



ИННА
МЕТЕЛЬСКАЯ-ШЕРЕМЕТЬЕВА



ЧЕГО ХОТЯТ МУЖЧИНЫ?

КУЛИНАРНАЯ И НЕ ТОЛЬКО ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
✓ ИДЕАЛЬНОЙ ЖЕНЫ ✓



ПУСТЬ У ВАС ВСЕ БУДЕТ
≡ ВКУСНО И ГЛАДКО! ≡

Есть. Читать. Любить

Инна Метельская-Шереметьева

**Чего хотят мужчины?
Кулинарная и не только
энциклопедия идеальной жены**

«ЭКСМО»

2018

УДК 641.55
ББК 36.997

Метельская-Шереметьева И.

Чего хотят мужчины? Кулинарная и не только энциклопедия
идеальной жены / И. Метельская-Шереметьева — «Эксмо»,
2018 — (Есть. Читать. Любить)

ISBN 978-5-04-099345-1

Новая книга известного блогера и кулинара Инны Метельской-Шереметьевой представляет собой не просто сборник проверенных домашних рецептов вкуснейших блюд, но и является своеобразным «пособием» для женщин любого возраста по тому, как наладить и улучшить свою семейную жизнь. С юмором и в живой, открытой манере автор книги дает ненавязчивые советы о «приручении» мужчин, в чем очень помогает вкусная еда. А уж о ней автору всегда есть, что рассказать: в книге собраны не только рецепты изысканных блюд европейской кухни или экзотических, но и «классика», которую мы помним из детсадовского и школьного детства, и просто все то вкусное и душевное, чем можно побаловать себя и свою любимую «половинку».

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-099345-1

© Метельская-Шереметьева И., 2018
© Эксмо, 2018

Содержание

Введение	6
Глава 1	9
Испанский сэндвич бокадильо	13
Гравлакс	14
Венесуэльская арепа	15
Французский крок-мадам	16
Голландский сэндвич	17
Вьетнамский бань-ми	18
Американский домашний сэндвич «Грязнуля Джо»	19
Канадский сэндвич «Монреаль»	20
Еврейский бубличный сэндвич с лососем или семгой	22
Турецкий донер-кебаб	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Инна Метельская-Шереметьева
Чего хотят мужчины?
Кулинарная и не только
энциклопедия идеальной жены

Серия «Есть. Читать. Любить»

© Инна Метельская-Шереметьева, текст, 2018

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

* * *

Введение



Каждая девочка мечтает о том, чтобы вырасти, встретить настоящего принца и обязательно выйти за него замуж. И, что удивительно, почти у каждой мечта сбывается, принц (ну, почти принц) рано или поздно обнаруживается, делает предложение руки и сердца, родители затевают пышную свадьбу, и молодые начинают жить-поживать, добра наживать.

Замечательная сказка, которая, увы, далеко не у всех длится всю жизнь. Почему? Ну, наверное, потому, что в небольшой метраж среднестатистической квартиры внезапно втискиваются две безграничные Вселенные, два Космоса, имя которым Мужчина и Женщина. Заметьте, не Вы и Ваш муж, а именно непостижимые и непохожие миры – Он и Она. И столкновение этих миров, подобно взрыву сверхновой, должно привести к появлению принципиально иной планеты под именем Мы, или испепелить, развеяв по бесконечности, наши мечты, надежды, чаяния...

Согласитесь, первый вариант предпочтительнее. Ну, хотя бы потому, что мы уже пообещали тетеньке из ЗАГСа и даже батюшке в церкви жить вместе в горе и в радости, в болезни и в здравии, а еще любить друг друга до последнего вздоха, чтобы даже умереть в один день.

Как к этому прийти? И сложно, и просто одновременно. Так же, как приходят ученые к важному открытию (то есть путем проб и ошибок), как возникает любовь с первого взгляда (то есть необъяснимо), как учат нас любимые детские сказки (идти к добру, побеждая зло) или как рассказывали в детстве наши бабушки (понимая, прощая и жалея). Именно в этом горниле совместного жития и рождается из нашей пылкой и неокрепшей, но крылатой и чудесной любви Любовь настоящая, зрелая, терпеливая, жертвенная, Любовь на все времена.

Себя мы, дорогие подруги, худо-бедно изучили. А в этой книге мы будем знакомиться с тем миром, который именуется «мужским» и который не всегда похож на мир нашего папы, или друга из детства, или однокурсника, или даже первого мужа, ибо он хоть и именуется одинаково «мир мужчин», но всегда индивидуален, всегда исключителен, всегда эгоцентричен. Но эта книга никогда бы не была написана, если бы не огромный исторический опыт поколений, не пресловутая статистика, не данные научных исследований, которые все-таки могут как-то сопоставить, суммировать и синтезировать в паре десятков общих принципов мирное сосуществование разных полов в отдельно взятой ячейке общества. Вот их и будем изучать!

Все самое сложное на поверку оказывается довольно простым. Наш любимый мужчина (при всей его уникальности) – обычный человек. А значит, у него, как и у всех других людей и, в частности, мужчин, есть ряд основных потребностей.

Первая потребность – это все из физиологии: еда, питье, отдых, здоровье, жилье, желание избежать как физической, так и душевной боли и, конечно, секс. Кстати, в женщине все эти потребности тоже, естественно, присутствуют, хотя выражены не столь выпукло, да и иерархия у них несколько иная.

Поэтому, если хотим удержать мужчину (и не просто удержать, но и прожить с ним долгую, счастливую жизнь), мы постараемся обеспечить ему сытую, комфортную и спокойную жизнь.

