

# ГОТОВИМ БЛЮДА ТАТАРСКОЙ КУХНИ



- Блюда из птицы, мяса и рыбы
- Пловы и блюда из крупы
- Супы и овощные блюда
- Молочные блюда и выпечка
- Кумыс, квас и щербет

**Коллектив авторов**  
**Р. Н. Кожемякин**  
**Л. А. Калугина**  
**Готовим блюда татарской кухни**  
**Серия «Домашняя**  
**библиотека (Аделант)»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8360705](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8360705)*

*Готовим блюда татарской кухни / Автор: Калугина Л.А. при участии*

*Кожемякина Р.А.; Аделант; Москва; 2013*

*ISBN 978-5-93642-349-9*

### **Аннотация**

Татарская кухня отличается простотой приготовления и высокой калорийностью блюд. Издавна татары занимались скотоводством, кочевали со своими стадами по широким степным просторам, готовить еду им приходилось в малоприспособленных для этого походных условиях. Основная пища татар – мясо – было всегда под рукой. Традиционный обед татарской семьи состоит из супа-лапши на мясном бульоне или иного супа с мучной заправкой, на второе – отварное мясо с картошкой, выпечка с несладкой начинкой, на третье – чаепитие с разнообразной выпечкой. На второе, как правило, подают то мясо, которое

использовалось для приготовления супа. Традиционная суп-лапша на мясном бульоне – это не только повседневное блюдо, оно является обязательным блюдом на всех праздниках и торжествах. В праздничные дни обычно готовят тутырган тавык – курицу, фаршированную омлетом. В праздники к чаю подается, кроме выпечки, много различных других сладостей.

# Содержание

Татарская кухня	6
Блюда из домашней птицы	11
Тутырган тавык (курица, фаршированная по-татарски) с рисовым гарниром	11
Курица, фаршированная мясом	13
Курица, фаршированная мясом и картофелем	14
Курица, фаршированная пшенной кашей и орехами	16
Курица отварная с овощами и рисом	17
Курица паровая с луком	19
Филе куриное припущенное	20
Курица, тушенная с помидорами	21
Курица, тушенная в томатном соусе	22
Курица в медовом соусе с орехами	24
Тушеные куриные окорочка	25
Курица, тушенная с луком и чесноком	26
Курица, тушенная по-татарски	27
Курица, тушенная с репой	28
Курица, тушенная с кабачками	29
Печень куриная с рисовым гарниром	30
Курица, тушенная с овощами	31
Куриный рулет по-татарски	32
Куриный рулет с овощным гарниром	34

Куриный рулет с грибами и овощами	36
Хрустящая курочка	37
Бутерброды с курицей	38
Куриная запеканка	39
Куриная запеканка с картофелем	40
Курица, запеченная по-татарски	41
Паштет из куриной печени	42
Пельмени с курицей	44
Куриный холодец	46
Курица заливная	47
Цыпленок, фаршированный потрохами	48
Цыплята, тушеные в сметане	49
Цыпленок, тушенный с тыквой	50
Цыпленок, жаренный в панировке	51
Цыпленок, тушенный с овощами	52
Цыпленок, запеченный в фольге	53
Жареный цыпленок с рисовым гарниром	54
Цыпленок с блинами	55
Цыпленок с рисом и сухофруктами	56
Индейка, тушенная с капустой	57
Индейка тушеная	58
Индейка жареная	59
Индейка, жаренная в гриле	60
Индейка фаршированная	62
Индейка, запеченная в фольге	63
Конец ознакомительного фрагмента.	64

# **Готовим блюда татарской кухни**

## **Автор: Калугина Л.А. при участии Кожемякина Р.А**

### **Татарская кухня**

Татарская кухня отличается простотой приготовления и высокой калорийностью блюд. Издавна татары занимались скотоводством, кочевали со своими стадами по широким степным просторам, готовить еду им приходилось в малоприспособленных для этого походных условиях. Основная пища татар – мясо – было всегда под рукой. Это стада крупного рогатого скота и овец, табуны лошадей. Незамысловатая еда готовилась в больших котлах – казанах, мясо чаще всего употреблялось в отварном виде: бульон на первое, отварное мясо – на второе. Если не находилось достаточного количества воды для варки мяса, его жарили на вертеле. В своих поселениях татары часто заготавливали мясо впрок – вялили. Такое мясо долго хранилось, легкое вяленое мясо было удобно брать с собой в поход. Кроме мяса у татар под рукой были и другие продукты скотоводства – это молоко и

молочная еда. Цельное молоко использовалось редко. Чаще всего употребляли в пищу кисломолочные производные: кумыс, айран, катык, курт, творог, каймак и сметану. Древние напитки кочевников – айран и кумыс. Айран – освежающее питье из скисшего молока. Кумыс – широко известный целебный напиток из скисшего кобыльего молока, которым от мала до велика лечились и восстанавливали силы после различных болезней и дальних походов.

После перехода татарского народа к оседлому образу жизни стало развиваться земледелие и птицеводство. Разводили в основном кур, уток и гусей. Пища становилась все более разнообразной. Из зерновых культур стали выпекать хлеб, появились мучные и крупяные блюда. Простые люди пекли для повседневной еды ржаной хлеб, пшеничный хлеб был доступен только зажиточным людям. Хлеб в те времена приобрел ритуальное значение. Уважение к хлебу татары передают своим детям по наследству и по сей день. Культивировали бобовые культуры – горох и чечевицу. Несколько позднее стало развиваться овощеводство – выращивались лук, морковь, репа, тыква. Кроме того, издавна проходившие через татарские земли торговые пути между востоком и западом дали татарам такие продукты питания, как рис, чай, приправы и пряности, сухофрукты и орехи. Большое влияние на татарскую кухню оказывали соседние народы. С юга – кавказские народы, обогатившие татарскую кухню такими блюдами, как бозбаш, хаш, шурпа. С востока – узбеки и таджи-

ки, принесшие в татарскую кухню плов, манты, шербет и пахлаву. С запада – русские, подарившие татарскому народу солодовый квас, картофель, щи, уху, грибы.

У татар, как и у многих других народов того времени, кухонной посудой служили глиняные горшки и кувшины, деревянные бочонки и корыта, различные выдолбленные из дерева емкости. В более позднее время завелись чугунные котлы, горшки и сковороды, медная посуда, а затем появилась металлическая эмалированная и стеклянная посуда, фабричная столовая и чайная посуда. Особое внимание уделялось чайным сервизам, т. к. татары являются большими любителями чая. Гордость каждой семьи – медный самовар – появился в 19 веке.

