

КУЛИНАРНАЯ КНИГА

12+

# ***Царица Картошечка***

**ОЧЕНЬ ВКУСНО**



**МАРГАРИТА КОЛЕСОВА**

# Маргарита Николаевна Колесова

## Царица картошечка

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=57388613](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=57388613)*

*SelfPub; 2020*

*ISBN 978-5-532-04484-5*

### Аннотация

Книга знакомит с множеством способов приготовления лёгких, быстрых и вкусных блюд, где картошку варят, жарят, запекают, готовят целиком и дольками. Всегда получаются вкусные и полезные блюда. Хозяйке на заметку и в будни, и в праздники. Здесь вы найдёте некоторые хитрости кулинарного мастерства в приготовлении картофельных блюд, которыми будут восхищаться ваши родные и гости. Все блюда приготовлены и апробированы.

# Содержание

О картофеле	4
Айнтопф с мясом	5
Баранина с овощами	6
Вареники с картофелем	8
Гуляш	10
Запеканка по-французски с рыбой (брандада)	12
Запеканка по французски с ветчиной	14
Запечённое картофельное пюре с сыром	16
Запечённые картофельные дольки	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

# О картофеле

Картофель – самый популярный овощ во всём мире. В нём содержатся витамины А, В, С, Е, К и РР; фолиевая кислота, ниацин, пищевые волокна. Также богат минералами: калий, кальций марганец, магний, медь, фосфор и др., имеются йод, цинк. Помимо воды, белка и углеводов, картошечка богата пектинами и клетчаткой.

Царица овощей нормализует давление, снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний, стимулирует мозговую деятельность избавляет от проблем с пищеварением, защищает иммунную систему, снижает холестерин в крови и помогает справиться со стрессом. Его рекомендуют употреблять людям, страдающим диабетом. Картофель предотвращает болезни почек. Вопреки распространённому мнению, корнеплод не очень калориен.

Главное помните! При варке молодой картофель необходимо опускать в кипящую воду, а старый, наоборот, в холодную. Варить следует на медленном огне!

# Айнтопф с мясом

## Понадобится:

Мясо – 400гр;

Морковь – 3шт;

Корень сельдерея – 120гр;

Картофель – 500гр;

Зелёная фасоль – 300гр;

Лук зелёный – 1 пучок;

Бульон (вода) – 1,5 стакана;

Растительное (сливочное) масло по вкусу;

Зелень (любая) по вкусу;

Соль по вкусу.

## Приготовление:

1. Горшочки смазать маслом. Мясо отварить и нарезать на небольшие кусочки. Овощи нарезать кубиками. Зелень мелко нарезать.

2. Мясо заложить в горшочки. Сверху заложить овощи и посыпать зеленью, посолить. Залить горячим бульоном (водой). Если в процессе готовки в горшочках останется мало воды, то можно долить. Готовить 40-45 минут.

# Баранина с овощами

## Понадобится:

Баранина (мякоть) – 500гр;

Картофель – 250-300гр;

Горошек зелёный (консервированный) – 120гр;

Морковь – 1шт;

Лук репчатый – 1шт;

Лук-порей – 1 стебель;

Вода – 300мл;

Чеснок – 1 зубчик;

Томатная паста – 1 ст. ложка;

Масло растительное – 4 ст. ложки;

Зелень по вкусу;

Перец по вкусу;

Соль по вкусу.

## Приготовление:

1. Картофель и мясо нарезать кубиками. Сначала обжарить в растительном масле картофель, выложить, затем обжарить мясо.

2. Морковь мелко нарезать. Репчатый лук и лук-порей мелко порубить и обжарить в масле. Сюда добавить морковь и всё вместе ещё раз обжарить.

3. Баранину залить водой, добавить томатную пасту. Тушить 20 минут. Добавить обжаренные овощи и тушить ещё

15 минут.

4. За 10 минут до готовности добавить горошек.

5. За 5 минут до выключения блюда посолить, поперчить и добавить мелко нарезанный чеснок. Перед подачей посыпать рубленой зеленью.

# Вареники с картофелем

## Понадобится:

Тесто:

Мука – 400-420гр;

Яйцо – 1шт;

Масло растительное – 1 ст. ложка;

Соль – 0,5 ч. ложки;

Начинка:

Картофель – 500-600гр;

Лук репчатый – 1шт;

Масло растительное – 2 ст. ложки;

Кипяток – 200мл;

Перец по вкусу;

Соль по вкусу.

## Приготовление:

1. Картофель очистить, порезать пополам. Варить в подсоленной воде до готовности. Приготовить пюре.

2. Лук нарезать и обжарить на растительном масле. Лук вместе с маслом в котором он жарился, добавить в картофельное пюре. Добавить немного чёрного перца и посолить. Всё перемешать.

3. Отдельно к яйцу добавить соль и растительное масло. Перемешать. Добавить сюда муку 150гр и перемешать до образования крошки. Влить 200мл кипятка и перемешать.



4. Всыпать постепенно оставшуюся муку и замесить эластичное тесто. При необходимости можно добавить ещё до 30гр муки и снова вымесить.

5. Тесто положить в миску, накрыть пищевой плёнкой и оставить на 30 минут.

