

АЗБУКА ДОМАШНЕЙ
КУЛИНАРИИ

Блюда в глиняных горшочках

ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

MirKnig.com





И. А. Зайцева

Блюда в глиняных горшочках

ВКУСНО И ПОЛЕЗНО



РИПОЛ
КЛАССИК

Москва, 2013

УДК641/642
ББК 36.99
3-17

Зайцева, И. А.

З-17 Блюда в глиняных горшочках / И. А. Зайцева М. РИПОЛ классик, 2013. 32 с. ил. (Азбука домашней кулинарии).

ISBN 978-5-386-06384-9

Глиняные горшочки — незаменимая в хозяйстве вещь. Пища в них не варится, а томится, сохраняя все полезные свойства. Но главное — это конечно же ни с чем не сравнимый, мягкий и изысканный вкус, который приобретают блюда, и неповторимый аромат. В горшочках можно приготовить что угодно: супы, солянки, борщи, мясо, рыбу, каши, запеканки и даже пироги. Их несомненными преимуществами являются также значительная экономия времени и возможность приготовления блюд без использования жира.

**УДК 641/642
ББК 36.99**

Издание не содержит в себе информацию, причиняющую вред здоровью и (или) развитию детей, и информацию, запрещенную для распространения среди детей. В соответствии с пунктом 4 статьи 11 Федерального закона от 29.12.2010 г. N 436-ФЗ знак информационной продукции не ставится

ISBN 978-5-386-06384-9

©ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2013

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3	Фрикадельки мясные	18
Щи русские с мясом	4	Курица, тушенная с картофелем	19
Суп мясной с овощами и ветчиной	5	Свинина, запеченная с овощами	20
Суп луковый, запеченный с сыром	6	Овощи, тушенные с клецками	21
Суп грибной с оладьями	7	Каша из чечевицы с грудинкой	22
Суп из лосося	8	Каша рождественская	23
Суп тыквенный	9	Каша гречневая с грибами	24
Суп рыбный с лимоном	10	Каша рисовая с тыквой	25
Говядина с цуккини и морковью	11	и яблоком	25
Говядина, тушенная с овощами	12	Макароны с ветчиной и сыром	26
Говядина с картофелем и капустой	13	Салат теплый с фасолью	27
Говядина, запеченная с овощами	14	Салат теплый овощной	28
Гуляш по-венгерски	15	Соус-закуска из помидоров	29
Мясо под сырной шубой	16	Пирог куриный	30
Мясо по-крестьянски	17	Пирог картофельный	31

ВВЕДЕНИЕ

На протяжении многих тысячелетий люди пользовались керамической посудой, так что даже современные технологии не смогли изменить эту традицию, а лишь придали керамическим изделиям новую эстетику.

В наши дни для изготовления керамической посуды используются высококачественные экологически чистые материалы, которые в течение долгих лет сохраняют яркость и свежесть цвета.

Горшочки бывают разной величины, формы и размера, с крышками и без них, с подставками и ложками, обливными (то есть покрытыми глазурью) и необливными. При использовании последних следует соблюдать определенные правила: за 15 минут до использования их нужно погрузить в холодную воду, чтобы она впиталась через поры, после чего можно закладывать продукты и ставить горшочки в теплую духовку. Вода, впитавшаяся в поры, будет постепенно испаряться во время приготовления пищи, создавая эффект пароварки. Следует иметь в виду, что не покрытый глазурью горшочек впитывает запахи, поэтому лучше всего иметь под рукой несколько наборов горшочков, например для рыбы и мяса.

Для приготовления жаркого или густого супа для небольшой семьи достаточно будет приобрести один горшочек вместимостью от 1,5 л. Для порционного тушения понадобятся горшочки емкостью 500 г и менее, а для жульена — 200-граммовые горшочки с ручками. При выборе посуды также следует учитывать размеры духовки. Так, если горшочки с ручками, их в стандартную духовку поместится не более 3–4 штуки.

