

Моя кулинарная библиотечка



# Кус-кус, карри, аджика

Кус-кус  
с орешками –  
с.79

Аджика –  
на обороте

# и другие блюда со специями



Моя кулинарная библиотечка

**Кус-кус, карри, аджика и  
другие блюда со специями**

«ЭКСМО»

2011

Кус-кус, карри, аджика и другие блюда со специями / «Эксмо»,  
2011 — (Моя кулинарная библиотечка)

Вашему вниманию предлагается книга разнообразных рецептов блюд со специями.

## Содержание

Грушевый десерт на агар-агаре	5
Фруктовый мусс	6
Банановый торт без выпечки на агар-агаре	7
Яблочно-грейпфрутовый джем	8
Грейпфрутовое желе на агар-агаре со стевией	9
Курица с вермишелью и свежими огурцами	10
Бульон с курицей и грибами	11
Суп из капусты со свиной	12
Суп-лапша с грибами	13
Фаршированные помидоры по-китайски	14
Салат из сушеного папоротника	15
Кальмары в чесночном соусе	16
«Львиные головы» из мяса крабов	17
Перец, жаренный со свиной	18
Картофельные ломтики с красным перцем	19
Цзяоцзы (китайские пельмени)	20
Яйцо «Окинава»	21
Язык заливной	22
Холодец из утки	23
Мусс из курицы	24
Утка по-китайски	25
Курица с яблочной подливкой	26
Сладкое жаркое из гуся	27
Баранина жареная	28
Свинина в кляре	29
Душистая свинина, тающая во рту	30
Тефтели с чесночной подливой	31
«Три барана»	32
Лосось (семга) в апельсиновом соусе	33
Рулет паровой по-пекински	34
Креветки в кисло-сладком соусе	35
Салат закуской	36
Салат из цветной капусты	37
Рулет «Ессентуки»	38
Закуска «Украинская»	39
Баклажаны с бараниной	40
Гиймя-хингал	41
Овощной салат по-испански	42
Салат пикантный (из макарон)	43
Салат по-швейцарски	44
Лук репчатый аринованный	45
Салат из огурцов с перцем	46
Салат из огурцов с уксусом	47
Телятина маринованная	48
Конец ознакомительного фрагмента.	49

# **Кус-кус, карри, аджика и другие блюда со специями**

## **Грушевый десерт на агар-агаре**

*4 большие груши, 1 ст. ложка (с горкой) хлопьев агар-агара, 90 мл воды, 1 стручок кардамона, куркума на кончике ножа*

Груши почистить, удалить сердцевину, мякоть размять в пюре.

Хлопья агар-агара растворить в воде. Довести до кипения, 3 мин проварить и размешать.

Раскрыть стручок кардамона и измельчить семечки.

В грушевое пюре добавить агар-агар, куркуму и кардамон.

Перемешать массу, разлить ее по формочкам и поставить на несколько часов в холодильник.

## **Фруктовый мусс**

*1 кг фруктов (или ягод), 1 ст. ложка (с горкой) агар-агара, 100 мл воды*

Измельчить фрукты или ягоды (их лучше брать без косточек либо удалять их, протирая мякоть ягод через сито).

Вскипятить фруктовое пюре вместе с агар-агаром (можно добавить агар-агар в конце кипячения и поварить 0,5–1 мин). Затем снять емкость с огня и дать массе время желироваться.

Мусс можно готовить из предварительно размоченных в холодной воде сухофруктов. Воду, в которой они замачивались, тоже можно пустить в дело.

## **Банановый торт без выпечки на агар-агаре**

*Для коржа: 1/2 стакана миндаля, 1/2 стакана фундука, 1/2 стакана семечек, 1/2 стакана фиников, 5 шт. кураги, 2 ст. ложки воды*

*Для начинки: 400 мл кокосового молока, 250 мл миндального молока, 1 стакан коричневого сахара, 1 ст. ложка кленового сиропа (для вкуса), 1 ч. ложка корицы (молотой), 1 ст. ложка ванильного экстракта (или 1 стручок ванили), 1 ст. ложка лимонного сока, 3 банана, 2 ч. ложки агар-агара, 2 ст. ложки аррота (можно заменить лецитином, 2 ст. ложками кукурузной муки или просто увеличить количество агар-агара. Лецитин стоит добавлять в конце процесса нагревания), 60 мл миндального молока*

Приготовление коржа: орехи измельчить в комбайне (или кофемолке). Добавить сухофрукты. (Можно все сразу пропустить через мясорубку.) Утрамбовать массу в разъемную форму диаметром 20 см, предварительно выстелив ее дно и борта пищевой пленкой.

В блендере взбить бананы, миндальное и кокосовое молоко, пряности и подсластитель.

Вылить смесь в широкую кастрюлю (сотейник) и поставить ее на огонь. Постоянно помешивать.

В нагревшуюся смесь добавить предварительно растворенный в 60 мл миндального молока агар-агар и довести все вместе до кипения.

Вылить смесь в форму и поставить ее в холодильник.

