

УДК 641.55 (083)
ББК 36.992
М11

Мясо и птица.— Челябинск: Аркаим, 2004.— 64 с.: ил.— (серия «Шаг за шагом»).

ISBN 5-8029-0766-5

В этой книге вы найдете рецепты популярных блюд с мясом и птицей. Основные этапы их приготовления проиллюстрированы photographиями пошаговой съемки.

УДК 641.55 (083)
ББК 36.992

Издание для досуга
МЯСО И ПТИЦА

Ответственный редактор Э. Г. Гончарова

Научный редактор И. Г. Ройтенберг

Дизайн — В. А. Кугаевский

Художественный редактор Я. А. Сергатова

Технический редактор Т. В. Анохина

Корректор З. Ф. Новикова

Приготовление блюд — В. В. Скоробаев

Фотограф К. А. Шевчик

Стилист Е. Б. Брюхина

Подписано в печать 05.07.04. Формат 60х90/16
Гарнитура FreeSet. Печать офсетная. Усл. печ. л. 4,0

Издательство «Аркаим», издательство «Урал Л.Т.Д.»
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
Отпечатано в Китае

По вопросам приобретения литературы обращаться:
Челябинск, издательство «Аркаим», издательство «Урал Л.Т.Д.»
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
тел.: (3512) 65-87-01 (отдел реализации)
тел./факс: 65-87-00, 65-86-97
E-mail: sales@ural-ltd.ru

Москва, представительство издательства «Аркаим»,
издательства «Урал Л.Т.Д.»
107023, г. Москва, ул. Малая Семеновская, 11а, стр. 4
тел.: (095) 964-14-57, 964-14-80 (факс)
E-mail: ural-ltd@mtu-net.ru

ISBN 5-8029-0766-5

© Издательство «Аркаим», 2004
© Издательство «Урал Л.Т.Д.», 2004

шаг за шагом

ОТ ИЗДАТЕЛЯ

Современная кулинария способна поразить воображение сказочным разнообразием блюд из мяса и птицы — супы, холодные и горячие закуски, салаты, горячие блюда, как традиционно славянские, так и заимствованные из других кухонь мира, но нашедшие в современной России верных почитателей.

Мы решили облегчить задачу для российской хозяйки, задумавшей порадовать близких очередным кулинарным шедевром. В книгу вошли наиболее популярные рецепты блюд из мяса и птицы, которые украсят стол и доставят удовольствие своим совершенным вкусом как в будни, так и в праздники.

Все рецепты проверены в кулинарной лаборатории, что исключает возможность ошибки при создании незнакомых блюд. Каждый рецепт сопровождается иллюстрацией не только готового блюда, но и photographиями основных этапов приготовления — ведь это же серия «Шаг за шагом»!

Приятного аппетита!

РУЛЕТКИ «АССОРТИ» ИЗ ПТИЦЫ

на 3 порции

- окорочка куриные крупные 3 шт.
- чернослив без косточек 100 г
- грудинка копченая 100 г
- яйцо 1 шт.
- аджика 1 ч. ложка
- чеснок рубленый 1 ч. ложка
- перец черный молотый
- соль



1. Обработанные окорочка, удалив из них косточки, хорошо отбейте.
2. Один окорочок с одной стороны обильно смажьте смесью аджики и чеснока, сверните рулетом.
3. Второй окорочок посолите, поперчите и, разложив на нем разрезанный пополам чернослив, плотно сверните рулетом.
4. Третий окорочок посолите, поперчите, уложите на него ломтики грудинки и также плотно сверните рулетом.
5. Пищевую фольгу смажьте маслом, каждый окорочок плотно оберните фольгой, закрутите ее края и запекайте окорочка в духовке до готовности.
6. Рулетики охладите и, сняв фольгу, нарежьте ломтиками.
7. На тарелки положите по 2–3 ломтика каждого рулета, гарнируйте нарезанными помидорами и огурцами, оформите зеленью.



КУРИЦА ЖАРЕНАЯ



на 4 порции

- курица 1 шт.
- чеснок 3 зубчика
- майонез 150 г
- аджика 2 ч. ложки
- лук репчатый 2 головки
- морковь 1 шт.

1. Тушку курицы нарежьте порционными кусками и уложите на смазанный маслом противень.
2. Майонез смешайте с аджикой и рубленным чесноком, смажьте куски курицы, уложите вокруг крупно нарезанные овощи.
3. Жарьте в духовке до готовности.
4. При подаче гарнируйте маринованными яблоками, солеными огурцами, оформите зеленью.



ТОРТ ПЕЧЕНОЧНЫЙ

на 6 порций

- печень свиная или куриная 500 г
- лук репчатый 1 головка
- масло растительное 100 г
- майонез 300 г
- чеснок 6 зубчиков
- молоко 300 г
- мука пшеничная 100—200 г
- яйца 3 шт.
- сахар 1 щепотка
- перец черный молотый
- соль



1. Лук мелко нарежьте и спассеруйте на части масла.
2. Чеснок пропустите через пресс и соедините с майонезом.
3. Печень пропустите через мясорубку вместе с пассерованным луком, добавьте соль, перец, сахар, молоко, яйца и столько муки, чтобы получилось негустое тесто, затем введите растительное масло, перемешайте.
4. Из теста выпекайте блинчики и укладывайте их друг на друга, смазывая майонезом с чесноком. Охладите.
5. Перед подачей края торта обровняйте, смажьте майонезом, присыпьте рубленой зеленью. Верх торта оформите ломтиками помидора.
6. Чтобы разнообразить вкусовые оттенки этого торта, можно прослаивать его другими начинками: из жареных грибов и лука, из тушеной, квашеной или свежей капусты, пассерованных лука и моркови и т. д.