Не стоит ставить горшочки в горячую духовку, поскольку в таком случае керамика может треснуть. Лучше всего поместить их в холодную

ЗНАЧЕНИЕ ПИКТОГРАММ



время приготовления



категория (первые блюда)



категория (вторые блюда)



категория (салат)



категория (закуска)



категория (выпечка)



простое в приготовлении



сложное в приготовлении

духовку, а затем довести температуру до 250–300° С. Если горшочек находился в холодильнике, необходимо сначала прогреть его при комнатной температуре и только после этого отправлять в духовку. Горшочки лучше всего размещать на нижней решетке, избегая их соприкосновения с нагревательными элементами. Доставать горшочек из духовки следует за 5–10 минут до готовности блюда: оно «дойдет» за счет накопленного тепла. Есть блюдо можно прямо из горшочков или же можно переложить их содержимое в тарелку.

На 2 порции

300 г говядины
300 г картофеля
200 г белокочанной
капусты
60 г репчатого лука
60 г моркови
10 г зелени укропа
6 горошин черного
перца
1 лавровый лист
Соль по вкусу

ЩИ РУССКИЕ
С МЯСОМ

- 1 Мясо промыть и нарезать кусочками, картофель и морковь крупными кубиками, капусту и лук нашинковать.
- 2 Подготовленные овощи и мясо разложить в 2 горшочка, добавить в каждый немного нарубленной зелени укропа, по 3 раздробленных горошины черного перца и половине лаврового листа.
- 3 Залить все кипящей водой, посолить, накрыть горшочки крышкой, поставить в духовку и довести температуру до 200° С.
- 4 После закипания снизить температуру до 150° С и томить щи в течение 40 минут

СУП МЯСНОЙ С ОВОЩАМИ
И ВЕТЧИНОЙ

На 5 порций

500 г мяса
300 г ветчины
300 г картофеля
200 г помидоров
100 г сладкого перца
100 г моркови
50 г репчатого лука
40 мл растительного
масла
20 г томатной пасты
20 г зелени петрушки
Молотый черный
перец и соль по вкусу

- 1 Глиняный горшок обдать кипятком и налить в него 20 мл растительного масла. Мясо нарезать кубиками среднего размера, ветчину соломкой, сладкий перец и картофель небольшими кубиками, капусту и морковь тонко нашинковать, помидор измельчить.
- 2 Подготовленные ингредиенты выложить в горшочек слоями: сначала мясо и ветчину, затем капусту, помидоры, сладкий перец, картофель и морковь. Лук мелко нарезать, обжарить в оставшемся растительном масле вместе с томатной пастой и выложить на овощи.
- 3 Влить в горшочек столько горячей кипяченой воды, чтобы она накрыла продукты, закрыть его крышкой, поставить в духовку и держать при температуре 160–180° С в течение 40 минут

Готовое блюдо перед подачей на стол украсить зеленью петрушки.



На 6 порций

400 г репчатого лука
250 г сыра твердых
сортов
90 г пшеничной муки
40 г сливочного масла
600 мл говяжьего
бульона
200 мл воды
250 мл сухого белого
вина
1 багет
5 г молотого черного
перца
5 г сахара
3 г сушеной зелени
петрушки
2 г сушеного тимьяна

70
МИН

*

СУП ЛУКОВЫЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ

1 Лук нашинковать, выложить в большую кастрюлю и в течение 10 минут тушить в растопленном сливочном масле.

2 Добавить муку, черный перец, сахар и перемешивать до образования кашицеобразной массы. Влить говяжий бульон, воду, заправить зеленью петрушки, тимьяном и варить 10 минут

3 Добавить вино и держать на огне еще 10 минут. Суп разлить по порционным горшочкам, заполняя их на три четверти. Сверху положить кусочек багета и посыпать натертым на крупной терке сыром.

4 Горшочки поставить в духовку и держать при температуре 200° С до тех пор, пока сыр не расплавится.



СУП ГРИБНОЙ С ОЛАДЬЯМИ

На 6 порций

1 Грибы замочить в холодной воде на 2 часа, а затем отварить в подсоленной воде, вынуть шумовкой и нарубить. Картофель натереть на мелкой терке, всыпать муку, посолить и перемешать.

2 Шпик нарезать кубиками, поджарить, добавить измельченный лук, грибы, влить приготовленный грибной бульон и перемешать. На сковороду с растопленным сливочным маслом ложкой выкладывать картофельную массу, формируя из нее лепешки, и обжарить с обеих сторон.

3 Суп разлить по горшочкам, положить в каждый из них несколько картофельных оладий, добавить немного сметаны и держать в духовке при температуре 180° С в течение 30 минут

1,2 кг картофеля
200 г репчатого лука
100 г сметаны
100 г сливочного масла
1,2 л воды
80 г шпика
60 г пшеничной муки
30 г сушеных грибов
30 г зелени укропа
Соль по вкусу

Готовое блюдо подать на стол в горшочках, посыпав измельченной зеленью укропа.

