

АСЯ ОРЛОВА

# СОУСЫ и маринады

С ЛЮБОВЬЮ



СЕКРЕТНЫЙ ИНГРЕДИЕНТ НА ВАШЕЙ КУХНЕ

# **Ася Орлова**

# **Соусы и маринады с любовью**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=69136867](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69136867)*

*SelfPub; 2023*

## **Аннотация**

Соусы и маринады с любовью" от Аси Орловой – это богатый сборник рецептов, которые помогут превратить любое домашнее блюдо в изысканное лакомство для всей семьи. В книге представлены оригинальные и классические рецепты соусов и маринадов, которые придадут блюдам уникальный вкус и аромат. Каждый рецепт сопровождается подробным описанием и инструкциями, что позволит начинающим хозяйкам легко повторить блюдо. Книга будет полезна как опытным поварам, так и тем, кто только начинает заниматься кулинарией. Приобретая эту книгу, вы обязательно найдете рецепт, который понравится вашей семье и друзьям.

# Содержание

Введение	5
Часть 1. Соусы	7
Глава 1. Что нам понадобится для приготовления соусов	7
Глава 2. Сладкие соусы	9
Рецепты сладких соусов	11
Карамельный соус:	11
Шоколадный соус:	11
Клубничный соус:	11
Малиновый соус:	12
Апельсиновый соус:	12
Соус "Черничный десерт"	12
Глава 3. Соусы для закусок	14
Рецепты соусов для закусок	15
Соус из авокадо	15
Соус сальса	16
Чесночный соус	17
Барбекю соус	18
Соус Тар-Тар	19
Соус Ранч	19
Селедочный соус	20
Глава 4. Соусы для мясных блюд	22
Рецепты соусов для мясных блюд	24

Бордо	24
Барбекю	25
Бордолез	25
Диана:	26
Соус из красного вина:	27
Соус из грибов:	27
Сацебели	29
Ромеско	30
Соус Бернез	31
Соус из пюре красной фасоли:	32
Соус из ананасового сока:	33
Соус из яблочного желе	33
Соус из граната:	34
Соус из зеленого горошка	35
Соус из манго	35
Соус из тыквы	36
Глава 5. Соусы для баранины	38
Мятно-йогуртовый соус	38
Грибной соус	39
Соус Бордельез	40
Соус из розмарина и чеснока	41
Соус из шалфея	42
Глава 6. Соусы для птицы	43
Классический соус для птицы	43
Конец ознакомительного фрагмента.	44

# **Ася Орлова**

## **Соусы и маринады с любовью**

### **Введение**

Приветствую вас, друзья! Я – Ася Орлова, заядлая кулинарка, мама троих детей и жена замечательного мужа. Я верю, что любое блюдо можно превратить в шедевр с помощью правильно подобранных соусов и маринадов. Ведь именно они добавляют блюдам неповторимый вкус и аромат, делая их еще более совершенными.

Я люблю радовать своего мужа и детей вкусной едой, и всегда стараюсь придумать что-то новенькое и интересное. В моих блюдах всегда есть секретный ингредиент – любовь. И в соусах и маринадах из этой книги тоже.

В этой книге я расскажу о разнообразных соусах, которые помогут вам создавать вкусные домашние блюда, а также маринадах, которые предадут изысканный вкус домашним блюдам из всех видов мяса и рыбы.

Не бойтесь экспериментировать и пробовать новые сочетания вкусов. С нашей книгой вы сможете создавать настоящие шедевры кулинарии и радовать своих близких и гостей

вкусной едой.

# **Часть 1. Соусы**

## **Глава 1. Что нам понадобится для приготовления соусов**

Здравствуйтесь, дорогие читатели! Сегодня я расскажу вам о том, какой инвентарь понадобится для приготовления самых вкусных соусов. Я, как заядлая кулинарка, убеждена, что правильный выбор инвентаря – это первый шаг к успешному приготовлению любого блюда.

Итак, начнем с главного – кухонный комбайн. Он станет незаменимым помощником при измельчении и смешивании ингредиентов. Но если у вас нет комбайна, не отчаивайтесь – можно использовать блендер или миксер.

Далее, вам понадобится набор кастрюль разных размеров – от маленьких для приготовления соусов в небольших объемах до больших для варки бульона. И не забудьте про сковороды – они пригодятся при обжарке овощей и мяса, которые входят в состав многих соусов.

Кроме того, для того, чтобы сделать соус более густым, необходимо иметь под рукой сито или дуршлаг, чтобы удалить лишнюю жидкость. И, конечно же, ложки и вилки разных размеров для удобства работы с ингредиентами и дегу-

станции готовых соусов.

