



Эдуард Алькаев

Холодные блюда и закуски

«Центрполиграф»

Алькаев Э. Н.

Холодные блюда и закуски / Э. Н. Алькаев — «Центрполиграф»,

В книге собрана богатейшая коллекция рецептов вкусных и полезных холодных закусок – от салатов до бутербродов – на любой вкус.

Воспользовавшись подробными рекомендациями автора, каждый сможет приготовить мясные, рыбные, грибные и овощные закуски, соусы к холодным блюдам на каждый день и к торжественному случаю.

Содержание

Вступление	5
Мясные закуски	7
Рыбные закуски	14
Грибные закуски	21
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Эдуард Алькаев

Холодные блюда и закуски

Вступление

Основное назначение *холодных блюд и закусок* — острых заправок, копченых, соленых, маринованных рыбных и мясных изделий, квашеных и маринованных овощей, соленых грибов, всевозможных салатов – стимулировать появление аппетита у человека, приступившего к трапезе.

Холодный стол (или закусочный) включает в себя блюда, разнообразные по составу продуктов (сырые и прошедшие различные виды обработки) и способам приготовления (холодная и тепловая обработка), которых объединяет одно: они подаются только в холодном виде. Кроме того, холодный стол полностью исключает супы, в том числе и холодные.

Блюда холодного стола делятся на два крупных раздела: готовые изделия (копченые, соленые, квашеные, маринованные), прошедшие специфические формы обработки и подающиеся в их естественном, не смешанном с другими продуктами виде (в том числе сырые, даже не разделанные, просто обмытые) и холодные блюда, т. е. блюда, приготовленные в результате обычной холодной или тепловой обработки (отваривание, тушение) и сложной длительной обработки (обжиг, варка, копчение), иногда комбинированной, но специально охлажденные.

К самым известным холодным блюдам и закускам относятся салаты (овощные, грибные, рыбные, мясные и фруктовые), овощные блюда (фаршированные и заливные), мясные блюда (колбасы, ветчины, консервы, студни, заливное мясо и др.), рыбные блюда (копченая рыба, консервы, черная и красная икра, сельдь, студень, заливная рыба, фаршированная рыба и др.), яичные блюда, паштеты, бутерброды.

Обязательные компоненты холодного стола – хлеб, отдельно либо в составе бутербродов, соусы и приправы, пряности. Поскольку особенностью холодного стола является наличие острых пикантных блюд, соусам и приправам следует уделять особое внимание. Основная цель применения приправ – улучшить вкусовые качества блюда и даже по возможности повысить его питательную ценность. Некоторые специи и приправы, помимо этого, еще и существенно витаминизируют блюда: например, зелень укропа, петрушки, томат и сельдерей. Поскольку вкусы и привычки людей во многом различны, приправы нужно стараться подбирать правильно, добавляя их в ограниченном количестве и в случае необходимости корректируя вкус блюда дополнительной порцией соли, пряностей и зелени уже на столе.

Шведский холодный стол («сморгосбурдет») предусматривает в числе продуктов холодного стола сметану и отварной горячий картофель, а также молоко. Вообще данный стол завоевал в последнее время большую популярность. Он особенно целесообразен там, где нет места для стола нужной величины. Кроме того, гости могут несколько раз за вечер наполнять свои тарелки. Это стол самообслуживания. Едят за таким столом стоя или сидя поодаль.

На столе, покрытом праздничной скатертью, находятся холодные блюда и закуски. Нарезанные булка или хлеб ставятся на стол покрытыми белоснежной салфеткой. На столе должны быть соль, перец и горчица. Все, что легко резать и мазать на бутерброд, – масло, паштет, холодец и др. – можно ставить на стол куском, прилагая к нему нож. Такие напитки, как квас, соки, морс и мед, подают на стол в кувшинах. Чистые тарелки средней величины ставят стопкой, вилки, ложки, ножи располагают в строгий ряд. Рюмки тоже расставляют так, чтобы их было удобнее брать. Стол стараются не перегружать, а по мере необходимости напитки и кушанья приносят дополнительно. Пустые блюда и остальную грязную посуду уносят, чтобы стол

выглядел красивым и убранным весь вечер. В качестве горячего хозяйка может в самом начале предложить чашку бульона.

В русской национальной кухне общепринятому холодному столу соответствует закусочный стол, а холодные блюда называют закусками.

Закуска – это то, с чего, собственно, начинают еду, с чего приступают к еде. Такое значение сформировалось в 18 веке из крестьянского обычая рано вставать и быстро съесть что-нибудь уже готовое, не требующее никакого приготовления. Закуска, таким образом, стала обозначением завтрака. Затем закуска стала постепенно переноситься к обеду и полностью совместилась с обеденной подачей, став блюдом, предшествующим горячим кушаньям и возбуждающим аппетит. Закуски в этом значении могут быть как холодными, так и горячими (например, бутерброды, вареные яйца и т. п.), в составе обеда или же самостоятельным блюдом.

В отличие от известного «шведского» стола русский закусочный стол как самостоятельный не прижился. Основными блюдами русской кухни все-таки являются горячие (что наглядно отражено в известной пословице «Щи да каша – пища наша»). Но на праздничном столе холодным блюдам и закускам опытные хозяйки всегда уделяют особое внимание, так как именно они выгодно украшают любое торжество.

