



Эдуард Алькаев

**Вторые блюда**

«Центрполиграф»

## **Алькаев Э. Н.**

Вторые блюда / Э. Н. Алькаев — «Центрполиграф»,

На страницах книги известный кулинар Эдуард Алькаев делится опытом приготовления вторых горячих блюд – мясных, рыбных, грибных, овощных и крупяных, а также пикантных соусов к ним. Доступные и оригинальные рецепты позволяют составить интересное меню и в будни, и в праздники.

# Содержание

Вступление	5
Мясные блюда	7
Блюда из кускового мяса	8
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# Эдуард Алькаев

## Вторые блюда

### Вступление

Вторые горячие блюда подразделяются на мясные, рыбные, грибные, а также на гарниры к ним – из овощей, круп и макаронных изделий. Вторые горячие блюда наравне с первыми горячими блюдами (в отличие от холодных блюд и закусок) относятся к основным.

За многие века и даже тысячелетия развития кулинарного искусства человечество выработало десятки самых разнообразных способов нагрева пищи. Но как бы они не были многочисленны, все они делятся на две большие группы: приготовление на открытом огне и приготовление, изолированное от огня (в посуде).

Приготовление пищи на открытом огне, когда продукт не защищен ничем, – самый древний способ тепловой обработки. Наряду с жарением на вертелах и шампурах, то есть прутьях, протыкающих продукты, существует жарение на решетках и запекание в золе. Разновидностью открытого огня, применяемого и в наши дни, является среднеазиатская и закавказская глиняная печь – тандыр. Источником тепла в тандыре служат открытые раскаленные угли, лежащие на дне печи.

Однако приготовление продукта на открытом огне не позволяло добавлять в него жидкости и жиры. Этого удалось достичь лишь с применением посуды, когда благодаря ей тепло действовало на пищу не непосредственно, а через какую-либо быстро раскаляемую среду – масло, воду, молоко, вино и т. п. Таким образом, человечество обогатилось вареной, жареной и тушеной пищей.

Попытка отказаться от водяной или масляной среды привела к появлению фольги, неожиданно соединившей в себе два главных способа тепловой обработки пищи. Выполняя в какой-то степени роль посуды, фольга защищает продукт от открытого огня, но в тот же время запекание в ней не требует никакой промежуточной среды, что ускоряет процесс приготовления пищи.

Основными способами тепловой обработки вторых горячих блюд являются запекание, жарение, варка и тушение.

Запекание характеризуется расположением огня внизу, а запекаемого продукта – выше огня, в подвешенном состоянии на шампуре, вертеле или решетке. Запекание разделяется на три вида: открытое или обжигание (грилирование), закрытое и краткое. В свою очередь закрытое запекание может быть под крышкой, герметическое, в фольге и закрытое в естественной оболочке (рыба в чешуе, не распоротая). Запекают овощи, фрукты, рыбу, мясо, дичь (птицу), причем, каждая группа продуктов имеет свои особые, только ей присущие способы подготовки.

Варка – один из главных кулинарных процессов, способ приготовления любого пищевого продукта (овощей, фруктов, рыбы, теста и др.) во всякой жидкой или парообразной среде (за исключением масел и сахара). Чаще всего варку ведут в воде и молоке, но также это может происходить и в соках, отварах и т. д. Несмотря на кажущуюся простоту, варка тем не менее способ даже более сложный, чем запекание и тушение, ибо любое изменение в характере варки ведет за собой перемену вкуса, аромата и даже перемену питательных веществ в пищевых продуктах.

Еще более сложным процессом тепловой обработки является жарение. Жарением называется приготовление любого вида пищевого сырья при помощи нагревания его в маслах и жирах в металлической посуде. Жарение наиболее распространено в восточных кухнях. Жарение разделяется на шесть категорий: обжаривание, поджаривание, пассерование, пражение,

жарение во фритюре и жарение в парах масла. Границей между ними служит соотношение масла и жареного продукта. Для получения вкусного жареного блюда следует сначала раскалить сковородку, только затем влить туда масло и перекаливать его в течение 4–5 минут лучше всего с пряностями.

Тушение – приготовление блюда с помощью масла, воды и кислот, соединенных вместе. Это процесс вспомогательный, а не самостоятельный и во всех случаях завершающий: он невозможен без жаренья и может быть продолжением варки. Тушат, в основном, мясо, птицу, твердые овощи, требующие лучшей разварки.

Но прежде чем приступить к собственно тепловой обработке, необходима тщательная первичная обработка. То есть любой продукт, предназначенный для тепловой обработки (будь то мясо, рыба или овощи), следует хорошо промыть, снять поверхностный слой, вычистить все повреждения и т. п., то есть превратить продукт в полуфабрикат. После первичной обработки следует холодная обработка продуктов или разделка их на части. Следует иметь в виду, что от вида нарезки во многом зависит время варки, поэтому желательно, чтобы не было разнобоя в размерах и форме нарезки в одном и том же блюде.

Для предварительного размягчения мяса и рыбы можно отбить их деревянным молотком в куске, измельчить скоблением и сечением либо провернуть в мясорубке. Кроме того продукты можно обволочь тестяной оболочкой, или кляром, для жарения, завернуть в фольгу для запекания, запанировать (обвалить) в муке или сухарях перед жарением либо жарить в оболочке из взбитого яйца.

Такие сырые фарши и начинки используются либо совершенно самостоятельно для котлет, биточков, крокетов, либо для пельменей. Первые три обжаривают, последние отваривают.

Все эти названия (котлеты, биточки, крокеты) связаны исключительно с формой изделия, а вовсе не с особенностями приготовления или вкуса. Все дело в тщательном приготовлении сырого фарша. Для наилучшего изготовления фарша из мяса следует тщательно выбрать жилки и фасции, хорошо, тщательно дважды провернуть его через мясорубку, перемешать. Добавить лук, перец, яйцо, хлеб, вновь промять и дать выстоять час на холоде (но не на морозе). Тогда можно либо панировать его, либо завертывать в тестяную мантию.

