C духовке 45-60 минут.

▶ При подаче нарезать кусочками, выложить на тарелку, украсить зеленью, дольками свежих овощей. Отдельно подать острый томатный соус или аджику.

Рулетики мясные с грибами

1 кг мякоти свинины, 200 г шпика, 200 г грибов, 1-2 луковицы, по 1 ст.ложке нашинкованной зелени укропа и петрушки, 2-3 дольки чеснока, 2 вареных яйца, 2 сырых яйца, панировочные сухари, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

▶ Приготовить начинку: шпик нарезать кубиками, обжарить на раскаленной сковороде до образования шкварок, выложить нарезанный кубиками лук и рубленые грибы, жарить на среднем огне до мягкости. После по вкусу посолить и приправить перцем, добавить тертые на мелкой терке яйца, измельченный чеснок и зелень, тщательно перемешать.

▶ Мякоть свинины нарезать ломтиками, промыть, обсушить, отбить, натереть солью и перцем. На подготовленные ломтики выложить начинку, свернуть в рулетики.

▶ Обмакнуть рулетики во взбитые яйца, обвалять в сухарях и обжарить во фритюре до готовности. Подавать рулетики с картофельным пюре, украсив дольками свежих овощей и зеленью.



Рулеты из говядины

4 ломтика говядины, 4-8 ломтиков бекона, 1-2 луковицы, 4-6 маринованных корнишонов, растительное масло для жаренья, 1-2 ст.ложки аджики или горчицы, 1 стакан мясного бульона, 1/2 стакана красного вина, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

- ▶ Лук нарезать ломтиками, корнишоны - кубиками.
- ▶ Ломтики говядины промыть, смазать аджикой, сверху на каждый выложить полоски бекона, лук и огурцы, по вкусу посолить и приправить перцем, свернуть в рулеты, закрепить деревянными шпажками.
- ▶ Обжарить рулетики на растительном масле с двух сторон до золотистого цвета, затем залить бульоном и вином, тушить на слабом огне до готовности.
- ▶ Перед подачей шпажки вынуть, рулетики нарезать ломтиками, выложить на тарелку. Подавать можно с овощным салатом.





Рулетики из телятины

4 ломтика телятины по 150-180 г, 4 ломтика ветчины, 100 г твердого сыра, 1/4 пучка зеленого лука, 1 стакан мясного бульона, 4 дольки чеснока, 1/4 стакана сметаны, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

► Ломтики телятины промыть, обсушить, отбить, натереть солью и перцем. Сверху на каждый выложить по ломтику ветчины и кусочку сыра, 2-3 перышка зеленого лука, свернуть в рулетики, закрепить деревянными шпажками.

► Обжарить на растительном масле до золотистого цвета, затем выдавить через пресс на каждый рулетик по 1 дольке чеснока, залить бульоном и тушить на слабом огне до готовности.

► Выложить на тарелку, а в соус добавить сметану, довести до кипения и проварить 2-3 минуты.

► Рулетики нарезать небольшими кусочками, выложить на тарелку, полить соусом. На гарнир подать отварной рис или картофельное пюре.

Печеночный рулет

500 г говяжьей печени, 100 г шпика, 3-4 луковицы, 1 морковь, 1/4 пучка зелени петрушки, 2 стакана бульона, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

► Печень зачистить от пленок и желчных протоков, нарезать ломтиками толщиной 1-1,5 см, слегка отбить. Шпик нарезать тонкими полосками, отбить. 2 луковицы нашинковать соломкой, обжарить на растительном масле до мягкости.

► На ломтики печени выложить полоски шпика и обжаренный лук, посолить и приправить перцем, свернуть в рулетики, обвязать нитками.

► Обжарить рулетики на растительном масле с двух сторон до золотистого цвета, после залить бульоном, добавить нарезанный ломтиками оставшийся лук, нарезанную кружочками морковь и зелень петрушки. Довести до кипения, по вкусу посолить и приправить перцем, тушить на слабом огне до готовности.

► При подаче с рулетиков снять нитки, нарезать кусочками, выложить на тарелку вместе с тушеным луком и морковью. Украсить зеленью и подавать.