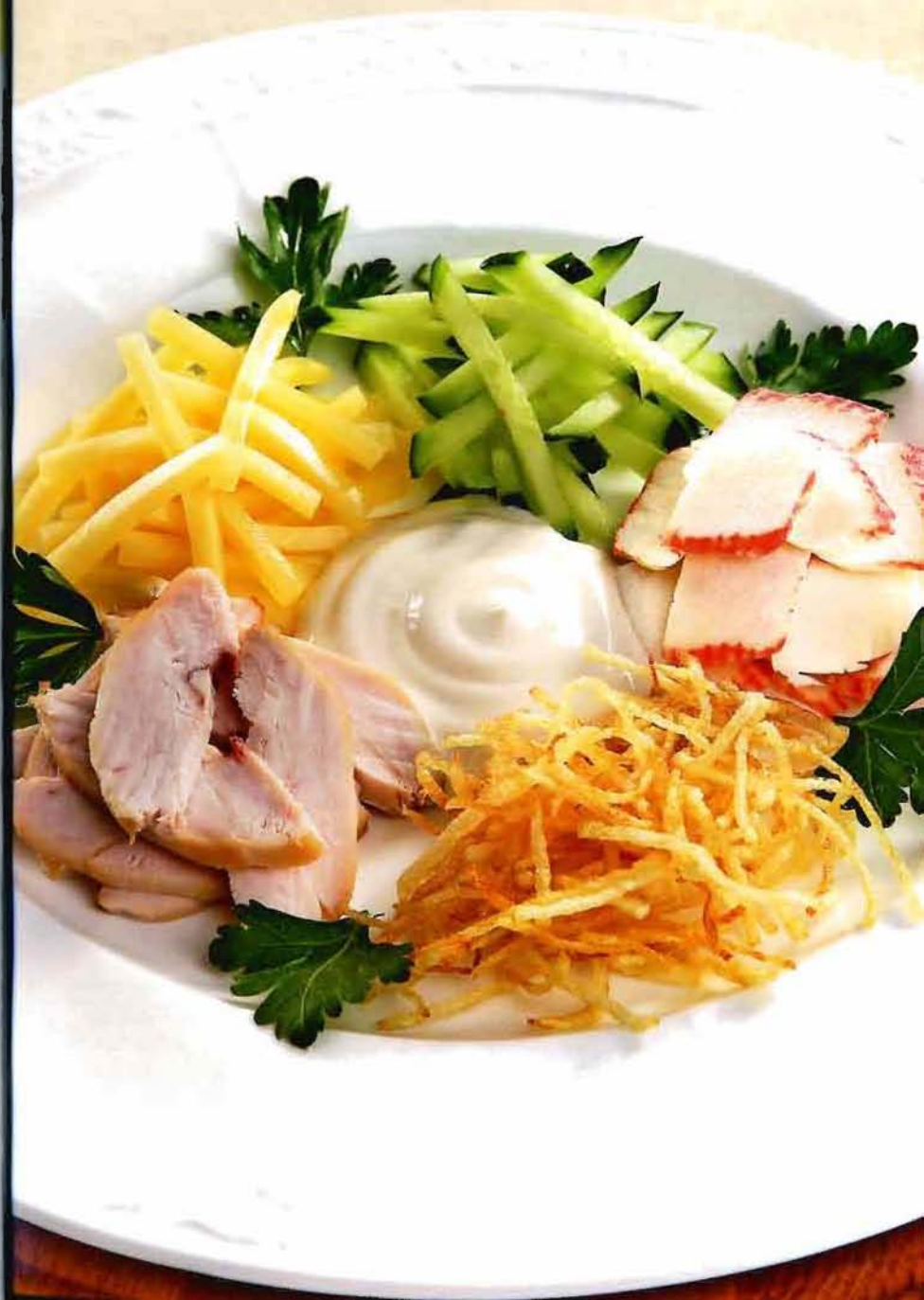
САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ



на 4 порции

- грудки куриные копченые 2 шт.
- картофель 3 шт.
- огурец 1 шт.
- крабовые палочки 9 шт.
- сыр твердый 100 г
- масло растительное 100 г
- зелень

1. Куриные грудки отделите от кожи и костей. Нарежьте тонкими ломтиками.
2. Картофель очистите, нарежьте очень тонкой соломкой, обжарьте в масле, обсушите на салфетке. Огурец и сыр нарежьте толстой соломкой. Крабовые палочки — наискось тонкими ломтиками.
3. Подготовленные ингредиенты выложите отдельными секторами на тарелку, в середину налейте майонез, оформите зеленью.



КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ



на 10 порций

- курица 1 шт.
- мякоть свинины 300 г
- шпик 100 г
- яйца 2 шт.
- шпинат 150 г
- морковь 150 г
- бульон куриный 1,5 л
- мускатный орех молотый 1 щепотка
- перец черный молотый, соль

1. На тушке курицы сделайте продольный надрез вдоль позвоночника, снимите кожу, оставляя слой мякоти толщиной до 0,5 см так, чтобы крылья и голени оставались вместе с кожей.
2. Мякоть птицы и свинину пропустите 2–3 раза через мясорубку вместе со шпиком. Добавьте яичные белки, фарш взбейте, посолите, поперчите, разделите на 3 части: в одну добавьте припущенный и протертый шпинат, в другую — протертую вареную морковь.
3. На кожу выложите поочередно слои фарша, края кожи соедините, сшейте нитками, придайте ей форму целой тушки, расправляя крылышки и ножки.
4. Курицу запекайте при 250 °С до образования румяной корочки, затем нагрев уменьшите и доведите до готовности.
5. Перед подачей разрежьте курицу на порции, гарнируйте овощами и фруктами, оформите зеленью.