3
часа

**

На 6 порций

700 г филе лосося
300 г картофеля
200 г белокочанной
капусты
100 г помидора
100 г моркови
100 г репчатого лука
1–2 зубчика чеснока
100–150 мл сухого
белого вина
40 г сливочного масла
25 г томатной пасты
20 г зелени укропа
и петрушки
3 г молотого имбиря
Черный перец
горошком, молотый
красный перец,
лавровый лист, другие
специи и соль по вкусу

2
часа

**

СУП ИЗ ЛОСОСЯ

1 Филе лосося нарезать кусочками, залить водой так, чтобы она закрыла рыбу на 2–3 см, добавить черный перец горошком, довести до кипения, посолить, влить вино и варить 15 минут

2 Рыбу вынуть шумовкой, бульон процедить. Картофель нарезать ломтиками, морковь кружочками, капусту нашинковать и положить в горшок. Подготовленные овощи залить рыбным бульоном, посолить, всыпать специи, поставить в духовку и довести температуру до 200° С. После закипания снизить температуру до 150° С и варить овощи до полуготовности.

3 Лук нашинковать, обжарить до мягкости в сливочном масле, добавить измельченный помидор, пропущенный через чеснокодавилку чеснок, имбирь, томатную пасту и слегка обжарить. Полученную массу положить в суп и продолжать варить его в духовке. За 5 минут до готовности ввести лавровый лист, красный перец и кусочки рыбы.

Готовое блюдо украсить рубленым укропом и веточкой петрушки.

**СУП ТЫКВЕННЫЙ**

1 Тыкву нарезать, поперчить, посолить, добавить сахар, 50 г масла и запекать в духовке до мягкости. Креветки на 2–3 минуты опустить в кипящую воду, после чего удалить головы, панцирь, кишечную вену, а мясо измельчить.

2 Лук-порей нарезать колечками и обжаривать в оставшемся масле 5 минут. Добавить креветки и готовить еще 1–2 минуты. Печеную тыкву (оставив немного для украшения) выложить в кастрюлю, влить бульон, довести до кипения, посолить, дать немного остыть и взбить с помощью блендера.

3 Полученную массу перелить в кастрюлю, добавить сливки и дать закипеть. В горшочки положить лук-порей с креветками, залить супом-пюре, накрыть крышкой, поставить в духовку и готовить при температуре 200° С в течение 20 минут

Готовое блюдо подать на стол в горшочках, украсив гренкой, ломтиками тыквы и веточкой укропа.

На 2 порции

500 г мякоти тыквы
350 г варено-мороженных королевских креветок
100 г лука-порея
150 г сливочного масла
1 л овощного или куриного бульона
100 мл 20%-ных сливок
10 г зелени укропа
Гренки сколько потребуется
Молотый черный перец, сахар и соль по вкусу

1
час

*

На 4 порции

500 г рыбы
400 г картофеля
400 г помидоров
100 г моркови
100 г репчатого лука
50 г корня петрушки
30 г лимона
30 г зелени петрушки
и укропа
2 л воды
20 мл растительного
масла
Молотый черный перец
и соль по вкусу

3
часа

*

СУП РЫБНЫЙ
С ЛИМОНОМ

- 1 Рыбу промыть, разделить на филе и нарезать небольшими кусочками.
- 2 Головы, хвосты, кости и плавники залить водой и варить в течение 1 часа, после чего бульон процедить. Лук, морковь и корень петрушки мелко нарезать, обжарить в растительном масле и разложить по горшочкам.
- 3 Добавить нарезанный кубиками картофель, измельченные помидоры, сок, выжатый из лимона, поперчить, посолить. Горячий бульон разлить по горшочкам и держать их в духовке при температуре 160–180° С в течение 40 минут. Добавить в суп кусочки рыбного филе и поставить в духовку еще на 25 минут.

Готовый суп подать на стол в горшочках, посыпав измельченной зеленью петрушки и укропа.

