

ГОТОВИМ ВМЕСТЕ

Судак в свекольной «шубе»

1 судак или другая белая рыба, 3-4 свеклы, 2 плавленых сырка, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 50 г слив. масла, сок 1/2 лимона, зелень петрушки, растит. масло, соль, перец.

Рыбу разделать на филе, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и оставить мариноваться. Свеклу натереть на крупной терке, лук измельчить, все вместе потушить на масле до мягкости, остудить. К свекле добавить тертые плавленые сырки, перемешать и половину выложить в форму для запекания или на фольгу. На свеклу выложить одно филе, на него – кусочки масла, измельченную зелень и чеснок, накрыть вторым филе. Сверху выложить оставшуюся свеклу. Форму закрыть фольгой и запекать в духовке при 170°C 30-35 мин. Затем открыть и дать испариться лишней жидкости. При подаче нарезать кусочками.



НОВОГОДНЕЕ МЯСО, КУРИЦА И РЫБКА ПОД "ШУБКОЙ"

№ 28

12+



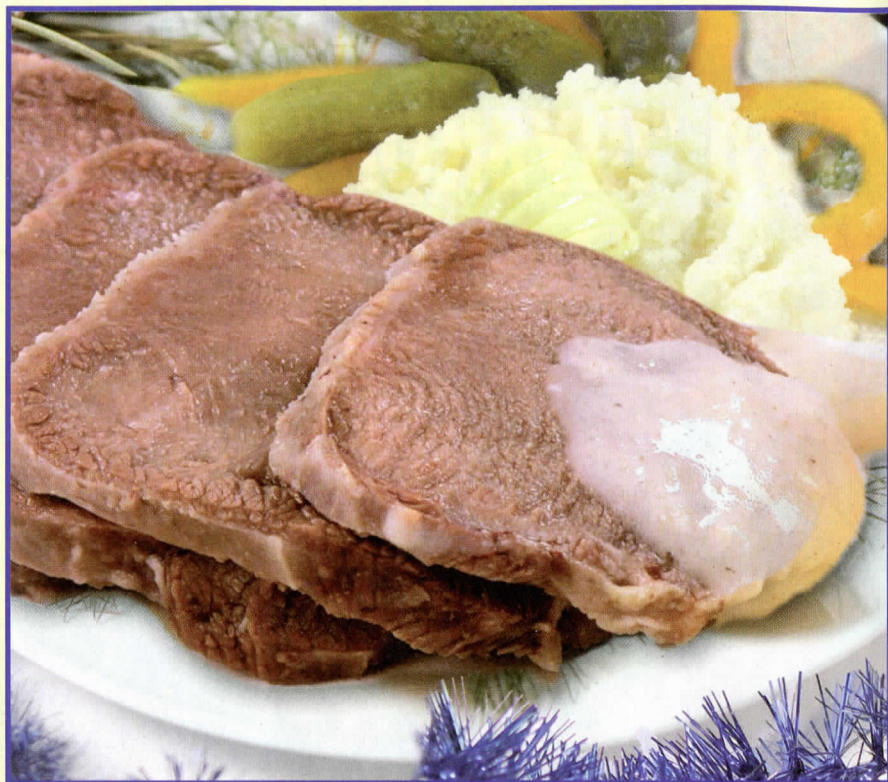
СПЕЦВЫПУСКИ
ЛЮБИМЫЕ РЕЦЕПТЫ № 28
ЧИТАТЕЛЕЙ



ISSN 2071-2537

14028

9 772071 253005



Говяжий язык «Бурные овации»

1 говяжий или телячий язык, 1/2 ст. растительного масла, 1 желток, 150 г сыра, 1 ч. л. воды, перец горошком, лимонный сок, соль, перец.

Язык положить в кипящую подсоленную воду, добавить несколько горошин черного перца и варить на среднем огне до готовности. Затем очистить язык от кожицы под струей холодной воды и нарезать ломтиками. Взбить миксером желток, влить тонкой струйкой растительное масло, лимонный сок по вкусу, воду, добавить соль, перец и перемешать. Затем добавить нарезанный кубиками сыр и снова перемешать. Язык выложить в форму, сверху выложить сырную массу и запекать в духовке 10 мин. до готовности. Готовое блюдо украсить по вкусу и подать.

Специальный
"Любимые рецепты читателей"
№ 28, ноябрь 2014 г.
Учредитель - физическое лицо.
Гл. редактор: Булатов А. А.
Номер подписан в печать: 14.11. 2014.
Дата выхода в свет: 17.11.2014.
Тираж: 6310 экз.
Заказ № 3997

Подписной индекс в каталоге
"Почта России": 16588.
Адрес редакции, издателя:
606037, г. Дзержинск,
ул. Петрищева, 35-12.
Адрес для писем: 606007,
Нижгородская обл.,
г.Дзержинск, а/я 13.