Одним из самых важных элементов приготовления соусов являются измерительные стаканы и ложки, которые помогут точно измерить нужное количество ингредиентов. Также полезным может оказаться термометр для контроля температуры варки.

Ну и наконец, не забывайте про кухонные полотенца и перчатки, чтобы защитить руки и сохранить чистоту на кухне.

И помните, друзья, что самое главное в приготовлении соусов – это любовь и страсть к кулинарии. Я уверена, что благодаря правильно выбранному инвентарю и вашим умениям, вы сможете приготовить самые вкусные и аппетитные соусы!



## Глава 2. Сладкие соусы

### Особенности сладких соусов

Любимым десертом у моей семьи всегда были фрукты, именно поэтому я так люблю создавать сладкие соусы, которые идеально подходят для их дополнения. В этой главе я расскажу о том, как можно сделать простые, но очень вкусные соусы, которые поднимут настроение и подарят настоящее удовольствие во время ужина.

Сладкие соусы можно использовать для десертов, в качестве топпинга для мороженого, кексов или фруктов. И, конечно же, их можно добавлять в коктейли и другие напитки.

Один из моих любимых соусов – это соус из карамели. Для его приготовления нужно смешать сливочное масло, коричневый сахар, соль и ванильный экстракт в кастрюле и потом добавить сливки. Смесь нужно варить на небольшом огне, пока соус не загустеет. Он получится насыщенным и сладким, просто идеальным для десертов.

Еще один вариант – это соус из шоколада. Для его приготовления нужно растопить шоколад на водяной бане, потом добавить сливки и перемешать, пока соус не станет гладким и однородным. Этот соус можно использовать для десертов, таких как пироги или брауни.

Если вы любите фрукты, то можете приготовить соус из ягод. Для этого нужно смешать ягоды, сахар и воду в ка-

стрюле и нагреть на небольшом огне, пока ягоды не размякнут и не выделится сок. После этого смесь нужно перемешать в блендере и пропустить через сито. Получившийся соус можно использовать для добавления в йогурты или оладьи, а также для дополнения других десертов.

Никогда не бойтесь экспериментировать со вкусами. Сладкие соусы – это прекрасный способ добавить в свои десерты новые и интересные нотки вкуса. Помните, что главный ингредиент в любом соусе – это любовь к тому, что вы готовите.

# **Рецепты сладких соусов**

## **Карамельный соус:**

в медленно нагревающейся сковороде расплавьте 1 стакан коричневого сахара и 1/2 стакана сливок, постоянно помешивая. Доведите до кипения и готовьте еще 5-7 минут, пока соус не загустеет. Добавьте щепотку соли и 1 чайную ложку растительного масла.

## **Шоколадный соус:**

в миске смешайте 1 стакан сахара, 1/2 стакана какао-порошка и 1/2 стакана сливок. Готовьте на медленном огне, постоянно помешивая, до тех пор, пока сахар полностью не растворится. Добавьте 1 чайную ложку ванильного экстракта и щепотку соли.

## **Клубничный соус:**

в миске смешайте 1 стакан свежей клубники, 1/2 стакана сахара и 1/4 стакана воды. Готовьте на среднем огне, помешивая, пока сахар не растворится и клубника не размягчится. Пропустите массу через сито и добавьте 1 чайную лож-

ку лимонного сока.

## **Малиновый соус:**

в миске смешайте 1 стакан свежих малин, 1/2 стакана сахара и 1/4 стакана воды. Готовьте на среднем огне, помешивая, пока сахар не растворится и малины не размягчатся. Пропустите массу через сито и добавьте 1 чайную ложку лимонного сока.

## **Апельсиновый соус:**

в кастрюле смешайте 1 стакан апельсинового сока, 1/2 стакана сахара и 1 столовую ложку меда. Готовьте на среднем огне, помешивая, пока сахар не растворится. Добавьте 1 чайную ложку крахмала и перемешайте, пока соус не загустеет.

## **Соус "Черничный десерт"**

Ингредиенты:

200 гр свежих или замороженных черники

50 гр сахара

50 мл воды

1 ст. ложка крахмала

Способ приготовления:

В кастрюле соедините чернику, сахар и воду, доведите до

кипения на среднем огне.

Разбавьте крахмал в небольшом количестве воды и добавьте в кастрюлю, постоянно помешивая, варите еще 1-2 минуты, пока соус не загустеет.

Снимите с огня и дайте остыть.

## **Глава 3. Соусы для закусок**

### **Особенности соусов для закусок**

Когда мы приглашаем гостей, всегда хотим удивить их чем-то новым и необычным. И что может быть лучше, чем оригинальные закуски, приготовленные с любовью и поданные с соусом, который дополнит их вкус и сделает блюдо еще более изысканным.

