Коллекция
рецептов
из бестселлеров

Юлия
Высоцкая

Едим Дома

Горячее

Я могу часами читать кулинарные книги, выискивая нужный рецепт или составляя меню семейных праздников. Меня увлекают рецепты с историями, я зачитываюсь размышлениями о еде любимых авторов, но бывают в моей жизни моменты, когда нужно быстро найти рецепт какого-то блюда и нет времени два часа рыться в моей кухонной библиотеке в поисках «Свинины в молоке» или «Печенья с имбирем». Поэтому я и решила разбить свои рецепты на разделы и выпустить их отдельными книжками. У меня вообще бывают как периоды влюбленности в кухню какой-то страны, так и периоды увлечения выпечкой, супами, салатами. Надеюсь, и вам это издание окажется полезным.

Ваша

Юлия Высоцкая

Коллекция рецептов
из бестселлеров

Горячее

Москва
Эксмо
2007

Содержание

8 Приправы

14 Соусы и заправки

Домашний майонез • Чесночный майонез • Salsa Verde • Сливовый соус
Клюквенный соус • Яблочное варенье-соус • Восточный соус

18 Грибы

Бифштекс из белых грибов • Белые грибы, запеченные с мятой
Закуска из грибов шитаки • Фасоль с белыми грибами
Блины с грибами и голубым сыром

30 Яйца

Яичница по-кончаловски • Яйца с луком • Омлет с лисичками
Омлет со спаржей • Суфле из козьего сыра и тимьяна

42 Рыба

Семга, запеченная в соли • Биточки из форели • Семга и креветки на гриле
Сибас, запеченный в духовке • Семга с оливками
Треска с розмарином и каперсами • Форель с овощами

58 Птица

Пряная курица • Зеленое карри с курицей • Курица по-марокканski
Курица с грибами • Курица с секретом • Цыпленок с чесноком
Паштет из куриной печенки • Пьяная утка

76 Мясо

Телятина в белом вине • Телятина под соусом «Vitello-tonato»
Телячья печень со шпинатом • Стейк с рукколой • Свинина с медом и имбирем
Свинина в молоке • Свинина с яблоками • Бараний окорок с картошкой
Тушеная баранина с баклажанами • Кролик с черносливом
Ароматный маринованный кролик

100 Алфавитный указатель

Горячее

Запах жареного мяса, мамины котлеты, бабушкины пельмени с деревенской сметаной, вся семья за столом в небольшой и очень уютной кухне — это воспоминания о самых счастливых днях, о субботах и воскресеньях моего детства. Когда у мамы есть время приготовить самый вкусный пирог на свете, а не просто быстренько сварить картошку — макароны. Горячая, сытная еда — это особенные дни, когда в нашем бешеном ритме я нахожу время и силы долго мариновать, тушить, запекать для них, моих любимых-ненаглядных, и я знаю, они запоминают это на всю жизнь, а потом в своих взрослых сумасшедших буднях найдут субботу, запекут баранью ногу с розмарином и чесноком и еще раз подумают, что дом — это центр мира.

Горячие блюда не обязательно должны быть слишком сложными, главное — приготовить их с любовью. Ну и, конечно, из качественных продуктов.

Например, **маргарин**, как мне кажется, вреден для здоровья, и я не советую использовать его для жарки, гораздо полезнее в этом смысле **сливочное масло** — один из немногих продуктов, который щедро снабжает растущий организм витаминами В и Е. Сливочное масло я покупаю, как правило, в небольших количествах и храню в холодильнике в герметичной упаковке. Потому что сливочное масло, как никакой другой продукт, впитывает в себя все запахи холодильника.

Оливковое масло или любое **растительное масло** гораздо полезнее, чем, скажем, **свиной** или **бараний жир**. Тот, кто перешел на употребление масла холодного отжима, оказал большую услугу своему здоровью. Я думаю, не стоит игнорировать тот факт, что растительное масло несет меньше вреда, чем жиры животные. Но, тем не менее, некоторые **животные жиры** настолько хороши для готовки, что можно и нужно иногда их использовать.

Экспериментируйте, радуйте своих близких и ничего не бойтесь, тогда все обязательно получится!

Приправы

У меня есть свой набор приправ. Туда входят перец чили, кардамон, тмин, кориандр, мускатный орех. Но есть множество других замечательных растений, которые помогут сделать горячие блюда изысканными и неповторимыми.

Бадьян (или звездчатый **анис**, или китайский, индийский, сибирский, корабельный анис) на самом деле родственник магнолии. Похож анис на звездочку с лучиками вроде твердых деревянных лодочек. В молотом виде это крупнозернистый порошок темно-бордового цвета с тонким и сложным запахом — эфирное масло, содержащееся в бадьяне, называется «сафлор». Я использую его при приготовлении соусов, к мясным блюдам добавляю молотый бадьян, а в выпечку — звездочки целиком. Не бойтесь экспериментировать, он вас не подведет.

В мире растет множество различных сортов **базилика**, но самый яркий и приятный запах у выращенного в естественных условиях, под южным солнцем. Поэтому наиболее ароматный базилик встречается поздней весной и летом. Базилик, выращенный в теплицах, более жесткий, с анисовым привкусом. Фиолетовый базилик обладает особенно интенсивным запахом. При приготовлении базилик лучше всего рвать на мелкие кусочки или толочь в ступке.

Имбирь родом из Индии и Дальневосточной Азии. Он не бывает дикорастущим, его всегда выращивают. Съедобная часть — это корешки, которые используются и свежими, и высушенными. У имбиря сильный, острый «перцовый» вкус, иногда его используют с целью заменить перец чили. Имбирь часто соединяют с чесноком. Покупайте ровные, светло-коричневые, почти золотистые корешки. Имбирь должен быть сочным, когда его разрежешь. Тонко счистив кожицу, его трут на терке, нарезают тонкими кружочками или полосками. Разрезанный имбирь быстро сохнет и меняет цвет, поэтому лучше использовать его как можно быстрее.

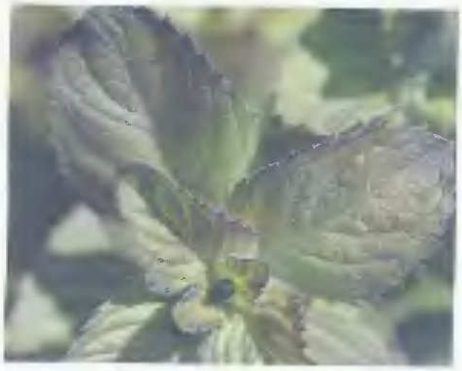
Каперсы — это почки кустарника, растущего в странах Средиземноморья. Их можно есть сырыми. Чем они меньше по размеру, тем вкуснее. Как правило, каперсы слегка подсушивают на солнце и засаливают. Самыми лучшими считаются те, что собраны и засолены на Сицилии, но также ценятся каперсы с Сардинии и Салигари. Если нужно освободить каперсы от соли, их предварительно вымачивают и только потом используют для приготовления.

Кардамон — бледно-зеленые сухие капсулки, в них прячутся темные семечки с пряно-жгучим, слегка камфорным запахом. Родина кардамона — Индия и Цейлон. В Европе его добавляют и в мясо, и в рис. В сочетании с мускатным орехом он потрясающе подходит к отварной рыбе (оливковое масло, соль, лимон, мускатный орех и кардамон — просто стихи!). Добавляйте кардамон осторожно, это сильная пряность. Одной капсулы достаточно на 1 кг мясного фарша.

Кориандр — вероятно, древнейшая из известных в истории человечества пряностей, о нем упоминается даже в Ветхом Завете. В качестве добавки к пище используются высушенные спелые семена, которые обладают приятным пряным запахом и хорошо сочетаются со многими продуктами. Зеленые листья кориандра употребляются в свежем виде под названием **кинза**. Используя кинзу, не бойтесь «переборщить» — ее можно добавлять в горячие блюда в довольно больших количествах, как укроп. Высушенная кинза практически теряет свой аромат, поэтому сушить ее не стоит.

Первые упоминания о **корице** встречаются уже в древнекитайских текстах. Острый, пряный, сладковатый вкус делает эту приправу едва ли не самым изысканным дополнением к горячим блюдам. Ее добавляют к мясу и птице, а также к отварной рыбе. Чрезвычайно хороша корица в блюдах, приготовленных на гриле.

Майоран — это специя со сладковатым тонким запахом, которая часто используется в рецептах итальянской и словацкой кухни. Его добавляют в блюда из грибов, к жареной птице, свинине и баранине. Майоран отлично сочетается с тимьяном. Хорошо растереть его в ступке с морской солью и оливковым маслом.



Родина **мяты** — Китай и Япония. Она обладает холодящим, освежающим вкусом. Чаще всего в кулинарии используются нежные молодые листики мяты. Мята хорошо сочетается с грибными блюдами, улучшает вкус жареного мяса и птицы. В английской кухне это важный компонент соусов к баранине.

Орегано (душица) — сорт майорана, растущий в диких условиях. Это единственная травка, которая в сухом виде используется чаще, чем в свежем. Орегано добавляется в пиццы, томатные соусы, к птице и мясу.

Перец всем хорошо знаком, но раньше в магазинах было всего два вида перца горошком — **черный** и **душистый**. Оказывается, бывает еще перец **белый, розовый и зеленый**. Нельзя сказать, чтобы они как-то принципиально отличались друг от друга, однако каждый из них имеет «свое лицо» и добавит блюду особый оттенок остроты. Помните, что их все обязательно нужно покупать горошком и растирать непосредственно перед добавлением в пищу — только свежемолотый перец порадует вас своим вкусом.

Родина **петрушки** — восточное Средиземноморье, она была известна еще до нашей эры в Риме и Греции, но греки считают ее священной и в пищу не употребляют. В кулинарии используют и корень, и листики этого замечательного растения, добавляя их к самым различным блюдам, а во французской кухне стебли петрушки обжаривают и подают к мясу и рыбе.

