

# Кулинарная энциклопедия

том 3



Б (Бешамель — Брускетта)

**Надежда Бондаренко**  
**Наталья Шинкарёва**

**Кулинарная энциклопедия. Том**  
**3. Б (Бешамель – Брускетта)**  
Серия «Кулинарная энциклопедия (ИД  
«Комсомольская правда»)», книга 3

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=23925954](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23925954)  
Кулинарная энциклопедия. Том 3. Б. Бешамель – Брускетта:  
Комсомольская правда; Москва; 2015  
ISBN 978-5-4470-0025-7*

### **Аннотация**

Из третьего тома энциклопедии вы сможете узнать: как приготовить знаменитый французский бёф-бургиньон; как печь воздушные бисквиты и булочки бриошь; какая сладость самая популярная в Бразилии; все о блинчиках, бокалах и брокколи; особенности британской и болгарской кухонь; что можно приготовить с помощью блендера; какой десерт особенно любил А.С.Пушкин; что такое бешбармак, бигос и брауниз; чем борщок отличается от борща; историю английского бифштекса и многое другое.

# Содержание

Бешамель	5
Бешбармак	11
Бёр блан (белый масляный соус)	15
Бёреги (бёрек)	16
Бёреги с брынзой	17
Бёр нуар (бёр нуазетт)	20
Бёф бургиньон (говядина по-бургундски)	24
Бигарад	28
Бигос	32
Бирдекель	35
Бирьяни	37
Бирьяни с креветками	40
Конец ознакомительного фрагмента.	42

# Кулинарная энциклопедия.

## Том 3. Б (Бешамель – Брускетта)

Руководитель проекта: *Ольга Ивенская*

Составители: *Надежда Бондаренко, Наталья Шинкарёва*

Фотографы: *Павел Леляев, Татьяна Горелкина, Ирина Завьялова*

Консультант: *шеф-повар Сергей Болотов*

© АО «Издательский дом «Комсомольская правда», 2015

© При подготовке макета использовались материалы фотобанков Shutterstock и Depositphotos

# Бешамель



Классический соус из муки, сливочного масла, молока и соли. Соус прекрасно подходит к мясу, рыбе, овощам, особенно к цветной капусте и спарже, к пасте.

*Время приготовления: 8 мин*

100 г сливочного масла

3 ст. л. пшеничной муки

500 мл молока

щепотка тёртого мускатного ореха

соль по вкусу

*Калорийность: 135 ккал*

- Растопить на сковороде сливочное масло. Всыпать муку и обжарить её, постоянно помешивая, до появления розоватого оттенка. Убавить огонь до минимального.





- Постепенно, вымешивая, чтобы не было комков, влить в сковороду молоко. Когда всё молоко будет влито, а соус приобретёт однородную консистенцию, снять с огня, добавить щепотку мускатного ореха и посолить по вкусу.

# Бешбармак

Мясное блюдо, традиционное для башкирской, казахской, киргизской и других кухонь тюркоязычных народов. «Бешбармак» переводится как «пять пальцев» – это означает способ, которым кочевники, не имевшие никаких приборов, издавна пользовались во время еды – просто брали мясо рукой (пятью пальцами).

Готовится из мелко нарезанного мяса (обычно баранины) и особым способом приготовленной лапши.

*На 6 порций*

*Время приготовления: 4 часа*

*Для бульона*

1,5 кг мякоти баранины и/или говядины

4 л воды

1 луковица

1 морковь

8 горошин душистого перца

2 лавровых листа

соль по вкусу

*Для теста*

600 г пшеничной муки

2 яйца

200 мл воды или мясного бульона

0,5 ч. л. соли

*Для заправки*

3 средние луковицы

4 ст. л. бульона

2 пучка петрушки

перец по вкусу

*Калорийность: 231 ккал*

- Мясо хорошо промыть, положить в кастрюлю с холодной водой и поставить на огонь вариться. Периодически снимать пену и жир с бульона (жир сохранять). Варить мясо около 3 часов на очень слабом огне, до тех пор, пока оно не станет легко отделяться от костей. Бульон должен кипеть почти незаметно.

- Примерно за час до окончания варки положить в бульон очищенную луковицу целиком, морковь, душистый перец горошком, лавровый лист и соль.