ГОВЯДИНА С ЦУКИНИ
И МОРКОВЬЮ

На 4 порции

- 1 Мясо нарезать поперек волокон брусочками, цуккини крупными ломтиками, морковь кружочками, лук полукольцами. Чеснок измельчить.
- 2 В каждый горшочек влить по 30–40 мл растительного масла, затем положить в них лук, на него мясо, посыпать чесноком и паприкой, посолить и поперчить. Сверху распределить цуккини и морковь. Горшочки закрыть крышкой и держать в духовке при температуре 180° С в течение 2 часов.
- 3 За 30 минут до готовности влить в каждый горшочек по 50 мл горячего бульона и посыпать натертым сыром.

800 г мякоти говядины
500 г цуккини
200 г моркови
100 г репчатого лука
2 зубчика чеснока
200 мл говяжьего
бульона
150 мл растительного
масла
50 г сыра твердых
сортов
20 г зелени петрушки
и укропа
Молотая паприка,
молотый черный перец
и соль по вкусу

Подать говядину на стол можно в горшочке, посыпав измельченной зеленью укропа и петрушки.

3
часа

*

На 4 порции

500 г говядины
500 г картофеля
300 г репчатого лука
200 г стебля сельдерея
100 г моркови
100 г гороха
4 зубчика чеснока
20 г зелени петрушки
2,5–3 л бульона
100 мл растительного масла
Молотый черный и красный перец и соль по вкусу

2
часа



*

ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ

1 Мясо нарезать кусочками, картофель и стебель сельдерея кубиками, морковь кружочками. Чеснок пропустить через чеснокодавилку. Горох замочить в холодной воде на 2 часа. Репчатый лук нарезать кольцами и обжарить в растительном масле.

2 Мясо посолить, поперчить, посыпать чесноком, соединить с луком и обжарить на слабом огне. Говядину с луком разложить по горшочкам, добавить овощи, горох и залить бульоном. Горшочки накрыть крышкой и поставить на 1,5 часа в духовку при температуре 180° С. За 30 минут до готовности положить в горшочки помидоры, посолить, поперчить и все перемешать.

Перед подачей на стол готовое блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки.



ГОВЯДИНА С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ

На 2 порции

300 г говядины
300 г картофеля
200 г белокочанной капусты
50 г репчатого лука
100 мл говяжьего бульона
70 г стручковой фасоли
50 г пшеничных сухариков
10 г томатной пасты
20 г топленого масла
20 г пшеничной муки
1 лавровый лист
Молотый черный перец, молотая паприка и соль по вкусу

1 Мясо нарезать небольшими кубиками, посолить, поперчить, слегка обжарить в топленом масле (20 г) и переложить в горшочек.

2 Капусту нарезать крупными кусочками, картофель ломтиками и соединить с мясом.

3 Лук нашинковать, пассеровать в оставшемся масле, всыпать муку, добавить разведенную в небольшом количестве теплой воды томатную пасту и прокипятить.

4 Полученную массу выложить в горшочек, влить бульон, добавить нарубленную стручковую фасоль, лавровый лист и тушить в духовке в течение 1–1,5 часа при температуре 160–180° С.

2
часа



*

На 4 порции

800 г говядины
600 г картофеля
200 г помидоров
200 г сладкого перца
100 г моркови
100 г репчатого лука
4 зубчика чеснока
60 мл растительного масла
30 г зелени укропа
Молотый черный перец
и соль по вкусу

90
МИН

**

ГОВЯДИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ

1 Говядину нарезать кусочками среднего размера, морковь и лук кубиками, картофель ломтиками, сладкий перец широкими полосками. Помидоры измельчить. Мясо обжарить в растительном масле (30 мл) вместе с морковью и луком, а на другой сковороде в оставшемся масле сначала картофель, а затем сладкий перец с помидорами.

2 Овощи соединить с мясом, разложить по горшочкам, посолить и поперчить. Горшочки накрыть крышкой и запечь в духовке при температуре 160° С. Чеснок пропустить через чеснокодавилку, добавить в горшочки, посыпать измельченной зеленью укропа и держать под крышкой еще несколько минут



ГУЛЯШ ПО-ВЕНГЕРСКИ

1 Репчатый лук мелко нарубить и обжарить в разогретом жире до светло-золотистого цвета, посыпать красным перцем, добавить нарезанное небольшими кусочками мясо, посолить и слегка обжарить.

2 Мясо с луком переложить в горшочек, добавить небольшое количество воды и тушить в духовке при температуре 180° С.

