

Вероника Мюллер



ЗАПЕКАНКИ

несложно и вкусно



© 1996 Gräfe und Unzer Verlag GmbH München

© «Оникс», 1997. Перевод на русский язык.

ISBN 5-89270-077-1

ЛР № 064496 от 13.03.96 г.

Издательство «Оникс»

107066, Москва, ул. Доброслободская, 5а

Отдел реализации:

тел. (095) 110-02-02, 255-51-02

Отпечатано в Словакии

по лицензии издательства

«Gräfe und Unzer» (Германия)



Воздушные запеканки,

приготавливаемые в духовом шкафу, можно довести до совершенства. Простые в приготовлении, соблазнительно поджаристые и такие разнообразные — они полюбились взрослым и детям.

Сладкие или пикантные овощи, мясо, рис, лапша, фрукты могут превратиться в воздушную запеканку или суфле.

Запеканки удаются легко, с суфле же забот несколько больше: к столу его следует подавать накрытым салфеткой, поскольку любое движение воздуха может отрицательно сказаться на внешнем виде.

Представляем Вашему вниманию многообразие изысканных блюд.



ЗАПЕКАНКА ИЗ ПАПРИКИ И ПОМИДОРОВ С СЫРОМ

Нежная золотистая корочка запеченного сыра придает блюду праздничный вид.

Для праздничного стола

На 4 порции:

- 500 г небольших картофелин
- соль
- 3 стручка паприки (зеленый, красный и желтый)
- 250 г по возможности мелких крепких помидоров
- 300 г ветчинной колбасы (нарезанной кружочками толщиной примерно 1 см)
- 50 г сливочного масла
- 3 яйца
- 200 г сливок
- 175 г сыра гауда
- протертый мускатный орех
- красный перец.

Время приготовления: около 40 минут

Время выпечки: 35–40 минут

В 1 порции около 3900 кДж/930 ккал

1. Картофель помыть, очистить и нарезать тонкими кружками. Опустить нарезанный картофель в подсоленную кипящую воду и бланшировать в течение 3 минут, затем отбросить на сито и дать стечь воде. Стручки перца промыть, разделить на восемь частей и вынуть сердцевину.
2. Помидоры помыть и дать им подсохнуть. Каждый помидор проко-

лоть в двух-трех местах деревянной палочкой. Ветчинную колбасу нарезать кубиками размером примерно 1 см.

3. Духовку нагреть до 220°C. Форму из огнеупорного материала обильно смазать сливочным маслом (1 столовая ложка) (стр.18). Сначала положить в нее половину порции картофеля, затем слоями уложить половину приготовленной порции паприки, ветчинную колбасу, помидоры и оставшийся картофель.
4. Яйца вместе со сливками и 125 г сыра хорошенько взбить, приправить мускатным орехом, красным перцем и солью и залить взбитой массой содержимое формы. Оставшуюся порцию паприки уложить сверху по принципу кровельной черепицы.
5. Затем посыпать запеканку оставшимся сыром, а остатки масла равномерно распределить мелкими хлопьями по всей поверхности.
6. Накрыть содержимое формы алюминиевой фольгой и поставить в духовку (середина, температура 200°C). Запекать 30–40 минут. Через 20 минут фольгу снять. Подавать запеканку в форме, где она готовилась.



ЗАПЕКАНКА С ОПЯТАМИ И ВЕТЧИНОЙ

Хорошо также использовать бурые шампиньоны.

Изысканное блюдо, готовится просто

На 4 порции:

- 250 г вареной ветчины без жира (нарезанной кружочками толщиной примерно 1 см)
- 500 г опят
- 2 средние луковицы
- 60 г сливочного масла
- 2 дольки чеснока
- 1 пучок зелени (по сезону)
- соль
- молотый белый перец
- тертый мускатный орех
- 3 яйца
- 1 ч. ложка лимонного сока
- 200 г сливок
- 3 ст. ложки толченых сухарей.

Время приготовления: около 30 минут

Время запекания: около 25 минут

В 1 порции около 2600 кДж/620 ккал

1. Ветчину нарезать кубиками размером 1 см. Опята протереть влажной салфеткой и нарезать полосками. Луковицы очистить и нарезать мелкими кубиками. Половину сливочного масла разогреть на сковороде, положить туда лук и потушить до прозрачности на небольшом огне. Добавить грибы. Дольки чеснока очистить и пропустить через пресс.
2. Все вместе тушить до тех пор, пока из грибов не выпарится вся

влага. Снять сковороду с огня. Зелень вымыть, слегка промокнуть полотенцем и мелко порубить. Половину порции отложить в сторону. Остальную часть вместе с ветчиной смешать с грибами. Грибную смесь приправить солью, перцем и мускатным орехом. Духовку нагреть до 220°C.

3. Отделить яичные желтки от белков. Белки с соком лимона взбить в густую массу (стр.19). Желтки взбить со сливками, залить в грибную смесь и еще раз все перемешать. Затем добавить взбитые белки.
4. Высокую форму из огнеупорного материала слегка смазать маслом и посыпать половиной толченых сухарей (стр.18). Грибную массу выложить в форму, разровнять и посыпать оставшимися толчеными сухарями. Остаток масла растопить и разбрызгать по поверхности грибной массы.
5. Выпекать запеканку в духовке (середина, температура 180°C) в течение 25 минут. Если ее верх слишком подрумянится, то минут через 15 следует закрыть форму пергаментной бумагой. Посыпать оставшейся зеленью и подать на стол.