Прованские травы считаются во Франции самыми душистыми, а растет их здесь великое множество: базилик, эстрагон, шалфей, тимьян, орегано, розмарин, майоран, чабер... Все эти травки замечательно сочетаются между собой и смешиваются в разнообразных пропорциях — кому как нравится. Поэтому у смесей, которые продаются под этим названием в магазинах, может быть разный состав — во Франции в них иногда добавляют даже цедру апельсина и лаванду. Прованские травы подходят практически ко всем горячим блюдам — сочетаются и с мясом, и с рыбой, и с птицей, и с овощами.

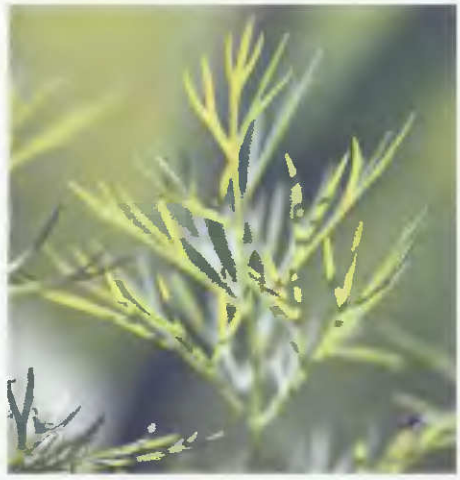
Розмарин — тоже очень типичная травка для Средиземноморья. Мы с ним познакомились не очень давно, но я испытываю к нему нежные чувства, потому что у розмарина такой сильный, интенсивный и интересный вкус, который трудно чем-то заменить. Поле для фантазии огромное. Можно использовать листики, а можно целиком веточки, собранные с больших кустов. Розмарин — это вечнозеленый куст, и поэтому можно сказать, это одно из тех немногих растений, которые круглый год имеют замечательный вкус и запах. Я добавляю розмарин к баранине обязательно, иногда к цыпленку, иногда к свинине, иногда к рыбе, розмарин замечательно дружит и с кроликом.

Сельдерей очень полезен для здоровья и к тому же обладает ярким, необычным вкусом. Одни считают его овощем, другие — пряностью, мне кажется, это не так уж важно. Главное — это прекрасная добавка к различным гарнирам, блюдам из яиц, мясу, приготовленному на гриле. Если вы использовали только стебли сельдерея, а листики остались, их можно заморозить, они по-прежнему будут хранить свой замечательный аромат.

Тимьян во многих горячих блюдах бывает неподражаем! С мясом — чудо, с рыбой — замечательно, да и просто заварить с крепким чаем, как делают в Баку. А всего-то небольшие кустики с мелкими зелено-фиолетовыми цветочками. Я всегда запасаюсь впрок, если удается набрести на него, сушу и храню в герметичном контейнере. И вы сушите — не пожалеете!

Тмин широко использовали римляне, а уж они-то знали толк в еде; и в Библии он упоминается. Раньше я думала, что он хорош только в хлебе, сыре и капусте, зато теперь добавляю его в баранину, в баклажаны, в соус к рыбе, в домашний творог и, конечно же, в капусту во всех видах. Тмин — ароматные продолговатые семена, обладающие острым, возбуждающим и освежающим вкусом, — тоже относится к суперпродуктам, поэтому есть его нужно часто, что и вам советую.

Кто не знает **укроп**? Пожалуй, это одна из самых распространенных травок у нас в России. Его используют свежим, сушеным или соленым, однако помните — его нельзя кипятить, при этом он теряет свой замечательный вкус. Поэтому к мясу, рыбе, курице, жареному картофелю и многим другим горячим блюдам укроп чаще всего добавляют непосредственно перед подачей на стол.



Шалфей чаще воспринимается как лекарственное растение, но попробуйте добавить его (свежим или высушенным) к омлетам, сельди, приготовленному на гриле мясу, куриной печени — и вы поймете, что самые обычные блюда он превращает в деликатес!

Соусы и заправки

Не ленитесь делать соусы, ведь именно они делают горячие блюда законченными, придавая им особые вкусовые оттенки — более острые или более мягкие. И один из самых популярных, конечно, майонез — аппетитный, полезный соус.

Как и другие известные французские соусы, майонез отличается тонким вкусом и оригинальностью. Традиционно майонез готовится на основе оливкового масла, яиц и лимонов, что не только позволяет ему легко и полно усваиваться организмом, но и способствует усвоению принимаемой вместе с ним пищи. Именно это делает его незаменимой приправой не только к салатам, но и ко многим горячим блюдам.

Есть множество других замечательных соусов для горячих блюд, и если вы сами сделаете их — это гениально!

Домашний майонез

Нет необходимости рассказывать, как должен выглядеть майонез. Он должен быть шелковистым, ярко-желтым, блестящим и плотной консистенции. Секрет в маленьком венчике, желтках комнатной температуры, вовремя добавленном лимонном соке и терпении, когда льете масло. Смелей, у вас точно получится!

2	*желтка*
1/2 ст. л.	*горчицы*
	сок 1 лимона
400 мл	*оливкового масла*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

1. Желтки комнатной температуры (это очень важно!), соль, перец и горчицу растереть венчиком в миске.
2. Добавить 1 ст. ложку лимонного сока, начать взбивать до получения гладкой массы.
3. По капле добавлять оливковое масло (первые 100 мл масла необходимо влить буквально по капельке, взбивая не останавливаясь).
4. Добавить еще 2 ст. ложки лимонного сока и продолжить вливать оливковое масло уже тоненькой струйкой. Лимонный сок добавлять, как только консистенция становится слишком густой.
5. Взбивать до состояния крепкой, густой массы. Попробовать, если нужно — добавить соли и перца (если хотите подержать майонез в холодильнике, введите 1 ст. ложку кипяченой воды, это не дает яйцам свернуться).

Чесночный майонез

Вам поможет маленький венчик!

3	*дольки чеснока*
350 мл	*оливкового масла*
2	*желтка*
	сок 1 лимона
	морская соль
	свежемолотый черный перец

1. Чеснок очистить и разрезать пополам, вынуть сердцевину, если она уже сформировалась. Положить дольки чеснока в небольшую сковороду, сбрызнуть 1—2 ч. ложками оливкового масла и на медленном огне довести до золотистого цвета. Остудить прямо в масле.
2. Взбить желтки в небольшой миске маленьким венчиком с солью и медленно, по капельке, добавлять оливковое масло. Майонез должен начать формироваться в густую кремообразную массу.
3. Как только майонез уплотнится, можно добавлять масло быстрее, время от времени вливая по капельке лимонный сок.

Аккуратно растереть чеснок в масле, добавить к майонезу и все перемешать.

Salsa Verde

Один из вариантов зеленого соуса, так называемое знаменитое итальянское Salsa Verde. Подается к рыбе, мясу, вкусно с моцареллой. Может дня 3—4 храниться в холодильнике, в банке с плотно закрывающейся крышкой. Если зелень лень рубить ножом, используйте кухонный комбайн или блендер.

- *3 ст. л.* мелко изрубленной петрушки
- *2 ст. л.* мелко изрубленных листьев сельдерея (именно листьев!)
- *1 ст. л.* мелко изрубленной мяты
- *1 ст. л.* мелко изрубленного зеленого лука
- *1 ст. л.* каперсов
- *120 мл* оливкового масла
- *1* мелко изрубленный перец чили
- *2 ст. л.* бальзамического уксуса
- морская соль

1. Все ингредиенты, кроме бальзамического уксуса, перемешать, накрыть пленкой и поставить мариноваться на 30 минут в холодильник.
2. Добавить бальзамический уксус, обязательно попробовать и досолить или доперчить по вкусу.

Сливовый соус

Замечательный соус к мясным блюдам, хорошо хранится в холодильнике.

- *10* крупных слив
- *1* корешок имбиря размером с большой палец
- *1 ст. л.* кунжутного масла
- *1* стручок красного свежего перца чили
- *2 ст. л.* коричневого тростникового сахара
- *2* гвоздички
- *2* звездочки бадьяна
- *2 ст. л.* винного (или рисового) уксуса
- щепотка мускатного ореха
- морская соль
- свежемолотый черный перец

1. Из слив вынуть косточки, порезать на четвертинки.
2. В сковороде-вок или в кастрюле с тонкими стенками разогреть кунжутное масло, добавить мелко натертый имбирь, мелко рубленный перец чили, сахар, уксус, гвоздику и бадьян.
3. Все хорошо прогреть около минуты и добавить сливы. Жарить минут 20—25 до полной готовности слив.
4. Добавить мускатный орех и соль по вкусу.
5. Протереть через сито.

Клюквенный соус

Клюквенный соус, без которого я не могу себе представить ни утку, ни индейку, ни цыпленка табака. Совершенно гениальный соус к мясу!

- *340 г* клюквы (лучше свежей, но подойдет и замороженная)
- *200 г* сахара
- *3 ст. л.* вишневого ликера или апельсинового сока, который должен быть очень сладким (если вы используете апельсиновый сок, добавьте еще столовую ложку коньяка)
- *75 мл* воды

1. Все ингредиенты смешать и отправить в кастрюлю с толстым дном. Накрыть крышкой и оставить кипеть на медленном огне 15—20 минут. Как только клюква «взорвалась» и масса стала однородной (как правило, минут через 10), попробовать и добавить по вкусу либо сахара, либо лимонного сока.
2. Оставить на огне еще на 5 минут, выключить, остудить и отправить в холодильник.

Перед подачей на стол соус нужно размять, так как в холодильнике он застывает и становится очень густым.

Яблочное варенье-соус

Когда мне хочется похудеть, я готовлю яблочное варенье. С зеленых яблок срезаю кожуру и долго-долго, на медленном огне тушу эти яблоки. Получается такой кисло-сладкий джем, в котором нет ни грамма сахара, а значит, и угрозы для моей фигуры. На основе этого джема можно создать потрясающий соус, который будет хорош к свинине, говядине, холодной отварной рыбе. Нужно взять:

- *4 ст. л.* самой жирной сметаны или простокваши
- *4 ст. л.* сваренного яблочного джема
- *2 ст. л.* хрена

Смешать все ингредиенты и протереть через мелкое сито, лучше волосяное. В баночку — и в холодильник!

Восточный соус

- *1 ст. л.* кунжутного масла
- *3 ст. л.* растительного масла
- *1 ст. л.* рисового уксуса
- *1* стручок свежего перца чили
- *5 г* сухого имбиря
- *1* зубчик чеснока
- морская соль
- свежемолотый черный перец

Смешать все ингредиенты.