3 Картофель нарезать кубиками, сладкий перец полосками, помидоры измельчить. Когда мясо станет мягким, положить в горшочек картофель и сладкий перец, добавить томатную пасту и перемешать. Через 10 минут добавить помидоры. Влить в горшочек горячую воду и продолжать тушить до готовности мяса и овощей.

Перед подачей на стол гуляш посыпать измельченным зеленым луком.

На 6 порций

1 кг картофеля
750 г говядины
250 г сладкого перца
250 г помидоров
100 г жира
100 г репчатого лука
50 г томатной пасты
30 г зеленого лука
30 г пшеничной муки
500 мл воды
20 г молотого красного перца
Молотый черный перец
и соль по вкусу

80
МИН

**

На 5 порций

800 г рубленого мяса
800 г картофеля
300 г репчатого лука
150 г майонеза
100 г шампиньонов
100 г сыра твердых сортов
20 мл растительного масла
Зелень сельдерея, специи и соль по вкусу

80
МИН

*

МЯСО ПОД СЫРНОЙ ШУБОЙ

1 Лук нашинковать и вместе с мясом обжарить в растительном масле, посолить, приправить специями, перемешать и разложить по порционным горшочкам. Картофель нарезать кубиками, шампиньоны — пластинками. Сыр натереть на крупной терке.

2 Поверх мяса с луком распределить сначала картофель, затем грибы, слегка посолить, посыпать специями. В каждый горшочек влить небольшое количество холодной воды (примерно на одну треть его высоты), добавить по 30 г майонеза, сверху посыпать тертым сыром. Запекать мясо под сырной шубой в духовке при температуре 200° С в течение 40 минут

Готовое блюдо подать на стол в горшочках, украсив веточкой сельдерея.



МЯСО ПО-КРЕСТЬЯНСКИ

На 2 порции

1 Свинину нарезать небольшими кубиками, посолить, поперчить и обжарить в растительном масле (20 мл).

2 Лук нашинковать, пассеровать в 10 мл масла, выложить в горшочки, сверху распределить кусочки свинины и держать в духовке при температуре 180° С в течение 40 минут

3 Батат нарезать кубиками, обжарить в оставшемся масле, вместе с зеленым горошком положить в горшочки, влить бульон и поместить в духовку еще на 20 минут

300 г нежирной свинины
200 г батата
50 г репчатого лука
50 г замороженного зеленого горошка
100 мл мясного бульона
50 мл растительного масла
Молотый черный перец и соль по вкусу

90
МИН

*

Подавать свинину на стол горячей прямо в горшочках.

На 4 порции

500 г мясного фарша
50 г моркови
50 г помидора
1 зубчик чеснока
50 г сметаны
50 г риса
1 л овощного бульона
30 мл растительного масла
20 г зелени укропа
3-4 лавровых листа
Специи и соль по вкусу

30
МИН

*

ФРИКАДЕЛЬКИ
МЯСНЫЕ

- 1 Рис отварить, соединить с фаршем, добавить пропущенный через чеснокодавилку чеснок, сметану и тщательно перемешать.
- 2 Из полученной массы сформовать небольшие шарики и слегка обжарить их в растительном масле.
- 3 Фрикадельки разложить по горшочкам, залить овощным бульоном, добавить специи, посолить и держать в духовке при температуре 190° С в течение 30 минут. За 5 минут до готовности добавить лавровый лист.

При подаче на стол украсить цветочками из моркови, ломтиками помидора и зеленью укропа.

КУРИЦА, ТУШЕННАЯ
С КАРТОФЕЛЕМ

- 1 Куриное филе нарезать небольшими кусочками и слегка обжарить в растопленном сливочном масле (30 г). Лук измельчить и обжарить отдельно в 20 г сливочного масла. Картофель нарезать крупными кубиками. Морковь натереть на крупной терке.
- 2 В горшочки сначала выложить обжаренный лук, затем мясо и картофель с морковью, посыпая каждый слой солью и черным перцем.
- 3 Сверху вылить масло со сковороды и положить в каждый горшочек немного оставшегося сливочного масла. Влить в горшочки воды (на треть их высоты), накрыть крышкой и тушить в духовке при температуре 180° С в течение 1 часа.

Перед подачей на стол содержимое горшочков перемешать и украсить зеленью петрушки.