Плоские, овальные или продолговатые куски фарша разной величины называются котлетами, круглые плоские кружочки равной толщины и диаметра – биточками, длинненькие колбаски, сформованные в холодной воде руками – люля-кебабом, а шарики величиной от яблока до грецкого ореха – крокетами.

Все эти формы можно делать не только из мяса и рыбы, но и из круп, из картофеля и других овощей – моркови, брюквы, репы, редьки, гороха. Но только крупы должны быть уже вареными, стать кашами, а картофель и другие овощи превратиться в пюре, то есть быть сваренными, а затем растертыми, истолченными и сдобренными молоком, маслом, яйцами. С кашами и пюре можно смешивать мясные и рыбные сырые фарши, и эти комбинированные фарши панировать и обжаривать, как и сырые.

Все сырые, полусырые и полувареные фарши нуждаются в последующем отваривании или обжаривании, но уже в составе готовых изделий: пельменей, котлет, биточков, крокетов.

## Мясные блюда

Ни один продукт в истории развития человечества не вызвал так много споров, основанных на национальной и религиозной почве, как мясо. Споры эти дошли и до наших дней. У разных народов сохранилось свое отношение к мясу. В Индии, например, не употребляют в пищу мясо коров, считая этих животных священными. Представители мусульманского мира до сих пор не употребляют в пищу свинину. Русский народ не употребляет в пищу мясо лягушек и собак. Но мясо лягушек считается деликатесом во Франции, а мясо собак используется в пищу в Корее.

Тем не менее, 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, D, РР и группы В. Все это свидетельствует о его несомненной биологической ценности.

Молодое мясо, особенно телятина, богато витамином D (противорахитным) и солями, которые стимулируют накопление и откладывание в организме кальция. Оно также удобно в приготовлении и сохраняет в готовом виде нежность и приятную консистенцию.

Мясо более старых животных следует использовать для соусов, подливок, для всех изделий из фарша: котлет, рулетов, запеканок, а также мясных начинок.

Консистенцию мяса можно также улучшить в процессе кулинарной обработки. Для этого существуют самые разнообразные способы – от отбивных механических приемов (отбивание мяса тупками, обратной стороной ножа и др.) до собственно кулинарных (маринование в уксусно-кислой среде, выдерживание в молоке и др.)

Из мяса и мясных продуктов готовят разнообразный ассортимент отварных, припущенных, жареных, тушеных и запеченных вторых блюд. К ним относятся плов, бефстроганов, рагу, гуляш, котлеты, зразы, бифштексы, лангеты, антрекоты, рулеты и т. д.

Для отварного мяса используют различные сорта мяса (массой не более 2 кг): закладывают его в горячую воду (на 1 кг мяса – 1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Лавровый лист кладут за 5 минут до окончания варки.

Для жаренья мясо подготавливают в виде крупных (массой 1–2 кг), порционных (массой 40 – 270 г) и мелких (массой 10–40 г) кусков. Куски мяса посыпают солью и перцем, кладут на разогретую сковороду или противень с жиром и жарят до образования поджаристой корочки.

Подготовленное мясо посыпают солью, перцем и обжаривают на плите или в жарочном шкафу до образования корочки. Овощи, входящие в состав соуса, обжаривают отдельно или вместе с мясом, добавляя их после того, как мясо слегка обжарится, затем это все заливается бульоном. Тушат мясо при слабом кипении под крышкой.

Мясо и мясные продукты предварительно варят, припускают или жарят, а затем запекают с овощами, кашами вместе с соусом или без него в жарочном шкафу при температуре 250–280 °С до образования румяной корочки.

Полуфабрикаты из рубленого мяса кладут на сковородку с нагретым жиром и обжаривают 3–5 минут с двух сторон до образования поджаристой корочки, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу.

Для улучшения вкуса и аромата мяса во время приготовления в него добавляют (как правило за 15–20 минут до готовности) пряности, ароматические корни, репчатый лук и томатную пасту.

## Блюда из кускового мяса

### Кисло-сладкое мясо

Мясо телятины, баранины или говядины нарезать порционными кусочками, посолить и обжарить с обеих сторон до образования золотистой корочки. Затем поместить в кастрюлю или сотейник, добавить перец, лавровый лист, мелко нашинкованный репчатый лук, воду и тушить при закрытой крышке около часа. Мясо вынуть, а сочок процедить. Добавить в него протертые сухари, пряники, томат, лимонную кислоту, сахар и продолжить тушить в нем мясо до готовности.

*Состав:* мясо – 1 кг, лук – 6 шт., топленый говяжий жир – 2 ст. ложки, томат – 2 ст. ложки, сахарный песок – 2 ст. ложки, сухари – 2 ст. ложки, медовые пряники – 2 шт., лимонная кислота, лавровый лист – 2 шт., соль, перец.

### Мясо, жаренное с грибами и помидорами

Почечную часть корейки или мякоть задней ноги телятины, свинины, баранины обмыть, очистить от сухожилий, нарезать ломтиками и отбить тылкой. Отбитые ломтики посолить, положить на сковороду с разогретым маслом и жарить с обеих сторон до готовности (8 – 10 минут). Свежие белые грибы или шампиньоны очистить, промыть в холодной воде, нарезать ломтиками и поджарить на масле. Помидоры вымыть в холодной воде, разрезать пополам, посолить, посыпать перцем и тоже поджарить на масле.

При подаче на стол положить мясо на блюдо, сверху поместить грибы и помидоры и все залить томатным соусом, приправленным небольшим количеством мелко нарубленного чеснока. В качестве гарнира подать отварной картофель.

*Состав:* мясо – 500 г, грибы – 200 г, помидоры – 2 шт., масло, соль, перец, чесночный соус.