Адрес типографии:
г. Дзержинск, пр-т Чкалова, 47а.
Вид печати - офсетная.

Газета зарегистрирована Федеральной
службой по надзору в сфере связи и
массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации СМИ ПИ
№ ФС 77-34698 от 24 декабря 2008г.

Цена свободная.

Отбивные «Рецепт года»

600 г свиной шей, 300 г шампиньонов, 2 ст. л. сливочного масла, 1 луковица, 150 г сыра, 4 ч. л. майонеза, 4 ст. л. кетчупа, соль, перец.

Мясо нарезать порционными кусочками, отбить, посолить и поперчить. Грибы нарезать ломтиками и обжарить на сливочном масле. Лук нарезать тонкими полукольцами. Мясо выложить в форму, сверху положить лук, затем – грибы, посыпать тертым сыром, смазать смесью кетчупа и майонеза и запекать в духовке при 180°C 1 ч. Подать со свежими овощами или отварным картофелем, украсив веточками зелени.



Говядина «Праздник живота»

800 г говяжьей вырезки, 150 г сметаны, 4 зубчика чеснока, 3 помидора, 1 сладкий перец, 1 луковица, 1 баклажан, 150 г сыра, зелень, соль, перец, мука, растительное масло.

Мясо нарезать порционными кусочками, отбить, посолить и поперчить. Запанировать мясо в муке и обжарить на разогретом масле с двух сторон до полуготовности.

Баклажан очистить от кожицы, нарезать кружочками и обжарить на масле до золотистой корочки. Смешать сметану с пропущенным через пресс чесноком, солью и перцем. Помидоры нарезать кружочками, лук и болгарский перец - кольцами. Выложить отбивные в форму, смазать сметанным соусом, поверх выложить помидоры, перец, баклажаны, посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 200°C 10 мин. Готовые отбивные выложить на блюдо и украсить зеленью.

Стерлядь «Главный день в году»

1 кг стерляди, 1 яйцо, 3 ст. л. панировочных сухарей, 2 ст. л. сливочного масла, 300 г шампиньонов, 100 г сыра, 1/2 лимона, растительное масло, соль.

Стерлядь разделить на филе, сбрызнуть лимонным соком, посолить, поперчить, обмакнуть в яйцо, обвалить в сухарях и обжарить на сливочном масле. Шампиньоны нарезать ломтиками и обжарить на разогретом масле до готовности. Выложить рыбу в форму, сверху положить грибы, посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 200°C до готовности.

На гарнир подать овощной салат.



Свинина «Сюрприз»

Свинина «Сюрприз»

500 г свинины, 1/2 ст. чернослива, 1 луковица, 3 ст. л. сметаны, соль, перец, 150 г сыра.

Свинину нарезать небольшими кусками толщиной 1-2 см, посолить, поперчить, выложить в форму и смазать сметаной. Чернослив обдать кипятком, затем остудить и крупно нарезать. Лук нарезать тонкими полукольцами, сыр натереть на крупной терке. Поверх мяса выложить лук, затем — чернослив, посыпать сыром и запекать в духовке при 180°C 40-45 мин. Готовое мясо украсить дольками свежих овощей, веточками зелени и подать.

Курица «Простые истины»

700 г куриных бедер, 1 б. конс. ананасов, 3-4 ст. л. майонеза, 150 г тертого твердого сыра, соль, перец.

Куриные бедрышки натереть солью и перцем, уложить в форму, сверху уложить кольца ананасов. Майонез смешать с сыром, покрыть курицу и запекать в духовке при 180°C 45 мин. При подаче украсить веточками зелени и ломтиками свежих овощей.

Говядина «Ананасовый бум»

800 г говяжьей вырезки, 1 б. конс. ананасов, 200 г сыра, майонез, соль, перец.

Мясо нарезать порционными кусками, тонко отбить, посолить и поперчить. Выложить на противень, смазать майонезом, сверху выложить кубики ананасов, посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 200°C 30-40 мин. до готовности.

Подать с овощным салатом, украсив веточками зелени.

Тилапия «Елочка»

3 филе тилапии, 3 ст. л. растительного масла, 2 зубчика чеснока, 3 веточки мяты, 1/2 пучка базилика, 1 пучок укропа, соль, перец.

Филе тилапии посолить, поперчить и оставить на 10 мин. Зелень с чесноком измельчить в блендере, посолить, влить масло и перемешать. Филе переложить на противень, сверху положить зеленую массу и запекать в духовке при 200°C 15 мин.

При подаче оформить ломтиками свежих овощей.

Курочка «Экспромт»

1 курица, 1 яблоко, 1 помидор, 1 морковь, 2 ст. л. сметаны, 1-2 луковицы, 2 ст. л. майонеза, 1 ст. л. кетчупа, соль, перец, 1 ст. л. растительного масла, 1,5 ст. л. сухих прованских трав.