В этой главе я хочу поделиться с вами несколькими рецептами соусов, которые идеально подходят для закусок. Независимо от того, будете ли вы подавать свежие овощи или фрукты, сырые или жареные, эти соусы придадут вашим закускам неповторимый вкус.

Но помните, что для того, чтобы получить идеальный соус, необходимо не только выбрать правильные ингредиенты и сочетания вкусов, но и добавить в него главный ингредиент – любовь. Только тогда ваши блюда станут настоящими шедеврами кулинарного искусства.

Давайте же приступим к изучению рецептов!

# Рецепты соусов для закусок

## Соус из авокадо

Ингредиенты:

2 спелых авокадо

1/4 красного лука, мелко нарезанного

1 маленький помидор, нарезанный на мелкие кубики

1 зеленый перец, нарезанный на мелкие кубики

1 стебель зеленого лука, мелко нарезанного

2 столовые ложки свежесжатого лимонного сока

1 зубчик чеснока, измельченный

соль и перец по вкусу

Как приготовить:

Разрежьте авокадо пополам, удалите косточку и с помощью ложки выньте мякоть. Разомните авокадо вилкой в миске до консистенции грубой пасты.

Добавьте к авокадо нарезанный красный лук, помидор, зеленый перец и зеленый лук.

Добавьте свежесжатый лимонный сок и измельченный чеснок, перемешайте.

Добавьте щепотку соли и перца по вкусу.

Тщательно перемешайте все ингредиенты до гладкой консистенции.

Гуакамоле готово к подаче! Подавайте со свежими овощами, тортильями или чипсами.

## Соус сальса

Сальса – это соус, который изготавливается из помидор, лука, перца чили, кинзы и лимонного сока. Сальса можно подавать как гарнир к мексиканской кухне, к овощам или мясу.

Ингредиенты:

4 больших помидора

1 красный лук

2 зубчика чеснока

1 зеленый перец чили

1/4 стакана свежей кинзы

2 столовые ложки свежавыжатого сока лайма

1/2 чайной ложки соли

Инструкция:

Предварительно разогрейте духовку до 200 градусов.

Разрежьте помидоры пополам и выложите их на противень. Выпекайте в течение 20-25 минут до мягкости.

Оставьте помидоры остывать и затем удалите кожуру.

Нарежьте помидоры, лук и перец чили на мелкие кубики. Переложите в миску.

Добавьте измельченный чеснок, свежую кинзу, сок лайма и соль.



Тщательно перемешайте все ингредиенты и оставьте на несколько минут, чтобы все ароматы соединились вместе.

Ваша сальса готова! Ее можно подавать с тостами, тако, буррито или использовать в качестве дополнения для овощей и чипсов.

Приятного аппетита!

## Чесночный соус

Чесночный соус – это соус, который изготавливается из чеснока, майонеза, йогурта и зелени. Он может использоваться как дополнения для овощей, фруктов и хлеба, а также как заправка для салатов.

Ингредиенты:

1 стакан майонеза

3 зубчика чеснока, измельченных

2 столовые ложки свежего лимонного сока

2 столовые ложки свежей петрушки, измельченной

1 столовая ложка оливкового масла

1/4 чайной ложки соли

1/4 чайной ложки черного перца

Инструкция:

В миске соедините майонез, чеснок, лимонный сок, петрушку и оливковое масло.

Посыпьте солью и черным перцем и хорошо перемешайте, чтобы все ингредиенты равномерно соединились.

Оставьте соус в холодильнике на несколько часов, чтобы вкусы соединились и соус стал более насыщенным.

Готовый соус можно подавать к овощам, картофельным долькам, курице, морепродуктам или использовать как дополнение для чипсов.

## Барбекю соус

Барбекю соус – это соус, который изготавливается из томатного соуса, коричневого сахара, меда, уксуса, соевого соуса, чеснока и специй. Он прекрасно сочетается с мясом и птицей, а также может использоваться для запекания в духовке.

Ингредиенты:

1 стакан кетчупа

1/4 стакана яблочного уксуса

1/4 стакана коричневого сахара

2 столовые ложки меда

1 столовая ложка соевого соуса

2 чайные ложки дымного паприки

1 чайная ложка чесночного порошка

1/4 чайной ложки кайенского перца

1/4 чайной ложки черного молотого перца

Смешайте все ингредиенты в кастрюле на среднем огне и перемешивайте, пока соус не загустеет, примерно за 10-15 минут.

