ISSN 1728-6948
13004
9 771728 694000

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№04 (222) февраль 2013





азбука вкуса
грецкие орехи

технология
заварной крем

рецепт с именем
торт «наполеон»

12+

Мясной фарш







«Народная книга рецептов» – оригинальная идея редакции журнала «Гастрономъ»



Сотни авторских блюд со всего света – рецепты и полезные советы от самых талантливых русскоязычных кулинаров

РАЗДЕЛЫ КНИГИ

• Завтраки • Закуски • Салаты • Супы
• Овощи • Бобовые • Рис и крупы • Паста
• Птица • Мясо • Рыба • Морепродукты
• Несладкая выпечка • Десерты
• Праздники • Напитки

520*

Эту уникальную книгу можно заказать на **supermarket.phbp.ru**, она станет отличным подарком для вас и ваших близких

*цена в рублях, без учета стоимости доставки

Реклама.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА
№04 (222) февраль 2013

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

125993, Москва, Волоколамское шоссе, 2,
тел./факс: 725-1070,
e-mail: mail@phbp.ru
www.gastronom.ru
www.gastromag.ru

Президент Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
Шеф-редактор Андрей Захарин

Редакция
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
ответственный секретарь Алексей Клак
редактор Анна Туревская
дизайнеры Алексей Клак, Екатерина Травникова
повар-консультант Игорь Летнев
фотографы Юлия Астановицкая, Владимир Лукьянов, Екатерина Моргунова, Дмитрий Курбатов
корректоры Любовь Никифорова, Татьяна Певнева

Исполнительный директор Ольга Ткалич
Финансовый директор Светлана Серегина
Заместитель генерального директора по правовым вопросам Илья Иванов

Директор по рекламе Марина Мамина
Отдел рекламы Анастасия Епишкина, Мария Ключинская, тел.: (495) 725-1070

Руководитель отдела спецпроектов Лариса Машталер
Руководитель отдела продаж в Интернете Ирина Федотова
Отдел маркетинга Зоя Галишникова
Отдел дистрибуции Сергей Татаркин (директор), Татьяна Катрач, Елена Куликова, Наталья Писклина, Юлия Ремезова, Андрей Телингатер, тел.: (495) 725-1070
Подписка (495) 792-5562
Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев
Техническая поддержка Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс», тел.: 795-0295

Сканирование и обработка иллюстраций Олег Шифрин, Вячеслав Шевцов

Типография «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж 208 400 экз.

Цена свободная

Автор макета Ирина Лещенко

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-32210 от 09.06.2008

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в том числе и в электронных СМИ, возможны только с письменного разрешения редакции.

© ООО «Бонниер Пабликейшенз», дизайн, фото, текст, 2013 г.

BONNIER
Publications







Содержание

Тема номера Мясной фарш
базовый рецепт мясного фарша **2**
домашние котлеты **4**
итальянские котлеты **5**
аргентинское мясное рагу **6**
суп чили кон карне **8**
спагетти болоньезе **9**
картофельная запеканка с бараниной **10**
яйца по-шотландски **12**
ленивые голубцы **14**

Азбука вкуса Грецкие орехи
сациви из баклажанов **16**
лобио **18**
суп с грецкими орехами и сыром **19**
форель в сырно-ореховом кляре **20**
таджин из баранины с грецкими орехами **22**
сырное печенье с грецкими орехами **23**
овсяный пирог с грецкими орехами **24**
торт с айвой и грецкими орехами **26**

Рецепт с именем Наполеон из Неаполя
«наполеон» с зеленью **28**

Технология Десерты
заварной крем **30**



Условные обозначения

вегетарианское питание

блюда, которые подходят для детей

блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

рецепты для опытных кулинаров

рецепты средней сложности

легкие рецепты

Мясной фарш

Сколько прекрасных блюд можно приготовить из мясного фарша! Котлеты, зразы, фрикадельки, запеканки, начинки для пельменей, пирогов и фаршированных овощей – всего и не перечислишь. Фарш очень легко переваривается и хорошо усваивается. А еще это очень экономно, потому что полноценное мясное блюдо получается из любого куска туши! При покупке трудно определить состав и возраст фарша. Цвет – ненадежный показатель, добавят побольше жира и тем самым осветлят продукт. Поэтому, даже если вы очень заняты, найдите 5 минут и сделайте фарш сами. Тем более что сейчас продаются такие мощные и легкие в обращении электромясорубки. Только так вы сможете быть уверены, что фарш сделан из свежего мяса и в правильных пропорциях.

Самый вкусный фарш получается из разных сортов мяса. Чтобы фарш после приготовления был пышным и нежным, его небольшими порциями надо с силой отбивать ладонями. Специалисты хорошо знают, что характерный вкус, сочность и мягкость мясу придает жир. Его также необходимо правильно выбрать. Цвет сала зависит от породы животного и его питания. Если животное выкармливали зерном, сало будет сливочно-белым. У скота, откормленного травой, жир слегка желтоватого цвета. Темно-желтый цвет сала – верное доказательство того, что животное прожило долгую жизнь.