Грибы

20 Бифштекс из белых грибов
22 Белые грибы, запеченные с мятой
24 Закуска из грибов шитаки
26 Фасоль с белыми грибами
28 Блины с грибами и голубым сыром

грибы

Бифштекс из белых грибов

Так готовят белые грибы в Тоскане. Этот рецепт рассчитан на 6 человек.

500 г	*белых грибов*
10	*полосок бекона или 150 г сала*
6	*зубчиков молодого чеснока в кожуре*
3	*очищенные дольки чеснока*
3	*веточки розмарина*
	оливковое масло
1 ст. л.	*сока лимона*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

1. Грибы почистить и нарезать вдоль полосками толщиной 2 мм, посолить их и поперчить.
2. Сковороду разогреть, влить 2 ст. ложки масла, положить розмарин, бекон и молодой чеснок в кожуре. Через минуту положить на сковороду небольшую порцию грибов, поджарить их с обеих сторон и затем выложить на бумажное полотенце. Таким образом приготовить оставшиеся грибы. Как только бекон и чеснок станут золотистыми, их тоже переложить со сковороды на бумажное полотенце.
3. Смешать 1 ст. ложку оливкового масла с лимонным соком, очищенный чеснок измельчить и соединить его с соусом.

Грибы подавать с беконом, сбрызнув их соусом.

грибы

Белые грибы, запеченные с мятой

на 6 человек как закуска

Итальянцы в белых грибах разбираются не хуже, чем в макаронах: едят их сырыми, жареными, маринованными — и в каждой области свой рецепт. Этот — из маленькой траттории в Умбрии.

- *600 г белых грибов*
- *12 зубчиков чеснока*
- *большая горсть листьев мяты*
- *6 ст. л. оливкового масла*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

Духовку разогреть до 190 °С.

1. Грибы почистить, нарезать вдоль полосками толщиной 5 мм.
2. Из двойного слоя фольги сделать 6 карманов.
3. В каждый карман влить по 1 ст. ложке сливкового масла, уложить порцию грибов, 2 зубчика чеснока, посолить и поперчить, присыпать мятой.
4. Завернуть карман и отправить в духовку на 15—20 минут.

грибы

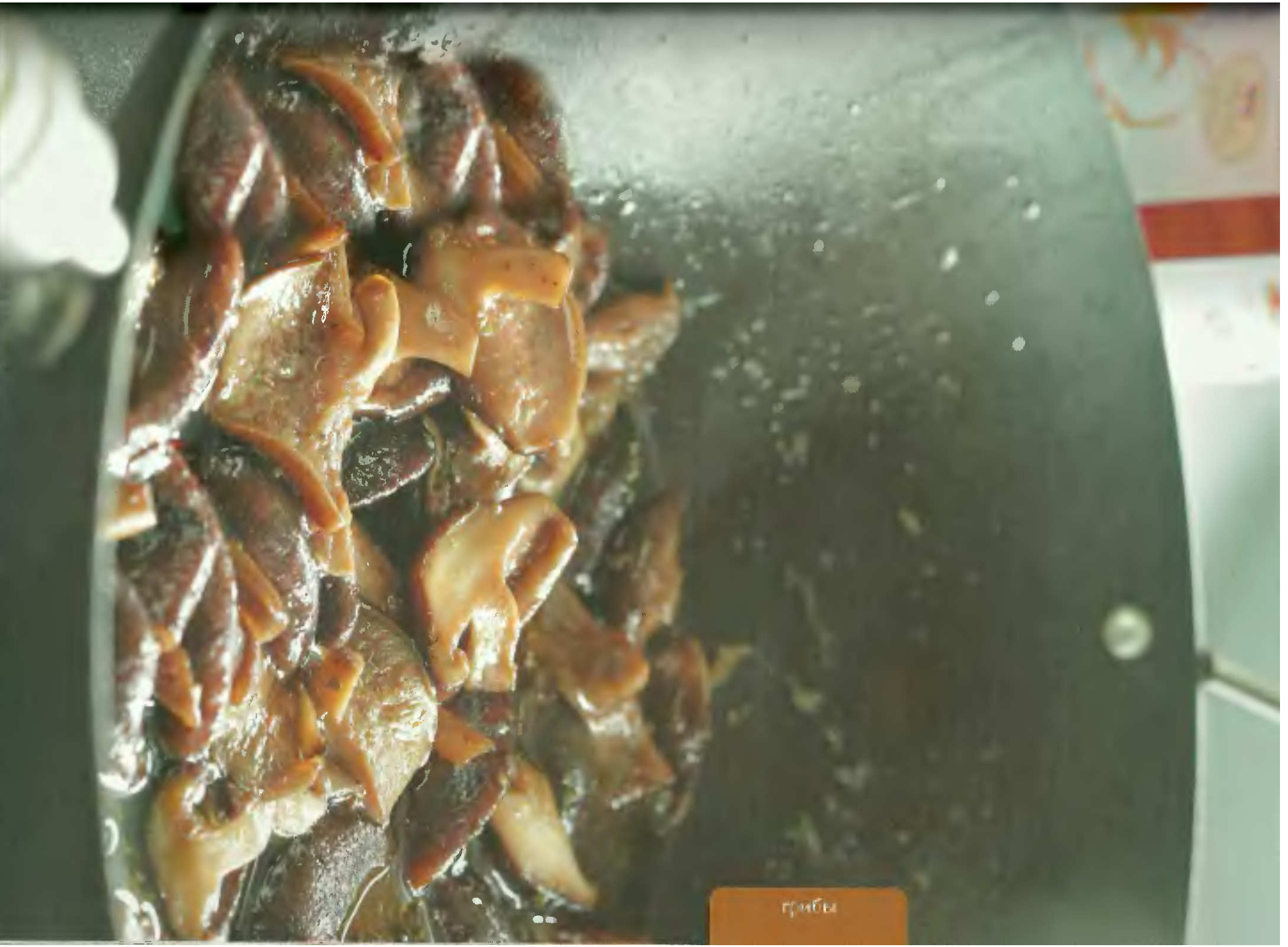
Закуска из грибов шитаки

на 4 человека как закуска

Добавьте в вок уже готовый бурый рис и горсть мелко рубленного зеленого лука — ах как вкусно! А можно туда еще пару яиц вбить и быстро-быстро размешать... но, по-моему, это уже новый рецепт получился...

500 г	*грибов шитаки*
100 г	*растительного масла*
2 ст. л.	*соевого соуса*
2	*зубчика чеснока*
1 ст. л.	*коричневого сахара*
1 ст. л.	*майорана*
1 ч. л.	*рыбного соуса*
	свежемолотый черный перец

1. Грибы вымыть и разрезать пополам.
2. Разогреть масло в сковороде-вок, добавить грибы и обжарить в течение 2—3 минут.
3. Добавить майоран, сахар, соевый и рыбный соус, разрезанные на несколько частей зубчики чеснока. Постоянно помешивая, жарить еще 2—3 минуты.
4. Готовые грибы поперчить.


грибы

Фасоль с белыми грибами

на 6 человек как легкий ужин

Это классика! Так же, как картошка с грибами. И не удивительно: крахмалистая, сладковатая фасоль — замечательная спутница грибов.

1 кг	*белых грибов*
300 г	*фасоли*
3	*больших мясистых помидора*
4	*зубчика чеснока*
	большой пучок петрушки
3 ст. л.	*оливкового масла*
1 ч. л.	*сухого майорана*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

1. Фасоль замочить в большом количестве воды на несколько часов, лучше на ночь. Затем промыть, залить холодной водой и довести до кипения. В кипящую фасоль бросить пучок петрушки, перевязанный для удобства ниткой, и 2 зубчика чеснока. Когда фасоль слегка проварится, добавить 1 помидор, надрезав его, чтобы он отдал свой сок. Варить около часа.
2. Крупно нарезать грибы, оставшийся чеснок измельчить.
3. Разогреть в большой, глубокой сковороде оливковое масло и обжарить чеснок, добавить грибы, майоран, соль и перец. Жарить на медленном огне, не накрывая крышкой, 5—6 минут.
4. Добавить оставшиеся помидоры, нарезанные крупными дольками.
5. Вынуть из кастрюли с фасолью помидор, чеснок и петрушку. Добавить фасоль к грибам и потушить еще 10 минут.
6. Попробовать; если нужно, еще раз посолить и поперчить.

грибы

Блины с грибами и голубым сыром

на 4 человека как ужин

А еще лучше, если это поздний завтрак, плавно перетекающий в обед. Блины можно испечь заранее.

Для блинов:

- *100 г муки*
- *350 мл молока*
- *50 г сливочного масла*
- *1 яйцо*
- *1 желток*
- *щепотка морской соли*

Для начинки:

- *300 г шампиньонов*
- *100 г голубого сыра*
- *50 г натертого твердого сыра (чеддер, российский или любой другой, который вам нравится)*
- *1 луковица*
- *2 зубчика чеснока*
- *1 ст. л. сливочного масла*
- *2 ст. л. портвейна Массандра*
- *3—4 ст. л. сливок*
- *щепотка тмина*
- *щепотка сухого орегано*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

Духовку предварительно разогреть до 180 °С.

1. Растопить сливочное масло.
2. Просеять муку со щепоткой соли.
3. Добавить в муку яйцо и желток, молоко, растопленное сливочное масло и вымешать тесто. Оставить его на полчаса, затем на хорошо разогретой сковороде испечь тонкие блины.
4. Мелко нарезать лук и чеснок. Грибы почистить, промыть и нарезать пластинками.
5. Растопить сливочное масло и обжарить лук и чеснок до золотистого цвета.
6. Добавить грибы, посолить, поперчить, добавить тмин, орегано, Массандру, 1—2 ст. ложки сливок, нарезанный небольшими кубиками голубой сыр. Перемешать и на медленном огне потушить несколько минут, чтобы ушла лишняя жидкость.
7. Выложить начинку на блины, свернуть их и уложить в огнеупорную посуду или глубокий противень.
8. Полить оставшимися сливками и присыпать натертым сыром. Запекать в разогретой духовке 10 минут.

Подавать горячими, с пылу, с жару!

