

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№06 (110) МАРТ 2011

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

постные
блюда

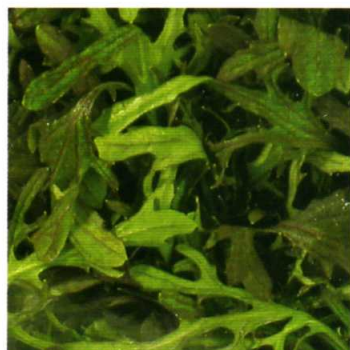
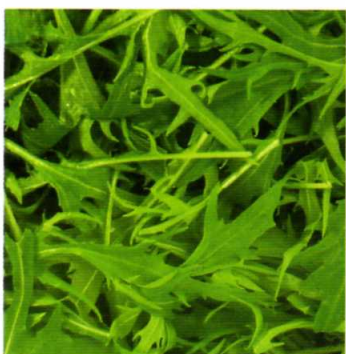
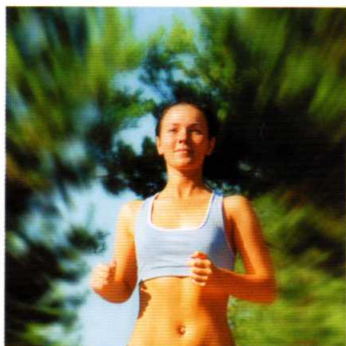


ISSN 1819-9488
1 1006
9 771819 948005



Что мы едим,
так мы и выглядим!

Fino Fresco



Реклама.



Большой ассортимент салатных смесей Fino Fresco
в супермаркетах Москвы

+7 (495) 648-69-69

www.fruity-mail.ru



Дорогие друзья!

Многие из вас соблюдают посты. А вот многие ли знают, что один из смертных грехов – это уныние, особенно во время Великого поста? Церковь считает, что лучше дать себе некоторое послабление в пище, чем впасть в хандру и раздражительность. Этот номер для тех, кто может отказаться от мяса, молока, яиц и рыбы не в ущерб своему настроению. Ведь пост – прежде всего работа над душой, ее просветлением! Желаем здоровья и успехов.

Ваша редакция



содержание

условные обозначения

-  вегетарианское питание
-  блюда, которые подходят для детей **
-  легкие рецепты
-  рецепты средней сложности
-  рецепты для опытных кулинаров
-  блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
-  полезный совет

** Нас часто спрашивают, можно ли давать детям блюда, приготовленные с использованием алкоголя. Все зависит от рецепта. Если это замаринованное в вине и водке мясо, которое затем запекается в духовке в течение 2 ч, то безусловно можно. За два часа от алкоголя останется только приятный аромат. Если же это пропитанные коньяком или портвейном бисквитные коржи, то такой торт стоит предлагать только взрослым.



- 2 салат из авокадо с кальмарами и маринованным перцем
- 4 фаршированная морковь
- 5 салат из редиса и апельсинов
- 6 суп из фасоли с черносливом
- 8 суп-пюре из брокколи с базиликом
- 9 жареный рис по-малаккски
- 10 вегетарианские голубцы с карри
- 12 запеченная свекла по-итальянски
- 13 сельдерей по-корейски
- 14 овощная лазанья в томатном соусе
- 16 каша гречневая с грибами
- 17 котлеты из чечевицы с гранатовым соусом
- 18 вареники с тыквой и фенхелем
- 20 гуляш из картофеля с овощами
- 21 дип из запеченного баклажана
- 22 штрудель из капусты со свеклой
- 24 картофель, запеченный с тимьяном
- 25 клюквенный разборный пирог
- 26 focaccia с маслинами и розмарином
- 28 медовый пирог с грушами
- 29 яблочный кисель с белым вином
- 30 батончики из сухофруктов



салат из авокадо с кальмарами и маринованным перцем



ЧТО НУЖНО:

- 150 г кальмаров
- 1 авокадо
- по 1 красному и желтому сладкому маринованному перцу
- 4 листа салата-латука
- 1 ст. л. очищенных фисташек
- 1 ст. л. лимонного сока

Для заправки:

- 4 ст. л. оливкового масла
- 2 ст. л. сока лимона
- 2 см корня имбиря
- 1 ч. л. меда
- 1 ч. л. зернистой горчицы
- соль, перец



1



2



3



4

Время приготовления: 25 мин. + 30 мин.
Порций: 2

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Положить кальмаров на 1 мин. в кастрюлю с кипящей водой. Откинуть на дуршлаг и промыть в холодной воде. Снять внешнюю тонкую пленку, удалить внутренние хитиновые пластины. Опустить тушки в горячую подсоленную воду, довести до кипения и варить 3 мин.

2 Кальмаров нарезать тонкой соломкой.

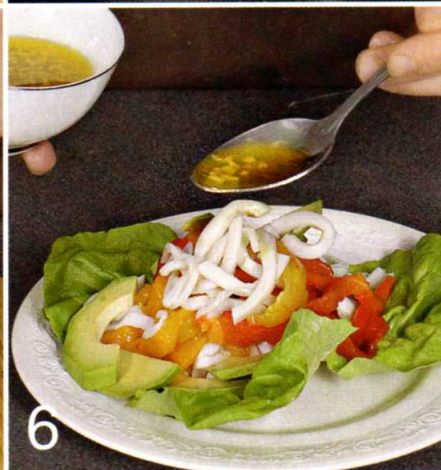
3 Авокадо разделить на половинки, удалить косточку и очистить от кожуры. Нарезать мякоть ломтиками, сбрызнуть лимонным соком, чтобы они не потемнели. Перцы очистить от сердцевинки и нарезать полосками.