Готовый торт вынуть из формы и украсить лепестками миндаля.

## **Яблочно-грейпфрутовый джем**

*2 стакана свежевыжатого грейпфрутового сока, 1 ч. ложка стевииозид (натуральный заменитель сахара из стевии), 2 ст. ложки агар-агара, 1 стакан несладкого яблочного соуса*

В кастрюле подогреть грейпфрутовый сок и всыпать стевию. В небольшом количестве сока растворить агар-агар и дать ему набухнуть.

Влить раствор в сок, тщательно перемешать. Довести смесь до кипения, постоянно помешивая.

Снять грейпфрутовый сок с огня и добавить яблочный соус.

Разлить массу по банкам. Когда джем частично застынет, перемешать его еще раз. Закрывать крышками и поставить в холодильник.

## **Грейпфрутовое желе на агар-агаре со стевией**

*Для заливки: 200 мл воды, 1 ст. ложка агар-агара, 1/2 ч. ложки стевии, 1 красный грейпфрут*

Растворить агар-агар и стевию в воде и поставить смесь на огонь. Пока она греется, разрезать грейпфрут пополам. Из одной половинки выжать сок (должно выйти около 3 ст. ложек), а другую разобрать на дольки и очистить их от пленок.

В доведенную до кипения смесь с агар-агаром добавить грейпфрутовый сок и все перемешать.

На дно формочек положить дольки грейпфрута, залить их агар-агаром и сразу убрать в холодильник на пару минут. Затем на него выложить следующую партию грейпфрутовых долек и вновь залить агар-агаром.

Повторять действия до тех пор, пока формочки не заполнятся доверху.

Подержать формочки в холодильнике несколько минут и опрокинуть их над блюдом. Вкусное, полезное и такое быстрое желе готово!

После этого можно его украсить.

## **Курица с вермишелью и свежими огурцами**

*200 г куриного мяса, 200 г вермишели (или тонких макарон высшего сорта), 50 г свежих огурцов, 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка кунжутного масла, 1/2 ч. ложки глутамата натрия, 1/2 ст. ложки уксуса*

Курицу отварить до готовности, откинуть, нарезать тонкой соломкой.

Вермишель сварить в большом количестве подсоленной воды, откинуть на дуршлаг и промыть кипятком.

Свежие огурцы нарезать соломкой. Вермишель выложить в глубокую посуду и полить смесью соевого соуса, кунжутного масла, глутамата, горчицы и уксуса. Сверху разложить кусочки курицы и огурца.

Перемешать непосредственно перед употреблением.

## **Бульон с курицей и грибами**

*400 г куриного филе, 100 г свежих грибов, 1,5 л воды, 200 г спаржи, 20 мл вина, 40 г соевого соуса, 40 г ростков фасоли, глутамат натрия по вкусу*

Куриное филе, спаржу и грибы бланшировать в кипящей воде в течение 2–3 мин. Затем откинуть на дуршлаг. (Бульон слить в отдельную посуду.)

Курицу, спаржу и грибы полить соевым соусом, вином, посыпать глутаматом натрия и оставить на 10 минут – мариноваться. Затем филе нарезать небольшими полосками, спаржу – ломтиками.

Бульон довести до кипения; опустить в него нарезанные филе курицы, спаржу, грибы, а также ростки фасоли.

Проварить все вместе 3 мин, затем разлить в пиалы и подать к столу.

## Суп из капусты со свиной

*250 г мякоти свинины, 400 г белокочанной капусты, 800 мл воды, 20 г свиного нутряного топленого жира, 60 г репчатого лука, 20 г соевого соуса, 20 г душистого растительного масла, молотый имбирь, черный молотый перец, глутамат натрия, соль по вкусу*

Свинину нарезать соломкой. Капусту промыть, очистить и тоже нарезать соломкой.

Лук измельчить кубиками и спассеровать на жире вместе с имбирем. Добавить нарезанную свинину и обжаривать на сильном огне в течение 1,5–2 мин, непрерывно помешивая.

Затем влить соевый соус, прогреть все вместе и через 3 мин залить кипятком. Когда вода снова закипит, положить капусту и варить до готовности.

Перед подачей суп посолить, поперчить, добавить глутамат натрия и сбрызнуть душистым маслом.

## Суп-лапша с грибами

*300 г мякоти свинины, 200 г сушеных (или 600 г свежих) грибов, 100 г лапши (или вермишели), 200 г огурцов, 2 яйца, 20 г соевого соуса, молотый имбирь, глутамат натрия, вода, соль по вкусу*

Мясо залить холодной водой и довести ее до кипения. Затем снять пену и варить свинину (при слабом кипении) до готовности.

Отварное мясо нарезать ломтиками, бульон процедить.

Сушеные грибы замочить в горячей воде на 20 мин, затем мелко нарезать.

Огурцы измельчить ломтиками, яйца хорошо взбить (лучше миксером).