Татарские печи складывались так же, как и русские. Единственное отличие – в татарской печи выкладывали сбоку выступ, в который устанавливали казан для приготовления пищи, подогрева воды и т. д. Хлеб и другую выпечку выпекали в самой печи.

Сложившиеся традиции питания татарского народа сохранились в основном и до сегодняшнего дня. В то же время в соответствии с веяниями нового времени в татарской кухне появилось много новых продуктов питания, разнообразились блюда и способы их приготовления. В частности, расширился ассортимент рыбных и мясных блюд, появились блюда из грибов, различные котлеты, фрикадельки, барбекю. В процессе приготовления мясных блюд мясо предваритель-

но стали обжаривать, чего не было в традиционной кухне. Татары стали широко употреблять такие овощи, как томаты и баклажаны, появились невиданные доселе фрукты – бананы, киви, манго.

В традиционной татарской кухне используется большое количество жира, это в основном животный жир – бараний, говяжий, конский, птичий. Также часто используется топленое и сливочное масло. Наиболее употребляемое мясо – это баранина и говядина. Конина также употребляется в пищу и считается легко перевариваемым мясом. Из конины готовят колбасы – казылык, конское мясо варят и вялят. Поскольку татары в большинстве своем являются мусульманами, они не употребляют в пищу свинину и некоторые виды дичи.

Традиционный обед татарской семьи состоит из супа-лапши на мясном бульоне или иного супа с мучной заправкой, на второе – отварное мясо с картошкой, выпечка с несладкой начинкой, на третье – чаепитие с разнообразной выпечкой.

На второе, как правило, подают то мясо, которое использовалось для приготовления супа. Традиционная суп-лапша на мясном бульоне – это не только повседневное блюдо, оно является обязательным блюдом на всех праздниках и торжествах.

В праздничные дни обычно готовят тутырган тавык – курицу, фаршированную омлетом.

В праздники к чаю подается, кроме выпечки, много различных других сладостей.

Татары занимаются пчеловодством и обожают мед, его употребляют с чаем, используют для приготовления шербетов, квасов и выпечки.

Большой популярностью пользуются такие блюда, как плов, пельмени и манты. Пельмени всегда подают с бульоном. Готовят пельмени не только с мясной начинкой, но и с творогом, тыквой, горохом. На свадьбе в доме невесты жениха угощают специальными маленькими пельменями, которые так и называются «пельмени для жениха».

Татары – очень гостеприимный народ. Во время приема гостей на стол выставляется огромное количество всевозможных самых лучших угощений, так чтобы не было свободного места на столе. Обязательным в таком случае является и чаепитие. К чаю подается несколько многослойных пирогов со сладкой начинкой и множество пирожков, булочек и различных сладостей.

# Блюда из домашней птицы

## Тутырган тавык (курица, фаршированная по- татарски) с рисовым гарниром

### *Компоненты*

Тушка курицы небольшая – 1 шт. Сметана – 0,75 стакана  
Яйца сырые – 3–4 шт. Масло сливочное – 1–2 столовые лож-  
ки Лавровый лист – 1–2 шт. Перец душистый – 6–8 горошин  
Лук репчатый – 1 шт. Соль и перец молотый – по вкусу

### *Для гарнира:*

Рис – 1,5 стакана Луковица – 1 шт. Морковь небольшая –  
1 шт. Масло сливочное – 1 столовая ложка

### *Способ приготовления*

Тушку хорошо промыть, осторожно отделить кожу от мя-  
коти, не снимая ее с тушки. Начинать нужно с шеи. Затем  
брюшко и порванные части кожи зашить белыми хлопчато-  
бумажными нитками.

Смешать сметану, взбитые яйца и масло, поперчить, по-  
солить, хорошенько взбить массу до однородного состояния.  
Приготовленную массу осторожно маленькой ложкой влить  
под кожу тушки со стороны шейки. Затем шейку крепко об-

вязать белой ниткой и убрать внутрь. Фаршированную тушку завернуть в чистую марлю.

В эмалированной кастрюле вскипятить воду, добавить по вкусу соль, душистый перец, лавровый лист, мелко нарубленный лук, положить завернутую в марлю тушку курицы в слабо кипящую воду и варить на небольшом огне под крышкой до мягкости. Процесс варки необходимо часто контролировать. Как только кожа курицы вздуется, ее нужно проколоть тонкой иглой и выпустить воздух. В зависимости от величины курицы этот процесс займет 1–1,5 часа. Готовую курицу вынуть из бульона, обсушить салфеткой, немного остудить и разрезать на порционные куски.

На курином бульоне приготовить рисовый гарнир: луковицу и морковь мелко нарезать, обжарить на сливочном масле, затем добавить хорошо промытый рис и прожарить вместе с овощами до равномерного золотистого цвета. Прожаренный рис с овощами залить тремя стаканами горячего куриного бульона, довести до кипения и варить под крышкой на небольшом огне, не перемешивая, до мягкости.

Горячий рис выложить порциями на тарелки, сверху положить порции курицы, украсить зеленью и подать на стол.

# Курица, фаршированная мясом

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1,2 кг Говядина без костей – 200 г Масло сливочное – 2–3 столовые ложки Лук репчатый – 1–2 шт. Яйца – 2 шт. Чеснок – 2 зубчика Огурцы соленые – 50 г Желатин – 15 г Куриный бульон – 1 неполный стакан Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Тушку курицы хорошо промыть, обсушить, сделать надрез вдоль спинки и снять с нее кожу. С грудки снять филе и вместе с говядиной нарезать небольшими кусочками. Остальное мясо срезать с костей и пропустить его 2 раза через мясорубку вместе с луком и чесноком. Из костей сварить бульон. В мясной фарш добавить масло, яйца, соль и пряности, влить немного сваренного куриного бульона и перемешать. Куриную кожу разложить на столе, нафаршировать ее приготовленным фаршем, чередуя с кусочками грудки, говядины и маленькими кубиками соленого огурца. Нафаршированную кожу зашить белыми нитками, обвязать марлей, положить в кастрюлю, залить горячей подсоленной водой и варить на небольшом огне до готовности.

# Курица, фаршированная мясом и картофелем

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1,2 кг Картофель – 4–5 шт. Масло сливочное – 150 г Сметана – 0,5 стакана Соль и молотый перец – по вкусу

## *Для фарша*

Говядина без костей – 400 г Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Сливки – 0,5 стакана Сухари панировочные – 150 г Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Выпотрошенную тушку курицы промыть, обсушить салфеткой, натереть солью и перцем, смазать сметаной и положить на 10–15 минут в холодильник. Морковь почистить, натереть на средней терке. Картофель почистить, нарезать кубиками, поджарить до полуготовности в масле. Говядину пропустить через мясорубку вместе с луком. В фарш добавить натертую морковь, обжаренный картофель, сливки, сухари, соль и перец и тщательно перемешать. Курицу вынуть из холодильника, нафаршировать, зашить брюшко прочными белыми нитками. Противень смазать растопленным маслом, уложить на него спинкой вниз нафаршированную курицу, поставить в прогретую духовку и жарить до готовности, периодически поливая образующимся соком.

