

Моя кулинарная библиотечка



Горшочки с овощами, рыбой, мясом

Похлебка
«Царская» -
с.5

Рагу из
баранины
и языка -
с.32



Моя кулинарная библиотечка

Сборник рецептов
**Горшочки с овощами,
рыбой, мясом**

«ЭКСМО»

2012

Сборник рецептов

Горшочки с овощами, рыбой, мясом / Сборник рецептов —
«Эксмо», 2012 — (Моя кулинарная библиотечка)

В издании представлены рецепты приготовления мясных, овощных и рыбных блюд в горшочках.

Содержание

| | |
|---|----|
| Супы | 5 |
| Гороховый суп с копченой грудинкой | 5 |
| Томатный суп | 6 |
| Щи из крапивы | 7 |
| Щи казацкие | 8 |
| Похлебка «царская» с бараниной | 9 |
| Гуляш в горшочке | 10 |
| Айнтопф из цветной капусты и сарделек | 11 |
| Суп луковый с сухарями | 12 |
| Суп зеленый острый | 13 |
| Солянка мясная | 14 |
| Русская похлебка | 15 |
| Суп гороховый по-восточному | 16 |
| Густой рыбный суп с ананасом | 17 |
| Суп с бараниной по-азербайджански | 18 |
| Огуречный суп | 19 |
| Пестрый суп в горшочке | 20 |
| Густой суп по-аргентински со сладким перцем | 21 |
| Рыбный суп с листьями розмарина | 22 |
| Суп с карасями и грибами | 23 |
| Суп из шампиньонов с молоком | 24 |
| Грибной суп с телятиной | 25 |
| Грибной суп с картофельными галушками | 26 |
| Суп-пюре с кнелями | 27 |
| Борщ по-сибирски | 28 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 29 |

Горшочки с овощами, рыбой, мясом

Супы

Гороховый суп с копченой грудинкой

1,5 л бульона, 1 стакан лущеного гороха, 300 г копченой грудинки, 1 морковь, 3 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сливок, кардамон, соль, перец.

Морковь очистить, нарезать небольшими кусочками и тушить в сливочном масле, распустив его в сковороде.

Грудинку нарезать порционными кусочками, предварительно удалив кости.

Горох варить до полуготовности, затем вынуть шумовкой.

Горячий бульон влить в горшочек, добавить куски грудинки, тушеную морковь, заправить солью, перцем, кардамоном. Горшочек закрыть крышкой и поставить в умеренно разогретую духовку, готовить 30 мин.

Перед подачей к столу заправить сливками.

Томатный суп

800 мл бульона, 3 луковицы, 3 зубчика чеснока, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 кг помидоров, 200 г белого хлеба, 3 ст. ложки тертого сыра, соль, перец.

Лук и 2 зубчика чеснока очистить, мелко нарезать, обжарить в глубокой сковороде в оливковом масле. Добавить нарезанные дольками помидоры, обжарить их вместе с луком и чесноком. Влить горячий бульон, положить 100 г белого хлеба, нарезанного кубиками, приправить солью и перцем. Накрыть сковороду крышкой и варить на слабом огне примерно 40 мин.

Разлить суп по порционным горшочкам, в каждый из них положить по куску белого хлеба, натертого оставшимся чесноком и посыпанного тертым сыром.

Поставить горшочки в духовку, не закрывая крышкой, и выдержать в ней до тех пор, пока сыр не запечется до корочки.

Щи из крапивы

1,5 л бульона, 400 г крапивы, 100 г щавеля, 1 некрупная морковь, 1 небольшая луковица, 50 г сливочного масла, 2 яйца, зелень укропа и петрушки, 2 зубчика чеснока, 2 ст. ложки лимонного сока, соль.

Крапиву перебрать, промыть, дать стечь воде, затем погрузить на 2–3 мин в кастрюлю с кипящей водой, откинуть на дуршлаг.

Очищенные морковь, лук и чеснок измельчить, пассеровать в сковороде с растопленным сливочным маслом 5 мин.

Яйца отварить вкрутую, очистить, нарезать большими кружочками.

Бульон влить в горшочек, добавить подготовленные овощи, крапиву, соль, накрыть крышкой (можно из теста) и поставить в духовку, варить 10–15 мин.

Готовые крапивные щи заправить лимонным соком, добавить яйца, зелень укропа с петрушкой и измельченный щавель.

К этим щам можно подать ватрушки с творогом.