Вот как, например, описывает русский писатель И. С. Шмелев закусочный стол на именинах своего отца: «Горка уже уставлена, и такое на ней богатство, всего и не перечешь: глаза разбегаются смотреть. И всякие колбасы, и сыры разные, и паюсная и зернистая икра, сардины, кильки, копченые рыбы всякие, и семга красная, и лососинка розовая, и белорыбица, и королевские жирные селетки в узеньких разноцветных «лодочках», посыпанные зеленым лучком с пучком петрушечьей зелени во рту; и сиг аршинный, сливочно-розоватый с коричневыми полосками, с отблесками жира, и хрящи разварные головизны, мягкие, будто кисель янтарный, и всякое заливное, с лимончиками-морковками, в золотистом ледку застывшее; и груды горячих пунцовых раков, и кулебяки, скоромные и постные, – сегодня день постный, пятница, – и всякий, для аппетита, маринадец; и румяные расстегайчики с визигой, и слоеные пирожки горячие, и свежие паровые огурчики, и шинкованная капуста, сине-красная, и почки в мадере, и на угольках-конфорках, и всякие-то грибки в сметане, соленые грузди-рыжики... – всего и не перепробовать».

Не стоит, однако, забывать, что в том месте, где готовится холодная закуска, должна царить строгая чистота, так как большинство операций производится вручную. При подаче закусок особое внимание следует обратить на посуду, которая также должна быть безукоризненно чистой. Это могут быть салатники, овальные блюда, икорницы, вазочки, креманки, фужеры, соусники и т. п.

Температура подачи готовых холодных блюд и закусок 10–12 °С.

Следует также отметить, что холодные блюда не только возбуждают аппетит, но и поставляют в наш организм все необходимые полезные вещества – кроме того, что они калорийны, в них содержится много витаминов и минеральных солей.

Мясные закуски

Мясо – один из основных продуктов нашего питания. Оно содержит много полноценных белков – 14,5—23 %, жира – от 2 до 37 %, минеральных веществ – 0,5–1,3 % (из них наиболее ценные – соли фосфора, кальция, натрия, магния и железа). В мясе имеются витамины А, Д, РР и группы В.

Мясо для холодных блюд готовят так же, как и для горячих: варят, тушат и жарят. В холодном виде можно подавать различные горячие мясные блюда: рулеты, маринованное жаркое, мясо в желе, фаршированную и копченую рыбу. Холодные мясные блюда подают с холодными соусами, салатами. Для холодных мясных закусок используют и готовые гастрономические продукты: ветчину, копченые и вареные колбасы, сервелат, карбонад и т. д.

Телятина заливная

Мякоть телятины отделить от костей. Нарубить кости на куски. Мясо зачистить от пленок, посыпать перцем, посолить, выложить на сковороду крупными кусками вместе с костями, добавить лук, морковь, коренья петрушки. Обваренные кости поместить в посуду, залить водой и варить 1–2 часа, снимая накипь. Затем вынуть кости, а в бульон добавить сочок, полученный от жаренья телятины на сковороде без жира, довести до кипения, помешивая. После этого в бульон добавить заранее замоченный желатин и осветлить его. Для этого следует приготовить оттяжку: взять немного сырого мяса, пропустить его через мясорубку, добавить соль, воду, дать постоять для насыщения минут 45, затем добавить сырые охлажденные белки и тщательно размешать. Нагреть бульон до 65–70 °С, размешать и, уже не мешая, довести бульон до кипения, ослабить огонь и дать постоять около 1 часа. Оттяжка сначала соберется на поверхности в виде сгустков, а затем медленно осядет на дно.

Теперь можно готовое желе процедить через льняную ткань. С такой оттяжкой желе получается прозрачным и очень насыщенным.

В протвешки или салатники налить немного незастывшего желе и поставить в холодильник. После того как желе застынет, на него выложить украшения в виде звездочек, сердечек, солнышек из вареной моркови, веточки свежей петрушки. На них сверху поместить жареную телятину в виде аккуратных прямоугольников и залить оставшимся желе, чтобы оно покрыло мясо полностью, поставить на холод и подождать, пока не застынет. Далее посуду с заливным опустить в горячую воду на 2–3 секунды, накрыть тарелкой и перевернуть. Заливное плавно выйдет из своей формы на тарелку. Рядом с заливным на тарелку уложить гарнир из соленых и вареных овощей, листиков салата и свежей зелени. Отдельно подать соус хрен со сметаной.

Состав: телятина – 500 г, говяжий жир – 25 г, коренья – 100 г, желатин – 25 г, яйца – 3 шт., гарнир – 650 г, соус – 150 г, соль, перец; *для оттяжки:* мясо – 100 г, соль, сырые белки.

Жареная телятина холодная

Обжарить телятину, посолить, поперчить, дать остыть. Порезать крупными ломтиками, выложить на блюдо, по бокам загарнировать мясным остывшим ланспиком (см. ниже).

Состав: мясо телятины – 500 г, растительное масло – 25 г, ланспик – 250 г, соль, перец.

Телятина жареная заливная

Обжарить телятину, дать ей остыть. Сваренную морковь нарезать фигурными кружочками. Форму для заливного облить внутри ланспиком, дать ему застыть и украсить вареными кореньями и зеленым горошком.

Телятину нарезать ломтиками, выложить в форму, залить оставшимся мясным ланспиком и охладить. Перед подачей погрузить форму в горячую воду и выложить заливную телятину на тарелку или блюдо, загарнировать вареными овощами.

Поросенок холодный отварной со сметаной и хреном

Обработанного поросенка сварить. Для этого его перевязать шпагатом, завернуть в пергаментную бумагу, добавить холодной воды, корень петрушки, лук. Варить на слабом огне около часа, добавить соль. Сваренного поросенка оставить в бульоне для охлаждения. Затем вынуть из охлажденного бульона поросенка и разрубить его вдоль на две равные части. Каждую часть разрубить поперек по 1–2 куску на порцию и выложить на большое блюдо в виде целого поросенка с головой.

Вокруг поросенка можно уложить салат из огурцов, помидоров, рубленое мясное желе, маринованную капусту, свежую зелень. Отдельно подать соус хрен со сметаной или просто соус хрен.

Состав: поросенок – 650 г, гарнир – 300 г, мясное желе – 100 г, соус хрен со сметаной – 100 г, корень петрушки, соль.

