

КУЛИНАРНЫЙ практикум

№ 1 январь 2012

69 РЕЦЕПТОВ

- ◆ свиной рулет с укропом
- ◆ кролик с оливками
- ◆ солянка из горбуши
- ◆ венское печенье
- и многое другое

ПРОСТЫЕ РУЛЕТЫ

ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ
К ПРАЗДНИКУ

ВЫПЕЧКА

С КЛЮКВОЙ,
хурмой и киви

учимся готовить

Домашний МАЙОНЕЗ

РЕЦЕПТЫ ИЗ ЛЮБИМЫХ ФИЛЬМОВ

от Андрея Макаревича

НОВОГОДНИЙ
ФУРШЕТ



Рулет из индейки с фруктами и орехами

• 1 кг филе индейки • 2 стакана вина белого сухого • 2 зубчика чеснока рубленых • перец черный молотый • соль

ДЛЯ НАЧИНКИ: • 1 ст. ложка масла сливочного • 1 головка лука репчатого маленькая • 0,25 стакана вина белого сухого • 1,25 стакана кураги порезанной • 2 ст. ложки вишни сушеной • 2 ст. ложки клюквы сушеной • 0,5 стакана фисташек • 1 ст. ложка тимьяна рубленого • 1 ст. ложка петрушки рубленой

1 Для начинки на сковороде разогрейте масло. Положите рубленый лук и пассеруйте 2 минуты. Добавьте вино, курагу, вишню и клюкву. Перемешайте, слегка прогрейте, затем снимите с огня и остудите. Добавьте очищенные фисташки, тимьян и петрушку.

2 Филе индейки отбейте и натрите солью, перцем и рубленым чесноком. Выложите на него начинку, сверните рулетом и перевяжите ниткой.

3 Положите рулет на сковороду и жарьте со всех сторон до румяной корочки. Затем влейте 1 стакан вина и тушите под крышкой до выпаривания жидкости. Переверните рулет, влейте оставшееся вино и вновь тушите до выпаривания жидкости.

4 Готовый рулет разрежьте на тонкие ломтики и подавайте на стол.

Блюдо
с обложки



Главный редактор
Елена КОЖУШКО

Ожидание праздника

Для меня всегда было приятней ожидание праздника, чем само торжество. Мне нравится это ощущение, что вот-вот произойдет что-то хорошее, и ты думаешь об этом дне, готовишься к нему, мечтаешь. И тогда дни становятся такими короткими, быстротечными.

Оглянуться не успела – наступил Новый год. А там и январь закончился, уступив место февралю с его праздниками.

Вот и сейчас, планируя и собирая материалы в этот номер, редакция журнала хотела, чтобы в нем было все, о чем мечтают люди в новогодние дни. А всем хочется, как правило, чтобы на Новый год был накрыт вкусный стол. И пусть в этот раз на нем будут оригинальные закуски, вкуснейшие мясные рулеты или непривычные салаты. И давайте уже «доживем» до сладкого, ведь мы приготовили для вас несколько интересных рецептов январской выпечки. Еще хочется получать и дарить подарки. Поэтому ищите в журнале обзор посуды, техники и всевозможных аксессуаров для кухни. Идеи подарков вы также можете почерпнуть в нашем хит-параде самых интересных новинок 2011 года. Еще мы, зная вашу любовь к майонезу, решили научить вас готовить его самостоятельно. А музыкант Андрей Макаревич поделился с нами рецептами блюд из любимых отечественных фильмов – чем не идея для новогодней вечеринки? Надо только перебрать мамин шкаф с одеждой, достать перешедший по наследству сервиз с антресолей, натереть до блеска хрусталь. Надеемся, вы найдете в журнале массу интересных идей и рецептов. С Новым годом вас! И пусть все ваши ожидания сбываются.

СОДЕРЖАНИЕ

№ 1 январь 2012

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ

НОВОСТИ 4
КНИЖНЫЕ НОВИНКИ 72

ТЕНДЕНЦИИ
Идеи подарков 6

С нашим обзором вы без труда
подготовите праздничные презенты
для родных, друзей и просто знакомых

ГОТОВИМ СО ЗВЕЗДОЙ
Ирина Мазуркевич:
«Любому ресторану
предпочту домашнюю
пищу 8

Актриса знает, как правильно есть
приготовленную пищу, чтобы не было
необходимости сидеть на диетах