Щи казацкие

1,3 л воды, 300 г речной рыбы с крупными костями, 2 клубня картофеля, 1 помидор, 200 г белокочанной капусты, 1 небольшая морковь, 2 зубчика чеснока, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, 1 пучок зелени укропа с петрушкой, сметана по вкусу, соль, красный перец.

Рыбу ошпарить, очистить, промыть, нарезать ломтиками, залить горячей водой и варить в кастрюле до полуготовности, затем процедить.

Помидор нарезать кружочками, лук и чеснок – полукольцами, обжарить в сковороде в масле 5–7 мин.

Капусту нашинковать.

Процеженный бульон влить в горшочек, добавить нашинкованную капусту, обжаренные помидор, лук и чеснок, натертую на крупной терке морковь, очищенный и нарезанный кружочками картофель, половину измельченной зелени, посолить, поперчить, закрыть крышкой, поставить в умеренно разогретую духовку и варить 25–30 мин.

Готовые щи посыпать оставшейся зеленью.

Похлебка «царская» с бараниной

2 л воды, 800 г баранины, 5–6 картофелин, 1 / 2 стакана пшенной крупы, 2 морковки, 2 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 1 корень петрушки или сельдерея, 2–3 ст. ложки измельченной зелени петрушки и укропа, соль по вкусу.

Мякоть баранины ополоснуть, нарезать небольшими кубиками, положить в глиняный горшочек, залить холодной водой, добавить измельченный корень петрушки или сельдерея, поставить в разогретую духовку и варить 1–1,5 ч, до готовности мяса. Затем мясо вынуть, а бульон процедить.

В это время очистить и нарезать кубиками картошку. Очищенные лук и морковь измельчить и обжарить в разогретом растительном масле.

В горшочки с горячим бульоном положить подготовленные овощи, промытую крупу, отварную баранину и варить до готовности пшена.

Похлебку посолить, посыпать рубленой зеленью и подать на стол в горшочке.

Гуляш в горшочке

750 г говядины, 1 кг картофеля, 100 г жира, 1 большая луковица, по 250 г сладкого перца и помидоров, 1 ст. ложка сухого вина, 20 г молотого красного перца, по 1 / 2 ч. ложки майорана и молотого черного перца, 1 / 2 ст. ложки соли.

Растопить жир в кастрюле за 1,5–2 мин, добавить мелко нарезанный лук и обжаривать 1–2 мин при уровне мощности 100 %.

Посыпать красным перцем, перемешать и добавить нарезанное кусочками мясо, пряности, соль и немного воды.

Готовить под крышкой 15–17 мин, время от времени помешивая. Если жидкость начнет выкипать, добавить еще немного воды или сухого вина.

Нарезать картофель кубиками, сладкий перец – полосками. Положить в кастрюлю с мясом и тушить 1–2 мин при уровне мощности 100 %.

Нарезать помидоры, положить в кастрюлю, добавить воды и тушить 5–7 мин до полной готовности мяса и овощей.

Можно добавить мучные галушки или лапшу. Их можно положить прямо в гуляш или подать отдельно, предварительно обжарив в жире.

Айнтопф из цветной капусты и сарделек

1,2 л куриного бульона, 500 г цветной капусты, 700 г картофеля, 300 г грибов, 4 сардельки, соль, красный молотый перец.

Цветную капусту промыть, разобрать на соцветия, уложить на дно горшочка, затем добавить очищенные и нарезанные кубиками картофель и грибы, влить горячий бульон так, чтобы он покрывал продукты на 2–3 см, заправить солью и перцем и варить до готовности.

За 5 мин до готовности в суп добавить нарезанные кружочками сардельки.

Вместо свежих грибов можно использовать сухие, предварительно размоченные в теплой воде.

Суп луковый с сухарями

1,7 л бульона мясного или из кубика, 10 луковиц, 3 зубчика чеснока, 100 г сливочного или растительного масла, 100 г сыра, 100 г сухарей, зелень укропа, соль.

Лук и чеснок очистить, мелко нарезать и обжарить в сливочном или растительном масле, переложить в горшочек.

Залить чесночно-луковую смесь горячим бульоном, посолить.

Горшочек поставить в духовку на 20–30 мин.

При подаче к столу в каждую тарелку положить сухари и посыпать тертым сыром и мелко нарезанной зеленью укропа.

Суп зеленый острый

1,7 л бульона, 8 ст. ложек растительного масла, 2 зубчика чеснока, 1 стакан мелко нарубленного репчатого лука, 1 стакан мелко нарезанного сельдерея, 100 г нарезанной кубиками моркови, 4 ч. ложки томатной пасты, 1 стакан зеленого горошка, 1 стакан фасоли, 3 ст. ложки риса, 4 штуки лаврового листа, 4 крупных помидора, 4 ст. ложки тертого сыра, соль, перец.

