



экспресс-рецепты

Дарья Нестерова

ШАШЛЫКИ и блюда на гриле



 **ПИТЕР**

Экспресс-рецепты

Дарья Нестерова

**Экспресс-рецепты.
Шашлыки и блюда на гриле**

«Питер»

2013

Нестерова Д. В.

Экспресс-рецепты. Шашлыки и блюда на гриле /

Д. В. Нестерова — «Питер», 2013 — (Экспресс-рецепты)

Летний сезон немыслим без традиционных развлечений – дачи, мангала и, конечно, шашлыков! 100 лучших, разнообразных, оригинальных рецептов шашлыков и блюд на гриле не оставят вас равнодушными. Удивите друзей новыми вкусами и летним настроением!

© Нестерова Д. В., 2013

© Питер, 2013

Содержание

Предисловие	5
Часть 1. Готовим по правилам	6
Глава 1. Подготовка продуктов	7
Мясо	7
Рыба и морепродукты	7
Овощи	8
Глава 2. Приготовление маринада	9
Глава 3. Жаренье на мангале	10
Часть 2. Готовим на мангале. Лучшие рецепты	11
Глава 1. Традиционные шашлыки из баранины и говядины	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Дарья Нестерова

Экспресс-рецепты.

Шашлыки и блюда на гриле

Предисловие

Продумываете меню пикника? Готовитесь к дачному сезону? Планируете отправиться на охоту или рыбалку? Или наконец-то купили мангал и вспоминаете все известные вам рецепты шашлыков и блюд на гриле? Если хотя бы на один из вопросов вы ответили утвердительно, тогда книга, которую вы держите в руках, как будто специально создана для вас. Ведь в ней собрано более ста рецептов вкуснейших кушаний, среди которых вы обязательно выберете те, которые вам понравятся.

Приведенные на страницах издания рецепты рассчитаны как на начинающих кулинаров – тех, кто только постигает искусство жаренья шашлыков и блюд на гриле, так и на опытных поваров, которые, достигнув мастерства в приготовлении целого ряда вкуснейших блюд, не боятся экспериментировать, осваивая новые оригинальные рецепты.

Часть 1. Готовим по правилам

Не только начинающие, но и опытные кулинары считают, что если есть мангал и продукты – мясо (рыба), уксус и овощи, то получится и шашлык. Это ошибочное мнение, и те, кто в совершенстве владеет искусством приготовления мяса (рыбы) над раскаленными углями, прекрасно это знают. Ведь чтобы блюдо не только выглядело аппетитно, но и обладало отличными вкусовыми качествами, недостаточно просто нарезать продукты, замариновать их, надеть на шампуры и обжарить. К предварительной нарезке, маринованию, а также непосредственно к процессу жаренья следует отнестись серьезно, иначе внешний вид или даже вкус кушанья разочарует вас.

Глава 1. Подготовка продуктов

Нельзя сказать, что предварительная подготовка продуктов – самая важная часть процесса приготовления шашлыков и блюд на гриле. Тем не менее следует соблюдать некоторые правила, особенно касающиеся обработки мяса и рыбы.

Мясо

Необходимо помнить, что все мясо, кроме птицы, нарезают поперек волокон. Это правило желательно соблюдать, иначе ломтики прожарятся неравномерно.

Говядина. В основном для шашлыка используют вырезку, грудинку, филею, верхнюю часть оковалка, антрекот или внутреннюю часть задней ноги. Для жаренья на гриле вполне подойдут и ребра.

Перед маринованием или непосредственно перед приготовлением (если по рецепту маринование не требуется) мясо тщательно промывают, срезают пленки, а затем нарезают кусочками по 20–50 г, реže – более крупными ломтиками.

Баранина. Для шашлыка подойдет вырезка (мякоть задней ноги) и реберная часть. В большинстве рецептов используется курдючное сало, особенно если шашлык делают из постного мяса. Баранину можно нарезать крупнее, чем говядину, поскольку она требует менее длительной тепловой обработки. Предварительная подготовка такая же, как и для говядины.

Свинина. Для шашлыка и блюд на гриле подойдут вырезка, шея, краешки и грудинка. Нарезать мясо можно крупными ломтиками, так как свинина прожаривается относительно быстро, особенно предварительно замаринованная.