4 Фисташки обжарить на сухой сковороде до золотистого цвета.



5

5 Приготовить заправку. Корень имбиря очистить и натереть на терке. Взбить оливковое масло с лимонным соком, горчицей и медом. Добавить имбирь, 1–2 ст. л. маринада из-под перцев, соль и перец по вкусу.



6

6 Салатные листья промыть и обсушить, разложить по 2 листа на тарелки. Сбрызнуть заправкой. Сверху разложить ломтики авокадо, перец и кальмаров. Все равномерно полить заправкой и отставить на 30 мин. Перед подачей на стол посыпать орешками.



фаршированная морковь



Время приготовления: 35 мин.
Порций: 6

ЧТО НУЖНО:

- 500 г моркови
- 2 луковицы
- 1 зубчик чеснока
- 1 ст. л. растительного масла
- 1 ст. л. белого винного уксуса
 - по щепотке молотой корицы и гвоздики
- 1 веточка кинзы
 - соль, черный молотый перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Морковь очистить и отварить в кипящей подсоленной воде, 15 мин. Дать остыть, вырезать в каждой морковке углубление по всей длине.
- 2 Лук очистить, измельчить и обжарить в разогретом масле, 5 мин. Морковные остатки порубить, добавить к луку. Готовить, помешивая, 4 мин.
- 3 Добавить измельченные кинзу и чеснок, соль, перец, корицу и гвоздику. Влить уксус, все тщательно перемешать. Нафаршировать получившейся смесью морковь.



салат из редиса и апельсинов



Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4



ЧТО НУЖНО:

- 200 г редиса
- 3 больших апельсина
- 200 г корн-салата
- 0,5 острого красного перца
- 2 ч. л. оливкового масла
- 0,5 ч. л. розового перца горошком
- соль

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Вымыть 1 апельсин. Снять с него теркой половину цедры, смешать с оливковым маслом и оставить настаиваться, 10 мин.

2 Редис вымыть, нарезать кружками. Апельсины очистить от кожуры, вырезать ножом мякоть из пленок. Острый перец очистить от семечек, нарезать тонкими полукольцами. Корн-салат промыть.

3 Разложить по тарелкам редис, салатные листья и апельсины. Розовый перец растолочь в ступке и смешать с подготовленным маслом, острым перчиком и щепоткой соли. Полить салат заправкой и дать постоять 5 мин. в холодильнике.



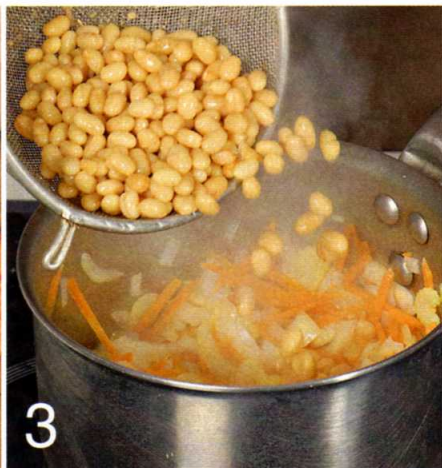
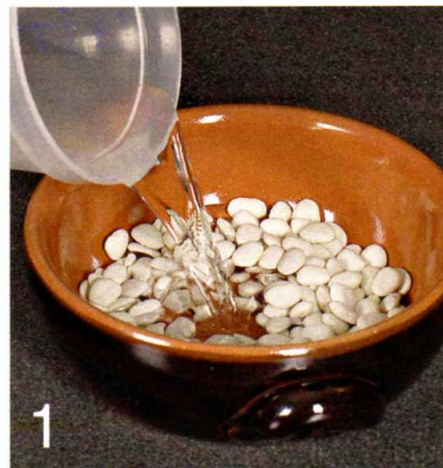


суп из фасоли с черносливом



ЧТО НУЖНО:

- 1,5 л овощного бульона
- 1 стакан сухой белой фасоли
- 1 луковица
- 2 черешка сельдерея
- 2 зубчика чеснока
- 400 г консервированных помидоров в собственном соку
- 40 г чернослива
- 3 ст. л. растительного масла
- 2 лавровых листа
- 2 веточки розмарина
- соль, свежемолотый черный перец



Время подготовки: 1 час
Время приготовления: 1 час 40 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Фасоль залить небольшим количеством холодной воды и оставить на 8 ч или на ночь. На следующий день фасоль откинуть на дуршлаг, промыть, залить свежей водой и довести до кипения. Снять с огня и оставить под крышкой на 1 ч.

2 Морковь, лук и чеснок очистить, сельдерей вымыть. Лук нарезать мелкими кубиками, морковь – тонкой соломкой, сельдерей – ломтиками, чеснок измельчить.

3 Разогреть в кастрюле с толстым дном масло и обжарить лук, помешивая, 5 мин. Добавить морковь, чеснок и сельдерей, положить лавровый лист и фасоль, предварительно слив жидкость.

Обжаривать смесь на сильном огне, постоянно помешивая, 3 мин.

4 Помидоры нарезать кусочками и вместе с соком добавить в кастрюлю.

5 Влить бульон, довести до кипения и варить под крышкой на маленьком огне 1 ч, пока фасоль не станет совсем мягкой.

6 Из чернослива удалить косточки, нарезать мякоть небольшими кусочками. Розмарин промыть. Положить чернослив и веточки розмарина в кастрюлю, варить еще 10 мин. Вынуть розмарин и лавровый лист, приправить суп солью и перцем, подать к столу.