Приготовьте за один раз побольше фарша, расфасуйте его по пластиковым пакетам и поместите в морозильную камеру. Это позволит вам готовить вкусный обед или ужин буквально за считанные минуты. А как это сделать, вы узнаете из нашего журнала.

Кстати, на прошлой неделе в продажу поступил номер «Коллекции рецептов», посвященный пельменям, мантам, хинкали и т. д. Там тоже очень много рецептов с мясным фаршем. Надеемся, что вы еще успеете его купить.



базовый рецепт мясного фарша



Что нужно:

400 г мякоти говядины
350 г мякоти свинины
200 г белого хлеба без корки
0,5 л молока
1 большая луковица
2–3 зубчика чеснока
2 яйца
50 г копченого шпика
1 ст. л. зелени петрушки
1 ст. л. зелени укропа
1 ст. л. зелени тимьяна
1 ст. л. сливочного масла
соль, перец
растительное масло для обжаривания

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 6

Что делать:

1
Мясо вымыть, тщательно обсушить и пропустить через мясорубку. Хлеб разломать на несколько частей и замочить в молоке. Когда хлеб размокнет, слегка его отжать и добавить к мясному фаршу.

2
Лук и чеснок очистить и нашинковать. Зелень вымыть, обсушить и измельчить. Шпик нарезать небольшими кубиками и обжарить на сковороде в 1 ст. л. разогретого масла на среднем огне до образования шкварок, примерно 10 мин. Добавить лук, чеснок и зелень и обжаривать в течение 2 мин.

3
Выложить получившуюся смесь в мясной фарш. Перемешать.

4
Добавить в фарш яйца, соль и перец. Еще раз тщательно перемешать. Накрыть пищевой пленкой и поставить в холодильник на 30–40 мин.









Мясной фарш

домашние котлеты

Что нужно:
700 г приготовленного мясного фарша
250 г белого хлеба без корки
растительное масло для обжаривания

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 6









Что делать:

1
Хлеб размолоть в блендере или натереть на мелкой терке – получится так называемая белая панировка. При обжаривании она не дает котлетам развалиться и вместе с тем не образует жесткой корочки. Котлеты получаются очень нежными.

2
Для того чтобы котлеты получились пышными, фарш нужно как следует «отбить». Каждую вылепленную котлетку, перед тем как обвалять в панировке, взять в руки и помесить, сильно ударяя по фаршу ладонями. Обвалять каждую котлету в белой панировке, придавая ей ту форму, которую вы выбрали. Выложить котлеты на поднос или разделочную доску.

3
В сковороде разогреть растительное масло. Еще раз обвалять котлеты в панировке и обжаривать по 4 мин. с каждой стороны. Уменьшить огонь до минимума. Накрыть сковороду крышкой и готовить 10 мин. Пышные, сочные, ароматные котлеты хороши и на завтрак, и на обед, и на ужин. Холодные они не менее вкусные, чем горячие, – их удобно брать для перекуса на работу, снабдить ими ребенка в школу.

итальянские котлеты

Время подготовки: 1 час 5 мин.
Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4



Что нужно:

500 г приготовленного говяжьего фарша
150 г бекона
100 г кедровых орешков
1 пучок петрушки
2 веточки базилика
250 г сыра рикотта
25 г тертого пармезана
цедра 1 лимона
200 мл растительного масла
соль, перец

Что делать:

1

Орехи крупно порубить ножом и обжарить на сухой разогретой сковороде, постоянно помешивая, 3 мин. Петрушку и листики базилика вымыть, обсушить и мелко нарезать. Рикотту размять вилкой.

2

Добавить в подготовленный фарш орехи, измельченную зелень, рикотту, пармезан и цедру. Посолить, поперчить и тщательно перемешать. Поставить в холодильник на 1 ч.

3

Слепить из фарша плоские котлеты в виде шайбочек. Обернуть каждую полоской бекона и закрепить конец деревянной шпажкой. Обжарить котлеты в разогретом растительном масле на сильном огне, по 3–4 мин. с каждой стороны. Уменьшить огонь, накрыть крышкой и готовить 10 мин.







Реклама. БАД. Не является лекарством. СоГР № RU.77.99.11.003.E.012482.08.12 от 13.08.2012
Имеются противопоказания. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.



Мясной фарш



ANVI ЛАБОРАТОРИЯ

Спонсор рецепта

аргентинское мясное рагу

Что нужно:

350 г фарша из говядины
300 г копченых сарделек
300 г колбасок охотничьих
1 большая луковица
2 свежих острых перчика чили
400 г белой консервированной фасоли
400 г красной консервированной фасоли
500 г очищенных томатов в собственном соку
1 пучок кинзы
3 ст. л. кукурузного масла
соль

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 6

Что делать:

1
Перчики чили вымыть, разрезать пополам и удалить семена. Одну половинку перчика очень мелко нарезать и добавить в фарш. Перемешать и слепить шарики величиной с грецкий орех. Поместить их на поднос или большое блюдо и поставить в холодильник.