## Соус Тар-Тар

Ингредиенты:

1/2 стакана майонеза

2 столовые ложки нарезанных маринованных огурчиков

1 столовая ложка нарезанного лука

1 столовая ложка измельченной свежей петрушки

1 чайная ложка дижонской горчицы

1 чайная ложка лимонного сока

Соль и перец по вкусу

Инструкция:

В средней миске взбейте майонез, огурчики, лук, петрушку, горчицу и лимонный сок. Приправьте солью и перцем по вкусу.

## Соус Ранч

Соус Ранч (Ranch) – один из самых популярных соусов для закусок в США. Он хорошо сочетается с овощами, курицей и свининой, а также используется как дип для чипсов и крыльев.

Ингредиенты:

1 чашка майонеза

1 чашка сметаны

1 чашка свежей петрушки, измельченной

1 чашка свежего кинзы, измельченной

1 чашка зеленого лука, измельченного

2 чесноковых зубчика, измельченных

1 чайная ложка соли

1/2 чайной ложки свежемолотого черного перца

**Инструкция:**

В большой миске смешайте майонез и сметану до получения однородной смеси.

Добавьте петрушку, кинзу, зеленый лук и чеснок, и тщательно перемешайте.

Добавьте соль и перец по вкусу и еще раз перемешайте.

Охладите соус в холодильнике минимум на 30 минут, прежде чем подавать.

## **Селедочный соус**

**Ингредиенты:**

2-3 филе сельди (маринованные или копченые)

1 столовая ложка горчицы

1 столовая ложка майонеза

1 столовая ложка сметаны

1 столовая ложка сока лимона

1 зубчик чеснока (опционально)

соль и перец по вкусу

**Инструкция:**

Отделите кожу и кости от селедки и измельчите мясо но-

жом или вилкой.

Переложите селедку в миску и добавьте горчицу, майонез, сметану и лимонный сок.

Если вы хотите, чтобы соус имел чесночный вкус, измельчите зубчик чеснока и добавьте его в соус.

Тщательно перемешайте все ингредиенты до получения однородной массы.

Отдельно проверьте соус на соль и перец, добавляйте по вкусу.

Охладите соус в холодильнике перед подачей.

# **Глава 4. Соусы для мясных блюд**

## **Особенности соусов для мясных блюд**

я поделюсь с вами моими секретами приготовления восхитительных соусов, которые превратят обычное мясо в настоящий шедевр на вашем столе. Ведь соусы – это не только приправа, но и настоящее искусство, способное придать мясным блюдам неповторимый вкус и аромат, сделав их еще более совершенными.

Особенности соусов для мясных блюд заключаются в их разнообразии и возможности подбора под разные типы мяса. Каждый соус имеет свою уникальную текстуру, вкусовые оттенки и ароматы, которые могут прекрасно дополнить определенный вид мяса. Например, густые соусы на основе демиглясса или брауна идеально подходят для красного мяса, такого как говядина или баранина, в то время как легкие соусы на основе овощей или фруктов идеально сочетаются с птицей или свининой.

Правильный выбор соуса для мяса также зависит от способа приготовления мяса. Например, соус на основе сметаны и зелени может быть идеальным дополнением к жареному мясу, тогда как томатный соус с травами и специями будет прекрасно гармонировать с запеченным мясом. Важно учитывать сочетаемость вкусов и ароматов мяса и соуса, чтобы они дополняли друг друга и создавали гармоничное блюдо.

Каждое мясо имеет свой особенный вкус и текстуру, поэтому подбор соуса должен быть грамотным. Например, к баранине подойдут соусы с пряными и ароматными специями, такими как мятный йогуртовый соус или соус на основе мяты и кинзы. К говядине хорошо подходят соусы на основе томатов, вина или грибов, которые придают мясу более насыщенный вкус. Для свинины подойдут соусы на основе фруктов, такие как яблочный или вишневый соус, которые придают мясу сладковатую нотку. Важно учитывать особенности мяса при подборе соусов, чтобы они гармонично дополняли его вкус, а не перебивали его.

Когда вы готовите соусы для мясных блюд, не забывайте также об особенностях их хранения. Большинство соусов могут храниться в холодильнике в стеклянных или пластиковых контейнерах, плотно закрытых крышками, до 3-5 дней.

Однако, перед тем как перейти к рецептам, не могу не отметить, что главный ингредиент во всех этих соусах – это любовь. Любовь к готовке, к еде, и к тем, кому вы готовите. Она придает блюдам особое тепло и нежность, делая их по-настоящему особенными. Поэтому, не забывайте приготовление соусов делать с любовью и наслаждаться процессом творчества за плитой.