суп-пюре из брокколи с базиликом 🌿 🧸 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 1 кочан брокколи весом около 500 г
- 2 средние картофелины
- 2 зубчика чеснока
- 1 большой пучок базилика
- 40 г обжаренных кедровых орешков
- 1 лавровый лист
- 1 ч. л. душистого перца горошком
 - соль, черный молотый перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Базилик вымыть, отрезать стебли, листья измельчить. Чеснок очистить и раздавить. Поместить в кастрюлю с 1,5 л холодной воды лавровый лист, душистый перец, чеснок и стебли базилика. Довести до кипения и варить 10 мин. Бульон процедить и вновь довести до кипения.
- 2 Картофель очистить и мелко нарезать. Брокколи разобрать на соцветия. Положить овощи в бульон, варить 20 мин. Добавить листья базилика, прогревать еще 1 мин.
- 3 Взбить суп блендером в пюре. При подаче посыпать кедровыми орешками.

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 6



жареный рис по-малаккски



Время приготовления: 35 мин.
Порций: 8



ЧТО НУЖНО:

- 200 г** очищенных свежих или вареных креветок
- 150 г** замороженного зеленого горошка
- 1** стакан длиннозерного риса
- 1** луковица
- 1** зубчик чеснока
- 4** пера зеленого лука
- 2 ст. л.** растительного масла
- 2 ст. л.** соевого соуса
- 1 ч. л.** соуса чили
- 1,5 см** корня имбиря

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Рис отварить согласно инструкции на упаковке.
- 2** Репчатый лук, чеснок и корень имбиря очистить, мелко нарезать. Зеленый лук промыть, тонко нашинковать. Разогреть в сковороде вок растительное масло, обжарить репчатый лук, чеснок, имбирь и креветки, 2 мин.
- 3** Добавить соус чили, зеленый лук, горошек и соевый соус. Готовить, помешивая, 1–2 мин. Соединить с рисом и жарить на среднем огне 6–8 мин.



вегетарианские голубцы с карри 🍃 🧸 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 800 г белокочанной капусты
- 400 г консервированной красной фасоли
- 2 морковки
- 2 луковицы
- 100 мл апельсинового сока
- 4 ст. л. растительного масла
- 2 ст. л. нарезанных укропа и петрушки
- 2 ч. л. порошка карри
 - щепотка мускатного ореха
 - соль



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Морковь и лук очистить, морковь натереть на крупной терке, лук мелко нарезать. Разогреть в сковороде половину растительного масла и обжарить овощи, 6–7 мин. Переложить в большую миску.

2 Консервированную фасоль слить, добавить к луку и моркови. Посыпать зеленью, приправить мускатным орехом, солью и перцем. Хорошо перемешать.

3 С капусты удалить верхние грубые листья. Аккуратно отделить несколько больших листьев и отварить их в кипящей подсоленной воде до полуготовности, 4–5 мин. Срезать с основания листьев жесткое утолщение, середину каждого листа слегка отбить.

4 Распределить по капустным листьям приготовленную начинку и завернуть их рулетами.

5 В кастрюльке разогреть оставшееся растительное масло и обжарить муку, 1 мин. Добавить 200 мл отвара из-под капусты, апельсиновый сок и порошок карри. Довести, помешивая, до кипения.

6 Разогреть духовку до 180 °С. Поместить голубцы в огнеупорную форму, залить приготовленным соусом. Запекать 20 мин.

Время приготовления: 1 час
Порций: 6



запеченная свекла по-итальянски



ЧТО НУЖНО:

- 4 средние свеклы
- 1 красная луковица
- 1,5 ч. л. каперсов
- 3,5 ст. л. оливкового масла
- 1 ст. л. красного винного уксуса
- 0,5 ст. л. меда
- 1 ст. л. нарезанной зелени петрушки
- соль, черный молотый перец

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Разогреть духовку до 180 °С. Свеклу тщательно вымыть, плотно завернуть каждую в кусок фольги. Положить в огнеупорную форму и запекать 1–1,5 ч, пока свекла не станет легко протыкаться вилкой. Дать остыть.

2 Взбить в миске масло с уксусом и медом. Добавить каперсы, соль и перец, тщательно перемешать.

3 Лук очистить и нашинковать полукольцами. Свеклу очистить и нарезать тонкими дольками. Соединить свеклу и лук, выложить на тарелку. Полить соусом, посыпать петрушкой и подать к столу.

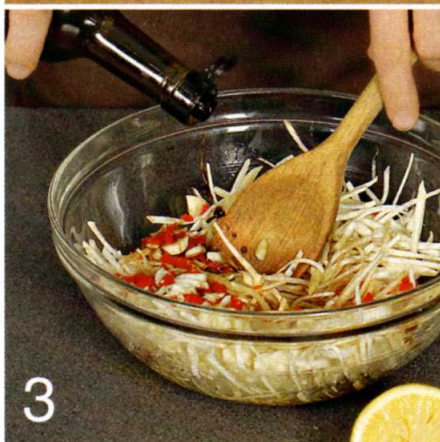




1



2



3



сельдерей по-корейски



Время приготовления: 20 мин. + 8 часов
Порций: 6

ЧТО НУЖНО:

- 700 г корня сельдерея
- сок 1 лимона
- 1 острый красный перчик
- 4 зубчика чеснока
- 6 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. вустерского соуса
- 4 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. куркумы
- 1 ч. л. молотого кориандра
- 1 ч. л. порошка сладкой паприки

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Корень сельдерея очистить и натереть на терке для корейской моркови или просто на крупной терке. На сухой сковороде обжарить сельдерей на сильном огне, 5–6 сек. Переложить в стеклянную миску.
- 2 Чеснок очистить, из острого перчика удалить семечки, овощи измельчить и добавить в горячий сельдерей.
- 3 Влить в смесь оливковое масло, сок лимона, соевый и вустерский соусы, все тщательно перемешать. Миску плотно накрыть пленкой и поставить в холодильник на 8–10 ч.