Поросенок в майонезе

Куски свинины без костей весом до 30 г отварить с кореньями, солью и перцем. Готовое мясо свинины нарезать на мелкие кубики, поместить в кастрюлю, залить бульоном так, чтобы было покрыто только мясо. Добавить уксус и подержать на огне, помешивая, пока не выпарится бульон. Процедить оставшийся бульон через сито, приготовить на нем ланспик с оттяжкой (см. ниже).

Взять форму, на доньшко ее полить ланспик и дать ему застыть. Затем украсить вареными овощами, ломтиком лимона, выложить нарезанное мясо свинины, залить форму полностью ланспиком и поставить в холодильник. Перед подачей форму опустить в горячую воду и выложить мясо на тарелку.

Подать с соусом хрен.

Состав: мясо свинины – 500 г, ланспик – 750 г, соль, уксус, перец, коренья, вареные овощи для украшения, лимон – 50 г, соус хрен.

Зяец холодный

Тушку зайца зачистить, промыть, нашпиговать салом, морковью, натереть солью и обжарить. Подготовленного таким образом зайца поместить в посуду с высокими бортами – гусятницу сотейник и т. п. Добавить туда растопленное масло и жарить, поливая соком, полученным при обжарке. После этого подлить бульон, добавить коренья и тушить. Если зайца готовили целиком, то его нарубить на порции и выложить на блюдо.

На гарнир к холодному зайцу подать соленые огурцы, маринованные фрукты, свежую зелень.

Состав: заяц – 150 г, лук – 10 г, морковь – 25 г, сало – 10 г, гарнир – 150 г, масло, бульон, зелень, соль.

Гусь или утка со сливами и огурцами

Подготовленную тушку гуся или утки обжарить в жире в духовом шкафу, поливая соком, образовавшимся при жарении. Вынуть из духовки, нарубить на порции, выложить в тарелку, украсив огурцами, нарезанными кружочками, маринованными сливами, зеленью.

В качестве гарнира можно добавить моченую бруснику.

Состав: гусь или утка – 1 кг, жир – 100 г, слива – 180 г, огурцы – 150 г, брусника – 120 г, зелень.

Студень

Разнообразные субпродукты тщательно промыть, разрубить, поместить в кастрюлю, залить водой и варить при слабом кипении 6–7 часов, время от времени снимая образовавшуюся на поверхности накипь. Добавить приправу. Когда бульон будет готов, его процедить, мясо отделить от костей, мелко порубить на доске и снова соединить с бульоном. Бульон посолить и кипятить минут 20–25. Далее добавить мелко рубленый чеснок, размешать и уже не кипятить. Готовый холодец разлить в подготовленную посуду и охладить. При варке студня можно добавить подпеченные овощи, которые после удалить.

Отдельно подать соус хрен.

Состав: говяжьи, бараньи, свиные ноги, кожа от свиных туш, губы, копченые рулеты – 250 г, рубец, котлетное мясо – 350 г или говяжьи, бараньи головы – 700 г, морковь, лук, чеснок, лавровый лист, соль, перец, соус хрен.

Студень из свинины с овощами

Мясо положить в холодную воду, довести до кипения. Овощи отварить и нарезать на ровные куски (можно использовать также консервы из соленых овощей). Удалив пену, добавить приправы и варить на слабом огне до полной готовности. Вынув мясо и процедив бульон, добавить к горячему и прозрачному бульону желатин, предварительно замоченный в холодной воде и затем растворенный в горячей. В форму или миску слоями уложить овощи и мясо, поместив в нижний слой красиво нарезанные куски овощей и листики зелени. Залить прозрачным бульоном и поставить застывать в холодное место.

К студню с овощами подходят пряные соусы, майонез и салаты в маринаде.

Состав: свинина (голова, уши, голяшки, ноги) – 1 кг, постная свинина – 200 г, репчатый лук – 1 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки, кусочек сельдерея, соль, перец – 8 горошин, душистый перец – 4 горошины, лавровый лист – 1 шт., вода – 1,5–2 л, желатин (на 0,5 л воды) – 20 г, овощи (морковь, горох, фасоль, цветная капуста) – 600 г, зелень петрушки.

Студень из кабанины

Поместить мясо в холодную воду и довести до кипения. Сняв пену, добавить кислый сок. Варить на слабом огне в течение 3–3,5 часов, затем добавить пряности и нарезанные корни и варить еще 1–1,5 часа. Отделившееся от костей мясо вынуть из кастрюли и нарезать острым ножом на кубики, отвар процедить через ткань или частое сито. Куски мяса вновь положить в

отвар и варить еще 20–30 минут. Студень разлить в формы, на дно которых можно поместить листики петрушки и кружочки моркови, и дать застыть в холодном месте.

К студню подать пряный соус или хрен и картофельный салат или отварной картофель.

Состав: кабанина с костями – 1 кг, вода – 2 л, огуречный рассол или кислое вино – 1/2 стакана, перец – 6 горошин, душистый перец – 5 горошин, лавровый лист, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., петрушка или кусочек сельдерея, соль.

Студень из птицы

Ножки курицы очистить от кожи и ногтей, промыть субпродукты (желудки, шейки, крылья, печень, сердце) и положить все это в кастрюлю с холодной водой, которая должна покрывать продукты на 6–8 см. Довести воду до кипения, снять пену, добавить морковь, репчатый лук, соль, перец, лавровый лист и варить около 2 часов на слабом огне, периодически снимая пену. Когда бульон остынет, вынуть субпродукты, отделить мясо от костей, нарезать ломтиками и выложить в глубокую посуду добавив мелко натертый чеснок, залить бульоном и поставить на холод. Студень украсить зеленью и дольками вареной моркови.