# Рецепты соусов для мясных блюд

## Бордо

### Ингредиенты:

- 1 луковица, нарезанная
- 2 стебля сельдерея, нарезанных
- 2 моркови, нарезанных
- 3 зубчика чеснока, измельченных
- 2 столовые ложки оливкового масла
- 2 столовые ложки томатной пасты
- 1 бутылка красного вина
- 2 чашки куриного или говяжьего бульона
- 2 веточки розмарина
- 2 лавровых листа
- Соль и перец по вкусу

### Способ приготовления:

Нагрейте оливковое масло на среднем огне в кастрюле и обжарьте лук, сельдерей, морковь и чеснок до мягкости.

Добавьте томатную пасту и обжарьте еще 2-3 минуты, пока не появится аромат.

Добавьте красное вино и доведите до кипения.

Добавьте бульон, розмарин и лавровые листья, посолите и поперчите по вкусу, и дайте всему покипеть на слабом огне



около часа, пока соус не станет густым.

Подавайте горячим со своим любимым мясным блюдом.

## **Барбекю**

Ингредиенты:

1 стакан кетчупа

1/4 стакана яблочного уксуса

1/4 стакана коричневого сахара

2 столовые ложки меда

1 столовая ложка соевого соуса

2 чайные ложки дымного паприки

1 чайная ложка чесночного порошка

1/4 чайной ложки кайенского перца

1/4 чайной ложки черного молотого перца

Смешайте все ингредиенты в кастрюле на среднем огне и перемешивайте, пока соус не загустеет, примерно за 10-15 минут.

## **Бордолез**

Ингредиенты:

1 луковица, нарезанная на кубики

1 морковь, нарезанная на кубики

1 стебель сельдерея, нарезанный на кубики

2 зубчика чеснока, измельченные

- 1 стакан красного вина
- 1 стакан куриного бульона
- 1 лавровый лист
- 1 веточка тимьяна
- 1 столовая ложка томатной пасты
- 2 столовые ложки масла
- соль и перец по вкусу

Разогрейте масло в кастрюле на среднем огне. Добавьте лук, морковь и сельдерей и обжарьте, пока овощи не станут мягкими. Добавьте чеснок и томатную пасту и перемешайте. Затем добавьте красное вино и куриный бульон, лавровый лист и тимьян. Доведите до кипения и понизьте огонь. Варите на низком огне, пока соус не загустеет, примерно 20 минут.

## **Диана:**

- 2 ст.л. сливочного масла
- 1 мелко нарезанный луковицы
- 1 зубчик чеснока, измельченный
- 1/2 стакана говяжьего бульона
- 2 ст.л. виски
- 1 ст.л. соевого соуса
- 1 ст.л. томатной пасты
- 1/4 ч.л. красного перца
- соль и перец по вкусу

В глубокой сковороде на среднем огне расплавить сливочное масло, добавить лук и чеснок и обжаривать, пока лук не станет мягким. Добавить бульон, виски, соевый соус, томатную пасту и красный перец. Перемешивать, пока соус не загустеет. Посолить и поперчить по вкусу.

## **Соус из красного вина:**

1 стакан красного вина  
1 стакан говяжьего бульона  
1/4 ч.л. розмарина  
1/4 ч.л. сушеного тимьяна  
1/4 ч.л. сушеного орегано  
1 ст.л. сливочного масла  
1 ст.л. муки  
соль и перец по вкусу

В глубокой сковороде на среднем огне разогреть сливочное масло, добавить муку и перемешивать, пока мука не пропитается маслом. Постепенно добавить красное вино и говяжий бульон, постоянно помешивая. Добавить розмарин, тимьян, орегано, соль и перец. Перемешивать, пока соус не загустеет.

## **Соус из грибов:**

500 граммов свежих грибов (например, шампиньоны)

1 крупная луковица

2 зубчика чеснока

2 столовые ложки муки

500 мл говяжьего бульона

100 мл сливок (20% жирности)

2 столовые ложки сливочного масла

Соль и свежемолотый черный перец по вкусу

Приготовление:

Грибы мелко нарезать, лук и чеснок очистить и мелко порезать.

Растопить сливочное масло на среднем огне в большой сковороде или кастрюле.

Добавить нарезанный лук и чеснок в сковороду и обжаривать, пока лук не станет мягким и прозрачным.

Добавить нарезанные грибы в сковороду и обжаривать, пока они не станут золотистого цвета.

Посыпать муку в сковороду и хорошо перемешать, чтобы грибы и лук были покрыты мукой.

Постепенно добавлять говяжий бульон, постоянно помешивая, чтобы мука не образовала комочков. Довести соус до кипения и варить на среднем огне, пока соус не загустеет.

Добавить сливки в соус и перемешать.

Добавить соль и перец по вкусу.

Варить соус на медленном огне еще 5-10 минут, постоянно помешивая, чтобы он не пригорел.