6 Интересные решения
для подарков

КУХНИ МИРА

С миру по блюду 12

Международные рецепты
к праздничному столу – от Италии
до Китая

Торроне (нуга) 13
Мясной пирог 13
Пунш 14
Рождественский овсяный пирог 14
Гусь смаженный с яблоками 15
Плацинда с брынзой 15
Венское ванильное печенье 16
Цзяоцзы (китайские пельмени) 17
Капустная запеканка
с картофелем 17

ТЕМА НОМЕРА

На фуршет как на работу 18

Как, что и чем есть на фуршете?
Знакомимся с правилами этикета

КРУПНЫЙ ПЛАН

11 лучших новинок
2011 года 28

Хит-парад самых запоминающихся
и интересных новинок уходящего года

МАСТЕР-КЛАСС

Накормить Дракона 32

Наш шеф-повар научит вас делать
украшения для блюд в виде бабочек,
а также предложит рецепт
оригинального салата



8 Актриса рассказывает
о своих кулинарных
секретах

ПОВАРЕННАЯ КНИГА

Меню с экрана 54

Андрей Макаревич делится
секретами блюд, которые ели герои
любимых отечественных фильмов
Грибной суп 55
Луковый суп по рецепту мамы
Деточкина 55
Харчо из барашков товарища
Саахова 56
Утка с черносливом и курагой 57
Мороженое сливочное 58
Королевское мраморное
мороженое 58
Запеченная озерная рыба 59
Соленые белые грибы 59

БЛЮДА С ИСТОРИЕЙ

Синьор майонез 60

Мы расскажем вам историю
возникновения этого соуса и научим
готовить его самостоятельно

MUST HAVE

Секреты сервировки
новогоднего стола 68

Советы стилиста и эксперта
по декорированию и сервировке

NOTA BENE 71

Из кулинарного словарика вы
узнаете, что такое паюсная икра,
менажица, щепотка и визига

12

Знаковые
блюда
национальных
кухонь



РЕЦЕПТЫ

ГОТОВИМ ФУРШЕТ

Мини-бутерброды с колбасой, сыром и луком	21
Тарталетки с салатом из креветок	21
Бутерброды с икрой и рыбой	22
Рулетки из сельди с пикантной начинкой	23
Заливное из лосося	23
Канapé с сыром	24
Пирожки с копченой курицей	24
Паштет из утиной грудки на поджаренном хлебе	25
Гренки с беконом	26
Шашлык из рыбы	27
Салат «Русь»	27

МЯСНЫЕ РУЛЕТЫ

Рулет «Любительский»	37
Мясной рулет с перцем и сыром	37
Рулет «Курочка Ряба»	38
Рулет из свинины с черносливом	38
Рулетки по-венгерски	39
Свиной рулет с укропом	40
Рулетки с печенью	40
Рулетки из индейки	41

18 Учимся правилам поведения на фуршете



практичный рецепт!

Блюда, отмеченные таким значком, состоят из доступных продуктов, которые всегда есть под рукой

32 Непривычные сочетания в праздничном салате – устоять невозможно!

ВЫПЕЧКА

Домашний хлеб с клюквой и грецкими орехами	43
Лаймовый чизкейк	43
Суфле с хурмой	44
Заварные кольца с киви и клюквой	44
Творожная запеканка с хурмой	45
Булочки с клюквой	46
Бисквитный пудинг	47
Торт с апельсином и клюквой	47

ГОРОСКОП

Рекомендации по питанию для разных знаков Зодиака

Салат из красной капусты с апельсином	48
Кролик с оливками	49
Ароматный картофель	50
Яйца, запеченные в булочках	51
Салат из кальмаров с плавленым сыром и яйцом	52
Печень по-строгановски	53

36

Мясные рулеты: оригинально и вкусно

ГОТОВИМ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Солянка из горбуши с каперсами и лимоном	62
Макароны с итальянским томатным соусом	63
Нежный клюквенный мусс	64
Бурый рис с курино-грибным белым соусом	64
Творожная запеканка с клубничным соусом	65

РЕЦЕПТЫ ЧИТАТЕЛЕЙ

Строганина из скумбрии	66
Рулет из лаваша с рыбой	66
Пирог с рыбой и шпинатом	66
Рыбный мусс с икрой и желе	67
Киш с форелью и укропом	67

ОТРЫВНЫЕ РЕЦЕПТЫ

Коктейль «Ошибочный Негрони»	70
Коктейль «Кампари Оранж»	70
Коктейль «Американо»	70
Коктейль «Кампари Мохито»	70



В этой рубрике мы рассказываем вам о самых интересных новинках — продуктах питания, посуде и бытовой технике, — а также делимся новостями, связанными с кулинарией и здоровым образом жизни.