Готовую курицу вынуть из духовки, немного остудить, удалить нитки, вынуть ложкой фарш. Курицу разрезать на порционные куски, уложить на тарелки, рядом положить порции фарша.

# Курица, фаршированная пшенной кашей и орехами

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1,2 кг Пшено – 0,5 стакана Грецкие орехи измельченные – 1 стакан Лук репчатый – 1 шт. Яйцо сырое – 1 шт. Сыр тертый – 3 столовые ложки Сметана – 0,5 стакана Масло растительное – 3 столовые ложки Измельченная зелень кинзы – 2 столовые ложки Соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Пшено хорошо промыть. Вскипятить 2 стакана воды, в кипящую подсоленную воду всыпать пшено, сварить кашу и немного остудить.

Лук почистить и мелко порубить. Смешать пшенную кашу с грецкими орехами, луком, сыром, зеленью, посолить по вкусу, добавить сырое яйцо и перемешать до однородной массы.

Тушку курицы промыть, обсушить снаружи и изнутри, начинить ее приготовленным фаршем и зашить брюшко прочными белыми нитками. Начиненную тушку обмазать сметаной, осторожно обжарить со всех сторон в гриле, а затем запечь в фольге.

# Курица отварная с овощами и рисом

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1,2 кг Рис – 1 стакан Лук репчатый – 1 шт. Морковь – 2 шт. Перец сладкий – 2 шт. Помидоры – 2 шт. Корешки петрушки – 2–3 шт. Корень сельдерея – 100 г Масло топленое – 3 столовые ложки Майоран молотый – 1 чайная ложка Чабрец молотый – 1 чайная ложка Перец черный молотый и соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Выпотрошенную тушку курицы хорошо промыть, положить в кипящую воду, посолить по вкусу, поперчить, добавить пряности и сухие травы и варить мясо на слабом огне около 1,5 часа. Как только птица будет готова, снять ее с огня, вынуть из бульона, немного остудить, обсушить салфеткой и разрезать на порционные куски.

Морковь, коренья и лук почистить, нашинковать тонкой соломкой и обжарить в масле. Рис тщательно промыть, у сладкого перца удалить семена и нашинковать его соломкой. Помидоры бланшировать в кипятке, остудить, снять с них кожицу и нарезать небольшими дольками. Затем промытый рис залить двумя стаканами горячего куриного бульона, довести до кипения, немного проварить, добавить к рису подготовленные овощи, перемешать и варить на небольшом огне до готовности.

Горячий гарнир выложить на тарелки, сверху положить порции курицы, украсить зеленью и подать на стол.

## Курица паровая с луком

Тушка курицы – 1,2 кг Лук репчатый – 4–5 шт. Масло сливочное – 2–3 столовые ложки Уксус столовый – 1–2 столовые ложки Перец душистый – 10 горошин Перец красный молотый и соль – по вкусу

### *Способ приготовления*

Курицу нарезать порционными кусками, поочередно натереть перцем, мелко нарезанной луковицей, сбрызнуть уксусом, положить в кастрюлю, накрыть крышкой и поставить в холодильник на 2–3 часа.

Промаринованные куски курицы посолить, выложить на решетку пароварки. В пароварку налить воду, положить в нее пряности и готовить птицу на пару примерно 40–50 минут. Готовое мясо поджарить в сливочном масле до румяной корочки, отдельно поджарить нарезанный кольцами лук. Выложить мясо на блюдо, сверху положить кольца жареного лука, можно посыпать свежей рубленой зеленью и подать на стол.

# Филе куриное припущенное

## *Компоненты*

Филе курицы – 700 г Масло сливочное – 2–3 столовые ложки Зелень петрушки, укропа и сельдерея – по 1 маленькому пучку

Паприка – 1–2 чайные ложки Соль и перец красный молотый – по вкусу

## *Способ приготовления*

Филе нарезать порционными кусками, поперчить, посыпать паприкой, посолить и обжарить на сковороде в сливочном масле. Затем мясо переложить в сотейник, влить немного горячей подсоленной воды и припускать до готовности при слабом кипении. Готовое мясо выложить на блюдо, подать на стол с любым гарниром и зеленью.

# Курица, тушенная с помидорами

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1 кг Лук репчатый – 2–3 шт. Морковь – 1 шт. Чеснок – 2 зубчика Масло сливочное – 2 столовые ложки Помидоры – 800 г Вода или куриный бульон – 1,5 стакана Рубленая зелень петрушки и укропа – по 2 столовые ложки Перец красный молотый и соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу разрубить на порционные куски, посолить, поперчить, выложить в сотейник. Нашинкованные соломкой лук и морковь обжарить в сливочном масле и выложить в сотейник с курицей, сверху положить нарезанные кружочками помидоры, добавить измельченный чеснок и рубленую зелень, залить горячим подсоленным бульоном, положить масло и тушить мясо с овощами при слабом кипении до тех пор, пока не выпарится вся жидкость.

# Курица, тушенная в томатном соусе

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1 кг Масло топленое – 2–3 столовые ложки Уксус столовый – 2 столовые ложки Чеснок – 2–3 зубчика Душистый перец – 5–6 горошин Молотый кориандр – 1 чайная ложка Молотый тмин – 0,5 чайной ложки Перец молотый и соль – по вкусу

## *Для соуса*

Мука пшеничная – 0,25 стакана Масло топленое – 2–3 столовые ложки Томатная паста – 1–2 столовые ложки Куриный бульон – 1 стакан Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу нарезать порционными кусками, натереть толченым чесноком, поперчить, сбрызнуть уксусом и выдержать 1 час в холодильнике. Затем куски курицы посолить, выложить в сотейник, влить немного горячей воды, положить масло и пряности и тушить мясо на слабом огне до готовности.

Приготовить соус: растопить на сковороде масло, смешать с томатной пастой, добавить муку и растереть до однородной массы. Затем влить горячий куриный бульон, посолить, поперчить и перемешать.

Как только в сотейнике с мясом выпарится почти вся жидкость, добавить к мясу приготовленный соус, перемешать и

потушить еще 10–15 минут.