КУРИЦА СО СВЕКОПЬНЫМ ПЮРЕ



на 4 порции

- курица 1 шт.
- капуста брюссельская 600 г
- свекла вареная 400 г
- корень имбиря тертый 1 ч. ложка
- уксус 3%-й 2 ст. ложки
- сметана 150 г
- лук репчатый 2 шт.
- масло сливочное 100 г
- масло растительное 2 ст. ложки
- лавровый лист 1 шт.
- перец черный молотый
- соль

1. Курицу разрежьте на порционные куски, обжарьте в смеси растительного и 20 г сливочного масла. Добавьте нарезанный соломкой репчатый лук, лавровый лист, посолите, поперчите и жарьте до готовности.
2. Капусту сварите и заправьте оставшимся сливочным маслом.
3. Свеклу измельчите в блендере до пюреобразного состояния, приправьте уксусом, имбирем, посолите, поперчите, добавьте сметану, перед подачей прогрейте.
4. Перед подачей на каждую тарелку уложите курицу и капусту, оформите зеленью. Свекольное пюре подайте отдельно.



ИНДЕЙКА С АНАНАСОВЫМ СОУСОМ



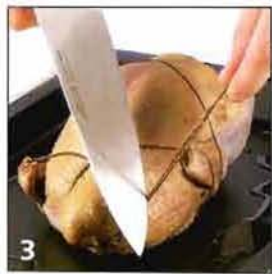
на 6 порций

- филе индейки 6 шт.
- ананас консервированный (кольца) 300 г
- сметана 200 г
- паприка молотая 1 ч. ложка
- корень имбиря молотый 1 ч. ложка
- порошок карри ½ ч. ложки
- масло растительное 4 ст. ложки
- соль

1. Для маринада масло смешайте с паприкой, имбирем и солью.
2. Смажьте филе маринадом, выдержите в холодильнике 2–3 часа, затем жарьте на гриле до готовности. 6 колец ананаса обжарьте на гриле.
3. Для соуса остальные кольца мелко нарежьте, соедините со сметаной, добавьте карри, соль и измельчите в блендере до консистенции пюре.
4. При подаче уложите на блюдо кольца ананасов, на них — филе. Подлейте соус, оформите зеленью петрушки.



УТКА С ЯБЛОКАМИ



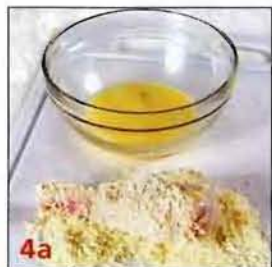
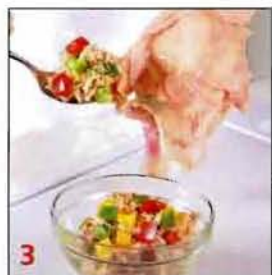
на 10–12 порций

- утка 1 шт.
- яблоки 1,5 кг
- перец черный молотый
- соль

1. У утки отрубите шею, ножки — до коленного сустава и крылышки — по первый сустав.
2. Тушку натрите солью и перцем снаружи и изнутри, начините очищенными от кожицы, нарезанными дольками и посыпанными сахаром яблоками.
3. перевяжите утку шпагатом так, чтобы были прижаты крылышки и ножки, уложите тушку на противень спинкой вниз и жарьте до образования румяной корочки. Затем подлейте $\frac{1}{2}$ стакана воды и жарьте 1,5–2 часа, поливая вытапливающимся жиром и соком.
4. С жареной утки снимите шпагат, тушку разрубите на куски, вокруг уложите печеные яблоки и оформите зеленью.



ФАРШИРОВАННЫЕ ОКОРОЧКА



на 4 порции

- окорочка куриные 4 шт.
- перец сладкий разного цвета 3 шт.
- масло сливочное 2 ст. ложки
- яйцо 1 шт.
- зелень петрушки, укропа 80 г
- хлебные крошки 1 стакан
- масло растительное 150 г
- перец черный молотый
- соль

1. У окорочков отверните кожу, снимите мякоть с костей и удалите верхнюю косточку, оставив нижнюю.
2. Мякоть пропустите через мясорубку, соедините с мелко нарезанным сладким перцем, рубленой зеленью, солью, перцем, сливочным маслом и перемешайте.
3. Зафаршируйте начинкой кожу окорочков, скрепите деревянными шпажками.
4. Окорочка смочите во взбитом яйце, запанируйте в хлебных крошках и обжарьте на масле до готовности.
5. При подаче гарнируйте маринованными овощами.



НОЖКА КУРИНАЯ В МЕШОЧКЕ



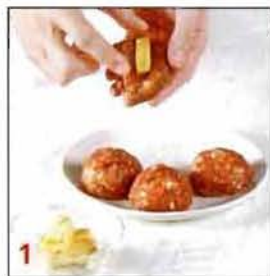
на 2 порции

- окорочка куриные 2 шт.
- тесто слоеное 1 пластина
- масло растительное 50 г
- брокколи 60 г
- грибы жареные 60 г
- перец сладкий 60 г
- фасоль стручковая 60 г
- лук-порей 2 пера
- чеснок 1 зубчик
- масло сливочное 2 ч. ложки
- перец черный молотый
- соль

1. У окорочков сделайте надрез с внутренней стороны вдоль кости бедра и удалите ее по суставу.
2. Куриные окорочка натрите солью, перцем и обжарьте на части растительного масла до готовности.
3. Брокколи разберите на соцветия, фасоль и сладкий перец нарежьте. Обжарьте овощи на оставшемся растительном масле до готовности, приправьте специями и рубленым чесноком.
4. Тесто раскатайте в виде квадрата, смажьте растопленным сливочным маслом, выложите овощи, на них поставьте куриную ножку и соберите края теста вокруг нее.
5. Зеленое перо лука-порея ошпарьте и обвяжите им тесто вокруг ножки. Запекайте до готовности.
6. При подаче оформите зеленью.