АРОМАТЫ ПРАЗДНИКА

Новогодние праздники входят в наш дом в облаке ароматов смолистой еловой хвои и мандаринов, готовящихся угощений и горьковатого дымка бенгальских огней. В этом году компания «Русский продукт» дополнит этот букет новыми нотами, предложив под маркой «Бодрость» коллекцию чая со вкусом вишни и цитрусов. «Бодрость. Вишневая сказка» и «Бодрость. Цитрусовое волшебство» выпущены ограниченной серией специально к новогодним праздникам 2011/2012 года.

Кулинарная академия

Компания LG Electronics открыла сайт «Кулинарной академии», на котором обладатели микроволновых печей и другой кухонной техники LG могут научиться приготовлению простых, вкусных и полезных блюд. Все рецепты на сайте не только подробно описаны, но и отлично иллюстрированы. Кроме того, на сайте можно найти советы ресторатора Алексея Зимина, представляющего бытовую технику LG Electronics для кухни.



Эксперты по молоку

На прилавках магазинов обычно представлено так много видов молока, что даже не верится, что все оно получено от настоящих коров. В случае с брендом «Домик в деревне» в этом можно не сомневаться. Под его эгидой и в партнерстве с компанией «Тетра Пак» был создан Экспертный совет по молоку. Он объединяет высококвалифицированных профессионалов молочной индустрии. Уже многие российские хозяйства были отмечены наградой Экспертного совета, и именно их продукция представлена под маркой «Домик в деревне».



НАРЕЗКА В РОЗОВОМ ЦВЕТЕ

Samura представляет набор из 3 керамических ножей с розовыми ручками. Он создан для тех, кто понимает толк в приготовлении здоровых, красиво оформленных блюд, а также знает счет деньгам. Керамические ножи не окисляются, они очень острые и держат заточку годами. Всем ценителям розового посвящается!





Этот новогодний сувенир сойдется в качестве подарка коллегам, соседям, просто приятным людям — всем тем, кто симпатичен вам. / Zara Home / 229 руб.

Любители экзотики оценят ножи для очистки фруктов из серии Functional Form от Fiskars. Разрезав авокадо, киви, манго или небольшую дыню обычным ножом, можно воспользоваться ножом от Fiskars для удаления сердцевины и чтобы отделить мякоть от кожуры. Нож также может использоваться для удаления косточек. / Fiskars / 197 руб.

Любителям собак и чистоты придется по душе столовый совок для уборки крошек «Пико Билло». Каждый, кто хоть раз получал его в подарок, не мог сдержать восторга — наверное, это самая милая вещь, которую ему приходилось когда-либо видеть! / enjoy-me / 1175 руб.



ИДЕИ ПОДАРКОВ

Благодаря нашему обзору самых интересных праздничных новинок 2011 года у вас раз и навсегда отпадет вопрос, что подарить близким и друзьям на Новый год и Рождество.

Яркие шарики Lindor можно использовать как элемент декора новогоднего презента. Заверните свои подарки в цветную оберточную бумагу, перевяжите лентой и прикрепите к ней шарики Lindor. / Lindt / 650 руб.





Младшая сестренка учится готовить по журналу «Кулинарный практикум»? Тогда ей придется по душе этот гламурный фартук. Ведь и на кухне женщина должна выглядеть прекрасно! / Zara Home / 749 руб.



Если ваш муж — крепкий орешек, вручите ему подарок с намеком. Например, керамическое блюдо-лодку с палубой для скорлупы и палубой для орехов. Сильный стальной орехокол в виде мачты — этому кораблику не страшны никакие твердости! / enjoy-me / 1480 руб.



Необычный фарфоровый графин для напитков выполнен в форме знаменитого автомата Калашникова. Такой подарок ручной работы следует дарить только самым дорогим людям — отцу или мужу. И главное, чтобы у них не было проблем со спиртным! / podarki-tut / 11050 руб.

Архитектурные формы, красота и стиль, качественные материалы — сушилка для посуды High&Dry бесподобна! Раскрывшиеся спицы позволяют сушить даже хрупкие бокалы, а на нижней части удобно разместятся тарелки или кружки — для всего хватит места! Идеальный подарок для мамы или свекрови. / enjoy-me / 2560 руб.



Чашка с блюдцем — беспроигрышный вариант для кого бы то ни было. Поэтому, если вы не знаете вкусов человека, которого хотите одарить, купите ему прекрасную чайную пару из серии Kasima — это стильная, качественная французская посуда. / Luminarc / 1200 руб. за 6 шт.

ГОТОВИМ
СО
ЗВЕЗДОЙ
...