Готовый грибной соус можно подавать к любому мясному

блюду, например, к говядине или свинине. Приятного аппетита!

## Сацебели

### Ингредиенты:

- 3 средние головки чеснока
- 2 небольших горьких перца
- 1 стакан зелени кинзы
- 1 стакан зелени укропа
- 1 стакан зелени петрушки
- 1/2 стакана грецких орехов
- 1 столовая ложка хмели-сунели
- 1 столовая ложка уксуса
- 1 чайная ложка соли
- 1/2 стакана воды
- 1/2 стакана растительного масла

### Инструкции:

Очистите чеснок и измельчите его вместе с горьким перцем в блендере или мелко нарежьте ножом.

Добавьте к чесноку и перцу зелень кинзы, укропа и петрушки, а также грецкие орехи. Измельчите, пока не получится гладкая масса.

Добавьте в блендер хмели-сунели, уксус, соль, воду и растительное масло. Перемешайте, чтобы все ингредиенты хорошо соединились и соус стал густым и однородным.

Если соус получился очень густым, можно добавить еще немного воды.

Перелейте соус в стеклянную банку и закройте крышкой. Храните в холодильнике до двух недель.

Подайте сацебели к любимым блюдам и наслаждайтесь ярким и насыщенным вкусом грузинской кухни!

## Ромеско

Это соус на основе миндаля, оливкового масла, чеснока, паприки, томатов и хлеба.

Ингредиенты:

2 крупных красных перца

3 зубчика чеснока

1/2 чашки оливкового масла

1/2 чашки нарезанных миндальных орехов

1 ломтик белого хлеба

1 столовая ложка красного винного уксуса

1 столовая ложка паприки

соль и перец по вкусу

Инструкции:

Разогрейте духовку до 200 градусов. Положите перец на противень и запекайте, переворачивая, пока кожа не обуглится, около 20 минут. Переложите перец в пластиковый пакет и закройте крышкой, чтобы создать пар. Дайте остыть.

Очистите перец от кожицы, удалив семена и черенки. По-

ложите мякоть перца в блендер или миксер.

В течение нескольких секунд измельчите миндаль. Добавьте нарезанный хлеб и измельчите вместе с миндалем.

Добавьте в блендер масло, чеснок, красный винный уксус, паприку и соль и перец по вкусу. Измельчите, пока все ингредиенты не станут однородной массой.

Наслаждайтесь соусом Ромеско, который можно подавать с рыбой, мясом или овощами. Приятного аппетита!

## Соус Бернез

Это классический французский соус, который обычно подают к говядине, рыбе или овощам. Вот рецепт для приготовления соуса Бернез:

Ингредиенты:

3 желтка яиц

1 столовая ложка воды

2 столовые ложки лимонного сока

230 грамм сливочного масла, разделенного на кубики

2 столовые ложки свежего измельченного тархуна

Соль и свежемолотый черный перец по вкусу

Инструкции:

В миске, устойчивой к теплу, взбейте желтки яиц вместе с водой, используя венчик или блендер.

Разместите миску над кастрюлей с кипящей водой и продолжайте взбивать желтки, пока они не загустеют.

Добавьте лимонный сок и продолжайте взбивать, пока соус не станет густым и гладким.

Небольшими порциями добавляйте кубики масла, продолжая взбивать соус, пока масло полностью не растворится.

Добавьте тархун, соль и перец по вкусу, продолжайте взбивать, пока все ингредиенты не соединятся.

Подавайте соус Бернез с говядиной, рыбой или овощами.

## **Соус из пюре красной фасоли:**

Ингредиенты:

1 банка красной фасоли

2 столовые ложки оливкового масла

2 зубчика чеснока, измельченные

1 столовая ложка лимонного сока

1 красный перец чили, измельченный

1/2 луковицы, мелко нарезанной

Способ приготовления:

Откиньте жидкость из банки фасоли, переложите фасоль в миску и разомните в пюре.

Добавьте оливковое масло, чеснок, лимонный сок, перец чили и лук. Хорошо перемешайте.

Подавайте соус к мясным блюдам.



## **Соус из ананасового сока:**

Ингредиенты:

- 1 стакан ананасового сока
- 1 столовая ложка соевого соуса
- 1 столовая ложка рисового уксуса
- 2 столовые ложки кетчупа
- 1 столовая ложка сахара
- 1 красный перец чили, измельченный
- 1 столовая ложка масла
- 1 столовая ложка кукурузного крахмала

Способ приготовления:

Смешайте ананасовый сок, соевый соус, рисовый уксус, кетчуп, сахар и перец чили в кастрюле.

Добавьте масло и размешайте.