Вторая потребность – это безопасность. Мужской пол считается сильным полом, но, тем не менее, каждый мужчина заботится о безопасности и хочет быть уверенным в завтрашнем дне. И в этом мы тоже похожи. Только понятие «безопасность» у нас разное. Мы боимся войны, воров, болезней детей и родителей, тараканов, в конце концов... Мужчинам же нужна безопасность не от крыс и мышей, а безопасность их будущего: стабильного курса валют, стабильных цен и стабильного дохода. Даже дом для нас должен быть уютным, а для мужчин – надежным и безопасным.

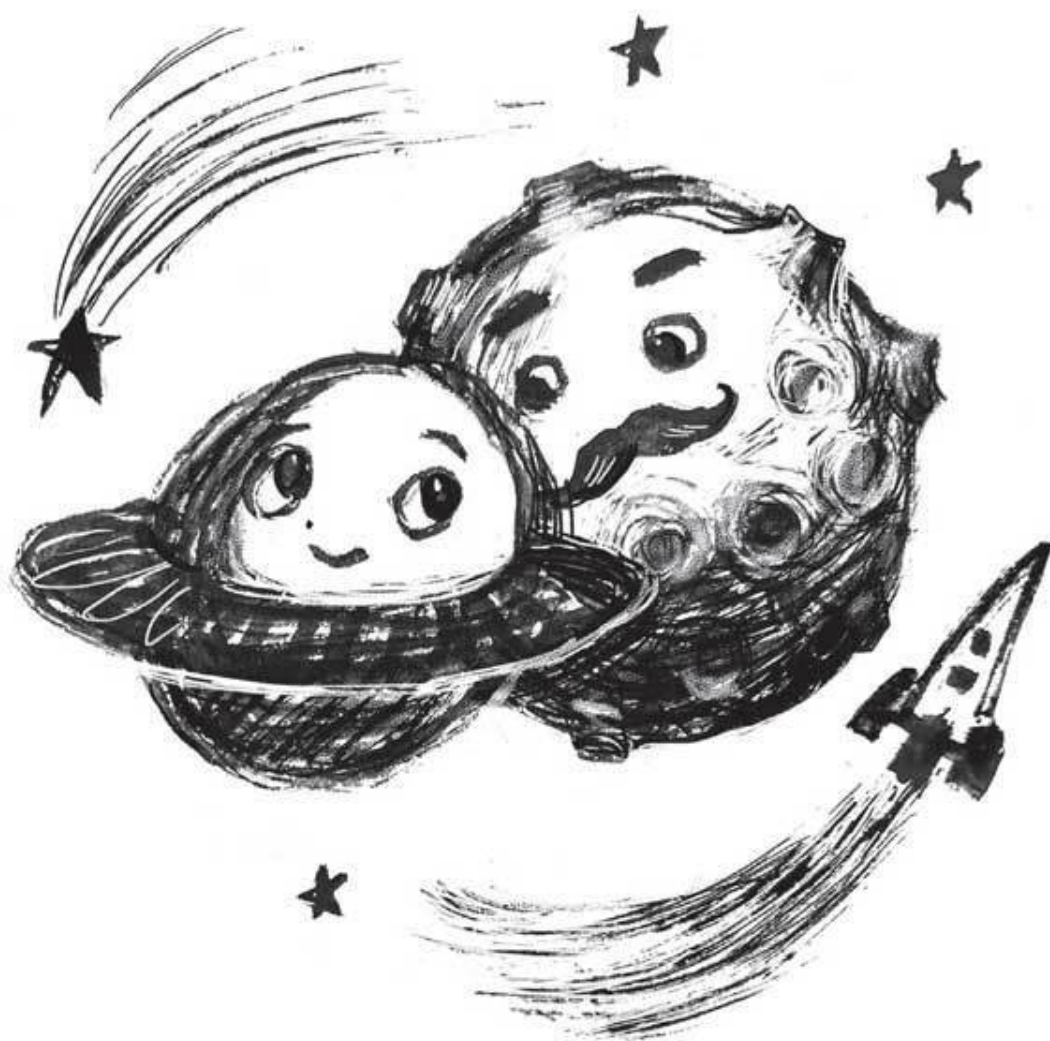
Третья потребность заключается в ярко выраженной социализации мужчин и в постоянном поиске единомышленников. Мужчина не хочет исключать привычный круг друзей из своей жизни вовсе не потому, что вы ему надоели и он нуждается в собутыльниках. Отнюдь! Он просто пытается реализовать потребность в принадлежности к своей социальной группе, крайне значимой для любого мужчины, будь то охотники, рыболовы, автолюбители или футбольные болельщики. Не препятствуйте этому, и тогда у него появится радость от ощущения самореализации, а у вас появится время отдохнуть или с удовольствием повозиться на кухне.

Еще одна наша общая, но такая разная потребность – это потребность признания. Но только нам, женщинам, хочется слышать, какая у нас замечательная прическа или платье, какие мы стройные, красивые или талантливые. А мужчины нуждаются в признании буквально ежесекундно! Они совершенно точно не просто так усердно забивают гвоздь, рассказывают о похвале от шефа, демонстрируют бицепс или указывают, как правильно вести машину. Они не демонстрируют этим свое превосходство, а просто хотят, чтобы их похвалили и признали их талант. Подчеркнем – признали, и признавали каждую секунду!