BOSCH

Разработано для жизни



На правах рекламы. Товар сертифицирован. Кухонный комбайн Style MUM 56340 торговой марки Bosch представляет и реализует в России ООО «БСХ Бытовая техника»

ОВОЩНАЯ ЛАЗАНЬЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ



ЧТО НУЖНО:

- по 1** цукини, баклажану, сладкому перцу, морковке
- 2** черешка сельдерея
- 3** зубчика чеснока
- 300 г** консервированных томатов
- 4 ст. л.** растительного масла
- 1 ст. л.** муки
 - щепотка орегано
 - соль, перец

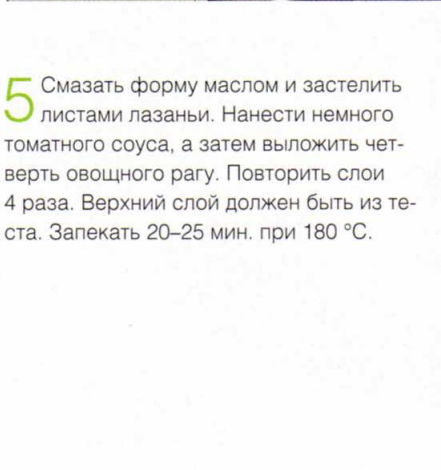
Для теста:

- 250 г** муки
- 2 ст. л.** оливкового масла
- 0,5 ч. л.** соли

Время подготовки: 1 час 15 мин.
Время приготовления: 1 час
Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Взбить в чаше кухонного комбайна Bosch Styline оливковое масло, 150 мл воды и соль. Всыпать муку и размешать до получения гладкого эластичного теста.
- 2** На присыпанном мукой столе раскатать тесто в тонкий пласт. Дать подсохнуть, 15 мин., затем нарезать прямоугольниками и оставить на 1 ч.
- 3** Морковь и цукини очистить, из сладкого перца удалить сердцевину. Нашинковать цукини, баклажан, морковь, сельдерей и перец в кухонном комбайне Bosch Styline тонкой соломкой.
- 4** Разогреть в сотейнике 3 ст. л. масла и обжарить овощи, 5 мин. Посолить и поперчить по вкусу. Чеснок очистить и нарезать ломтиками. Томаты вместе с соком и чеснок поместить в блендер комбайна и измельчить в пюре. Обжарить муку в оставшемся масле до золотистого цвета. Добавить томатное пюре, готовить 6 мин. Приправить орегано, солью и перцем.

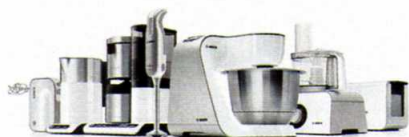


- 5** Смазать форму маслом и застелить листами лазаньи. Нанести немного томатного соуса, а затем выложить четверть овощного рагу. Повторить слои 4 раза. Верхний слой должен быть из теста. Запекать 20–25 мин. при 180 °С.



КСТАТИ

Новая серия бытовых приборов Bosch Styline – это коллекция предметов малой бытовой техники, выполненных в едином стиле. Оставаясь по-прежнему мощной и функциональной, техника Bosch Styline теперь становится стильным дополнением к вашему интерьеру.



каша гречневая с грибами

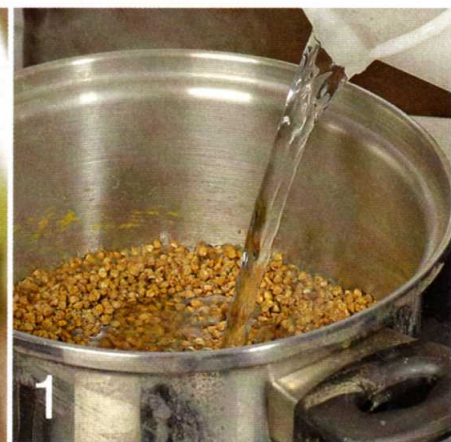
Время приготовления: 35 мин. + 20 мин.
Порций: 6

ЧТО НУЖНО:

- 1 стакан гречневой крупы
- 250 г** шампиньонов
- 2** луковицы
- 4 ст. л.** растительного масла
- 1** бутон гвоздики
- по щепотке молотой паприки, куркумы, семян зиры и кориандра
- соль, свежемолотый черный перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Растолочь в ступке гвоздику, немного соли, семена зиры и кориандра. Смешать с молотой паприкой и куркумой. Разогреть в сотейнике половину масла и обжарить промытую крупу, 2–3 мин. Добавить щепотку соли и специи, влить 2 стакана кипятка и варить 20–25 мин.
- 2** Шампиньоны вымыть, нарезать ломтиками. Лук очистить, измельчить и обжарить в разогретом масле, 5 мин. Добавить грибы, готовить 10 мин. Посолить, поперчить по вкусу.
- 3** Гречку смешать с луком и грибами, укутать полотенцем и оставить на 15–20 мин.