# Курица в медовом соусе с орехами

## *Компоненты*

Мясо курицы – 800 г Масло топленое – 2 столовые ложки  
Ядра грецких орехов – 0,5 стакана Сливки – 0,5 стакана Мед  
– 1 столовая ложка Имбирь молотый – 0,5 чайной ложки Ду-  
шистый перец – 7–8 горошин Лавровый лист – 1–2 шт. Соль  
и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу нарезать порционными кусками, поперчить, немного посолить, обжарить в топленом масле до золотистой корочки, выложить в сотейник, влить горячую подсоленную воду, добавить лавровый лист и душистый перец и тушить на небольшом огне под крышкой до готовности.

Орехи перемолоть в кофемолке, смешать с молотым имбирем и медом. Смесь соединить с горячими сливками, тщательно перемешивая во избежание образования комочков.

Перед подачей горячую курицу полить приготовленным соусом.

# Тушеные куриные окорочка

## *Компоненты*

Окорочка куриные – 1 кг Лук репчатый – 3–4 шт. Огородная зелень – 1 пучок Соль и молотый перец – по вкусу

## *Для соуса*

Бульон куриный – 1,5–2 стакана Паста томатная – 2 столовые ложки с верхом Мука – 1 столовая ложка с верхом Масло сливочное – 2 столовые ложки Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Приготовить соус: в сотейнике муку обжарить в сливочном масле, добавить томатную пасту, перемешать и прожарить 5 минут, затем в приготовленную кашницу осторожно влить бульон, перемешать и довести до кипения.

Куриные окорочка промыть, крупные окорочка разрубить на порционные куски, уложить в кастрюлю и отварить в небольшом количестве подсоленной воды. Как только бульон закипит, положить в него промытый репчатый лук вместе с шелухой и варить до готовности.

Готовое мясо выложить в котелок или горшок, поперчить, влить приготовленный соус и протомить в печи или духовке в течение 30 минут. Готовые куриные окорочка выложить на порционные тарелки, полить соусом, посыпать рубленой зеленью и подать на стол.

# Курица, тушенная с луком и чесноком

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1 кг Чеснок – 4 зубчика Лук репчатый – 1 шт. Масло топленое – 150 г Огородная зелень – 1 маленький пучок Яйцо сырое – 1 шт. Перец красный молотый и соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу нарезать порционными кусками, поочередно натереть перцем, мелко нарезанным луком и долькой чеснока, положить в кастрюлю и поставить на 30 минут на холод. Затем промаринованную курицу выложить в сотейник, влить растопленное масло и тушить 20–30 минут под крышкой. Тушеные куски курицы посолить, добавить оставшийся нарубленный чеснок, мелко нарубленную зелень и тушить в масле еще несколько минут. Готовые куски курицы выложить на блюдо, в сотейник с соком влить, непрерывно помешивая, яичный желток, немного прогреть и снять с огня. Курицу подать на стол вместе с приготовленным соусом.

# Курица, тушенная по-татарски

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1,3 кг Морковь – 2 шт. Лук репчатый – 2 шт. Картофель – 1 кг Бульон куриный – 0,5 л Масло топленое – 1 столовая ложка Мука пшеничная – 2 столовые ложки Соль и черный молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу отварить целиком в подсоленной воде почти до готовности. Картофель почистить, разрезать пополам и отварить в подсоленной воде до готовности.

Приготовить соус: морковь и лук мелко нашинковать, залить двумя стаканами куриного бульона и проварить до мягкости. Муку обжарить в топленом масле до золотистого цвета, смешать с небольшим количеством горячего куриного бульона, влить в овощной соус, довести до кипения и снять с огня.

Отварную тушку курицы поперчить, уложить в утятницу, вокруг курицы положить отварной картофель, полить приготовленным соусом, поставить в духовку и тушить под крышкой около 30 минут.

# Курица, тушенная с репой

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1 кг Репа очищенная – 300 г

Лук репчатый – 1 шт. Масло топленое – 4 столовые ложки

Вода – 1 стакан Мука – 1 столовая ложка Катык – 0,5 стакана

Соль и перец черный молотый – по вкусу

## *Способ приготовления*

Репу нарезать небольшими ломтиками, лук нашинковать.

Курицу также нарезать небольшими кусочками, выложить в сотейник, посолить и поперчить, на мясо положить лук, затем репу, добавить в сотейник масло, влить немного горячей подсоленной воды с разведенной в ней мукой и тушить блюдо на небольшом огне под крышкой до мягкости мяса, примерно 30–40 минут. В конце приготовления блюдо заправить катыком, перемешать, довести до кипения и вынуть из духовки.

# Курица, тушенная с кабачками

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1 кг Кабачок средний – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Морковь – 1 шт. Масло топленое – 3–4 столовые ложки Бульон куриный – 1,5 стакана Рубленая зелень петрушки и укропа – по 2 столовые ложки Перец красный молотый и соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, обжарить на сковороде в топленом масле, добавить нашинкованные соломкой лук и морковь и еще прожарить 2–3 минуты. Затем курицу с овощами выложить в сотейник, добавить нарезанный мелкими кубиками кабачок и рубленую зелень, залить горячим бульоном, положить оставшееся масло и тушить под крышкой на небольшом огне до готовности.

# Печень куриная с рисовым гарниром

## *Компоненты*

Печень куриная – 500 г

Масло сливочное – 2–3 столовые ложки Рис отварной – 2 стакана  
Масло топленое – 2–3 столовые ложки Сыр тертый – 3 столовые ложки  
Соль и молотый перец – по вкусу

## *Для соуса*

Куриный бульон – 1 стакан Мука пшеничная – 1 столовая ложка  
Сливки – 0,5 стакана Яичный желток – 1 шт. Лимонный сок – 1 столовая ложка  
Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Приготовить соус, смешав все компоненты. Печень хорошо промыть, положить в дуршлаг, ошпарить кипятком и дать стечь воде. Затем печень выложить в сотейник, поперчить, полить приготовленным соусом, положить масло и тушить на небольшом огне до мягкости. В конце приготовления блюдо посолить.

Подогреть отварной рис со сливочным маслом, выложить на порционные тарелки, рядом положить порции печени, полить соусом и посыпать тертым сыром.

# Курица, тушенная с овощами

## *Компоненты*

Мясо куриное – 800 г Картофель – 500 г Лук репчатый – 2–3 шт. Морковь – 2 шт. Помидоры – 2–3 шт. Лук-порей – 1 стебель Бульон куриный – 1 стакан Масло топленое – 3 столовые ложки Паприка – 1 чайная ложка Лавровый лист – 2 шт. Паста томатная – 1 столовая ложка Перец черный молотый и соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, посыпать паприкой и сложить в смазанный маслом эмалированный чугунок, добавить нашинкованные репчатый лук и лук-порей, положить лавровый лист и томатную пасту, залить бульоном. Чугунок накрыть, поставить на огонь, довести до кипения и тушить на слабом огне.