кстати

Блюда из печени не следует долго подвергать тепловой обработке - от этого их вкус ухудшается. Для приготовления лучше выбирать печень молодых животных - она более нежная по вкусу и консистенции.

1



2



3





4



5



Баклажаны с брынзой

2-3 баклажана, 200 г брынзы, 3-4 яйца, 1 пучок зелени петрушки, растительное масло для жаренья, мука, черный молотый перец - по вкусу.

► Приготовить начинку: брынзу натереть на мелкой терке, соединить с взбитыми яйцами (1-2 шт.) и нашинкованной зеленью петрушки, по вкусу приправить перцем, тщательно перемешать.

► Баклажаны нарезать вдоль тонкими ломтиками, на каждый ломтик положить по 1-2 ч.ложки начинки, свернуть в рулетики.

► Обвалять в муке, обмакнуть во взбитые яйца и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Выложить на салфетку, чтобы удалить лишнее масло. При подаче украсить зеленью.





Капустные рулетики

1 вилок белокочанной капусты, 1/4 стакана риса, 1 стакан молока, 400 г говяжьего фарша, 1/2 стакана 10%-ных сливок, сливочное масло для жаренья, соль, тимьян, черный молотый перец - по вкусу.

►С вилка капусты снять верхние листья, вырезать кочерыжку, опустить вилок в кипящую подсоленную воду и варить на слабом огне до тех пор, пока листья не начнут легко отделяться от кочана. Отделить все листья, обсушить полотенцем.

►Рис промыть, залить 1/2 стакана воды и варить на слабом огне под крышкой, пока не впитается вся вода, затем залить молоком и варить на слабом огне до кашеобразного состояния. Остудить.

►Смешать рисовую кашу с фаршем, по вкусу посолить, приправить перцем и тимьяном.

►На капустные листья выложить начинку, свернуть в рулетики, обжарить на сливочном масле 2-3 минуты. После залить 1 стаканом воды или бульона, накрыть крышкой и тушить 25-30 минут, влить сливки и тушить еще 15 минут.

►Подавать рулетики с отварным картофелем и свежими овощами.



Рулет грибной

4-5 вареных картофелин, 1 стакан геркулеса, 2 яйца, 3-4 ст.ложки сливочного масла, молотые сухари, соль, черный молотый перец - по вкусу.

Для начинки: 500 г свежих грибов, 2 луковицы, 1 морковь, растительное масло для жаренья, соль, черный молотый перец - по вкусу.

►Геркулес залить 1 стаканом горячей подсоленной воды и оставить на 20-30 минут для набухания. После добавить тертый на мелкой терке картофель, яйца и растопленное сливочное масло, по вкусу посолить и приправить перцем, тщательно вымесить. Если масса получилась слишком жидкой, добавить молотых сухарей.

►Приготовить начинку: грибы нарезать ломтиками, потушить на растительном масле до готовности. Лук и морковь нашинковать тонкой соломкой, обжарить до готовности на растительном масле, выложить грибы, по вкусу посолить и приправить перцем, жарить еще 2-3 минуты.

►Форму смазать растительным маслом, присыпать сухарями, выложить половину картофельно-геркулесовой массы, разровнять. Сверху уложить начинку, накрыть оставшейся картофельно-геркулесовой массой, разровнять, присыпать сухарями, сбрызнуть растопленным сливочным маслом.

►Запекать в нагретой до 180°C духовке 25-30 минут, до образования румяной корочки. При подаче рулет выложить из формы, нарезать кусками, уложить на тарелку, украсить зеленью, дольками свежих помидоров.

Картофельный рулет

10-12 картофелин, 2 яйца, 3 луковицы, 1 стакан молока, 3 ст.ложки сливочного масла, соль, черный молотый перец - по вкусу.

Для начинки: 200 г белокачанной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 100 г сливочного масла, соль, черный молотый перец, зелень - по вкусу.

►Картофель отварить до готовности в подсоленной воде, размять, добавить теплое молоко, размягченное масло и сырые яйца, по вкусу посолить и поперчить, хорошо перемешать.

►Приготовить начинку: капусту, морковь, лук и петрушку нарезать тонкой соломкой, потушить на сливочном масле до готовности, по вкусу посолить и поперчить, добавить по вкусу рубленую зелень, перемешать.

