



САМАЯ ВКУСНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД



В горшочках

На пару

В скороварке

В микроволновке

В духовке

На гриле



Дарья Костина

Самая вкусная энциклопедия

приготовления блюд

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=418952

Самая вкусная энциклопедия приготовления блюд / Сост. Д. Костина:

АСТ, Полиграфиздат; Москва; 2010

ISBN 978-5-17-064594-7, 978-5-4215-0374-3

Аннотация

Воспользоваться чудесами кухонной техники – грилем, пароваркой, микроволновой печью, скороваркой, духовкой – и приготовить вкусные блюда сможет любая хозяйка, прочитав эту книгу. В ней учтены как вкусы тех, кто предпочитает блюда, приготовленные на пару, так и тех, кто экономит время, готовя в скороварке или микроволновке. Найдут для себя множество рецептов и любители постного стола.

Наша книга будет вам доброй помощницей и в будни, и в праздники, и в дни поста.

Для широкого круга читателей.

Содержание

Предисловие	5
Блюда, приготовленные в горшочках	8
Как пользоваться горшочками	8
Первые блюда	11
Борщ с овощами на мясном бульоне	11
Борщ с овощами и кефиром	12
Рассольник с овощами и птичьими потрохами	13
Суп овощной с квасом и гречкой	14
Похлёбка с зеленью, бараниной и пшеном	15
Суп чесночный с гренками и паприкой	16
Суп луковый с сыром	16
Суп грибной с овощами и зеленью	17
Суп с грибами и рисом	18
Окрошка с квашеной капустой	19
Свекольник	20
Свекольник на свекольном отваре	21
Уха русская с овощами	21
Блюда из овощей с мясом	23
Картофель с морковью и говядиной	23
Лук с говядиной в томате-пюре	24
Картофель с говядиной запечённые	25
Голубцы кисло-сладкие	26

Овощи с говядиной и грибами	27
Овощи с говядиной запечённые в сметане	28
Овощи с говядиной и салом	29
Капуста и яблоки с говядиной и ветчиной, тушённые в бульоне	30
Рагу из картофеля, кислых яблок и говядины	31
Помидоры с морковью, сельдереем и говядиной	32
Картофель с репой, сухарями и говядиной	32
Картофель с говядиной, тушеный в томате	33
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Д. Костина

Самая вкусная

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

приготовления блюд

Предисловие

Как здорово всегда иметь под рукой большую кулинарную книгу, в которой собрано огромное количество рецептов! Полистав ее, всегда можно выбрать что-то новенькое, интересное и порадовать оригинальным блюдом своих близких и друзей. Ведь всем известно, что одни и те же блюда надоедают и заставляют хозяек мучиться вопросом: «Что же сегодня приготовить?» Предлагаемая книга призвана ответить на этот вопрос.

Сейчас, когда у каждой хозяйки в доме неисчислимое множество кухонной утвари – кастрюль всех сортов и размеров, сковородок, соусников, горшочков и т. п., самое время воспользоваться чудесами кухонной техники: грилем, пароваркой, микроволновой печью, скороваркой и духовкой.

Вы найдете рецепты приготовления разнообразных салатов, закусок, первых и вторых блюд из мяса, птицы, субпро-

дуктов, рыбы, морепродуктов, овощей, круп, грибов, бобовых, яиц и других продуктов. Не забыты и сладкоежки – для них в книге есть рецепты приготовления десертов и выпечки.

Здесь учтены вкусы и тех, кто предпочитает блюда, приготовленные на пару, и тех, кто экономит время, готовя в скороварке и в микроволновой печи, и тех, кто любит хорошо зажаренные, с румяной корочкой блюда из гриля и духовки.

Есть в книге и целый раздел, в котором вы найдете рецепты приготовления постных блюд, которые предназначены не только для тех, кто держит строгий пост, но и для тех, кому разрешено послабление (маленьким детям, больным, беременным и кормящим женщинам). Салаты, каши, закуски, запеканки, первые и вторые блюда, десерты, выпечка займут достойное место на вашем постном столе.

Готовя свои домашние блюда, помните, что предложенные кулинарные рецепты (за очень редкими исключениями) не являются истиной в последней инстанции. Используя предлагаемые рецепты, больше фантазируйте (изменяйте по вкусу приправы и соусы, привносите дополнительные компоненты или делайте оригинальные замены) и таким образом разнообразьте и украшайте свое меню, придавайте ему свой неповторимый индивидуальный стиль.