Кролик. Для шашлыка используют мясо, срезанное со всей тушки. Предварительно тушку вымачивают или маринуют, после чего отделяют от костей мясо и обрабатывают его согласно рецепту.

Птица. Для шашлыков подойдут грудка, ножки и бедра, для блюд на гриле – еще и крылышки. Кроме того, птицу, например цыплят или перепелов, можно нанизывать на шампур или вертел целиком. Для приготовления большинства блюд предварительно требуется срезать с птицы кожу.

Дичь. Для шашлыков и блюд на гриле используют только обработанную дичь – ошпаренную, выпотрошенную и вымоченную. Доверить это лучше специалистам, поскольку неправильно подготовленное мясо будет обладать специфическими вкусом и запахом, особенно это касается зайца, кабана и болотной дичи.

Рыба и морепродукты

Рыба и морепродукты, приготовленные над раскаленными углями, – идеальное блюдо для тех, кто соблюдает диету, а также для любителей изысканной кухни. К тому же по пищевой ценности эти продукты не уступают мясу, а по содержанию некоторых веществ даже превосходят его.

Рыба. Для шашлыка лучше всего выбрать рыбу с небольшим количеством костей. К такой можно отнести почти всю морскую рыбу. Из речной хорошо подойдут сом, красная рыба, а также осетр, судак, стерлядь. Для запекания на решетке можно использовать практически любую рыбу.

Конечно, лучше всего готовить свежую рыбу, то есть недавно выловленную. Замороженное филе или тушки теряют часть питательных веществ и уже не обладают столь отменными вкусовыми качествами. Но это в идеале. На деле же не всегда удается приобрести живую или

только что уснувшую рыбу, поэтому приходится довольствоваться продуктами из супермаркетов. Там, как правило, продаются предварительно подготовленные тушки или стейки рыбы. Их требуется только промыть, обсушить салфеткой и готовить так, как указано в рецепте. Если все же используется только что выловленная рыба, к ее обработке следует отнестись со всей серьезностью, поскольку от этого будет зависеть вкус готового блюда.

Рыбу с чешуей следует почистить, ту, что без чешуи, – тщательно промыть. Плавники, особенно колючие, желательно срезать. Далее рыбу необходимо выпотрошить. Для этого брюшко прокалывают острым ножом в районе анального отверстия и делают надрез до жаберных крышек. После этого удаляют внутренности и тщательно промывают брюшко. Если тушку планируется готовить вместе с головой, то обязательно вынимают жабры, в противном случае готовое блюдо приобретет неприятный горьковатый привкус.

Морепродукты. Для шашлыков и блюд на гриле используют преимущественно креветок, кальмаров, мелких осьминогов или щупальца крупных. Вкусное жаркое получается из мидий. В продаже сейчас редко можно встретить неочищенные морепродукты (за исключением креветок), поэтому особых проблем с предварительной подготовкой их для жаренья не возникнет.

Овощи

Овощи входят в состав мясных и рыбных кушаний, а также подаются к столу в качестве самостоятельных блюд или гарниров. Перед приготовлением их тщательно моют, чистят, если требуется, и нарезают, – как правило, кружочками, кольцами или кусочками для шашлыков и ломтиками для жаренья на решетке.

Для маринадов используют в основном репчатый лук, чеснок и зелень, реже – корни и сельдерей, для нанизывания на шампуры и шпажки – цуккини, баклажаны, помидоры, стручковый перец, картофель, для жаренья на решетке помимо перечисленных – цветную и брюссельскую капусту, брокколи, стручковую фасоль, сельдерей, лук-порей.

Глава 2. Приготовление маринада

Маринады – неотъемлемая часть большинства рецептов шашлыков и блюд на гриле, они улучшают вкус продуктов, придают им сочность и аппетитный аромат. Классический маринад – смесь уксуса и различных специй. При этом качество раствора прежде всего зависит от уксуса – рекомендуется использовать яблочный, виноградный или винный уксус, а не разведенную водой эссенцию.

Для маринования мяса, птицы и рыбы уксус заменяют вином, кисломолочными продуктами, соусами (майонезом, соевым, томатным), кислыми соками. Как правило, в состав маринада входят репчатый лук и пряности. Можно добавлять и другие продукты, например зелень, чеснок, сельдерей, ломтики цитрусовых и т. д.