►Картофельную массу разложить ровным слоем на влажную салфетку, выложить на середину пласта овощную начинку. С помощью салфетки свернуть в рулет, переложить швом вниз на смазанный маслом противень. Верх рулета смазать яйцом или сметаной, сбрызнуть растопленным маслом.

►Выпекать рулет в духовке при 180°C около 20 минут, при подаче нарезать ломтиками, украсить зеленью.



Рулет с мясом

1 кг картофеля, 2 яйца, 2-3 ст.ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны, 3-4 ст.ложки тертого на мелкой терке сыра, соль - по вкусу.

Для начинки: 400 г отварной говядины, 1 луковица, 2-3 ст.ложки сливочного масла, 1/4 стакана мясного бульона, соль, черный молотый перец - по вкусу.

► Картофель очистить, отварить в слегка подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, пропустить через мясорубку, добавить яйца и сливочное масло, тщательно вымешать.

► Приготовить начинку: говядину пропустить через мясорубку, лук нашинковать мелкими кубиками, обжарить на сливочном масле до мягкости. Добавить фарш, влить бульон, по вкусу посолить и приправить перцем, тушить на слабом огне 1-2 минуты.

► Картофельную массу выложить на влажное полотенце в пласт толщиной 2-3 см, сверху уложить начинку, аккуратно свернуть в рулет.

► Переложить на смазанный растительным маслом противень, смазать рулет сметаной, посыпать сыром и запекать в нагретой до 190°C духовке до золотистого цвета.

► При подаче нарезать кусочками, украсить зеленью.





Рулет картофельный с яйцом и луком

1 кг картофеля, 2-3 ст.ложки муки, 1 яйцо, панировочные сухари, растительное масло, соль - по вкусу.

Для начинки: 2-3 вареных яйца, 3 луковицы, растительное масло для жаренья, 1/4 пучка зелени укропа, соль, черный молотый перец - по вкусу.

► Картофель отварить в мундире, остудить, очистить, пропустить через мясорубку, по вкусу посолить, добавить муку, тщательно вымешать.

► Приготовить начинку: лук нашинковать кубиками, обжарить на растительном масле до золотистого цвета, остудить, добавить нарезанные кубиками яйца и нашинкованную зелень укропа, по вкусу посолить и приправить перцем, перемешать.

► Картофельное тесто выложить на пищевую пленку или влажное полотенце в виде прямоугольного пласта толщиной 1 см. Сверху ровным слоем уложить начинку, свернуть в рулет, переложить на смазанный растительным маслом противень, смазать взбитым яйцом, посыпать панировочными сухарями.

► Запекать в нагретой до 180°C духовке 25-30 минут, до готовности. При подаче нарезать кусочками, отдельно подать сметану.

Яичный рулет с рисом

3 яйца, 100 мл молока, 1 ст.ложка муки,
соль - по вкусу, яйцо для смазки.

Для начинки: 1-2 вареных яйца, 50 г риса,
1/4 пучка зеленого лука, сливочное масло.

► Желтки отделить от белков, взбить с мукой и молоком. Белки взбить, осторожно подмешать в желтковую смесь, по вкусу посолить. Получившуюся смесь перелить на смазанный маслом противень (или в форму) и запечь в духовке при 180°C до готовности.

► Приготовить начинку: рис отварить в подсоленной воде до готовности, немного остудить, зеленый лук нашинковать, слегка обжарить в сливочном масле, соединить с рисом, добавить мелко нарубленные яйца, хорошо перемешать.

► На омлетный пласт выложить ровным слоем рисовую начинку, свернуть в рулет, смазать сверху взбитым яйцом, переложить на противень и запечь в духовке при 180°C до румяной корочки.

► При подаче нарезать ломтиками, украсить зеленью, свежими овощами.





Запеченные рулетики

300 г муки, 2 яйца, 3 ст.ложки растительного масла, 75 г копченого сала, 2 луковицы, 500 г квашеной капусты, 1 ч.ложка тмина, 2 ст.ложки сметаны, 2 стакана мясного бульона, соль, сахар, черный молотый перец - по вкусу.

► Из муки, 1/2 ч.ложки соли, 2 ст.ложки воды, яиц и растительного масла замесить крутое тесто, обернуть пищевой пленкой и оставить на 30-40 минут.

