

18+

Надежда Измайлова

Современная мужская кухня

Мужские рецепты



Надежда Измайлова

**Современная мужская
кухня. Мужские рецепты**

«Издательские решения»

Измайлова Н.

Современная мужская кухня. Мужские рецепты / Н. Измайлова —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-655283-8

Забудьте о сложных рецептах и длительном приготовлении! «Мужские рецепты» — это сборник быстрых, вкусных и простых блюд, которые любой мужчина сможет приготовить без лишних усилий. От сытных бургеров до изысканных стейков — в этой книге вы найдете рецепты на любой вкус и случай.

ISBN 978-5-00-655283-8

© Измайлова Н.
© Издательские решения

Содержание

Бургер «Мужской характер»	6
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Современная мужская кухня Мужские рецепты

Надежда Измайлова

© Надежда Измайлова, 2025

ISBN 978-5-0065-5283-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Бургер «Мужской характер»

Этот бургер не для слабонервных! Он насыщенный, сочный и невероятно вкусный, идеально подходит для мужского застолья или просто сытного ужина.

Для бургеров (4 шт.):

- 1 кг говяжьего фарша (лучше с добавлением жира, около 20%)
- 1 большая луковица, мелко нарезанная
- 2 зубчика чеснока, мелко нарезанных
- 2 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. Worcestershire соуса
- 1 ч.л. паприки
- 1/2 ч.л. черного перца
- 1/4 ч.л. кайенского перца (по желанию, для остроты)
- 4 булочки для бургеров
- 4 ломтика чеддера или другого твёрдого сыра
- Листья салата
- Помидоры, нарезанные кружками
- Маринованные огурцы
- Любимый соус (например, барбекю, чесночный, или специальный соус, рецепт которого

приведён ниже)

Для специального соуса:

- 1/2 стакана майонеза
- 1/4 стакана кетчупа
- 1 ст. л. горчицы
- 1 ч.л. яблочного уксуса
- 1 ч.л. нарезанного свежего лука
- Щепотка соли и перца

Инструкции:

– Приготовьте фарш: В большой миске смешайте говяжий фарш, лук, чеснок, соевый соус, Worcestershire соус, паприку, чёрный перец и кайенский перец (если используете). Аккуратно перемешайте, избегая сильного вымешивания, чтобы котлеты не стали жесткими.

– Сформируйте котлеты: Разделите фарш на 4 равные части и сформируйте из каждой котлеты толщиной около 2 см. Сделайте небольшие углубления в центре каждой котлеты, чтобы они не вздувались во время жарки.

– Приготовьте соус: В небольшой миске смешайте все ингредиенты для соуса. Хорошо перемешайте.

– Жарьте котлеты: Разогрейте гриль или большую сковороду на среднем огне. Жарьте котлеты по 4—5 минут с каждой стороны, или до желаемой степени прожарки. За 1 минуту до готовности положите на каждую котлету ломтик сыра, чтобы он расплавился.

– Поджарьте булочки: Разрежьте булочки пополам и поджарьте их на гриле или сковороде до золотистого цвета.

– Соберите бургеры: На нижнюю половинку булочки положите лист салата, котлету, сыр, помидор, маринованные огурцы и щедрую порцию соуса. Накройте верхней половинкой булочки.



Советы шеф-повара:

- Для более сочного бургера можно добавить в фарш немного тёртого сыра чеддер или пармезан.
 - Экспериментируйте с начинкой! Добавьте бекон, жареный лук, грибы или кольца лука.
 - Если у вас есть гриль, используйте его! Вкус бургеров будет более насыщенным.
- Приятного аппетита! Этот бургер достоин настоящего мужчины!

Тушёная говядина с пивом и розмарином

Этот рецепт идеально подходит для уютного вечера в мужской компании или романтического ужина. Мягкое, сочное мясо, пропитанное ароматом пива и розмарина, порадует любого гурмана.

Время приготовления: 2—2,5 часа Сложность: средняя

Ингредиенты (4 порции):

- 1 кг говядины для тушения (например, грудинка или лопатка), нарезана кусками 3—4 см
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 большая луковица, нарезана крупно
- 2 моркови, нарезаны кружками
- 2 стебля сельдерея, нарезаны
- 500 мл тёмного пива
- 200 мл говяжьего бульона
- 2 веточки свежего розмарина
- 2 лавровых листа
- 1 ч.л. чёрного перца горошком
- 1 ч.л. соли
- 1 ст. л. томатной пасты (по желанию, для более насыщенного вкуса)



Инструкции:

– Обжарьте мясо: Разогрейте масло в большой кастрюле или горшочке с толстым дном на сильном огне. Обжарьте куски говядины со всех сторон до золотисто-коричневого цвета. Выньте мясо из кастрюли и отложите в сторону.

– Поджарьте овощи: В той же кастрюле обжарьте лук, морковь и сельдерей в течение 5—7 минут, до мягкости. Если используете томатную пасту, добавьте её вместе с овощами и обжаривайте ещё 1 минуту.

– Тушите мясо: Верните мясо в кастрюлю. Добавьте пиво, говяжий бульон, розмарин, лавровые листья, перец горошком и соль. Доведите до кипения, убавьте огонь до минимума, накройте крышкой и тушите в течение 1,5—2 часов, или до готовности мяса. Мясо должно быть мягким и легко отделяться от костей.

– Подавайте: Перед подачей удалите лавровые листья и розмарин. Можно подавать тушеную говядину с картофельным пюре, гречкой, или рисовым гарниром.

Советы шеф-повара:

– Для более насыщенного вкуса можно добавить 1—2 зубчика чеснока, измельченного вместе с луком.

– Если вы предпочитаете более густой соус, можно добавить 1—2 ст. л. пшеничной муки вместе с овощами.

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.