Нарубленный чеснок и лук обжарить в масле, добавить сельдерей и морковь. Все тушить и разложить по порционным горшочкам.

В каждый горшочек добавить горячий бульон, томатную пасту, фасоль, зеленый горошек, рис, лавровый лист, соль и перец и поставить в умеренно разогретую духовку. Тушить до тех пор, пока овощи не станут мягкими.

В конце добавить нарезанные ломтиками помидоры и тертый сыр и тушить еще 5 мин. Затем вынуть из духовки и подать к столу.

Солянка мясная

1,7 л воды, 200 г телятины, 100 г говяжьих костей, 150 г ветчины, 150 г нежирной вареной колбасы, 5 грибов, 1 луковица, 1 соленый огурец, 1 ст. ложка каперсов, 8 маслин без косточек, 1 / 2 стакана сметаны, 4 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка томата-пюре, 2 помидора, 1 долька лимона, зелень, соль по вкусу.

Из говяжьих костей варить бульон (1,5 л), налить его в горшочек, положить туда нарезанные кусочками и слегка обжаренные с обеих сторон в 2 ст. ложках масла телятину, ветчину и колбасу, добавить предварительно нарезанные и обжаренные в оставшемся масле лук и грибы. После этого положить мелко нарезанный огурец и подсолить. Поставить горшочек в теплую духовку и довести суп до кипения.

Перед тем как подать к столу, в солянку положить маслины, каперсы, томат-пюре, сметану, ломтики свежих помидоров, мелко нарубленную зелень и дольку лимона. По традиции к солянке подать пироги.

Русская похлебка

1,6 л воды, 800 г говядины с костями, 8 клубней картофеля, 3–4 луковицы, 2,5 ст. ложки сливочного масла, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, соль, перец по вкусу.

Мякоть говядины отделить от костей, промыть и нарезать небольшими кусочками продолговатой формы. Из костей варить крепкий бульон (1,5 л).

Готовый бульон перелить из кастрюли в глиняный горшочек, опустить в него сырое мясо и варить в духовке 20–30 мин при температуре 150–200 °С.

Картофель очистить и нарезать кубиками, а репчатый лук – полукольцами и жарить на сковороде в кипящем масле до золотистого цвета.

Вынуть горшочек с бульоном и мясом из духовки, опустить в него картофель и снова поставить в духовку, варить на небольшом огне. Через 10 мин добавить в горшочек обжаренный лук, лавровый лист, соль, перец, рубленую зелень петрушки и укропа и варить еще 1–2 мин.

Суп гороховый по-восточному

1,3 л воды, 800 г баранины, 4 ст. ложки гороха нут, 4 луковицы, 4 клубня картофеля, 15 штук алычи, мята на кончике ножа, 2 ч. ложки настоя шафрана, специи и соль по вкусу, 10 горошин черного перца.

Баранину промыть и нарезать кусочками.

В горшочек положить мясо и предварительно замоченный в горячей воде горох. Залить горшочек на 3 / 4 горячей водой, поставить в духовку и варить на слабом огне при закрытой крышке.

За 30 мин до готовности положить очищенный и нарезанный крупными кусками картофель, нарезанный кольцами репчатый лук и алычу. Перед окончанием варки суп посолить и добавить специи.

Перед подачей к столу в горшочек добавить настой шафрана, который заваривают, как чай, из расчета 1 г шафрана на 120 г воды. Если суп готовить в порционных горшочках, то подать прямо в них.

Густой рыбный суп с ананасом

1,3 л бульона или воды, 300 г филе морской рыбы, 500 г ананаса, 3 ст. ложки сливок, 1 / 2 пучка базилика, соль.

Ананас очистить, нарезать кусочками.

Филе нарезать ломтиками, базилик измельчить.

Все переложить в горшочек, залить горячим подсоленным бульоном, закрыть крышкой и поставить в разогретую духовку на 35 мин.

Готовый суп заправить сливками и разлить по порционным тарелкам.

Суп с бараниной по-азербайджански

2–2,5 л воды, 400 г баранины, 80 г курдючного или свиного сала, 3 ст. ложки сушеного гороха, 8–10 мелких картофелин, 1 луковица, 1,5 ст. ложки томата-пюре или 4–5 помидоров, 7–9 свежих или 4–6 сушеных плодов алычи, 3–4 горошины душистого перца, 1 / 4 ч. ложки имбиря, соль по вкусу.