ЗАПЕКАНКА ИЗ КАПУСТЫ БРОККОЛИ С СЫРОМ

*Благодаря взбитым яичным белкам
запеканка получается воздушной и рыхлой, как суфле.*

Для праздничного стола

На 4 порции:

- 1 кг капусты брокколи
- соль
- 80 г сливочного масла
- 60 г муки
- 375 мл молока
- 200 г сливок
- 4 яйца
- 150 г натертого сыра гауда
- молотый белый перец, натертый мускатный орех
- 40 г молотых лесных орехов

Время приготовления: около 30 минут

Время запекания: около 1 часа

В 1 порции около 3600 кДж / 860 ккал

1. Капусту помыть и отделить кочерыжки от соцветий. Кочерыжки почистить. Тонкие кочерыжки оставить целыми, а толстые разрезать вдоль пополам и нарезать кусочками длиной примерно 2 см. В большой кастрюле вскипятить 3 л подсоленной воды и в течение 3 минут бланшировать в ней соцветия и кочерыжки, затем слить воду, обдать капусту холодной водой, откинуть на сито и дать хорошо стечь воде (стр.18). После этого капусту разложить на полотенце.

2. Растопить в кастрюле 60 г сливочного масла, всыпать муку при

постоянном помешивании и разогревать до образования пузырьков. Постепенно малыми порциями вливать молоко, затем сливки, не переставая хорошо перемешивать смесь венчиком (стр.35). Проварить на медленном огне примерно 20 минут при помешивании.

3. Снять соус с плиты. У яиц отделить желтки от белков (стр.19). Желтки, 100 г сыра и небольшое количество соуса слегка взбить и смешать с основной массой соуса. Соус приправить солью, перцем и мускатным орехом. Нагреть духовку до 180°C.

4. Белки со щепоткой соли взбить в тугую массу (стр.19) и ввести в соус. Высокую форму смазать оставшимся маслом и посыпать половиной лесных орехов (стр.18). Половину полученной массы выложить в форму, распределить брокколи и все залить оставшейся массой. Оставшиеся орехи насыпать сверху.

5. Поставить форму в духовку (внизу, температура 160°C) и запекать в течение 1 часа. Готовность обязательно проверять деревянной палочкой (стр.19).



ЗАПЕКАНКА ИЗ МОЛОДОЙ СЕЛЬДИ С ЛУКОМ

Хорошо известное блюдо голландской кухни.

Легко готовится, всегда удается

На 4 порции:

- 8 шт. филе сельди (каждая примерно 60 г)
- 3 стебля молодого лука-порея
- 800 г картофеля одинакового размера
- 85 г сливочного масла
- молотый черный перец
- 250 г сливок
- 3 ст. ложки толченых сухарей

Время приготовления: около 20 минут

Время запекания: около 45 минут

В 1 порции около 3500 кДж/830 ккал

1. Филе сельди обмыть под струей воды и слегка промокнуть сухой салфеткой. Кости удалить пинцетом. Нарезать полосками шириной 3 см.
2. С лука срезать твердые зеленые ростки. Стержень разрезать вдоль на две половинки, отделить аккуратно друг от друга и промыть под струей воды. Дать стечь воде и нарезать лук по диагонали кольцами толщиной 1 см.
3. Картофель помыть, очистить и нарезать тонкими кружками. Форму для выпечки хорошо смазать маслом (стр.18). Остальное

масло растопить. Нагреть духовку до 200°C.

4. Подготовленные компоненты уложить в форму слоями, начиная с картофеля. При этом каждый слой картофеля надо слегка опрыскивать растопленным маслом, а каждый слой сельди посыпать перцем. Оставить немного масла. Последний (верхний) слой должен быть из картофеля.
5. Сливки вскипятить и поварить минут пять при постоянном помешивании. Залить ими содержимое формы, посыпать толчеными сухарями и побрызгать оставшимся маслом. Запекать в духовке (середина, температура 180°C) приблизительно 45 минут.

☞ Филе сельди обычно продается в рассоле или в масле, а также в развес или в вакуумных упаковках. Сельдь в масле и свежая сельдь в мае или июне, как правило, настолько нежная, что ее надо лишь слегка промыть в воде. Сельдь же из рассола следует вымачивать в воде по меньшей мере 30 минут. Она будет особенно вкусной, если ее положить в молоко или в не очень крепко заваренный холодный чай.



ЛАПШЕВНИК С СЫРОМ ТРЕХ СОРТОВ

В этой запеканке можно наилучшим образом использовать остатки сыров.

Изысканно

На 4 порции:

- 1 стручок красного перца
- 1 большая луковица
- 3 ст. ложки оливкового масла
- 20 г сливочного масла
- 250 г рубленого говяжьего мяса
- 1–2 дольки чеснока
- 1 небольшая банка очищенных томатов (400 г)
- 1 ч. ложка орегано
- 1 ч. ложка чабреца
- соль
- молотый белый перец
- 400 г макарон
- 125 г натертого сыра моцарелла
- 125 г натертого сыра пармезан
- 125 г натертого сыра эмменталь
- 3 яйца
- 100 г сметаны
- натертый мускатный орех

Время приготовления: около 25 минут

Время запекания: около 40 минут

В 1 порции около 4700 кДж/1100 ккал

1. Из стручка красного перца удалить основание стебля. Стручок разрезать пополам вдоль и вынуть зернышки, половинки промыть и мелко порубить. Луковицу очистить и нарезать мелкими кубиками. На сковороде разогреть 2 столовые ложки оливкового масла и сливочное масло. Положить лук и на среднем огне жарить до прозрачности.