Ну и, наконец, еще одна наша общая, но такая разная потребность заключается в самореализации. Но нам, женщинам, проще. Мы самореализуемся в семье, в детях, легко находим удовольствие в профессии и необременительном общении с приятельницами. Мужчины же, которым сама природа уготовила роль лидера, от отсутствия самореализации страдают невероятно. Если у них не ладится с работой, если они не ощущают себя добытчиками и хозяевами жизни, то чувствуют себя полностью подавленными, хотя при этом сами не всегда могут объяснить, чего им не хватает. И, конечно, тут мы просто обязаны подставить любимому человеку свое хрупкое плечо и помочь в достижении значимых целей.

Так как же понять, чего хочет именно ваш мужчина, и почему эта книга построена как философско-кулинарный трактат? Да все просто. Разбирая особенности мужской психологии, изучая любимую непостижимую галактику, мы с вами будем стараться не забыть о самом первом постулате наших потребностей: потребности во вкусной еде. Только сытый и умиротворенный мужчина, только довольная жизнью и ужином звезда, почему-то именуемая Шурик, или Валера, или Самуил Игоревич, или даже Зайчик, может приоткрыть нам свои звездные глубины, согреть своим сиянием и впустить на свою орбиту (или закрепиться на нашей), чтобы путешествовать вместе целую вечность!

Вот и будем зажигать ЗВЕЗДЫ!



Глава 1

Я хочу, чтобы ты меня слушала, но не осуждала (а также рецепты сэндвичей, бутербродов, канане для легкого перекуса под задушевные разговоры)



«— Милый, тебе бутерброд с чем? С лососем или с селедкой?»

Он подумал, что с огромной охотой съел бы кусок любимой докторской колбасы, но ее не предлагали, поэтому он без колебания честно ответил:

— С селедкой!

«Какой же он у меня деликатный! — подумала она, — Никогда правды не скажет из скромности. Разве может кто-то с утра пораньше хотеть селедку? Знает, что лососина дорогая, вот и скромничает!» И она уверенно отчекрыжила от куска красной рыбы приличный кусок.

— А на каком хлебе? На черном или на белом?

— На черном.

«Опять обманывает. Он видел, что белый хлеб я вчера купила, а черный у нас уже второй день в хлебнице болтается. Господи, ради меня он готов есть всякую гадость! Конечно, отрежу ему беленького. К тому же к лососю черный?..»

— Любимый, а хлеб сливочным маслом намазать?

— Нет, спасибо!

«Что за бред ей приходит в голову? Мама подавала селедку всегда с горячей отварной картошечкой, поливая ее растительным маслом и посыпая свежим укропом. А тут бутерброд, утром, да еще и со сливочным... Бр-р-р».

«Конечно, намажу! Могла бы и не спрашивать. Свекровь небось всегда экономила, поэтому откуда ему, бедненькому, знать, что красная рыба гораздо вкуснее и нежнее на сливочном масле».

— Дорогой, а сверху что положить? Лук или оливки? Ау! Не молчи!

А он и не молчал. Он просто обдумывал, как поделкатнее намекнуть супруге, чтобы никогда в жизни не подсовывала ему эти омерзительные, эти горько-соленые и скользкие горюгоды, которые ему живо напоминали черные масляные капсулы желчегонного средства, которые отец глотал до самой смерти, мучаясь от ужасных болей:

— С луком!

Она все поняла. Она дура. Ну, какой лук подойдет к благородной красной рыбе? Точнее, зеленый бы еще подошел, но его не было. А муж, скорее всего, имел в виду именно его. Поэтому, конечно же, только оливки. Точнее, надо взять не эту зеленую мелочь, а благородные черные маслины, которые еще остались в баночке и которые она сама обожала...

— А запивать чем будешь? Кофе? Чай?

— Ничем! Какой, к чертям, кофе к селедке в восемь утра??? — Он не выдержал, кряхтя, выбрался из кровати, проклиная жену-жаворонка, которая не дала ему поспать даже в редкий выходной, доплелся до ванной, кое-как почистил зубы, прошлепал на кухню и остолбенел, заметив на столе два огромных бутерброда из белой булки с пламенеющей на них красной

рыбой, выползающим по краям толстым слоем сливочного масла и кольцами ненавистных черных капсул... В довершение ко всему «пиршеству» в чашке плескался янтарного цвета напиток, от которого у него начиналось противное слюноотделение, именуемый «зеленый чай, очень полезный».

Мужчина дико посмотрел на супругу, прошаркал босыми ногами по холодному кафелю (опять тапки не надел!) к холодильнику, рванул дверцу и с недоумением уставился прямо на розовый, ароматнейший, со свежей серебряной слезой на влажном срезе батон вареной колбасы. Любимой! На запотевшую рядом с ним баночку пива, на бодрящийся в банке одинокий малосольный огурчик... Сгреб все на поднос, прихватил нож, отломил кусок любимого бородинского хлеба и молча отправился в спальню смотреть idiotские субботние утренние новости.

«— Хам! — подумала она. — Хам, алкоголик и свинья неблагодарная. Права была моя мама!»

Если вы думаете, что это притча или басня, то вы ошибаетесь. Это реальный случай из жизни, увы, один из сотен похожих, которые не дали, в результате, сохранить моим приятелям семью. К сожалению, я выслушала эти истории много позже, когда ребята уже расстались, и спасти моими советами было нечего.

Наверное, такие рассказы (точнее, в том числе и они) подтолкнули меня к написанию этой книги.