ТЕКСТ: Ольга ЖУРАВЛЕВА
ФОТО: Владимир БЕРТОВ

ИРИНА МАЗУРКЕВИЧ:

«ЛЮБОМУ РЕСТОРАНУ ПРЕДПОЧТУ
ДОМАШНЮЮ ПИЩУ»

Ирина Мазуркевич снялась, по нынешним меркам, в не очень большом количестве фильмов. Их у актрисы около 25. Но зато многие из них известны, их часто показывают: «Сказ про то, как царь Петр арапа женил», «О бедном гусаре замолвите слово», «Трое в лодке, не считая собаки», «Тайна «Черных дроздов», «Все будет хорошо!».

Имя Ирины Мазуркевич все время остается «на плаву», в ее профессионализме и индивидуальности вот уже многие годы заинтересованы самые разные режиссеры. А помогает актрисе сохранять интерес к себе работа в петербургском Театре комедии им. Н. Акимова и внутреннее ощущение, что многое в профессии актера ей подвластно. «Я знаю себе цену, знаю, что могу, умею, – говорит Ирина. – И даже если кто-то об этом не догадывается, то всему свое время. Я стайер. Много лет назад я зарядила себя на длинную дистанцию и никогда не расплылась, никогда не снималась одновременно в двух фильмах. И если у меня спектакль на выпуске, то от кино я всегда отказываюсь». Сегодня мы беседуем с Ириной об одной из составляющих ее семьи и дома – кулинарии.

Ирина, вы хлебосольная хозяйка?

Думаю, что да. Раньше у нас часто собирались гости, и я всегда готовила много, но при этом сама

никогда не успевала поесть. Все время нужно что-то сделать, потом начинаются разговоры, потом выпивка, потом опять требуется побежать на кухню и что-то принести. О еде просто забываешь. Наготовленных мною кушаний, как правило, оставалось очень много, еще на 2–3 дня. Привычка готовить с запасом родом из детства. Моя мама всегда готовила много вкусных блюд для приема гостей.

Продолжаете баловать гостей всякими вкусностями?

Сейчас мне жалко проводить у плиты много времени, тем более что в магазинах есть натуральные продукты, из которых готовить легко и быстро.

Когда вы научились готовить?

Несмотря на то что мама у меня потрясающий кулинар, поучиться у нее всем этим премудростям я просто не успела. В 15 лет я уехала из дома в Горький, где поступила в театральное училище. Моя самостоятельная жизнь в те годы была предельно проста. Я снимала диван у двух бабушек-сестер. Платила им 15 рублей в месяц, а бабульки, видя, что на завтрак и ужин у меня молоко с пряником, старались угощать своими вкусными пирогами. Помогали и родители. Папу к тому моменту перевели в Минск, и оттуда часто приходили посылки. Готовить в те годы я абсолютно не умела, но жизнь заставила. Когда я переехала в Ленинград и у меня появилась своя съемная комната, надо было начинать осваивать премудрости кули-

нарии. Когда же у меня появилась семья, захотелось готовить для мужа. Все-таки есть доля истины в пословице «Путь к сердцу мужчины ведет через желудок». Хотя вряд ли получится одной едой долго удерживать мужа. Но полноценные обеды и ужины в семейной жизни – важная составляющая. Ведь, возвращаясь домой, мужчина должен знать, что его ждет вкусный ужин.

В те времена пришлось припомнить, как готовила мама?

Конечно. Когда столкнулась непосредственно с процессом покупки продуктов, планированием меню, мне было удивительно, как мои родители вообще умудря-





Популярный актер и муж в одном лице – Ирина с Анатолием Равиковичем

лись что-то готовить, ведь продуктов в те времена в Советском Союзе в магазинах не было.

Что-то вспоминается из детства?

Помню, как мама лепила пельмени. Она раскатывала тесто, на столе стоял свежий ароматный фарш, а я сидела рядом и ела сырые пельмени. И никаких проблем со здоровьем не возникало! Сегодня даже подумать невозможно о том, чтобы съесть сырой пельмень из того мяса, которое есть в продаже. Кстати, когда мама занималась пельменями, мы с ней говорили о жизни, она спрашивала о том, что нового у меня в школе, о подружках, рассказывала свои истории. Это были те немногие часы, когда мы могли общаться.

Сегодня вы наверняка знаете немало секретов, как быстро и вкусно накрыть на стол?