Картофель почистить, нарезать кружочками. Морковь натереть на крупной терке и обжарить в сливочном масле. Помидоры нарезать тонкими кружочками. Как только мясо будет наполовину готово, овощи выложить в чугунок с мясом, добавить оставшееся масло и продолжить тушение до полной готовности блюда.

# Куриный рулет по-татарски

## Вариант 1

### *Компоненты*

Тушка курицы – 1,2 кг Лук репчатый – 1–2 шт. Зелень огородная – 1 маленький пучок Хлеб пшеничный без корок – 3–4 ломтика Молоко – 1 стакан Яйца сырые – 2 шт. Масло сливочное – 1–2 столовые ложки Зелень укропа – 1 пучок Соль и молотый перец – по вкусу

### *Способ приготовления*

Курицу промыть, обсушить салфеткой, положить на доску грудкой вниз, разрезать вдоль позвоночника и осторожно снять кожу. Куриное мясо отделить от костей, пропустить через мясорубку вместе с зеленью и луком. Из оставшихся костей сварить бульон.

В молоке размочить хлеб, слегка отжать, также пропустить через мясорубку и добавить к куриному фаршу. Фарш посолить, поперчить, добавить взбитые яйца и тщательно вымесить до однородной массы, постепенно добавляя в фарш понемногу холодной воды – это придаст ему пышность. Снятую с курицы кожу разложить на столе и равномерно выложить на нее фарш. Сформировать из фарша и куриной кожи рулет, осторожно соединить срезы кожи и зашить белыми хлопчатобумажными нитками. Затем положить рулет в кипящий бульон, проварить 5–7 минут, вынуть,

слегка обсушить, положить на смазанный маслом противень, подлить немного горячего бульона, поставить в горячую духовку и жарить до готовности, поливая рулет соком с противня или горячим бульоном и смазывая его маслом.

## **Вариант 2**

### *Компоненты*

Тушка курицы – 1,7 кг Чеснок – 3–4 зубчика Соль и молотый перец – по вкусу

### *Способ приготовления*

Тушку курицы промыть, обсушить бумажным полотенцем, удалить крылья и ножки. С костей снять все мясо вместе с кожей, выложить его кожей вниз на столе в виде прямоугольника, отбить молоточком, посолить, поперчить, посыпать мелко нарубленным чесноком, плотно свернуть мясо в рулет, снаружи рулет также посолить, поперчить и обсыпать чесноком. Подготовленный рулет уложить на смазанную маслом фольгу, завернуть в нее, положить на решетку прогретой духовки и запекать около 1 часа 20 минут.

# Куриный рулет с овощным гарниром

## *Компоненты*

### *Для фарша*

Тушка курицы – 1,2 кг Масло топленое – 1 столовая ложка  
Лук репчатый – 100 г Молоко – 0,5 стакана Мука – 1–2 столовые ложки Перец душистый – 5–7 горошин Зелень укропа – 1 маленький пучок Соль и молотый перец – по вкусу

### *Для соуса*

Сметана – 1 стакан Масло сливочное – 1 столовая ложка  
Мука – 2 столовые ложки Паста томатная – 1 неполная столовая ложка Бульон куриный – 1 стакан

### *Для гарнира*

Картофель – 500 г Морковь – 200 г Лук репчатый – 150 г  
Зеленый горошек – 100 г

Масло топленое – 50 г Чеснок – 2–3 зубчика Куриный бульон – 0,5 стакана Соль – по вкусу

### *Способ приготовления*

Перец очистить от семян, нарезать тонкой соломкой, чеснок мелко порубить. Смешать подготовленные овощи с жареными грибами. На столе разложить отбитое мясо курицы, на него выложить подготовленный грибной фарш и свернуть рулетом. Мясной рулет обвязать шпагатом, выложить на смазанный маслом противень, поставить в духовку и жарить при температуре 180–200 градусов, часто смазывая его

топленным маслом.

Готовый рулет немного остудить, нарезать ломтиками, украсить зеленью.

# Куриный рулет с грибами и овощами

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1,2 кг Жареные грибы – 150 г Перец сладкий красный крупный – 1 шт. Чеснок – 5 зубчиков Масло топленое – 3 столовые ложки Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу разделать, как в рецепте «Куриный рулет по-татарски», сняв с нее кожу. Мясо курицы зачистить от костей, тонко отбить его.

Перец очистить от семян, нарезать тонкой соломкой, чеснок мелко порубить. Смешать подготовленные овощи с жареными грибами. На столе разложить отбитое мясо курицы, на него выложить подготовленный грибной фарш и свернуть рулетом. Мясной рулет обвязать шпагатом, выложить на смазанный маслом противень, поставить в духовку и жарить при температуре 180–200 градусов, часто смазывая его топленым маслом.

Готовый рулет немного остудить, нарезать ломтиками, украсить зеленью.

# Хрустящая курочка

## *Компоненты*

Филе куриное – 700 г Яйца сырые – 3–4 шт. Масло топленое – 100 г Сухари молотые – 0,75 стакана Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Филе курицы нарезать порционными кусками, отбить, посолить, поперчить, обмакнуть во взбитые яйца, обвалить в сухарях, еще раз обмакнуть во взбитые яйца и обжарить с обеих сторон на сковороде в растопленном масле до румяной корочки. Поджаристые кусочки выложить на блюдо, на каждый кусочек положить понемногу масла, украсить свежей зеленью и подать на стол.

# Бутерброды с курицей

## *Компоненты*

Филе куриное – 700 г Масло топленое – 150 г Хлеб пшеничный – 400 г Огородная зелень – 1 маленький пучок Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Куриное филе нарезать небольшими порциями, отбить, посолить, поперчить и обжарить с обеих сторон в топленом масле до румяной корочки.

Хлеб нарезать тонкими ломтиками, также обжарить с обеих сторон в топленом масле.

Гренки выложить на тарелки, сверху положить по кусочку жареной курятины, украсить зеленью и подать на стол.

# Куриная запеканка

## *Компоненты*

Филе курицы – 600 г Хлеб пшеничный без корок – 2 ломтика Молоко – 0,5 стакана Яйца сырые – 4 шт. Масло топленое – 4 столовые ложки Сметана – 0,5 стакана Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Мякоть курицы вместе с кожей дважды пропустить через мясорубку. В молоке размочить хлеб, слегка отжать, пропустить через мясорубку и добавить к куриному мясу. Фарш заправить растопленным маслом, посолить, поперчить, добавить яйцо и тщательно вымесить. Приготовленный фарш уложить в смазанную маслом сковороду. Взбить 3 яйца, смешать со сметаной, залить фарш яичной смесью, поставить в прогретую духовку и запечь до готовности.