гриби

ЯЙЦА

32 Яичница по-кончаловски
34 Яйца с луком
36 Омлет с лисичками
38 Омлет со спаржей
40 Суфле из козьего сыра и тимьяна

Ed Hardy
Ed Hardy

Яичница по-кончаловски

на двоих как завтрак

Кончаловский и Тарковский работали над «Андреем Рублевым», спорили, засиживались до петухов, а рано утром, глядя на их измученные лица, мама А.С. Кончаловского Наталья Петровна кормила их вот такой яичницей, и их силы быстро восстанавливались.

- *6—8 кусочков черного хлеба*
- *3 зубчика чеснока*
- *5 крупных сладких помидоров*
- *1 красная луковица средней величины*
- *100 г бекона или сала*
- *200 г копченого сыра сулугуни*
- *горсть мелкорубленой кинзы*
- *4 ст. л. растительного масла*
- *3 ст. л. сливочного масла*
- *6 яиц*
- *100 мл молока*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

1. 2 ст. ложки растительного масла разогреть на сковороде, обжарить хлеб с двух сторон и натереть его зубчиком чеснока, пока теплый.
2. Ошпарить кипятком помидоры, снять кожуру и нарезать их крупными кусками, сок сохранить.
3. Бекон порезать на кусочки, чеснок измельчить, лук нарезать полукольцами. Сначала положить на сковороду бекон, затем лук с чесноком, жарить до золотистого цвета, затем добавить помидоры с соком и все тушить минут 10—15 до кремообразной консистенции.
4. Оставшееся растительное масло разогреть вместе со сливочным маслом в глубокой сковороде.
5. Яйца взбить с молоком, солью и перцем. Вылить на разогретую сковороду. В центр выложить гренки, полить полученным соусом и присыпать тертым сыром.
6. Как только яйца схватятся снизу, сделать рулет, накрывая хлеб с соусом краями омлета. Накрыть крышкой на 2 минуты. Присыпать кинзой и подавать.

Яйца с луком

на двоих

Очень просто и, поверьте, очень вкусно!

4	*яйца*
3 ст. л.	*сливочного масла*
1	*стебель лука-порея (только белая часть)*
1	*пучок зеленого лука*
10 ст. л.	*жирных сливок*
	белый перец
	щепотка прованских трав
	морская соль

Духовку предварительно разогреть до 180 °С.

1. Лук-порей нарезать тонкими кольцами, зеленый лук мелко покрошить.
2. Растопить в сковороде сливочное масло. Положить к нему сначала лук-порей, тушить 3—4 минуты на среднем огне до прозрачности, затем добавить зеленый лук, тушить еще 2—3 минуты и добавить 6 ст. ложек сливок, соль, перец и травы, все перемешать.
3. В небольшие формочки для выпекания выложить по 3 ст. ложки луковой смеси, влить по одному яйцу и по 1 ст. ложке сливок.
4. Поставить в глубокий противень формочки с яйцами и налить в него кипяток по верхний край формочек.
5. Выпекать в разогретой духовке 10—12 минут.

Омлет с лисичками

на двоих как легкий ужин

Подавайте с белым вином и гренками из черного хлеба!

700 г	*лисичек или других летних лесных грибов*
60 г	*сливочного масла*
4 ст. л.	*оливкового масла*
2	*зубчика чеснока*
1 ст. л.	*свежего шалфея или 1 ч. л. сухого*
1 ч. л.	*сухого орегано*
	сок 1 лимона
4	*крупных яйца*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 250 °С.

1. Лисички отчистить от земли, вымыть и высушить на бумажном полотенце.
2. Половину сливочного и половину оливкового масла разогреть в тяжелой сковороде с высокими бортами, положить туда грибы и держать на сильном огне 3—4 минуты.
3. Добавить мелко нарубленный чеснок и травки, готовить еще 3—4 минуты.
4. Обильно посолить, поперчить и добавить сок лимона. Снять с огня.
5. Оставшееся сливочное и оливковое масло разогреть в сковороде, которую можно поставить в духовку. В половину приготовленных грибов ввести слегка взбитые яйца и выложить смесь на сковородку. Держать на медленном огне до тех пор, пока омлет не станет схватываться по краям, но внутри еще будет оставаться жидковатым.
6. Быстро выложить оставшиеся грибы сверху на омлет, поставить в разогретую духовку и выпекать 2—3 минуты.
7. Как только омлет начнет увеличиваться в объеме (он должен быть довольно мягким, почти жидким внутри), подавать на стол в теплых тарелках.

Омлет со спаржей

на двоих как легкий обед

Не передержать в духовке — вот единственный совет! Омлет должен быть нежным, почти жидким в центре. А сочетание яиц со спаржей! Ну что тут говорить, пробуйте скорее!

125 г	*молодой спаржи*
4	*яйца*
50 г	*пармезана*
2—3 ст. л.	*оливкового масла*
	горсть листьев мяты
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 200 °С.

1. В кипящую воду опустить спаржу на 1—2 минуты, то есть обварить ее. Спаржа должна стать чуть мягче, оставаясь при этом упругой.
2. Взбить яйца, добавив щепотку соли и перца, листья мяты и натертый на крупной терке сыр (немного сыра и мяты оставить).
3. В сковороде с толстым дном разогреть оливковое масло, выложить сырно-яичную массу. Уменьшить огонь и дождаться, когда омлет схватится.
4. Сверху положить спаржу, еще немного поперчить и посолить, отправить в разогретую духовку на пару минут. Духовку можно оставить открытой, если нет сковороды со съемной ручкой. Готовый омлет присыпать оставшимся сыром и мятой.

Суфле из козьего сыра и тимьяна

на 6 человек как закуска

Я обожаю сыр, практически любой. Есть такой ресторан в Лондоне — «Sally Clarke's». Рецепт оттуда. Если бы вы видели кафе-магазин рядом — печенье, хлеб, сыр, шоколадные трюфели — прощай, талия!

400 г	*мягкого козьего сыра*
200 г	*твердого сыра, например пармезана*
150 мл	*сливок*
30 г	*растопленного сливочного масла*
6	*яиц*
1 ст. л.	*нарубленного тимьяна*
	несколько веточек тимьяна для украшения
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 200 °С.

1. 6 жаростойких тарелочек для супа натереть маслом, присыпать четвертью натертого пармезана.
2. Отделить белки от желтков. Взбить яичные желтки до гладкого, шелковистого состояния. Продолжая взбивать, ввести понемногу козий сыр.
3. Добавить сливки, по щепотке соли и перца, измельченный тимьян и половину оставшегося пармезана.
4. Взбить белки со щепоткой соли до состояния крепкой пены и смешать со всей массой. Вмешивать аккуратно, но все-таки бесстрашно!
5. Распределить суфле по тарелкам, присыпать сверху тимьяном и оставшимся пармезаном. Выпекать 8—10 минут.

Суфле должно подняться и стать золотистым. Подавать немедленно! Не забудьте напомнить своим гостям, что тарелки горячие, и, самое главное, не дайте перестоять суфле, чтобы оно не опустилось.

РЫБА

44 Семга, запеченная в соли
46 Биточки из форели
48 Семга и креветки на гриле
50 Сибас, запеченный в духовке
52 Семга с оливками
54 Треска с розмарином и каперсами
56 Форель с овощами

рыба

Семга, запеченная в соли

на 6 человек для воскресного обеда или ужина

Это праздник! Вкуснее способа готовить крупную рыбу я не знаю (ну, может быть, уха на Дону).

- *1 большая потрошеная семга весом 2 1/2—3 кг*
- *4 кг соли грубого помола*
- *2 фенхеля*
- *2 лимона*
- *черный перец горошком*

Духовку предварительно разогреть до 220°С.

1. На большой противень высыпать половину соли.
2. Лимон и фенхель нарезать крупными кусками. Перец растереть в ступке.
3. Семгу натереть изнутри перцем, начинить фенхелем и лимоном, уложить на противень с солью.
4. Присыпать оставшейся солью и поставить на 40—50 минут в разогретую духовку.

рыба

Биточки из форели

на 6 человек как легкий обед

Я так готовила рыбу сначала только своим детям, потом и папа распробовал, и теперь это бестселлер!

400 г	*филе форели (или семги)*
1	*морковь*
1/2	*луковицы*
600 г	*картофеля*
2	*зубчика чеснока*
1	*пучок зеленого лука*
1	*пучок укропа*
6—8	*маленьких помидоров*
	мука
	сок половины лимона
4 ст. л.	*сливочного масла*
6—7 ст. л.	*сметаны*
	оливковое масло
	морская соль
	свежемолотый черный перец

1. Форель варить с чесноком, морковью и луком 15 минут в кипящей воде.
2. Отварить картофель и приготовить из него пюре, добавив сливочное масло и 3 ст. ложки воды, в которой варился картофель. (Подойдет и «вчерашнее» пюре!)
3. Измельчить зеленый лук, полпучка укропа, помидоры и смешать все с пюре.
4. Форель раскрошить вилкой, соединить с пюре, хорошо перемешать.
5. Сделать небольшие биточки, обвалять их в муке и обжарить на оливковом масле.
6. Мелко порубить оставшийся укроп, добавить его в сметану и смешать с лимонным соком и солью. Получившимся соусом полить биточки.

Подавать горячими.

рыба

Семга и креветки на гриле

на 6 человек, отлично подойдет в качестве закуски на пикнике

Можно готовить и дома — тоже под грилем в духовке или на сковороде-гриль, правда, не будет запаха дыма, зато будет очень холодное белое вино, а еще лучше — шампанское!

- *800 г филе семги с кожей*
- *400 г королевских креветок*
- *2 стручка зеленого перца чили*
- *сок 1 лайма*
- *1 ч. л. натертого имбиря*
- *горсть листьев базилика*
- *морская соль*

1. Рыбу нарезать на длинные кусочки (8—10 см).
2. Перемешать имбирь, мелко нарезанный перец чили, сок лайма, соль и рубленый базилик.
3. Натереть этой смесью семгу и креветки и оставить на 20—30 минут.
4. Кусочки семги сложить пополам и проткнуть тонкой шпажкой, креветки также нанизать на шпажки. Жарить на гриле 5—8 минут.