Я умею хорошо и быстро готовить, у меня уже большой кули-

нарный опыт, я знаю, какие продукты сочетаются. Главное – составить меню в голове, а дальше все получается легко и быстро. Обязательные продукты, которые всегда есть в нашем доме, – мясо, молоко, масло, яйца, мука, крупы, картофель. Когда этот набор имеется, нетрудно приготовить вкусный обед. Добавить надо только свежих овощей.

Есть еще какой-то секрет трапезы?

Очень важно уметь правильно есть приготовленную пищу – всего понемножку.

Вы много лет находитесь в прекрасной форме, как это удается?

Приходится себя иногда ограничивать. Не покупаю пельмени, не хожу в рестораны, потому что не доверяю ресторанной кухне. Мне кажется, что сейчас люди, работающие в общепите, просто занимаются уничтожением друг друга. Я не верю им, потому что они могут подсунуть в блюдо не-

Макароны с соусом по-итальянски

- лук репчатый • масло растительное
- чеснок • помидор • бекон • кабачок
- сливки или сметана • макароны • овощи и зелень свежие для подачи

1 Рубленый лук обжарьте на масле. Добавьте мелко нарезанные чеснок и помидор. Положите нарезанный бекон и тертый кабачок. Тушите на сковороде 10 минут, влейте сливки или сметану.

2 Макароны отварите и заправьте приготовленным соусом.

3 К блюду можно подать свежие овощи и зелень.





качественные продукты во время приготовления. И дочка у меня, когда вышла замуж, научилась очень хорошо готовить, теперь тоже предпочитает домашнюю пищу. Поначалу она меня спрашивала, как, например, варить борщ, и даже бабушке в Минск звонила, чтобы узнать о процессе выпечки торта. Но теперь она уже и сама может хоть кого проконсультировать.

Вы экспериментируете на кухне?

Бывает, где-то попробуешь блюдо и хочется его приготовить, но при этом усовершенствовать, добавив ингредиенты от себя. На даче люблю готовить куриные крылышки. Когда-то на гастролях нас угостили этим блюдом,

но повар держал рецепт в секрете. Потом «методом тыка» я все-таки нашла рецепт этого замечательного медового маринада.

Есть продукты, которые в вашей семье находятся под запретом?

Категорически я ничего не отрицаю. Исключаю продукты, которые просто не люблю, к примеру брокколи. На кухне допустимы все продукты, но обязательно качественные. Блины можно испечь и не дожидаясь Масленицы, а когда душа запросит. При этом надо помнить, что пищу, богатую углеводами, лучше есть с утра, потому что вечером они уже откладываются в жирок. Организм интуитивно чувствует пропорции и допустимость сочетаний про-

дуктов, и мне никогда не хотелось запить свинину молоком.

У вас есть коронное блюдо?

Такового нет. Каждый период жизни рождает новые пристрастия.

Как вы относитесь к диетам, например по группе крови?

По группе крови? Не верю! А верю в раздельное питание. Углеводы и белки должны попадать в организм раздельно. Кабачок с мясом – это нормально, а картошка с мясом – уже тяжеловато. Я никогда на диетах не сидела. Что же касается моей формы, здесь заложено что-то наследственное. Я пошла в бабушку по папиной линии, она всегда была стройной, жила в деревне и знала, как правильно питаться, соблюдала посты.

А сладкое любите?

С возрастом сладкого хочется все меньше. А пирожные и мороженое все быстрее откладываются на талии. В последнее время дочка меня пристрастила к занятиям в тренажерном зале, и я не пожалела, потому что мышцы себя по-другому чувствуют, появляется бодрость, все тело подтянулось, лишний вес ушел. Теперь остается поддерживать форму правильным питанием.

Наступает новый, 2012 год. А что нового с вами происходит сейчас?

Работаю над потрясающей ролью. Предстоит сыграть жену и музу Сальвадора Дали – Галу. К этой работе даже приступить было страшновато. Но, как правило, все самые удачные работы у меня начинались с того, что я боялась. Вот и сейчас боюсь... ■

С МИРУ ПО БЛЮДУ

Тема новогодних и рождественских традиций необъятна. О них можно говорить бесконечно: удивляться и радоваться тому, что люди из разных уголков Земли одинаково ждут наступающих праздников и верят, что они принесут что-то светлое и хорошее. И где бы ни жил человек, в его сознании есть твердая уверенность, что даже блюда, стоящие на праздничном столе, могут принести удачу в будущем году. Предлагаем вам познакомиться с некоторыми пунктами международного меню.



ИТАЛИЯ

Торроне (нуга)

- 200 г сахара
- 200 г меда
- 200 г орехов грецких или фундука
- 400 г миндаля
- 2 белка яичных
- цедра 1 лимона тертая
- 1 ст. ложка апельсиновых цукатов
- масло сливочное

1 Мед налейте в небольшую кастрюльку и нагревайте на водяной бане в течение 1,5 часов. Он должен слегка потемнеть.