Горох замочить с вечера в холодной воде.

Из алычи удалить косточки, а мякоть нарезать соломкой.

Баранью грудинку, шею и голяшку с костью нарезать небольшими кусочками, сложить в керамические горшочки, добавить горох, залить горячей водой и варить в духовке 10–20 мин. Затем добавить измельченный лук, целые очищенные клубни картофеля, алычу, сало, томат-пюре или помидоры, имбирь, душистый перец, посолить и варить еще 20 мин.

Огуречный суп

1,5 л бульона, 3 сосиски, 4 огурца, 3 помидора, 50 г шпика, 2 ст. ложки сметаны, зелень, соль.

Огурцы помыть, очистить от кожицы, удалить семена, нарезать мелкими кусочками.

Помидоры ошпарить, снять кожицу, нарезать ломтиками, как для приготовления салата.

Шпик нарезать мелкими кубиками, растопить в сковороде. В образовавшемся жире тушить огурцы, добавить помидоры и нарезанные кружочками сосиски.

В горшочек влить горячий бульон, положить в него подготовленные овощи и сосиски, посолить, закрыть крышкой. Горшочек поставить в умеренно разогретую духовку и варить суп 15 мин.

Готовый суп заправить сметаной и посыпать зеленью.

Пестрый суп в горшочке

1,3 л бульона, 300 г овощей разного цвета, 100 г маринованных грибов, 50 г лапши, 2 ст. ложки сливочного масла, зелень по вкусу, соль.

Овощи помыть, если надо, очистить, натереть на терке или мелко нарезать. В сковороде распустить сливочное масло и быстро, в течение 3–4 мин, на сильном огне обжарить овощи.

В горшочек влить горячий бульон, добавить обжаренные овощи, нарезанные соломкой маринованные грибы, соль.

Горшочек накрыть крышкой и поставить в умеренно нагретую духовку, варить 35 мин. За 5 мин до конца варки в горшочек всыпать лапшу и варить до готовности.

Перед подачей к столу в суп добавить измельченную зелень.

Густой суп по-аргентински со сладким перцем

1,3 л воды, 400 г рыбного филе, 3 ст. ложки растительного масла, 1 морковь, 3 клубня картофеля, 1 зеленый сладкий перец, 1 красный сладкий перец, 1 пучок базилика, соль.

Морковь и картофель очистить, нарезать кубиками. Перец очистить, нарезать соломкой. Филе нарезать небольшими ломтиками.

Базилик перебрать, удалить поврежденные листья, промыть, измельчить.

В горшочек влить растительное масло, затем слоями выложить морковь, перец, картофель, филе и залить горячей подсоленной водой.

Горшочек накрыть крышкой, поставить в умеренно разогретую духовку на 35–40 мин.

За 4 мин до конца варки горшочек вынуть, посыпать рубленым базиликом и варить до готовности.

Рыбный суп с листьями розмарина

1,7 л воды, 400 г филе морской рыбы, 3 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, 300 г тыквы, 2 клубня картофеля, 1 морковь, 2 вареных яйца, 1 лавровый лист, 1 пучок листьев розмарина, соль по вкусу, 4 горошины душистого перца.

Луковицу очистить и нашинковать. Картофель, морковь, тыкву очистить, помыть, нарезать соломкой.

Яйца натереть на терке.

Рыбное филе нарезать кусочками.

В горшочек влить растительное масло, затем слоями выложить подготовленные ингредиенты, залить горячей подсоленной водой, добавить лавровый лист, душистый перец.

Горшочек накрыть крышкой и поставить в умеренно разогретую духовку на 35 мин.

При подаче к столу суп посыпать измельченными листьями розмарина.

Суп с карасями и грибами

1,6 л воды, 4 карася, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 2–3 лавровых листа, 2–3 маринованных белых гриба, 5 ст. ложек растительного масла, 3 ст. ложки панировочных сухарей, соль, перец.

Луковицу и коренья очистить, мелко нарезать, положить в горшочек. Грибы нарезать соломкой.

Подготовленных карасей обвалить в панировочных сухарях и обжарить в растительном масле в сковороде. Затем нарезать небольшими кусками и положить в горшочек. Все залить подсоленной горячей водой, добавить перец, лавровый лист. Горшочек накрыть крышкой и поставить в умеренно разогретую духовку на 35 мин.

При подаче к столу в суп добавить измельченные грибы. По желанию посыпать рубленой зеленью.