Разнообразие сочетаний продуктов и приправ поможет вам создать оригинальное меню праздничного застолья или украсить необычным блюдом ежедневный семейный обед.

Надеемся, что наша книга будет вам доброй помощницей
и в будни, и в праздники, и в дни поста.

Готовьте с удовольствием!

Блюда, приготовленные в горшочках

Как пользоваться горшочками

Готовить в горшочке очень просто, потому что после закладки продуктов уже ничего делать не нужно. Толстые стенки глиняного горшочка нагреваются медленно и равномерно. Пища в нем не варится, а томится, сохраняя все полезные вещества. Но главное, конечно, вкус. Еда, приготовленная в горшочке, приобретает ту мягкость и изысканность, которые были свойственны лучшим достижениям старинной русской кухни.

На самом деле в горшочках можно готовить все, что угодно. Любые, даже самые обычные блюда, приобретают необычный вкус. Как правило, приготовленные таким способом кушанья ставят на стол в той же посуде, в которой они готовились, то есть в порционных горшочках; но есть и исключения – существует довольно много блюд, которые запекают или тушат в относительно крупных горшочках, а подают на блюде.

Приготовить в горшочках можно практически любой суп: щи, солянки, борщи, уху, похлебки и т. д. При этом можно

приготовить суп, сразу разделив его на порции (по количеству обедающих), в нескольких горшочках, равномерно распределив в них продукты, указанные в рецептуре.

Прежде чем начать готовить, надо подержать горшочек 15 минут в холодной воде. Держать глиняный горшочек залитым водой можно до одного часа. Хорошо, если он будет заполнен водой до самых краев, тогда благодаря впитанной им жидкости готовящееся в нем блюдо будет особенно сочным.

Моют горшочки мыльной водой, а в случае необходимости протирают песком или древесной золой.

Готовить в глиняной посуде можно только в духовке или в печи, но никак не на конфорках. Глиняный горшочек нужно ставить только в холодную духовку, постепенно повышая температуру. В уже нагретой он может треснуть.

Готовя любые блюда в горшочках, вместо глиняных крышек можно использовать крышечки из теста, из которых потом получится вкусный хлеб. Вот рецепт: 1 стакан кефира, 1 яйцо, 100 г маргарина, соль, $\frac{1}{2}$ чайн. ложки сахара, $\frac{1}{2}$ чайн. ложки соды, мука. Замесить крутое тесто. Раскатать, накрыть полученным тестом горшочки и готовить как обычно.

Или второй вариант: 3 стакана муки, 1 яйцо, 1 стакан воды, соль. Замесить крутое тесто, как на пельмени. Раскатать, накрыть полученным тестом горшочки и готовить как обычно.

Также в качестве крышки великолепно подходит блин из

ржаного теста: замешать с водой муку (можно чуть подсолить), раскатать и, слегка приминая, надеть на горшочек.

Первые блюда

Борщ с овощами на мясном бульоне

Для борща:

1,5 л бульона, 300 г говядины, 600 г свежей капусты, 2 моркови, 2 луковицы, 5–6 картофелин, 2 ст. ложки смальца или топленого сливочного масла, 1 1/3–2 ст. ложки томата-пюре, 3–4 яйца, 5–6 ст. ложек сметаны, 1–2 лавровых листа, 2–3 горошины душистого перца, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки или укропа, соль по вкусу.

Для теста:

2 яйца, 4 ст. ложки воды, 1 стакан пшеничной муки, соль по вкусу.

Сварить бульон. Овощи вымыть и очистить. Капусту и лук мелко шинковать, картофель нарезать мелкими кубиками, а морковь – соломкой.

На дно керамического горшочка положить кусочек вареного мяса из бульона, залить горячим процеженным бульоном и довести до кипения. Затем добавить картофель, проварить в течение 10 минут, положить капусту, морковь, слегка обжаренные на смальце или сливочном масле лук и томат, накрыть крышкой, поставить в духовку и варить 20–30 ми-

нут.

Сметану тщательно перемешать с сырыми яйцами, полученную массу слегка взбить и влить в борщ за 5–10 минут до готовности. Сразу после этого залепить верх горшочка лепешкой из пресного теста, поставить в духовку и запекать, пока тесто не подрумянится.