Холодец по-домашнему

Обработанные головы и ножки варить до тех пор, пока мякоть не будет легко отделяться от костей, мясо мелко нарезать, кожу измельчить на мясорубке. Затем добавить бульон и довести до кипения. Опустить в него нарезанные мелкими ромбиками соленые огурцы, предварительно очищенные от кожи и семян, репчатый лук, чеснок, лавровый лист, винный уксус, соль, перец, сахар, проварить. Затем разлить в формы и охладить.

Состав: вареная свиная голова (мякоть) – 200 г, свиные ножки – 200 г, соленые огурцы – 100 г, лук – 40 г, чеснок, винный уксус – 1 ч. ложка, сахар – 1 ч. ложка, лавровый лист, соль, перец.

Заливное из говядины или телятины

Отварную или жареную говядину, телятину нарезать ломтиками, выложить их на маленькие протвешки или в формы, украсить вареными овощами, зеленью, майонезом, вареными яйцами и залить мясным ланспиком.

Приготовление мясного ланспика. Взять на 1 кг ланспика 40 г желатина, замочить его на 30 минут в воде. Как только желатин набухнет, до килограмма долить мясной бульон и поставить на огонь, помешивая. Нагреть до полного растворения желатина. После этого ланспик следует процедить через салфетку в другую посуду.

Если ланспик получился мутным, то следует приготовить оттяжку: сырой яичный белок взбить в миске венчиком, влить 1/2 стакана охлажденного бульона, добавить лимонный сок, перемешать и влить в горячий бульон.

Охладить в холодильнике, при подаче разрезать на порции, подать с соусом хрен.

Состав: вареное мясо – 500 г, мясной ланспик – 750 г, яйца, вареные овощи для украшения, также зелень и майонез, соус хрен; **для ланспика:** мясной бульон, желатин – 40 г; **для оттяжки:** яичный белок, бульон, лимонный сок.

Рулет «Российский»

Обработанную говяжью вырезку отбить до толщины 5 мм, придать заготовке прямоугольную форму. Посолить, поперчить по вкусу, смазать горчицей и уложить на него шпик, нарезанный тонкими ломтиками. Очищенный чеснок измельчить и полученную массу равномерно распределить по поверхности шпика. Затем, подобно шпику, уложить тонкие ломтики ветчины. Вареные, очищенные яйца выложить по длинной стороне прямоугольника друг за другом, предварительно срезав концы их для плотной стыковки.

Теперь аккуратно завернуть яйца в мясо и перевязать шпагатом колбасной вязкой. Этот полуфабрикат обжарить на сковороде до образования светло-коричневой корочки, после чего положить в кастрюлю, залить мясным бульоном или водой до 3/4 его высоты и тушить с добавлением по вкусу соли, перца-горошка, лаврового листа до готовности.

Рулет вынуть из бульона, остудить, положить на него пресс и поместить в холодильник на 3 часа.

Перед подачей нарезать на кружочки, выложить веером на тарелку, украсить вареными овощами, зеленью.

Состав: говяжья вырезка – 800 г, шпик – 500 г, ветчина – 400 г, яйца – 4 шт., горчица, чеснок, соль, перец, лавровый лист, сливочное масло – 60 г, зелень, вареные овощи для украшения.

Колбаса для дома

Свинину без костей нарезать на кусочки по 12–15 г, добавить соль, молотый перец, рубленый чеснок, хорошо вымешать и набить плотно в кишки, после чего перевязать в нескольких местах веревочкой или шпагатом. Вес одной колбаски не должен превышать 1,5 кг. Подготовленную колбаску положить на сковородку, поставить в горячий жарочный шкаф и обжаривать в течение 3 часов, поливая соком, который выделяется при обжарке.

Такую колбасу можно подавать на стол и в горячем и в холодном виде.

Состав: свиные кишки – 100 г, свинина – 800 г, чеснок – 10 г, соль, перец.

Галантин из курицы

Разрезав хорошо обработанную тушку курицы острым ножом вдоль спинки от шейки до конца туловища, вынуть из нее кости. Мясо с кожей натереть солью, черным перцем и полить коньяком.

Приготовить фарш из провернутой через мясорубку телятины и свинины. Фарш посолить, поперчить, добавить вино, мускатный орех, трюфели и куриную печень, нарезанную мелкими кубиками. Для улучшения вкуса и вида галантина, можно добавить в фарш вареный язык, соленый шпик, нарезанные брусочками.

Весь фарш перемешать и уложить на кожу курицы в виде толстой колбаски. Шпик и вареный язык разместить в фарше симметрично, после чего кожу подвернуть и зашить нитками, чтобы получилась целостная тушка курицы. Затем ее следует завернуть в салфетку или марлю, концы которой связать, чтобы ткань плотно облегла галантин. Положить тушку в кастрюлю, залить мясным бульоном, разбавленным водой. Варить 1 час. После чего кастрюлю снять с огня и дать галантину остыть в бульоне, вынуть галантин из кастрюли, развернуть салфетку, выжать ее и опять завернуть в нее фаршированную курицу. Готовый галантин положить под легкий пресс.

После того как из галантина выйдет лишняя влага, нитки вынуть, нарезать галантин полусантиметровыми ломтиками.

При подаче ломтики уложить на блюдо, заглазировав их ланспиком.

Украсить и гарнировать можно фигурно нарезанным ланспиком, свежими и консервированными фруктами.

Таким же образом галантин готовят из утки, гуся, индейки.

Состав: курица – 1 шт., коньяк – 30 г, соль, перец, мускатный орех, телятина – 200 г, свинина – 400 г, трюфели – 40 г, благородное вино – 40 г, шпик – 90 г, говяжий язык – 140 г, ланспик, бульон.

Сыр из кур или дичи

С вареной или жареной курицы снять мякоть. Провернуть ее через мясорубку 2–3 раза. Соединить с тертым сыром и сливочным маслом. Тщательно перемешать, добавить мадеру мускатный орех, фюме (концентрированный мясной бульон), еще раз хорошенько перемешать. Подготовленный таким образом сыр разлить в формы или в протвешки и дать ему застыть.