Суп из шампиньонов с молоком

1 л воды или бульона, 300 г шампиньонов быстрой заморозки, 2 ст. ложки муки, 1 морковь, 1 луковица, 1 клубень картофеля, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. ложка молока, 100 г сливок, соль по вкусу.

Шампиньоны разморозить, нашинковать, соединить с очищенными и нарезанными морковью и луком, тушить в сковороде со сливочным маслом 5 мин.

Муку подсушить, развести молоком, смешать с тушеными овощами и грибами, переложить в горшочек.

Желтки отделить от белков, смешать со сливками, довести до кипения в небольшой емкости, тщательно помешивая, затем влить в горшочек. Добавить очищенный и нарезанный кубиками картофель, воду или бульон.

Горшочек закрыть крышкой, поставить в умеренно разогретую духовку на 35 мин.

Грибной суп с телятиной

1,2 л бульона или воды, 300 г телятины, 2 клубня картофеля, 3 ст. ложки шампиньонов, 2 моркови, 2 ст. ложки растительного масла, зелень укропа, петрушки и сельдерея, соль, перец по вкусу.

Телятину нарезать порционными кусочками, тушить вместе с измельченными грибами в сковороде с растительным маслом до полуготовности.

Картофель и морковь очистить, нарезать кубиками. Зелень тщательно промыть, мелко нарубить.

В горшочек положить тушеные мясо и грибы, добавить картофель и морковь, измельченную зелень, посолить, поперчить, залить горячим бульоном, накрыть крышкой и поставить в умеренно разогретую духовку на 40 мин.

Этот суп можно готовить и с сушеными шампиньонами.

Грибной суп с картофельными галушками

1,5 л воды, 200 г свежих грибов, 3 клубня картофеля, 2 яйца, 3 ст. ложки муки, зелень, соль.

Из грибов и воды сварить бульон. Отварные грибы вынуть шумовкой, нашинковать. Бульон процедить и кипящим влить в горшочек.

Картофель очистить, отварить, просушить. Затем размять, добавить взбитые яйца, муку, соль, все тщательно перемешать.

Приготовленную массу положить в горячий бульон при помощи чайной ложки. Затем туда же положить подготовленные отварные грибы. Горшочек накрыть крышкой, поставить в умеренно разогретую духовку на 20 мин.

Готовый суп посыпать измельченной зеленью.

Суп-пюре с кнелями

1,3 л рыбного бульона, 300 г рыбного филе, 50 г сливочного масла, 4 ст. ложки пшеничной муки, 3 ст. ложки молока, 1 стакан сливок, 1 корень сельдерея, соль, перец. Для кнелей: 80 г филе рыбы, 25 г пшеничного хлеба, 3 ст. ложки молока, 1 яичный белок, 2 ст. ложки растительного масла.

Рыбное филе припустить 2 мин в кипящей воде с очищенным корнем сельдерея и сливочным маслом, затем прокрутить через мясорубку.

В горячее молоко осторожно, тщательно перемешивая, добавить пшеничную муку, соль, перец, затем ввести горячие сливки и все перемешать.

Пропущенное через мясорубку рыбное филе соединить с горячим рыбным бульоном, влить в горшочек, добавить приготовленный белый соус. Горшочек накрыть крышкой и поставить в умеренно разогретую духовку на 15 мин. **Приготовление кнелей:** филе рыбы прокрутить через мясорубку вместе с хлебом, добавить молоко и яичный белок, тщательно перемешать. Из получившейся массы сформовать кнели в виде раковых шеек, обжарить в растительном масле.

Готовые кнели подать к супу.

Борщ по-сибирски

1,2 л бульона, 2 свеклы, 150 г квашеной или свежей капусты, 1 морковь, 1 клубень картофеля, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, соль. Для фрикаделек: 250 г фарша, 1 яйцо, 1 ст. ложка риса, 1 небольшая луковица, соль, перец.

Очищенные и нарезанные небольшими кусочками свеклу, репчатый лук и томат-пюре тушить в сковороде в масле.

Капусту нашинковать, картофель и морковь очистить и нарезать кубиками.

Рис промыть, очищенную луковицу пропустить через мясорубку или измельчить, добавить яйцо, фарш, соль, перец и все тщательно перемешать. Из получившейся массы сформовать фрикадельки.

Приготовленный мясной бульон влить в горшочек, добавить фрикадельки, нашинкованную капусту и тушеные овощи, посолить, закрыть крышкой, поставить в холодную духовку, постепенно нагреть и варить борщ до готовности (45–50 мин).

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.