## **Фаршированные помидоры по-китайски**

*1 кг помидоров, 150 г очищенных креветок, 50 г ветчины, 50 г томатной пасты, 5 мл коньяка, 7,5 г соли, 40 г крахмала, 300 г корейки (или грудинки), 75 г отварных грибов, 3 яйца, 30 г соевого соуса со жгучим перцем, 100 г топленого свиного жира, глутамат натрия, душистое растительное масло по вкусу*

Разрезать каждый помидор на 2 части и, осторожно вынув мякоть с семечками, вымыть.

Мелко нарубить корейку, креветки, грибы, ветчину. Выложить продукты в миску, добавить 3 яичных белка, глутамат натрия на кончике ножа, соль и коньяк. Все перемешать и начинить половинки помидоров.

Присыпать срезы помидоров крахмалом и выложить их срезом вниз в яичный желток.

Растопить в глубокой сковороде свиной жир, опустить в него фаршированные помидоры и обжаривать в течение 2 мин, переворачивая. Затем полить томатной пастой, положить глутамат натрия и посолить.

Добавить перченый соевый соус и жарить овощи до готовности.

## Салат из сушеного папоротника

*150 г сушеного папоротника, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 1/4 ч. ложки черного перца, 1 ч. ложка красного перца, 2 ст. ложки соли, 1 ст. ложка соевого соуса, 150 мл растительного масла, 1 ст. ложка глутамата натрия*

Сушеный папоротник замочить на несколько часов в горячей воде. После этого отварить его в течение 10–30 мин (в зависимости от вида), откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. (Папоротник лучше недоварить: переваренный, он теряет вид и качество.)

Лук очистить и нарезать колечками.

Поджарить лук, а затем и папоротник на масле, дать остыть. Заправить папоротник смесью соли, чеснока, черного и красного перца (по вкусу), соевого соуса. Дать настояться 3 ч.

## **Кальмары в чесночном соусе**

*300 г кальмаров, 30 г чеснока, 30 г чесночного стебля, 20 мл десертного крепленого вина, 40 г лука-порей, 40 г свиного нутряного топленого жира, 10 мл 3%-ного уксуса, 80 мл душистого растительного масла, 15 г крахмала, соль, глутамат натрия по вкусу*

Кальмаров вымочить в холодной воде (в течение 1 ч), промыть, снять с них пленку и нарезать квадратными кусочками размером 3 см.

Подготовленных кальмаров проварить 1–2 мин в кипящей воде, вынуть и дать ей стечь. Кальмаров обжарить в разогретом до 190 °С свином жире на сильном огне в течение 2 мин и быстро вынуть.

Отдельно перекалить растительное масло, опустить в него кальмаров, несколько раз перевернуть и влить соус. Как только кусочки кальмаров покроются соусом, блюдо готово.

Приготовление соуса: мелко нарезанные лук-порей, стебель и зубчики чеснока соединить с солью, глутаматом натрия, вином, уксусом, кипятком и разведенным небольшим количеством холодной воды крахмалом.

Проварить все вместе до загустения.

## **«Львиные головы» из мяса крабов**

*500 г мяса крабов, 300 г жирной свинины, 300 г постной свинины, 750 г зеленого салата, 15 мл вина, 10 г глутамата натрия, 50 г крахмала, 50 мл воды, 25 г репчатого лука, 25 г имбиря, 25 г куриного жира, 25 г свиного топленого жира, 1 л куриного бульона, красный молотый перец, соль по вкусу*

Жирную свинину нарезать мелкими кубиками, постную – ломтиками.

Смешать оба вида свинины и мясо крабов. Добавить вино, глутамат натрия, соль, перец, половину нормы очищенного измельченного лука и имбиря; влить разведенный в небольшом количестве воды крахмал.

Перемешать ингредиенты до получения однородной массы, сформовать 5 больших шаров и отварить их на пару в смазанной свиным жиром посуде в течение 10 мин.

Затем переложить шары в кастрюлю и залить куриным бульоном. Добавить оставшийся лук, имбирь, накрыть листьями зеленого салата и поставить на сильный огонь.

Когда содержимое кастрюли закипит, убавить огонь до среднего и варить 30 мин.

Листья салата снять, мясные шары выложить на тарелку. Украсить их зеленым салатом, залить куриным жиром и подать к столу.

## **Перец, жаренный со свиной**

*500 г сладкого перца, 150 г мякоти свинины, 20 г сахара, 10 мл соевого соуса, 15 мл коньяка, 25 г крахмала, 25 мл воды, 60 г репчатого лука, 1 г молотого имбиря, 50 мл душистого растительного масла, глутамат натрия*

Перец очистить от плодоножек и семян, промыть и нарезать мелкими квадратиками. Затем обжарить их в течение 1 мин в 2 ст. ложках перекаленного масла.

Свинину нарезать мелкими кубиками. Перемешать их с крахмалом, соевым соусом и глутаматом натрия.

Оставшееся масло нагреть до 140 °С.

Положить в него подготовленное мясо, нарезанный кубиками лук, имбирь и жарить 3 мин, помешивая.