► Сало нарезать мелкими кубиками, половину растопить на раскаленной сковороде, выложить нарезанный кубиками лук и обжаривать до золотистого цвета. После добавить мелко нарезанную квашеную капусту, сахар, черный молотый перец и тушить на слабом огне 10-15 минут. Добавить сметану и потушить еще 2-3 минуты. Остудить.

► Тесто разделить на 2 части, раскатать в пласты толщиной не более 3 мм, сверху ровным слоем выложить начинку и свернуть в рулеты.

► Нарезать рулеты небольшими кусочками, выложить в смазанную растительным маслом форму, залить горячим бульоном, посыпать оставшимся салом и тмином. Накрыть крышкой и запекать в нагретой до 180°C духовке 20 минут. После крышку снять и запекать еще 15 минут. При подаче посыпать нашинкованной зеленью.

Рулет из лосося с укропом

3 листа готового слоеного теста, 1 яйцо,
1 ч.ложка мака.

Для начинки: 500 г консервированного лосося, 250 г сливочного масла, 100 г тертого сыра, 2 ч.ложки измельченной зелени укропа, 1 ч.ложка лимонной цедры, 1/2 ч.ложки черного молотого перца.

► Приготовить начинку: рыбу размять вилкой, сыр и подмороженное масло натереть на мелкой терке, все перемешать, добавить укроп и цедру, по вкусу посолить и поперчить, тщательно перемешать.

► Каждый лист теста разрезать на 3 равные части, раскатать до толщины 3-5 мм, выложить начинку, края теста смазать взбитым белком, скатать в рулеты. Рулеты выложить на застеленный пергаментной бумагой противень, смазать взбитым желтком, посыпать маком и запекать в нагретой до 200°C духовке до золотистого цвета.

► При подаче нарезать кусочками.





Рулетики с беконом

250 г слоеного теста, 150 г бекона, 1 стручок болгарского перца, 1 яйцо, растительное масло, черный и красный молотый перец - по вкусу.

► Бекон нарезать тонкими ломтиками, перец нашинковать тонкой соломкой.

► Тесто раскатать в пласт толщиной 2-3 см, выложить ломтики бекона, посыпать болгарским перцем, свернуть рулетом. Нарезать рулет кусочками толщиной 5-7 мм, выложить на смазанный растительным маслом противень.

► Смазать взбитым яйцом, посыпать черным и красным молотым перцем. Запекать в нагретой до 180°C духовке 5-7 минут, до золотистого цвета.

Вариант блюда

Тесто посыпать тертым твердым сыром и далее готовить по рецепту. Вместо бекона можно использовать копченую грудинку.

Песочные рулетики ▶

500 г муки, 200 г маргарина, 2 желтка, 1 стакан кефира, 50 г свежих дрожжей.

Для начинки: 500 г вареного мяса, 2-3 кусочка белого хлеба, 1/2 стакана мясного бульона, 1 яйцо, 1 луковица, 3-4 ст.ложки маргарина, соль, черный молотый перец - по вкусу.

▶ С кусочков белого хлеба срезать корочки, мякиш размочить в бульоне, отжать. Лук нарезать кубиками и обжарить на маргарине до золотистого цвета. Мясо нарезать небольшими кусочками, измельчить в блендере вместе с луком и хлебом, добавить яйцо, по вкусу посолить и приправить перцем, взбивать еще 2-3 минуты, до образования однородной массы.

▶ Муку просеять, выложить маргарин, порубить ножом до образования мелкой крошки, добавить желтки, дрожжи, кефир и муку, замесить гладкое эластичное тесто.

▶ Раскатать в пласт толщиной 3-5 мм, нарезать полосками шириной 8-10 см, смазать полоски мясной начинкой, свернуть в рулеты.

▶ Нарезать рулеты кусочками, выложить на застеленный пергаментной бумагой противень, смазать белком и выпекать в нагретой до 220-250°C духовке 15-20 минут, до золотистого цвета.