6. Тесто раскатать в пласт толщиной 3-4 мм. Вырезать кружки, на середину кружочков выложить начинку и сформировать вареники.

7. В кипящую подсоленную воду добавить лавровый лист (по вкусу) и вареники. Варить, помешивая 5 минут после всплытия.

# Гуляш

## **Понадобится:**

Говядина – 600-800гр;

Картофель – 1,5-2кг;

Морковь – 2-3шт;

Лук репчатый – 2-3шт;

Болгарский перец – 1шт;

Помидор – 1шт;

Зелень по вкусу;

Растительное масло по вкусу;

Перец по вкусу;

Лавровый лист – 2-3 листочка;

Соль по вкусу.

## **Приготовление:**

1. Готовить в глубокой сковороде, сотейнике или казане.

2. Лук нарезать и обжарить. Выложить.

3. В это масло положить нарезанные кусочки мяса, посолить и обжарить. Добавить лук, продолжая обжаривать ещё 2-3 минуты.

4. Добавить воду. Тушить 1 час.

5. Нарезать перец, морковь и помидор. Массу добавить к мясу. Перемешать и ещё готовить 15 минут.

6. Нарезать картофель и всё соединить. Налить горячую воду так, чтобы уровень воды был ниже уровня картофеля.

Продолжать тушить до готовности картофеля.

7. За 2-3 минуты до выключения добавить лавровые листочки.

# Запеканка по-французски с рыбой (брандада)

## Понадобится:

Картофель – 4 шт.;  
Треска филе – 400 гр;  
Сливки 20% -50 мл;  
Сливки 35% – 300 мл;  
Масло оливковое – 4 ст. ложки;  
Чеснок – 3 зубчика;  
Лавровый лист -1 шт.;  
Лимонный сок – по вкусу;  
Чёрный перец по вкусу;  
Соль по вкусу.

## Приготовление:

1. Картофель отварить в подсоленной воде. Воду слить. Картофель растолочь.
2. Треску залить 800 мл холодной воды и поставить на огонь. Довести до кипения, добавить лавровый лист и варить 7-8 минут. Бульон слить, лавровый лист удалить.
3. Треску размять, добавить сливки и оливковое масло (3 ст.ложки), вернуть на огонь. Постоянно помешивать. Готовить ещё 1-2 минуты.
4. Чеснок очистить. 1 зубчик отложить, а 2 зубчика мелко

нарезать и добавить к картофелю. Туда же положить треску со сливками. Приправить солью, перцем, лимонным соком. Хорошо перемешать.

5. Форму для запекания натереть оставшимся зубчиком чеснока и смазать оливковым маслом.

6. Выложить в формочку картофельную смесь. Поставить в духовку на 15 минут.

# **Запеканка по французски с ветчиной**

## **Понадобится:**

Картофель – 350-400гр;

Ветчина – 100гр;

Сливки – 100мл;

Масло сливочное – 50гр;

Сыр – 30-40гр;

Розмарин по вкусу;

Мускатный орех – 1 щепотка;

Перец по вкусу;

Соль по вкусу.

## **Приготовление:**

1. Ветчину нарезать кубиками.

2. Картофель нарезать тонкими ломтиками.

3. Сливки смешать с солью и перцем.

4. Сыр натереть.

5. Форму для запекания смазать частью сливочного масла. Выложить слоями: картофель, сыр, ветчину, приправляя мускатным орехом и розмарином.

6. Залить сливками, сверху положить кусочки оставшегося сливочного масла. Накрыть фольгой.

7. Запекать 35 минут. Снять фольгу и продолжить запе-

кать ещё 10 минут.

# Запечённое картофельное пюре с сыром

## Понадобится:

Картофель – 700-800гр;

Яйца – 3шт;

Сыр (твёрдый) – 150-200гр;

Сливочное масло – 2-4 ст. ложки;

Растительное масло (для обжаривания);

Чёрный перец по вкусу;

Соль по вкусу.

## Приготовление:

1. Сыр натереть, либо нарезать мелкими кубиками.

2. Лук нарезать на мелкие кубики и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.

3. Картофель вымыть, очистить и отварить в подсоленной воде. Сделать из него пюре.

4. Яйца взбить. Добавить в пюре половину нормы сливочного масла, лук, сыр и яйца. Посолить, поперчить и всё хорошенько перемешать, либо взбить.

5. Выложить пюре в промазанные оставшемся сливочным маслом горшочки. Выпекать 25-35 минут.

6. Подавать с зеленью и свежими овощами.



# Запечённые картофельные дольки

## Понадобится:

Картофель – 6-7 шт;

Масло оливковое рафинированное – 90-110 мл;

Приправа «Прованские травы» или любые сушёные – 0,5 ч. ложки;

Приправа хмели-сунели – 0,5 ч. ложки;

## Приготовление:

1. Картофель вымыть щёткой, нарезать на 4-6 долек. На противень положить пергаментную бумагу.

2. В миске смешать масло с приправами. Смазать этой смесью картофельные дольки. Уложить на противень. Запекать 30-40 минут до золотистого цвета и мягкости картофеля.

# 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.