### Мясо маринованное тушеное

Мясо говядины (лопатка, покромка, боковая часть задней ноги, верхняя часть задней ноги) зачистить и промыть. Отдельно приготовить маринад: для этого отварить в воде пряности, добавить вино, лимонные дольки. Залить этим маринадом мясо и поставить его в холодильник на 1–3 дня. Затем мясо вынуть из маринада, обсушить и положить на сильно разогретую с топленным маслом сковороду. Жарить до образования коричневой корочки. Затем посолить, поперчить, добавить в сковородку маринад и тушить до готовности (если маринад будет интенсивно испаряться, следует добавлять горячую воду). Готовое мясо нарезать на ломтики, а на основе жидкости, в которой тушилось мясо, приготовить молочный соус.

Подавать с гарниром из запеченного картофеля, моркови, зеленого салата, украшенным зеленью.

*Состав:* мякоть говядины – 500 г, жир или топленое масло для жарки, мука для молочного соуса – 15 г; для маринада: маленький лавровый лист – 1 шт., толченая гвоздика – 1 шт., рубленые сельдерей и петрушка – 1 ст. ложка, перец – 2–3 горошины, соль, вода – 500 г, сухое вино – 90 г, лимон – 1/4 шт.

## Говядина тушеная

Мясо говядины (лопатка, покромка, боковая часть задней ноги) обмыть, посолить и целым куском положить на сильно разогретую сковородку с топленным маслом, затем обжарить со всех сторон до образования коричневой корочки. Обжаренное мясо переложить в кастрюлю, добавить томат, влить горячую воду так, чтобы она покрывала 2/3 части говядины, положить коренья, репчатый лук, нарезанный дольками, лавровый лист, перец горошком, закрыть кастрюлю крышкой и поставить на огонь тушить при медленном кипении 2–3 часа.

Готовое мясо вынуть из кастрюли, нарезать на ломтики поперек волокон. Отдельно приготовить томатный соус на основе жидкости, в которой тушилось мясо.

При подаче на тарелку положить ломтики тушеного мяса и гарнир (отварные макароны, картофельное пюре, жареный картофель, салаты). Мясо полить соусом, украсить блюдо зеленью.

*Состав:* мякоть говядины – 500 г, томат -1 ст. ложка, морковь – 1 шт., лук – 1 шт., петрушка, сливочное масло – 40 г, соль, перец, лавровый лист, зелень, томатный соус.

## Говядина, тушенная по-французски

Мясо говядины (боковая и наружная часть задней ноги) нарезать на ровные куски примерно по 300 г. Нашпиговать их нарезанным брусочками салом, предварительно обсыпанным мелко измельченной зеленью и чесноком, залить маринадом из вина, коньяка и масла и поставить на несколько часов на холод.

В кастрюлю положить кусок свинины с кожей, морковь, нарезанную ломтиками, и маринованные куски говядины, равномерно распределяя их между нарезанными кольцами луком, грибами, свежими помидорами без кожицы и маслинами без косточек. Добавить лавровый лист, соль, перец и оставшуюся зелень, влить в воду маринад, накрыть крышкой, смазать края крышки тестом, поставить в духовку среднего накала на 6–8 часов.

Подать, выложив на тарелку горкой и украсив зеленью.

*Состав:* говядина – 600 г, шпик или сало – 100 г, чеснок – 10 г, зелень петрушки – 20 г, белое сухое вино – 300 г, коньяк – 60 г, очищенное растительное масло – 120 г, свинина с кожей – 30 г, репчатый лук – 50 г, морковь – 50 г, свежие грибы -100 г, свежие помидоры – 50 г, лавровый лист -1 шт., маслины – 20 г, соль, перец, тесто.

## Говядина, тушенная с луком и картофелем

Говяжью вырезку промыть, нарезать кусочками весом 80 – 120 г, посолить их, посыпать перцем, обвалять в муке, а затем обжарить на сковороде со всех сторон до образования румяной корочки. Потом мясо сложить в кастрюлю. На сковороду, где жарилось мясо, влить стакан воды, прокипятить и процедить сквозь сито в кастрюлю с мясом, добавить еще 2 стакана горячей воды, закрыть крышкой и поставить тушить на слабом огне примерно на 2–2,5 часа. После тушения к мясу добавить отдельно поджаренный мелко нарезанный лук и обжаренный целый или разрезанный на 2–4 части картофель, лавровый лист, 2 гвоздики, 5–6 горошин перца и продолжать тушить мясо еще в течение полчаса.

При подаче на стол мясо посыпать зеленью петрушки или укропом. В качестве гарнира можно подать отдельно свежие огурцы, свежие помидоры и зеленый салат.

*Состав:* говядина – 500 г, картофель – 800 г, репчатый лук – 120 г, мука – 25 г, топленое масло – 40 г, картофель, лавровый лист, перец, соль, гвоздика, зелень.

## Говядина, тушенная с грибами

Мякоть говядины нарезать кусками, а нежирную копченую грудинку – мелкими кубиками. Все вместе обжарить с репчатым луком, залить бульоном, добавить томат-пюре, пряности, закрыть кастрюлю крышкой и тушить до готовности на слабом огне. На бульоне, в котором тушилось мясо, приготовить соус с добавлением тонко нашинкованных белых грибов или шампиньонов, предварительно поджаренных, и муки. В соус поместить готовое мясо и прокипятить. Подать с отварными макаронами или картофелем, отварным или жареным.

Тушеное мясо с грибами можно приготовить и без грудинки, соответственно увеличив при этом расход мяса.

**Состав:** говядина – 500 г, копченая грудинка – 100 г, грибы – 200 г, томат-пюре – 3 ст. ложки, репчатый лук – 1–2 шт., кулинарный жир – 2 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, лавровый лист, перец, соль.

## Говядина по-берлински

Приготовить маринад. Для этого белые коренья и репчатый лук нарезать ломтиками, добавить соль, перец, лавровый лист, уксус, немного воды и прокипятить.

Остывшим маринадом залить кусок хорошего мяса, сверху поместить ломтики лимона, накрыть салфеткой, смоченной в маринаде, и дать постоять три дня. Потом вынуть мясо, насухо вытереть его и обжарить со всех сторон на сковороде с маслом. После чего мясо положить в кастрюлю с обжаренными кореньями, залить маринадом и бульоном до половины высоты мяса, закрыть крышкой и поставить в духовку тушить до готовности.