С готового борща снять крышку из теста, посыпать его зеленью петрушки или укропа и подать в горшочке, снова прикрыв тестом.

Борщ с овощами и кефиром

200 г говядины, 3–4 картофелины, 1 луковица, 1 морковь, 1 свекла, 1–1 ½ ст. ложки пшена, 4 ст. ложки сметаны, ¾ стакана кефира или простокваши, ½ пучка зелени укропа, ½ ч. ложки черного молотого перца, 2–3 маленьких лавровых листа, соль по вкусу.

Овощи очистить, вымыть и нарезать мелкими ломтиками. Зелень укропа ополоснуть и измельчить.

Говядину очистить от пленок и сухожилий, нарезать небольшими кусочками (по 2–3 шт. на порцию), положить их в порционные керамические горшочки, залить холодной водой на 1–1,5 см выше мяса, добавить промытое пшено, картофель, морковь, свеклу и варить 1–1,5 часа до готовности мяса. Перед окончанием варки влить кефир или простоква-

шу, положить лавровый лист и перец горошком.

Готовый борщ посыпать мелко нарезанным сырым или слегка обжаренным в небольшом количестве сливочного масла луком и зеленью укропа, добавить сметану и подать в той же посуде, в которой он варился.

Рассольник с овощами и птичьими потрохами

2,5 л бульона, потроха одного гуся, по 1 корню петрушки, пастернака и сельдерея, 1 луковица, по 50 г щавеля и шпината, 4–5 соленых огурцов, $\frac{1}{2}$ –1 стакан огуречного рассола, 1 ст. ложка топленого сливочного масла, 1 лавровый лист, 2–3 горошины черного перца, сметана и зелень укропа и петрушки по вкусу.

Голову, шейку и крылышки гуся или другой домашней птицы опалить и тщательно промыть. Шейку разрубить на 3–4 части, крылышки – на две; отрубить клюв; сердце надрезать и удалить кровь; пупок разрезать пополам в продольном направлении, снять внутреннюю пленку и хорошо вымыть. Первые два сустава лапок ошпарить и снять жесткую кожу. Все опустить в огнеупорный горшок, залить горячим бульоном, положить перец, лавровый лист, измельченные корни и варить на плите или в разогретой духовке 1,5–2 часа при слабом кипении.

Готовый бульон процедить и вылить обратно в горшочек. Печенку сварить отдельно.

В это время очищенные от кожицы и семян огурцы нарезать соломкой, выложить в сковороду, влить немного бульона и слегка потушить под крышкой. Измельченный лук обжарить на сливочном масле.

В кипящий процеженный бульон положить тушеные огурцы, обжаренный лук, проварить 10 минут, добавить мелко нарезанный щавель, шпинат, вскипяченный и процеженный огуречный рассол, отварные потроха и варить еще 5–7 минут.

Разливая рассольник по тарелкам, добавить сметану и посыпать мелко нарубленной зеленью.

Суп овощной с квасом и гречкой

2 стакана воды, 2 стакана кваса, $\frac{1}{2}$ стакана сыворотки, 2 ст. ложки гречки, 2 картофелины, 1 маленькая морковь, 2 луковички, 1 $\frac{1}{2}$ ст. ложки смальца, по 1 ст. ложке измельченной зелени петрушки и укропа, лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу.

Овощи почистить и вымыть. Лук и морковь измельчить, а картофель нарезать кубиками. Крупу перебрать и промыть. В огнеупорный керамический горшочек с кипящей водой опустить овощи, сварить их до мягкости, затем влить квас

и сыворотку, добавить гречку, смалец, лавровый лист, перец горошком, соль, поставить в нагретую духовку и томить на слабом огне в течение 20–30 минут.

При подаче посыпать зеленью.

Похлёбка с зеленью, бараниной и пшеном

2 л воды, 800 г баранины, 5–6 картофелин, ½ стакана пшенной крупы, 2 моркови, 2 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 1 корень петрушки или сельдерея, 2–3 ст. ложки измельченной зелени петрушки и укропа, соль по вкусу.

Мякоть баранины ополоснуть, нарезать небольшими кубиками, положить в глиняный горшочек, залить холодной водой, добавить измельченный корень петрушки или сельдерея, поставить в разогретую духовку и варить 1–1,5 часа до готовности мяса. Затем мясо вынуть, а бульон процедить.