При подаче сыр выложить на блюдо и гарнировать ланспиком, вареными овощами.

Состав: курица – 1 шт., сливочное масло – 200 г, твердый сыр – 150 г, мадера – 100 г, мускатный орех, соль, перец, ланспик – 700 г, фюме, вареные овощи.

Язык отварной

Говяжий язык промыть в проточной воде и отварить, добавить в бульон морковь, а за 10 минут до окончания варки – 4 зубчика чеснока, лавровый лист, перец горошком. Сваренный язык опустить затем на несколько минут в холодную воду, чтобы кожа языка хорошо снималась. Очищенный язык натереть чесноком и перцем, сделать на нем продольные надрезы, в которые вставить зубчики чеснока. Затем нарезать язык тонкими ломтиками, разложить на тарелке веером и украсить зеленью.

Печенка рубленая

Очищенные и мытые морковь и репчатый лук нарезать кубиками и слегка обжарить со шпиком, тоже нарезанным кубиками. В эту сковороду поместить печень, нарезанную кусочками, посолить, поперчить и обжарить. Потом добавить немного воды, закрыть крышкой и тушить до готовности. Готовую печень с овощами охладить и пропустить через мясорубку с мелкой решеткой 2–3 раза. Далее в пропущенную массу добавить размягченное сливочное масло или сливки. Готовую массу тщательно вымешать, чтобы она получилась пышная и воздушная.

Выложить горкой на тарелку, нанести рельеф столовой ложкой, смоченной в воде, посыпать рубленным яйцом и украсить зеленью.

Состав: печень – 400 г, шпик – 100 г, лук – 40 г, морковь – 40 г, яйцо – 2 шт., сливки – 20 г или сливочное масло – 60 г, зелень, соль, перец.

Говяжьи рубцы отварные

Сырые рубцы тщательно зачистить, промыть и замочить в холодной воде на 3 часа, время от времени меняя ее. Затем рубцы поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить при слабом кипении 3 часа. Потом готовый рубец охладить, посыпать перцем, натереть чесно-

ком, свернуть рулетом, перевязать шпагатом и варить еще 1–2 часа. Охладить в бульоне, затем вынуть и поместить под пресс.

Рубец в горчичной заправке

Вареный рубец нарезать тонкой соломкой. Добавить репчатый лук, нарезанный полукольцами. Выложить горкой в салатник и полить горчичной заправкой, украсить зеленью.

Состав: вареный рубец – 600 г, репчатый лук – 100 г, горчичная заправка – 150 г, зелень.

Рубец с соусом хрен

Вареный рубец нарезать на тонкие кружочки, выложить на тарелку, рядом поместить гарнир из соленых или квашеных овощей. Соус хрен подать отдельно, украсить зеленью.

Состав: вареный рубец – 600 г, гарнир – 500 г, соус – 150 г, зелень.

Рыбные закуски

Рыба превосходит мясо по легкости и усвояемости организмом.

Морская рыба богата минеральными веществами – фосфором, натрием, калием, кальцием, а также микроэлементами – йодом, медью, кобальтом, мышьяком, цинком, марганцем, свинцом. Благодаря присутствию большого количества йода рыбу причисляют к диетическим продуктам.

Очищают ее разными способами в зависимости от вида и строения, а также от вида приготавливаемого блюда. Счищают чешую ножом или теркой, обрубают хвост и боковые плавники, спинные и нижние плавники подрезают с обеих сторон, захватывают ножом и большим пальцем и вырывают. Затем подрезают и удаляют жабры, и уже в последнюю очередь подрезают брюшко и очищают от внутренностей. Чтобы получить чистое филе, неочищенную рыбу потрошат, промывают, срезают оба филе с позвоночника, затем срезают реберные кости и кожу.

Для приготовления рыбных блюд используют свежую, копченую и соленую рыбу, а также консервы. Самыми популярными закусками из рыбы являются соленая сельдь с репчатым луком, рыба в маринаде и заливная рыба.

Рыба под майонезом по-сибирски

Чистое филе трески, омуля, жереха припустить в воде с солью, перцем, лавровым листом. Затем охладить и нарезать на порционные куски. Овощи на гарнир нарезать мелкими кубиками.

Небольшое количество овощей заправить майонезом с ланспиком и выложить на блюдо в середину. Сверху выложить готовые куски рыбы, а по кругу – оставшийся гарнир. Рыбу полить майонезом, а гарнир – маслом.

Приготовление ланспика. Взять на 1 кг ланспика 40 г желатина, замочить его на 30 минут в воде. Соотношение желатина и воды должно быть 1:8. Как только желатин набухнет, до килограмма долить рыбный бульон и поставить на огонь, помешивая. Нагреть до полного растворения желатина. После этого ланспик следует процедить через салфетку в другую посуду.

Состав: рыба – 500 г, майонез с ланспиком – 150 г, морковь – 100 г, картофель – 100 г, соленые огурцы – 100 г, зелень, специи.

Жареная рыба под маринадом

Рыбу (треска, окунь морской, зубатка, скумбрия) разделать на филе с кожей и костями. Подготовленные куски рыбы посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить на растительном масле до готовности. Оставить рыбу для остывания. Тем временем приготовить маринад: морковь шинковать тонкой соломкой, репчатый лук – полукольцами. Все это обжарить на растительном масле. За 7 минут до окончания обжаривания добавить томат, потом влить рыбный бульон, уксус, положить черный перец горошком, корицу, гвоздику и потушить 15–20 минут. За 3 минуты до окончания тушения добавить соль и сахарный песок. Готовую обжаренную рыбу поместить в салатник, залить маринадом так, чтобы поверхность была полностью закрыта.