КОТЛЕТЫ ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ С ГРАНАТОВЫМ СОУСОМ



ЧТО НУЖНО:

- 0,5 стакана зеленой чечевицы
- 2 луковицы
- 1 картофелина
- 1 стакан гранатового сока
- 3 ст. л.** растительного масла
- 1 ч. л.** нарезанной кинзы
 - соль, перец

Время подготовки: 30 мин.

Время приготовления: 45 мин.

Порций: 6

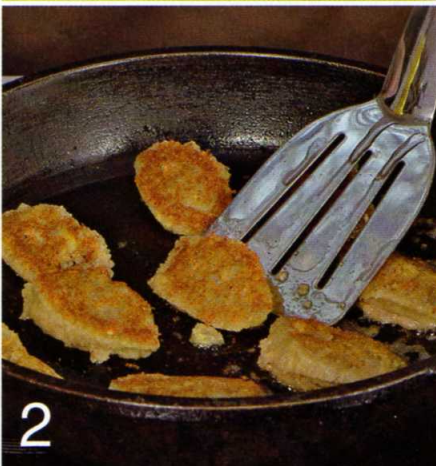
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чечевицу замочить в холодной воде на 30 мин. Картофель и 1 луковицу очистить, нарезать большими кусками. Чечевицу слить и пропустить через мясорубку вместе с луком и картофелем. Добавить в фарш 1 ст. л. растительного масла, приправить солью и перцем, перемешать.

2 Сформировать из фарша небольшие котлеты и обжарить их в разогретом масле на сильном огне, 5 мин. Перевернуть, накрыть крышкой, убавить огонь до среднего и готовить еще 7–8 мин.

3 Оставшуюся луковицу очистить, мелко нарезать. В кастрюле нагреть гранатовый сок, добавить лук, кинзу, соль и перец. Накрыть крышкой и томить на слабом огне 20 мин.

Подать котлеты с гранатовым соусом.





вареники с тыквой и фенхелем 🥬🧡🍅🍅

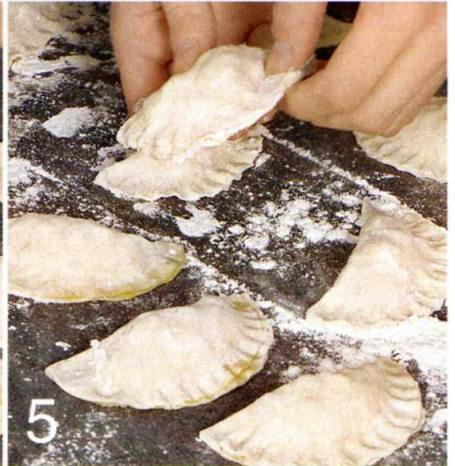


ЧТО НУЖНО:

- 700 г тыквы
- 1 фенхель
- 1 луковица
- 4 зубчика чеснока
- 1 ч. л. семян фенхеля
- 3 ст. л. растительного масла
 - щепотка тертого мускатного ореха
 - соль, черный молотый перец

Для теста:

- 2 стакана пшеничной муки
- 0,5 стакана гречневой муки
- 0,5 ч. л. соли



Время приготовления: 55 мин.
Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для приготовления теста просеять в миску пшеничную и гречневую муку, влить, размешивая, 1 стакан холодной подсоленной воды. Вымесить гладкое эластичное тесто, скатать его в шар, положить в миску, накрыть и отставить на 20 мин. Тыкву очистить от кожуры и нарезать кубиками. Фенхель, лук и чеснок очистить, мелко нашинковать.

2 В сковороде разогреть масло и обжарить лук, фенхель и чеснок, 4 мин. Добавить тыкву, приправить солью, перцем, мускатным орехом и семенами фенхеля. Накрыть крышкой и тушить 10 мин. Снять с огня и дать немного остыть.

3 На присыпанном мукой столе раскатать тесто в тонкий пласт. Вырезать из него лепешки диаметром около 10 см. Остатки теста еще раз вымесить, раскатать и вырезать лепешки.

4 Готовую начинку переложить шумовкой в миску, сохранив отдельно сок. Разложить начинку на лепешки.

5 Сложить лепешки пополам и защипнуть края.

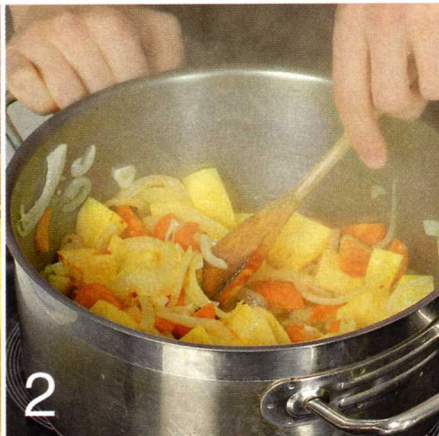
6 Вскипятить в большой кастрюле подсоленную воду, опустить вареники и готовить, время от времени помешивая, пока они не всплывут. После этого варить еще 5 мин. Разложить на тарелки и полить соком от тушеных овощей.



гуляш из картофеля с овощами



Время приготовления: 45 мин.
Порций: 8



ЧТО НУЖНО:

- 400 г** картофеля
- 1** большой цукини
- 1** сладкий зеленый перец
- 2** морковки
- 2** луковицы
- 4** зубчика чеснока
- 300 г** измельченной мякоти помидоров
- 2 ст. л.** молотой паприки
- 3 ст. л.** растительного масла
 - щепотка тертого мускатного ореха
 - соль, перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Овощи очистить и вымыть. Из перца удалить сердцевину. Лук нарезать полукольцами, чеснок – ломтиками, перец – кубиками. Цукини нарезать брусочками, картофель – крупными дольками, морковь – полукольцами.