2. Красный перец и рубленое мясо положить на сковороду с луком и жарить при постоянном помешивании до тех пор, пока мясо не станет рассыпчатым. Очистить чеснок и прессом выдавить в мясо. Помидоры крупно нарезать, вместе с соком добавить в мясо и все перемешать. Все вместе варить, периодически помешивая, до тех пор, пока масса не станет густой. Затем приправить орегано, чабрецом, солью и перцем.
3. Одновременно вскипятить 4 л подсоленной воды. Опустить макароны и варить до готовности 12 минут. Отбросить на дуршлаг, промыть в холодной воде и дать ей стечь. Добавить сыр моцарелла. Духовку нагреть до 200°C.
4. Форму для выпечки смазать оставшимся оливковым маслом (стр.18). Положить макароны, затем по 100 г сыра пармезан и эмменталь, добавить мясо с овощами и закрыть слоем макарон.
5. Яйца перемешать со сметаной, приправить мускатным орехом и полученной смесью залить запеканку, сверху посыпать оставшимся сыром и поставить в духовку (середина, температура 180°C) приблизительно на 40 минут.



ПИКАНТНАЯ РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА

Рис вымачивают в молоке, что придает ему тонкий вкус.

Для праздничного стола

На 4 порции:

- 375 мл молока
- 150 г длиннозернистого риса
- 250 г мелких шампиньонов
- 2 луковицы
- 80 г сливочного масла
- 1 банка помидоров (500 г)
- 1 ч. ложка сухой зелени
- молотый черный перец
- 150 г сыра мортаделла, нарезанного не слишком тонко
- 4 яйца
- 125 г натертого сыра пармезан
- 200 г замороженного горошка
- 3 ст. ложки толченых сухарей

Время приготовления: около 45 минут

Время запекания: около 30 минут

В 1 порции около 3600 кДж/860 ккал

1. Молоко вскипятить. Опустить рис в кипящее молоко и томить на слабом огне 20–25 минут, часто помешивая. Шампиньоны очистить и нарезать тонкими кружочками. Луковицу очистить и мелко нарезать.
2. Растопить на сковороде половину сливочного масла. Положить лук и поджарить на среднем огне до прозрачности. Добавить шампиньоны и немного прожарить вместе с луком. Выложить помидоры и все вместе потушить на слабом

огне 20 минут, а затем приправить солью, зеленью и перцем.

3. Сыр мортаделла нарезать полосками длиной примерно 3 см. Рис снять с плиты. У яиц отделить белки от желтков (стр.19). Желтки взбить венчиком со 100 г сыра пармезан и смешать с неоттаявшим горошком и сыром мортаделла; все это добавить в рис и еще раз как следует размешать. Духовку нагреть до 200°C.
4. Белки со щепоткой соли хорошо взбить в тугую пену (стр.19) и ввести в рис. Высокую форму для выпечки смазать небольшим количеством сливочного масла и посыпать толчеными сухарями (стр.18). Выложить в форму $\frac{1}{3}$ часть риса, залить половиной грибного соуса, снова положить $\frac{1}{3}$ часть риса и залить второй половиной порции грибного соуса. Сверху выложить оставшийся рис.
5. Толченые сухари перемешать с оставшимся сыром и посыпать смесью слой риса. Остатки масла распределить маленькими хлопьями по всей поверхности запеканки. Запекать в духовке (внизу, 180°C) примерно 30 минут.



ЗАПЕКАНКА ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С ВЕТЧИНОЙ

Под тонкой корочкой сыра пирог будет воздушным и напомнит суфле.

Проста в приготовлении и всегда удается

На 4 порции:

- 1 кочан цветной капусты (1 кг)
- соль
- 100 г вареной ветчины без жира (нарезанной кружочками толщиной 1 см)
- 50 г сливочного масла
- 1 ст. ложка панировочных сухарей
- 40 г муки
- $\frac{1}{4}$ л молока
- 200 г сливок
- 3 яйца
- 100 г натертого сыра эмменталь
- молотый белый перец
- тертый мускатный орех

Для обсыпки:

- нарезанная зелень петрушки (1 ст. ложка)

Время подготовки: около 40 минут

Время запекания: около 30 минут

1. Цветную капусту разделить на небольшие соцветия и промыть. Кочерыжку очистить. Вскипятить хорошо подсоленную воду, опустить в нее соцветия и кочерыжку и бланшировать примерно 5 минут (стр.18). Затем отвар слить, обдать капусту холодной водой и дать стечь остаткам воды. Ветчину нарезать кубиками размером 1 см.
2. Форму для запеканки смазать сливочным маслом (1 чайная ложка) и посыпать панировочными

сухарями. Остальное масло положить в кастрюлю и растопить. Произвести мучную подправку (стр.35), погасить молоком и проварить в течение 5 минут при постоянном помешивании.