Слоеный рулет

500 г слоеного теста, 300 г вешенок, 1 небольшой окорочок, 1 большая луковица, 2-3 маринованных огурца, 3 яйца, 1/2 стакана ядер грецких орехов, зеленый лук, по 1/2 пучка зелени петрушки и укропа, 1 желток для смазки, растительное масло для жаренья, мука, соль.

▶ Грибы и лук мелко нарезать, обжарить на масле до готовности, охладить. Окорочок отварить, отделить мясо от костей, пропустить через мясорубку. Вареные яйца нарезать мелкими кубиками, орехи потолочь, огурцы и зелень мелко порубить. Подготовленные продукты соединить, по вкусу посолить, хорошо перемешать.

▶ Тесто разморозить, раскатать в длинный пласт на присыпанной мукой доске.

▶ Сверху выложить ровным слоем начинку, свернуть в рулет, смазать взбитым желтком. Выложить на противень и выпекать в нагретой до 180°C духовке 25-30 минут.



Овощной рулет

250 г готового слоеного теста, 1 луковица, 300 г мороженой овощной смеси (зеленый горошек, кукуруза, красная и спаржевая фасоль, болгарский перец, морковь), 1-2 вареные картофелины, 1/2 стакана сметаны, 1 яйцо, 2-3 ст.ложки сливочного масла, соль, карри, черный и красный молотый перец - по вкусу.

► Лук нарезать мелкими кубиками и обжарить на сливочном масле до мягкости, добавить, не размораживая, овощи, накрыть крышкой и потушить на среднем огне 5 минут, чтобы овощи оттаяли.

► После добавить тертый на мелкой терке картофель и сметану, по вкусу посолить, приправить карри и перцем, потушить на слабом огне 2-3 минуты. Остудить, добавить яйцо, тщательно перемешать.

► Тесто разморозить, слегка раскатать, на середину выложить овощную начинку, аккуратно скатать в рулет. Выложить в силиконовую форму для кексов прямоугольной формы. Выпекать рулет в нагретой до 180°C духовке 35-40 минут, за 3-5 минут до готовности смазать взбитым яйцом или молоком.

► При подаче рулет нарезать кусочками, украсить зеленью.





Острые рулетики с томатной начинкой

500 г готового дрожжевого теста.

Для начинки: 1 помидор, по 100 г твердого сыра и любых грибов, соль, черный молотый перец, чеснок, зелень базилика - по вкусу, 1 яйцо.

► Тесто раскатать в пласт толщиной 5 мм, нарезать полосками шириной 7-8 см.

► Помидор нарезать мелкими кубиками, сыр натереть на мелкой терке, грибы измельчить и обжарить до готовности. Чеснок пропустить через пресс, базилик мелко порубить.

► На каждую полоску теста выложить кубики помидора, посолить и поперчить, посыпать базиликом, добавить чеснок, сверху выложить грибы, посыпать тертым сыром.

► Завернуть полоски начинкой в рулетики, края защипнуть, чтобы не вывалилась начинка. Переложить на смазанный маслом противень, смазать каждый рулетик сверху взбитым яйцом, выпекать в духовке при 180°C до золотистого цвета.

Рулет с сыром

3 стакана муки, 1 стакан воды, 1 яйцо, 1/4 ч.ложки соды, растительное масло, 150 г твердого сыра.

► Соединить муку и яйцо, добавить гашенную уксусом соду и воду, замесить гладкое эластичное тесто. Завернуть тесто в пищевую пленку, оставить на 30-40 минут.

► После тонко раскатать, смазать растительным маслом, посыпать тертым сыром, свернуть в рулет.

► Смазать взбитым яйцом, выложить на смазанный растительным маслом противень, выпекать в нагретой до 180°C духовке 15 минут. Готовый рулет нарезать кусочками.

В сыр для пикантности можно добавить рубленую зелень или болгарский перец, нарезанный мелкими кубиками.





Блинчики с шпротами

Для блинов: 3 яйца, 2 ст.ложки сахара, 1-1,5 ч.ложки соли, 3 стакана молока, 2 стакана муки, растительное масло для жаренья.

Для начинки: 150-200 г сыра, 2-3 ст.ложки майонеза, 1 банка шпрот, 1-2 дольки чеснока, соль - по вкусу.