Оформить зеленью петрушки, укропа, зеленым луком. Это блюдо может украсить любой праздничный стол.

Состав: рыба – 500 г, мука – 25 г, растительное масло – 25 г, морковь – 250 г, лук – 100 г, томат – 100 г, растительное масло – 50 г, рыбный бульон – 120 г, 3 %-й уксус – 150 г, специи, зелень.

Рыба заливная

Чистое филе рыбы без костей отварить и нарезать на порции. Подготовленную рыбу уложить на противень, сверху ее украсить зеленью, лимоном, вареной морковью, закрепить частью охлажденного желе и дать остыть. Когда рыба застыла, а украшения закрепились, рыбу залить оставшимся желе. Полностью застывшую рыбу вырезать вместе с желе и подать на блюде с овощным гарниром или без. Рыбу можно залить в форме или в самом блюде. Отдельно подать соус хрен.

Приготовление рыбного желе. После обработки рыбы кожу, кости и чешую тщательно промыть, залить холодной водой, довести до кипения, добавить морковь, лук, коренья петрушки, другие приправы и варить 1,5–2 часа. Готовый бульон процедить. Далее ввести желатин (предварительно замоченный в воде), размешать до полного растворения, добавив соль, перец и лавровый лист.

Для осветления бульона приготовить оттяжку: яичные белки перемешать с холодным бульоном в пропорции 1:5, влить в горячий, но не кипящий бульон и довести до кипения. Затем кастрюлю с бульоном убрать с огня, дать отстояться 20–25 минут и процедить бульон через льняную ткань.

Состав: белуга – 280 г, осетрина – 250 г, севрюга – 265 г, свежая кета – 220 г, лосось – 215 г, форель – 215 г, сиг – 235 г, судак – 255 г, сазан – 250 г, сом – 270 г, карп – 250 г, щука – 250 г, лимон, зелень, морковь, готовое желе – 150 г, соус хрен – 50 г; для желе: рыбные отходы – 2 кг, желатин – 40 г, морковь – 25 г, лук – 25 г, петрушка – 15 г, сельдерей – 15 г, 9 %-й уксус – 15 г, яйцо (белок), лавровый лист, душистый перец, гвоздика, корица, соль.

Заливное из морского окуня по-флотски

Чистое филе морского окуня нарезать аккуратными кусочками и поставить на 20 минут в холодильник. Потом поместить рыбу в кастрюлю, добавить ломтики моркови, репчатый лук, лавровый лист, перец, соль. Залить водой и поставить на огонь. Варить в течение 20 минут. Сваренные и остывшие кусочки окуня уложить на блюдо, украсить кружочками вареного яйца, фигурками из моркови и зеленью петрушки и залить кусочки окуня ланспиком.

Приготовление ланспика. Взять на 1 кг ланспика 40 г желатина, замочить его на 30 минут в воде. Соотношение желатина и воды должно быть 1:8. Как только желатин набухнет, до килограмма долить рыбный бульон и поставить на огонь, помешивая. Нагреть до полного растворения желатина. После этого ланспик следует процедить через салфетку в другую посуду.

На стол подать с соусом хрен и горчицей.

Состав: филе окуня – 250 г, вода – 1/2 л, репчатый лук – 1 шт., морковь – 1/2 шт., петрушка, сельдерей, маленький лавровый лист, черный перец горошком – 2 шт., вареное яйцо – 1/2 шт., зелень петрушки, ланспик, соль, соус хрен, горчица.

Треска заливная по-кронштадтски

Подготовить чистое филе трески без кожи и костей. Из овощей и рыбных отходов с добавлением лаврового листа, черного перца и соли сварить рыбный бульон.

Приготовить фарш: белый пшеничный хлеб вымочить в молоке и отжать. Репчатый лук нарезать мелкими кубиками и обжарить. Филе трески, обжаренный лук, отжатый хлеб пропустить через мясорубку, добавить яйцо, соль, молотый перец, воду. Все это активно перемешать, чтобы получилась воздушная масса. На смоченную льняную салфетку, середину которой в виде полоски следует смазать маслом, положить фарш по форме цилиндра длиной 25–30 см. Аккуратно завернуть его в салфетку, перевязать шпагатом, поместить в посуду и залить горячим рыбным бульоном. Варить рулет на слабом огне в течение 30–40 минут. По окончании варки оставить его в бульоне, пока он не остынет полностью. Затем рулет вынуть из салфетки и нарезать ломтиками под углом. Каждый ломтик украсить вареными яйцами, солеными огурцами, морковью и зеленью.

Залить ланспиком (см. выше).

Состав: треска – 250 г, репчатый лук – 1 шт., морковь – 1/2 шт., петрушка (корень) – 1/4 шт., белый хлеб – 1/2 ломтика, молоко – 1/4 л, яйцо – 1 шт., сливочное и растительное масло – по 1 ст. ложке, лавровый лист – 1 шт., перец, соленые огурцы, соль, ланспик.

Щука, фаршированная целиком

У щуки надрезать кожу головы и осторожно, чтобы не порвать, снять ее целиком по направлению от головы к хвосту. Хребтовую кость надломить у хвостового плавника, в результате чего хвостовой плавник отделится вместе с кожей.

После снятия кожи щуку выпотрошить, промыть, отделить мякоть от костей и использовать ее для фарша, который готовится следующим образом. Репчатый лук пошинковать и обжарить, белый хлеб замочить в молоке. Мякоть рыбы, замоченный белый хлеб, репчатый лук пропустить 2 раза через мясорубку, соединить со сливочным маслом, добавить яйцо, соль, перец и все тщательно перемешать, взбивая до получения однородной пышной массы.