3. Взять 6 столовых ложек из общего количества сливок. Отделить яичные белки от желтков (стр.19). Смешать желтки с 50 г сыра и оставшимися сливками и хорошо перемешать. Соус снять с плиты и смешать с яичной смесью. Кочерыжки цветной капусты взбить миксером в пюреобразную массу, а затем смешать с соусом. Добавить по вкусу соль, перец и мускатный орех.
4. Духовку нагреть до 200°C. Белки с добавлением щепотки соли хорошо взбить в тугую пену (стр.19) и ввести в соус. Затем форму повторно заполнить соусом, соцветиями цветной капусты и вареной ветчиной. Оставшийся сыр перемешать с 6 столовыми ложками сливок и распределить по всей поверхности запеканки. Поставить в духовку, нагретую до 180°C (внизу), и выпекать примерно 30 минут.



ФОРМА ДЛЯ ВЫПЕЧКИ



1 Готовая запеканка или суфле легко отстанут от стенок и дна формы, если ее предварительно смазать мягким сливочным маслом с помощью специальной бумаги или кисточкой.



2 Насыпать в форму слоями муку, толченые сухари, тертый сыр, бисквитные крошки либо размельченные орехи. Несколько раз потрясти, чтобы все это полностью закрыло дно и стенки.

ПОДГОТОВКА ОВОЩЕЙ



1 Чем мельче и равномернее будут нарезаны овощи, тем быстрее они запекутся. Овощи можно нарезать кубиками или кружками, либо нашинковать на терке.



2 Бланширование: у капусты брокколи отделить соцветия от кочерыжки, кочерыжку очистить. Опустить капусту в кипяток и варить 5-6 минут, после чего отбросить на сито и дать стечь воде.

СЫРЫЕ ЯЙЦА



1 Яйцо разбивается о край миски. Желток из одной половинки яйца выливается в другую, а белок — в миску. Затем желток выливается в другую миску.



2 Белок со щепоткой соли или небольшим количеством лимонного сока взбивается миксером до такого состояния, чтобы при разрезании его острым ножом половинки не соединялись вновь.

ГОТОВНОСТЬ ИЗДЕЛИЙ



1 Чтобы определить, достаточно ли хорошо пропеклись запеканка или суфле изнутри, надо воткнуть в ее середину длинную деревянную палочку.



2 Палочку повернуть и вынуть. Она должна быть абсолютно сухая. Если на палочке заметны частички теста, то запеканку следует подержать в духовке еще несколько минут.

СУФЛЕ ИЗ СЫРА С ВЕТЧИНОЙ

Сыры эмменталь или грейерц можно заменить и другими сортами.

Требует затрат времени

На 4 порции:

- 250 г сырокопченной или вареной ветчины
- 150 г сыра эмменталь
- 75 г сыра грейерц
- 100 г сливочного масла
- 75 г муки
- ½ л молока
- 125 г сливок
- соль
- молотый белый перец
- тертый мускатный орех
- 4 яйца
- ¼ ч. ложки крупномолотого кориандра

Для обсыпки:

- мука.