На 3 порции

600 г картофеля
300 г куриного филе
200 г репчатого лука
200 г моркови
80 г сливочного масла
20 г зелени петрушки
Молотый черный перец
и соль по вкусу

30
МИН

*

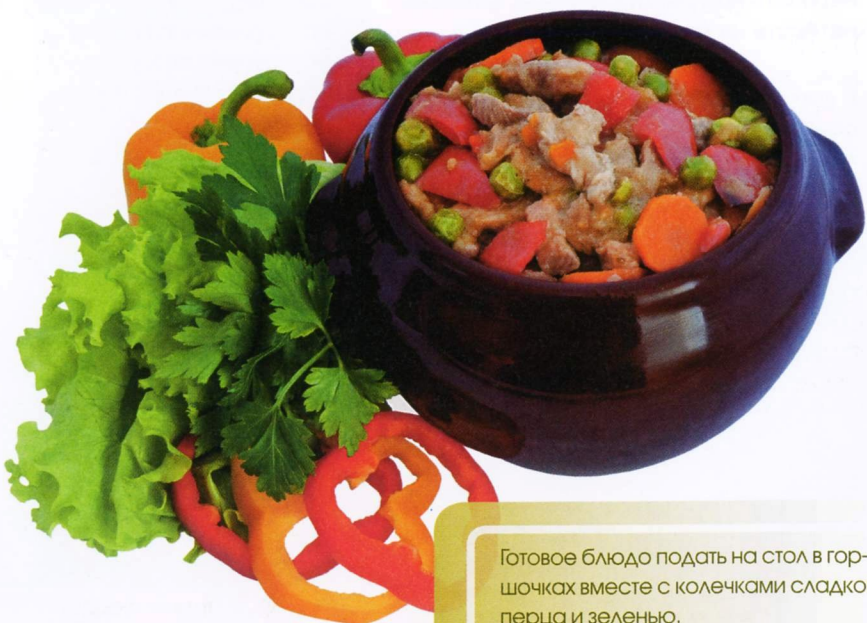
На 3 порции

400 г свиной вырезки
200 г моркови
200 г сладкого перца
200 г замороженного
зеленого горошка
200–400 мл мясного
бульона
100 г репчатого лука
30–40 г смальца
30 г зелени петрушки
30 г листового салата
Молотый черный перец
и соль по вкусу



СВИНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ

- 1 Мясо нарезать плоскими кусочками поперек волокон, отбить, нашинковать, выложить в сковороду с разогретым смальцем и слегка обжарить. Морковь нарезать кружочками, сладкий перец квадратиками (оставив немного для украшения), лук измельчить и обжарить по отдельности.
- 2 Подготовленные овощи и мясо положить в горшочки, посолить, поперчить, добавить зеленый горошек. Влить в горшочки столько горячего бульона, чтобы он лишь слегка прикрывал продукты.
- 3 Горшочки поставить в духовку и запекать свинину с овощами при температуре 200° С в течение 20 минут



Готовое блюдо подать на стол в горшочках вместе с колечками сладкого перца и зеленью.



ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ С КЛЕЦКАМИ

- 1 Лук нарезать кубиками, а морковь и тыкву соломкой. Подготовленные овощи разложить по горшочкам, добавить в каждый из них нарезанные кружочками охотничьи колбаски, немного сливочного масла, томатную пасту, сахар и залить водой (почти до краев).
- 2 Посолить, добавить орегано, черный перец и хорошо все перемешать. Горшочки поставить в духовку и готовить при температуре 200° С в течение 30 минут. За 15 минут до готовности положить клецки.

Перед подачей на стол готовое блюдо полить сметаной и украсить веточками петрушки.

На 2 порции

200 г замороженных клецек
100 г охотничьих колбасок
100 г репчатого лука
100 г моркови
100 г тыквы
50 г сметаны
50 г томатной пасты
40 г сливочного масла
600 мл воды
20 г зелени петрушки
Орегано, сахар, молотый черный перец и соль по вкусу



На 4 порции

150 г чечевицы
100 г копченой грудинки
150 г сладкого перца
100 г репчатого лука
200 мл бульона
30 мл растительного масла
20 г зеленого лука
Молотый черный и красный перец,
лавровый лист и соль
по вкусу

2
часа

*

КАША ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ
С ГРУДИНКОЙ

1 Грудинку нарезать маленькими кубиками. Репчатый лук измельчить. Грудинку обжарить в растительном масле, добавить репчатый лук и пассеровать еще 2 минуты.