рыба

Сибас, запеченный в духовке

на 6 человек как основное блюдо

Когда у меня дома большая компания гостей — чищу и натираю пряностями рыбу заранее. остальное не требует каких-то серьезных временных затрат.

3	*сибаса*
3	*фенхеля*
2	*лимона*
2	*красные луковицы*
100 мл	*белого сухого вина*
3—4 ст. л.	*оливкового масла*
	щепотка тмина
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 200 °С.

1. Рыбу выпотрошить, вымыть, высушить.
2. Соль, тмин и перец растолочь в ступке, этой смесью натереть рыбу изнутри и снаружи.
3. Разогреть сковороду-гриль, рыбу обжарить с каждой стороны по 5 минут.
4. Лук нарезать крупными кольцами, так же крупно порезать фенхель и лимоны.
5. Уложить на дно противня половину нарезанных лука, фенхеля и лимонов, а сверху обжаренную рыбу. Полить оливковым маслом и белым вином и выложить оставшуюся часть лука и фенхеля с лимонами. Запекать 20 минут в разогретой духовке.

Семга с оливками

на двоих

Если у вас всего 20 минут и нужно произвести впечатление не только умной, красивой, но и очень талантливой и тонко разбирающейся в еде и домашнем уюте женщины — вот ваш рецепт!

- *300 г филе семги с кожей*
- *2 небольших помидора*
- *8 оливок*
- *половинка молоденького кабачка или цукини*
- *10 каперсов*
- *2 вяленых помидора в оливковом масле*
- *1 долька чеснока*
- *оливковое масло*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

1. В сковороде разогреть пару ложек оливкового масла, обжарить крупно нарезанный чеснок.
2. Кабачок нарезать ломтиками. Помидоры ошпарить, снять кожицу, удалить мякоть с семенами и соком и нарезать кубиками.
3. Добавить к чесноку кабачки, помидоры, оливки (косточки вынуть), каперсы, нарезанные кусочками вяленые помидоры. Поперчить и посолить по вкусу, тушить до готовности кабачков.
4. Разогреть хорошенько вторую сковороду, щедро посыпать ее солью. Обжарить семгу по нескольку минут на каждой стороне. (Жарьте сначала на той стороне, где есть кожица.)
5. Уложить семгу на блюдо, сверху выложить овощи и сбрызнуть оливковым маслом.

рибе

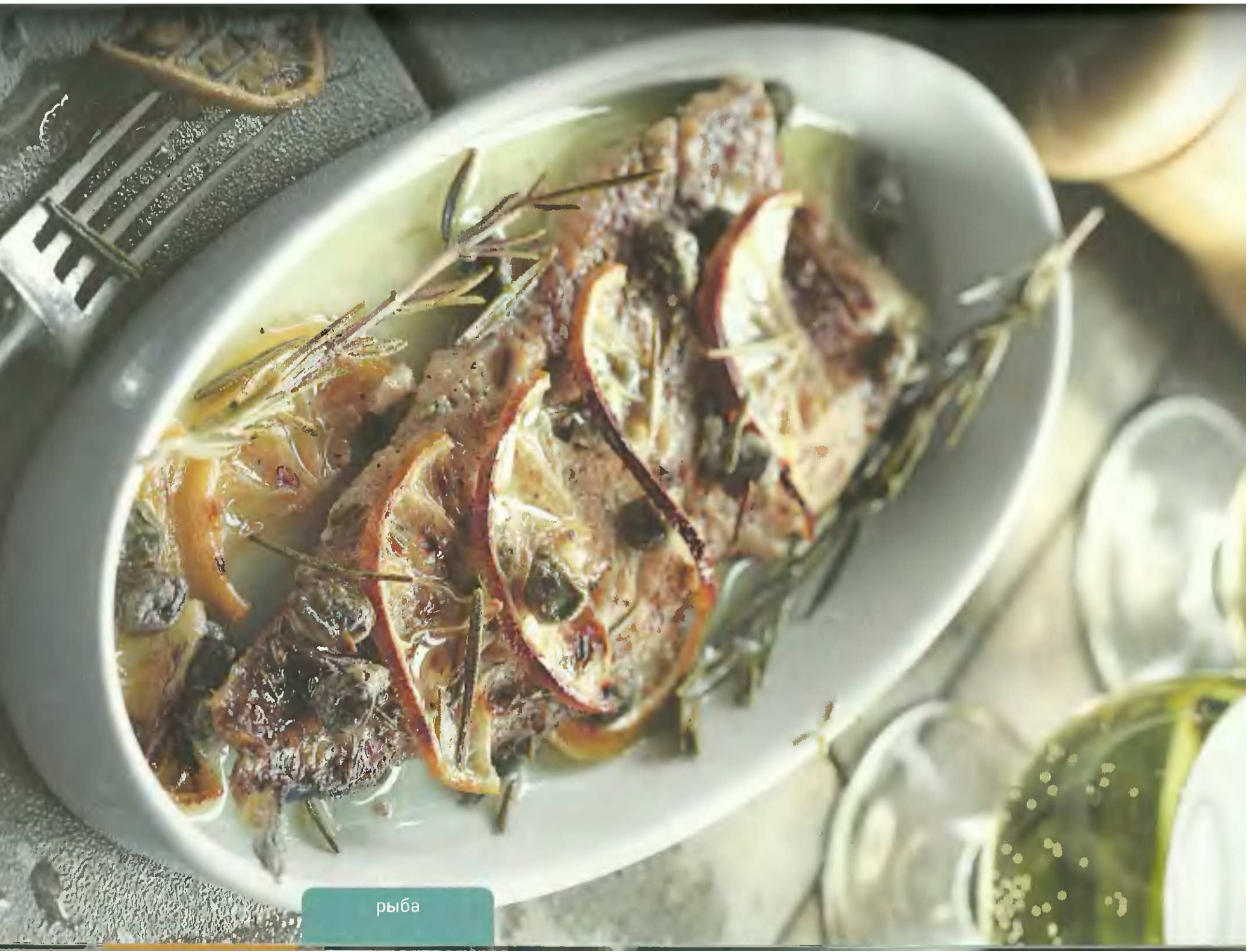
Треска с розмарином и каперсами

Вместо розмарина можно взять тимьян; если любите острое, то перец чили здесь тоже очень приветствуется.

4	*стейка трески (или другой белой рыбы)*
1	*маленькая баночка каперсов*
1	*лимон*
8—10	*веточек и горсть листьев розмарина*
3—4 ст. л.	*оливкового масла*
10—12	*горошин черного перца*
	морская соль

Духовку предварительно разогреть до 200 °С.

1. Перец горошком, щепотку соли и часть листьев розмарина растереть в ступке, добавить оливковое масло.
2. Обвалять рыбу в этом соусе.
3. В огнеупорную посуду или в глубокий противень выложить веточки розмарина, затем рыбу, присыпать каперсами и оставшимися листиками розмарина.
4. Отправить рыбу в духовку, через 5 минут уложить сверху тоненько нарезанные кружочки лимона и запекать еще около 20 минут.


рыба

Форель с овощами

на 4 человека как легкий ужин

Любая другая рыба может быть приготовлена таким же способом. На мой взгляд, чем жирнее рыба, тем вкуснее!

500 г	*филе форели*
500 г	*зеленой стручковой фасоли*
300 г	*маленьких сладких помидоров*
100 г	*оливок*
	сок половины лимона
50 г	*анчоусов (или соленой кильки)*
	пучок базилика
3—4 ст. л.	*оливкового масла*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 180 °С.

1. Фасоль проварить в кипящей воде 5—7 минут, воду слить; добавить к фасоли нарезанные помидоры и оливки без косточек.
2. В ступке растереть листья базилика, перец, соль и оливковое масло и полить этой смесью овощи.
3. Форель нарезать на куски 5—7 см шириной и посолить.
4. Противень смазать оливковым маслом и уложить рядами куски форели и овощи. Форель сбрызнуть соком лимона и оливковым маслом, сверху положить анчоусы. Запекать 10—12 минут в разогретой духовке.

рыба

ПТИЦА

60 Пряная курица
62 Зеленое карри с курицей
64 Курица по-марокканski
66 Курица с грибами
68 Курица с секретом
70 Цыпленок с чесноком
72 Паштет из куриной печенки
74 Пьяная утка

Пряная курица

на 4 человека как основное блюдо

Со взбитым масленым картофельным пюре — один из самых вкусных ужинов.

- *1 небольшая курица*
- *2—3 ст. л. меда*
- *2 ст. л. соевого соуса*
- *2 ст. л. размягченного сливочного масла*
- *2 палочки корицы*
- *несколько звездочек бадьяна*
- *6 зерен кардамона*
- *свежемолотый черный перец*

Духовку предварительно разогреть до 190 °С.

1. Соединить масло, мед и соевый соус, этой смесью натереть курицу изнутри и снаружи.
2. Половину порции корицы, бадьяна, измельченного кардамона и щепотку черного перца уложить внутрь курицы.
3. Курицу поместить в карман, сделанный из бумаги для выпечки, приправить оставшимися пряностями, закрыть карман и выпекать в разогретой духовке около 1 часа.