БИТОЧКИ «ПАКОМСТВО»



на 4 порции

- фарш куриный 320 г
- лук репчатый 40 г
- масло сливочное 40 г
- перец черный молотый
- соль
- мука пшеничная 1 стакан
- яйца 5 шт.
- молоко $\frac{1}{2}$ стакана
- масло растительное 100 г

1. Из куриного фарша с добавлением специй и рубленого лука сформируйте шарики, вложив в каждый замороженный кусочек масла. Придайте шарикам форму биточков.
2. Для кляра яйца взбейте с молоком, соедините с мукой и тщательно перемешайте.
3. Запанируйте биточки в муке, обмакните в кляр.
4. Обжарьте в масле. Доведите до готовности в духовке.
5. При подаче гарнируйте жареным картофелем, оформите зеленью.



ШНИЦЕЛЬ «СТОПИЧНЫЙ»



на 4 порции

- филе птицы 4 шт.
- батон вчерашний 1 шт.
- мука пшеничная 2 ст. ложки
- яйца 2 шт.
- масло растительное 100 г
- масло сливочное 40 г
- перец черный молотый
- соль

1. С батона срежьте корки, нарежьте мякиш сначала ломтиками, затем соломкой и подсушите на воздухе.
2. Филе птицы слегка отбейте, посолите, поперчите, запанируйте в муке, смочите в яйцах, а потом обваляйте в соломке.
3. Обжаривайте шницель на масле до образования румяной корочки, доведите до готовности в духовке.
4. При подаче на каждый шницель уложите по кусочку сливочного масла, гарнируйте овощами, жареным картофелем, зеленью.



КУРИЦА ТУШЕНАЯ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ



на 4 порции

- курица 1 шт.
- бекон 180 г
- мука пшеничная 3 ст. ложки
- бульон куриный 250 г
- шампиньоны 200 г
- масло сливочное 1 ст. ложка
- перец черный молотый
- соль

1. Бекон нарежьте соломкой и обжарьте до золотистого цвета.
2. Курицу разделите на 8 кусков, запанируйте в муке, смешанной с солью и перцем, и обжарьте на жире, выделившемся при жаренье бекона, до образования румяной корочки.
3. Шампиньоны разрежьте на 4 части, потушите в сливочном масле и добавьте к курице.
4. Подлейте куриный бульон, добавьте жареный бекон и тушите до готовности.
5. При подаче выложите на блюдо, гарнируйте жареным картофелем.



КУРИНЫЕ ГРУДКИ ФАРШИРОВАННЫЕ



на 4 порции

- филе куриные 4 шт.
- лук-порей 3 стебля
- перец сладкий 2 шт.
- масло сливочное 50 г
- цедра лайма 1 ч. ложка
- бульон куриный 250 г
- сливки густые 120 г
- перец черный молотый
- соль

1. В толстой части филе сделайте надрез, чтобы получился кармашек.
2. Лук-порей и сладкий перец нарежьте кубиками.
3. На половине нормы масла пассеруйте лук, перец и цедру лайма 15–20 минут, посолите, поперчите.
4. Распределите лук по «кармашкам» и скрепите их деревянными шпажками.
5. Растопите оставшееся сливочное масло и обжарьте филе до образования румяной корочки, добавьте бульон, тушите до готовности.
6. Выньте филе из бульона, уварите его до половины объема, влейте сливки и еще раз уварите, посолите, поперчите.
7. При подаче, вынув шпажки, нарежьте филе ломтиками, уложите их на тарелки, полейте соусом. Оформите кружочками лайма и зеленью.



КУРИЦА ТУШЕНАЯ С РИСОМ



на 4 порции

- курица 1 шт.
- помидоры 400 г
- лук репчатый 1 головка
- перец сладкий 3 шт.
- чеснок 1 зубчик
- масло растительное 2 ст. ложки
- порошок карри 1 1/2 ст. ложки
- перец черный молотый
- соль

1. Курицу разделите на 4 или 8 кусочков.
2. Лук и чеснок мелко порубите. Сладкий перец нарежьте кубиками. Помидоры ошпарьте, снимите кожицу, мякоть разрежьте пополам и, удалив семена, нарежьте кубиками.
3. Лук, чеснок и перец пассеруйте до готовности. Добавьте карри, помидоры, сладкий перец, влейте 100 г воды, доведите до кипения, посолите, поперчите.
4. Уложите в соус кусочки курицы и тушите в духовке до готовности.
5. Подавайте с отварным рисом, оформив зеленью.



ТЕЛЯТИНА С РИСОМ И ГРИБАМИ



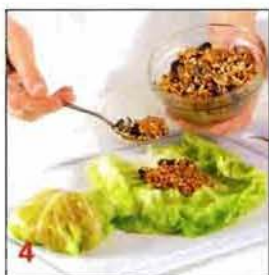
на 4 порции

- мякоть телятины 500 г
- рис 200 г
- лисички 200 г
- вешенки 200 г
- лук репчатый 2 головки
- сметана 100 г
- бульон 1,5 л
- зелень петрушки 2 пучка
- чеснок 1 зубчик
- масло растительное 50 г
- перец черный молотый
- соль

1. Одну луковицу мелко нарежьте, обжарьте, положите в кипящий бульон, добавьте рис и варите его до готовности. Затем рис откиньте на сито.
2. Телятину нарежьте небольшими кусочками, жарьте с оставшимся мелко нарезанным луком до готовности, посолите.
3. Петрушку ошпарьте, измельчите в блендере, добавив рубленый чеснок, соль, перец и растительное масло.
4. Грибы мелко нарежьте, обжарьте, добавьте мясо, тушите 10 минут, залейте сметаной.
5. При подаче рис выложите на блюдо, сверху уложите телятину с грибами и соус из петрушки.