Курицу разрезать по грудке, натереть сухими прованскими травами, посолить и поперчить. Смешать сметану, майонез и кетчуп, добавить перец по вкусу и перемешать. Яблоки и помидор нарезать тонкими дольками, уложить поверх курицы, накрыть фольгой и запекать в духовке при 200°C 40-50 мин. Приоткрыть фольгу и запекать еще 10 мин. Переложить на блюдо, украсить зеленью и подать.

Свинина «Дальневосточная»

600 г мякоти свинины, 2 луковицы, 150 г кальмаров, 100 г твердого сыра, сметана, специи, соль, растительное масло, зелень.

Свинину нарезать порционными кусками, слегка отбить, посолить, посыпать специями по вкусу и обжарить на масле с двух сторон до румяной корочки. Лук нарезать тонкими полукольцами и спассеровать на масле до золотистого цвета. Кальмары очистить, отварить 3 мин. в подсоленной воде, нарезать соломкой и смешать с луком. Свинину переложить в форму, смазать сметаной, выложить приготовленную начинку, снова смазать сметаной и запекать в духовке при 180°C 25 мин. При подаче оформить зеленью.

Вместо сметаны можно использовать майонез.

Рыба «Сувенир»

600 г филе рыбы, 1 лимон, 150 г маргарина, 200 г сметаны, 1 пучок петрушки, 2 корня петрушки, 4 ст. л. тертого сыра, 5 мандаринов, соль, перец.

Зелень и корни петрушки мелко нарезать и потушить на масле. Рыбное филе сбрызнуть лимонным соком, посолить, поперчить, выложить на противень, полить сметаной, сверху выложить дольки мандаринов, посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 180°C 20 мин. При подаче выложить на листья салата, украсить веточками зелени.

Мясо «Праздничный пир»

600 г телятины, 2 помидора, 3 маринованных огурца, 10 маслин, 3 ст. л. конс. горошка, 1/2 пучка зеленого лука, майонез, 150 г сыра, соль, перец.

Помидоры и огурцы нарезать кубиками, добавить нарезанные кружочками маслины, горошек, посолить, поперчить по вкусу и перемешать. Мясо нарезать порционными кусками, отбить, посолить, поперчить и выложить на смазанный маслом противень. Сверху выложить приготовленный салат, смазать майонезом, посыпать рубленым луком и тертым сыром и запекать в духовке при 200°C 25-30 мин. При подаче оформить зеленью.

Рыбка «Грибная полянка»

1 кг филе морского окуня, 300 г шампиньонов, 3 луковицы, 4 ст. л. муки, 1 ч. л. соли, растительное масло, майонез, 1 ч. л. лимонного сока, зелень.

Филе нарезать квадратиками, посолить, сбрызнуть лимонным соком и оставить на 10 мин. Грибы мелко нарезать и обжарить на масле, помешивая, затем добавить нарезанный тонкими полукольцами лук и жарить еще 5-7 мин. Муку развести 1 ч. л. воды смешать с солью. На смазанный маслом противень положить рыбу, сверху разложить грибы с луком, смазать майонезом и запекать в духовке при 200°C 12 мин. При подаче оформить зеленью.

Мясо «От Санты»

500 г мяса, 1 помидор, 2 яйца, 4 ст. л. молока, перец, соль, зелень, сливочное масло.

Мясо нарезать порционными кусками и обжарить с двух сторон до золотистой корочки на сливочном масле. Посолить и поперчить. Очищенный помидор нарезать кружочками.

В форму уложить мясо в один слой, сверху – помидоры.

Для омлета: взбить яйца с молоком и мукой, добавить щепотку соли, мелко-рубленную зелень, взбить, вылить яйца на мясо и запекать в духовке при 180°C 20 мин.



Семга «Прекрасная незнакомка»

Семга «Прекрасная незнакомка»

400 г филе семги, 4 ломтика сыровяленой ветчины или бекона, 2 ст. л. лимонного сока, соль, смесь перцев.

Семгу разрезать на 2 порционных куска, полить лимонным соком, посолить, поперчить и обернуть ломтиками ветчины или бекона. Переложить рыбу на противень и запекать в духовке при 200°C до готовности. Готовую рыбу выложить на блюдо, украсить по вкусу и подать.

Свинина «Изумрудная»

2 свиных отбивных на кость, 200 г зеленого винограда, 1 луковица, 3/4 ст. 20% сливок, 3 ст. л. тертого пармезана, 1/4 пучка базилика, соль, перец.

Свинину посолить, поперчить, приправить специями по вкусу и выложить в форму.

Поверх разложить нарезанный тонкими полукольцами лук, выложить виноград, залить взбитыми сливками и запекать в духовке при 200°C 40 мин. Затем посыпать сыром и запекать еще 5 мин. Готовую свинину переложить на блюдо, посыпать листьями базилика и подать.