При подаче на стол мясо нарезать крупными ломтями и полить сметанным соусом. Отдельно подать картофельное пюре, краснокочанную капусту, яблоки и зелень.

**Состав:** говядина – 600 г, сметанный соус – 125 г, морковь – 40 г, зелень, лимон, масло, гарнир; **для маринада:** репчатый лук – 40 г, белые коренья – 100 г, 3 %-й уксус – 150 г, вода – 150 г, лавровый лист, соль, перец.

## Говядина отварная с айвой и тыквой

Говядину (желательно грудинку) нарезать небольшими кусочками и обжарить на сковороде с несколькими ложками жира, добавить мелко нарезанный лук, прибавить очищенную от кожицы и нарезанную ломтиками айву, затем добавить такое же количество тыквы, нарезанной ломтиками, уксус, сахар, щепотку корицы и соль. Все это залить водой и поварить до полной готовности мяса (примерно 2 часа).

**Состав:** говядина – 1 кг, жир – 5 ст. ложек, репчатый лук – 2 шт., айва – 100 г, тыква – 100 г, 3 %-й уксус – 1 ч. ложка, сахарный песок – 15 г, вода – 4 стакана, корица – 1/2 ч. ложки, соль.

## Говядина отварная с овощами

Говяжье мясо поместить в посуду, залить водой, довести до кипения, снять пену, посолить и варить почти до готовности. За 30 минут до окончания варки положить морковь, брюкву, нарезанные дольками, капусту, нарезанную шашками.

Картофель сварить отдельно. Готовое мясо нарезать поперек волокон на ломтики и подать с овощами и сметанным соусом с луком, зеленью петрушки.

*Состав: говядина – 500 г, свежая морковь – 200 г, брюква – 100 г, свежая капуста – 300 г, картофель – 450 г, соус – 150 г, соль, перец, зелень.*

### **Говядина отварная под соусом хрен**

Мясо целым куском поместить в кастрюлю и залить горячей водой так, чтобы она только его покрывала. Кастрюлю накрыть крышкой и поставить на огонь. Когда вода закипит, снять шумовкой накипь и варить на слабом огне 2–2,5 часа. За 30 минут до окончания варки добавить очищенные и нарезанные дольками морковь, репу, белые части лука-порея или дольки репчатого лука, сельдерей, петрушку или пастернак, 2 лавровых листика, 5–8 горошин перца или немного стручкового красного перца, соль. Когда мясо и овощи будут готовы, бульон слить для приготовления соуса с хреном, а кастрюлю с мясом накрыть крышкой.

Перед подачей на стол мясо нарезать небольшими ломтиками, поместить на блюдо с овощами, добавить отварной картофель и залить соусом.

*Состав: говядина – 500 г, картофель – 800 г, морковь – 120 г, лук – 40 г, репа – 100 г, сельдерей, петрушка или пастернак – 30–40 г, лавровый лист, перец, соль; для соуса: корень хрена, 3 %-й уксус.*

### **Говядина отварная по-пекински**

Мясо говядины нарезать крупными кубиками, положить в кастрюлю, залить водой и варить до полуготовности. Затем бульон слить, залить мясо несоленым куриным бульоном, добавить водку, имбирь, укроп, лук, петрушку, душистый перец, гвоздику, корицу, сахар, соль и варить до готовности. При подаче положить мясо в глубокую тарелку, залить бульоном, в котором оно варилось, посыпать зеленым очень мелко нарезанным луком.

Отдельно в пиале подать отварной рис.

*Состав: говядина – 500 г, репчатый лук – 50 г, зеленый лук – 20 г, водка – 20 г, имбирь – 25 г, петрушка – 25 г, укроп – 25 г, сахарный песок – 15 г, перец, гвоздика, корица, соль, куриный бульон, рис.*

### **Говядина по-строгановски с горчицей**

Говядину нарезать маленькими квадратиками или соломкой, посыпать солью, перцем, растопить на сковороде 2 ложки масла, добавить туда ложку муки, нагреть и, помешивая, довести до кремового цвета. Развести стаканом бульона, прокипятить, добавить чайную ложку готовой горчицы, немного перца, 2 столовые ложки уже прожаренного томата. Соус этот слить со сковороды, а говядину на сильном огне обжарить на топленом масле, вновь залить соусом, добавить 2 ложки сметаны, прокипятить и подать с вареным картофелем.

### **Говядина, шпигованная овощами**

Крупные куски мяса нашпиговать морковью и петрушкой, нарезанными брусочками, посыпать солью и перцем. Можно также нашпиговать мясо шпиком. Шпигованное мясо обжарить, подлить немного бульона и тушить в жарочном шкафу до готовности. Перед подачей мясо нарезать поперек волокон по 1–2 куска на порцию, полить соусом. Подать с жареным картофелем, свежими огурцами, листиками салата.

*Приготовление красного соуса.* В кипящий бульон, оставшийся после тушения мяса, положить пассерованный лук, морковь, томат-пюре и варить 10–15 минут. Затем добавить

пассерованную муку, разведенную бульоном, и варить 10–15 минут. Готовый соус процедить, довести до кипения, добавить лавровый лист, протертые овощи, заправить по вкусу солью и перцем.

*Состав: говядина – 500 г, морковь – 60 г, томат-пюре – 45 г, репчатый лук – 30 г, мука – 15 г, лавровый лист, топленое сало – 15 г, корень петрушки, перец, соль.*

### **Говядина по-строгановски с горчицей**

Говядину нарезать маленькими квадратиками или соломкой, посыпать солью, перцем, растопить на сковороде 2 ложки масла, добавить туда ложку муки, нагреть и, помешивая, довести до кремового цвета. Развести стаканом бульона, прокипятить, добавить чайную ложку готовой горчицы, немного перца, 2 столовые ложки уже прожаренного томата. Соус этот слить со сковороды, а говядину на сильном огне обжарить на топленом масле, вновь залить соусом, добавить 2 ложки сметаны, прокипятить и подать с вареным картофелем.