2 Чечевицу (предварительно замочив на 1 час в холодной воде) разложить по горшочкам, а сверху распределить тушеные овощи с грудинкой.

3 Влить в горшочки бульон, посолить, поперчить, положить лавровый лист, накрыть крышкой, поставить в духовку и готовить при температуре 210° С в течение 40 минут

Перед подачей на стол кашу перемешать и украсить соломкой из сладкого перца и нарубленным зеленым луком.



КАША РОЖДЕСТВЕНСКАЯ

На 4 порции

250 г пшеницы
200 г мака
100 г орехов
100 г изюма (без косточек)
Мед и сахар по вкусу

1 Пшеницу перебрать, растолочь в ступе деревянным пестиком, подливая небольшое количество теплой воды, чтобы у зерен отошла оболочка.

2 Ядра пшеницы отделить от шелухи, просеивая и промывая ее. Пшеницу положить в горшочки, залить горячей водой и держать в духовке при температуре 180° С в течение 30–40 минут

3 Мак промыть, залить кипятком на 2–3 часа, после чего воду слить, растереть семена в ступке, добавить сахар, мед, измельченные орехи и предварительно замоченный изюм. В полученную массу влить около 1 л остывшей кипяченой воды и соединить с пшеницей.

Подавать кашу можно прямо в горшочках или переложить ее в керамическую миску.

3
часа

**

На 4 порции

500 г гречневой крупы
500 г шампиньонов
200 г репчатого лука
40 г топленого масла
500 мл мясного или
овощного бульона
Соль по вкусу

45
МИН

*

КАША ГРЕЧНЕВАЯ
С ГРИБАМИ

- 1 Грибы очистить, нарезать соломкой и обжарить в топленом масле. Добавить нашинкованный лук и довести до готовности на небольшом огне.
- 2 Гречневую крупу прокалить на сухой сковороде. Грибы с луком разложить по горшочкам, в каждый насыпать по 125 г гречневой крупы, залить бульоном на 1,5 см выше нее, посолить и перемешать.
- 3 Горшочки накрыть крышкой и готовить в духовке при температуре 200° C в течение 30 минут. Затем снять крышку и оставить кашу в духовке еще 10–15 минут.

КАША РИСОВАЯ
С ТЫКВОЙ И ЯБЛОКОМ

На 3 порции

- 1 Тыкву и яблоко очистить, нарезать небольшими кубиками и слегка обжарить в растопленном сливочном масле (30 г).
- 2 Рис промыть, разложить по горшочкам, добавить тыкву и яблоки, соль, сахар и влить кипящее молоко.
- 3 Накрыть горшочки крышкой, поставить в духовку, довести температуру до 220° C и готовить кашу в течение 40 минут.

200 г тыквы
100 г яблока
150 г круглозерного
риса
70 г сливочного масла
400 мл молока
Сахар и соль по вкусу

Перед подачей на стол готовую кашу заправить оставшимся сливочным маслом.

70
МИН

*

На 4 порции

300 г макарон
300 г ветчины
100 г репчатого лука
100 г моркови
100 г сыра твердых
сортов
2 грибных бульонных
кубика
300 мл молока
1 яйцо
50–70 г сметаны
Соль по вкусу

1
час

*

МАКАРОНЫ С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ

- 1 Макароны варить в подсоленной воде до полуготовности, затем откинуть на дуршлаг и переложить на дно горшочков. Ветчину нарезать кусочками, слегка обжарить и распределить поверх макарон.
- 2 Морковь натереть на крупной терке и тушить вместе с измельченным луком до полуготовности, после чего выложить в горшочки. Сметану слегка взбить с помощью вилки с яйцом и раскрошенными бульонными кубиками, влить молоко и перемешать.
- 3 Полученной массой залить макароны и посыпать их сверху натертым на крупной терке сыром. Горшочки поместить в духовку и запекать при температуре 250° С в течение 30 минут



САЛАТ ТЕПЛЫЙ С ФАСОЛЬЮ

На 4 порции

- 1 Фасоль замочить на ночь, после чего откинуть на дуршлаг, залить холодной водой и варить в большом горшочке до готовности, после чего лишнюю воду слить.
- 2 Добавить в фасоль рубленый репчатый и зеленый лук, растительное масло, посолить, поперчить и перемешать.
- 3 Горшочки поставить в духовку и готовить при температуре 170° С 20 минут

Приготовленную в горшочках фасоль можно подать как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира.