2 В кастрюле обжарить лук, 7 мин. Добавить морковь, чеснок, картофель, паприку и готовить, помешивая, 10 мин.

3 Положить перец, цукини и помидоры. Приправить солью, перцем, мускатным орехом. Тушить 15 мин.



ДИП ИЗ ЗАПЕЧЕННОГО БАКЛАЖАНА 🌿 🧸 🍅

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 20

ЧТО НУЖНО:

- 1 баклажан
- 400 г консервированной белой фасоли
- 2 зубчика чеснока
- 3 ст. л. соевого соуса
- 2 ст. л. оливкового масла
- 2 ст. л. жидкого меда
- 1 ст. л. зернистой горчицы
- 1 ст. л. лимонного сока
 - горсть листиков базилика
 - соль, перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Баклажан вымыть. Проколоть вилкой кожуру в 2–3 местах. Положить на решетку разогретой до 180 °С духовки и запекать 20 мин. Дать немного остыть.
- 2 Разрезать баклажан пополам и выскоблить мякоть. Чеснок очистить, разрезать на 3–4 части. Листья базилика крупно нарезать.
- 3 Мякоть баклажана положить в блендер, добавить фасоль вместе с жидкостью, чеснок, базилик, мед, соевый соус, горчицу, оливковое масло и лимонный сок. Взбить до получения однородного соуса, приправить по вкусу солью и перцем. Можно употреблять с тостами, вареным картофелем и овощами.



СПОНСОР РЕЦЕПТА



Штрудель из капусты со свеклой

ЧТО НУЖНО:

- 1 упаковка слоеного бездрожжевого теста «Звёздное»
- 0,5 кочана белокочанной капусты
- 1 маленькая свекла
- 1 луковица
- 3 зубчика чеснока
- 2 ст. л. растительного масла
- 1,5 ст. л. панировочных сухарей
- 1 ст. л. нарезанного укропа и петрушки
- щепотка сахара
- соль, перец
- мука для присыпки
- растительное масло для смазывания

Время приготовления: 1 час 20 мин.

Порций: 10

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту очистить от грубых верхних листьев, вымыть, обсушить и тонко нашинковать. Затем нарезать поперечными кусочками длиной 2–3 см. Присыпать небольшим количеством соли, слегка перетереть и отставить на 10 мин.

2 Свеклу, лук и чеснок очистить. Свеклу натереть на мелкой терке, лук нарезать полукольцами, чеснок измельчить.

3 В сотейнике разогреть 2 ст. л. масла, обжарить лук и чеснок, 5 мин. Добавить капусту и свеклу, посыпать сахаром и молотым перцем, перемешать и готовить 6–7 мин.

4 Смешать капустную начинку с нарезанной зеленью.

5 Тесто разморозить при комнатной температуре. На присыпанном мукой столе раскатать в тонкий пласт и сбрызнуть растительным маслом.

6 Разогреть духовку до 180 °С. Распределить панировочные сухари по поверхности теста, не доходя до краев 1,5–2 см. Сверху выложить начинку, аккуратно свернуть штрудель в рулет. Защипнуть открытые края. Противень смазать маслом, переложить на него штрудель. Сбрызнуть маслом и выпекать 40 мин.



КСТАТИ

Известно, что чем больше слоев в выпечке, тем она воздушнее и нежнее. А если слоев 240, как в этом тесте? Такое дома не приготовишь! Важно и то, что пласты теста «Звёздное» благодаря их квадратной форме легко хранить, размораживать и раскатывать. Никогда еще не было так просто радовать себя и близких вкусной выпечкой в период Великого поста, используя рецепты на упаковке теста «Звёздное».

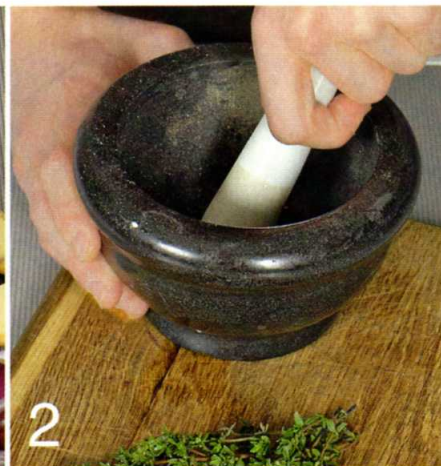


картофель, запеченный с тимьяном 🍃 🐻 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 1 кг картофеля
- 1 красная луковица
- 2 зубчика чеснока
- 2 ст. л. оливкового масла
- 2 веточки тимьяна
- 6 горошин черного перца
- соль

Время приготовления: 1 час
Порций: 8



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель вымыть и, не очищая, нарезать крупными дольками. Лук и чеснок очистить. Луковицу нарезать такими же дольками, как картофель, чеснок измельчить.

2 Горошины перца положить в ступку и слегка размять. Тимьян промыть, разобрать на листики.

3 Разогреть духовку до 220 °С. Положить картофель и лук в огнеупорную форму, посыпать чесноком и тимьяном. Сбрызнуть маслом и готовить в духовке, время от времени переворачивая, до золотистого цвета, 50–55 мин. Подать картофель горячим.



КЛЮКВЕННЫЙ РАЗБОРНЫЙ ПИРОГ



ЧТО НУЖНО:

- 500 г** постного слоеного дрожжевого теста
- 200 г** клюквы
- 1** стакан коричневого сахара
- тертая цедра 1 апельсина
 - растительное масло и крепкий черный чай для смазывания

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 10

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В разогретую сковороду всыпать половину сахара и цедру, готовить 1 мин. Добавить клюкву и готовить 3 мин. Снять с огня и дать остыть.