Дорогие подруги! Если каждую из нас спросить, что для нас означает слово «счастье», мы скажем – любовь, а еще дети, здоровые родители, покой и достаток в доме. Мужчины в этом плане честнее нас. Все мы слышали о таблице Маслоу, суть которой заключается в том, что без удовлетворения своих базовых потребностей, таких как голод, физический дискомфорт и так далее, человек просто не может думать о чем-то большем. Поэтому, если мужчина не называет первым слово «любовь», то он не циничный и бездушный, а просто максимально прямолинейный и даже ответственный человек. Когда мужчина ощущает голод, физическую боль или дискомфорт, его мыслительные процессы замедляются, и он просто не может в полной мере анализировать информацию, сказанную нами. Кстати, от нас он ждет того же самого – предельной откровенности и честности. «Предельной» – в его понимании, конечно! Сам-то он далеко не всеми секретами спешит делиться, да это, собственно, и не обязательно.

К сожалению, мы очень редко вспоминаем сказки, которые нам читали в детстве, а ведь в них прямым текстом, просто черным по белому, без всякого Маслоу написано: «Пришел Иван-Царевич к избушке Бабы-яги и не стал отвечать на ее вопросы, а попросил, чтобы она его прежде накормила, напоила, в баньке помыла да на печь положила отдохнуть». Не дословная цитата, но вы все прекрасно поняли!

Поэтому, не спешите обвинять своего любимого в невнимательности, не выискивайте в его просьбах примитивный и первобытный какой-то умысел («все бы ему пузо набить»), а прежде, чем говорить своему мужчине что-то важное, хорошенько накормите его. Он ведь и сам просит, чтобы вы УСЛЫШАЛИ его, а не додумывали за него.

Почему еще важно мужчин не просто слышать, а прислушиваться внимательнейшим образом к тому, что они говорят? Потому что, если вы продолжите пытаться своего милого на тему счастья, проглотив как обиду упоминание о вкусной еде (если он осмелился в этом признаться), то и второе честное признание вас тоже не сильно воодушевит. Ибо будет оно сформулировано, скорее всего, одним из трех слов: комфорт, спокойствие или даже тишина.

Мы договорились, что искренне пытаемся разобраться в том, чего хотят мужчины, а не подменяем, не озвучиваем и не выдаем за его свои собственные желания.

Конечно, нам было бы гораздо приятнее, если бы мужчина сказал, что хочет «понимания» или «быть с тобой до конца наших дней», но это тоже будет не полной правдой или совсем неправдой.

Природа создала самцов борцами, в хорошем смысле слова хищниками, добытчиками, охотниками. Но природа не предполагала, что мужчине предстоит не носиться по лесу с луком и копьем, а растрачивать свою энергию и адреналин в душных офисах, в автомобильных пробках, в беге по карьерной лестнице и в постоянных раздумьях о том, как заработать еще денег, чтобы его семья жила достойно. Это тоже своего рода борьба, но это борьба иного рода – выматывающая, лишаящая сил, но не дающая ощущения молниеносной победы, не та, которую испытывает удачливый охотник, поразивший копьем мамонта и обеспечивший сию минуту и на много дней вперед свою жену и детей огромной горой мяса.

Поэтому, придя домой, уставшие, измочаленные и несвободные от постоянных раздумий мужчины хотят только одного – тишины и покоя, и, соответственно, они особенно ценят женщин, которые могут окружить их домашним теплом, не требуя дополнительной искусственной демонстрации любви и обожания.

Поэтому, если вы спокойно встретите с работы супруга (хотя вы тоже, вероятно, устали после напряженного дня), если поймете, что наша усталость компенсируется быстрым эмоциональным восстановлением буквально за считанные минуты, а супругу на это требуется не меньше пары-тройки часов, и не будете требовать «ста тысяч поцелуев и признаний в вечной любви», ваш мужчина будет вам очень признателен. И да, он будет счастлив.

Ну, и последнее, о чем хотелось бы сказать в этой главе и что напрямую связано с вопросами счастья, взаимопонимания и взаимного уважения, – это то, что опять напрямую связано с питанием. Только уже не с процессом, а с результатом. И в этом тоже мало кто из мужчин признается по доброй воле, несмотря на то, что мы отметили поразительную прямооту и искренность представителей сильного пола, которых просто нужно научиться слушать и слышать...

Речь идет о внешней привлекательности. Только и ее мы с противоположным полом понимаем по разному и не всегда соотносим с понятием «счастье». Точнее, соотносим частенько, но редко признаемся в этом. Женщины активно худеют, хотят выглядеть молодыми и стройными, а мужчины, мечтающие о своей привлекательности, – наращивают мышечную массу. В этом нет ничего странного, ведь таким образом каждый мужчина реализует свое подсознательное и потаенное желание выглядеть сильным и мужественным в глазах любимой женщины и окружающих людей, особенно потенциальных соперников.

Поэтому начнем сытно и правильно кормить нашего избранника, пробуя услышать его, а не додумывать за него, выдавая свои собственные мысли за мысли и чувства любимого, не осуждая за его непохожесть на какой-то книжный идеал.

Почему начать кулинарную школу мы решили именно с сэндвичей и бутербродов – понять несложно (в связи со всем вышесказанным). Но и не только поэтому.