Зеленое карри с курицей

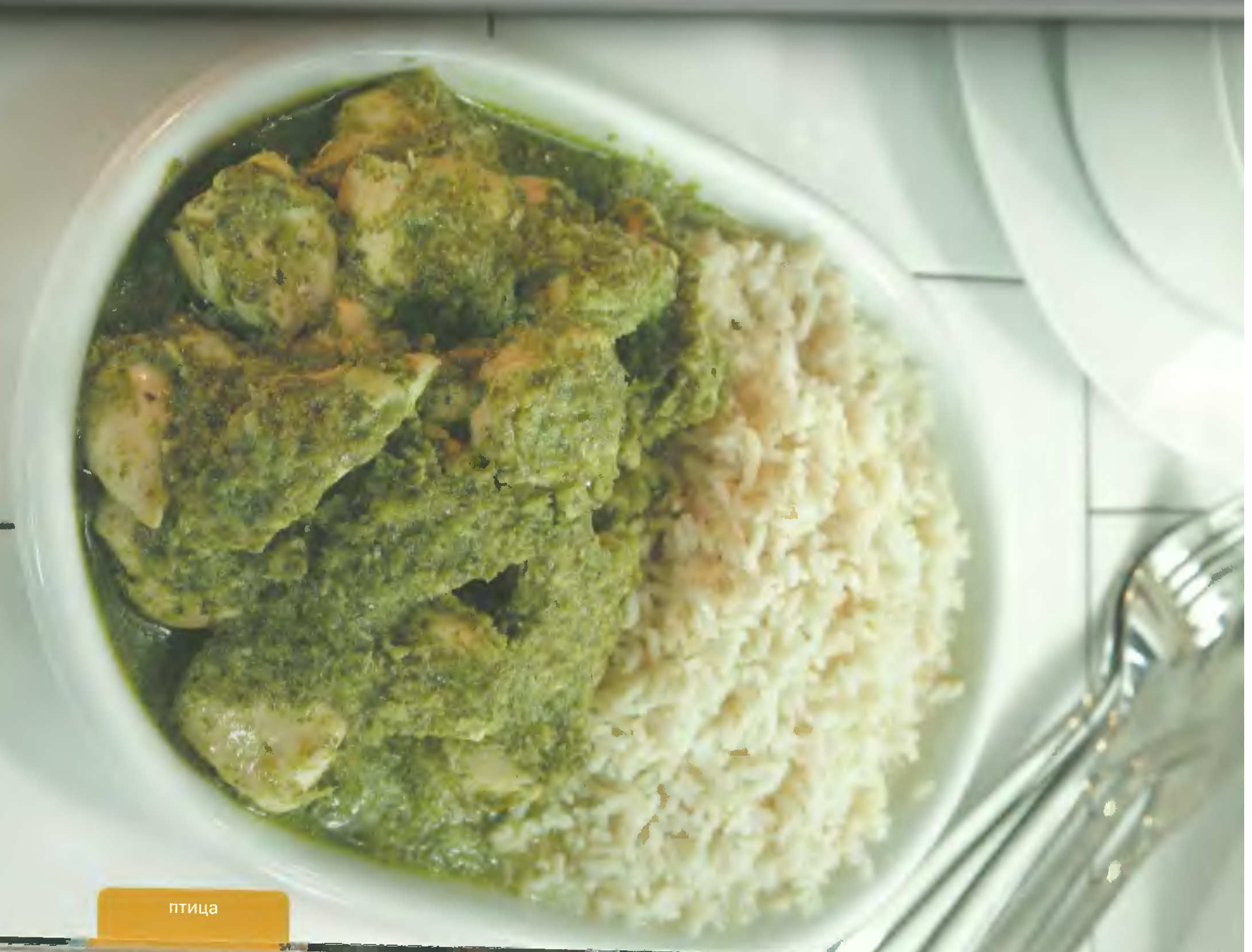
на 6 человек как основное блюдо

Экспериментируйте, сыпьте все, что приглянется для этого рецепта, только пробуйте на вкус, чтобы не перестараться.

- *6 куриных грудок без кожи*
- *5 стручков зеленого перца чили*
- *1 корешок имбиря размером с большой палец*
- *цедра 1 лайма*
- *сок половины лайма*
- *1 пучок зеленого лука*
- *2—3 зубчика чеснока*
- *1 пучок кинзы*
- *1 пучок базилика*
- *горсть листьев мяты*
- *3—4 ст. л. растительного масла*
- *300 мл кокосового молока*
- *семена кориандра*
- *морская соль*

1. Соль и кориандр истолочь в ступке.
2. В блендере измельчить зеленый лук, перец чили, очищенный предварительно имбирь, чеснок, кинзу, базилик, мяту, добавить сок лайма, 2 ст. ложки растительного масла и соль с кориандром.
3. Куриные грудки порезать на небольшие куски (2—3 см) и замариновать в 4—5 ст. ложках получившейся смеси карри на 30—45 минут (еще лучше оставить на ночь в холодильнике).
4. В сковороде-вок разогреть растительное масло и в течение 2—4 минут обжаривать в нем кусочки курицы. Добавить оставшееся карри и цедру лайма, влить кокосовое молоко, тушить 10—15 минут.

Подавать с отварным рисом.


птица

Курица по-марокканski

на 6 человек как основное блюдо

Можно все запекать в чугунной кастрюле, казанке, утятнице — главное, чтобы крышка была, потом завернуть кастрюлю во что-нибудь теплое и толстое (старое полотенце или детское покрывало — то, что надо) — и в апреле, когда еще никто не ездит на пикник, когда фантастически пахнет весной, все-таки поехать за город и устроить праздник!

1	*курица*
	цедра 2 апельсинов
	сок 3 апельсинов
100 мл	*джина*
2	*фенхеля*
3	*зубчика чеснока*
5 ст. л.	*растительного масла*
1 1/2 кг	*картофеля*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 180 °C.

1. Приготовить маринад из джина, цедры и сока апельсинов, мелко нарубленного чеснока, соли, перца, растительного масла.
2. Курицу нарезать крупными кусками, положить в полиэтиленовый пакет и влить туда маринад. Пакет завязать и положить на 3—5 часов в холодильник.
3. Почищенный картофель и фенхель крупно нарезать и поварить в кипящей воде 5—7 минут.
4. Выложить на противень фенхель и картофель, сверху уложить куски курицы и полить все маринадом. Выпекать в разогретой духовке 30—35 минут.

Курица с грибами

на двоих как полноценный ужин (и для десерта место останется)

Хорошее дополнение к репертуару тех, кто считает калории (а на десерт кусочек горького шоколада).

2	*небольших цыпленка*
500 г	*разных грибов (шампиньоны, вешенки, портобелло)*
200 г	*белого сухого вина*
	щепотка майорана
	горсть прованских трав
2 ст. л.	*растительного масла*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 190 °С.

1. В большой миске смешать прованские травы с майораном, солью, перцем, растительным маслом и нарезанными грибами.
2. Разрезать цыплят пополам и положить в миску с грибами и специями на 20—30 минут.
3. Из фольги сделать 4 кармана, в каждый карман положить по 1/2 цыпленка с грибной смесью и влить по 50 мл вина. Запекать в разогретой духовке 25 минут.

птица

Курица с секретом

на 6 человек как ужин

Для того чтобы корочка у курицы получилась золотистой, каждые десять минут обливайте ее соком, который накапливается в противне.

1	*курица (весом 1,5 кг)*
50 г	*копченой ветчины или бекона*
	горсть петрушки
	горсть укропа
	горсть кинзы
3	*зубчика чеснока*
125 г	*сливочного масла*
1	*лимон*
2 ст. л.	*растительного масла*
1 кг	*картофеля*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 180 °С.

1. Мелко нарезать бекон, нарубить всю зелень, измельчить чеснок.
2. Размягченное сливочное масло растереть с солью, перцем, зеленью, чесноком и беконом.
3. Под кожу курицы со стороны грудки осторожно ввести половину полученной смеси. (Старайтесь не повредить кожу!)
4. Сделать небольшие надрезы на ножках и туда тоже поместить смесь.
5. Внутрь курицы положить лимон, разрезанный на 4 части.
6. Противень смазать растительным маслом, уложить на него курицу.
7. Картофель почистить, порезать кружочками, сбрызнуть растительным маслом, посолить, уложить вокруг курицы.
8. Запекать в разогретой духовке около часа.

Цыпленок с чесноком

на двоих как легкий обед или ужин

Рецепт для начинающих. После удивленно-восхищенных возгласов тех, кому выпало счастье отведать ваш шедевр, — уверенность в том, что вы самый умелый повар на свете. Она поможет вам завоевывать все новые и новые высоты.

	цыпленок весом не более 1 кг
8	*зубчиков чеснока*
	щедрая горсть мелкорубленых листьев петрушки
3 ст. л.	*оливкового масла*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

1. Цыпленка тщательно промыть и просушить. Он должен быть очень сухой, только тогда получится хрустящая корочка.
2. Острым ножом сделать 8—10 надрезов на ногах, на крылышках и грудке цыпленка.
3. Положить чеснок в небольшую кастрюльку с холодной водой и довести до кипения, 2 минуты проварить в кипящей воде. Затем чеснок вынуть и истолочь.
4. Смешать чеснок и петрушку. Половиной этой смеси заполнить надрезы на коже цыпленка.
5. Тщательно посолить и поперчить цыпленка снаружи и внутри.
6. Около 20 минут обжаривать цыпленка на среднем огне, переворачивая, чтобы он со всех сторон покрылся золотистой и хрустящей корочкой.
7. Разогреть оливковое масло в небольшой кастрюльке, добавить оставшуюся половину смеси чеснока и петрушки и прогреть на медленном огне. Посолить и поперчить. Полить этим соусом цыпленка и подавать.

Паштет из куриной печенки

Когда мы жили в Баку, на нашем столе на Новый год такой паштет был обязательной закуской, только моя мама еще внутрь прятала целые отварные яйца, и потом, когда паштет резали кусочками, внутри получался кружочек яйца — и красиво, и хорошо балансирует вкус.

1 кг свежей куриной печенки
1 луковица
1 морковь (если делаете «про запас», то без моркови лучше)
100 г + 2 ст. л. сливочного масла
2 ст. л. растительного масла
2 вареных яйца
1 ст. л. коньяка или портвейна (хорошо добавить и херес)
морская соль
свежемолотый черный перец по вкусу

1. Печенку вымачивать в молоке не менее 3 часов (еще лучше оставить на ночь).
2. На смеси 1 ст. ложки сливочного и 1 ст. ложки растительного масла обжарить печенку до готовности.
3. Мелко порезать и отдельно обжарить лук и морковь также на смеси сливочного и растительного масла.
4. Измельчить печенку, лук, морковь, яйца и оставшееся сливочное масло в блендере. Для этого годится и мясорубка, но тогда эту смесь придется пропускать через нее минимум четыре раза, чтобы паштет приобрел необходимую рыхлость и воздушность. А можно поступить иначе: пропустить два раза через мясорубку, а затем еще взбить как следует в блендере или миксером.
5. Когда масса станет однородной и воздушной, добавить в нее коньяк, соль и перец.
6. Уложить в форму или сделать рулет и туго завернуть его в фольгу. Положить (минимум на ночь) в холодильник.