2 Тонко раскатать тесто в прямоугольный пласт. Равномерно посыпать оставшимся сахаром, не доходя до краев примерно 0,5 см. Сверху разложить клюкву в сахарном сиропе, не доходя до краев 1 см. Аккуратно скатать пласт с клюквой в длинный рулет.

3 Разогреть духовку до 180 °С. Нарезать рулет одинаковыми кружками шириной 3–4 см, плотно уложить в смазанную маслом форму. Смазать пирог сверху крепким черным чаем, поставить в духовку и выпекать 25 мин., до золотистого цвета.





фокачча с маслинами и розмарином 🍃 🧸 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- 1 горсть маслин
- 1 веточка розмарина
- 1,5 ст. л. оливкового масла
 - свежемолотый черный перец
 - кукурузная мука мелкого помола
 - крупная морская соль

Для теста:

- 1,5 стакана муки + 2 ст. л.
- 11 г сухих дрожжей
- 2 ст. л. оливкового масла
- 0,5 ч. л. сахара
- 0,5 ч. л. соли

Время приготовления: 2 часа 40 мин.

Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить тесто. Влить в миску 150 мл теплой воды, всыпать сахар, 1 ст. л. муки и дрожжи. Размешать и оставить на 10 мин., пока смесь не запенится. Затем просеять в миску 1,5 стакана муки, добавить соль, масло и вымесить однородное тесто.

2 Переложить на присыпанную мукой поверхность и вымешивать, подсыпая муку, до эластичности в течение 10 мин.

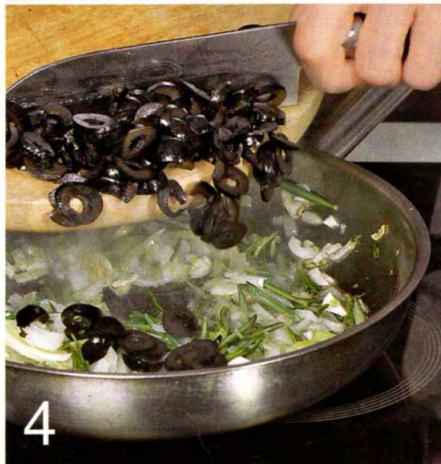
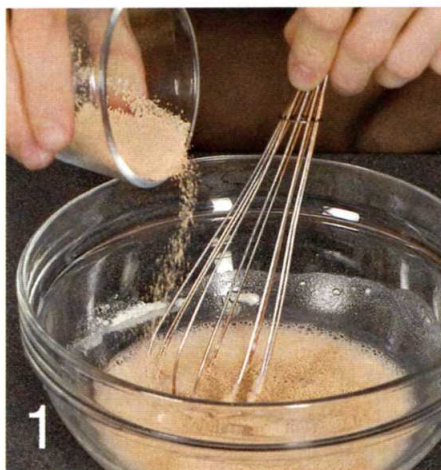
3 Сформовать из теста шар, смазать его маслом, положить в миску, накрыть салфеткой и поставить в теплое место на 1 ч.

4 Приготовить начинку. Лук и чеснок очистить, мелко нарезать. С розмарином снять листики и мелко нарезать.

Разогреть в сковороде масло и обжарить лук, 5 мин., добавить чеснок с розмарином, готовить еще 2 мин. Маслины нарезать кружками. Соединить с луком и чесноком. Снять с огня, приправить перцем и дать остыть.

5 Добавить начинку в тесто, хорошо перемешать. Накрывать и оставить в теплом месте еще на 30 мин.

6 Разогреть духовку до 220 °С. На присыпанной кукурузной мукой поверхности раскатать тесто в лепешку, переложить на смазанный маслом противень. Сделать на поверхности 6–8 углублений пальцем. Накрывать пленкой и оставить на 30 мин. в теплом месте. Выпекать 20 мин. Вынуть из духовки и посыпать крупной солью. Можно подать теплой или остывшей.



медовый пирог с грушами



ЧТО НУЖНО:

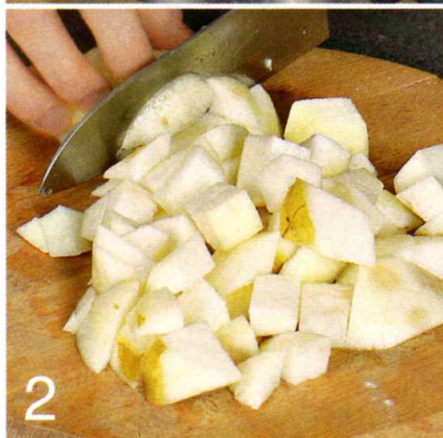
- 4 груши
- 1,5–2 стакана муки
- 1 стакан сахара
- 0,5 стакана растительного масла
- 0,25 стакана миндальных хлопьев
- 2 ст. л. меда
- 1,5 ч. л. разрыхлителя
- 1 ч. л. тертой лимонной цедры
 - щепотка корицы

Время приготовления: 50 мин.

Порций: 10

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В кастрюлю всыпать сахар, влить стакан воды и растительное масло. Поставить на огонь и немного нагреть. Положить мед и размешивать, чтобы мед и сахар растворились.



2 Снять кастрюлю с огня, просеять в нее 1,5 стакана муки и корицу. Добавить разрыхлитель, орехи и лимонную цедру. Вымесить тесто, подсыпая, если нужно, муку, до консистенции густой сметаны. Груши очистить, нарезать кубиками и соединить с тестом.