2
Приготовить соус. Луковицу очистить и нарезать тонкими полукольцами, оставшиеся перчики – тонкой соломкой. Обжарить лук и перцы в 1 ст. л. разогретого кукурузного масла, 5 мин.

3
Добавить томаты и готовить на среднем огне, периодически помешивая, 10 мин.

4
Фасоль отбросить на дуршлаг и промыть теплой водой. Добавить в соус, слегка посолить, перемешать и снять с огня.

5
Нарезать сардельки и колбаски кружками толщиной 1 см. Разогреть в большом сотейнике оставшееся масло, обжарить мясные шарики, часто переворачивая, 6 мин. Добавить колбасные изделия и готовить, время от времени помешивая, 5 мин.

6
Влить приготовленный с фасолью соус, перемешать и готовить 3–4 мин. Кинзу вымыть, обсушить и мелко нарезать. Посыпать зеленью готовое рагу.



КСТАТИ
Средство Гепагард Актив® улучшает функциональное состояние печени, защищает её от ожирения и снижает уровень холестерина благодаря содержанию активных компонентов: эссенциальных фосфолипидов, L-карнитина и витамина Е.













Мясной фарш

суп чили кон карне

Что нужно:
500 г говяжьего фарша
1 луковица
2 зубчика чеснока
1 ст. л. растительного масла
400 г консервированной красной фасоли
800 г консервированных помидоров
700 мл куриного бульона
щепотка чили
2 квадратика горького шоколада
щепотка сухого кориандра
щепотка сухого имбиря
соль, перец

Время приготовления: 15 мин. + 1 час
Порций: 5–6







Что делать:

1
Лук и чеснок очистить, мелко нарезать. В кастрюле разогреть растительное масло, обжарить лук и чеснок, 4 мин. Добавить фарш. Уменьшить огонь и готовить еще 5 мин., помешивая время от времени и разминая комки, пока мясо не поменяет цвет.

2
Из банки с фасолью слить жидкость. Помидоры нарезать произвольными кусочками, сохраняя сок. Добавить в кастрюлю фасоль, помидоры вместе с соком, бульон, чили, шоколад, соль и перец. Довести до кипения. Уменьшить огонь до минимума, накрыть крышкой и тушить 1 ч. Разлить горячий суп по тарелкам и посыпать кориандром, имбирем и черным перцем.

спагетти болоньезе

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4







Что нужно:
350 г спагетти
1 ст. л. крупной морской соли

Для соуса:
2 зубчика чеснока
25 г сливочного масла
1 луковица
1 морковка
2 черешка сельдерея
250 г говяжьего фарша
250 г свиного фарша
50 г бекона
1 стакан молока
1 стакан сухого красного вина
400 г томатов в собственном соку
2 ст. л. оливкового масла
тертый пармезан
соль, перец

Что делать:

1
Овощи очистить и мелко нарезать. Так же нарезать бекон. Разогреть в сковороде 1 ст. л. оливкового и сливочное масло. Обжарить овощи и бекон, 8 мин. Добавить фарш, перемешать. Готовить 7 мин.

2
Влить молоко и готовить, пока оно полностью не впитается в смесь, примерно 10 мин. Влить вино, выпаривать, 5–7 мин. Добавить томаты вместе с соком, соль и перец. Готовить, разминая томаты ложкой, на маленьком огне 15 мин.

3
В широкой кастрюле отварить спагетти согласно инструкции на упаковке. Слить воду. Добавить оставшееся оливковое масло (1 ст. л.), перемешать. Выложить спагетти в сковороду с соусом. Перемешать, прогреть, 2–3 мин., и подать к столу, посыпав тертым пармезаном.



Мясной фарш



картофельная запеканка с бараниной









Что нужно:

500 г фарша из баранины
700 г картофеля
2 морковки
1 луковица
1 зубчик чеснока
300 мл мясного бульона
0,5 ст. л. муки
1,5 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. растительного масла
1 яйцо
горсть замороженного зеленого горошка
1,5 ч. л. семян зиры
1 ч. л. молотого кориандра
1,5 ч. л. куркумы
100 г пармезана
соль

Время приготовления: 35 мин. + 1 час
Порций: 6

Что делать:

1
Картофель, морковь, лук и чеснок очистить. Картофель нарезать крупными кусками, лук – кубиками, морковь – тонкой соломкой. Чеснок раздавить. Сыр натереть на крупной терке. Картофель положить в кастрюлю, залить горячей водой и варить 15–20 мин., до готовности.

2
В сковороде разогреть растительное масло, положить лук, морковь, чеснок и зиру, жарить в течение 2–3 мин. Добавить фарш, перемешать и обжарить до коричневого цвета, разминая вилкой комки.

3
Слить излишек масла. Добавить муку, посыпать кориандром, хорошо перемешать и готовить 1 мин. Влить бульон, довести до кипения, кипятить 1 мин. Убавить огонь и тушить 20 мин., до готовности мяса и овощей.