2 Орехи обдайте кипятком, очистите от кожицы и крупно порубите. Миндаль можно не рубить. Переложите орехи на противень, застеленный пекарской бумагой, и подсушите в разогретой духовке до легкого золотистого цвета.

3 Яичные белки взбейте. Не прекращая взбивать, постепенно введите мед.

4 Сахар соедините с небольшим количеством воды и, помешивая, нагрейте в небольшой кастрюльке до легкого карамельного цвета. Добавьте в карамель яичные белки и варите, помешивая, до затвердевания.

5 Добавьте в массу цедру, цукаты и орехи. Выложите на мраморную доску, разровняйте ножом, смазанным маслом, и остудите. Разрежьте на кусочки и подавайте.

БЛАГОДАРИМ ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННЫЕ ФОТОГРАФИИ И РЕЦЕПТЫ БЛЮД ЗАО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА» (МАТЕРИАЛЫ ВЗЯТЫ ИЗ ТОМОВ 21, 23, 27 СЕРИИ «КУХНИ НАРОДОВ МИРА», ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДИРЕКТ-МЕДИА» ПО ЗАКАЗУ ЗАО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»).



Мясной пирог

- 250 г фарша говяжьего • 250 г фарша свиного • 1 головка лука репчатого
- 1 зубчик чеснока • масло растительное • 0,75 стакана воды + 1 ст. ложка для желтка • 1 стебель сельдерея
- 1 морковь • 3 кубика бульона куриного • 1 лавровый лист • 1 картофелина • 0,25 ч. ложки перца черного молотого • 0,25 ч. ложки корицы молотой • щепотка гвоздики молотой • щепотка ореха мускатного молотого • 1 желток яичный

ДЛЯ ТЕСТА: • 3 стакана муки • 1 стакан майонеза • 1 стакан сметаны • 1 ч. ложка соды • 1 ч. ложка соли • 2 яйца

1 Для теста соду погасите в сметане и соедините с остальными ингредиентами. Замесите. Уберите в холодильник на час.

2 Для начинки лук, сельдерей и морковь мелко нарежьте. Чеснок порубите. Оба вида фарша соедините, перемешайте с луком и чесноком и зажарьте на сковороде с разогретым маслом.

Образовавшуюся жидкость слейте.

3 Добавьте воду, сельдерей, морковь, раскрошенные бульонные кубики и лавровый лист. Тушите 10 минут на среднем огне. Затем снимите сковороду с огня, лавровый лист выньте. Добавьте в начинку мелко порезанную картофелину и пряности.

4 Подготовленное тесто разделите на 2 неравные части. Большую раскатайте и выложите на дно формы для выпечки диаметром 25 см. Сформируйте бортики. Выложите начинку. Края теста смажьте желтком, смешанным с водой.

5 Накройте начинку оставшимся раскатанным тестом. Края защипните. Сделайте в верхнем слое пирога несколько надрезов для выхода пара, смажьте желтком.

6 Выпекайте пирог в духовке, разогретой до 180 °С, 45 минут.



ЧЕХИЯ

Пунш

- 1 стакан рома
- 100 г изюма
- 0,5 л чая черного крепкого
- 0,5 л вина красного
- несколько ломтиков лимона
- 2 кусочка палочки корицы
- 4 бутона гвоздики

1 Изюм на несколько часов замочите в роме.

2 Чай перемешайте с вином, лимоном, корицей и гвоздикой.

3 Доведите смесь до кипения. Затем снимите с огня, специи выньте.

4 По толстостенным бокалам разлейте ром с изюмом. Затем налейте горячее вино с чаем.

Рождественский овсяный пирог

- 1 стакан молока • 6 стаканов овсяных хлопьев • 1 яйцо • 3 ст. ложки сахара • 3 ст. ложки муки • 1 ч. ложка разрыхлителя • 2 ст. ложки миндаля молотого • 4 ст. ложки изюма без косточек • цедра 1 лимона • корица молотая • гвоздика молотая • кардамон молотый • соль • 2 ст. ложки масла сливочного

1 Молоко подогрейте, всыпьте овсяные хлопья, оставив 2–3 ст. ложки для посыпки формы для запекания. Отставьте на 15–20 минут. Яйцо разотрите с сахаром добела. Добавьте в овсяную массу и тщательно перемешайте.