Подавать с поджаренным хлебом, сливочным маслом и сладким вином, типа токайского или сотерна.

птица

Пьяная утка

на 6 человек как основное — «праздничное» — блюдо

Утка, конечно, совсем не повседневная еда, а в праздники мы чаще всего готовим проверенные рецепты. И все-таки попробуйте, травки и сладкое вино, по-моему, очень хорошо «женятся» с сильным, почти «диким» вкусом мяса.

1	*утка весом 1,8—2 кг*
300 г	*утиной (или куриной) печенки*
2	*зубчика чеснока*
4	*веточки розмарина*
	горсть листьев шалфея
250 мл	*сладкого красного вина (типа кагора)*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 190 °С.

1. Взбить в блендере сырую печенку, чеснок, розмарин, шалфей с вином.
2. Варить утку в кипящей воде 30—40 минут.
3. В полость тушки влить 2/3 полученной смеси и зашить ее, чтобы ничего не вылилось.
4. Утку как следует натереть солью и перцем, полить оставшейся смесью и выпекать в разогретой духовке 2,5—3 часа.

МЯСО

78 Телятина в белом вине
80 Телятина под соусом Vitello-tonnato
82 Телячья печень со шпинатом
84 Стейк с рукколой
86 Свинина с медом и имбирем
88 Свинина в молоке
90 Свинина с яблоками
92 Бараний окорок с картошкой
94 Тушеная баранина с баклажанами
96 Кролик с черносливом
98 Ароматный маринованный кролик

Телятина в белом вине

как основное блюдо на большую, 6—8 человек, компанию

Я ела такую телятину в Пьемонте, там же — лучший татарский бифштекс (рубленое сырое мясо) из телятины. Сырое мясо я дома готовить не рискую, но вот Vitello al bianco всегда вызывает бурные аплодисменты за столом. На следующий день это будет еще вкуснее!

1 кг 800 г	*телятины с косточкой*
2 ст. л.	*муки*
3 ст. л.	*оливкового масла*
4 ст. л.	*сливочного масла*
2	*стебля сельдерея*
2	*зубчика чеснока*
2	*средние по размеру луковицы*
300 мл	*белого сухого вина*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

1. Мясо обвалять в перетертой смеси муки, соли и перца.
2. Разогреть оливковое и 2 ст. ложки сливочного масла, обжарить мясо с обеих сторон до золотистого цвета и снять его со сковороды.
3. Сельдерей, лук и чеснок почистить, мелко нарубить и поджаривать в оставшемся сливочном масле в течение 10 минут.
4. Положить мясо к луку, чесноку и сельдерею и влить вино. Тушить под крышкой не менее 2 часов.

МЯСО

Телятина под соусом Vitello-tonnato

на 4 человека как закуска или легкий ужин

Мясо должно быть отварено заранее и охлаждено, кто-то сильный должен хорошо отточить ножи, а кто-то предусмотрительный — купить белого вина (и не забыть его охладить)!

- *500 г отварной телятины*
- *горсть кинзы*
- *майонез*
- *150 г консервированного тунца*
- *несколько анчоусов*
- *горсть каперсов*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

1. Телятину нарезать очень тонко, 2 мм толщиной (очень острый нож незаменим в этом деле).
2. Для соуса Vitello-tonnato понадобится майонез. Попробуйте один из майонезов «Едим Дома!», а как я их готовлю — читайте на стр. 15. В майонез нужно добавить каперсы, измельченные тунец и анчоусы, соль, перец, все аккуратно перемешать.
3. Выложить в один слой мясо, полить сверху соусом и присыпать зеленью.

Телячья печень со шпинатом

на 4 человека как легкий ужин

В Модене с бальзамическим уксусом даже мороженое делают, а в этом рецепте уксус превращает простую печень в невероятно элегантное и эффектное блюдо.

500 г	*телячьей печени*
6 ст. л.	*растительного масла*
6—8 ст. л.	*бальзамического уксуса*
	горсть мелкорубленой петрушки
	горсть мелкорубленой кинзы
450 г	*шпината*
4 ст. л.	*сливочного масла*
	морская соль
	свежемолотый черный перец

1. Шпинат промыть и в дуршлаге подержать на пару 7—10 минут.
2. Растопить в сковороде сливочное масло, положить в него шпинат, посолить и тушить на медленном огне 2—3 минуты.
3. Нарезать печень кусками толщиной 2 см, обвалять в смеси соли с перцем.
4. Разогреть в сковороде растительное масло, жарить в нем печень 1—2 минуты с каждой стороны на сильном огне.
5. Добавить в сковороду бальзамический уксус и зелень. Тут же подавать на стол вместе со шпинатом.

Стейк с рукколой

на двоих как легкий ужин

Даже и не пытайтесь готовить это из замороженной говядины. Только свежее мясо! И не обращайте внимания на споры вокруг соли: солить до того, как жарить, или после, или вообще не солить — главное, не пережарьте мясо, внутри оно должно быть сочным, почти сырым. Не любите сырое? Ешьте отварную курицу!

- *2 говяжьих бифштекса по 200 г*
- *1 пучок рукколы*
- *8 ст. л. оливкового масла*
- *1 зубчик чеснока*
- *сок половины лимона*
- *1 ч. л. винного или бальзамического уксуса*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

1. В крепкий целлофановый пакет положить щепотку соли, перца и бифштексы. Хорошенько отбить мясо скалкой. Прямо в пакет долить 3—4 ст. ложки оливкового масла и оставить мясо «отдыхать» на 10 минут.
2. Разогреть сковороду-гриль. Жарить бифштексы 1—2 минуты с каждой стороны. Снять с огня, оставить «отдохнуть» на 2—3 минуты.
3. Рукколу промыть и просушить.
4. Смешать оставшееся оливковое масло, лимонный сок, уксус, соль, перец и измельченный чеснок. Заправить полученной смесью рукколу.

Подавать стейк с рукколой.

MARCO

Свинина с медом и имбирем

на 4 человека как основное блюдо

Звучит странно? Ну и что, вкус чая с лимоном тоже не все вначале понимали, а теперь вся планета наслаждается.

- *4 куска свиного филе весом по 250—300 г каждый*
- *5 зубчиков молодого чеснока*
- *сок 1 лимона*
- *2 ст. л. растительного масла*
- *100 мл коньяка*
- *2 ст. л. меда*
- *2 ст. л. мелко натертого имбиря*
- *1 стручок зеленого перца чили*
- *морская соль*

Духовку предварительно разогреть до 180 °С.

1. Срезать лишний жир со свинины, уложить филе в глубокую кастрюлю, выжать на него лимонный сок и присыпать мелко нарубленным чесноком.
2. Накрыть крышкой и мариновать в прохладном месте 30—40 минут.
3. В тяжелой сковороде разогреть растительное масло, обжарить в нем свинину до золотистой корочки. Уложить обжаренное мясо в жароупорную посуду.
4. Мелко нарубить перец чили и смешать его с медом, имбирем и коньяком.
5. Прогреть в сковороде коньячно-имбирный соус, залить им филе, накрыть крышкой и отправить в разогретую духовку на 30—45 минут. Посолить перед подачей.

MnCO

Свинина в молоке

на 4 человека как основное блюдо

Если соус выкипит раньше времени, не бойтесь добавить теплого молока.

600 г	*свинины одним куском*
500 мл	*горячего молока*
	цедра 1 лимона
2 ст. л.	*растительного масла*
2 ст. л.	*сливочного масла*
3	*зубчика чеснока*
	семена кориандра
	морская соль
	черный перец горошком

1. Соль, перец и кориандр растереть в ступке, обвалять в специях свинину.
2. В большой сковороде разогреть растительное масло и сливочное масло и обжарить зубчики чеснока до золотистого цвета.
3. Выложить в сковороду мясо, добавить цедру лимона и молоко. Тушить под крышкой не менее 2 часов на медленном огне.

M&CO

Свинина с яблоками

на 6 человек как основное блюдо

Если сочетание свинины и яблок кажется вам подозрительным, делайте без них... но вы многое теряете.

1 кг *грудинки или шейной части свинины*
1 *крупная луковица*
2 *крупных ароматных яблока (например, антоновка)*
3—4 ст. л. *растительного масла*
1 *батон белого хлеба (вчерашний)*
пучок шалфея
цедра 1 лимона
морская соль
свежемолотый черный перец

Духовку предварительно разогреть до 250 °С.

1. Разогреть в сковороде 2 ст. ложки растительного масла. Обжарить в нем мелко нарезанный лук до золотистого цвета.
2. Яблоки нарезать дольками и добавить к луку, обжарить их до полной готовности.
3. С хлеба снять корку, поломать мякоть на небольшие кусочки.
4. Смешать соль, перец и оставшееся растительное масло, сбрызнуть этой смесью хлеб, разложить на противне и поставить в разогретую духовку на 10—15 минут, пока он не станет золотистого цвета.
5. Измельчить в блендере яблоки с луком, сухари и шалфей.
6. Мясо разрезать так, чтобы получился пласт, посолить и поперчить его, на середину пласта выложить яблочную начинку, свернуть его рулетом, перевязать бечевкой. Посыпать цедрой лимона.
7. Запекать в разогретой духовке 20 минут, убавить огонь до 160 °С и томить еще 45—60 минут.

Бараний окорок с картошкой

Держите мясо в духовке из расчета 45 минут на килограмм плюс 30 минут добавочного времени — это в том случае, если вас не пугает сочная, не до конца прожаренная середина. Если хотите совершенно дожаренного мяса, придется терпеть чувство невыносимого голода еще 45—60 минут.

- *1 бараний окорок на косточке (1,7—2 кг)*
- *3 зубчика чеснока*
- *4—5 веточек розмарина*
- *200 г бекона*
- *1 кг картофеля*
- *3—4 ст. л. оливкового масла*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

Духовку предварительно разогреть до 180 °С.