4
За 4 мин. до окончания добавить зеленый горошек.





5
Из кастрюли с картофелем слить воду, размять картофель в пюре. Добавить сливочное масло и куркуму, посолить. Немного остудить и смешать с яйцом.

6
Разогреть духовку до 190 °С. Переложить подготовленный фарш в форму, сверху покрыть картофельным пюре, посыпать сыром и запекать 50–60 мин.

Мясной фарш

яйца по-шотландски







Что нужно:
4 яйца, сваренных вкрутую
400 г приготовленного мясного фарша
соль, перец
растительное масло для обжаривания

Что делать:

1
Слепить из мясного фарша 4 лепешки. В центр каждой положить по одному вареному яйцу.

2
Подтянуть края лепешек так, чтобы яйца оказались закрыты со всех сторон. Влажными руками разровнять поверхность.

3
В сковороде очень сильно разогреть растительное масло. Обжарить получившиеся зразы со всех сторон до золотистой корочки. Уменьшить огонь, накрыть сковороду крышкой и готовить еще 7–8 мин.

Яйца по-шотландски – классический пример зраз или котлет с начинкой. Рецептов этого блюда великое множество, но технология всегда одна: в центр мясной лепешки кладут начинку и смыкают края. Самые популярные начинки – это яйца сами по себе или в сочетании с рисом, зеленым луком, морковью, различные овощные пюре, сыр кусочком или мелко нарезанный и перемешанный с овощами. Пофантазируйте на эту тему и придумайте свой вариант начинки. И поделитесь с нами!

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4



ДОСТУПНО, ВКУСНО, ИНТЕРЕСНО!











Курсы от простого к сложному

«Новичок»
(4 занятия)

Кулинарные мастер-классы

Итальянские десерты
Японская кухня
Французская кухня
Грузинская кухня
Азиатская кухня
Блюда из мяса и птицы
Соусы и маринады для мяса и рыбы

Стоимость

1 занятие	2500*
1 занятие для двоих	4200*
4 занятия	7500*
8 занятий	14 000*

* Цены указаны в рублях
Скидки не суммируются

2100 руб.

СПЕЦИАЛЬНАЯ ЦЕНА ДЛЯ ВАС И ВАШИХ ДРУЗЕЙ.
Условия по телефону: **8 (495) 725 1079**

Записывайтесь!
kulinar@gastronom.ru
www.gastronom.ru

КУЛИНАРНАЯ СТУДИЯ
"ГАСТРОНОМЪ"



Мясной фарш



ленивые голубцы











Что нужно:
500 г свиного фарша
500 г говяжьего фарша
200 г белокочанной капусты
0,5 стакана риса
1 морковка
1 красный сладкий перец
2 луковицы
1 яйцо
150 мл сметаны
3 ст. л. растительного масла
4 ст. л. муки
соль, перец

Что делать:

1
Одну луковицу очистить, разрезать на 4 части и пропустить через мясорубку вместе с фаршем. Добавить яйцо, соль и перец.

2
Рис хорошо промыть. Вскипятить в небольшой кастрюльке 2 стакана воды, слегка посолить. Всыпать рис и на большом огне довести до кипения. Уменьшить огонь и варить под неплотно закрытой крышкой 20 мин. Отбросить рис на дуршлаг, несколько раз интенсивно встряхнуть, затем добавить в фарш.

3
С капусты снять верхние листья, удалить кочерыжку. Нарезать капусту мелкими кубиками, поместить в кастрюлю, залить горячей водой, довести до кипения и варить в течение 3–4 мин. Отбросить на дуршлаг, встряхнуть и добавить в фарш. Все тщательно перемешать.

4
Сформировать из фарша небольшие по размеру котлетки, обвалять их в 3 ст. л. муки. Разогреть в сковороде 2 ст. л. растительного масла и обжарить котлетки с двух сторон до румяной корочки, по 5–6 мин.

5
Приготовить соус. Перец освободить от сердцевины, лук и морковь очистить. Перец и лук мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке. Обжарить овощи в оставшемся масле, 5–6 мин., добавить 1 ст. л. муки, сметану, 0,5 стакана воды, тушить 5–6 мин.

6
Разогреть духовку до 170 °С. Голубцы переложить в форму для запекания, каждый слой поливая соусом. Готовить в духовке 35–40 мин.



Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 6

Если вы хотите приготовить совсем «ленивые» голубцы, то не лепите котлетки, а просто выложите в форму для запекания слоями фарш и соус. Время запекания такое же.