Свинина «Блюз»

2 свиных отбивных на косточке, 1/4 пучка зеленого лука, 2 киви, 100 г сыра, 100 г майонеза, 2 зубчика чеснока, растительное масло, соль, перец.

Чеснок нарезать небольшими кусочками и нашинговать мясо по всей поверхности. Посолить, поперчить и обжарить на масле по 4-5 мин. с каждой стороны. Затем выложить мясо в форму, сверху уложить нарезанные кружочками киви, смазать майонезом, посыпать рубленым зеленым луком, натертым на крупной терке сыром и запекать в духовке при 200°C 10-12 мин. Выложить мясо на блюдо, украсить зеленью, фруктами и подать.

Курочка под кабачково-грибной «шубкой»

1 кг куриных бедрышек, 200 г грибов, 1 цуккини, 1 луковица, 2 ст. л. сметаны, специи, соль, растительное масло, зелень.

Грибы и лук мелко нарезать, обжарить на растительном масле, добавить тертый цуккини, тушить до мягкости, снять с огня, добавить сметану и перемешать.

Бедрышки переложить в форму, сверху выложить овощную смесь и запекать в духовке при 180°C до готовности. За 5 мин. до окончания запекания посыпать тертым сыром. При подаче оформить зеленью.

Рыбка «В русском кафтане»

6 филе белой морской рыбы, 8 картофелин, 100 г сыра, 6 ст. л. муки, соль, приправа для рыбы, растительное масло, 2 белка.

Смешать муку, приправу и соль. Картофель и сыр натереть по отдельности на крупной терке, соединить, добавить слегка взбитые белки, щепотку соли и перемешать.

Филе рыбы сначала обвалить в муке, затем обмазать картофельной массой и обжарить на разогретом масле со всех сторон до готовности.

Готовую рыбку украсить зеленью и подать со свежими или маринованными овощами.

Рыбка «Злата»

500 г филе любой рыбы, 1 луковица, 1 ст. л. лимонного сока, 4 ст. л. конс. кукурузы, 3 ст. л. тертого сыра, 150 г майонеза, растительное масло, перец, соль.

Рыбное филе нарежьте кусочками, обвалите в муке и обжарьте на растительном масле.

Выложите рыбу на противень, добавьте кукурузу, сверху уложите кольца лука, полейте лимонным соком, майонезом, посыпьте сыром и запекайте в духовке при 180°C 10-12 мин., до золотистой корочки.

Курочка «Гвоздь программы»

2 куриные грудки, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. кисло-сладкого соуса, 1 луковица, 1 помидор, 100 г маслин, соль, перец, оливковое масло, 1 пучок любой зелени.

Помидор, лук, чеснок и маслины мелко нарезать, смешать с рубленой зеленью, полить оливковым маслом, посолить и поперчить по вкусу.

Каждую грудку нашинговать чесноком, посолить, поперчить, смазать кисло-сладким соусом и оставить на 30 мин. при комнатной температуре. Выложить в смазанную маслом форму кожей вниз и запекать в духовке при 200°C 15 мин. Приготовленную овощную начинку выложить сверху и запекать еще 15-20 мин., до готовности. Готовые грудки подать на блюде с листьями салата, украсив веточками зелени.

Куриная грудка «В картофельной шубке»

500 г куриного филе, 300 г картофеля, 1 яйцо, 3 ст. л. муки, растительное масло, соль, перец.

Куриное филе нарезать порционными кусками, отбить, посолить и поперчить.

Картофель натереть на крупной терке, отжать, добавить яйцо, соль, муку и перемешать. Выложить слой картофеля на отбивную и положить на хорошо разогретую сковороду с маслом картофельной стороной вниз. Сверху положить еще слой картофельной массы. Когда одна сторона обжарится, аккуратно перевернуть и обжарить вторую сторону. Подать на листьях салата, украсив ломтиками свежих овощей и веточками зелени.

Курица «Под снегом»

600 г куриного филе, растительное масло, 4 белка, соль, перец.

Соус: 4 желтка, 1 ч. л. горчицы, 1 ч. л. 3% уксуса, 1 ч. л. сахара, 1/2 ч. л. соли, 1/2 ст. сметаны.

Курицу нарезать порционными кусками и обжарить на масле с двух сторон до готовности. Желтки растереть, добавить горчицу, уксус, сахар, соль, сметану и взбить миксером.

Филе положить в форму и залить соусом. Сверху покрыть взбитыми в густую пену белками. Запекать в духовке при 180°C 3-5 мин. При подаче выложить на блюдо и оформить по вкусу.





Мясо «Традиции русского застолья»

Мясо «Традиции русского застолья»

4 свиных отбивных, 300 г грибов, 100 г сыра, 1 луковица, сливочное масло, соль, перец.