Добавить к подготовленным продуктам обжаренный перец, коньяк и сахар, сбрызнуть маслом и подать к столу.

## **Картофельные ломтики с красным перцем**

*1 кг картофеля, 25 г красного жгучего перца (в стручках), 10 мл коньяка (или водки, настоянной на апельсиновой цедре), 2 г глутамата натрия, 40 г соевого соуса, 10 мл 3%-ного уксуса, 40 г душистого растительного масла*

Картофель очистить и нарезать тонкими ломтиками. Сухой стручковый красный перец размочить в воде и тоже нарезать ломтиками.

Сварить картофель, вынуть из отвара и опустить в холодную воду. Затем слить ее, а ломтики обсушить.

Стручковый перец обжарить в раскаленном масле, затем добавить в следующем порядке: коньяк – соевый соус – глутамат натрия – уксус.

Получившейся подливкой полить ломтики картофеля и через 1–2 минуты подать к столу.

## **Цзяоцзы (китайские пельмени)**

*500 г пшеничной муки, 250 г свинины, 500 г зелени (петрушки, укропа и т. п.), 100 г репчатого лука, молотый имбирь, глутамат натрия, соль, черный молотый перец*

Приготовление начинки: мясо промыть и мелко порубить (можно провернуть через мясорубку).

Зелень и лук мелко нашинковать, отжать сок, смешать с мясом и добавить специи.

Приготовление теста: из муки и холодной воды замесить в меру крутое тесто. Готовое тесто разделить на маленькие круглые сочни (из 500 г теста получается 60 пельменей), положить на каждый начинку и слепить края.

Вскипятить воду и опустить в нее пельмени. Помешивая, довести до кипения, влить немного холодной воды и снова довести все вместе до кипения.

## Яйцо «Окинава»

*2 яйца, 20 г риса, 40 г мяса крабов, 80 г помидоров, 20 г зеленого перца, 70 г майонеза, 10 г желатина, 20 г томатного соуса, 2 корзиночки из слоеного теста, вода*

Рис отварить в кипящей воде в течение 15 мин, откинуть на дуршлаг и охладить.

Ошпаренные помидоры (оставить несколько ломтиков для украшения) очистить от кожицы и семян, мякоть мелко нарезать.

Рис смешать с помидорами и мелко нарезанным зеленым перцем и мясом крабов. Залить продукты половиной майонеза и томатным соусом.

Заполнить полученной смесью часть корзиночек.

Яйца сварить всмятку, почистить, измельчить и залить оставшимся майонезом, смешанным с растворенным желатином.

Украсить дольками помидора и, когда желе застынет, переложить их в корзиночки.

Подать блюдо на салфетках, в охлажденном состоянии.

## **Язык заливной**

*1 кг языка, 1–2 моркови, 2–3 луковицы, 2–3 лавровых листа, 1 ч. ложка желатина, вода, перец, соль*

Язык хорошо вымыть и залить холодной водой. Положить морковь, лук, лавровый лист, душистый перец и варить до готовности.

После этого язык вынуть из бульона, снять кожу и разрезать на порции. Выложить ломтики на блюдо и украсить их красиво нарезанной морковью.

Бульон, в котором варился язык, процедить и остудить. Развести в нем желатин, пока он не растворится, затем вновь довести до кипения и залить им ломтики языка.

## Холодец из утки

*1 утка, 0,75 л воды, 1 долька чеснока, 3 ч. ложки желатина, 1 апельсин, маринованные сливы, петрушка (зелень), соль по вкусу*

Тушку промыть, натереть солью с толченым чесноком, положить в гусятницу и, добавив жир, запечь в духовке, время от времени поливая ее выделяющимся соком.

Готовую утку выложить на тарелку и, когда остынет, снять кожу.

В гусятницу влить воду и довести ее до кипения.

Снять посуду с плиты, выбрать жир и влить заранее замоченный в воде (или вине) желатин.

Мясо разделить на порции, кости удалить. Кусочки выложить на глубокое продолговатое блюдо, залить процеженным бульоном и охладить.

Гарнировать маринованными сливами, дольками апельсина и зеленью.

## Мусс из курицы

*1,5 кг курицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 луковица, 1–2 моркови, 100 мл белого столового вина, 2 ст. ложки желатина, взбитые сливки, вода, черный молотый перец, соль*

*Для соуса: 350 г майонеза, 2 ст. ложки сахара, 3–4 соленых огурца, укроп, зелень петрушки, зеленый лук*

Подготовленную курицу положить в кастрюлю и залить водой. Добавить репчатый лук, морковь и варить до готовности.

Затем вынуть птицу из бульона и охладить. Кожу снять, а мясо трижды пропустить через мясорубку.

Фарш посолить, поперчить и добавить вино. Все хорошенько перемешать. Затем влить бульон с разведенным желатином и перемешать.

Осторожно соединить массу с взбитыми сливками и поставить в холодильник для застывания.

Перед подачей полить кушанье небольшим количеством соуса. Остальной соус подать отдельно.