В это время очистить и нарезать кубиками картофель. Очищенные лук и морковь измельчить и обжарить в разогретом растительном масле. В горшочки с горячим бульоном положить подготовленные овощи, промытую крупу, отварную баранину и варить до готовности пшена.

Похлебку посолить, заправить рубленой зеленью и подать на стол в горшочках.

Суп чесночный с гренками и паприкой

1 головка чеснока, 300 г слегка зачерствевшего белого хлеба, 4 ст. ложки оливкового масла, 1 ч. ложка перца, паприка, соль, перец, 1 л мясного бульона, 4 яйца, 2 ст. ложки оливкового масла для поджаривания гренок, ½ пшеничного батона.

Почистить чеснок. Нарезать белый хлеб маленькими кубиками. Разогреть в кастрюле 4 ст. ложки оливкового масла и обжарить кубики хлеба до золотистого цвета. Выдавить из чеснока сок и полить им хлебные дольки. Приправить все солью, перцем, паприкой и добавить мясной бульон. Дать ему закипеть, варить суп на медленном огне 20 минут.

Разогреть духовку до 200 °С. Разлить чесночный суп в четыре глиняных горшочка и поварешкой аккуратно добавить в каждый по 1 сырому яйцу. Подержать в духовке 10 минут.

Нарезать кусками белый батон. Разогреть оставшееся оливковое масло, обжарить кусочки хлеба до золотистой корочки и подавать к супу.

Суп луковый с сыром

2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 2 стакана бульона, 4 ст. ложки тертого сыра, 2 кусочка хлеба.

Лук и чеснок мелко порезать, обжарить на сливочном масле (можно на растительном) и положить в небольшой горшочек. Кусочек белого хлеба подсушить с обеих сторон, не используя масла. Залить лук бульоном (можно из кубика). Сверху на бульон положить хлеб и присыпать тертым сыром. Поставить в духовку на 20–30 минут.

Готовить лучше всего в небольших горшочках, в них же и подавать.

Суп грибной с овощами и зеленью

1,5 л воды, бульона или овощного отвара, 6–7 картофелин, 300 г свежих грибов, 1 луковица, 1 маленькая морковь, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки растительного масла, 4 ст. ложки сметаны, по 1 ст. ложке измельченного укропа и зеленого лука, 1–2 лавровых листа, 2–3 горошины душистого или черного перца, соль по вкусу.

Грибы вымыть, очистить, отрезать ножки, измельчить их и обжарить на сковороде с частью предварительно разогретого растительного масла.

Лук, морковь и корень петрушки почистить, ополоснуть, мелко нарезать и поджарить отдельно в оставшемся масле. Очищенный и вымытый картофель нарезать кубиками. Шляпки грибов нарезать небольшими ломтиками, ошпарить

кипятком и откинуть на сито. Когда стечет вода, равномерно разложить их в глиняные горшочки, залить горячей водой, процеженным бульоном или овощным отваром и варить в духовке или на плите в течение 40 минут, убавив после закипания огонь. После этого добавить картофель, поджаренные ножки грибов и овощи, соль, перец горошком, лавровый лист и продолжать варить на слабом огне еще 20–25 минут. При подаче на стол добавить в суп сметану, укроп и зеленый лук.

Суп с грибами и рисом

1,5 л воды, 2 стакана овощного отвара, 6 картофелин, 50 г сушеных грибов, 1 луковица, 1 морковь, по ½ корня петрушки и сельдерея, 75 г сливочного масла, 0,5 кг риса, 3–4 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Сушеные грибы промыть, залить холодной водой на 3–4 часа и сварить в этой же воде. Вынуть, нарезать небольшими ломтиками, а бульон процедить.

Лук очистить, ополоснуть, мелко нарезать, выложить в глубокую сковороду и обжарить в разогретом масле. Затем добавить измельченные корни, морковь, вареные грибы, овощной отвар и тушить до мягкости корней. После этого тушеные овощи равномерно разложить в горшочки с го-

рячим процеженным грибным отваром, довести до кипения, всыпать промытый рис, нарезанный небольшими кубиками картофеля и варить около 20 минут. За 3–5 минут до готовности посолить и заправить сметаной. Подавая на стол, посыпать суп зеленью.