Грибы нарезать ломтиками и обжарить вместе с мелко нарезанным луком на масле, посолив и поперчив, до мягкости. Отбивные посолить, поперчить и обжарить на масле по 6-8 мин. с каждой стороны. Отбивные выложить на противень, сверху положить грибную массу, посыпать натертым на мелкой терке сыром и запекать в духовке при 180°C 10 мин. При подаче отбивные украсить зеленью.

Мясо «Шубка Деда Мороза»

700 г мякоти свинины, 3 помидора, специи, растительное масло, соль, перец.

Мясо нарезать порционными кусками, отбить, посолить, поперчить и поставить в холодильник на 30 мин. Выложить на противень, смазанный маслом, и запекать в духовке при 180°C 20 мин. Затем посыпать специями по вкусу, уложить очищенные, нарезанные кружочками помидоры и запекать еще 10 мин. При подаче украсить веточками зелени. Гарнировать картофельным пюре.

Свинина «Очень вкусная»

1 кг свиной корейки, 3 помидора, 2 луковицы, 400 г шампиньонов, 1 пучок укропа, 200 г сыра, 2 зубчика чеснока, 500 г сметаны, соль, перец, сливочное масло, 1 ст. л. сухих прованских трав.

Корейку нарезать порционными кусками, слегка отбить с двух сторон, посолить, поперчить, посыпать травами и оставить на 15 мин. Затем выложить на смазанный маслом противень. Помидоры нарезать тонкими кружками и разложить на мясо, по 2 кружочка на порцию. Затем положить нарезанный тонкими кольцами лук, полить сметаной, разложить крупно нарезанные шампиньоны, посыпать рубленым укропом и натертым на мелкой терке сыром. Запекать в духовке при 170°C 40 мин. Затем увеличить нагрев до 200°C и запекать до румяной корочки.

Готовое мясо выложить на блюдо, украсить веточками зелени, ломтиками свежих овощей и подать.

Семга «Припорошенная снежком»

4 стейка семги, 3 картофелины, 2 стебля лука-порея (белая часть), 2 желтка, 2 зубчика чеснока, веточки тимьяна и розмарина, майоран, щепотка шафрана, мускатный орех, 1/2 лимона, 1 ст. 10% сливок, 1 ст. л. оливкового масла, сливочное масло.

Картофель нарезать кусочками и варить вместе с чесноком до готовности. Затем воду слить, картофель размять в пюре, добавить щепотку мускатного ореха, желтки и тщательно перемешать. Соединить травы и специи по вкусу, добавить лимонный сок, 1 зубчик чеснока, масло и измельчить блендером до однородной консистенции. Лук-порей нарезать кольцами и обжарить на сливочном масле, посыпав солью и щепоткой мускатного ореха. Затем влить сливки, вскипятить и перемешать. Переложить рыбу на противень, полить пряным маслом, сверху выложить луковую начинку, затем картофельную массу и запекать в духовке при 180°C 25-30 мин. При подаче украсить веточками зелени.

Рыба «На скорую руку»

600 г филе трески, 1 яйцо, 2 помидора, 1 луковица, растительное масло, 100 г сыра, майонез, мука, соль, перец.

Филе посолить и поперчить по вкусу, обвалять в муке и обжарить на масле с двух сторон.

Лук нарезать кольцами и обжарить на масле. Яйцо отварить, остудить, очистить и нарезать кружочками. Переложить филе на противень, сверху положить кружочки яиц, кружочки помидоров, лук, смазать майонезом и посыпать натертым на мелкой терке сыром. Запекать в духовке при 200°C 10-12 мин. При подаче украсить веточками зелени. На гарнир подать отварной картофель.

Форель «Зимняя сказка»

1 форель, 1 яйцо, 1 лимон, 3 зубчика чеснока, 1 пучок петрушки, 1 ч. л. сушеного базилика, белый молотый перец, соль.

Тесто: 1/2 ст. воды, 1 яйцо, 1 щепотка тмина, цедра 1 апельсина, 5 каперсов, 1/2 ч. л. соли, 2 ст. муки.

Смешать муку и тертую цедру апельсина, добавить пропущенный через пресс чеснок, мелко нарезанные каперсы, влить воду, вбить яйцо, посолить и замесить тесто. Скатать тесто в шар, накрыть полотенцем и оставить на 30 мин. Форель посолить, сделать надрезы на коже рыбы и смазать смесью специй. Лимон нарезать кружками и нафаршировать им рыбу вместе с рубленой петрушкой. Тесто разделить на 2 части и раскатать каждую в пласт. Положить один пласт на рабочую поверхность. Расположить на нем подготовленную рыбу, накрыть вторым пластом, отрезать излишки теста, края хорошенько соединить и скрепить. Из теста вырезать глазки и плавники. Переложить рыбу на противень, смазанный растительным маслом. Смазать тесто взбитым яйцом и запекать в духовке при 200°C 1 ч. При подаче выложить на блюдо, застеленное листьями салата, украсить по желанию и подать.