- Пока мясо варится, приготовить тесто для лапши. Всыпать в миску половину просеянной муки. Яйца взбить, влить в муку, добавить соль, влить воду или холодный бульон. Замесить крутое тесто, подсыпая оставшуюся часть муки (в хорошо вымешанном тесте на разрезе не должно быть воздушных пузырьков). Завернуть готовое тесто в чуть влажное полотенце и оставить минут на 25–30.

- Раскатать тесто порциями на столе, посыпанном мукой, в пласты толщиной 1,5–2 мм. Брать от целого куска часть,

оставшееся заворачивать обратно в полотенце, чтобы тесто не подсыхало. Пласты теста разрезать на полосы и затем на ромбы. Посыпать сверху густо мукой и дать подсохнуть, пока варится мясо.

- Когда мясо сварится, достать его из бульона, удалить все овощи и специи, бульон процедить. Мясо отделить от костей и нарезать на небольшие кусочки.

- От процеженного бульона отлить часть (примерно 4 половника), добавить воду, соль и положить ромбы из теста. Отварить их до готовности.

- Лук нарезать кольцами. Разогреть в сковороде снятый с бульона жир, выложить в него половину лука, слегка посолить и обжарить до мягкости.

- Поместить оставшуюся половину лука в дуршлаг и опустить на минутку в кипящий бульон. Достать, дать бульону стечь и густо посыпать свежемолотым перцем.

- Выложить отваренные ромбы из теста в большое блюдо. По центру тарелки положить куски мяса. Сверху выложить бланшированные в бульоне лук с перцем.

- Подавать бешбармак с разлитым в пиалы горячим бульоном, щедро посыпанным рубленой зеленью.



# Бёр блан (белый масляный соус)

Тёплый, густой и нежный соус из масла, приправленного вином, уксусом, луком-шалотом, солью и перцем. Его подают к рыбе и моллюскам, овощам, а также обжаренной говядине, почкам, печени и т. д.

*Время приготовления: 20 мин*

2,5 ст. л. белого винного уксуса

2,5 ст. л. белого сухого вина, вермута или лимонного сока

1 ст. л. измельчённого лука-шалота или зелёного лука

0,25 ч. л. соли

щепотка молотого белого перца

220 г охлаждённого сливочного масла

*Калорийность: 238 ккал*

# Бёреги (бёрек)

Турецкая выпечка с несладкой пикантной начинкой, которая подаётся горячей в качестве закуски. Эти пирожки чаще всего готовятся из теста фило и имеют форму маленьких сигар или полумесяцев.

# Бёреги с брынзой

*Время приготовления: 40 мин*

2 яйца

200 г брынзы

2 ст. л. мелко нарезанной свежей мяты

6 квадратов теста фило

1–2 ч. л. сливочного масла

соль и перец по вкусу

*Калорийность: 199 ккал*

- Яйца слегка взбить. Брынзу размять вилкой, смешать с яйцами и мятой, посолить и поперчить по вкусу.
- Каждый квадрат теста разделить на листы по три слоя, разрезать на 3 полоски, смазать их растопленным сливочным маслом.
- На один край каждой полоски положить немного начинки, подвернуть тесто с боков и свернуть трубочкой в форме сигары.
- Духовку разогреть до 180 °С, выложить пирожки на противень, смазанный сливочным маслом, и выпекать около 20 минут. Подавать к столу тёплыми.
- Смешать уксус, вино, лук и приправы и варить до получения примерно 1,5 ст. ложек жидкости.

- Охлаждённое сливочное масло разрезать на небольшие кусочки.
- Снять кастрюлю с огня и вбить в смесь 2 кусочка масла. Как только масло разойдётся, добавить ещё один кусочек.
- Поставить кастрюлю на минимальный огонь и добавлять по кусочку масла, каждый раз взбивая до полной однородности. Как только будет добавлено всё масло, снять соус с огня.



# Бёр нуар (бёр нуазетт)

Соус из прокалённого масла, имеющий ореховый вкус и аромат. Подаётся к запечённым яйцам, телячьим мозгам, отварной или обжаренной рыбе, куриной грудке, овощам.

*Время приготовления: 20 мин*

170 г сливочного масла

3–4 ст. л. белого винного уксуса или лимонного сока

1–2 ст. л. каперсов

3–4 ст. л. измельчённой петрушки

соль и перец по вкусу

*Калорийность: 133 ккал*

- Нарезать масло на кусочки, высыпать в кастрюлю и поставить её на небольшой огонь. Когда масло растает, снять пену и слить прозрачную жёлтую жидкость в миску. Молочный осадок вылить.