Многие считают приготовление маринада творческим занятием. Ведь в смесь для маринования можно добавить практически любые специи, зелень, овощи и фрукты. Это конечно так. Однако существует несколько рекомендаций, касающихся приготовления основы для маринада.

Рекомендации по использованию маринада

Основа для маринада	Наиболее подходящие продукты для маринования
Яблочный или виноградный уксус	Баранина, говядина, гусь, утка, кролик, мясо зайца, болотная дичь
Винный уксус	Баранина, говядина, кролик
Лимон	Любое мясо, рыба и морепродукты
Апельсин	Птица, свинина, красная рыба
Лайм	Курица, форель, горбуша, морепродукты
Гранатовый сок	Баранина, говядина
Грейпфрут	Курица, утка, индейка, рыба
Яблочный сок	Птица, свинина
Белое вино	Любое мясо, рыба, морепродукты
Красное вино	Баранина, говядина
Шампанское	Птица
Майонез	Любое мясо, рыба, морепродукты
Сметана	Дичь, кролик, цыпята, перепела, постная говядина
Кисломолочные продукты	Телятина, свинина, птица
Горчица	Говядина, свинина, баранина, птица
Соевый соус	Свинина, птица, рыба, морепродукты
Минеральная вода	Свинина, мясо ягненок, птица, говядина
Томатный сок	Свинина, птица
Пиво	Свинина, птица

Глава 3. Жаренье на мангале

Необходимо серьезно подойти к выбору дров и подготовке углей для жаренья шашлыков и блюд на гриле. От этого зависит не только температура, при которой готовятся продукты, но и вкус готового кушанья. Также важно контролировать весь процесс тепловой обработки, в противном случае продукты прожарятся неравномерно, подгорят, пересохнут либо вообще будут сырыми.

Угли. Для разжигания мангала лучше всего использовать древесный уголь из ольхи или березы. Ароматный дым от таких углей идеально сочетается со вкусом мяса и рыбы. При этом они не перебивают, а лишь дополняют вкус продуктов, насыщая его. Также подходящими считаются ветки фруктовых деревьев, виноградная лоза, дуб и липа.

Если нет готового угля, то можно обжечь его самостоятельно. Делать это лучше в отдельном костре, а подготовив угли, переложить их с помощью щипцов в мангал. Если разводить костер непосредственно в мангале, зола и угольная пыль могут попасть на продукты. Не рекомендуется использовать жидкости для разжигания костра, так как они могут иметь специфический запах, который затем впитают в себя продукты.

Необходимо все время следить за тем, чтобы угли горели ровным алым цветом. Черные вкрапления говорят о том, что угли разгорелись недостаточно.

Угли ровным слоем распределяют по мангалу, крупные разбивают на кусочки. По углам и бортикам мангала желательно разместить немного больше углей. Когда угли покроются тонким слоем белого пепла (а это значит, что температура горения подходящая), можно приступать к жаренью.

Процесс жаренья. Во время жаренья шашлыка шампуры следует часто переворачивать. Нужно следить еще и за тем, чтобы угли не воспламенялись. Если такое произойдет, например капнет жир с мяса, следует незамедлительно сбрызнуть угли водой.

Что касается времени приготовления продуктов, то это зависит от многих факторов: размеров ломтиков, времени и способа маринования, качества продуктов и даже от вида древесины, используемой для углей. В среднем морепродукты жарятся не более 5 минут, рыба и субпродукты – 8–10 минут, баранина – 15–20 минут, говядина – 20–25 минут, свинина и птица – 15 минут, овощи – от 3 до 15 минут, грибы – 10–15 минут.

Часть 2. Готовим на мангале. Лучшие рецепты

Глава 1. Традиционные шашлыки из баранины и говядины

Для приготовления классического шашлыка используется преимущественно баранина, реже – говядина. В этой главе вы найдете лучшие рецепты восточной и азиатской кухни.

Традиционный шиш-кебаб

«Шиш-кебаб» в переводе с турецкого означает «мясо, жаренное на шампурах». В Турции для шашлыка традиционно используют баранину и телятину, реже – курицу. Несмотря на простоту приготовления, шашлык считается праздничным блюдом, поэтому к выбору и предварительной подготовке продуктов для него, а также к жаренью, во всех восточных странах, в том числе и в Турции, относятся весьма серьезно.