Приготовление соуса: майонез хорошо растереть с сахаром. Добавить мелко нарезанные огурцы, рубленую зелень и зеленый лук.

Все хорошо перемешать.

## Утка по-китайски

*1 утка (2 кг), 1 л воды, 50 г сахара, 10 г крахмала, по 2 г корицы и бадьяна, 50 г соевого соуса, 50 мл водки (или крепленого вина), 20 г лука, 10 г укропа, соль по вкусу*

Приготовление маринада: мелко нарезать лук и укроп. Добавить соль, соевый соус, водку. Дать смеси постоять, затем влить воду.

Потрошеную утку вымыть и замариновать на 1 ч. Затем утку переложить в утятницу грудкой вниз и залить ее маринадом, чтобы тушка была полностью покрыта им.

Тушить на слабом огне в течение 1 ч. Затем перевернуть утку и готовить еще 30 мин.

Готовую утку вынуть, охладить и разрезать на 8 частей. Уложить их в глубокое блюдо.

Приготовление желе: в 750 мл бульона, в котором варилась утка, добавить сахар, корицу, бадьян.

Варить все вместе на медленном огне, пока бульон не станет клейким.

После этого выловить из него остатки пряностей и добавить разведенный крахмал. Дать загустеть, снять с огня и остудить. Залить этим желе куски утки.

Подавать к столу, когда желе хорошо застынет.

## **Курица с яблочной подливкой**

*курица (1–1,5 кг), 500 г яблок, сок 1 лимона, 5 ст. ложек топленого масла, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка корицы, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 1 стакан риса, 2 стакана бульона, вода, соль*

Курицу отварить (бульон не выливать!). Тушку разрезать на куски, обжарить их в масле и полить лимонным соком.

Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать ломтиками.

Кожуру яблок залить водой, отварить и процедить. Отваром залить подготовленные яблоки и варить их до пюреобразного состояния, добавив сахар и корицу.

За 2–3 минуты до окончания варки влить разведенный холодной водой крахмал и довести до кипения.

На курином бульоне отварить рис и выложить на блюдо. Поверх уложить куски курицы, сбоку налить яблочную подливку.

## **Сладкое жаркое из гуся**

*500 г филе гуся, 50 г крахмала, 20 г сахарного песка, 10 г столового вина, 5 мл кунжутного масла, 20 мл соевого соуса, 3 г соли, 10 г зеленого лука, 5 г чеснока, 5 г имбиря, 1 г черного молотого перца*

Небольшие куски гусяного филе замариновать в приправах, а затем сварить на пару.

Затем филе обвалить в крахмале и обжарить на масле.

На сковороде растопить сахар до каштанового цвета. Влить туда воду и соевый соус (в соотношении 1:1). Положить на сковороду прожаренное филе и дать 1–2 мин прокипеть, а затем влить кунжутное масло.

На блюдо выложить филе гуся и посыпать его жареным кунжутом.

## Баранина жареная

*150 г баранины, 30 г свиного сала, 10 мл рисовой водки, 12 г зеленого лука, 15 г яйца (белок), 63 г репчатого лука, 5 г соевого соуса, 5 мл кунжутного масла, 20 г крахмала, 20 мл воды, концентрированный куриный бульон по вкусу*

Баранину нарезать тонкими ломтиками. Крахмал развести водой (1:1); добавить туда белок, перемешать. Ломтики баранины смочить полученной смесью.

Лук нашинковать и вместе с мясом поджарить на растопленном сале во фритюрнице на маленьком огне до готовности, а затем откинуть на дуршлаг.

В эту же фритюрницу, оставив на ней немного жира, снова положить лук. Встряхивая, слегка обжарить его и заправить соевым соусом, рисовой водкой и концентрированным куриным бульоном (без специй). Снова встряхнуть фритюрницу и влить кунжутное масло.

Поджаренный лук смешать с приготовленным мясом.

## **Свинина в кляре**

*500 г свинины, 2 яйца, 20 г сахара, 20 мл 3%-ного уксуса, 400 мл растительного масла, 15 г крахмала, 120 г лука, 30 г чеснока, 40 г томатного соуса, соль по вкусу*

Приготовление кляра: крахмал перемешать со взбитыми яйцами и посолить.

Свинину нарезать брусочками толщиной 1 см и длиной 3–5 см. Обмакнуть их в приготовленный кляр и обжарить в части раскаленного масла до золотисто-желтого цвета.

Лук и чеснок мелко нарезать, обжарить на разогретом масле. Затем влить томатный соус и 2 ст. ложки горячей воды.

Через 1–2 мин добавить сахар, уксус и соль. Проварить все вместе до загустения, затем положить мясо и обжарить, переворачивая.

Подать с пресным отварным рисом.

## **Душистая свинина, тающая во рту**

*600 г мякоти свинины, 1 яйцо, 20 г соевого соуса, 30 г сахара, 60 г репчатого лука, 15 г чеснока, 15 г десертного вина, 100 г пшеничной муки, 8 г крахмала, 100 г растительного масла, 15 г зелени петрушки и укропа, соль*

Приготовление кляра: крахмал перемешать со взбитыми яйцами и посолить.