1. На поверхности окорока сделать небольшие надрезы-проколы, вдоль кости сделать глубокие надрезы.
2. Оливковое масло, розмарин, чеснок, соль и перец растереть до однородной массы.
3. Наполнить этой массой все надрезы на мясе, затем обмазать весь окорок.
4. Установить на нижний уровень духовки пустой противень, а на средний — решетку. На решетку уложить окорок, запекать 1,5 часа.
5. Проварить в кипящей воде очищенный картофель до полуготовности, минут 10—15.
6. Аккуратно достать противень из духовки, выложить на него картофель, сверху разложить кусочки бекона. Вернуть противень с картошкой на нижний уровень духовки и продолжать запекать все еще 40—45 минут.

Тушеная баранина с баклажанами

на 4 человека как ужин

Этот рецепт был изобретен на моих глазах в общежитии театрального института. С нами учились ливанцы, и такой ливанской еды, какую они умудрялись творить, я после не ела ни в одном ливанском ресторане.

- 600 г молодой баранины
- 1 баклажан
- 1 луковица
- 2—3 дольки чеснока
- 1 лимон
- 3 ст. л. оливкового масла
- 5 перьев зеленого лука
- 3 палочки корицы
- 1 лавровый лист
- 1 1/2 ч. л. семян тмина
- пучок мяты
- 2—3 ст. л. сахара
- морская соль
- свежемолотый черный перец

1. Мелко искрошить чеснок, луковицу нарезать полукольцами.
2. В тяжелой кастрюле с толстым дном разогреть оливковое масло, обжарить лук и чеснок, добавить тмин и довольно крупно нарезанный зеленый лук, потомить 1—2 минуты и отправить туда нарезанное кубиками мясо.
3. Лимон нарезать ломтиками, положить в разогретую сковородку, добавить сахар и закарамелизировать.
4. В кастрюлю с мясом добавить лимон, веточки мяты, корицу и лавровый лист. Тушить на медленном огне 40 минут.
5. Баклажан нарезать кружочками, присыпать солью и оставить на несколько минут, затем добавить его к мясу, посолить, поперчить по вкусу и потушить еще 15—20 минут.

Кролик с черносливом

на 6 человек как ужин

Рецепт французский, поэтому выглядит сложным, на самом деле все очень просто и результат всегда на пять с плюсом.

	Кролик (примерно 1,5 кг)
150 г	*чернослива*
50 г	*коньяка*
100 г	*лука-шалота целиком (луковицы должны быть как можно меньше)*
1 ч. л.	*тимьяна*
2 ст. л.	*горчицы*
1 ст. л.	*черносмородинового варенья*
30 г	*сливочного масла*
1	*морковь*
1	*стебель сельдерея*
1	*луковица*
2	*веточки петрушки*
2—3	*веточки розмарина*
6	*горошин черного перца*
	лавровый лист
3—4	*гвоздички*
	бутылка белого сухого вина
50 мл	*винного уксуса*
	щепотка кайенского перца
	морская соль

1. Мелко нарезать морковь, сельдерей и лук, добавить петрушку, розмарин, перец горошком, лавровый лист, гвоздички, влить вино и уксус. Отправить кусочки кролика в маринад, накрыть посуду крышкой и поставить минимум на час в холодильник (а лучше на ночь).
2. Замочить чернослив в коньяке на 30 минут.
3. Кусочки мяса обсушить бумажным полотенцем и обжарить в разогретом на сковороде сливочном масле вместе с шалотом, через 5—7 минут добавить чернослив, потушить все 20 минут и выложить на тарелку.
4. Маринад разделить на две части, половину взбить в пюре, добавив 6—7 черносливин (если нет блендера, протереть через сито). Соединить пюре с другой половиной маринада и уварить до густого состояния в сковороде, в которой жарился кролик.
5. Приправить тимьяном, горчицей, смородиновым вареньем, кайенским перцем и солью. По кусочку, помешивая, добавить сливочное масло, вернуть кролика в соус и прогреть 1—2 минуты.

Выложить кролика на блюдо, украсить жареным шалотом и черносливом и подавать.

МЯСО

Ароматный маринованный кролик

на 6 человек как основное блюдо

Для барбекю мясо кролика должно быть порезано довольно крупными кусками, размером с пол-ладони. Если они будут слишком мелкие, есть опасность, что мясо у вас пересохнет.

- *кролик весом 1,5 кг*
- 250 мл *простокваши*
- *пучок мяты*
- 1 *стручок красного перца чили*
- 1 *стручок зеленого перца чили*
- 1 ч. л. *порошка карри*
- 1 *корешок имбиря размером с большой палец*
- *цедра и сок 1 лайма*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

1. Листья мяты и стручки перца мелко нарезать, корень имбиря порубить, перемешать все с порошком карри. Добавить простоквашу, натертую цедру лайма, соль и немного свежемолотого черного перца.
2. Положить кусочки кролика в маринад и оставить в холодильнике минимум на час (а лучше на ночь).
3. Нанизать на шампур кусочки кролика и жарить их с каждой стороны по 4—5 минут на хорошо разогретом гриле или сковороде-гриль. Снимать только тогда, когда мясо легко отходит от решетки гриля. Проверить, готов кролик или нет, вы можете, слегка его надрезав. Мясо подсушится снаружи, но внутри должно быть сочным.
4. Сбрызнуть соком лайма и подавать.

Есть еще один вариант приготовления этого блюда:

- *кролик весом 1,5 кг*
- 5 ст. л. *оливкового масла*
- 2 ч. л. *чабреца*
- 2 *зубчика чеснока*
- *упаковка бекона*
- 1 *лимон*
- *морская соль*
- *розовый перец*
- *крупно крошенный черный перец*

1. Оливковое масло смешать с чабрецом, рубленым чесноком, розовым перцем, положить в маринад кролика и оставить на несколько часов или на ночь.
2. Вокруг кусочка кролика обернуть длинные полоски бекона, проколоть кусочки шампуром и запекать.
3. Когда мясо будет уже почти готово, посыпать его солью и черным перцем.
4. Лимон поджарить на гриле и выжать сверху на кролика.

МЯСО

Алфавитный указатель

анчоусы
Форель с овощами 56
Телятина под соусом Vitello-tonnato 80

апельсины
Курица по-марокканski 64

базилик
Форель с овощами 56
Семга и креветки на гриле 48
Зеленое карри с курицей 62

баклажаны
Тушеная баранина с баклажанами 94

бальзамический уксус
Телячья печень со шпинатом 82
Стейк с рукколой 84

баранина
Бараний окорок с картошкой 92
Тушеная баранина с баклажанами 94

бекон
Бифштекс из белых грибов 20
Яичница по-кончаловски 32
Курица с секретом 68
Бараний окорок с картошкой 92

белые грибы
Бифштекс из белых грибов 20
Белые грибы, запеченные с мятой 22
Фасоль с белыми грибами 26

говядина
Стейк с рукколой 84

грибы
Блины с грибами и голубым сыром 28
Курица по-марокканski 64
Курица с грибами 66

имбирь
Семга и креветки на гриле 48
Зеленое карри с курицей 62
Свинина с медом и имбирем 86
Ароматный маринованный кролик 98

кабачки
Семга с оливками 52

каперсы
Семга с оливками 52
Треска с розмарином и каперсами 54
Телятина под соусом Vitello-tonnato 80

картофель
Биточки из форели 46
Курица по-марокканski 64
Курица с секретом 68
Бараний окорок с картошкой 92

кинза
Яичница по-кончаловски 32
Зеленое карри с курицей 62
Курица с секретом 68

Телятина под соусом Vitello-tonnato 80
Телячья печень со шпинатом 84

кокосовое молоко
Зеленое карри с курицей 62

корица
Пряная курица 60
Тушеная баранина с баклажанами 94

креветки
Семга и креветки на гриле 48

кролик
Кролик с черносливом 96
Ароматный маринованный кролик 98

курица
Пряная курица 60
Зеленое карри с курицей 62
Курица по-марокканski 64
Курица с грибами 66
Курица с секретом 68
Цыпленок с чесноком 70

лисички
Омлет с лисичками 36

лук зеленый
Яйца с луком 34
Биточки из форели 46
Зеленое карри с курицей 62
Тушеная баранина с баклажанами 94

лук-порей
Яйца с луком 34

лук-шалот
Кролик с черносливом 96

мед
Пряная курица 60
Свинина с медом и имбирем 86

мята
Белые грибы, запеченные с мятой 22
Омлет со спаржей 38
Зеленое карри с курицей 62
Тушеная баранина с баклажанами 94
Ароматный маринованный кролик 98

оливки
Форель с овощами 56
Семга с оливками 52

перец чили
Семга и креветки на гриле 48
Зеленое карри с курицей 62
Курица с секретом 68
Свинина с медом и имбирем 86
Ароматный маринованный кролик 98

петрушка
Курица с секретом 68
Цыпленок с чесноком 70
Телячья печень со шпинатом 82

печень куриная
Паштет из куриной печенки 72

печень утиная
Пьяная утка 74

помидоры
Фасоль с белыми грибами 26
Яичница по-кончаловски 32

Форель с овощами 56
Биточки из форели 46
Семга с оливками 52

помидоры вяленые
Семга с оливками 52

розмарин
Треска с розмарином и каперсами 54
Бараний окорок с картошкой 92

руккола
Стейк с рукколой 84

свинина
Свинина с медом и имбирем 86
Свинина в молоке 88
Свинина с яблоками 90

сельдерей
Телятина в белом вине 78

семга
Семга, запеченная в соли 44
Семга и креветки на гриле 48
Семга с оливками 52

сибас
Сибас, запеченный в духовке 50

спаржа
Омлет со спаржей 38

сыр
Блины с грибами и голубым сыром 28
Яичница по-кончаловски 32
Омлет со спаржей 38
Суфле из козьего сыра и тимьяна 40

телятина
Телятина в белом вине 78
Телятина под соусом Vitello-tonnato 80
Телячья печень со шпинатом 82

тимьян
Суфле из козьего сыра и тимьяна 40

треска
Треска с розмарином и каперсами 54

тунец
Телятина под соусом Vitello-tonato 80

укроп
Биточки из форели 46
Курица с секретом 68

утка
Пьяная утка 74

фасоль
Фасоль с белыми грибами 26
Форель с овощами 56

фенхель
Семга, запеченная в соли 44
Сибас, запеченный в духовке 50
Курица по-марокканski 64

форель
Форель с овощами 56
Биточки из форели 46

хрен
Яблочное варенье-соус 17