### **Говядина, шпигованная овощами**

Крупные куски мяса нашпиговать морковью и петрушкой, нарезанными брусочками, посыпать солью и перцем. Можно также нашпиговать мясо шпиком. Шпигованное мясо обжарить, подлить немного бульона и тушить в жарочном шкафу до готовности. Перед подачей мясо нарезать поперек волокон по 1–2 куска на порцию, полить соусом. Подать с жареным картофелем, свежими огурцами, листиками салата.

*Приготовление красного соуса.* В кипящий бульон, оставшийся после тушения мяса, положить пассерованный лук, морковь, томат-пюре и варить 10–15 минут. Затем добавить пассерованную муку, разведенную бульоном, и варить 10–15 минут. Готовый соус процедить, довести до кипения, добавить лавровый лист, протертые овощи, заправить по вкусу солью и перцем.

*Состав: говядина – 500 г, морковь – 60 г, томат-пюре – 45 г, репчатый лук – 30 г, мука – 15 г, лавровый лист, топленое сало – 15 г, корень петрушки, перец, соль.*

### **Говядина по-деревенски**

Шпик нарезать маленькими кубиками, мясо – средними, репчатый лук – полукольцами. Все это обжарить, потом посолить, поперчить, добавить рубленый чеснок, небольшое количество воды и потушить до полуготовности. Затем сверху на мясо поместить помидоры и картофель, нарезанный ломтиками, посолить и потушить при закрытой крышке, по мере необходимости добавляя воду. Сверху посыпать зеленью.

Подать мясо в той же посуде, в которой оно тушилось.

*Состав: говядина – 500 г, свиной шпик – 250 г, репчатый лук – 80 г, свежие помидоры – 400 г, картофель – 400 г, соль, перец, чеснок, зелень.*

### **Говядина шпигованная**

Подготовить ровный кусок говядины. Шпик нарезать брусочками, морковь и петрушку – дольками. В говядине сделать проколы длинным и тонким ножом или металлической шпажкой, в которые вставить шпик и коренья, чередуя их так, чтобы получился рисунок по всей длине куска. Мясо посолить, поперчить и обжарить со всех сторон до образования светло-коричневой

корочки. Затем налить горячей воды до 1/3 объема, добавить корочку хлеба, лук и тушить мясо до готовности при слабом кипении.

Шпигованное мясо подать нарезанным вдоль волокон на ломтики толщиной 1 см с гарниром из жареного или запеченного картофеля, острым салатом и кисло-сладким соусом. Посыпать зеленью.

**Состав:** говядина – 500 г, шпик – 50 г, морковь – 40 г, петрушка (корень) – 30 г, репчатый лук – 30 г, хлебная корка, соль, перец, зелень петрушки, острый салат, кисло-сладкий соус.

### Говядина с вином

Вырезку зачистить, нарезать тонкими ломтиками в 1 см толщиной, слегка отбить, посолить, поперчить и оставить минут на 10. Растопить половину сала, которое необходимо для приготовления этого блюда, обжарить на нем нашинкованный репчатый лук. Положить в эту же посуду мясо и поджарить его с обеих сторон, затем подлить туда воды и тушить мясо при закрытой крышке до полуготовности. Потом вынуть его и дать испариться жидкости в кастрюле, в которой оно тушилось. Влить в оставшуюся массу горячую воду, перемешать, положить мясо и довести его до готовности. На второй половине сала поджарить соленый огурец, нарезанный ломтиками, и добавить муку. Как только мясо будет готово, в кастрюлю положить жареные огурцы и влить вино.

При подаче на тарелку положить мясо с соусом, посыпать зеленью, отдельно можно подать отварной рис.

**Состав:** вырезка – 500 г, репчатый лук – 80 г, мука – 60 г, свиное сало – 80 г, вино – 50 г, соленый или маринованный огурец, соль, перец, зелень, соус, отварной рис.

### Говядина в пиве

*I способ.* Репчатый лук очень мелко порубить, смешать с горчицей, посолить, поперчить. Целый кусок мяса натереть полученной смесью и поставить в холодильник на 25 минут. Охлажденное мясо обжарить на сильно разогретой сковороде со всех сторон до образования румяной корочки. Затем залить пивом, добавить тмин, лимонную цедру и хлебные корки и тушить до полной готовности. Готовое мясо нарезать ломтиками поперек волокон, выложить на блюдо и подать с гарниром из печеного картофеля с солеными огурцами. Посыпать зеленью.

*II способ.* Очищенную от сухожилий вырезку нарезать ломтиками толщиной 1 см, слегка отбить, посолить, поперчить и обжарить на сале с обеих сторон. Затем положить мелко нарезанный репчатый лук, мелко нарезанные корки хлеба, налить 40 г воды, добавить пиво и тушить до готовности под крышкой, время от времени переворачивая мясо и доливая пиво. Когда мясо будет готово, вынуть его, а оставшуюся массу протереть через сито. Мясо и полученный соус снова прогреть, посыпать зеленью и подать к столу.

Отдельно подать отварной рис.

**Состав для I способа:** говядина (вырезка, края, внутренняя часть задней ноги) – 400 г, топленое масло – 50 г, репчатый лук – 50 г, горчица – 20 г, пиво (желательно темное) – 1/2 бутылки, тмин, лимонная цедра, хлебные корки, соль, перец, зелень; **для II способа:** вырезка – 400 г, свиное сало – 40 г, лук – 60 г, пиво – 180 г, корки хлеба, соль, перец, зелень, рис.

### Телятина, тушенная в горшке

Телятину нарезать на куски, посыпать перцем, солью, запанировать в пшеничной муке и обжарить. Картофель, морковь, репу нарезать кубиками. Головки мелкого лука оставить

целыми, а если лук крупный, то разрезать его на дольки. Овощи и лук отдельно пассеровать с жиром. Подготовленное мясо, овощи и картофель положить в порционные горшки, добавить зелень петрушки или сельдерея, лавровый лист, томат-пюре, все залить бульоном, закрыть крышкой и тушить в жарочном шкафу до готовности мяса и овощей.

Подавать к столу в той же посуде.