Грецкие орехи



Закуски, салаты, супы и соусы, пироги и пирожные – что только не готовят из грецких орехов! Великий Авиценна советовал применять грецкие орехи для восстановления больных после тяжелых недугов, а также для лечения легочных заболеваний. В древности считалось, что они благотворно действуют на работу мозга, сердца и печени. Современные исследования это подтвердили. В зрелых грецких орехах содержится практически весь набор витаминов и полезных минеральных элементов, дубильные вещества, ситостероны, необходимые человеку аминокислоты и многое-многое другое, такое же полезное. К тому же не только ядра, а все части грецкого ореха обладают высокими биологическими свойствами. Многие знают и любят настойку на внутренних перегородках ореха, но мало кому известно, что целебными свойствами обладает и настой из скорлупы. А порошком из сожженных и перетертых скорлупок народная медицина лечит язвы на коже. Отвары и настойки из листьев орехового дерева укрепляют иммунную систему, улучшают обмен веществ, подавляют воспалительные процессы.

Но листьев еще надо дождаться, скорлупу сжечь и растереть. А то, что всегда под рукой, – это ядра. Диетологи советуют ежедневно съедать от 4 до 10 грецких орехов. Мы присоединяемся к этому совету. Помимо перечисленных полезных веществ в ядрах грецкого ореха содержится большое количество магнезии, которая успокаивающе действует на мозг человека, особенно в возбужденном состоянии. Представляете, как это важно в наше время стрессов!



сациви из баклажанов



Что нужно:

5–6 баклажанов
200 г грецких орехов
3 луковицы
1 пучок кинзы
1 пучок базилика
щепотка молотой гвоздики
1 острый перчик
4 зубчика чеснока
1 ч. л. шафрана
1 ч. л. толченого кориандра
0,5 стакана гранатового сока
2 стакана воды
3 ст. л. растительного масла
соль









Время подготовки: 35 мин.
Время приготовления: 40 мин.
Порций: 6–8

Что делать:

1
Баклажаны очистить от кожицы и нарезать кружками толщиной 1,5 см. Присыпать солью и оставить на 30 мин. Баклажаны промыть, слегка отжать и обжарить на разогретом растительном масле до образования румяной корочки, примерно 3–4 мин. с каждой стороны. Выложить на блюдо.

2
Грецкие орехи дважды пропустить через мясорубку, добавить к ним шафран, кориандр, мелко нарезанный стручковый перец, гвоздику, гранатовый сок, воду, соль.

3
Репчатый лук очистить, измельчить и обжарить в 1 ст. л. разогретого масла. Добавить лук в ореховый соус. Довести смесь до кипения и варить на маленьком огне 15 мин.

4
Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать. Посыпать подготовленные баклажаны зеленью и залить кипящим соусом. Дать остыть до комнатной температуры, затем до подачи на стол переставить в холодильник. При подаче посыпать зеленью кинзы и зернами граната.

Грецкие орехи

лобио

Что нужно:
1 кг красной сухой фасоли
100 г очищенных грецких орехов
3 красные луковицы
2 зубчика чеснока
6 веточек кинзы
2 ст. л. орехового масла
1 ст. л. красного винного уксуса
3–4 бутона гвоздики
щепотка молотой корицы
1 ч. л. свежемолотого черного перца
0,5 ст. л. соли

Время подготовки: 10 часов
Время приготовления: 15 мин.
Порций: 6–8

Что делать:

1
Фасоль замочить в холодной воде на 8 ч. Отбросить на сито, залить свежей водой и довести до кипения. Слить и влить 3 л холодной воды. Варить 2 ч. Слить отвар, сохранив 1–2 половника. Фасоль остудить.

2
Орехи измельчить в блендере. Лук и чеснок очистить и мелко порубить. Кинзу вымыть и тонко нарезать. Положить в ступку чеснок, кинзу, гвоздику, корицу, перец и соль. Растолочь в однородную массу, переложить в миску. Добавить орехи и уксус. Перемешать и развести сохраненным фасолевым отваром до полужидкой кашицы.

3
Лук обжарить в разогретом масле до прозрачности, 6 мин. Добавить в ореховую заправку и аккуратно перемешать с фасолью. Перед подачей украсить зернами граната.









суп с грецкими орехами и сыром







Что нужно:
2 небольшие луковицы
1 зубчик чеснока
3 черешка сельдерея
2 ст. л. грецких орехов
150 г сыра с голубой плесенью + 50 г
2 ст. л. муки
300 мл молока
150 мл натурального йогурта
или жирной сметаны
4 ст. л. сливочного масла
соль, перец

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4

Что делать:

1
Лук и чеснок очистить и измельчить. Сельдерей вымыть, обсушить и мелко нарезать. Разогреть в кастрюле с толстым дном масло и обжарить овощи, помешивая, 4 мин.
Уменьшить огонь, всыпать муку и готовить, постоянно помешивая и разминая комки, 30 сек.

2
Влить, продолжая помешивать, 600 мл воды. Добавить молоко и довести до кипения.
150 г сыра нарезать небольшими кусочками. Орехи порубить ножом в среднюю крошку. Добавить сыр и орехи в суп. Уменьшить огонь до минимума и готовить под неплотно закрытой крышкой 20 мин.

3
Добавить йогурт, перемешать и прогреть, не доводя до кипения, 2–3 мин. Разлить суп по тарелкам, посыпать оставшимся раскрошенным сыром.