Свинину промыть и отварить до полуготовности (целым куском) с соевым соусом, луком, чесноком, сахаром, зеленью, вином и солью. После чего мясо вынуть; обсушить и нарезать ломтиками.

Затем обмакнуть их в кляр и обжарить в разогретом масле до готовности.

## **Тефтели с чесночной подливой**

*500 г свинины, 50 г репчатого лука, 2 г молотого имбиря, 1 яичный белок, 60 г крахмала, 2 г глутамата натрия, 20 мл водки, 200 мл растительного масла, 100 мл душистого растительного масла, 30 г чеснока, соль*

Свинину пропустить через мясорубку. Фарш смешать с измельченным луком, имбирем, половиной нормы водки, разведенным водой (в пропорции 1:1) крахмалом, яичным белком и сформовать из него тефтели.

Масло нагреть до 100 °С и, кладя в него по одной тефтелине, жарить до готовности, после чего вынуть и дать маслу стечь.

Подать тефтели вместе с подливой.

Приготовление подливы: немного душистого масла перекалить. Затем обжарить в нем лук и чеснок. Добавить глутамат натрия, водку, посолить и разбавить небольшим количеством кипятка.

Нагреть массу до кипения на сильном огне и влить разведенный крахмал. Довести все вместе до кипения и сбрызнуть душистым растительным маслом.

## **«Три барана»**

*400 г мякоти баранины, 100 г репчатого лука, по 200 г бараньих печени и почек, 60 г соевого соуса, 30 г крахмала, 20 г водки, 2 г молотого имбиря, 100 г чесночного стебля, 100 г душистого растительного масла*

Мясо и субпродукты промыть и мелко нарезать. Обмакнуть кусочки в смесь соевого соуса с крахмалом и обжарить на масле, энергично помешивая, в течение 10 мин.

Добавить нарезанный соломкой лук, водку, соевый соус, имбирь и чесночный стебель. Перемешать продукты несколько раз в течение 2–3 мин и подать к столу.

## **Лосось (семга) в апельсиновом соусе**

*500 г филе лосося (семги), 1 крупный апельсин, сок 1/2 лимона, 1 пучок петрушки, 2 ст. ложки оливкового масла, 5 ст. ложек белого вина, 1 ст. ложка крахмала, соль по вкусу*

Разрезать филе рыбы на небольшие кусочки. Выжать сок из апельсина, мелко нарезать апельсиновую цедру и петрушку.

Смешать на разогретой сковороде масло, вино, петрушку, апельсиновый и лимонный сок, цедру и соль. Когда полученная масса закипит, положить в нее филе.

Тушить рыбу на среднем огне в течение 10 мин. Затем выложить ее, прибавить огонь и всыпать крахмал. Готовить смесь еще 2 мин, пока она не загустеет.

Полученным соусом полить рыбу и подавать к столу.

## **Рулет паровой по-пекински**

*350 г судака, 200 г шпика, 4 яйца, 2 ст. ложки крахмала, 1 ст. ложка кунжутного (или оливкового) масла, 15 г имбиря, репчатый лук*

Несолёный свиной шпик, филе судака и репчатый лук нарезать на кусочки и все вместе пропустить через мясорубку с мелкой решеткой.

В получившийся фарш добавить белки двух яиц, кунжутное масло, имбирь и крахмал.

Фарш тонким слоем выложить на приготовленный из оставшихся яиц блин. Затем свернуть его в виде трубочки, положить в специальный поддон и варить на пару до готовности.

Готовый рулет смазать кунжутным маслом, охладить и хранить в холодном месте.

Перед подачей к столу рулет нарезать тонкими ломтиками. Мелкие кусочки, оставшиеся после нарезки рулета, выложить в центре тарелки, а сверху черепицей разложить ломтики рулета.

## **Креветки в кисло-сладком соусе**

*500 г свежемороженых (или варено-мороженых креветок), 50 г свиного жира, 2 ст. ложки соевого соуса, 3–4 зубчика чеснока, 15 г свежего имбиря, 1 ст. ложка водки, 40 г крахмала, 40 мл воды, 2 ст. ложки сахара, 1 яичный белок, 2 ст. ложки уксуса, 50 мл бульона, 100 мл холодной воды, зеленый лук,*

Креветки почистить, промыть, откинуть на дуршлаг и дать полностью стечь воде.

Запанировать креветки в смеси белка, крахмала и холодной воды. Обжарить их в течение 1–1,5 мин во фритюре и снова откинуть на дуршлаг.

Приготовление соуса: смешать соевый соус, уксус, сахар, бульон, крахмал (разведенный холодной водой), нарезанные соломкой зеленый лук, имбирь и мелко нарубленный чеснок.

На сковороду, где осталось небольшое количество жира, вылить приготовленный соус и, непрерывно помешивая, варить до загустения.

Обжаренные креветки положить в соус, перемешать, влить немного растопленного свиного сала и подать на стол.