*Состав:* мякоть телятины – 500 г, топленое масло или сало – 3 ст. ложки, картофель – 600 г, морковь – 2 шт., репа – 1 шт., лук – 2 шт., мука – 1 ст. ложка, томат-пюре – 3 ст. ложки, зелень петрушки, лавровый лист, соль, перец.

### **Телятина, тушенная с черносливом**

Подготовленную мякоть телятины нарезать на куски, посыпать солью, перцем и обжарить на жире до золотистого цвета. Поджаренное мясо переложить в кастрюльку, залить томатным соусом, добавить пассерованный лук, протушить под крышкой на небольшом огне 40–50 минут. В конце тушения добавить соль, перец, хорошо промытый чернослив, накрыть крышкой и поместить в духовой шкаф на 15–20 минут.

Подавать с отварным целым картофелем, посыпав зеленью.

*Состав:* телятина – 800 г, картофель – 10–15 шт., томатный соус – 1 стакан, лук – 3–4 головки, жир – 4 ст. ложки, чернослив – 100 г, соль, перец, зелень.

### **Телятина, тушенная с солеными огурцами**

Кусок телятины от окорока нашпиговать кусочками сала, посолить, положить в кастрюлю, добавить репчатый лук, нарезанный ломтиками, морковь, сельдерей, петрушку, нарезанные кубиками и обжаренные в масле, влить полстакана воды, добавить уксус, лавровый лист, зерна черного перца и тушить около часа. Когда мясо будет мягким, положить мелко нарезанные соленые огурцы и тушить еще 20 минут. Мясо подать с процеженным соусом и картофельным пюре, тушеной морковью и зеленым горошком.

*Состав:* телятина – 1 кг, сало – 200 г, репчатый лук – 2 головки, морковь, корень сельдерея и петрушки, жир – 5–6 ст. ложек, 3 %-й уксус – 2–3 ч. ложки, лавровый лист, черный перец – 10–15 шт., соленые огурцы – 2 шт., картофельное пюре, соль.

### **Телятина, запеченная по-шведски**

На протвешок с высокими бортами положить масло и кусок телятины и обжарить его со всех сторон, затем прибавить прокипяченный в воде и обсушенный лук, припустить его немного, прибавить муку и залить равными частями бульона и сметаны. Тщательно размешать соус венчиком и запечь вместе с мясом. В качестве гарнира приготовить плов из риса, на который перед подачей уложить нарезанные кусочки мяса. Сверху полить соусом, в котором запекалось мясо, предварительно процедив его сквозь сито и заправив маслом.

*Состав:* телятина – 1 кг, сливочное масло – 100 г, лук – 120 г, мука – 20 г, сметана – 100 г, рис – 300 г, бульон.

### **Телятина, запеченная под немецким соусом**

Взять кусок мяса (боковая и наружная части задней ноги и края на спине), зачистить его от сухожилий и плен и нашпиговать салом. Посолить, поперчить, положить на противень, смазанный маслом или салом, и запечь в жарочном шкафу. Когда мясо покроется корочкой, доба-

вить нарезанные морковь, сельдерей, репчатый лук, подрумянить их и залить мясо вином и бульоном. Готовое мясо выложить на блюдо, полить соусом и гарнировать отваренной домашней лапшой, пловом из риса, овощными салатами. Посыпать зеленью.

*Приготовление соуса.* Сочок, полученный при запекании мяса с овощами, грибной отвар, мелко нарезанные грибы, ветчину сварить при слабом кипении, пока ветчина не станет мягкой, затем все протереть через сито и довести до кипения.

*Состав:* телятина – 1 кг, сало, сливочное масло – 100 г, вино – 100 г, соус – 300 г, гарнир, соль, перец, зелень, морковь, лук, сельдерей; *для соуса:* мясной сочок – 800 г, грибной бульон – 150 г, грибы – 50 г, ветчина – 50 г, соль.

### **Телятина фаршированная «Шаргач»**

Из мяса телятины (верхняя или внутренняя часть задней ноги) нарезать ломтики и отбить их. Посолить и поперчить, на один ломтик телятины положить два ломтика нежирной свинины, а между ними тонкие ломтики сыра. Накрывать вторым отбивным ломтиком телятины, прижать ножом и запанировать сначала в муке, потом обваливать в яйце и молотых сухарях. Обжарить в большом количестве жира.

При подаче телятину выложить на блюдо и гарнировать жареным картофелем, зеленым горошком, зеленью. Готовую телятину полить сливочным маслом.

*Состав:* телятина – 900 г, свинина – 150 г, сыр – 30 г, яйцо – 1 шт., мука – 20 г, молотые сухари – 35 г, сливочное масло – 100 г, соль, зелень, гарнир, перец.

### **Телятина с помидорами «Безье»**

В сваренное до полуготовности мясо телятины положить очищенные от кожи и нарезанные помидоры. При варке нужно следить за тем, чтобы помидоры не разварились.

На тарелку уложить нарезанную телятину и помидоры, полить белым соусом, посыпать их зеленью.

*Состав:* телятина – 1 кг, помидоры – 1,2 кг, петрушка, белый соус.

### **Телятина «Лукулла»**

Подготовленную телятину отварить, нарезать на 4 части и обжарить на масле, добавить вино и подержать на слабом огне, пока вино не выпарится наполовину. В другой посуде разогреть масло и обжарить грибы, добавить концентрированный бульон, сметану, соль, перец. Грибы выложить в посуду с жареным мясом, накрыть ее крышкой и поставить в жарочный шкаф минут на 20. Если соус окажется жидковат, то к нему можно добавить разведенную водой муку.

Подают телятину с картофелем отварным или пюре из него, или отварными овощами.

*Состав:* телятина – 1 кг, сливочное масло – 250 г, красное вино – 200 г, белые грибы – 500 г, концентрированный бульон – 50 г, соль, душистый молотый перец, сметана – 400 г, гарнир.