3 Вылить тесто в смазанную маслом форму и выпекать 35 мин. при 200 °С. Перед подачей посыпать сахарной пудрой и миндальными хлопьями.



яблочный кисель с белым вином



ЧТО НУЖНО:

- 1 кг яблок
- 200 г сахара
 - сок 1 лимона
- 2 ст. л. крахмала
- 500 мл белого вина

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 6



1



2



3

ЧТО ДЕЛАТЬ:

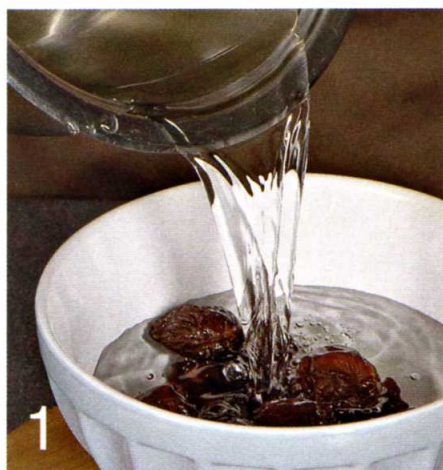
1 Яблоки вымыть, нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю, залить лимонным соком и 2,5 стакана воды. Довести до кипения и варить 10 мин., до полной готовности.

2 Откинуть яблоки на сито, протереть в пюре и смешать с отваром.

3 Влить вино, положить сахар и довести до кипения. Крахмал развести в небольшом количестве холодной воды, добавить в кастрюлю и варить, помешивая, 3–4 мин.



батончики из сухофруктов 🍌 🍓 🍎



ЧТО НУЖНО:

- 1,5 стакана овсяных хлопьев
- 250 г вяленых фиников
- 150 г кураги
- 50 г сушеной вишни
- 40 г изюма
- 50 г кешью
- 50 г грецких орехов
- 100 мл яблочного сока
- 2 ст. л. меда
- 1 ч. л. корицы
- 1 ст. л. муки

Время подготовки: 20 мин.
Время приготовления: 35 мин.
Количество: 25 штук

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сухофрукты вымыть. У фиников удалить косточки. Залить финики половиной стакана горячей воды и оставить на 15 мин.

2 Изюм и курагу по отдельности залить горячей водой и оставить на 10–15 мин.

3 Выложить финики вместе с жидкостью в блендер, добавить мед и измельчить в пасту. Переложить в кастрюлю, влить яблочный сок, всыпать корицу, довести до кипения и варить на маленьком огне, помешивая, 2 мин. Дать немного остыть.

4 Разогреть духовку до 170 °С. Выложить овсяные хлопья ровным слоем на противень и запекать 10–12 мин., до золотистого цвета.

5 Изюм и курагу слить, обсушить. Орехи и курагу порубить ножом, соединить с хлопьями, изюмом и вишней. Добавить финиковую пасту и тщательно размешать.

6 Из полученной смеси вылепить влажными руками батончики, выложить их на присыпанный мукой противень и выпекать 10–12 мин. Когда батончики полностью остынут, можно завернуть каждый в пленку, пергамент или фольгу, чтобы они не высыхали. Хранить в сухом прохладном месте.



следующий
выпуск:
блюда
из крупы



новый номер выйдет 4 апреля

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№06 (110), март 2011

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабליкейшенз»

125993, Москва, Волоколамское шоссе, 2,
тел./факс: 725-1070,
e-mail: mail@phbp.ru
www.gastronom.ru
www.gastromag.ru
e-mail: mail@phbp.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
редакторы Алла Сергеева, Анна Туревская
бильд-редактор Динара Нурева
дизайнеры Алексей Клак, Максим Новрузов
повара-консультанты Константин Жук, Олег Туркин
фотограф Сергей Самоилов
корректоры Любовь Никифорова, Татьяна Певнева

исполнительный директор Ольга Ткалич

финансовый директор Светлана Сергина

директор по рекламе Марина Мамина
ООО «Бонниер Пабליкейшенз»

Отдел рекламы: Анастасия Епшикина,
Мария Ключицкая,
Елена Матвеева,
Жанна Русакова
(заместитель директора),
тел.: (495) 725-1070

Руководитель Лариса Машталер
отдела спецпроектов

Руководитель Ирина Федотова
отдела продаж
в Интернете

Отдел маркетинга: Эльмира Нагаева (директор),
Зоя Галищникова,
Надежда Лыжникова

Отдел дистрибуции: Сергей Татаркин (директор),
Татьяна Катрач,
Елена Куликова,
Наталья Писклина,
Андрей Телингатер,
Сергей Успенский,
тел.: (495) 725-1070

Подписка Юлия Ремезова,
тел.: (495) 792-5562

Заместитель генерального Илья Иванов
директора по правовым вопросам

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев,
Игорь Долманов,
«Свет Компьютерс»,
тел.: 795-0295

Сканирование Екатерина Панюшкина
и обработка иллюстраций: (руководитель отдела),
Светлана Кузина,
Леонид Молчанов,
Георгий Савастьянов,
Виктор Фролкин

Типография «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж 194 100 экз.
Цена свободная

Автор макета Ирина Лещенко

Обложка: Сергей Самоилов

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору
в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного
наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой
информации ПИ № Ф077-32211 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 Пабליкейшенз», дизайн, фото, текст, 2011 г.

в следующих номерах журнала

«ШКОЛА ГАСТРОНОМА»



новый номер выйдет 28 марта