2 Муку просейте и соедините с разрыхлителем, миндалем,

промытым изюмом, лимонной цедрой, корицей, гвоздикой и кардамоном. Посолите. Введите муку в овсяно-яичную массу и тщательно замесите тесто.

3 Круглую форму для запекания смажьте сливочным маслом, посыпьте отложенными овсяными хлопьями, выложите тесто и разровняйте.

4 Выпекайте пирог 40 минут в духовке, разогретой до 180 °С.

5 Кстати, для приготовления этого праздничного пирога лучше использовать овсяные хлопья сорта «экстра»: они придадут тесту особую нежность.



ДАНИЯ

Гусь смаженный с яблоками

- 1 гусь средний (3,5 кг)
- соль
- перец черный молотый
- 5 яблок кислых крупных
- 2 ст. ложки масла растительного

1 Тушку птицы обработайте, крылья отрежьте, оставив только ближнюю к тушке их часть. Натрите гуся солью и перцем внутри и снаружи.

2 Яблоки разрежьте на четвертинки, удалите сердцевины. Не очень плотно нафаршируйте птицу яблоками, брюшко зашейте кулинарными нитками.

3 Противень смажьте маслом, выложите гуся спинкой вниз и запекайте в духовке, разогретой до 250 °С, в течение 15–20 минут.

4 Затем уменьшите нагрев в духовке до 180 °С и жарьте гуся в течение 1,5–2 часов, периодически поливая тушку выделяющимся жиром.

5 Готового гуся разрежьте на части, предварительно удалив нитки. Подавайте птицу к столу горячей. Гарнируйте тушеными кислыми яблоками, которыми начинялся гусь.



Плацinda с брынзой

МОЛДАВИЯ



- 5 яиц • 1 стакан воды • соль • 3 стакана муки • 100 г масла сливочного
- 600 г брынзы

1 Яйца взбейте в миске, влейте воду, посолите и перемешайте. Добавьте просеянную муку и замесите тесто. Скатайте его в шар, накройте салфеткой и оставьте на 30 минут.

2 Разделите тесто на 4 части, каждую раскатайте в тонкую лепешку и обильно смажьте растопленным маслом. В центр каждой лепешки ровным слоем выложите натертую брынзу.

3 Края лепешек соедините в центре, чтобы получились квадраты. Плотно защипните. Выложите плацинды на противень и вновь смажьте маслом. Выпекайте 20 минут при 180 °С.

Венское ванильное печенье

- 150 г масла сливочного
- 1,6 стакана муки
- 80 г миндаля или фундука молотых
- 8 ч. ложек сахарной пудры
- 1 яйцо

ДЛЯ ОФОРМЛЕНИЯ:

- 6 ч. ложек сахарной пудры
- 3 ст. ложки ванильного сахара

1 Муку просейте в большую миску.

2 Масло охладите, порежьте на небольшие кусочки и перемешайте с мукой. Добавьте сахарную пудру, орехи и яйцо.

3 Быстро замесите тесто. Желательно предварительно смочить руки в холодной воде.

4 Уберите подготовленное тесто в холодильник на час. Затем разделите на несколько частей. Каждую скатайте в колбаску (не толще большого пальца), а затем разрежьте на кусочки шириной 1 см.

5 Раскатайте шарики до формы полумесяца.

6 Переложите на противень, застеленный пекарской бумагой, и выпекайте 10–15 минут при 160 °С.

7 Еще горячее печенье хорошо посыпьте смесью сахарной пудры и ванильного сахара.



Цзяоцзы (китайские пельмени)

- 400 г фарша свиного
- 200 г укропа свежего
- 1 головка лука репчатого крупная
- 50 г корня имбиря свежего
- перец черный молотый
- соль

ДЛЯ ТЕСТА:

- 2 стакана муки
- 0,3 стакана крахмала
- 1 стакан воды холодной

1 Для теста муку перемешайте с крахмалом и просейте в глубокую миску. Постепенно добавьте воду и замесите до однородности.

2 Укроп и лук мелко порубите. Корень имбиря натрите на

терке. Подготовленные ингредиенты перемешайте с фаршем. Посолите и поперчите. Вновь перемешайте.

3 От куска теста отделите небольшие кусочки и раскатайте их в лепешки. В центр каждой лепешки положите по ложке начинки. Края лепешек защипните.

4 Готовьте пельмени в пароварке в течение 15–20 минут.

5 Если у вас нет пароварки, то просто отварите пельмени в кипящей подсоленной воде.