Куручка «Фаворит»

600 г куриного филе, 5 помидорок черри, 4 кусочка ветчины, 10 шариков сыра моцарелла, 4 зубчика чеснока, оливковое масло, соль, перец.

Куриное филе нарезать на 4 порционных куска, посолить и поперчить. Форму застелить пергаментом, слегка смазать оливковым маслом и выложить курицу. Томаты разрезать пополам и выложить вместе с половинками зубчиков чеснока на курицу.

Сверху выложить кусочки ветчины и моцареллы, сбрызнуть оливковым маслом, закрыть пергаментом и запекать в духовке при 200°C 30-35 мин. Готовую курицу выложить на блюдо с салатными листьями, украсить веточками зелени. Гарнировать тушеными овощами и подать.

Сибас «Застолье»

2 сибаса, 2 ч. л. зернистой горчицы, 1 ст. л. меда, 300 г бекона, 1 картофелина, 1/2 луковицы, 2 маслины, 1 помидор, соль, перец, 1/2 пучка петрушки, базилик.

В емкости смешать горчицу и разведенный небольшим количеством воды мед. Из рыбы удалить внутренности, обсушить, посолить и поперчить.

Сделать на рыбе 3 надреза, смазать горчичной смесью. Картофель нарезать ломтиками и начинить им рыбу. Лук нарезать кольцами и положить на картофель. Затем рыбу завернуть в ломтики бекона, выложить на противень и запекать в духовке при 200°C 35-40 мин. Помидор и зелень мелко нарезать, посыпать готовую рыбу и подать.

Сом «В норковом манти»

1 кг сома, 4 ст. л. растительного масла, 1/2 ст. томатной пасты, 1 кг баклажанов, 3 ст. л. муки, соль, перец.

Подготовленную рыбу нарезать порционными кусками, посолить, поперчить и обжарить на растительном масле до полуготовности. В конце приготовления добавить томатную пасту. Баклажаны нарезать кружками, посолить, оставить на 15 мин. и отжать. Затем обжарить на растительном масле. Выложить рыбу в форму, сверху положить баклажаны, влить растительное масло и запекать в духовке при 200°C до готовности. При подаче посыпать мелкорубленой зеленью.

Рыба «Серпантин»

1,5 кг филе семги, 200 г чернослива, 200 г кураги, 200 г грецких орехов, 200 г изюма, 1 луковица, 200 г майонеза, 3 помидора, 2 луковицы, 200-250 г твердого сыра, 2-3 зубчика чеснока, зелень петрушки и базилика, растительное масло, приправы по вкусу, соль, горчица.

Подготовленную рыбу смазать горчицей, пропущенным через пресс чесноком, выложить на смазанную маслом фольгу. Лук нарезать тонкими полукольцами, помидоры - кубиками, все спассеровать на масле. Затем смешать с мелко нарезанными сухофруктами, заправить майонезом, перемешать, посолить, поперчить по вкусу и выложить на рыбу. Посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 180°C 20-25 мин. При подаче украсить рубленой зеленью и ломтиками помидоров.

Куручка «В слоеной шубе»

800 г куриного филе, 400 г слоеного теста, 1 яйцо, соль, 1 ч. л. сухих прованских трав, зелень.

Куриное филе нарезать порционными кусками, слегка отбить, посолить и посыпать прованскими травами. Тесто раскатать в тонкий пласт, смазать взбитым яйцом и разрезать на полоски. На край полоски положить кусочек филе и свернуть.

Переложить на смазанный маслом противень и запекать в духовке при 220°C 25 мин. При подаче оформить зеленью.



Мясо «К праздничному столу»

600 г свинины (лопаточная часть), 200 г бекона в нарезке, 1 ст. сидра, 2 луковицы, 2 яблока, 2 ст. л. растительного масла, молотый мускатный орех, 1/2 ч. л. сушеного шалфея, 1,5 ст. яблочного сока, 100 г сыра, 400 г картофеля, 1/3 ст. молока, 1 ст. л. сливочного масла, соль, перец.

Мясо нарезать небольшими кусочками, яблоки - дольками. Бекон обжарить на разогретом растительном масле до хрустящей корочки. Затем бекон выложить, на этой сковороде обжарить мелко нарезанный лук. Мясо обжарить на растительном масле, добавить лук, бекон и яблоки, посолить, поперчить, посыпать пряностями, залить сидром и тушить на медленном огне 1,5 ч. Картофель отварить в подсоленной воде, затем размять в пюре, влить теплое молоко, добавить сливочное масло и перемешать до однородности. Переложить тушеное мясо в форму, сверху выложить картофельное пюре, посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 200°C 5-7 мин.

Куриные отбивные «Пикантные»

1 куриное филе, 2 маринованных огурца, 1 луковица, 3 ст. л. сметаны, 100 г сыра, майонез, соль, перец, карри.