- Влить масло обратно в кастрюлю и прогреть до светло-коричневого цвета (не до тёмного!). Вновь перелить в отдельную ёмкость.

- Промыть кастрюлю, добавить туда уксус или лимонный сок и каперсы и уварить на большом огне.

- Вылить обратно в кастрюлю прокалённое масло. Разогреть соус перед подачей. Полить им основное блюдо, пред-

варительно посыпанное петрушкой.



*Жареный сибас с грибами, кукурузой и чечевицей под со-*

*усом бёр нуар*

# Бёф бургиньон (говядина по-бургундски)

Кусочки говядины, тушённые в винном соусе с овощами. Традиционное французское крестьянское блюдо, для которого подойдёт даже жёсткое мясо.

*На 4 порции*

*Время приготовления: 3 часа 45 мин*

1 кг говядины (лопатка, голяшка и т. п., без костей)

2 луковицы

2–3 зубчика чеснока

2 средние моркови

100 г копчёной грудинки или бекона

1 стакан пшеничной муки

1 ст. л. растительного масла

50 мл коньяка

пара веточек тимьяна

3–4 веточки петрушки

2–3 лавровых листа

1 бутылка сухого красного вина

50 г сливочного масла

150 г мелких шампиньонов

2–3 ст. л. маринованного жемчужного лука

соль и перец по вкусу

- С мяса срезать жёсткие прожилки, нарезать крупными кубиками. Лук, чеснок и морковь очистить, мелко нарубить.
- Нарезать ломтиками или кубиками грудинку или бекон. Вытопить жир на сковороде. Снять шкварки и отложить.
- Мясо посолить и поперчить, обвалить в муке со всех сторон, лишнюю муку стряхнуть. Обжарить мясо на вытопленном жире со всех сторон до румяной корочки (жарить партиями, чтобы между кусками мяса было достаточно пространства, иначе оно будет тушиться, а не жариться). Снять мясо со сковороды.
- В сковороду, где жарилось мясо, влить немного растительного масла и спассеровать на нем лук, чеснок и морковь. Затем влить в сковороду коньяк, перемешать, снять с огня. Выложить пассерованные овощи на дно толстостенной кастрюли или утятницы.
- Связать кулинарной нитью веточки тимьяна, петрушки и лавровый лист. Положить этот букет гарни на овощи. Сверху выложить обжаренное мясо и шкварки. Залить вином, плотно накрыть крышкой и поставить в духовку, нагретую до 160 °С, на 3 часа.
- Разогреть в сковороде сливочное масло и обжарить на нём шампиньоны до золотистого цвета (около 8 минут). Переложить грибы в кастрюлю с мясом. На оставшемся масле слегка обжарить жемчужный лук и тоже добавить к мясу.
- Удалить из кастрюли букет гарни, перемешать и пода-

вать бёф бургиньон горячим.



# Бигарад

Французский кисло-сладкий соус с добавлением апельсиновой цедры. Подаётся к индейке, утке или другой пернатой дичи.

*Время приготовления: 40 мин*

4 ст. л. апельсиновой цедры

100 мл кипятка

100 мл сухого красного вина

60 г лука

200 мл томатного соуса

20 г джема из чёрной или красной смородины

40 мл коньяка

100 мл апельсинового сока

соль и перец по вкусу

*Калорийность: 134 ккал*

- Положить в кастрюлю цедру, залить кипятком, оставить на 5 минут, затем откинуть на дуршлаг.
- Налить в кастрюлю вино, добавить мелко нарезанный лук. Варить до тех пор, пока содержимое не упарится наполовину.
- Затем добавить томатный соус, джем, коньяк и апельсиновый сок, варить 10 минут на слабом огне, постоянно по-

мешивая.

- Добавить в соус мелко нарезанную цедру, перемешать и подавать соус тёплым к птице.



*Утиная грудка с соусом бигарад*



# Бигос

Популярное блюдо восточноевропейской кухни из квашеной капусты и мяса. Считается польским блюдом, однако есть мнение, согласно которому в польскую кухню оно пришло из Литвы.

Характерной особенностью бигоса является раздельное приготовление ингредиентов: капусту тушат, мясо обжаривают, и лишь потом их смешивают и тушат вместе. Бигос имеет густую консистенцию, кисловатый вкус и ярко выраженный запах копчёностей. Его часто подают под водку.