Нагрейте на среднем огне, постоянно помешивая, пока соус не загустеет.

Подавайте соус к мясным блюдам.

## **Соус из яблочного желе**

Для приготовления соуса из яблочного желе вам понадобятся яблочное желе (100 г), мед (1 столовая ложка), соевый соус (2 столовые ложки), красный перец чили (1 чайная ложка), имбирь (1 чайная ложка) и чеснок (2 зубчика).

**Шаги приготовления:**

В маленькой кастрюле смешайте яблочное желе, мед, соевый соус, красный перец чили, имбирь и чеснок.

Поставьте кастрюлю на средний огонь и нагревайте, помешивая, пока все ингредиенты не растворятся и соус не станет гладким.

Готовый соус можно использовать для запекания курицы, свинины или говядины.

## **Соус из граната:**

**Ингредиенты:**

1/2 стакана гранатового сока

1 столовая ложка соевого соуса

1 столовая ложка лимонного сока

1 столовая ложка меда

1 зубчик чеснока, измельченный

1/4 чайной ложки красного перца

1 столовая ложка измельченной кинзы

**Инструкции:**

В маленькой кастрюле смешайте гранатовый сок, соевый соус, лимонный сок и мед.

Добавьте измельченный чеснок и красный перец.

Разогрейте смесь на среднем огне, постоянно помешивая, пока соус не загустеет, примерно 5-7 минут.

После снятия соуса с огня, добавьте измельченную кинзу

и перемешайте.

Готовый соус можно подавать к баранине или свинине.

## **Соус из зеленого горошка**

Ингредиенты:

1 чашка замороженного зеленого горошка

2 столовые ложки мятного соуса

1 столовая ложка свежесжатого лимонного сока

1 зубчик чеснока, измельченный

2 столовые ложки оливкового масла

Инструкции:

Разморозьте зеленый горошек и откиньте лишнюю жидкость.

В блендере смешайте зеленый горошек, мятный соус, лимонный сок, чеснок и оливковое масло.

Измельчите все ингредиенты в блендере до однородной массы.

Попробуйте и, если необходимо, добавьте соль и перец по вкусу.

Готовый соус можно использовать для запекания баранины или курицы, либо подавать к гарниру.

## **Соус из манго**

Ингредиенты:

1 спелое манго

1 лимон, выжатый

1 столовая ложка меда

2 столовые ложки оливкового масла

1/2 чайной ложки красного перца

1/4 чашки свежей кинзы, нарезанной

Инструкции:

Очистите манго, нарежьте его на кусочки и поместите в блендер.

Добавьте лимонный сок, мед, оливковое масло, красный перец и кинзу в блендер.

Смешайте все ингредиенты в блендере до получения гладкой консистенции.

Перелейте соус в стеклянную емкость и оставьте в холодильнике на несколько часов, чтобы настоялся.

Готовый соус из манго идеально подойдет для приготовления свинины.

## Соус из тыквы

Ингредиенты:

500 г тыквы, нарезанной на кубики

1 столовая ложка тертого имбиря

1/2 чашки кокосового молока

1 чайная ложка куркумы

1/2 чайной ложки красного перца

соль и свежемолотый перец по вкусу

Инструкции:

Нарежьте тыкву на кубики и поместите в кастрюлю. Добавьте тертый имбирь, кокосовое молоко, куркуму, красный перец, соль и свежемолотый перец по вкусу.

Поставьте кастрюлю на средний огонь и проварите, пока тыква не станет мягкой. Это займет примерно 20-25 минут.

Когда тыква станет мягкой, используйте блендер или миксер, чтобы измельчить ее до однородного состояния.

Попробуйте соус и при необходимости отрегулируйте количество соли и перца.

Готовый соус можно подавать к свинине.

# **Глава 5. Соусы для баранины**

## **Особенности соусов для баранины**

Я решила выделить отдельную главу для соусов из баранины, так как это мясо имеет специфический и вкус и не все знают как лучше его украсить.

### **Мятно-йогуртовый соус**

**Ингредиенты:**

1 столовая ложка свежей мяты, измельченной

1 столовая ложка лимонного сока

1 столовая ложка оливкового масла

1 столовая ложка нежирного йогурта

1 зубчик чеснока, измельченный

Соль и перец по вкусу

**Как приготовить:**

Смешайте все ингредиенты в миске.

Хорошо перемешайте до получения однородной консистенции.

Попробуйте и отрегулируйте вкус, добавляя соль и перец по своему вкусу.

Готовый соус можно подавать с жареной бараниной или использовать как маринад для запекания.

Комментарий: Мятно-йогуртовый соус отлично подходит

к баранине, придавая ей свежий вкус и аромат. Мята и лимонный сок добавляют яркости, а йогурт делает соус нежным и кремовым.