Куриное филе нарезать тонкими кусочками, посолить и поперчить. Затем обжарить на масле с двух сторон до румяной корочки. Сыр натереть на мелкой терке, соединить со сметаной, добавить карри по вкусу и перемешать. Маринованные огурцы натереть на крупной терке и отжать от лишней влаги. В форму выложить лук, затем курицу, поверх ее уложить огурцы, смазать сырной массой и запекать в духовке при 180°C 20 мин.

Готовые отбивные выложить на блюдо и подать с гарниром и овощным салатом.

Отбивные «Скатерть-самобранка»

6 свиных отбивных, 1 ч. л. крахмала, 1 зубчик чеснока, 150 г ветчины, 1 болгарский перец, 2 яблока, 1 б. конс. ананасов, 2 ст. л. растительного масла, соль, перец.

Очищенные яблоки нарежьте тонкими дольками, перец и ананасы - кубиками, ветчину - ломтиками.

Ветчину обжарьте на масле 2-3 мин. Смешайте яблоко, ананасы, перец, пропущенный через пресс чеснок, добавьте ананасовый сок, варите, помешивая, 5-7 мин. Затем влейте разведенный небольшим количеством воды крахмал, добавьте соевый соус, посолите и поперчите. Отбивные посолите, поперчите и обжарьте на масле с каждой стороны по 5 мин. Выложите отбивные на теплое блюдо, сверху уложите ветчину, фруктово-овощную массу, украсьте веточками зелени и подайте.

Судак «Чудо-блюдо»

1 судак, 200 г шампиньонов, 3 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. муки, 50 г сыра, 1 б. конс. крабового мяса, соль, перец, лимонный сок

Судак разделить на филе, нарезать порционными кусочками, посолить и поперчить.

Шампиньоны нарезать ломтиками. Сложить в кастрюлю кусочки судака и грибы, залить горячей водой так, чтобы она только прикрывала продукты и варить 10-15 мин. Затем отвар слить, добавить в него спассерованную муку, лимонный сок, соль и варить до загустения. Выложить рыбу в форму, сверху положить грибы, мелко нарезанное крабовое мясо, полить соусом, посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 200°C до готовности. Готовую рыбку украсить по вкусу и подать со свежими овощами.

Куриные грудки «Под ореховой шубкой»

4 куриных филе, 1 ст. абрикосового джема, 3 ст. л. зернистой горчицы, 1 ч. л. карри, 150 г кешию.

Смешать абрикосовый джем, горчицу и карри и разогреть на медленном огне, постоянно помешивая.

Орешки порубить. Окунуть куриные грудки в соус, выложить в форму, посыпать орехами и запекать в духовке при 180°C 20-30 мин. Готовое филе выложить на тарелки, полить оставшимся соусом, украсить листиками петрушки, ломтиками свежих овощей и подать.

Мясо «Вкусно и сытно»

1 кг говядины, 3 луковицы, 10 картофелин, 150 г сыра, майонез, специи, соль.

Говядину нарезать порционными кусками, отбить, посолить и поперчить.

Затем выложить на смазанный маслом противень, сверху выложить нарезанный тонкими кольцами лук, дольки картофеля, посыпать тертым сыром, полить майонезом и запекать в духовке при 200°C 40 мин.

При подаче украсить веточками зелени и маринованными овощами.





Куриные грудки «Солнечное затмение»

Куриные грудки «Солнечное затмение»

700 г куриного филе, 100 г майонеза, 1/2 ч. л. сухого укропа, 1/2 ч. л. сухого гранулированного чеснока, 1/4 ч. л. молотого черного перца, 1/4 ч. л. пряной соли, 1 ч. л. лимонного сока, 1/2 ст. неглазированных кукурузных хлопьев для завтрака.

Куриное филе нарезать порционными кусками и отбить. Смешать майонез, сушеный укроп, гранулированный чеснок, черный перец, смесь из приправ и лимонный сок.

Окунуть куриные грудки в майонезную смесь и выложить в смазанную маслом форму. Сверху выложить кукурузные хлопья и запекать в духовке при 220°C 20 мин.

Куручка «Белоснежка»

500 г куриного филе, 200 г натурального йогурта, 200 г сыра, соль, перец, кунжут.

Филе нарезать порционными кусками, залить йогуртом, посыпать солью и перцем и оставить на 15 мин. Затем выложить на противень, посыпать кунжутом, тертым сыром и запекать в духовке при 200°C 20 мин. При подаче украсить зеленью.

Свинина «Цитрусовый праздник»

1,5 кг свинины, 5 зубчиков чеснока, 4 апельсина, 1 лимон, 3 ч. л. тимьяна, 2 ст. л. меда, 200 г оливок, соль, перец.