► Приготовить блинчики: яйца растереть с солью и сахаром, добавить молоко, всыпать муку, тщательно перемешать, чтобы не было комочков, оставить на 20-30 минут. После добавить 2 ст.ложки растительного масла, перемешать. Выпечь тонкие блинчики на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом, с двух сторон до золотистого цвета.

► Приготовить начинку: с шпрот слить масло, сыр натереть на мелкой терке, добавить измельченный чеснок и майонез, тщательно перемешать.

► На блинчики выложить сырную массу и шпроты, свернуть в рулетики. Накрыть пищевой пленкой и убрать в холодильник на 1-2 часа.

► При подаче нарезать кусочками наискосок, выложить на тарелку, украсить зеленью и дольками свежих овощей.



«Хлеб» с оливками и маслинами

2 стакана муки, 1 ч.ложка сухих дрожжей,
по 1 банке маслин и оливок, 100 г бекона,
3 ст.ложки оливкового или растительного мас-
ла, 1/2 ч.ложки мелкой морской соли.

► Муку соединить с дрожжами и солью, добавить 1 стакан теплой воды, вымешивать тесто до тех пор, пока не начнет отставать от стенок посуды и рук.

► Накрыть влажным полотенцем и оставить в теплом месте на 2 часа. После обмять, накрыть полотенцем и дать постоять еще 1-1,5 часа.

► Оливки, маслины и бекон мелко нарезать, добавить оливковое масло, перемешать.

► Тесто разделить на небольшие кусочки, раскатать в лепешки толщиной 1 см, сверху равномерно распределить начинку. Свернуть рулетиками, слегка прижать ладонью.

► На каждом рулетике сделать глубокие надрезы, выложить на смазанный растительным маслом противень. Смазать взбитым яйцом, оставить на 10-15 минут для расстойки. Выпекать в нагретой до 200°C духовке 20-25 минут.

Рогалики с орехами

Для теста: 400 г маргарина, 1 стакан молока, 2 ст.ложки сахара, 3 яйца, 1,5 ст.ложки сухих дрожжей, 1 ч.ложка соли, мука.

Для посыпки: 1 стакан сахара, 1 стакан измельченных грецких орехов.

► Дрожжи развести в теплом молоке с сахаром. Маргарин растопить, добавить разведенные дрожжи, соль и яйца, тщательно перемешать. Затем понемногу всыпать столько муки, чтобы получилось мягкое эластичное тесто.

► Тесто разделить на 2-3 части, раскатать в лепешки толщиной 3-5 мм, разрезать их на 8 треугольников. Каждый треугольник обвалять с двух сторон в сахаре, смешанном с орехами, свернуть рогалики, начиная с широкого конца.

► Выложить рогалики на застеленный пергаментной бумагой противень, оставить на 20-30 минут. После выпекать в нагретой до 200°C духовке до золотистого цвета.



Медовые трубочки с грецкими орехами ►

2 яйца, 3 ст.ложки сахара, 2 ст.ложки растительного масла, 2 ч.ложки меда, 2 стакана муки, ванильный сахар - по вкусу.

Начинка: 1 стакан ядер грецких орехов, 2 ст.ложки меда, 100 г кураги.

►Приготовить начинку: орехи и курагу пропустить через мясорубку, добавить растопленный мед, тщательно перемешать.

►Яйца растереть с сахаром, добавить мед, растительное масло, ванильный сахар, муку, замесить густое тесто. Тесто раскатать в пласт толщиной 5 мм, нарезать на прямоугольники 5х10 см.

►На каждый прямоугольник выложить по 1 стложке начинки, свернуть трубочками. Смазать трубочки взбитым яйцом, переложить на застеленный пергаментной бумагой противень. Выпекать в духовке при 180°C 15-20 минут.

►При подаче полить растопленным медом.

Рогалики с мармеладом

1/2 стакана минеральной воды, 1/2 стакана растительного масла, 1,5 стакана муки, разноцветный мармелад и шоколад для украшения.

►Соединить муку, минеральную воду и растительное масло, замесить не очень крутое тесто, раскатать в круглый пласт.

►Разрезать его на сектора, на широкую часть каждого кусочка теста положить мармелад, свернуть рогалики.

►Переложить на смазанный маслом противень и выпекать в духовке при 200°C 10-15 минут.