### **Телятина «Меренго»**

Подготовленную телятину (лопатку, части задней ноги) нарезать на куски толщиной 3 см, обжарить на масле, затем добавить мелко нарезанные лук, грибы, помидоры, чеснок, соль,

перец, посыпать мукой и поставить жарить, пока мука не потемнеет. Затем, помешивая, влить бульон с вином.

Когда масса приобретет консистенцию соуса, накрыть посуду крышкой и на слабом огне подержать около часа. Распустить сливочное масло и полить им мясо.

Выдержать на слабом огне еще минут 15 и подать на стол с любимым салатом.

*Состав:* телятина – 1 кг, оливковое масло – 60 г, чеснок – 1 долька, репчатый лук – 100 г, помидоры – 120 г, соль, перец, мука – 50 г, куриный концентрированный бульон – 250 г, белое сухое вино – 200 г, сливочное масло – 80 г, белые грибы или шампиньоны – 250 г, соус, салат.

### **Жареная баранина с яблоками и пестрым рисом**

Очистить мясо от пленок и удалить лишний жир, нарезать поперек волокон на 6 ломтиков толщиной в палец, отбить, обвалить в муке и положить на противень, оставив между ломтиками небольшие промежутки. Полить мясо разогретым сливочным маслом и подрумянить в горячей духовке, затем посыпать солью, перцем и положить на каждый ломтик яблоко. На противень налить немного воды, чтобы не подгорало, и жарить, время от времени поливая мясо жидкостью, до полной готовности. Рис варить в большом количестве воды 20 минут и затем откинуть на сито. Морковь нарезать на кубики величиной в 1 см и тушить в масле до полной готовности, добавить горошек (без жидкости) и смешать с рассыпчатым рисом так, чтобы рис стал «пестрым». Выложить рис на блюдо, сверху положить ломтики мяса с яблоками. Украсить зеленью петрушки или веточками укропа.

*Состав:* баранина (задняя часть) – 600 г, яблоки – 3 шт., сливочное масло – 2 ст. ложки, мука – 1/2 ст. ложки, соль, перец, зелень; *для гарнира:* рис – 1/2 стакана, морковь – 600 г, консервированный горошек – 1 маленькая банка, сливочное масло – 2 ст. ложки.

### **Баранина по-бордосски**

Обработанную баранину (задняя нога без берцовой кости) нашпиговать кусочками ветчины и анчоусным филе (килька или салакапряного посола, очищенные от головы и хвоста с позвоночной костью), панированным в мелко нарезанной зелени петрушки, растертой с чесноком. Баранью ногу перевязать ниткой или бечевкой и обжарить на слабом огне на сале с луком, морковью и телятиной. Добавить пряности, влить вино и тушить на слабом огне 1,5 часа до готовности. При подаче освободить от ниток, положить на блюдо вместе с телятиной. Полить сочком, в котором тушилась баранина, предварительно удалив жир.

Можно подать, предварительно нарезав на порционные куски. В качестве гарнира используют отварной картофель, фасоль, овощи с зеленью петрушки.

*Состав:* баранина – 2 кг, телятина (часть задней ноги) – 500 г, ветчина – 100 г, анчоусное филе – 30 г, зелень петрушки – 10 г, чеснок – 2 дольки, лук-порей – 100 г, репчатый лук – 50 г, морковь – 150 г, сало – 50 г, зелень тимьяна – 5 г, лавровый лист, красное сухое вино – 0,7 л, соль, перец, гарнир.

### **Баранина в укропном соусе**

Хороший кусок баранины промыть, натереть солью, положить в кастрюлю, добавить специи, немного воды и тушить 1,5 часа под крышкой. Готовое мясо немного остудить, нарезать ломтиками и положить в бульон, в котором оно тушилось.

Сливочное масло растопить на сковороде, добавить муку, обжарить ее немного и развести бульоном. Полученный соус заправить сахаром, укропом, уксусом, солью, перцем. Жел-

ток яйца смешать с несколькими ложками бульона и вылить в приготовленный соус. Ломтики готовой баранины прокипятить в укропном соусе на слабом огне в течение нескольких минут.

**Состав:** баранина – 500 г, перец горошком – 3 шт., лавровый лист – 1 шт., соль – 10 г;  
**для соуса:** масло – 30 г, мясной бульон – 1/4 л, мука – 30 г, 3 %-й уксус – 15 г, сахарный песок – 10 г, яичный желток – 1 шт., мелко нарезанный укроп – 2 ст. ложки, соль, перец.

### **Свинина с луком, запеченная в тесте**

Лук очистить и мелко порубить, посыпать его солью и перцем, хорошо вымешать. Свинину порезать кусочками, посолить, поперчить. Из воды, щепотки соли и муки замесить тесто, как для вареников, накрыть нагретой кастрюлей на 30 минут, затем разрезать на 4 части, сформовать четыре шарика и все их раскатать на лист диаметром 18–20 см. Коржи сложить один на другой, промазывая маслом все, кроме верхнего. Снова раскатать их все вместе и положить на лист так, чтобы края коржа заходили за лист. Выложить на поверхность коржа половину лука, разровнять ложкой, сверху разложить свинину, засыпать ее оставшимся луком, полить растопленным маслом, закрыть со всех сторон коржом, соединить края теста, хорошо защипать, смазать обильно маслом. Испечь свинину в тесте в духовке со средним жаром. Подавать в той же посуде.

**Состав:** свинина – 1 кг, лук – 1 кг, мука – 2 стакана, вода – 1/4 стакана, топленое масло – 30 г, соль, перец.

### **Свинина в кляре**

Взять корейку свинины, нарезать котлеты толщиной в 1 см без косточки, слегка отбить, посолить, поперчить, опустить в кляр, обжарить на сильно разогретой сковороде с обеих сторон и довести до готовности в жарочном шкафу.

**Приготовление теста для кляра.** Просушенную муку развести молоком, добавить соль и тщательно вымешать. Белки сырых яиц на холоде взбить в пышную пену и очень осторожно смешать с тестом.

При подаче гарнировать жареным картофелем, полить маслом, украсить зеленью и посыпать мелко нарезанным чесноком, отдельно можно подать салат из свежих овощей: огурцов, помидоров, стручкового перца.