Наши драгоценные мужчины были и останутся до самых седины обычными мальчишками. А все мальчишки любят что? Правильно! Фастфуд. Это же так круто, сэкономить выданные мамой деньги и по-взрослому отправиться в «МакДоналдс» (а раньше в какой-нибудь при вокзальный буфет или в кулинарию), чтобы съесть не суп или манную кашу, а настоящий гамбургер или бутерброд. Кроме того, на подкорке у каждого мужчины прошита привычка самостоятельного выживания в экстремальных условиях отсутствия в доме женщины путем приготовления этих самых бутербродов. Да и чисто мужские компании (когда друзья собираются накоротке, быстренько посидеть за рюмочкой-другой пива или чего покрепче) тоже кулинарными изысками не отличаются, а ограничиваются теми же сэндвичами или бутербродами.

Словом, даже если ваш супруг в этом и не признается, к бутербродам он питает если не привязанность, то довольно теплые чувства. Да и вам начинать постижение кулинарного мастерства будет проще именно с этого вида угощений. Даже если не получится то, что хотелось бы, то получится все равно, и это «все равно» будет съедобно и вкусно. В самом крайнем случае вы всегда сможете исправить оплошность кусочком сливочного масла, или кружочком колбасы, или ломтиком сыра. Только запомните навсегда: домашние (ваши) сэндвичи все-таки

должны отличаться от его холостяцких воспоминаний. Хлеб мы всегда будем брать свежий, обязательно поджаривать или запекать его, ну, как минимум, прогревать в микроволновке.

Для пущей важности мы предложим вашему супругу самые известные бутерброды мира, которые завоевали любовь «соплеменников» вашего мужа всех рас и национальностей и которые на 100 % проверены десятилетиями и поколениями едоков. Ну, а вы будете иметь то неоспоримое преимущество, что выучите их названия и место появления на свет. Это будет для вашей второй половины дополнительным поводом для гордости, ибо в Его семье и для Него готовят то, о чем другие и не мечтают. Даже если это простой бутерброд.



Испанский сэндвич бокадильо



Ингредиенты:

- 4 ломтика хлеба
- 200 г мягкого сыра (адыгейского, феты, малосольной брынзы, домашнего)
- пара столовых ложек оливок без косточек
- небольшой пучок салатных листьев
- 2–3 редиски
- растительное масло по вкусу
- 4 ломтика ветчины

Хлеб прогреваем в духовке при температуре 200 градусов ровно 5 минут. Сыр режем небольшими кубиками, оливки режем на колечки (или как получится), листья салата мелко рвем руками, редиску режем на полукружья. Смешиваем все это в мисочке с растительным маслом. Пяти минут нам хватит!

На хлеб выкладываем кусок ветчины, сверху пару ложек нашей заправки, затем еще один кусок ветчины и снова поджаристый хлеб.

Сэндвич получается хрустящим и очень сочным. Вы оба с мужем получите огромное удовольствие. Не забудьте рассказать ему, что бокадильо подают на корриде и в знаменитых тавернах Барселоны – к вину и к пиву, но обязательно горячими!

Гравлакс



Эта шведская версия бутерброда с малосоленным лососем уходит корнями в седую старину. В те суровые времена шведы и другие скандинавы не просто засаливали рыбу, но и закапывали ее, причем зачастую на несколько месяцев, чтобы сохранить на зиму. Собственно, современное название «гравлакс» происходит как раз от шведского *gravad lax* – «закопанный лосось» – хотя поверить в это порой трудно даже современным шведам. Сейчас лосося, разумеется, никто уже не закапывает (хотя сюрстрёмминг – ферментированная сельдь – по-прежнему пользуется большим успехом), зато от соседства с укропом и водкой (обязательные ингредиенты!) и свеклой (необязательный, но желательный) он приобретает пряный вкус и крайне интересную окраску. Готовить таким образом можно не только лосося, но и семгу, и форель – решайте и выбирайте сами. Будет вкусно в любом случае.

Ингредиенты:

- 4 столовые ложки крупной соли (без йода, можно морской)
- 1 столовая ложка сахара
- 1 кг филе лосося (любой красной рыбы) с кожей
- 50 мл водки
- 2–3 средние свеклки
- несколько веточек старого укропа (зонтичного)

Смешиваем в миске соль и сахар. Филе разрезаем на 4 части. Натираем филе смесью соли и сахара и сбрызгиваем водкой. Свеклу натираем на крупной терке.

Складываем слоями: рыбу, веточки старого укропа (если нет старого – стебли молодого), слой свеклы. Так чередуем ингредиенты, получая своеобразный «пирог». Сверху еще раз все промазываем свеклой. Складываем «пирог» в кастрюлю, накрываем тарелкой, сверху ставим банку с водой или любой тяжелый груз. Гравлакс должен выстаиваться в холодильнике 48 часов.

ПОСЛЕ ЭТОГО РЫБУ ОЧИЩАЕМ ОТ ВСЕГО ЛИШНЕГО,
ПРОТИРАЕМ НАСУХО ЧИСТОЙ ТРЯПОЧКОЙ И НАРЕЗАЕМ НА
ТОНКИЕ СЛАЙСЫ.

Подаем на черном хлебе со сливочным маслом, кусочком лимона и каплей хрена или горчицы.

Венесуэльская арепа



Для приготовления этого блюда хорошо бы найти в магазине кукурузные лепешки. Но если их не будет, можно обойтись обычной питой или даже толстым лавашем.

Ингредиенты:

- 1 пита или толстый лаваш
- 1 небольшая луковица
- 100 г стеблевого сельдерея
- 200 г отварного филе курицы
- соль и молотый черный перец
- мякоть 1 авокадо
- растительное масло

Лепешки прогреваем в духовке 5 минут при температуре 200 градусов.

Лук и сельдерей режем соломкой или полукольцами, курицу слегка прогреваем в микроволновке, посыпаем солью и перцем и режем на ломтики, авокадо нарезаем тонкими пластинками.