►Готовые рогалики украсить растопленным шоколадом.





Рулет «Медовый»

3 яйца, 6 ст.ложек сахара, 2 ст.ложки жидкого меда, 1 ч.ложка гашеной уксусом или соком лимона соды, 1 стакан муки, 1 стакан сметаны, мак, орехи или мармелад.

- ▶ Яйца растереть с сахаром и медом, добавить соду, всыпать муку, тщательно перемешать или взбить миксером.
- ▶ Противень выстелить промасленной пергаментной бумагой, вылить тесто слоем толщиной 3-5 мм и выпекать в нагретой до 180°C духовке 5-6 минут.
- ▶ Горячий корж снять с противня, смазать сметаной, посыпать маком, орехами или нарезанным мелкими кубиками мармеладом, свернуть в рулет.
- ▶ Обвалять рулет в маке, оставить для пропитки на 2-3 часа. При подаче нарезать кусочками, выложить на тарелку, украсить взбитой с сахаром сметаной, ягодами и подавать.

Рулет «Золотистый»

3 яйца, 5 ст.ложек сухого молока, 1/2 ч.ложки соды, 4 ст.ложки муки, 1 стакан повидла, 1-2 ст.ложки сливочного или растительного масла.

► Яйца взбить, добавить сухое молоко, соду и муку, тщательно перемешать. Тесто вылить на смазанный маслом противень слоем толщиной 5-7 мм. Выпекать в нагретой до 180°C духовке 6-7 минут, до золотистого цвета.

► Горячий корж смазать повидлом, свернуть в рулет. Рулет остудить, нарезать кусочками, выложить на тарелку, украсить ягодами и подавать.

По желанию рулет можно посыпать сахарной пудрой, полить глазурью или обвалять в кокосовой стружке, измельченных кукурузных хлопьях.



Рулет с виноградом ▶

Для теста: 250 г муки, 50 г сливочного масла или маргарина, щепотка соли, 1 яйцо, 2 ст.ложки 6%-ного уксуса, 2 ст.ложки воды.

Для начинки: 200-300 г винограда, 150 г сливочного масла, 150 г измельченных орехов, 1 стакан сахара, сахарная пудра.

▶ Муку просеять, добавить соль, размягченное масло, яйцо, уксус и воду, замесить мягкое эластичное тесто.

▶ Приготовить начинку: виноград разрезать вдоль пополам, удалить косточки. Размягченное масло растереть с орехами и сахаром.

▶ Тесто разделить на 2 части, раскатать в прямоугольные пласты толщиной 3-5 мм, смазать маслом с орехами, уложить половинки винограда, свернуть в рулеты.

▶ Выложить рулеты на застеленный пергаментной бумагой противень, наколоть в нескольких местах вилкой, смазать молоком и выпекать в нагретой до 200°C духовке до золотистого цвета.

▶ Остудить, нарезать ломтиками, посыпать сахарной пудрой, украсить виноградом и подавать.

Рулетики с киви

2 киви, 1 ст.ложка сахара, 100 г творога, 50 г маргарина, 1,5 стакана муки, 1 яйцо.

▶ Маргарин растереть с творогом, всыпать муку, вымесить тесто. Завернуть его в пищевую пленку, убрать в холодильник на 2-3 часа.

▶ Киви очистить, нарезать дольками.

▶ Охлажденное тесто раскатать в прямоугольный пласт толщиной 1-1,5 см, выложить сверху дольки киви, засыпать сахаром.

▶ Свернуть в рулет, переложить на смазанный маслом противень, смазать сверху взбитым яйцом. Выпекать в духовке при 180°C 25-30 минут.

▶ Готовый рулет нарезать ломтиками, украсить свежими фруктами и подавать.





Бисквитные рулеты с клубникой

Для бисквита: 4 яйца, 100 г сахара, 100 г муки, ванилин.

Для крема: 200 г обезжиренного творога, 150 г сахара, 1 яичный желток, 1/2 стакана 20%-ных сливок, 300 г клубники.