Спонсор рецепта

форель в сырно-ореховом кляре



Что нужно:
2 речные форели
1 яйцо
100 г муки
150 г грецких орехов
100 мл белого сухого вина
125 г сыра Камамбер Милкана Ле Кремье
растительное масло для обжаривания
соль, белый перец

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 2

Что делать:

1
Сыр натереть на терке. Орехи размолоть в мелкую крошку.

2
Просеять в миску муку, добавить яйцо и вино. Хорошо перемешать. Продолжая размешивать, всыпать сыр и орехи. Приправить солью и перцем.

3
Рыбу очистить от чешуи и внутренностей, удалить жабры. Тушки хорошо промыть и обсушить. Покрыть каждую форель приготовленным кляром и на сильном огне обжарить до золотистой корочки. Уменьшить огонь и жарить форель до готовности, примерно 7 мин.

КСТАТИ

Один из самых известных французских сыров – мягкий камамбер из коровьего молока! Этот сыр с белой бархатистой корочкой и сливочной массой светло-желтого цвета имеет уникальный вкус и неповторимый аромат. Камамбер хорош и сам по себе, и как ингредиент многих рецептов.







На правах рекламы. Товар сертифицирован.

MILKANA



Купи любой сыр Милкана
и выиграй поездку во Францию!



Сыры от всего сердца

Подробности на сайте www.milkana.ru

Реклама.

таджин из баранины с грецкими орехами

Что нужно:
800 г бараньей рульки или грудинки
3 ст. л. растительного масла
2 луковицы
2 ч. л. молотого имбиря
2 ч. л. молотых семян кориандра
2 ч. л. молотой зиры
4 полоски апельсиновой цедры
1 палочка корицы
15 вяленых инжирин
2 горсти половинок грецкого ореха









Время приготовления: 3 часа
Порций: 4

Что делать:

1
Мясо вымыть и разрезать на 4 крупных куска. Посыпать солью и черным перцем. Разогреть масло в сковороде и обжарить мясо до коричневой корочки со всех сторон.

2
Переложить мясо с 2 ст. л. вытопившегося жира в форму для духовки. Лук очистить, нарезать каждую луковицу на 4 толстых диска. Положить лук на дно формы. Посыпать мясо и лук молотыми специями. Добавить цедру апельсина и палочку корицы. Посыпать сахарной пудрой.

3
Разогреть духовку до 140 °С. Влить в форму с мясом 500 мл воды, довести до кипения на плите, накрыть крышкой и поставить в духовку. Запекать 2 ч, затем добавить инжир и орехи и готовить еще 1 ч. Можно подать с кускусом и лепешками.

сырное печенье с грецкими орехами







Что нужно:
1 стакан муки
100 г холодного сливочного масла
100 г тертого сыра чеддер
3 ст. л. очищенных грецких орехов
щепотка порошка горчицы и паприки
щепотка красного молотого перца
соль

Время приготовления: 30 мин.
Количество: примерно 30 штук

Что делать:

1
Сыр натереть на крупной терке. Сливочное масло нарезать кубиками. Чеддер придает печенью остроту. Если вы хотите получить более сливочный вкус, используйте более нежные сыры, например российский. Вообще, готовя с разными сырами, вы можете получать новый вкус этого печенья.

2
Муку, перец, горчицу и соль просеять через сито в миску. Добавить масло, сыр и паприку, замесить тесто.

3
Разогреть духовку до 180 °С. Смазать 2 противня маслом и застелить пергаментом. Орехи мелко нарезать ножом. Скатать из теста 30 небольших шариков и обвалять в орехах. Выложить их на противень, приплюснуть рукой и выпекать 20 мин., пока печенье не начнет приобретать золотистый оттенок. Остудить на решетке.



овсяный пирог с грецкими орехами



Что нужно:
250 г овсяных хлопьев
75 г грецких орехов
2 яблока
100 г светлого изюма
3 ст. л. сахара
2 ст. л. меда
140 г сливочного масла







Время приготовления: 35 мин. + 25 мин.
Порций: 10

Что делать:

1
Грецкие орехи порубить в среднюю крошку. Изюм залить кипятком и оставить на 10 мин., затем отбросить на дуршлаг и обсушить. Яблоки очистить и нарезать небольшими кусочками. Выложить яблоки в кастрюльку, добавить 1 ст. л. сахара и готовить на небольшом огне 10 мин. Положить изюм и готовить еще 10 мин.

2
Растопить сливочное масло, добавить оставшийся сахар и мед. Снять с огня и размешать до однородности. Всыпать овсяные хлопья и хорошо перемешать.

3
Смешать яблочное пюре с овсяной массой и грецкими орехами. Выложить в прямоугольную форму и поставить в разогретую до 190 °С духовку на 25 мин. Готовый пирог нарезать порционными прямоугольниками или квадратами.