# Куриная запеканка с картофелем

## *Компоненты*

Филе курицы – 500 г Картофель – 3–4 шт. Масло топленое – 150 г Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Мука – 2 столовые ложки Сметана – 1 стакан Горчица – 1 чайная ложка Сыр тертый – 3 столовые ложки Перец красный молотый и соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Картофель почистить, нарезать кружочками и поджарить в масле до полуготовности.

Филе курицы нарезать маленькими кусочками, выложить в смазанную маслом посуду для запекания, посолить, поперчить. Жареный картофель выложить поверх мяса. Морковь и лук нарезать тонкой соломкой и положить на картофель. Развести муку в небольшом количестве горячей воды, добавить горчицу, влить сметану и тщательно перемешать. Приготовленной смесью залить блюдо, положить оставшееся масло. Посуду накрыть фольгой, поставить на решетку хорошо прогретой духовки или гриля и запекать блюдо до готовности. Как только мясо станет мягким, фольгу снять, блюдо посыпать тертым сыром и прогреть, не накрывая, до образования румяной корочки.

# Курица, запеченная по-татарски

## *Компоненты*

Тушка курицы – 1,2 кг Лук репчатый – 1–2 шт. Морковь – 1 шт. Картофель – 500 г Масло топленое – 70 г Куриный бульон – 1 л Соль и молотый перец – по вкусу

## *Для теста*

Мука пшеничная – 250 г Масло сливочное – 2 столовые ложки Соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу разрубить на порционные куски, залить холодным куриным бульоном, варить до готовности. Во время варки в бульон с мясом положить нарезанные крупными ломтиками картофель, морковь и лук. Сваренное мясо и овощи вынуть из бульона, дать стечь жидкости, затем выложить мясо в глубокую сковороду, вокруг разложить овощи. Куриный бульон процедить, немного уварить и полить им блюдо.

Приготовить тесто: муку просеять, влить немного воды, положить соль и вымесить однородное тесто. Тесто раскатать в тонкий пласт, верхнюю часть смазать маслом, сложить конвертом и снова тонко раскатать. Так проделать 3 раза. В четвертый раз тесто раскатать по величине сковороды, накрыть им блюдо, сверху смазать маслом, поставить в прогретую духовку и запекать до румяной корочки на поверхности теста.

# Паштет из куриной печени

## Вариант 1

### *Компоненты*

Печень куриная – 800 г Лук репчатый – 1 шт. Чеснок – 1 зубчик Сливки – 1 стакан Коньяк – 3 столовые ложки Соль и молотый перец – по вкусу

### *Способ приготовления*

Печень отварить в небольшом количестве воды до мягкости, примерно 15 минут с момента закипания воды. Готовую печень откинуть на сито и протереть через сито. Можно пропустить 2–3 раза через мясорубку с мелкой решеткой. Пюре развести горячими сливками, добавить коньяк, толченый или очень мелко нарубленный лук и чеснок, а также соль и перец и перемешать. Паштет выложить в миску или любую другую форму и поставить на 3,5–4 часа в холодное место. Куриный паштет хорошо сочетается с тостами из белого хлеба.

## Вариант 2

### *Компоненты*

Печень куриная – 600 г Коньяк – 50 мл Соль и молотый перец – по вкусу

### *Способ приготовления*

Печень вымочить в холодной воде в течение 2 часов, снять

пленки и удалить желчные протоки, пропустить через мясорубку, посолить и поперчить. Фарш выложить в миску, полить коньяком и выдержать 1 час в холодильнике.

Затем фарш положить в смазанный маслом керамический горшочек, придавить, чтобы вышли пузырьки воздуха, накрыть крышкой. Горшочек с фаршем поставить в глубокую огнеупорную миску с водой. Вода должна покрывать горшочек на  $2/3$  объема. Горшочек с водяной баней поставить в духовку, довести воду до кипения и выдержать 30 минут при температуре 120 градусов. Затем горшочек с печенью вынуть, остудить, на паштет положить груз и поставить в холодильник на 2–3 дня. По истечении этого времени паштет будет готов.

# Пельмени с курицей

## *Компоненты*

### *Для теста*

Мука – 2,5 стакана Яйцо – 1 шт. Вода – 0,5 стакана Соль – по вкусу

### *Для фарша*

Мякоть курицы – 400 г Лук репчатый – 1 шт. Зелень петрушки и кинзы – по 1 маленькому пучку Морковь – 1 шт. Масло растительное – 2 столовые ложки Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Приготовить тесто: муку просеять, высыпать на широкую доску, сделать в муке углубление, влить туда подсоленную воду и вбить яйцо, вымесить однородное тесто. Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к рукам. Затем тесто раскатать в тонкий пласт и нарезать кружочками.

Приготовить фарш: курицу пропустить через мясорубку, фарш посолить и поперчить.

Морковь и лук мелко нашинковать, обжарить в растительном масле и соединить с мясом. Зелень мелко порубить и также соединить с мясом. Фарш еще немного посолить, поперчить, тщательно перемешать до однородного состояния. Если фарш будет жидковат, добавить немного муки.

Приготовленный фарш выложить порциями на кружочки теста, сформировать пельмени, немного подсушить их на воздухе, положить в кипящую подсоленную воду и варить до тех пор, пока пельмени не всплывут. Или уложить на решетку пароварки и готовить около 15 минут с момента закипания воды в пароварке.

# Куриный холодец

## *Компоненты*

Мясо курицы – 1 кг Морковь отварная – 2 шт. Корень сельдерея отварной – 30 г Яйца вареные крутые – 2 шт. Желатин – 25 г Лавровый лист – 1 шт. Перец душистый – 5 шт. Вода – 1,5 л Соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Мясо нарезать кусочками, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, добавить пряности и соль и варить до готовности на небольшом огне. Готовое мясо вынуть из бульона, отделить от костей, нарезать кусочками. Бульон процедить через марлю.

Отварные овощи почистить, нарезать фигурками. Яйца почистить и нарезать тонкими кружочками. Желатин замочить в холодной воде и оставить на 30 минут, затем влить в него немного горячего бульона, перемешать, влить в кастрюлю с бульоном и проварить его вместе с бульоном.

В форму влить немного бульона с желатином и дать ему застыть. Поверх застывшего бульона положить фигурки овощей и кружочки яиц, залить оставшимся бульоном и вынести в прохладное место.