## Грибной соус

Ингредиенты:

200 г свежих грибов, нарезанных

1 луковица, мелко нарезанная

2 столовые ложки сливочного масла

2 столовые ложки муки

500 мл куриного бульона

100 мл вина (предпочтительно красное)

Соль и перец по вкусу

Свежий тимьян или петрушка для украшения

Как приготовить:

В глубокой сковороде растопите сливочное масло на среднем огне.

Добавьте нарезанный лук и грибы, обжарьте до мягкости.

Посыпьте муку и перемешайте

Влейте куриной бульон и вино, постепенно помешивая, чтобы избежать комочков.

Доведите соус до кипения, затем уменьшите огонь и варите на низком огне около 10 минут, пока соус не загустеет.

Приправьте соус солью и перцем по вкусу.

Подавайте грибной соус с жареной бараниной, посыпав

свежим тимьяном или петрушкой.

Комментарий: Грибной соус придает баранине насыщенный и глубокий вкус, а также создает нежную текстуру.

## Соус Бордельез

Соус Бордельез (Bordelaise) – это богатый, насыщенный соус.

Ингредиенты:

1 крупный шалот, мелко нарезанный

2 зубчика чеснока, измельченные

1 стебель свежего розмарина, измельченный

1 стебель свежего тимьяна, измельченный

1 стебель свежего эстрагона, измельченный

1 стакан красного вина

1 стакан говяжьего бульона

2 столовые ложки сливочного масла

2 столовые ложки муки

Соль и свежемолотый черный перец

Инструкции:

В сковороде на среднем огне растопите 1 столовую ложку масла. Добавьте шалот, чеснок и травы и жарьте, помешивая, около 5 минут, пока овощи не станут мягкими.

Добавьте красное вино и говяжий бульон, увеличьте огонь и доведите до кипения. Затем уменьшите огонь до среднего и дайте соусу закипеть, пока он не сократится в объеме на 1/3.



В отдельной кастрюле растопите оставшуюся 1 столовую ложку масла на среднем огне. Посыпьте муку и перемешайте, чтобы образовалась гладкая паста. Готовьте, помешивая, около 2 минут, чтобы паста стала золотистой.

Постепенно добавляйте к пасте соус, помешивая, чтобы избежать комков. Продолжайте готовить, помешивая, около 5-7 минут, пока соус не загустеет и не станет гладким.

Отрегулируйте вкус соуса солью и перцем, и приправьте его к стейкам или другим мясным блюдам.

## **Соус из розмарина и чеснока**

**Ингредиенты:**

1/2 чашки оливкового масла

1/4 чашки красного вина

3 столовые ложки измельченного свежего розмарина

3 зубчика чеснока, измельченных

Соль и перец по вкусу

**Инструкции:**

В большой чашке смешайте оливковое масло, красное вино, розмарин и чеснок.

Посолите и поперчите по вкусу.

Хорошо перемешайте, чтобы все ингредиенты соединились.

Дайте соусу настояться в течение 30 минут, чтобы ароматы хорошо пропитались.

Подавайте соус к стейку или другому блюду на ваш выбор.  
Приятного аппетита!

## Соус из шалфея

Ингредиенты:

- 1 пучок шалфея
- 2 столовые ложки оливкового масла
- 2 столовые ложки сливочного масла
- 1 стакан куриного бульона
- 1 столовая ложка лимонного сока
- соль и свежемолотый черный перец

Инструкции:

Отделяем листья шалфея от стеблей и нарезаем их мелко.

В сотейнике на среднем огне нагреваем оливковое масло и обжариваем на нем нарезанный шалфеем до мягкости, примерно 3-5 минут.

Добавляем сливочное масло и куриный бульон. Доводим до кипения, затем уменьшаем огонь и даем соусу потушиться примерно 10 минут.

Снимаем с огня, добавляем лимонный сок и соль и перец по вкусу. Перемешиваем.

Даем соусу немного остыть, затем подаем к стейку.

Приятного аппетита!

## **Глава 6. Соусы для птицы**

Такие соусы, как соус апельсиновый, соус клюквенный, соус карри и другие, используются для придания пряного вкуса курицы, индейки и других видов птицы.

### **Классический соус для птицы**

Ингредиенты:

2 столовые ложки сливочного масла

2 столовые ложки муки

2 чашки куриного бульона

Соль и перец для вкуса

Инструкции:

Растопите сливочное масло в кастрюле на среднем огне.

Всыпать муку и готовить 1-2 минуты, постоянно помешивая.

Медленно добавляйте куриный бульон, взбивая, чтобы не было комочков.

# 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.