Лепешки разрезаем пополам, смазываем растительным маслом, выкладываем на них курицу, затем лук с сельдереем, после лепестки авокадо. Арепу закрываем второй лепешкой и подаем к столу.

Заодно рассказываем супругу, что в Венесуэле арепу едят перед всеми остальными блюдами, так как считают, что она возбуждает аппетит и демонстрирует всем, что мужчина – настоящий силач, может съесть сытную арепу, а затем еще и плотно пообедать.

Французский крок-мадам



У этого хрустящего парижского сэндвича довольно пикантная история. Это сейчас его подают практически во всех бистро и кафе Франции, а раньше его готовили исключительно в увеселительных заведениях особого толка. Мадам – хозяйки заведений – считали, что перед тем, как уединиться с выбранной куртизанкой, мужчина должен плотно поесть. Тогда он будет расслабленным и чуть-чуть сонным, настроение его улучшится, а уровень притязаний снизится. Кроме того, в сэндвичи целенаправленно добавлялся зеленый лук, а воспитанные месье, отведавшие лука, не спешили с поцелуями к девушкам.

Все это не более чем забавная история, но крок-мадам, действительно, вкусный перекус.

Ингредиенты:

- 4 ломтика белого хлеба для тостов
- немного сливочного масла
- 4 ломтика твердого сыра
- 2 ломтика ветчины
- 2 яйца
- соль
- пара ложек нарезанного зеленого лука

Хлеб смазываем маслом, кладем на него ломтик сыра, затем ломтик ветчины, еще один ломтик сыра и накрываем сверху еще одним ломтиком хлеба, смазанным маслом.

Сэндвич придавливаем и отправляем в разогретую до 200 градусов духовку на 7 минут. Переворачиваем, печем еще 4 минуты.

На сливочном масле поджариваем две глазуньи. Выкладываем их поверх наших сэндвичей, солим и посыпаем зеленым луком. Хрустящий, вкусный и сытный бутерброд готов!

Голландский сэндвич



В Нидерландах на улицах в киосках повсеместно продают очень-очень вкусную селедку – жирненькую, мягкую, малосольную. Голландцы ее едят просто без всяких добавок, даже без хлеба, взяв очищенное филе за оставленный на нем хвостик. А для туристов придумали удобные сэндвичи: филе сельди на продолговатой булочке, с добавлением лука или маринованного огурца, и все.

Просто, незамысловато, но очень оригинально и вкусно.

Обязательно угостите мужа. И не поленитесь найти в супермаркете именно голландскую булочку (она так и называется), похожую на наши стандартные круглые для гамбургеров, но продолговатые по форме. В таких еще готовят хот-доги.

Ингредиенты:

- 2 небольшие продолговатые булочки для сэндвичей, желательно с хрустящей корочкой и очень мягкой, воздушной серединкой
- 4 небольших филе сельди с бочков, подходящих по размерам к булочкам
- 1/4 небольшой красной или белой луковицы
- 2 небольших маринованных огурчика

Булку надрезаем вдоль, но не до конца, чтобы раскрывалась как книжка. На каждую «страницу» кладем по ломтику филе сельди, посыпаем их мелко нарезанным луком, а между ломтиками селедки прокладываем несколько кружочков маринованного огурца. Захлопываем «страницы» и едим с огромным удовольствием!

Вьетнамский бань-ми



Этот популярный во Вьетнаме сэндвич пришелся по душе жителям и других стран Юго-Восточной Азии. Вашему мужу он тоже наверняка понравится, особенно если вы специально подготовитесь к его приготовлению. Собственно говоря, почему и не устроить как-нибудь вечером посиделки в восточном стиле, тем более когда все нужное для импровизации «неожиданно» окажется у вас под рукой.

Ингредиенты:

- 1 дайкон
- 1/2 стакана уксуса
- 1/4 стакана воды
- 1 столовая ложка сахара

Предварительно вам придется купить в магазине дайкон, нарезать его соломкой, залить в небольшой миске уксусом и водой, смешанными с ложкой сахара, и довести до кипения. После закипания все перекладываем в банку, отправляем в холодильник до нужных времен...

А когда наступит час «икс», мы подготовим следующие

Ингредиенты:

- 3 столовые ложки соевого соуса
- 1 чайная ложка меда
- 400 г куриного филе
- 2 свежих огурчика
- свежая зелень по вкусу
- горсть нарезанного зеленого лука
- растительное масло для жарки
- 2 столовые ложки майонеза
- 2 столовые ложки соуса чили
- 1 багет

Соевый соус смешаем с медом и положим в смесь нарезанное брусочками куриное филе. Мариноваться оно будет примерно 30 минут.

Огурцы нарежем соломкой, зелень и лук измельчим. Из холодильника достанем пару столовых ложек маринованного дайкона и слегка ополоснем его под проточной водой. Смешаем овощи и зелень.

На сильном огне обжарим (на любом масле) освобожденную от маринада курицу. Как только курица подрумянится, выключим огонь, смешаем майонез и соус чили и начнем формировать сэндвичи.

Для них лучше всего подойдет багет. Он режется на симпатичные кругляши и слегка подогревается в микроволновке. Каждый кусочек смазывается соусом, накрывается курицей и украшается смесью овощей и зелени. Сэндвичей получается много: очень нарядных и очень вкусных!