СВИНАЯ КОРЕЙКА ПОД СОУСОМ



на 4 порции

- корейка свиная 800 г
- листья капусты 8 шт.
- грибы 250 г
- лук репчатый 100 г
- крупа гречневая 200 г
- клюква 1 стакан
- мед 1 ст. ложка
- мука пшеничная 1 ст. ложка
- масло растительное 50 г
- перец сладкий желтый 1 шт.
- чеснок 4 зубчика
- перец черный молотый, соль

1. Корейку натрите перцем, солью и чесноком. Обжарьте на сковороде и доведите до готовности в духовке.
2. Капустные листья отварите и слегка отбейте черешки. Лук мелко нашинкуйте и спассеруйте. Грибы нарежьте ломтиками и обжарьте.
3. Из гречневой крупы сварите рассыпчатую кашу.
4. Готовую кашу, грибы и лук перемешайте, уложите на капустные листья и сверните их конвертиками, слегка обжарьте.
5. Из ½ стакана клюквы отожмите сок и разведите им муку. Выжимки и оставшуюся клюкву залейте стаканом кипятка, уварите, протрите через сито. Затем положите мед, доведите смесь до кипения, добавьте муку с соком, посолите по вкусу и варите соус до киселеобразного состояния.
6. Перец испеките, снимите кожицу, мякоть протрите, посолите, поперчите. Добавьте в соус.
7. При подаче корейку нарежьте на порции, гарнируйте капустными «конвертиками», подлейте соус. Оформите зеленью.



ГОВЯДИНА С ПЕРЦЕМ И ГРИБАМИ



на 4 порции

- мякоть говядины 800 г
- шампиньоны 200 г
- масло растительное 3 ст. ложки
- масло сливочное 3 ст. ложки
- коньяк 2 ст. ложки
- сметана 150 г
- перец черный крупносмолотый 2 ст. ложки
- соль

1. Говядину нарежьте порционными кусками, слегка отбейте. Натрите каждый кусок перцем.
2. Разогрейте по ложке растительного и сливочного масла и обжарьте нарезанные ломтиками грибы до золотистого цвета. Грибы переложите в другую посуду.
3. В сковороду добавьте оставшееся масло, разогрейте его, положите мясо и жарьте до готовности.
4. Переложите мясо в другую посуду, слейте со сковороды жидкость, налейте коньяк, доведите его до кипения, добавьте сметану и кипятите 1 минуту. Затем положите грибы и доведите соус до готовности.
5. При подаче мясо полейте соусом, оформите зеленью, гарнируйте помидорами.



СВИНИНА ПОД ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ



на 4 порции

- корейка свиная без косточки 900 г
- тимьян
- перец черный молотый
- соль
- яблоки 2 шт.
- лук репчатый 1 головка
- масло сливочное 20 г
- сметана 150 г
- горчица 1 ст. ложка
- соус хрен со сметаной 1 ст. ложка

1. Натрите мясо специями и жарьте в духовке до готовности.
2. Лук нарежьте полукольцами, яблоки, очистив от кожицы и семян, мелко нарежьте.
3. Растопите сливочное масло, спассеруйте на нем лук и яблоки до готовности, слегка остудите их и измельчите в блендере. Добавьте соль, сметану, перец, горчицу, хрен и перемешайте.
4. Готовую свинину нарежьте ломтиками, гарнируйте зеленью и яблоками. Отдельно подайте горячий соус.



МЯСО ПО-МОСКОВСКИ



на 2 порции

- мякоть говядины 300 г
- майонез 200 г
- лук репчатый 100 г
- сыр твердый 70 г
- маргарин 50 г
- лавровый лист 1 шт.
- перец черный горошком
- соль

1. Говядину сварите с добавлением специй в небольшом количестве подсоленной воды. Слегка охладите в бульоне, выньте, нарежьте поперек волокон на порции и выложите на смазанный маслом противень.
2. Сверху разложите пассерованный на маргарине лук, нарезанный ломтиками сыр, залейте мясо майонезом и запекайте 5–8 минут до образования румяной корочки.
3. Можно подать мясо со сложным гарниром, жареным картофелем, со свежими или солеными овощами.



МЯСНОЙ РУЛЕТ С ГРИБАМИ



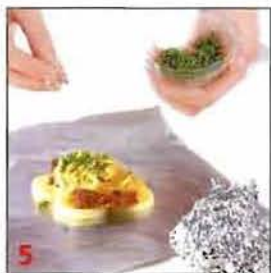
на 6 порций

- фарш мясной 600 г
- майонез 100 г
- яйца 2 шт.
- грибы 250 г
- лук репчатый 3 головки
- масло сливочное 3 ст. ложки
- сухари пшеничные 2 ст. ложки
- зелень петрушки и укропа рубленая 2 ст. ложки
- перец черный молотый
- соль

1. Фарш смешайте с яйцами, солью, перцем, перемешайте.
2. Грибы нарежьте ломтиками и обжарьте вместе с мелко нарезанным луком. Добавьте в массу сухари, зелень, перемешайте.
3. На мясной фарш уложите грибной, сформируйте рулет и выложите его на смазанный маслом противень.
4. Запеките в духовке. За несколько минут до готовности полейте рулет майонезом и запеките до образования золотистой корочки.
5. Подавайте, нарезав на порции, оформите зеленью.



БАРАНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ФОЛЬГЕ



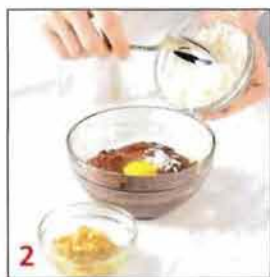
на 3 порции

- отбивные из барашка 6 шт.
- лук репчатый 2 головки
- чеснок 2 зубчика
- базилик рубленый 2 ст. ложки
- зелень петрушки рубленая 2 ст. ложки
- картофель вареный 3 шт.
- масло растительное 1 ч. ложка
- масло сливочное 1 ч. ложка

1. Картофель нарежьте кружочками.
2. 3 больших квадрата фольги смажьте маслом.
3. Смешайте рубленый чеснок, зелень, соль и перец.
4. Отбивные обжарьте на смеси масел до образования коричневой корочки.
5. На фольгу уложите слой картофеля, на него по две отбивные, затем слой лука, посыпьте чесночной смесью, заверните фольгу и запекайте в духовке до готовности.



ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ



на 8 порций

- печень говяжья 1 кг
- рис отварной 400 г
- лук репчатый 300 г
- масло растительное 200 г
- яйца 2 шт.
- сметана 200 г
- перец черный молотый
- соль

1. Печень пропустите через мясорубку. Лук мелко нашинкуйте, обжарьте.
2. Печень, лук, рис и яйца соедините, заправьте солью, перцем, перемешайте.
3. Жарьте оладьи на масле до образования румяной корочки.
4. Подавайте со сметаной и зеленью.



СВИНИНА ГЛАЗИРОВАННАЯ

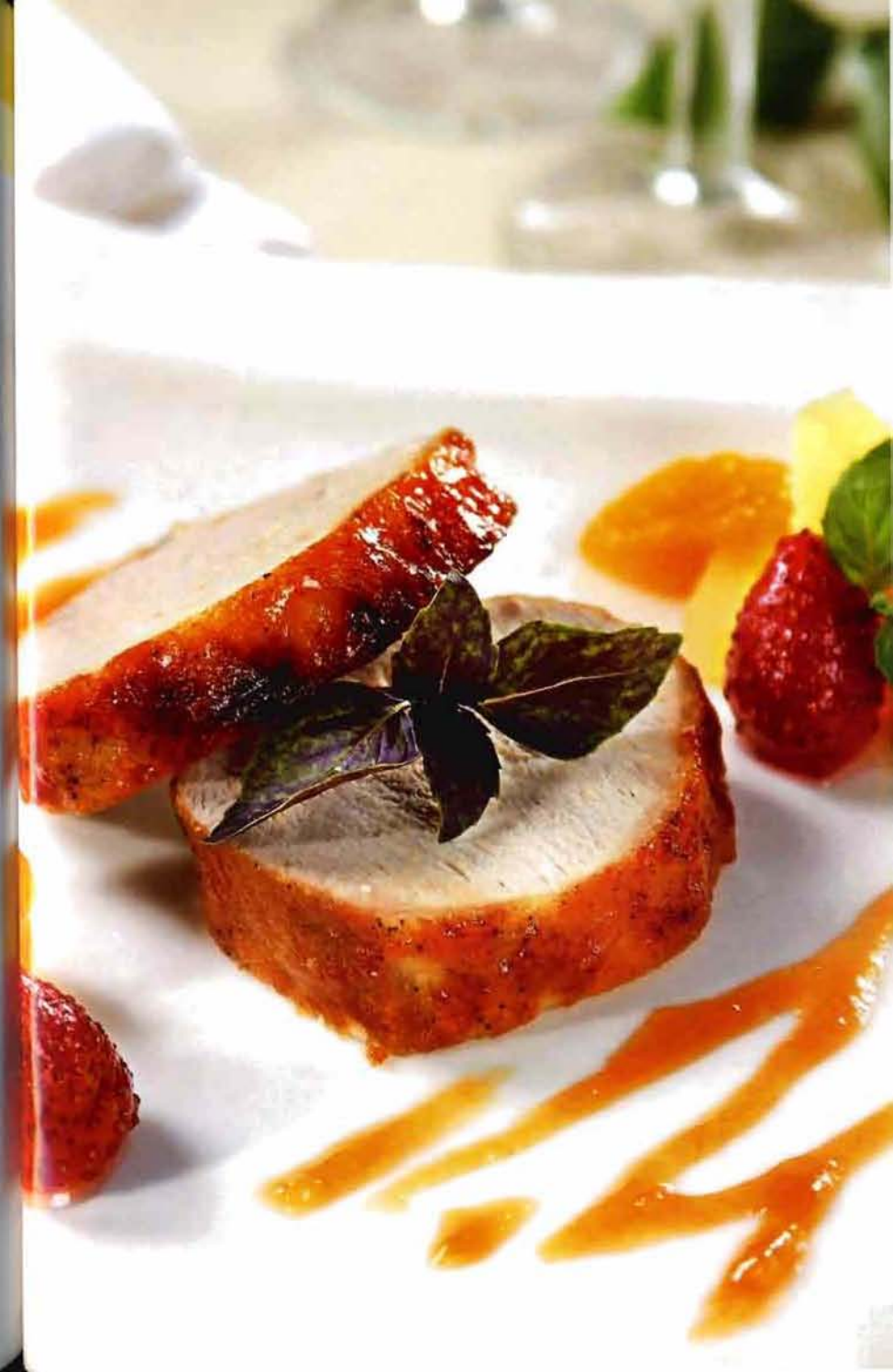


на 6 порций

- свинина (грудинка или корейка) 2 кг
- джем абрикосовый 1/2 стакана
- соус соевый 1/2 стакана
- кетчуп 1/2 стакана



1. Свинину обжарьте куском, затем влейте стакан воды и тушите 45 минут под крышкой.
2. Для глазури перемешайте джем, соевый соус, кетчуп и несколько ложек воды.
3. Переложите мясо на противень или на решетку гриля и обжаривайте на умеренном огне 20 минут, переворачивая и периодически смазывая глазурью.
4. Подавайте, нарезав порционными кусками, с маринованными фруктами и ягодами.