Среди городской суеты
остановись на мгновение
и подари праздник
себе и своим близким!
Всего несколько движений –
и оригинальный десерт со
взбитыми сливками готов:
воздушное пирожное, нежный
фруктовый салат или
праздничный торт. Хорошее
настроение начинается
с Альпенгурт!

АЛЬПЕНГУРТ

www.alpengurt.ru

Реклама.



торт с айвой и грецкими орехами







Что нужно:
Для теста:
1,5 стакана муки
щепотка соли
100 г сливочного масла
4 ст. л. ледяной воды

Для начинки:
2 айвы
1 стакан очищенных грецких орехов
1 стакан сахара
1 стакан сливок жирностью 35%
50 г сливочного масла
2 ст. л. меда
0,25 стакана воды







Что делать:

1
Орехи разделить на половинки и обжарить, постоянно помешивая, на сухой раскаленной сковороде, 6 мин.

2
В просеянную с солью муку добавить нарезанное кубиками масло и вымешивать тесто, пока оно не начнет напоминать хлебные крошки. Постепенно, продолжая вымешивать, влить воду. Распластать тесто в диск, завернуть в пищевую пленку и положить в холодильник на 1 ч. Раскатать тесто на слегка присыпанной мукой поверхности в круг диаметром 35 см. Выложить в форму с невысокими бортиками диаметром 28 см так, чтобы были закрыты дно и бортики. Прокатать скалкой, чтобы удалить выступающие края. Вилкой сделать на тесте частые проколы и поставить в холодильник еще на 30 мин.

3
Застелить тесто фольгой или пергаментом, всыпать сухую фасоль и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 20 мин. Удалить фасоль и фольгу, а форму с тестом вернуть в духовку еще на 15 мин. Дать полностью остыть.

4
Приготовить начинку. Айву вымыть, разрезать на 4 части и удалить сердцевину. Нарезать мякоть ломтиками и опустить их в кипящую воду на 4 мин. Отбросить на дуршлаг.
В сотейнике с толстым дном развести в воде сахар, поставить на небольшой огонь и готовить, пока сахар полностью не растворится. Увеличить огонь и довести смесь до кипения. Готовить, пока карамель не приобретет темно-янтарный цвет, примерно 6 мин. Снять с огня и очень осторожно влить сливки (карамель будет «стрелять»). Вернуть сотейник на минимальный огонь и готовить, помешивая, до однородности. Добавить масло и мед, готовить, помешивая, 3 мин.

5
Выложить получившуюся смесь на тесто.

6
Разложить сверху ломтики айвы и половинки орехов и поставить в духовку на 10 мин.

Время подготовки: 1 час 30 мин.
Время приготовления: 45 мин.
Порций: 10

Наполеон из Неаполя

В Советском Союзе по популярности с тортом «Наполеон» мог поспорить только торт «Прага». Причем в отличие от последнего, который не многие хозяйки пекли дома, «Наполеон» был любимой домашней выпечкой. Именно из-за этой популярности в нашей стране принято считать, что знаменитый торт изобретен в России. И даже придумали подходящую к случаю историю. Якобы впервые торт появился на свет в 1912 году, к столетней годовщине победы над Наполеоном. Торт пекли в форме квадрата, а затем разрезали по диагонали на два треугольника, которые символизировали шляпу-треуголку поверженного императора. Вполне возможно, что к такому знаменательному событию, как столетие победы в Отечественной войне 1812 года, и испекли торт-треуголку. Однако технология и название этого десерта существовали в разных странах уже много-много лет. Впервые рецепт слоеного теста появился во Франции еще в XVII веке. Приготовленные из него пирожные назвали «мильфёй», или «тысяча слоев». Французы сохранили это название до наших дней, а в само блюдо вдохнули новую жизнь. Сейчас мильфёи готовят и из овощей, и из мяса.

Через какое-то время рецепт десерта попал в Италию, где очень быстро распространился под именем «Пирожное Наполитано». Разойдясь по всему миру, название каким-то хитрым образом превратилось в «Наполеон». Сейчас именно так называют эти торты и пирожные в Австралии, Канаде, некоторых штатах США, Швеции, Финляндии, Норвегии, Дании и даже на Ближнем Востоке. Самое трогательное название для десерта придумали в Польше – «наполеонка».

Мы привыкли, что этот торт делают обязательно с заварным кремом. На самом деле для промазывания коржей существуют десятки вариантов. Один из них мы предлагаем вашему вниманию. Ну а те, кто свято чтит традицию, найдет рецепт крема в нашей рубрике «Технология».



«наполеон» с зеленью



Что нужно:
500 г готового слоеного теста
500 г шпината
300 г салата ромен
200 г руколы
1 луковица
2 ст. л. сливочного масла
300 г сливочного сыра
1 яйцо для смазывания
соль, перец

Время приготовления: 25 мин. + 1,5 часа
Порций: 4

Что делать:

1
Разогреть духовку до 180 °С. Два противня смазать растительным маслом. Тесто раскатать на присыпанной мукой поверхности в тонкие пласты.