Время приготовления: около 45 минут

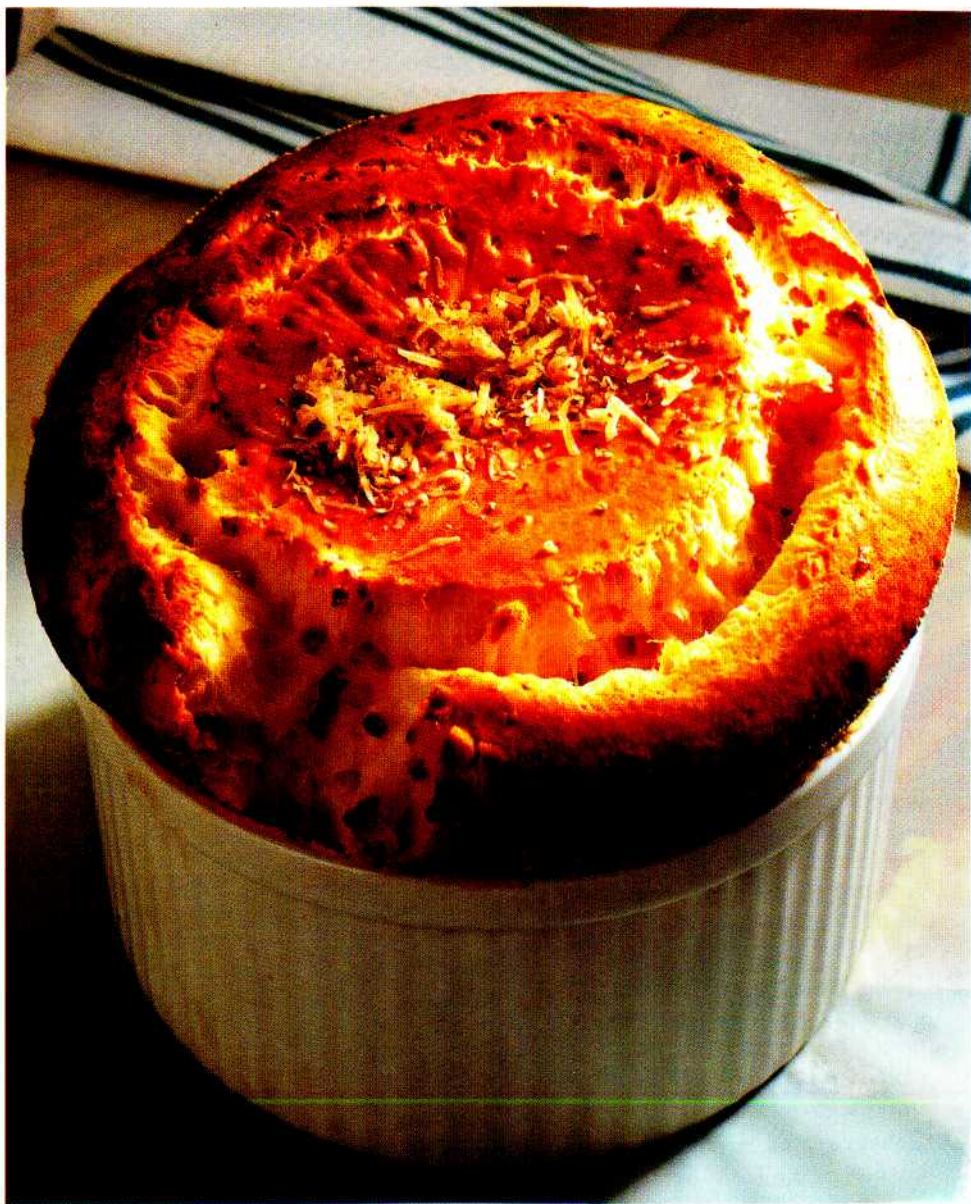
Время запекания: около 30 минут

В 1 порции около 4400 кДж / 1000 ккал

1. Ветчину нарезать маленькими кубиками. Сыр натереть не слишком мелко. Отложить в сторону 20 г сливочного масла. Остальное масло положить в кастрюлю и разогреть до состояния вспенивания, высыпать в него муку и нагревать при помешивании до образования пузырьков.
2. Медленно вливать в муку молоко при непрерывном помешивании. Все вместе варить на медленном огне в течение 20 минут (стр.35),

не забывая периодически помешивать.

3. Снять соус с плиты. Перемешать сыр обоих сортов и 2 столовые ложки этой смеси отложить в отдельную посуду. Остальной сыр и сливки добавить в кастрюлю с соусом и вымешивать до тех пор, пока сыр не расплавится. Приправить солью, перцем и мускатным орехом. Духовку нагреть до 200°C.
4. У яиц отделить белки от желтков (стр.19). Желтки взбить венчиком с небольшим количеством соуса, вылить в остальной соус и еще раз все хорошо перемешать. Белки взбить в тугую пену (стр.19) и ввести в соус. Затем добавить ветчину и все перемешать.
5. Отложенное в сторону масло растопить и смазать им высокую форму для суфле, посыпать мукой и заполнить приготовленной массой (стр.18).
6. Запекать суфле в духовке (внизу, 180°C) в течение 30 минут, затем проверить степень готовности деревянной палочкой (стр.19). После того, как суфле будет готово, смешать отложенную часть сыра с кориандром и посыпать сверху.



СУФЛЕ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

Выпекаемое в порционных формочках суфле — непревзойденная закуска.

Изысканно, удается всегда

На 4 порции:

- 500 г мелких шампиньонов
- 1–2 ч. ложки лимонного сока
- 2 луковицы лука-шалота
- 60 г сливочного масла
- 200 г замороженного горошка
- соль
- молотый белый перец
- молотый мускатный орех
- 3 яйца
- 50 г сметаны
- 75 г натертого сыра пармезан
- 50 г натертого сыра эмменталь