Американский домашний сэндвич «Грязнуля Джо»



Американские мужчины их обожают (наверное, им нравится, что, поедая эти сэндвичи, можно перемазаться, но совершенно не стыдиться этого, ибо так принято). «Грязнуля Джо» (Слоппи Джо) представляет собой круглую булочку с густым мясным соусом внутри. Соус получается очень вкусный, насыщенный, ароматный. Он не расходуется на сэндвичи весь, поэтому на следующий день с ним можно подать спагетти.

Ингредиенты:

- 1 столовая ложка растительного масла
- 500–600 г говяжьего фарша (из сырой или отварной говядины)
- 1/4 стакана сахара (лучше коричневого)
- 1/2 чайной ложки соли
- по 1/4 чайной ложки молотых черного перца, паприки и кориандра
- 1 средняя луковица
- 2 зубчика чеснока
- 1 небольшой красный сладкий перец
- 1 столовая ложка красного винного или яблочного уксуса
- 1 столовая ложка вустерского соуса (можно и без него)
- 2 столовые ложки томатной пасты
- 1 банка (400 г) томатного соуса (отлично подходит «Краснодарский» или «Хренодер», в крайнем случае можно заменить соус полутора стаканами томатного сока)
- круглые булочки для гамбургеров (с кунжутом или без)

Подготавливаем фронт работ. Фарш обжариваем на растительном масле на сковороде на среднем огне (обжариваем и сырой, и вареный). Сырой фарш разбиваем периодически лопаткой, чтобы не было комков. В сахар высыпаем соль и все приправы. Высыпаем эту смесь на сковородку с фаршем и жарим еще минуты две-три.

Лук, чеснок и сладкий перец режем мелкими кубиками. Отправляем и их на сковороду и жарим еще минут семь, часто помешивая.

Вливаем в фарш уксус, вустерский соус и кладем томатную пасту. Жарим, помешивая интенсивно, минутку и вливаем томатный соус. Уменьшаем огонь до минимума, тушим соус под крышкой минут 10, до уваривания. Но проверять и помешивать не забываем. Соус готов, когда он стал густым, как вязкая каша.

Булочки разрезаем пополам и разогреваем любым удобным способом (на сковороде, в духовке, на гриле). Накладываем на одну половинку ароматный соус и прищлепываем макушкой булки.

Едим с наслаждением, пачкаемся, но не жалеем об этом, ибо очень вкусно.

Оставшийся соус утром добавляем в свежесваренные макароны и получаем удовольствие во второй раз!

Канадский сэндвич «Монреаль»



Если ваш мужчина меломан, то обязательно угостите его этим сэндвичем, ибо, по легенде, он был специально придуман для гастролей в Канаде группы Rolling Stones и так полюбился музыкантам, что прочно обосновался в их рейдере, вне зависимости от того, в какую страну мира они отправлялись с концертами.

Полюбили сэндвич и канадцы. Теперь почти в каждом кафе Монреаля вам обязательно предложат одноименное угощение. Тем более что это уже не просто перекус, а полноценное и очень вкусное блюдо, которое совершенно заслуженно вызвало восторг у легендарной музыкальной группы.

Только запаситесь терпением, продуктами и специями.

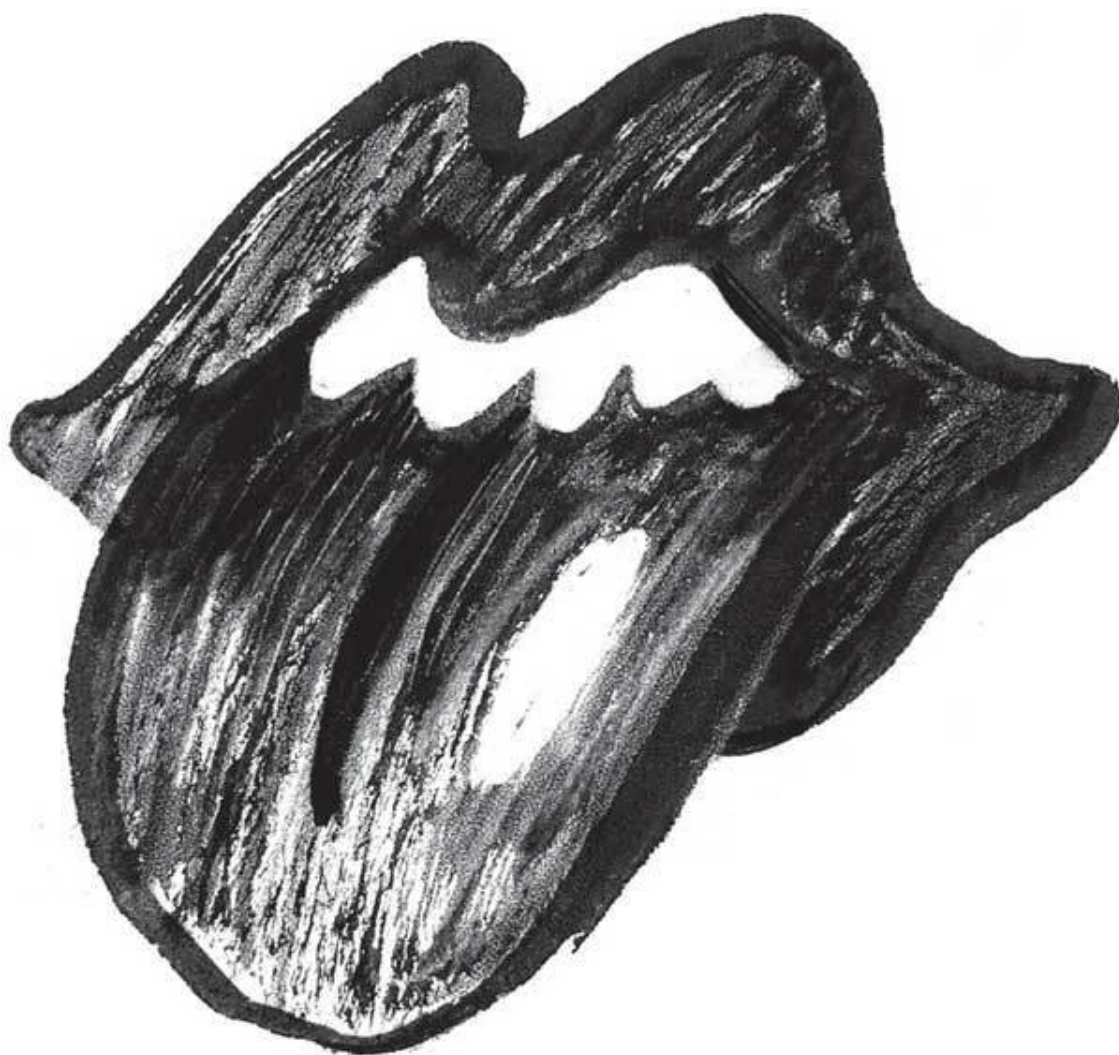
Ингредиенты:

- по 2 чайные ложки молотых черного перца, тмина, семян горчицы,
- кориандра, укропа, семян сельдерея, красной сладкой паприки
- по 1 1/2 столовые ложки сахара и соли
- 4 зубчика чеснока, пропущенного через пресс
- 900 г говяжьего филе
- 4 ломтика копченого бекона
- 1 стакан красного вина
- 8 ломтиков черного ржаного хлеба
- 1 столовая ложка горчицы
- 1 свежий огурец

Все специи прогреваем на сухой сковороде до появления яркого запаха, смешиваем их с солью, сахаром и чесноком и натираем смесью кусок говядины. Мясо заворачиваем в пленку и отправляем на ночь в холодильник.

Утром режем говядину на 8 порционных кусков, выкладываем в сотейник, накрываем беконом, заливаем вином и отправляем в духовку, где томим при 120 градусах примерно 3 часа, прикрыв сотейник фольгой. Через указанное время вынимаем сотейник из печи, даем мясу немного остыть.

Смазываем ржаной хлеб горчицей, кладем на него кружочки свежего огурца, а сверху кусок нежного мяса и кусочек бекона. Получаем неземное удовольствие!



Еврейский бубличный сэндвич с лососем или семгой



Этот сэндвич, как и американский бублик бейгл, говорят, изобрели нью-йоркские евреи. Он очень похож на классический русский бублик по вкусу, только у него совсем маленькая дырка. В России бейгл не найти, поэтому будем готовить на бублике – вкус получится один в один! Сэндвич, который мы сейчас с вами приготовим, в 2016 году стал самым популярным сэндвичем Нью-Йорка и третьим по популярности во всей Америке.

Ингредиенты:

2 бублика

100 г мягкого сыра «Филадельфия» (или аналогичного)

пара столовых ложек мелко нарезанного зеленого лука

4 ломтика лосося или семги (можно брать как малосольную, так и подкопченную рыбку)

Бублик разрезаем на два диска, каждый из них обжариваем (подсушиваем) плоской стороной на сухой сковороде.

Сыр смешиваем с зеленым луком, лосось нарезаем тонкими ломтиками. Смазываем сырной смесью половинку бублика, выкладываем на нее рыбку и приклепываем второй половинкой. Ее можно также смазать соусом или оставить сухой – по желанию.

Сладковатый вкус сдобного бублика, кислинка сыра и солоноватость рыбы придают сэндвичу очень пикантный вкус. Сэндвич традиционно запивают или колой (если это перекус в офисе), или горячим сладким черным чаем с лимоном (если готовят его дома или заказывают в кафе).

Турецкий донер-кебаб



**ВАШ МУЖ ОБОЖАЕТ ШАУРМУ?
НЕ УДИВИТЕЛЬНО!
ЭТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ВКУСНОЕ И СЫТНОЕ БЛЮДО.**

Но если вы хотите отучить супруга покупать шаурму неизвестно где, приучите его к домашнему угощению, тем более что готовить вы будете не лайт-версию, а знаменитый турецкий донер-кебаб, который и стал прообразом уличного фастфуда, покоров и Европу, и Россию.

Ингредиенты:

немного сливочного масла
500 г филе куриных грудок
1 луковица
пара щепоток смеси восточных трав и специй (можно взять смесь для плова, для кебаба, хмели-сунели или на ваш выбор)
соль по вкусу
4 столовые ложки томатной пасты
1 чайная ложка сахара
4 зубчика чеснока
6 столовых ложек воды
2 огурца
2 свежих помидора
горсть нашинкованной белокочанной капусты
2 питы или 2 лаваша
3 столовые ложки натурального йогурта или сметаны

Готовить будем параллельно на двух сковородах. Кладем на каждую по кусочку сливочного масла. На одной сковороде обжариваем нарезанную соломкой курицу, а после того, как мясо побелеет, продолжаем обжаривать его с нарезанным мелко луком и специями до готовности. Солим в самом конце.

На второй сковороде обжариваем томатную пасту с сахаром, толченым чесноком и небольшим количеством соли, а когда она станет пахнуть ярко и сильно, дотушиваем ее с водой еще минут пять.

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.