2
Подровнять края и разрезать так, чтобы получилось 4 одинаковых прямоугольника. На каждом пласте сделать проколы вилкой, поверхность смазать яйцом. Положить на каждый противень по 2 прямоугольника и выпекать по очереди по 15 мин. Вынуть из духовки и дать остыть.

3
Пока выпекаются коржи, приготовить начинку. Всю зелень перебрать, тщательно вымыть, обсушить и тонко нарезать. Лук очистить и измельчить. Разогреть в сковороде сливочное масло и обжарить лук, 3 мин. Добавить зелень. Готовить, постоянно помешивая, 1,5 мин. Переложить массу в миску, добавить сливочный сыр, посолить, поперчить по вкусу. Тщательно перемешать.

4
Три остывших коржа смазать подготовленной начинкой. Сложить их друг на друга. Накрыть четвертым коржом. Слегка прижать руками, чтобы коржи легли друг на друга плотнее. Поместить на блюдо, накрыть пищевой пленкой и поставить в холодильник минимум на 1,5 ч. Подавать как холодную закуску к аперитиву.













заварной крем

Что нужно:
1 стакан молока
0,5 стакана сахара
2 желтка
1 ст. л. с горкой муки
1 ч. л. ванильного сахара

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 6–8



1
Муку просеять и прокалить на сухой разогретой сковороде, постоянно помешивая, 30–40 сек.

2
Молоко довести до кипения, сразу же снять с огня и дать немного остыть. В небольшую кастрюлю влить желтки, добавить сахар и ванильный сахар и растирать, пока сахар полностью не растворится. Смесь должна быть абсолютно однородной.

3
Добавить в желтковую смесь прокаленную муку и хорошо перемешать, следя за тем, чтобы не было комков.

4
Постоянно размешивая, тонкой струйкой влить теплое молоко в кастрюлю с желтковой смесью.

5
Поставить на минимальный огонь и варить, не прекращая размешивать, примерно 5 мин. Перелить в миску или банку, накрыть пищевой пленкой или пергаментом так, чтобы они соприкасались с поверхностью крема. Можно хранить в холодильнике до двух дней.

Вместо молока в рецепте можно использовать сливки, но это безусловно сделает ваш крем более калорийным. Некоторые кондитеры готовят его с добавлением сливочного масла. На наш вкус получается очень жирно. Крем на желтках и молоке обладает прекрасным вкусом и не сильно вредит талии. Особенно если не есть больше одного кусочка торта.







Классический торт «Наполеон» готовят с заварным кремом – самым вкусным и вместе с тем очень простым. Действительно, чтобы его сделать, не нужно никаких специальных навыков – просто следуйте рецепту и тщательно выполняйте все операции. Крем отлично сочетается с любым тестом: бисквитным, песочным, заварным.
А какие чудесные получаются с ним эклеры и профитроли! Добавьте в желтковую смесь 1–2 ч. л. какао-порошка, и у вас получится шоколадный заварной крем, которым можно прослаивать бисквитные торты и украшать различные кондитерские изделия. Если вы готовите десерт только для взрослых, то в остывший крем можно добавить 1–2 ч. л. какого-нибудь ароматного ликера, рома или коньяка – получится совершенно новый вкус!



Хозяйке на заметку

продукт 250 мл	стакан тонкий 250 мл	стакан граненый 200 мл	столовая ложка	чайная ложка
мука пшеничная	160	130	30	10
крахмал	180	150	34	12
крупа гречневая	210	165	25	–
крупа манная	200	190	25	–
рис	240	180	30	–
овсяные хлопья	90	80	12	–
сахарный песок	230	180	25	10
сахарная пудра	180	140	20	7
соль	–	–	30	10
желатин в порошке	–	–	15	5
какао-порошок	–	–	25	9
кофе молотый	–	–	20	7
мак	150	135	18	5
молотые сухари	125	100	15	5
горох	20	200	–	–
фасоль средняя	220	190	–	
чечевица средняя	210	180	–	–
миндаль	160	130	25	–
фундук	170	135	30	–
арахис	175	140	35	–
грецкие орехи	140	120	15	–
кедровые орехи	180	160	18	3
вишня	190	150	30	–
клубника	150	120	25	–
малина	140	110	20	–
черная смородина	180	130	30	–

продукт	маленький	средний	большой
луковица	50–90	100–150	160–200
морковка	50–70	80–150	160–250
свекла	100–150	160–240	250–350
помидор	70–90	100–150	160–300
пучок петрушки/кинзы/укропа	12–20	25–30	80–100
пучок шпината	100	200	400
пучок базилика	15–20	35–50	70–100
пучок руколы	30–40	70–90	150–200
пучок тархуна	15–20	25–30	70–90

горсть ≈1/2 граненого стакана
щепотка ≈1/4–1/3 чайной ложки
1 столовая ложка = 3 чайные ложки
8 столовых ложек = 1 граненый стакан

в следующих выпусках:



Блины

Новый номер выйдет 18 февраля



Белорусская и польская кухня

Новый номер выйдет 11 февраля