Время приготовления: около 40 минут

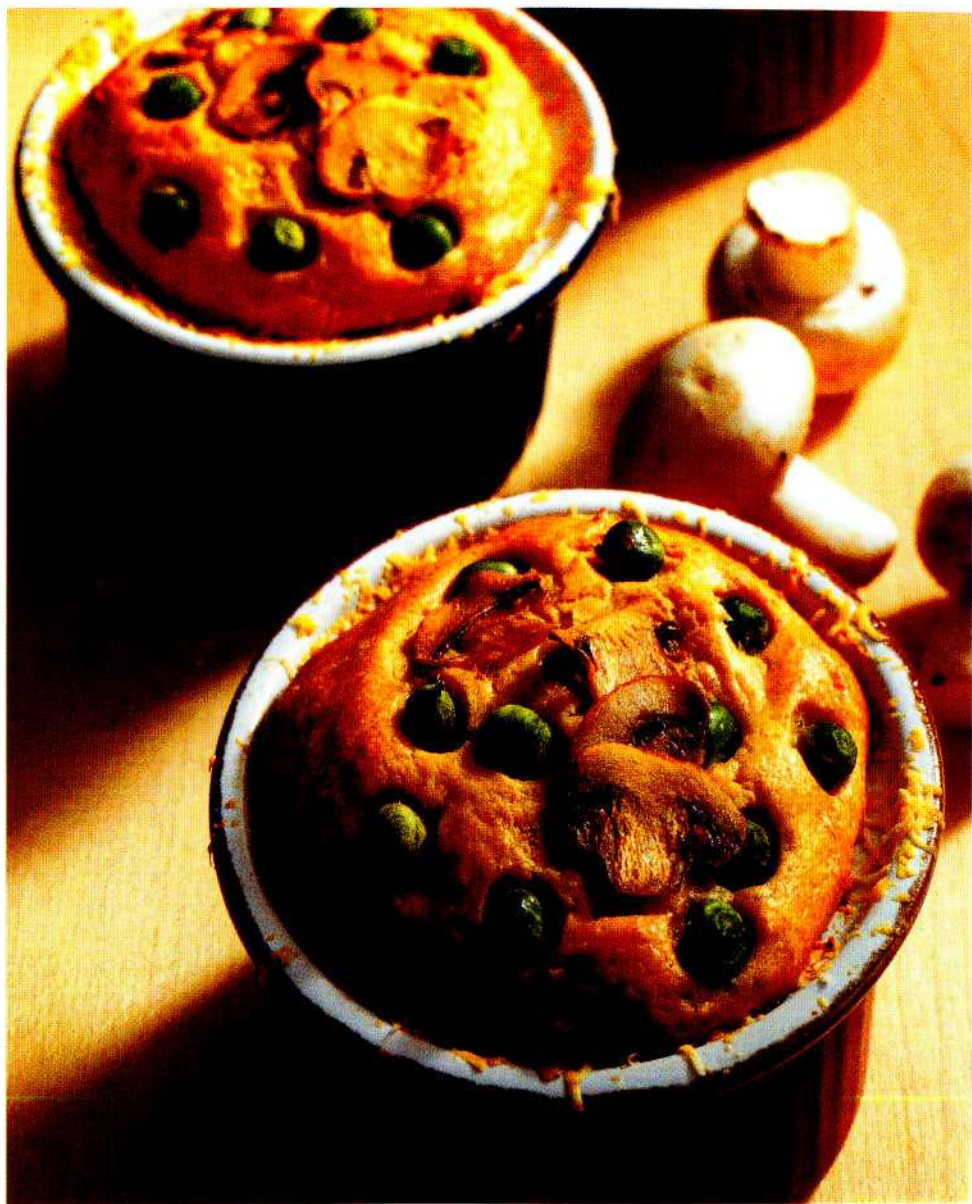
Время запекания: около 35 минут

В 1 порции около 1900 кДж / 450 ккал

1. Шампиньоны почистить и из них 10 грибочков отложить в сторону. Остальные грибы крупно нарезать и залить лимонным соком. Лук очистить и нарезать кубиками. Растопить в сковороде 50 г сливочного масла и на медленном огне поджарить лук до прозрачности.
2. Добавить в сковороду нарезанные шампиньоны и тушить при частом помешивании до тех пор, пока из грибов не выйдет вся влага. Поставить остывать.
3. Довести до кипения хорошо подсоленную воду и бланшировать в

ней горох в течение примерно 1 минуты (стр.18), затем откинуть его на сито, окатить холодной водой и дать воде стечь. Грибы обработать в миксере до пюреобразного состояния и добавить по вкусу соль, перец и мускатный орех. Нагреть духовку до 180°C.

4. У яиц отделить белки от желтков (стр.18). Белки взбить венчиком со сметаной, 50 г сыра пармезан и сыром эмменталь. Соединить с пюре из шампиньонов. Белки со щепоткой соли хорошо взбить в тугую пену (стр.19) и ввести в полученную массу.
5. Остаток масла растопить. Смазать им форму для суфле, после чего посыпать оставшимся сыром пармезан (стр.18). Заполнить форму на $\frac{1}{3}$ суфлеобразной массой, положить на нее горошек, а затем — остальную часть массы и разровнять.
6. Отложенные в сторону шампиньоны нарезать на очень тонкие кружочки и разложить по поверхности суфле по принципу кровельной черепицы. Запекать в духовке (внизу, температура 160°C) примерно 35 минут. Степень готовности определять деревянной палочкой (стр.19). Накрыть кухонным полотенцем и подать на стол.



ЗАПЕКАНКА ИЗ БЛИНЧИКОВ С ТВОРОГОМ

Дорогой десерт австро-венгерской кухни.

Требует затрат времени

На 6–8 порций:

- 6 яиц
- $\frac{1}{2}$ л молока
- 125 г сливок
- 250 г сахарной пудры
- 2 пакетика ванильного сахара
- соль
- 150 г пшеничной муки
- 250 г творога
- 100 г мягкого сливочного масла
- 1 ст. ложка порошка ванильного пудинга
- 2 ч. ложки натертой лимонной цедры
- 1 ст. ложка лимонного сока
- 100 г изюма без косточек (кишмиша)
- 4 яичных желтка
- 200 г сметаны

Для жарения блинчиков:

- топленое масло

Время приготовления: около 50 минут

Время запекания: около 30 минут

В 1 порции около 2500 кДж/600 ккал

1. 3 яйца, $\frac{1}{4}$ л молока, сливки, 50 г сахарной пудры, 1 пакетик ванильного сахара и 1 щепотку соли взбить венчиком. Муку просеять и маленькими порциями подмешивать в яичную смесь. Дать тесту постоять 10 минут (стр.34).
2. Протереть творог через сито. 80 г сливочного масла, 100 г сахарной

пудры, порошок ванильного пудинга, $\frac{1}{2}$ пакетика ванильного сахара, цедру и сок лимона взбивать венчиком миксера до пенообразного состояния, постепенно ложками добавляя творог.

3. В сковороде диаметром 16 см слегка разогреть топленое масло и в нем испечь 12 тонких блинчиков. Блинчики должны быть лишь слегка подрумянены. Складывать блинчики следует друг на друга, чтобы они не остыли, пока не испекутся остальные.
4. Духовку нагреть до 180°C. Прямоугольную форму из огнеупорного материала смазать оставшимся маслом (стр.18). Блинчики намазать творожным кремом, посыпать изюмом, скатать трубочками и положить в форму (стр.34). Запекать в духовке (середина, температура 160°C) примерно 15 минут. Яичные желтки перемешать со сметаной, 50 г сахарной пудры, оставшимися молоком и ванильным сахаром.
5. Полить этой смесью блинчики и запекать еще 15 минут. Готовое изделие посыпать сахарной пудрой и сразу же подавать на стол.



РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА С ВИШНЯМИ

Вкусное второе блюдо, которому радуются не только дети.

Совсем просто

На 4 порции:

- 1 лимон
- ½ л молока
- соль
- 150 г сахара
- 2 пакетика ванильного сахара
- 20 г сливочного масла
- 100 г риса
- 1 стакан кислой вишни (370 г)
- 2 терпких яблока
- 4 яйца
- корица в порошке
- 100 г стружки миндаля
- 1 ст. ложка молотого миндаля
- 2 апельсина
- 2 ч. ложки пищевого крахмала
- сахарная пудра по вкусу

Для формы:

- сливочное масло
- толченые сухари

Время приготовления: около 1 часа

В 1 порции около 3400 кДж/810 ккал

1. Лимон вымыть горячей водой, вытереть, срезать цедру и выжать сок. Вскипятить молоко с цедрой, 1 щепоткой соли, 50 г сахара и маслом. Всыпать рис при постоянном помешивании и варить на небольшом огне примерно 30 минут.
2. Дать стечь соку с вишен и собрать его. Яблоки почистить, разрезать на 4 части, вынуть сердцевину,

затем нарезать кубиками и полить лимонным соком.

3. У яиц отделить желтки от белков. Белки со щепоткой соли взбивать в тугую пену (стр.19), одновременно всыпая 75 г сахарного песка. Рис снять с плиты, быстро добавить в него желтки и приправить корицей. Вмешать взбитый белок и стружки миндаля.
4. Духовку нагреть до 220°C. Высокую форму смазать маслом и насыпать в нее толченые сухари (стр.18). Слойми уложить рис, вишни, яблоки. Верхний слой должен быть из риса. Посыпать молотым миндалем и оставшимся сахарным песком. Запекать в духовке (середина, температура 200°C) примерно 35 минут.
5. Вскипятить вишневый сок. Выжать сок из апельсинов и процедить его через сито. В пищевой крахмал влить немного апельсинового сока, размешать до кашеобразного состояния, а затем вылить в вишневый сок и хорошо размешать. Поставить на плиту и довести до кипения, снять с плиты, добавить оставшиеся апельсиновый сок и сахар. Запеканку посыпать сахарной пудрой и подать к ней получившийся соус.



ЗАПЕКАНКА ИЗ МАННОЙ КРУПЫ

Недорогое блюдо

На 4 порции:

- 750 мл молока
- 100 г сахара
- 1 щепотка соли
- 80 г сливочного масла
- 100 г изюма без косточек
- 50 г колотых миндальных орехов
- 1 ч. ложка натертой цедры лимона
- 6 нектаринов
- 1 пакетик порошка ванильного соуса
- 1 пакетик ванильного сахара
- 125 г сливок
- 2 яичных желтка
- 50 г протертого миндаля

Для смазывания формы:

- сливочное масло

Время приготовления: около 30 минут

Время запекания: около 1 часа

В 1 порции около 3800 кДж/900 ккал

1. Вскипятить $\frac{1}{2}$ л молока с 40 г сахара, солью и половиной порции масла. Всыпать манную крупу, помешивая, и варить на слабом огне около 20 минут. Духовку нагреть до 180°.
2. У яиц отделить белки от желтков. Белки хорошо взбить в тугую пену (стр.19). Изюм помыть и дать стечь воде.
3. Кастрюлю со сваренной манной крупой снять с плиты. Желтки взбить венчиком и добавить в манку. Ввести взбитые белки, затем положить изюм, миндаль и

цедру лимона и все перемешать. Нектарины вымыть, высушить, разрезать каждый на две части и вынуть косточки. Половинки разделить на 8 частей каждую.

4. Высокую форму для выпечки смазать маслом и положить в нее половину манной массы. Затем распределить по всей поверхности половину всех фруктов и закрыть оставшейся манной массой. Запеканку выпекать в духовке (внизу, температура 160°C) примерно 55 минут.
5. 4 столовые ложки молока смешать с порошком ванильного соуса, 20 г сахара и ванильным сахаром. Остальное молоко вскипятить, влить в приготовленную смесь и все перемешать. Сливки слегка взбить с желтками и добавить туда же. После этого смесь снова довести до кипения и снять с огня. Вынуть запеканку из духовки, а духовку нагреть до 250°C (предельная температура). Оставшееся масло растопить.
6. Облить запеканку ванильным соусом и сверху выложить нектаринами по принципу чешуек. Посыпать молотым миндалем и оставшимся сахарным песком. Сбрызнуть растопленным маслом и поставить в духовку на 5 минут (середина, температура 220°C) для запекания верхнего слоя.



МИНДАЛЬНОЕ СУФЛЕ С АПЕЛЬСИНАМИ

Блюдо будет еще более оригинальным и нежным, если его приготовить на самодельном миндальном молоке.

Изысканное блюдо

На 4 порции:

- 2 апельсина
- 40 мл апельсинового ликера
- ½ стручка ванили
- ½ л молока
- 160 г молотого миндаля
- 80 г сахара
- 50 г мягкого сливочного масла
- 50 г муки
- 4 яйца
- щепотка соли

Для обсыпки суфле:

- сахарная пудра.