Подготовленным фаршем заполнить снятую со щуки кожу и придать ей форму целой рыбы. Отверстие зашить, завернуть в марлю, перевязать нитками. Завернутую рыбу отварить с добавлением соли и кореньев, затем вынуть ее из бульона, положить на противень, сверху поместить груз (рыба при этом должна лежать на боку). Когда рыба остынет, выложить ее на крутой и блюдо, приставить вареную голову, оформить сливочным маслом, лимоном. Гарнировать по периметру всевозможными овощами, нарезанными разной формы.

Подать к блюду томатный соус, сметанный соус, соус хрен, зелень.

Состав: щука – 2,2 кг, белый хлеб – 420 г, молоко – 450 г, репчатый лук – 900 г, сливочное масло – 200 г, чеснок – 25 г, яйца – 3 шт., специи, соус – 1 кг, лимон, зелень.

Селедка с яйцами

Чистое филе сельди без кожи и костей мелко изрубить, смешать с молоком, яйцами, мукой, мелко шинкованным луком и запечь на сковороде с маслом в духовке.

Состав: филе сельди – 2 шт., молоко – 0,5 л, яйца – 8 шт., мука – 100 г, лук, масло.

Рубленая сельдь

Филе сельди, очищенное яблоко и репчатый лук нарезать кубиками. Белок порубить, желток размять вилкой. Белок и желток соединить и заправить сметаной. Для украшения посыпать желтком и рубленым луком.

Состав: сельдь – 1 шт., яблоко – 1 шт., лук – 1 шт., яйца – 3 шт., сметана – 1 стакан, зеленый лук.

Рубленая сельдь с маринованным репчатым луком и маринованными яблоками

Подготовленное филе сельди, предварительно замоченное в холодной кипяченой воде, отжатым черствый белый хлеб, маринованный лук, маринованные яблоки провернуть через мясорубку, перемешать с половиной рубленого вареного яйца и заправить растительным или оливковым маслом.

Затем придать фаршу форму сельди и посыпать второй половиной рубленого вареного яйца. Украсить зеленью.

Состав: сельдь – 2 шт., белый хлеб – 1,5 ломтика, яблоко – 1 шт., маринованный лук – 2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., растительное масло – 2 ст. ложки, зелень петрушки.

Сельдь по-русски

Чистое филе сельди нарезать под углом широкими полосками, положить в селедочницу в форме сельди. Очищенные огурцы и вареную свеклу нарезать мелкими кубиками. Каперсы очень мелко нашинковать. Белки вареных яиц и желтки мелко нашинковать отдельно. На выложенное филе сельди по ширине полос, сочетая цвета (контраст), выложить ровно – огурцы, желток, белок, свеклу, каперсы.

С помощью кондитерского корнетика выпустить сливочное масло, взбитое со сметаной, по краям филе в виде змейки, посыпать зеленью.

Состав: сельдь – 2 шт., вареное яйцо – 1 шт., огурец – 1 шт., вареная свекла – 1 шт., каперсы – 1 ст. ложка, смесь масла и сметаны – 50 г, зелень.

Сельдь маринованная

Чистое филе сельди нарезать, как указано выше. В кипяченую воду заложить репчатый лук, лавровый лист, перец горошком, уксус и сахарный песок и дать закипеть. Когда маринад остынет, добавить в него полуотваренную морковь. Филе сельди поместить в неокисляющуюся посуду, залить маринадом и оставить в холодильнике на сутки.

При подаче на стол филе свернуть рулетом и сколоть шпажкой, полить маринадом, украсить репчатым луком, зеленью.

Состав: соленая сельдь – 2 шт., вода – 1 стакан, репчатый лук – 1 шт., лавровый лист, черный перец горошком, сахарный песок, 3 %-й уксус – 1 ст. ложка, морковь – 1 шт., зелень.

Сельдь с маринованными грибами

Сельдь почистить, отрезать головы, отделить филе от костей. Крупно порезанное филе выложить в селедочницу, полить растительным маслом, уксусом, смешанным с горчицей, и украсить колечками лука. По обе стороны сельди выложить маринованные грибы, нарезанные кубиками.

Состав: маринованные грибы – 300 г, сельдь – 2 шт., лук – 2–3 шт., зеленый резаный лук – 2–3 ст. ложки, растительное масло – 1–2 ст. ложки, уксус, соль, горчица.

Сельдь по-скандинавски

Филе сельди нарезать, как указано выше. Остальные продукты порезать мелкими кубиками, уложить ровными рядами на филе сельди. Растопленным сливочным маслом полить гарнир и сельдь.

Подавать с горячим вареным картофелем.

Состав: соленая сельдь – 2 шт., сливочное масло – 80 г, репчатый лук – 30 г, вареные яйца – 2 шт., рубленая зелень, вареная свекла – 70 г, каперсы – 30 г, зеленый лук – 30 г, укроп – 20 г, вареный картофель.

Голландская сельдь

Обработать сельдь, осторожно вынуть внутренности, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и обжарить с двух сторон. Вдоль хребта сделать надрезы и начинить сельдь маслом, смешанным с мелко нарезанной зеленью. При подаче загарнировать рассыпчатым рисом.

Состав: сельдь – 4 шт., сок лимона, соль, перец, жир для жарки, масло, укроп, петрушка или зеленый лук, гарнир.

Сельдь под «шубой»

Сельдь очистить от внутренностей, кожи, отделить филе, удалить крупные и мелкие кости. Филе нарезать мелкими кусочками. Лук мелко нарезать, все остальные продукты измельчить на терке. На дно селедочницы положить лук, на него рыбу, затем слоями картофель, яйца, морковь, свеклу. Слой свеклы разровнять, залить майонезом. Поставить в холодильник на 2–3 часа.

Состав: соленая сельдь – 1–2 шт., вареный картофель – 2–3 шт., репчатый лук – 1 шт., яйца – 2–3 шт., вареная морковь – 1 шт., вареная свекла – 2 шт., майонез – 4 ст. ложки.