## Салат закусочный

*300 г редьки, 2 свежих огурца, 1 небольшой пучок зеленого лука, 1/2 стакана сметаны, 1/4 ч. ложки лимонной кислоты, 2 ст. ложки порубленного укропа, соль по вкусу*

Очистить от кожицы редьку и натереть ее на терке с крупными отверстиями.

Очистить и нашинковать соломкой свежие огурцы.

Овощи перемешать, посолить, заправить лимонной кислотой.

Затем выложить горкой в салатник, посыпать шинкованным зеленым луком, полить сметаной и посыпать мелко нарезанным укропом.

## Салат из цветной капусты

*1 кг цветной капусты, 100 г моркови, 1 стручок красного перца, 1 стручок зеленого сладкого перца, 1 ч. ложка соли, 1 ст. ложка сахара, 1/4 ч. ложки кориандра, 1/4 ч. ложки черного перца, 1/4 ч. ложки красного перца, 1 пучок укропа, 1 щепотка лимонной кислоты*

Цветную капусту промыть, очистить, нарезать и пробланшировать в течение 3 мин.

Морковь промыть, почистить и нашинковать. Сладкий перец очистить от семян, перегородок и мелко нарезать колечками. Укроп помыть и измельчить.

Подготовленные овощи смешать. Заправить кушанье смесью соли, сахара, перца, кориандра и лимонной кислоты.

## **Рулет «Ессентуки»**

*250 г говядины, 300 г сырокопченого окорока (со шкуркой), 2 ст. ложки сметаны, 1 луковица, 1–2 зубчика чеснока, лимонная кислота, черный молотый перец, соль по вкусу*

Из говядины и окорока приготовить фарш. Добавить сметану, мелко нарезанные лук и чеснок. Посолить его, поперчить и хорошенько перемешать.

На влажную салфетку выложить фарш, придать ему форму валика, перевязать ниткой.

Варить на медленном огне в подкисленном рассоле в течение 2 ч.

Рулет охладить. Затем, сняв салфетку, нарезать и полить соусом.

## **Закуска «Украинская»**

*20 г свеклы, 25 г свежей белокочанной капусты, 10 г свежих яблок, 10 г майонеза, 20 г ветчины, 85 г жареного филе гуся, 10 г свежих огурцов, 20 г помидоров, 1 яйцо, 5 г зелени петрушки, лимонная кислота, соль*

Свеклу готовить в пароварке в течение 55–60 мин.

Очищенную свеклу, свежую белокочанную капусту и яблоки нарезать соломкой.

Капусту перетереть с солью и отжать. Смешать ее с яблоками, свеклой.

Заправить овощи майонезом и лимонной кислотой.

Салат украсить кусочками ветчины, гусяного филе, яйца, огурцов, помидоров и зеленью петрушки (или листьями зеленого салата).

## **Баклажаны с бараниной**

*700 г баранины, 3 головки репчатого лука, 4 ст. ложки топленого масла, 600 г баклажанов, 1 щепотка лимонной кислоты, 1 пучок зелени петрушки, 1 ч. ложка корицы, 1 щепотка шафрана, 2 зубчика чеснока, 1 1/2 ч. ложки соли, 1/2 ч. ложки перца, бульон*

Баранину нарезать кусочками и обжарить на масле, добавить пассерованный лук, лимонную кислоту, немного бульона, специи и тушить до готовности.

Баклажаны очистить от кожицы, бланшировать в кипящей воде. После этого нарезать овощи кубиками и обжарить.

Положить баклажаны в соус с бараниной, добавить измельченный чеснок и довести блюдо до готовности. Затем заправить настоем шафрана.

При подаче посыпать блюдо рубленой зеленью.

## Гиймя-хингал

*700 г баранины, 5 ст. ложек топленого масла, 1 головка репчатого лука, 1 щепотка лимонной кислоты, 150 г мацони, 2 зубчика чеснока, 100 г брынзы, 1 ч. ложка корицы, 1/2 ч. ложки перца*

*Для теста: 1 яйцо, 1/2 стакана пшеничной муки*

Мякоть баранины вместе с луком пропустить через мясорубку. Добавить перец, соль и обжарить на раскаленной сковороде с разогретым маслом, непрерывно помешивая – чтобы не было комков.

Затем в массу добавить лимонную кислоту.

Приготовление теста: смешать муку, яйца, соль и воду. Крутое тесто раскатать до толщины 1 мм и нарезать ромбиками (хингал).

Отварить хингал в кипящей подсоленной воде и откинуть на дуршлаг.

При подаче сначала положить хингал, сверху – обжаренный фарш, посыпанный тертой брынзой и корицей.

Отдельно подать мацони с измельченным чесноком.