3
часа

*

На 6 порций

300 г брокколи
200 г помидоров
200 г сладкого перца
100 г моркови
100 г репчатого лука
100 мл растительного масла
Молотый черный перец
и соль по вкусу

80
МИН

*

САЛАТ ТЕПЛЫЙ
ОВОЩНОЙ

- 1 Морковь нарезать кубиками, сладкий перец — квадратиками. Брокколи разобрать на соцветия. Лук нашинковать.
- 2 Подготовленные овощи разложить по горшочкам, посолить, поперчить, полить растительным маслом, накрыть крышкой и прогревать в духовке при температуре 160° С в течение 15–20 минут

Готовый салат можно подать в качестве гарнира к мясу или рыбе.



СОУС-ЗАКУСКА ИЗ ПОМИДОРОВ

На 5 порций

- 1 Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нарезать кубиками.
- 2 Лук измельчить, обжарить в разогретом растительном масле до прозрачности и переложить в горшочки.
- 3 Добавить пропущенный через чеснокодавилку чеснок, помидоры, душицу, лавровый лист, сахар, поперчить и посолить.
- 4 Горшочки поставить в духовку, довести температуру до 200° С, после закипания снизить ее до 160° С и тушить соус в течение 40 минут

Из готового соуса вынуть лавровый лист и подать на стол, украсив веточкой петрушки.

500 г помидоров
200 г репчатого лука
2 зубчика чеснока
20 мл растительного масла
10 г зелени петрушки
Душица, лавровый лист, сахар, молотый черный перец и соль по вкусу

1
час

*

На 4 порции

1 кг отварной курицы
750 г картофеля
600 г моркови
300 г грибов
100 г замороженного
зеленого горошка
180 г пшеничной муки
100 г сливочного масла
400 мл куриного
бульона
100 мл коньяка
1 яичный желток
Замороженное
слоеное тесто
сколько потребуется
Зелень петрушки,
тимьяна и шалфея,
молотый черный перец
и соль по вкусу

80
МИН

**

ПИРОГ КУРИНЫЙ

1 Курицу нарезать небольшими кусочками, картофель брусочками, грибы пластинками, морковь кубиками. Картофель, грибы и морковь обжаривать в растопленном сливочном масле в течение 10–12 минут

2 Всыпать муку, через 1 минуту влить бульон, коньяк и перемешать. Положить в сковороду курицу, зеленый горошек, измельченную зелень петрушки, шалфея и тимьяна, посолить, поперчить и перемешать.

3 Полученную массу разложить по горшочкам, накрыть «крышкой» из слоеного теста, оформить края зубчиками, в центре разместить звезду и смазать все яичным желтком. Выпекать пирог в духовке в течение 10 минут при температуре 220° С. Накрыть горшочки фольгой и держать в духовке еще 20–25 минут



ПИРОГ КАРТОФЕЛЬНЫЙ

На 4 порции

1 Лук нарезать кубиками, морковь соломкой. Чеснок измельчить. Картофель отварить в подсоленной воде, затем слить ее, размять клубни в пюре, добавить 25 г сливочного масла, кориандр, куркуму, соль, перемешать, дать немного остыть, вбить яйцо, еще раз перемешать и накрыть крышкой.

2 В оставшемся масле обжарить лук, морковь и чеснок. Добавить фарш и держать на огне 6–7 минут, всыпать муку, влить бульон, перемешать и довести до кипения, через 1 минуту огонь уменьшить и тушить еще 10 минут

3 За 4 минуты до готовности добавить зеленый горошек. Дно горшочков смазать маслом, положить в них немного картофельного пюре, распределить фарш, накрыть его оставшимся пюре, а сверху посыпать натертым на крупной терке сыром. Горшочки поместить в духовку и держать при температуре 190° С 1 час.

700 г картофеля
500 г фарша из баранины
200 г моркови
100 г репчатого лука
1 зубчик чеснока
100 г замороженного
зеленого горошка
100 г сыра твердых
сортов
300 мл мясного бульона
50 г сливочного масла
20 г пшеничной муки
1 яйцо
Молотый кориандр,
куркума и соль по вкусу

90
МИН

**