Окрошка с квашеной капустой

1,5–2 л хлебного кваса, 4–5 картофелин, 4–5 редисок, 300 г квашеной капусты, 50 г зеленого лука, 2–3 вареных яйца, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка горчицы, 1 пучок укропа, 10–15 кусочков пищевого льда, соль по вкусу.

Квас заправить желтками, растертыми с сахаром и горчицей, разлить в горшочки.

Картофель тщательно вымыть щеточкой, опустить в кипящую воду, сварить в мундире, очистить, нарезать соломкой и положить понемногу в каждый горшочек с квасом. Добавить измельченный и растертый с солью до образования сока зеленый лук, нарезанную кубиками или соломкой редиску, мелко нарезанные яичные белки, отжатую от рассола квашеную капусту, зелень укропа и сметану.

Положить в каждый горшочек несколько кусочков льда и подавать.

Свекольник

1,5–2 л хлебного кваса, 1–2 молодые свеклы с ботвой, 1 морковь, 2 свежих огурца, 50 г зеленого лука, ½ стакана сметаны, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка 3 %-ного уксуса, 2 яйца, 1 пучок зелени укропа и петрушки, соль по вкусу.

Свеклу почистить, нарезать мелкими кубиками или соломкой, черешки – кусочками длиной 2–3 см, выложить в глиняный горшок, залить 1–2 стаканами воды, добавить уксус и тушить около получаса. За 10–15 минут до окончания тушения добавить измельченную свекольную ботву. Готовую свеклу охладить.

Морковь вымыть, сварить в кожуре, остудить, почистить и нарезать мелкими кубиками. Зеленый лук измельчить, растереть с небольшим количеством соли до появления сока, выложить в горшочек со свеклой, добавить морковь, сваренные вкрутую и измельченные яйца, нарезанные тонкими ломтиками огурцы, сметану, сахар, соль, тщательно перемешать и залить квасом.

При подаче свекольник посыпать зеленью.

Можно также приготовить это блюдо в порционных горшочках. В этом случае тушить свеклу можно в кастрюле или сковороде, а потом все овощи равномерно разложить по горшочкам, добавить охлажденную свеклу с отваром и все

остальные компоненты, перемешать и подать каждому отдельно.

Свекольник на свекольном отваре

2 л свекольного отвара, 2–3 молодые свеклы, 1 морковь, 2 свежих огурца, 50 г зеленого лука, 2 вареных яйца, ½ стакана сметаны, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка 3 %-ного уксуса, 1 пучок укропа, соль.

Свеклу и морковь вымыть, очистить и сварить отдельно. Свекольный отвар процедить и охладить. Огурцы, свеклу, морковь и яйца нарезать мелкими кубиками или соломкой, равномерно разложить в порционные горшочки, добавить сметану, сахар, уксус, измельченную зелень и залить охлажденным свекольным отваром.

В этот свекольник можно добавить отварное мясо или рыбу, несколько кусочков в каждый горшочек.

Уха русская с овощами

300 г рыбного филе, 4–5 картофелин, 4–6 мелких луко-виц-сеянцев, 1 корень петрушки, 30–50 г сливочного масла, по 1 ст. ложке измельченной зелени петрушки и укропа, 1 лавровый лист, 2–3 горошины черного перца, соль по вкусу.

Для бульона:

2 л воды, 750 г рыбных отходов, 1 луковица, 30 г зелени петрушки, соль по вкусу.

Рыбные кости, плавники, хвосты, кожу, головы без жабр тщательно промыть, положить в эмалированную кастрюлю или котелок, залить холодной водой, добавить очищенную и разрезанную на несколько частей луковицу, связанную в пучок зелень, посолить, накрыть крышкой и варить при слабом кипении в течение часа, периодически удаляя образовавшуюся пену и жир, а затем снять с огня и процедить.

В кипящий процеженный рыбный бульон положить нарезанную кусочками рыбу, целые мелкие очищенные клубни картофеля, целые луковицы, корень петрушки и варить до готовности. За 5 минут до окончания варки добавить соль, лавровый лист и перец горошком.

В глиняный горшочек положить отварную рыбу, несколько кусочков сливочного масла, залить ухой, довести до кипения и подавать, посыпав зеленью.