Время приготовления – 2,5 часа.

Ингредиенты на 3–4 порции:

- ✓ 1,5 кг нежирной баранины (мякоти задней ноги);
- ✓ 2 средних лимона;
- ✓ 2–3 средние луковицы;
- ✓ 1 пучок зелени петрушки;
- ✓ 4–6 зубчиков чеснока;
- ✓ 1 ч. ложка зиры;
- ✓ 1 ч. ложка черного молотого перца;
- ✓ соль.

Приготовление

1. Лимоны вымойте, 1,5 лимона нарежьте кружочками, из оставшейся половинки выжмите сок и смешайте его с водой в соотношении 1: 1. Лук очистите, вымойте, нарежьте кольцами.

2. Мясо промойте, нарежьте кусочками по 40–50 г, положите в эмалированную посуду, посолите, посыпьте зирой и перцем, перемешайте с кружочками лимона, маринуйте в течение 1 часа.

3. Мясо и лук нанижите на шампуры, жарьте над раскаленными углями до готовности, периодически переворачивая и сбрызгивая водой с лимонным соком.

4. Зелень петрушки вымойте и измельчите. Чеснок очистите, вымойте, мелко нарежьте, перемешайте с зеленью. Посыпьте шашлык приготовленной смесью.

Шиш-кебаб по-трабзонски

Время приготовления – 2,5 часа.

Ингредиенты на 3–4 порции:

- ✓ 1,5 кг нежирной баранины (мякоти задней ноги);
- ✓ 1 апельсин;
- ✓ 2,5 ст. ложки ядер грецких орехов;
- ✓ 2–3 средние луковицы;
- ✓ 2 пучка зелени кинзы;
- ✓ 1 корень петрушки;

- ✓ 2 ст. ложки яблочного уксуса;
- ✓ 1 ч. ложка кориандра;
- ✓ 1 ч. ложка красного молотого перца;
- ✓ соль.

Приготовление

1. Апельсин вымойте, срежьте и измельчите цедру. Из мякоти выжмите сок, смешайте его с водой 1: 1, добавьте толченые ядра грецких орехов.
2. Лук очистите, вымойте, нарежьте кольцами. Корень петрушки вымойте, очистите, натрите на мелкой терке.
3. Мясо промойте, нарежьте кусочками по 40–50 г, положите в эмалированную посуду, посолите, посыпьте кориандром и перцем, перемешайте с луком, корнем петрушки, уксусом и апельсиновой цедрой, маринуйте в течение 1 часа.
4. Мясо и лук нанижите на шампуры, жарьте над раскаленными углями до готовности, периодически сбрызгивая приготовленной смесью из сока и орехов.
5. Зелень кинзы вымойте, нарубите, посыпьте ею готовый шашлык.

Шиш-кебаб с ткемали, картофелем и баклажанами

Шиш-кебаб часто маринуют с добавлением ткемали или другого острого соуса, подают к столу с жареными на решетке овощами – сладким перцем, цуккини, картофелем, баклажанами, луком.

Время приготовления – 3 часа.

Ингредиенты на 3–4 порции:

- ✓ 1 кг баранины;
- ✓ 200 г курдючного сала;
- ✓ 4 ст. ложки соуса ткемали;
- ✓ 4 клубня картофеля;
- ✓ 2 баклажана;
- ✓ 2 ст. ложки оливкового или подсолнечного масла;
- ✓ $\frac{1}{2}$ пучка зелени укропа;
- ✓ соль.

Приготовление

1. Мясо и сало промойте, нарежьте кусочками по 40–50 г, выложите в эмалированную посуду, посолите, добавьте ткемали, тщательно перемешайте. Маринуйте 1,5–2 часа.
2. Картофель вымойте, очистите, нарежьте кружочками. Баклажаны вымойте, нарежьте кружочками.
3. Мясо и сало нанижите вперемежку на шпажки. Жарьте над раскаленными углями до готовности.
4. Картофель и баклажаны посолите, полейте оливковым маслом и жарьте на решетке до готовности.
5. Зелень укропа вымойте, нарубите.
6. Шашлык подавайте к столу с жареными овощами, посыпав укропом.

Шиш-кебаб по-стамбульски

Время приготовления – 3 часа.

Ингредиенты на 3–4 порции:

- ✓ 1,5 кг нежирной баранины;

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.