## Овощной салат по-испански

*2 красные луковицы, 500 г небольших баклажанов, 2 красных перца, 3 твердых помидора, 8 зубчиков чеснока, 1 ч. ложка тмина, сок 1 лимона, 4 ст. ложки оливкового масла, 3 ст. ложки белого винного уксуса, 2 ст. ложки мелко нарубленной зелени петрушки, соль по вкусу*

Запечь луковицы в духовке (при температуре 180 °С) в течение 10 мин. Положить баклажаны и запекать еще 10 мин, затем добавить сладкий перец и держать в духовке еще 5–7 мин. После этого положить помидоры и 6 зубчиков чеснока. Запекать все вместе 15 мин – пока все овощи не станут мягкими.

Вынуть готовые овощи из духовки, остудить, почистить: из перцев вынуть сердцевину и нарезать тонкой соломкой; из помидоров удалить семена и нарезать ломтиками. Баклажаны нарезать полосками, лук – кольцами.

В ступке размять оставшийся чеснок и тмин. Влить сок лимона, масло и уксус; взбить, посолить по вкусу.

Полить соусом приготовленные овощи и посыпать зеленью петрушки.

Подавать к столу в холодном виде.

## **Салат пикантный (из макарон)**

*400 г макарон («рожков»), 150 г маслин (без косточек), 10 г каперсов, 3 филе анчоусов, 200 г помидоров, 2 ст. ложки винного уксуса, 4 ст. ложки оливкового масла, сахар, 3 зубчика чеснока, вода, соль, перец, кресс-салат*

Отварить макароны в подсоленной воде, промыть кипятком, остудить.

Соединить маслины, каперсы, макароны и мелко нарезанные анчоусы.

Каждый помидор разрезать пополам и добавить в салат – вместе с соцветиями кресс-салата.

Уксус, оливковое масло, сахар и измельченный чеснок смешать; посолить и поперчить.

Полить салат полученной уксусной заправкой. Все аккуратно перемешать.

## **Салат по-швейцарски**

*200 г сыра, 200 г ветчины, 200 г вишни, 2 стебля сельдерея, 250 г отварных макаронных изделий, 2 ст. ложки винного уксуса, 3 ст. ложки растительного масла, 1 яичный желток, 50 г ядер грецких орехов, по 1/4 ч. ложки красного и черного молотого перца, чесночного порошка и соли*

Сыр и ветчину нарезать кубиками. Ягоды вымыть и вынуть из них косточки. Сельдерей нарезать ломтиками толщиной 1 см.

Сыр, сельдерей, ветчину и макароны перемешать в миске.

Уксус смешать с растительным маслом, яичным желтком, пряностями и полить этим соусом продукты.

Посыпать салат орехами и вишней.

## **Лук репчатый аринованный**

*4–5 луковиц, 2 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки уксуса, сахар, лавровый лист, гвоздика*

Лук очистить, промыть и нарезать тонкими кольцами.

Уксус и растительное масло налить в эмалированную миску. Добавить сахар, соль и специи. Туда же положить подготовленный лук. Периодически помешивая, нагреть его до 75–80 °С.

Затем лук быстро охладить, переложить в фарфоровую (эмалированную, керамическую или другую неокисляющуюся) посуду и оставить на 2–3 дня в прохладном месте.

Готовый лук должен быть сочным и слегка хрустящим.

## Салат из огурцов с перцем

*500 г свежих огурцов, 1 ст. ложка сахарного песка, 1/4 ч. ложки соли, 1 ст. ложка уксуса, 2 стручка красного перца, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка душистого черного перца (горошком)*

Огурцы вымыть и по спирали снять с них кожуру (не выбрасывать!). Очищенные огурцы нарезать небольшими брусочками, а кожуру – тоненькой соломкой. Посолить ее, отжать жидкость и выложить, вместе с огурцами, в миску. Добавить сахар, уксус и все перемешать.

В сковородке перекалить масло с горошинами душистого перца; почувствуется его аромат – зерна вынуть, огонь усилить и поджарить в масле нарезанные соломкой стручки красного перца.

Затем заправить огуречную смесь маслом с красным перцем.

Перед подачей к столу кушанье хорошо перемешать.

## **Салат из огурцов с уксусом**

*200 г свежих огурцов, 30 мл соевого соуса, 1 ст. ложка кунжутного масла, 1 ч. ложка уксуса*

Огурцы вымыть, срезать кожицу с концов, а их самих разрезать вдоль пополам.

Каждую половину огурца слегка отбить боковой стороной ножа (чтобы сделать ее более плоской) и нарезать крупными дольками.

Огурцы выложить горкой в салатники, полить 1/6 частью соевого соуса, смешанного с кунжутным маслом и уксусом. Оставшийся соевый соус подать отдельно.

## **Телятина маринованная**

*1 кг телятины, 1 ст. ложка топленого масла, 50 г шпика*

*Для маринада: 200 мл уксуса, 400 мл воды, 1 луковица, 1 небольшой корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 средняя морковь, лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу*

Воду вскипятить с приправами, охладить и добавить уксус.

Телятину обложить нарезанными овощами и залить маринадом так, чтобы она была покрыта наполовину (оставшийся маринад сохранить). Положить на мясо груз и поставить в холодильник на 2 суток, периодически переворачивая.

## **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.