Свинину нарезать порционными кусками. 3 зубчика чеснока пропустить через пресс, а 2 целых зубчика положить в одну миску со свининой. Снять с 2 апельсинов цедру тонкой спиралью. Один апельсин нарезать кружками. Выдавить сок из 3 апельсинов и 1 лимона, залить им мясо, накрыть крышкой и оставить мариноваться на 1-2 ч. Смешать пропущенный через пресс чеснок, тимьян и мед. Мясо достать из маринада, посолить, поперчить и обмазать приправленным медом. Затем выложить на противень и запекать в духовке при 180°C 10 мин., добавить лимонно-апельсиновый маринад и запекать еще 10 мин. На каждый кусок мяса выложить нарезанные кружочками оливки, кружки апельсина, цедру и запекать до готовности.

При подаче украсить оливками и кружками апельсина.

Курица «В тулупе»

1 кг куриного филе, 300 г квашеной капусты, 3 кислых яблока, 1 луковица, 1/3 ст. куриного бульона, 700 г картофеля, 2 ст. л. яблочного сока, 4 ст. л. яблочного желе.

Курицу нарезать порционными кусками. Капусту мелко нарезать, лук нарезать кольцами, яблоки – дольками. Курицу выложить на противень, на каждый кусок положить яблоки, лук, капусту. Смешать бульон, 2 ст. л. желе, полить курицу и запекать в духовке при 180°C 25 мин. Смешать оставшееся желе с яблочным соком, полить курицу и запекать еще 5-7 мин. При подаче выложить на листья салата, украсить ломтиками свежих овощей и веточками зелени. Подать с картофельным пюре.

Рыбка «Снежок»

1 кг филе любой рыбы, 4 ст. л. тертого сыра, 2 вареных яйца, 2 луковицы, 2 ст. л. сливочного масла, 1,5 ст. л. 3% уксуса, 1 ч. л. растительного масла, зелень петрушки.

Рыбу нарезать порционными кусками, залить маринадом и поставить мариноваться в холодильник на 30 мин. На фольгу, смазанную сливочным маслом, положить 1 кусок рыбы, посыпать тертым сыром и накрыть вторым куском. Так поступить со всеми кусками рыбы. Фольгу закрыть конвертом, уложить на противень и запекать в духовке при 180°C 25 мин. Лук мелко нарезать, обжарить на масле и смешать с рублеными яйцами. Готовую рыбу освободить от фольги, выложить на блюдо и посыпать яйцами с луком. При подаче украсить веточками петрушки.

Для маринада: смешать растительное масло, соль, перец, разбавленный небольшим количеством воды, уксус.



Отбивные «Под луковым одеялом»

Отбивные «Под луковым одеялом»

3 говяжьих отбивных, 1 кг репчатого лука, 1 лимон, 2 ст. л. горчицы, майонез, соль, растительное масло.

Лук нарезать тонкими полукольцами, добавить лимонный сок, соль, перец, перетереть руками, накрыть пищевой пленкой и убрать в холодильник на ночь. Отбивные посолить, поперчить, отбить, смазать горчицей, выложить лук, покрыть майонезом и запекать в духовке при 200°C 30 мин.

Свинные медальоны «Грибные гнезда»

500 г свиных медальонов, 200 г шампиньонов, 1 морковь, 1 луковица, 100 г сыра, 100 г майонеза, соль, перец, растительное масло.

Свинные медальоны отбить, посолить, поперчить и обжарить на разогретом масле до румяной корочки. Лук мелко нарезать, шампиньоны нарезать кусочками, морковь натереть на крупной терке. Лук и морковь обжарить на растительном масле, добавить шампиньоны и тушить 10 мин. Выложить медальоны на противень, сверху выложить грибную массу, посыпать тертым сыром и запекать в духовке при 180°C 30-40 мин.



Мясо по-французски

1 кг говядины, 1 луковица, 150 г сыра, 1 ч. л. сухих прованских трав, 1/2 ст. сливок, 1/2 ст. молока, соль, перец.

Говядину нарезать ломтиками толщиной 1-1,5 см, отбить, посолить, посыпать прованскими травами и поперчить.

Лук нарезать полукольцами, сыр натереть на крупной терке.

Мясо выложить в форму, сверху уложить лук и посыпать сыром. Молоко смешать со сливками, залить мясо и запекать в духовке при 180°C 1-1,5 ч., до готовности. Готовое мясо украсить веточками зелени и подать со свежими овощами.

ПОДПИСКА
по каталогу «Почта России»



ЛЮБИМЫЕ РЕЦЕПТЫ для
ЧИТАТЕЛЕЙ ПРАЗДНИКОВ
и БУДНЕЙ

68 страниц.
Выходит
ежемесячно.

ЛЮБИМЫЕ РЕЦЕПТЫ
№2 2014 для пра-
тима нмерз-слюда

ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА
№3 ИЗ КАРТОШКИ



Подписной
индекс: **16588**

+ ПРИЛОЖЕНИЕ
спецвыпуски