Блюда из овощей с мясом

Картофель с морковью и говядиной

850 г говядины, $\frac{3}{4}$ стакана муки, 5 ст. ложек топленого сала или смальца, $\frac{1}{2}$ стакана мясного бульона, 7–9 картофелин, 4–5 морковок, 3–4 луковицы, 1 корень петрушки, 3 ст. ложки томата-пюре, 2–3 ст. ложки измельченной зелени петрушки, 3–5 горошин душистого перца, 1–2 лавровых листа, соль по вкусу.

Мясо нарезать порционными кусочками, отбить, посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить в разогретом сале. Затем сложить говядину в сотейник, добавить душистый перец, лавровый лист и крепкий мясной бульон, накрыть крышкой и тушить на слабом огне в течение 1 часа.

В это время очистить и ополоснуть овощи и корни. Картофель нарезать соломкой или брусочками и обжарить на сале. Морковь, лук и корень петрушки измельчить, выложить в сковороду с небольшим количеством разогретого сала, добавить несколько столовых ложек воды и потушить в течение 10–15 минут.

После этого готовые кусочки мяса переложить в порционные горшочки, добавить обжаренный картофель, тушеные

овожи, томат-пюре и залить процеженным соусом, в котором тушилась говядина.

Горшочки поставить на противень и тушить в предварительно нагретой духовке до готовности. Подавать на стол, посыпав зеленью.

Лук с говядиной в томате-пюре

500 г говядины, 1 ½–2 стакана мясного бульона или воды, 2 ст. ложки топленого сала, 1 ст. ложка томата-пюре, 3 луковицы, 1 ст. ложка муки, 1–2 лавровых листа, 1/3 ч. ложки молотого черного перца, соль по вкусу.

Мясо зачистить от сухожилий и пленок, нарезать небольшими кусочками, поперчить, посолить, обвалять в муке, выложить на сковороду с разогретым салом и обжарить с обеих сторон. Лук очистить, ополоснуть, измельчить и обжарить в масле до золотистого цвета, после чего добавить томат-пюре и продолжать обжаривать еще около 5 минут.

В порционные глиняные горшочки выложить половину лука, на него – кусочки мяса и сверху засыпать луком, положить кусочки лаврового листа, залить процеженным мясным бульоном или водой, закрыть крышками, поставить в предварительно нагретую духовку и тушить до готовности.

На гарнир рекомендуется подать на отдельной тарелке макароны, отварной картофель, рассыпчатую рисовую или

гречневую кашу.

Картофель с говядиной запечённые

500 г говяжьего филе, 10 картофелин, 1 небольшая луковица, 1–2 лавровых листа, 3–5 горошин черного или душистого перца, соль по вкусу.

Для соуса:

1 луковица, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка зелени петрушки или укропа, 1/3 ч. ложки черного молотого перца, соль по вкусу.

Говядину зачистить от пленок и сухожилий, опустить в кастрюлю с кипящей водой, добавить лавровый лист, перец горошком, измельченный лук и варить в течение 1,5–2 часов до мягкости. Готовое мясо вынуть и нарезать небольшими ломтиками, а бульон процедить. Картофель почистить, вымыть, высыпать в кастрюлю с подсоленным кипятком и варить в течение получаса. Затем воду слить, а картофель немного охладить и нарезать кружочками.

Для приготовления соуса очищенный лук нарезать полукольцами, выложить в сковороду с разогретым маслом, слегка обжарить, добавить муку и продолжать обжаривать до светло-желтого цвета. Затем развести горячим процеженным бульоном, влить обжаренное отдельно томат-пюре, ук-

сус, добавить соль, молотый перец и потушить около 15 минут. В порционные горшочки влить немного соуса, положить ломтики мяса, на них – картофель, залить оставшимся соусом, поставить в разогретую духовку и запекать в течение 30–45 минут.

Готовую запеканку посыпать зеленью петрушки или укропа и подать к столу в горшочках.

Голубцы кисло-сладкие

500 г говяжьего фарша, 8 больших капустных листьев, 100 г отварного риса, 50 г репчатого лука, 100 г томатного соуса, 50 г изюма, 1 ч. ложка соли, 1 ч. ложка перца, 240 г томатной пасты, 50 г тертого имбиря, 100 мл ароматизированного уксуса.