*На 4 порции*

*Время приготовления: 1,5 часа*

200 г копчёной грудинки

200 г копчёных колбасок

1 крупная луковица

1 средняя морковь

500 г белокочанной капусты

500 г квашеной капусты

щепотка сушёного майорана

1 стакан мясного бульона

соль и перец по вкусу

*Калорийность: 33 ккал*

- Грудинку нарезать мелко, колбаски – крупно. Разогреть глубокую сковороду, обжарить на ней грудинку до момента, когда начнёт вытапливаться жир.

- Добавить в сковороду колбаски, обжарить вместе с грудинкой до румяной корочки.

- Лук и морковь очистить, нарезать соломкой. Выложить в сковороду. Потушить на среднем огне 3–4 минуты.

- Свежую капусту тонко нашинковать, квашеную промыть, дать стечь воде. Добавить в сковороду к луку и моркови, перемешать. Посолить по вкусу, добавить специи. Залить бульоном и тушить под крышкой на слабом огне около 1 часа. Подавать бигос к столу горячим.



# Бирдекель

(нем. *Bierdeckel* – пивная подставка)

Обычно круглая, реже квадратная с закруглёнными углами подставка под пивную кружку. Изготавливается из плотного гигроскопичного картона, толщина которого может варьироваться от 1 до 2,5 мм. На бирдекели, как правило, наносятся всевозможные рекламные материалы питейных заведений, марок пива, различных мероприятий. Такие бирдекели считаются одноразовыми. Гораздо реже их изготавливают из бычьей кожи, специально обработанной химическим составом, не позволяющим впитываться влаге. Они имеют толщину 2–5 мм и являются предметом многократного использования.

Другие названия подставки под пивную кружку – кóстер (англ. *coaster*) или бёрмат (англ. *beer mat*).

Бирдекели – предмет коллекционирования.



# Бирьяни

Индийское блюдо из риса сорта басмати, специй и мяса, разновидность плова. Бирьяни готовят с рыбой, яйцами или овощами. Достаточно острое, пряное блюдо, набор специй для которого может включать имбирь, гвоздику, корицу, кардамон, лук, чеснок и многие другие. Для жарки мяса и лука принято по традиции использовать топлёное масло ги, но сейчас всё чаще оно заменяется оливковым или обычным сливочным маслом.



*Блюда индийской кухни с рисом бирьяни*



# Бирьяни с креветками

*На 4–6 порций*

*Время приготовления: 1,5 часа*

1 стакан риса басмати  
450–500 г креветок (крупных, без головы)  
1 ст. л. нежареных орехов кешью  
120 г тёртого кокосового ореха  
2 ч. л. смеси специй гарам масала  
2–3 см свежего корня имбиря  
1 крупная луковица  
5 ст. л. топлёного масла  
1 горсть консервированного зелёного горошка  
2–3 зубчика чеснока  
2 лавровых листа  
0,5 лимона для подачи  
соль по вкусу

*Калорийность: 147 ккал*

- Рис тщательно промыть, залить холодной водой и оставить на 30 минут. Затем откинуть на сито.
- Креветки очистить от панцирей, удалить тёмную кишечную вену (если креветки замороженные, их необходимо заранее разморозить, для чего поставить на верхнюю полку холодильника в дуршлаге, помещённом на миску).

- Орехи кешью смолоть в кофемолке, смешать с натёртым кокосом, специями гарам масала и натёртым имбирём. Растереть в ступке до получения густой пасты.

- Лук мелко нарезать. В сковороде разогреть часть масла на среднем огне, выложить половину лука и обжарить до золотистого цвета. Затем добавить пасту из ступки и обжарить всё, помешивая, 5–6 минут.

- После этого добавить креветки, посолить и тщательно перемешать, так, чтобы креветки были покрыты смесью специй. Готовить на слабом огне 5 минут. Снять с огня.

- В отдельной кастрюле с толстым дном разогреть на среднем огне часть топлёного масла, обжарить в нём оставшийся лук, чеснок и лавровый лист до золотистого цвета. Всыпать рис, готовить 8–10 минут, после чего добавить горошек, соль и 2 стакана воды. Довести содержимое кастрюли до кипения, закрыть крышкой, уменьшить огонь до минимума и готовить до тех пор, пока рис не впитает всю воду, (около 15 минут).

# 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.