



Быстрая говядина: ужин за 30 минут

Романова Виктория

Романова Виктория

**Быстрая говядина:
ужин за 30 минут**

«Автор»

2025

Виктория Р. А.

Быстрая говядина: ужин за 30 минут / Р. А. Виктория —
«Автор», 2025

Не хватает времени на готовку, но хочется поесть вкусно, сытно и по-настоящему мясно? Эта книга — ваш незаменимый помощник на кухне. «Быстрая говядина: ужин за 30 минут» — это коллекция простых, быстрых и проверенных рецептов, с которыми вы приготовите аппетитный ужин из говядины меньше чем за полчаса. В книге вы найдете:– блюда на каждый день: от фарша до стейка,– рецепты с минимальным набором ингредиентов,– вариации на любой вкус — от классики до азиатских соусов,– подробные пошаговые инструкции, где не нужно ничего "предварительно тушить 2 часа". Каждый рецепт рассчитан на реальные условия: обычная плита, ограниченное время и голодные домашние. Просто, честно, сытно — и очень быстро.

© Виктория Р. А., 2025

© Автор, 2025

Романова Виктория

Быстрая говядина: ужин за 30 минут

Классическая говядина, запечённая в фольге

Ингредиенты:

Говядина (лопатка или шейка) – 1,2 кг



Чеснок – 4–5 зубчиков



Соль – 1,5 ч. л.



Чёрный перец – 1 ч. л.



Сухой тимьян – 1 ч. л.



Растительное масло – 2 ст. л.



Приготовление:

Мясо промыть, обсушить. Сделать в нём надрезы и вставить половинки зубчиков чеснока.

Смешать соль, перец, тимьян и масло. Натереть мясо.

Завернуть в фольгу, оставить мариноваться минимум на 2 часа, лучше на ночь.

Запекать в духовке при 180°C около 2 часов. За 20 минут до конца снять фольгу для румяной корочки.

Дать мясу отдохнуть 10 минут перед нарезкой.

Говядина с картофелем и морковью в рукаве

Ингредиенты:

Говядина (без костей) – 800 г



Картофель – 1 кг



Морковь – 2 шт.



Лук – 2 шт.



Соль, перец – по вкусу



Паприка – 1 ч. л.



Масло – 3 ст. л.



Приготовление:

Мясо нарезать средними кусками, овощи – крупно.

Смешать всё в миске, добавить масло, соль, перец, паприку.

Переложить в рукав для запекания, завязать.

Выпекать при 200°C 1,5 часа.

Осторожно вскрыть рукав, перемешать и подавать.

Говядина, запечённая с луком и горчицей

Ингредиенты:

Говядина – 1 кг



Горчица (зернистая или дижонская) – 2 ст. л.



Лук – 3 шт.



Чеснок – 3 зубчика



Соль, перец – по вкусу



Масло – 2 ст. л.



Приготовление:

Натереть мясо смесью соли, перца, горчицы и измельчённого чеснока.

Нарезать лук кольцами и выложить в форму.

Сверху положить мясо.

Накрыть фольгой, запекать 2 часа при 180°C.

Снять фольгу, запечь ещё 20 минут до золотистой корки.

Говядина в томатном соусе с пряностями

Ингредиенты:

Говядина – 1 кг



Томатная паста – 2 ст. л.



Лук – 2 шт.



Морковь – 1 шт.



Чеснок – 4 зубчика



Лавровый лист – 2 шт.



Вода – 250 мл



Паприка, орегано, перец – по вкусу



Приготовление:

Нарезать мясо крупными кусками, обжарить до румяности.

Влить пасту, воду, специи, добавить нарезанные овощи.

Переложить в жаропрочную форму, накрыть фольгой.

Запекать при 180°C около 1,5–2 часов.

Подавать с картофельным пюре или рисом.

Говядина по-французски с сыром и помидорами

Ингредиенты:

Говядина (вырезка) – 700 г



Лук – 2 шт.



Помидоры – 2 шт.



Сыр твёрдый – 150 г



Майонез – 2 ст. л.



Соль, перец – по вкусу



Приготовление:

Мясо нарезать тонкими пластами, слегка отбить.

Выложить в форму, посолить, поперчить.

Сверху – лук кольцами, затем помидоры.

Смазать майонезом, посыпать тёртым сыром.

Запекать при 180°C около 40 минут.

Говядина в кефире с чесноком

Ингредиенты:

Говядина – 1 кг



Кефир – 500 мл



Чеснок – 5 зубчиков



Соль – 1 ч. л.



Перец, кориандр – по вкусу



Приготовление:

Нарезать мясо крупными кусками.

Залить кефиром, добавить измельчённый чеснок, специи.

Оставить мариноваться на 3–4 часа.

Переложить в форму, закрыть крышкой или фольгой.

Запекать при 180°C около 2 часов.

Запечённая говядина в пиве

Ингредиенты:

Говядина – 1,2 кг



Тёмное пиво – 300 мл



Лук – 2 шт.



Чеснок – 4 зубчика



Горчица – 1 ст. л.



Соль, перец, лавровый лист



Приготовление:

Обжарить мясо до корочки.

Влить пиво, добавить остальные ингредиенты.

Переложить в форму, накрыть крышкой или фольгой.

Запекать при 160°С 2,5–3 часа.

Подавать с картофельным пюре или тушёной капустой.

Говядина с черносливом и яблоками

Ингредиенты:

Говядина – 1 кг



Чернослив – 100 г



Яблоки – 2 шт.



Лук – 1 шт.



Соль, перец, розмарин



Приготовление:

Мясо нарезать, слегка обжарить.

Чернослив замочить в горячей воде на 10 минут.

В форму выложить мясо, чернослив, лук и яблоки дольками.

Посыпать розмарином, накрыть.

Запекать при 180°C 2 часа.

Говядина по-бургундски

Ингредиенты:

Говядина – 1 кг



Красное вино – 400 мл



Морковь – 2 шт.



Лук – 2 шт.



Чеснок – 3 зубчика



Томатная паста – 1 ст. л.



Лавровый лист, тимьян, соль, перец



Приготовление:

Нарезать мясо кубиками, обжарить до румяности.

Добавить овощи, пасту и вино.

Томить на плите 20 минут.

Переложить в форму, накрыть и запекать при 160°C 2,5 часа.

Подавать с картофельным пюре.

Говядина, запечённая с розмарином и мёдом

Ингредиенты:

Говядина (цельный кусок) – 1 кг

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.