# Курица заливная

## *Компоненты*

Куриное мясо – 1 кг Чеснок – 3–4 зубчика Морковь – 1 шт. Лук репчатый – 1 шт. Желатин – 20 г Лавровый лист – 1–2 шт. Перец душистый – 10 горошин Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Курицу разрезать на куски, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену и варить на небольшом огне 3–4 часа. Во время варки в бульон добавить целую очищенную луковицу, дольки чеснока и очищенную морковь. Как только холодец сварится, из бульона вынуть овощи и мясо. Мясо отделить от костей, нарезать кусочками, уложить в формочки, украсить фигурками из моркови. Желатин предварительно развести в небольшом количестве холодной кипяченой воды, затем смешать с горячим процеженным бульоном. В формочки с мясом залить бульон с желатином и поставить в прохладное место для застывания.

# Цыпленок, фаршированный потрохами

## *Компоненты*

Тушки цыплят – 2 шт. Яйца сырые – 6 шт. Лук репчатый – 1–2 шт. Масло сливочное – 3–4 столовые ложки Перец душистый – 7-10 горошин Соль и перец молотый – по вкусу

## *Способ приготовления*

Выпотрошить тушки цыплят, хорошо промыть тушки и потроха. Потроха нарезать кусочками, смешать с мелко нарубленным луком, немного обжарить в сливочном масле, остудить, смешать со взбитыми яйцами и разложить поровну в брюшки цыплят. Брюшки зашить белыми хлопчатобумажными нитками. Подготовленных цыплят опустить в кипящую подсоленную воду, добавить пряности и варить до готовности около 50 минут.

Готовых цыплят вынуть из бульона, обсушить салфеткой, нарезать порционными кусками, подать на стол с рисовым гарниром или жареным картофелем.

# Цыплята, тушенные в сметане

## *Компоненты*

Тушки цыплят – 2 шт. Лук репчатый – 1 шт. Морковь – 1 шт. Картофель – 2–3 шт. Масло топленое – 1–2 столовые ложки Сметана – 0,5 стакана Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Тушки цыплят разрезать на порционные куски, поперчить, посолить и обжарить на сковороде в масле. Жареных цыплят выложить в сотейник, сверху положить нарезанный кружочками картофель и обжаренные в оставшемся масле лук и морковь. Мясо с овощами залить сметаной, добавить немного горячей воды или бульона, слегка посыпать солью и перцем и тушить до готовности под крышкой на слабом огне, примерно около 1 часа.

# Цыпленок, тушенный с тыквой

## *Компоненты*

Тушки цыплят – 2 шт. Тыква очищенная – 400 г Масло сливочное – 4 столовые ложки Сметана – 0,5 стакана Мука пшеничная – 1 столовая ложка Соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Цыпленка разрубить на порционные куски, посолить, поперчить, сложить в смазанный маслом эмалированный чугунок. Тыкву нарезать тонкими ломтиками, уложить на мясо. Сверху положить кусочки масла, подлить немного воды или мясного бульона.

Чугунок накрыть крышкой, поставить в горячую духовку или на плиту и тушить блюдо при слабом кипении до готовности мяса. Перед окончанием тушения в чугунок добавить смешанную с мукой сметану, перемешать и прогреть еще несколько минут.

# Цыпленок, жаренный в панировке

## *Компоненты*

Отварной цыпленок – 500 г Яйца сырые – 3–4 шт. Сухари панировочные – 0,75 стакана Масло растительное или топленое для жарки – 100 г Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Отварного цыпленка разрезать на порционные куски, посолить и поперчить по вкусу, обмакнуть во взбитые яйца, затем обвалять в сухарях, еще раз обмакнуть во взбитые яйца и обжарить с обеих сторон в масле на сковороде до румяной корочки.

# Цыпленок, тушенный с овощами

## *Компоненты*

Тушка цыпленка – 700 г Капуста цветная – 400 г Лук репчатый – 2 шт. Корень петрушки – 50 г Морковь – 1 шт. Чеснок – 1 зубчик Масло топленое – 3 столовые ложки

Сметана – 0,5 стакана Вода – 1 стакан Огородная зелень – 1 пучок Перец черный – 10 горошин Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Тушку цыпленка нарезать небольшими кусочками. Лук, морковь и корень петрушки почистить, нашинковать тонкой соломкой и обжарить в масле. Цветную капусту разобрать на соцветия и нашинковать.

Затем куски курицы, обжаренные овощи и капусту выложить в сотейник, посолить, добавить пряности, толченый чеснок и мелко нарубленную зелень, влить горячую воду и сметану, положить масло, перемешать и тушить блюдо около 40 минут.

# Цыпленок, запеченный в фольге

## *Компоненты*

Цыпленок – 800 г Кислое молоко – 0,5 стакана Масло растительное – 1 столовая ложка Чеснок – 2–3 зубчика Тмин молотый – 0,5 чайной ложки Сыр тертый – 3 столовые ложки Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Чеснок растолочь, смешать с молоком, добавить тмин и тщательно перемешать. Тушку цыпленка посолить и поперчить, полить приготовленной смесью и выдержать в холодильнике 2–3 часа. Затем цыпленка выложить на смазанную маслом фольгу, посыпать сыром, завернуть в фольгу, положить на решетку прогретого гриля и запекать около 50 минут.

# Жареный цыпленок с рисовым гарниром

## *Компоненты*

Тушка цыпленка – 700 г Лук репчатый – 1–2 шт. Рис – 1 стакан Куриный бульон – 2 стакана Масло топленое – 100–150 г Помидоры – 500 г Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Тушку цыпленка отварить в небольшом количестве подсоленной воды до готовности, вынуть из бульона, обсушить, разрезать на порционные куски, поперчить и обжарить на сковороде в топленом масле до румяной корочки.

Рис хорошо промыть, обсушить на воздухе, насыпать в глубокую сковороду и прожарить в топленом масле. Поверх риса выложить нарезанные кружочками помидоры и отдельно поджаренный на масле лук. Влить 2 стакана куриного бульона и варить рис, не перемешивая, до мягкости. Сваренный рис выложить на блюдо, сверху уложить жареного цыпленка и подать на стол.

# Цыпленок с блинами

## *Компоненты*

Тушка цыпленка – 800 г Морковь – 2 шт. Лук репчатый – 2 шт. Картофель отварной – 2–3 шт. Мука пшеничная – около 1 стакана Молоко – 0,75 стакана Масло растительное – 4 столовые ложки Масло топленое – 100 г Бульон куриный – 1 стакан Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Цыпленка разрубить на порционные куски, посолить, поперчить, жарить в топленом масле до готовности.