КОТЛЕТЫ С «СЕКРЕТОМ»



на 4 порции

- мякоть телятины 600 г
- ветчина 100 г
- яйца вареные 2 шт.
- сливки 4 ст. ложки
- масло сливочное 2 ст. ложки
- сок лимонный 4 ч. ложки
- перец черный молотый
- соль

1. Телятину нарежьте порционными кусками, отбейте, посолите, поперчите, сбрызните лимонным соком.
2. На каждый кусок мяса положите по ломтику ветчины и половинке яйца. Сверните мясо рулетом и перевяжите ниткой.
3. Жарьте котлеты на масле 10 минут, добавьте сливки и тушите под крышкой еще 5–7 минут.
4. Подавайте с отварным рисом, оформив зеленью.



СВИНЫЕ ОТБИВНЫЕ С КАПУСТОЙ



на 4 порции

- отбивные из свинины 4 шт.
- бекон 4 ломтика
- чеснок 1 зубчик
- капуста квашеная 500 г
- ягоды можжевельника 1 ч. ложка
- перец черный горошком 1 ч. ложка
- бульон куриный 200 г
- мука пшеничная 2 ст. ложки
- сахар 1 щепотка
- перец черный молотый
- соль

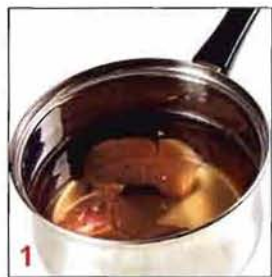
1. Бекон нарежьте кусочками и слегка подрумяньте на сковороде, затем переложите в форму.
2. Отбивные запанируйте в смеси муки с солью и перцем, обжарьте до образования румяной корочки.
3. Чеснок измельчите и слегка обжарьте. Добавьте квашеную капусту, можжевельник, перец горошком, немного сахара.
4. Переложите в жаропрочную форму капусту, перемешайте с беконом. Сверху положите отбивные, полейте куриным бульоном, поставьте в духовку, доведите до готовности.
5. Подавайте в форме, оформив зеленью.



ПОЧКИ С КАРТОФЕЛЕМ

на 4 порции

- почки говяжьи 500 г
- картофель 5 шт.
- яйцо 1 шт.
- масло сливочное 100 г
- сухари молотые 2 ст. ложки
- сыр твердый тертый 2 ст. ложки
- грибы жареные 100 г
- мускатный орех молотый 1 щепотка
- перец черный молотый
- соль



1. Почки вымочите в течение 3 часов в холодной воде. Залейте свежей водой, доведите ее до кипения. Затем воду слейте, почки промойте, залейте горячей водой и варите 1 час.
2. Картофель сварите в подсоленной воде, протрите горячим, добавьте яйцо, соль, перец, мускатный орех, 50 г масла, перемешайте.
3. Выложите половину картофельной массы в смазанную маслом форму. Положите сверху жареные грибы, нарезанные ломтиками почки, накройте оставшейся картофельной массой, посыпьте тертым сыром, смешанным с сухарями, полейте оставшимся растопленным маслом. Запекайте в духовке до образования румяной корочки.
4. При подаче оформите зеленью. Отдельно подайте сметану.



САПАТ С ВЕТЧИНОЙ



на 4 порции

- ветчина 240 г
- сыр твердый 100 г
- перец сладкий разного цвета 120 г
- огурцы 100 г
- майонез 80 г
- соус ткемали 4 ч. ложки
- листья салата 4 шт.

1. Ветчину нарежьте соломкой, сыр натрите на крупной терке, перемешайте, заправьте майонезом, смешанным с соусом ткемали.
2. Сладкий перец нарежьте мелкими кубиками. Огурцы нарежьте кружочками или ломтиками.
3. При подаче на середину блюда выложите ветчину с сыром, посыпьте вокруг кубиками перца и уложите ломтики или кружочки огурцов. Оформите листьями салата.





1



2



3

на 4 порции

- говядина отварная 400 г
- перец сладкий зеленый 1 шт.
- перец чили красный 2 шт.
- морковь 2 шт.
- чеснок 2 зубчика
- корень имбиря 2 см
- соус соевый 2 ст. ложки
- соус остро-сладкий 2 ст. ложки
- уксус винный белый 2 ст. ложки
- масло растительное 4 ст. ложки
- зелень петрушки

1. Мясо, сладкий перец, морковь, перец чили нарежьте соломкой.
2. Соевый соус смешайте с острым соусом, растительным маслом и уксусом.
3. Измельчите имбирь и чеснок. Подготовленные ингредиенты соедините и перемешайте, затем на 1 час поставьте в холодильник.
4. При подаче оформите зеленью.