**Состав:** свинина (корейка) – 300 г, мука – 40 г, яйца – 1,5 шт., топленое масло – 70 г, картофель – 400 г, свежие помидоры – 100 г, свежий огурец – 100 г, перец – 75 г, соль, перец, чеснок, зелень; **для кляра:** мука – 40 г, яйца – 2 шт., молоко, соль.

### **Отварная свинина с квашеной капустой**

Мясо положить в кастрюлю, сверху поместить квашеную капусту, шинкованный лук и налить столько воды, чтобы покрыть продукты на 2/3. Довести до кипения, затем тушить на слабом огне 1,5–2 часа. Приправить солью и сахаром.

В качестве гарнира можно подать отварной картофель.

**Состав:** соленая или свежая свинина (грудинка, лопатка или корейка) – 600 г, квашеная капуста – 1 кг, лук – 1 шт., вода, соль, сахар.

## Свинина с квашеной капустой

Для этого блюда следует взять мясо с большим количеством жира, опустить его в кастрюлю, на мясо уложить рубленую и промытую квашеную капусту, шинкованный лук и промытую перловую крупу, все это посолить, добавить тмин, перец, залить водой, чтобы она покрывала крупу, и варить на слабом огне около 2 часов. При подаче мясо нарезать поперек волокон на ломтики, рядом уложить овощи с перловкой. В качестве гарнира можно подать отварной картофель, посыпанный зеленым луком.

*Состав:* жирная свинина – 600 г, квашеная капуста – 750 г, крупа – 60 г, репчатый лук – 40 г, соль, перец, вода, тмин, зелень, отварной картофель, зеленый лук.

## Свинина отварная

Мясо свинины целыми кусками положить в кастрюлю, залить холодной водой, чтобы вода покрыла его, довести до кипения, снять пену и варить на слабом огне так, чтобы мясо тихо кипело в течение 1,5 часов. Соль добавить по прошествии 15 минут после того, как закипело мясо, другие добавки делают в середине варки. Готовое мясо нарезать поперек волокон на ломтики толщиной 1 см.

Подавать свинину отварную следует с острым соусом по выбору, используя для гарнира картофельное пюре, тушеную и квашеную капусту.

*Состав:* свинина (грудинка, лопатка, корейка) – 600 г, вода – 700 г, репчатый лук – 80 г, морковь – 60 г, петрушка (корень), лавровый лист, соль, перец, острый соус, картофельное пюре, тушеная и квашеная капуста.

## Свинина тушеная

Шпик нарезать на мелкие кубики, растопить на сковороде с толстым дном и поджарить на нем куски постной свинины, потом положить нарезанный лук, петрушку (корень), залить горячей водой и вместе с очищенным и нарезанным ромбиками соленым огурцом тушить при закрытой крышке на слабом огне 1,5 часа. За 40 минут до окончания тушения посолить и поперчить. Подсушенную муку развести холодной водой, влить в мясо и варить 10 минут, затем добавить сметану, положить сверху кружочки помидоров, стручковый перец, нарезанный соломкой.

В качестве гарнира отдельно подать отварной картофель, тушеную капусту и салат.

*Состав:* свиной шпик – 100 г, постная свинина – 500 г, лук – 80 г, соленый огурец – 150 г, петрушка (корень), вода – 500 г, соль, перец, мука – 40 г, сметана – 30 г, сладкий стручковый перец – 70 г, свежие помидоры – 75 г, отварной картофель, тушеная капуста, салат.

## Свинина с овощами

Свинину поместить в воду целым куском, дать ей закипеть, снять пену и варить мясо около часа.

Потом добавить в кипящий бульон нарезанные крупными кусками овощи, посолить и варить до полной готовности мяса. Приготовленную таким образом свинину нарезать поперек волокон и выложить на тарелку вместе с овощами, с которыми она варилась.

Отдельно можно подать процеженный бульон. В качестве гарнира подать салат из помидоров или огурцов. Украсить зеленью.

**Состав:** свинина – 600 г, вода – 1,2 л, репчатый лук – 80 г, брюква – 2/3 шт., морковь – 150 г, петрушка (корень), свежая капуста – 400 г, картофель – 500 г, соль, перец, зелень петрушки, салат из помидоров или огурцов.

### Свинина с луком-пореем

Мясо свинины нарезать на куски, посолить, обжарить на масле, лук нарезать ломтиками, добавить к мясу и пожарить, затем всыпать муку, залить водой и потушить, добавив пассерованный томат и перец. Варить до готовности на слабом огне, за 10–15 минут перед снятием с огня добавить лук-порей, нарезанный кусочками по 4–5 см.

Перед подачей посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

**Состав:** свинина – 800 г, свиное топленое сало – 100 г, томат-пюре – 30 г, красный перец, лук-порей – 800 г, соль, зелень петрушки, мука.

### Свинина с фруктами

Взять хороший кусок свинины продолговатой формы, ножом сделать надрез вдоль, раскрыть мясо по надрезу, посыпать солью, молотыми пряностями и положить слой слив без косточек или курагу. Мясо перевязать ниткой так, чтобы получился вид целого куска. Полученный рулет положить в холодную воду, довести до кипения, снять пену и варить 2 часа. За 1 час до готовности добавить соль и коренья. Готовое мясо оставить в бульоне, пока оно не остынет.

Перед подачей нарезать на ломтики, прогреть в бульоне и подать со сладким соусом и зеленью.

**Состав:** свинина без костей – 1,2 кг, коренья, соль, перец, мускатный орех, чернослив или курага – 100 г, вода, сладкий соус – 300 г, зелень.

### Свинина в молоке

Свинину нарезать крупными кубиками и обжарить на сковороде с добавлением репчатого лука, нарезанного дольками. Когда мясо поджарится, влить только что прокипевшее молоко, посолить, поперчить, положить лавровый лист, закрыть крышкой и тушить 35 минут до готовности. Подать можно в той же сковороде, в которой готовилось блюдо, на гарнир использовать отварной картофель с зеленью.

## **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.