Картофель почистить, натереть на терке. Муку развести молоком, смешать с картофельным пюре, посолить, хорошо перемешать, наливать порциями на смазанную растительным маслом небольшую сковороду и жарить блины с обеих сторон до румяной корочки. Приготовить несколько таких блинов.

Морковь и лук мелко порубить, обжарить в топленом масле, влить горячий бульон, варить до мягкости овощей. В конце варки соус заправить обжаренной в топленом масле мукой.

На каждую порционную тарелку выложить по блину, на блины положить по куску цыпленка, полить приготовленным соусом, посыпать рубленой зеленью и подать на стол.

# Цыпленок с рисом и сухофруктами

## *Компоненты*

Тушка цыпленка – 900 г Рис – 1 стакан Масло топленое – 100 г Чернослив – 1 стакан Изюм – 0,5 стакана Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Цыпленка разрезать на порционные куски, посолить, поперчить и жарить в топленом масле до готовности.

Рис отварить в подсоленной воде до готовности. Сухие фрукты промыть, нарезать кусочками, обжарить в масле, влить немного воды, потушить под крышкой.

На блюдо выложить горячий рис, сверху положить сухофрукты, а рядом куски жареного цыпленка.

# Индейка, тушенная с капустой

## *Компоненты*

Индейка – 0,5 тушки Капуста белокочанная – 0,5 кочана  
Лук репчатый – 2 шт. Морковь – 1 шт. Масло сливочное – 3  
столовые ложки Молоко – 2 стакана Соль и перец молотый  
– по вкусу

## *Способ приготовления*

Лук, морковь и капусту нашинковать соломкой. Лук и морковь слегка обжарить в сливочном масле. Половину нашинкованной капусты выложить в смазанный маслом сотейник, на слой капусты положить половину обжаренных овощей.

Индейку разрезать на порционные куски, посолить и поперчить, выложить на слой овощей, на индейку положить оставшуюся половину жареных овощей, затем капусту, залить горячим молоком. Сотейник поставить на плиту и тушить блюдо на небольшом огне до полной готовности.

# Индейка тушеная

## *Компоненты*

Мясо индейки – 1 кг Чеснок – 2–3 зубчика Сметана – 2 стакана Масло топленое – 100 г Перец молотый и соль – по вкусу

## *Способ приготовления*

Индейку нарезать порционными кусками, поперчить, залить сметаной, поставить на холод на 1 час. Затем мясо посолить, выложить в смазанную маслом сковороду, залить сметаной, в которой индейка выдерживалась, положить топленое масло. Сковороду накрыть, поставить в горячую духовку и тушить мясо до готовности.

# Индейка жареная

## *Компоненты*

Тушка индейки – 1 шт. Масло топленое или сметана – 1 стакан Соль и перец молотый – по вкусу

## *Способ приготовления*

Потрошеную тушку индейки промыть, обсушить полотенцем, натереть солью и перцем и выдержать в холодильнике 1 час. Затем индейку положить на смазанный маслом противень, влить 2–3 столовые ложки воды и поставить в горячую духовку. Жарить птицу до готовности, периодически поливая тушку выделяющимся соком. Перед окончанием жарения тушку смазывать маслом или сметаной. Время жарения средней тушки индейки около 2,5 часов.

# Индейка, жаренная в гриле

## Вариант 1

### *Компоненты*

Тушка индейки – 2,5 кг

Чеснок – 4–5 зубчиков Айран – 2 стакана Паприка – 1–2 столовые ложки Имбирь молотый – 1 чайная ложка Мед – 0,5 стакана Соль и перец молотый – по вкусу

### *Способ приготовления*

Приготовить маринад: чеснок растолочь, смешать с айраном, добавить имбирь и паприку, перемешать. Индейку обильно смазать маринадом, положить в холодильник и выдержать в нем не менее 10 часов. Промаринованное мясо посолить и поперчить, надеть на вертел и жарить в гриле до готовности, поочередно смазывая тушку стекающим соком и айраном. Перед окончанием приготовления индейку несколько раз смазать медом.

## Вариант 2

### *Компоненты*

Мясо индейки – 1 кг Сок гранатовый – 1 стакан Масло растительное – 0,5 стакана Корица молотая – 1 чайная ложка Мускатный орех тертый – 0,5 чайной ложки Сметана – 1 стакан Соль и перец молотый – по вкусу

### *Способ приготовления*

Приготовить маринад: смешать корицу и мускатный орех,

залить гранатовым соком, добавить растительное масло и перемешать.

Индейку разрезать на порционные куски, обмакнуть в маринад, положить в холодильник и выдержать в нем не менее 3–4 часов. Промаринованную индейку посолить и поперчить, положить на смазанную маслом решетку гриля и жарить до готовности, периодически смазывая мясо сметаной.

# Индейка фаршированная

## *Компоненты*

Тушка индейки – 3,5 кг Хлеб белый – 0,5 батона Лук репчатый – 3–4 шт. Чеснок – 3 зубчика Масло сливочное – 4–5 столовых ложек Молоко – 1 стакан Яйца сырые – 4 шт. Огородная зелень – 1 пучок Сметана – 1,5 стакана Соль и молотый перец – по вкусу

## *Способ приготовления*

Потроха индейки хорошо промыть, обсушить, пропустить через мясорубку вместе с луком и размоченным в молоке и отжатым хлебом. В фарш добавить взбитые яйца, мелко нарубленный чеснок, сливочное масло, мелко нарубленную зелень, перец и соль, хорошо перемешать до однородной массы. Приготовленным фаршем начинить индейку, брюшко зашить белыми нитками. Тушку индейки положить в большой котелок, залить небольшим количеством горячей подсоленной воды, поставить на огонь, довести до кипения и тушить под крышкой до мягкости мяса. Перед окончанием приготовления, когда почти вся жидкость выкипит, блюдо полить сметаной и довести до готовности.

# Индейка, запеченная в фольге

## Вариант 1

### *Компоненты*

Индейка – 1 кг Чеснок – 3–4 зубчика Лук репчатый – 2 шт. Айран – 1 стакан Масло сливочное – 2 столовые ложки Зелень укропа рубленая – 2 столовые ложки Соль и перец молотый – по вкусу

### *Способ приготовления*

Индейку обсушить, натереть чесноком и молотым перцем, разрезать на порционные куски, сложить в эмалированную посуду, засыпать мелко нашинкованным луком и рубленой зеленью и залить айраном. Кастриюлю с мясом поставить в холодильник на 3–4 часа. Затем мясо с маринадом выложить на смазанную маслом фольгу, сверху положить кусочки сливочного масла. Индейку завернуть в фольгу, положить на решетку духовки и запечь.

# 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.