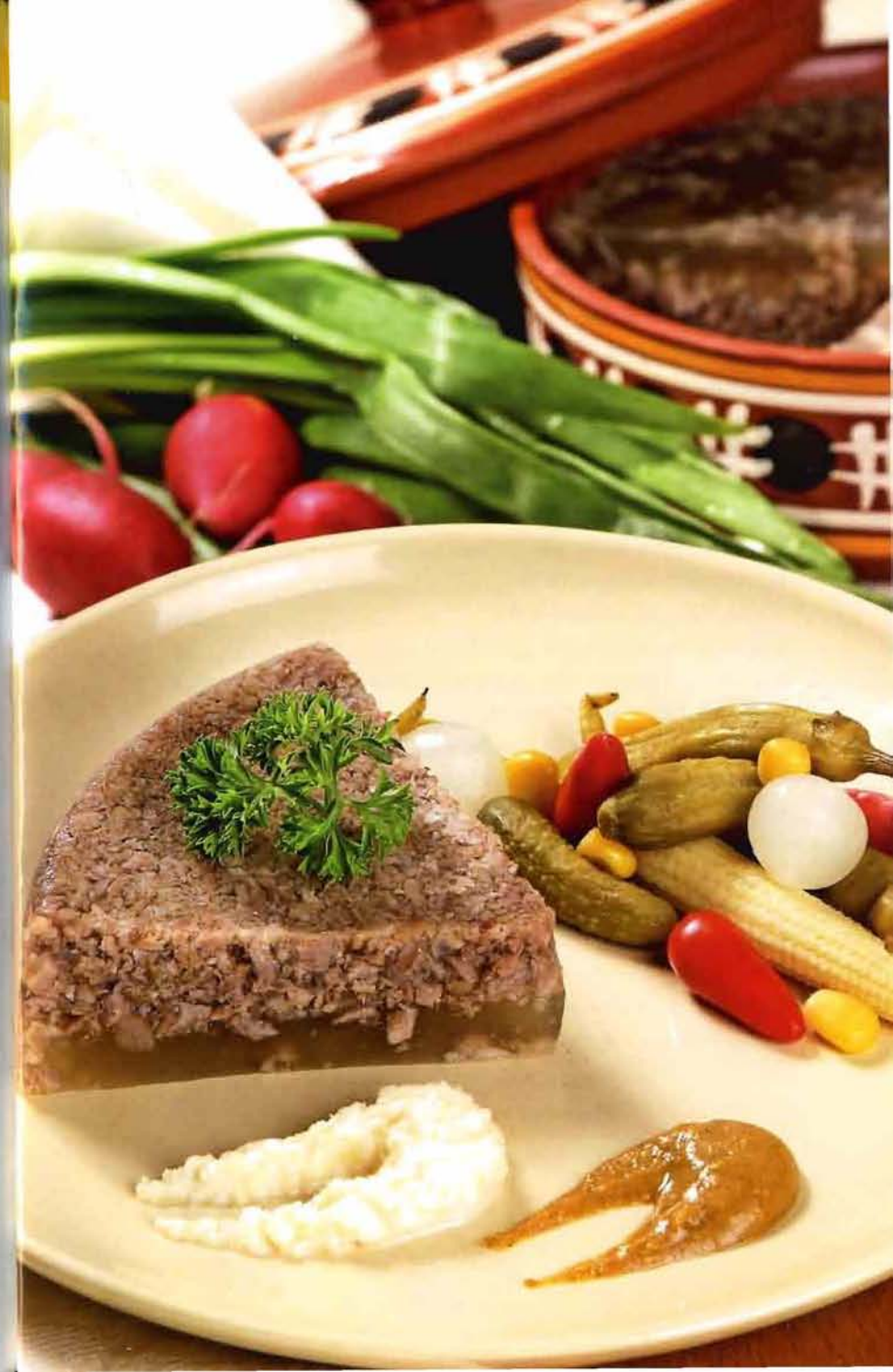
СТУДЕНЬ ГОВЯЖИЙ

на 4 порции

- говядина (котлетное мясо, шея, голяшки) 400 г
- ноги, головы говяжьи 800 г
- желатин 40 г
- морковь 40 г
- корень петрушки 30 г
- лук репчатый 40 г
- чеснок 5 зубчиков
- лавровый лист, перец черный горошком по 0,5 г
- соль



1. Обработанные субпродукты нарубите, промойте, залейте холодной водой (из расчета на 1 кг продукта 2 л воды) и варите 4–5 часов, снимая пену и жир. Затем подготовленное и промытое мясо добавьте к субпродуктам и варите еще 3–4 часа.
2. За 1 час до окончания варки положите овощи и специи. Сваренное мясо и субпродукты выньте из бульона, освободите от костей, хрящей и сухожилий, мелко порубите или пропустите через мясорубку.
3. Соедините с процеженным бульоном, посолите, варите 20–30 минут, добавьте замоченный и набухший желатин, доведите до кипения, добавьте растертый чеснок, разлейте в формы и охладите.
4. Подайте с маринованными овощами, соусом хрен или горчицей, оформите зеленью.



СОДЕРЖАНИЕ

Рулетики «Ассорти» из птицы.....	4
Курица жареная.....	6
Торт печеночный.....	8
Салат из курицы.....	10
Курица фаршированная.....	12
Курица со свекольным пюре.....	14
Индейка с ананасовым соусом.....	16
Утка с яблоками.....	18
Фаршированные окорочка.....	20
Ножка куриная в мешочке.....	22
Биточки «Лакомство».....	24
Шницель «Столичный».....	26
Курица тушеная по-деревенски.....	28
Куриные грудки фаршированные.....	30
Курица тушеная с рисом.....	32
Телятина с рисом и грибами.....	34
Свинная корейка под соусом.....	36
Говядина с перцем и грибами.....	38
Свинина под яблочным соусом.....	40
Мясо по-московски.....	42
Мясной рулет с грибами.....	44
Баранина, запеченная в фольге.....	46
Оладьи из печени.....	48
Свинина глазированная.....	50
Котлеты с «секретом».....	52
Свинные отбивные с капустой.....	54
Почки с картофелем.....	56
Салат с ветчиной.....	58
Салат мясной.....	60
Студень говяжий.....	62