Время приготовления: около 35 минут

Время запекания: около 30 минут

В 1 порции около 3100 кДж/740 ккал

1. Срезать корочку с апельсинов и аккуратно удалить белую кожуру с очищенных плодов (стр.35). Остроконечным ножом отделить апельсиновые дольки от пленок и положить их в миску. Из пленок выжать сок и смешать с ликером. Дольки без пленок накрыть и отставить в сторону.
2. Стручок ванили разрезать вдоль и его содержимое вместе с молоком, 150 г молотого миндаля и сахаром на слабом огне довести до кипения. Снять молочную смесь с плиты и дать постоять 15 минут. За

тем смесь отбросить на волосяное сито, а молоко вылить в кастрюлю. Миндаль хорошо отжать.

3. Замесить 40 г масла и муку (стр.35). Миндальное молоко вскипятить и опускать в него маленькими хлопьями полученную смесь, помешивая до тех пор, пока не получится однородная масса.
4. Духовку нагреть до 200°C. У яиц отделить белки от желтков. Белки со щепоткой соли взбить в тугую пену (стр.19). С апельсиновых долек без пленки дать стечь соку и собрать его в миску. В массу постепенно подмешивать сок и яичные желтки. Затем ввести взбитые белки. Смазать форму для суфле остатками масла и посыпать миндалем (стр.18). Положить в форму ⅔ части теста, затем апельсиновые дольки и накрыть их остальным тестом.
5. Суфле выпекать в духовке (внизу, температура 180°C) примерно 30 минут. Готовность определять деревянной палочкой (стр.19). Готовое суфле посыпать сахарной пудрой и быстро подать к столу.



ЗАПЕКАНКА ИЗ ЧЕРСТВЫХ СДОБНЫХ БУЛОЧЕК

Прозаично: использование черствых сдобных булочек.

Поэтично: лакомый яблочный воздушный пирог.

Недорогое блюдо

На 4 порции:

- 125 г изюма из темного винограда
- 5 ст. ложек рома
- 6 черствых сдобных булочек
- 4 терпких яблока
- 1 ст. ложка лимонного сока
- 60 г сахара
- 1 пакетик ванильного сахара
- 100 г молотого миндаля
- ½ ч. ложки молотой корицы
- 4 яйца
- ½ л молока
- 50 г сливочного масла.

Время приготовления: около 20 минут

Время запекания: около 45 минут

В 1 порции около 3800 кДж / 900 ккал

1. Изюм засыпать в ром, дать постоять 10 минут. С помощью терки снять корку с булочек. Крошки можно использовать как панировочные сухари.
2. Булочки разрезать поперек на ломтики толщиной примерно в ½ см. С яблок снять кожуру, разрезать каждое на четыре части, вынуть сердцевину и нарезать на тонкие кусочки. Сбрызнуть соком лимона.
3. Духовку нагреть до 220°. Смешать сахар, миндаль, ванильный сахар и молотую корицу. Яйца ввести в

молоко и хорошо взбить. Форму из огнеупорного материала обильно смазать ¼ частью масла и посыпать ½ частью толченых сухарей (стр.18). Остальное масло растопить.

4. Форму выложить слоем ломтиков булочек и слегка смочить смесью из молока и яиц. Затем на булочки выложить слоями нарезанные кусочками яблоки и изюм. Сверху накрыть оставшимися ломтиками булочек. Причем слой яблок, если необходимо, посыпать смесью сахара с миндалем. Верхний слой должен состоять из булочек.
5. Оставшейся яично-молочной смесью медленно и равномерно залить верхний слой выпечки. Затем посыпать оставшимися толчеными сухарями и сбрызнуть растопленным маслом.
6. Получившийся пирог запекать в духовке (середина, температура 200°С) примерно 45 минут. Если верх подрумянивается слишком быстро, то минут через 30 форму следует накрыть пергаментной бумагой. Горячую запеканку полить холодным ванильным соусом или подать со взбитыми сливками.



КАК ИСПЕЧЬ БЛИНЧИКИ



1 Яйца, молоко, сливки, приправу взбить венчиком. Муку, просеянную через сито, постепенно ввести в смесь. Закрывать тесто и дать ему постоять примерно 10 минут.



2 Масло, сахарную пудру, ванильный пудинг в порошке, ванильный сахар, лимонную цедру и лимонный сок взбить венчиком. Ложками подмешать протертый через мелкое сито творог.



3 На сковороде раскалить топленое масло и на нем выпекать из теста тонкие блинчики. Они должны лишь слегка подрумяниться.



4 Форму для запеканок смазать маслом. Каждый блинчик смазать творожной массой, посыпать изюмом, свернуть в трубочку и уложить в форму.

ВОЗДУШНЫЕ ЗАПЕКАНКИ



1 Соус из муки и масла: муку замешивать с маслом в соотношении 4 : 5.



2 Мучная подправка: масло разогреть до пены и, помешивая, добавлять в него муку до образования пузырьков. Погасить жидкостью (молоком) и варить 10–20 минут.

РАЗДЕЛКА АПЕЛЬСИНОВ



1 Срезать с апельсина корку сверху и снизу. Кожуру срезать острым ножом толстыми полосками, чтобы заодно снять и белую кожицу с внутренней части плода.



2 Теперь провести ножом с обеих сторон сегмента между мякотью и пленкой, освобождая таким образом дольки от пленочек. Пленочки выжать и собрать сок.