- ▶ Приготовить крем: клубнику промыть, обсушить, смешать со 100 г сахара, измельчить в пюре, протереть через сито, чтобы не осталось косточек.
- ▶ Желток взбить с оставшимся сахаром, соединить с творогом и сливками, взбивать до получения однородной массы.
- ▶ Приготовить тесто: белки отделить от желтков, взбить, постепенно добавляя сахар и ванилин. Затем подмешать желтки и муку.
- ▶ Противень застелить промасленной бумагой, перелить тесто, выпекать корж в духовке при 180°C 5-10 минут.
- ▶ Готовый бисквит смазать творожным кремом, сверху выложить протертую клубнику, свернуть в рулет.
- ▶ Завернуть рулет в пищевую пленку, убрать в холодильник на 2-3 часа. При подаче нарезать кусочками, украсить листочками мяты и ягодами клубники.

Рулет творожный с морковью и свеклой

200 г творога, по 2 небольшие моркови и свеклы, 2 ст.ложки манной крупы, 4 ст.ложки муки, 2 яйца, 1,5 ст.ложки сметаны, по 50 г чернослива и кураги, 1 ст.ложка сливочного масла, сахар, ванильный сахар, соль, панировочные сухари - по вкусу.

► Морковь и свеклу очистить, нарезать мелкими кубиками, потушить на сливочном масле до мягкости, по вкусу посолить. Курагу и чернослив распарить.

► Приготовить тесто: яйца растереть с сахаром, соединить с творогом, добавить сметану, манную крупу и муку, тщательно перемешать.

► На влажное полотенце выложить творожное тесто, раскатать в пласт толщиной 1,5-2 см, сверху уложить морковь, свеклу, курагу и чернослив. Свернуть в рулет, обвалять в сухарях, выложить на застеленный пергаментной бумагой противень.

► Выпекать в нагретой до 180°C духовке до золотистого цвета.

► При подаче нарезать кусочками, отдельно подать сметану или варенье.



Пирог с курагой и орехами ▶

2,5 стакана муки, 20 г сухих дрожжей, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана молока, 2 яйца, 100 г сливочного масла, щепотка соли.

Для начинки: 2 стакана кураги, 1/2 стакана измельченных грецких орехов, 1/2 стакана меда, молотая корица - по вкусу.

▶ Дрожжи растворить в теплом молоке, поставить на 10-15 минут в теплое место. Муку просеять горкой на стол, в середине сделать углубление.

▶ Добавить дрожжи с молоком, сахар, соль, размягченное сливочное масло, яйца и замесить тесто, вымешивая не менее 5-7 минут.

▶ Накрыть полотенцем, убрать в теплое место, дать подойти. Затем тесто присыпать мукой, обмять руками, дать подойти еще раз.

▶ Курагу распарить, нарезать мелкими кубиками, соединить с орехами и медом, тщательно перемешать.

▶ Тесто раскатать в пласт толщиной 5-7 мм, смазать начинкой, посыпать молотой корицей, свернуть в рулет. Нарезать рулет кусочками длиной 3-5 см, выложить в форму, застеленную пергаментной бумагой, на расстоянии 5 мм друг от друга.

▶ Поставить пирог в теплое место на 20-30 минут для расстойки, после смазать взбитым яйцом и выпекать в предварительно нагретой до 200°C духовке 35-40 минут.

Круассаны с банановой начинкой

500 г готового слоеного теста, 4 банана, сахар, сахарная пудра.

▶ Тесто разморозить, несильно раскатать и нарезать на небольшие треугольники.

▶ Бананы нарезать небольшими ломтиками. На каждый кусочек теста положить по 2-3 ломтика банана, посыпать по вкусу сахаром и, начиная с широкой стороны, скатать в трубочки.

▶ Холодный противень смазать маслом, побрызгать водой, переложить круассаны. Выпекать в духовке при 190°C 10-15 минут.

▶ Готовые круассаны посыпать сахарной пудрой.



Хотите, чтобы ваш семейный обед или праздничное застолье имели успех? Поставьте на стол блюдо с рулетом!

Вопреки сложившемуся мнению приготовление сытных, сладких или закусочных рулетиков не отнимает много времени, не требует от вас квалификации шеф-повара и особых денежных затрат.

А экспериментируя с начинками, вы можете придумать немало новых блюд.

ISBN 978-5-434600-02-6



9 785434 600026



4 607074 332981

1 1 0 0 1