Рулетики из сельди с грибами

Филе сельди слегка отбить и завернуть в него приготовленный фарш из пассерованного на растительном масле лука и измельченных, отваренных и поджаренных сушеных грибов, посыпать молотым перцем. Приготовленные рулетики разрезать пополам, уложить на них ломтики соленого огурца, а сверху – оставшийся фарш. Украсить листочками петрушки.

Состав: сухие грибы – 100 г, сельдь – 1 шт., лук – 1 шт., растительное масло – 1,5 ст. ложки, соленый огурец – 1 шт., петрушка.

Форшмак

В молоке или холодном чае вымочить в течение 3–4 часов соленую сельдь, разделить ее на чистое филе без кожи и костей, пропустить через мясорубку, а затем еще раз вместе с замоченным белым хлебом, очищенным яблоком и репчатым луком. Полученную массу размешать, добавить размягченное сливочное масло и еще раз пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Добавить к ней лимонную кислоту, сахар, молотый перец и тщательно взбить. Сваренное вкрутую яйцо разделить на белок и желток. Белки очень мелко порубить и перемешать со взбитой массой. Готовый форшмак выложить в селедочницу в форме рыбки. Желток

протереть через мелкую терку, добавить уксус, сахар, соль, перец, хорошо размешать и этим соусом полить форшмак. Украсить мелко нарезанным зеленым луком и зеленью петрушки.

Состав: филе соленой сельди – 4 шт., белый хлеб – 2 ломтика, лук – 1 шт., яблоко – 1 шт., сливочное масло – 4 ст. ложки, яйцо – 1 шт., 3 %-й уксус – 1 ст. ложка, зелень – 60 г, лимонная кислота, сахарный песок, перец, молоко или чай.

Форшмак из сельди с творогом

Чистое филе сельди и творог дважды пропустить через мясорубку, добавить сметану, сахарный песок, мелко нашинкованный зеленый лук и зелень укропа, активно взбить венчиком и поставить в холодильник.

Перед подачей форшмак фигурно нарезать, положить в лоток и посыпать тертым сыром.

Состав: соленая сельдь – 1 шт., творог – 2 стакана, сметана – 1/2 стакана, зеленый лук, сахарный песок, сыр – 20 г, зелень укропа.

Икра из соленой сельди и маринованных овощей

Чистое филе сельди с икрой и молоками мелко порубить вместе с маринованной свеклой, луком, сладким стручковым перцем. Свежие помидоры мелко нарезать, обжарить и протереть через сито.

Смешать с остальной массой, добавить растительное масло, соль, сахарный песок, все хорошо взбить.

Состав: сельдь – 2 шт., маринованный лук – 1/2 стакана, перец – 2 ст. ложки, маринованная свекла – 2 ст. ложки, помидор – 1 шт., растительное масло – 1 ст. ложка, соль, сахарный песок.

Креветки заливные по-охотски

Подготовленные креветки отварить в подсоленной воде с кореньями и нарезать ломтиками. Приготовить ланспик, налить его немного в форму и дать застыть. Затем поместить на него украшения (лимон, морковь, зелень) и креветки, залить оставшимся ланспиком и убрать в холодильник. При подаче к столу следует опустить форму в горячую воду и быстрым движением перевернуть ее на тарелку. Таким образом можно заливать любую рыбу.

К заливному подают соус хрен, майонез.

Состав: креветки – 200 г, морковь – 1 шт., петрушка (корень) – 1 шт., соль, лимон – 1/4 шт., зелень петрушки, ланспик – 350 г, соус – 40 г.

Кальмары под майонезом

Отварные кальмары, репчатый лук нарезать соломкой, лук ошпарить, чтобы не было горечи, перемешать, поперчить и посолить. Заправить майонезом, затем все украсить свежей зеленью петрушки.

Состав: кальмары – 150 г, лук – 20 г, майонез – 30 г, соль, перец, зелень.

Кальмары заливные по-камчатски

Обработать кальмары, сварить их в подсоленной воде. Приготовить фарш: тертый белый хлеб, обжаренный репчатый лук, измельченные вареные яйца, растертый с солью чеснок пере-

мешать, посолить, поперчить и хорошо еще раз перемешать. Фаршем наполнить мешки кальмаров. После этого зашить их и потушить. Готовые кальмары нарезать на порции, украсить вареными овощами. Залить ланспиком и поставить в холодильник.

Подать с соусом хрен.

Состав: кальмары – 300 г, вода – 1/2 л, тертый белый хлеб – 1/2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., сливочное масло – 1 ст. ложка, чеснок – 1 зубчик, репчатый лук – 25 г, ланспик, вареные овощи, соус хрен, перец, соль.

Кальмары фаршированные

Рис промыть, сварить до готовности. Морковь и лук мелко нашинковать, спассеровать в течение 5 минут в масле, добавить рис и еще потушить 5 минут. Кальмаров очистить и сварить целиком со специями. Заполнить их фаршем, положить под гнет и охладить. Перед подачей нарезать ломтиками. Разложить на блюдо, полить растительным маслом, смешанным с толченым чесноком.

Состав: кальмары – 5–6 тушек, рис – 1 стакан, морковь – 1–2 шт., лук – 1 шт., растительное масло – 1 ст. ложка, соль, лавровый лист, перец горошком, чеснок.

Грибные закуски

Грибы являются очень ценным пищевым продуктом. Белые сушеные грибы, например, по питательности даже превосходят яйца и колбасу. Грибы имеют сладковатый вкус, который придают им вещества из группы углеводов гликоген и сахара. Жиров в грибах от 1 % до 6 %. Грибы содержат витамины А, В, С и Д. По количеству в них белков грибы значительно опережают овощи, к тому же они содержат пахучие, ароматические, экстрактивные вещества, придающие им особый приятный вкус.

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.