Положить капустные листья в стеклянную кастрюлю, тушить до мягкости. Соединить мясной фарш, рис, измельченный лук, томатный соус, изюм, соль, перец. Хорошо перемешать. Нафаршировать полученной смесью капустные листья, свернуть их наподобие сигар. Закрепить шов. Положить швом вниз в горшочки. Соединить остальные продукты, перемешать и вылить на голубцы. Поместить в духовку и тушить до готовности. Капустные листья не должны развалиться.

Овощи с говядиной и грибами

500 г говядины, 1 кг картофеля, 40 г сушеных грибов, 3 луковицы, 1 морковь, 4 ст. ложки сметаны, 4 ст. ложки томата-пюре, 4 ст. ложки муки, 50 г свиного сала, 60 г сливочного масла, 1–2 ст. ложки измельченной зелени петрушки, соль по вкусу.

Грибы залить на 2–3 часа холодной водой, а потом в этой же воде отваривать в течение 1,5–2 часов. Готовые грибы вынуть, нарезать мелкими ломтиками и обжарить в небольшом количестве масла, а бульон процедить.

Говядину промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками, выложить в сковороду с растопленным салом и обжарить.

Очистить и вымыть овощи. Морковь нарезать ломтиками, картофель и лук – кубиками. Каждый вид овощей обжарить отдельно в сливочном масле.

Муку подрумянить в масле до светло-коричневого цвета, смешать со сметаной и тщательно растереть, чтобы не было комочков.

В порционные горшочки положить обжаренные овощи, мясо, грибы, залить горячим грибным бульоном на уровне продуктов, добавить сметану, томат-пюре, посолить, поставить на противне в предварительно разогретую духовку и ту-

шить до готовности. Подавая на стол, посыпать зеленью.

Овощи с говядиной запечённые в сметане

500 г говядины, 2 ст. ложки кулинарного жира или маргарина, 25 г сливочного масла, 50 г сала, 3–4 луковицы, 3 моркови, 100 г ржаного хлеба, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны, 1 $\frac{1}{2}$ ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки консервированных маслин без косточек, $\frac{1}{2}$ лимона, 3 ст. ложки молотых сухарей, 1 яйцо, по 1 ст. ложке измельченной зелени петрушки и укропа, молотый черный перец и соль по вкусу.

Мякоть говядины промыть, нарезать поперек волокон на порционные кусочки, хорошо отбить с обеих сторон, посолить, посыпать молотым перцем, обвалять в сухарях, выложить в сковороду с раскаленным жиром и поджарить.

Сало нарезать тонкими ломтиками и немного вытопить до получения прозрачности. Лук и морковь почистить, вымыть, нарезать соломкой, слегка обжарить в разогретом жире, добавить немного воды и тушить до мягкости. Хлеб нарезать маленькими кубиками, подрумянить в сливочном масле, смешать с тушеными овощами, добавить нарезанные соломкой маслины, заправить томатной пастой и потушить еще 3–5 минут.

На дно керамических горшочков положить кусочки сала,

на них — половину мяса, затем — смесь овощей с ржаными сухариками и снова слой мяса.

Сырое яйцо хорошо размешать со сметаной и залить этой смесью содержимое горшочков. Сверху посыпать молотыми сухарями, поставить на противне в духовку и запекать до образования румяной корочки.

Готовое блюдо украсить ломтиками лимона без косточек и измельченной зеленью.

Овощи с говядиной и салом

1 кг говядины, 2 ст. ложки топленого сливочного масла, 100 г шпика, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1—2 ломтика ржаного хлеба, 6—8 картофелин, $\frac{1}{2}$ лимона, 3 стакана хлебного кваса, 2—3 ст. ложки сметаны, 2—3 лавровых листа, 15—20 горошин душистого перца, 2—3 гвоздики, соль по вкусу.

Кусок говядины зачистить от пленок и сухожилий, отбить, нарезать на порционные кусочки, посолить и подрумянить со всех сторон на разогретом масле. Овощи почистить и вымыть. Лук нашинковать тонкими кольцами, морковь и коренья измельчить, а картофель нарезать крупными кусочками.

На дно огнеупорных глиняных горшочков положить нарезанное ломтиками сало, лук, морковь, коренья, лавровый лист, душистый перец, гвоздику, посолить, добавить ломти-

ки лимона без зерен и тонкие ломтики хлеба. Сверху на все это положить кусочки мяса, картофеля, сметану, залить квасом, закрыть плотно крышками, поставить в духовку и тушить на слабом огне в течение 1–1,5 часа.

Это блюдо можно приготовить без картофеля и сметаны.

Капуста и яблоки с говядиной и ветчиной, тушённые в бульоне

500 г мякоти говядины, 150 г ветчины, 2 яблока, 1 луковица, 1 помидор, ½ кочана капусты, 2 ст. ложки смальца, ½ стакана мясного бульона, молотый черный перец и соль по вкусу.

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, а мякоть нарезать дольками. Капусту очистить от верхних листьев, промыть и тонко нашинковать. Очищенный и вымытый лук нарезать полукольцами. Помидор опустить на несколько секунд в кипяток, вынуть, снять кожицу, а мякоть нарезать кружочками. Мясо зачистить от прожилок и сухожилий, промыть, нарезать порционными кусочками, посолить и посыпать молотым перцем.

В глиняных горшочках растопить смалец, положить туда мясо, сверху – тонкие ломтики ветчины, затем капусту, лук, яблоки и помидоры, залить горячим процеженным бульоном, поставить в нагретую духовку и тушить в течение

1–1,5 часа. Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью и подать.

Рагу из картофеля, кислых яблок и говядины

800 г жаркого из говядины с костями, 1–2 яблока кислых сортов, 6–8 картофелин, 1 ч. ложка муки, 25 г сливочного масла, 5 стаканов мясного бульона или воды, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Срезать с костей мякоть и нарезать ее небольшими кубиками. Кости разрубить, залить кипяченой водой или бульоном, прокипятить и процедить.

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины и нарезать кубиками. Картофель почистить, вымыть и тоже нарезать кубиками.

Муку подрумянить в растопленном сливочном масле, развести процеженным бульоном, тщательно растереть, чтобы не было комочков, и разлить в глиняные горшочки. Туда же положить мясо, яблоки, картофель, измельченную зелень, поставить горшочки в хорошо нагретую духовку и тушить при слабом огне 20–30 минут.

Из оставшегося жаркого или вареного мяса можно приготовить на следующий день к завтраку или обеду вкусное второе блюдо.

Помидоры с морковью, сельдереем и говядиной

500 г говядины, 500 г репчатого лука, 100 мл растительного масла, 200 г помидоров, 100 г моркови, 200 г сельдерея, 500 г картофеля, 2,5–3 л бульона, чеснок, перец молотый черный и красный, соль.

Лук кольцами обжарить в растительном масле. Мясо нарезать кусочками по 50 г, посолить, поперчить, посыпать толченым чесноком, смешать с луком и еще жарить на слабом огне. Затем разложить в горшочки, положить нарезанные кубиками картофель, морковь, сельдерей. Залить полностью мясным бульоном, поставить в духовку. За 20–30 минут до готовности положить свежие помидоры, посолить, поперчить.

Картофель с репой, сухарями и говядиной

800 г говядины (лучше вырезки), 3 ст. ложки сливочного масла, 4–5 картофелин, 1 луковица, 2–3 моркови, 2 репы, ½ стакана тертых ржаных сухарей, ½ стакана сметаны, 2–3 зубчика чеснока, перец горошком, соль, лавровый лист, ½ стакана мясного бульона.

Мясо разрезать на куски по 50–60 г, отбить деревянным молотком, посолить, уложить в миску и дать настояться под крышкой 20–30 минут. В керамические горшки (или кастрюлю с широким дном) влить растопленное сливочное масло, положить лавровый лист и перец горошком, говядину. Сверху посыпать нашинкованным обжаренным луком и тертыми ржаными сухарями. Овощи нарезать дольками и положить в горшочек, залить бульоном, посолить и поставить в разогретую духовку. Перед окончанием тушения добавить в горшочек сметану с растертым чесноком.

Подавать в горшочке либо на тарелке со свежими огурцами, помидорами, зеленым салатом.

Картофель с говядиной, тушеный в томате

500 г говядины, 7–9 картофелин, 2 луковицы, 2–3 стакана мясного бульона или воды, 3 ст. ложки томата-пюре, 2–3 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки растительного масла или 75 г смальца, 1–2 ст. ложки измельченной зелени петрушки или укропа, 1–2 лавровых листа, соль.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.