КИТАЙ

Капустная запеканка с картофелем

- 1 стакан крупы перловой
- 4 стакана молока или простокваши
- 5 картофелин средних
- соль
- 8 листьев капустных больших
- 2 ст. ложки масла сливочного

1 Перловую крупу замочите на 3 часа в молоке или простокваше.

2 Картофель варите до готовности в течение 20–25 ми-

нут. Затем пропустите картофель через мясорубку или разомните вилкой.

3 С перловой крупы слейте излишки жидкости. Смешайте размятый картофель с перловой, посолите по вкусу.

4 Капустные листья смажьте половиной нормы сливочного масла. Половину листьев выложите на противень, смазанный оставшимся маслом. Сверху поместите картофель с крупой. Накройте оставшимися листьями.

5 Запекайте в духовке, разогретой до 200 °С, в течение 30 минут. Если в процессе готовки верх сильно зарумянится, прикройте противень фольгой.



ФИНЛЯДИЯ

НА ФУРШЕТ КАК НА РАБОТУ

Новогодние праздники – время корпоративов, многие из которых проводятся в виде фуршета. Но фуршет – это неформальное деловое (не увеселительное!) мероприятие, больше подразумевающее общение между людьми, нежели употребление пищи.

ИРИНА ТОПОЛЕВА

Фуршет (деловой) – это действительно не увеселительное мероприятие, каким может являться, например, корпоративная вечеринка. Организуя фуршет, руководство компании чаще всего преследует определенные цели: формирование или укрепление командного духа, подведение итогов уходящего года и награждение лучших работников, планирование работы на следующий год и так далее.

Не обязательно присутствовать на праздновании от первой до последней его минуты. Согласно этикету фуршета, подчиненные приходят первыми, а руководители могут чуть припоздниться. Покидают фуршет наоборот: сначала руководители, затем подчиненные. Не запрещается приходить на легкий фуршет немного позже. Но если перед ним предусмотрена торжественная часть, то ее нельзя пропускать!

Меню фуршета

Как правило, для подобного мероприятия подбираются по



большей части разнообразные закуски, которые удобно и просто класть на тарелку. Слово «фуршет» (la fourchette) – прямое заимствование из французского языка и в буквальном переводе означает «на вилку». Происхождение этого необычного термина объясняется очень просто. Дело в том, что основной «рабочий инструмент» во время фуршета – закусочная вилка.

Основу фуршета составляют канапе, тарталетки, нарезка и салаты. Они расставляются на столе в определенной последовательности, чередуясь (закуска из мяса, рыбы, овощей, салат, снова закуски из мяса и далее по кругу). Но для фуршета также подбирается ряд горячих блюд, они должны быть порционными, «под вилку» (рыба в кляре, куриные шашлычки и т.д.). Гости во время проведения фуршета едят и пьют, стоя у высоких столиков, стулья при этом не ставят. Но столов обычно бывает меньше, чем приглашенных.

Сервировка предполагает наличие на общем блюде прибора, которым гости перекладывают еду себе в тарелку. Не стоит пользоваться для этих целей своей вилкой – таково правило этикета. Кроме того, не забывайте возвращать общий прибор на место.

Трапеза на легком фуршете, как правило, начинается с овощных и холодных рыбных закусок. Примерно через полчаса официанты подают горячие закуски. Тарелку для горячих закусок следует взять чистой, поставив ту, которую вы использовали для холодных, на отдельный стол для грязной посуды. Если меню фур-

А дома лучше!

Фуршет можно организовать дома – тогда получится собрать больше гостей, чем если выделять для каждого место за общим столом. Однако для хозяйки это требует более тщательной подготовки. Важно продумать массу блюд «на один укус» и, главное, просчитать, как долго они «живут», то есть в течение какого времени сохраняют свои вкусовые качества и выглядят аппетитно. Что касается посуды, то вам понадобится много тарелок и приборов. Умножьте количество приглашенных на три – вот столько нужно чистой посуды. Если вы исходите из имеющегося у вас количества посуды, готовьте больше канапе, тарталеток с салатами, мини-бутербродов, сырной и овощной нарезки, консервированных овощей. Учтите, что старшее поколение привыкло к более традиционным видам застолья. Поэтому организуйте в квартире место, где уставшие гости могли бы сесть, чтобы отдохнуть.



шета включает десерт, то его подают примерно через 20 минут после горячего. Тогда же у официантов можно заказать чай или кофе.

На фуршетном столе стоят несколько видов напитков: алкогольных (вино, шампанское, водка) и безалкогольных (вода, соки). Пьют, как правило, не чокаясь. Но вас никто не осудит, если кто-то произнесет тост и при этом вы чокнетесь рюмками. Тогда рюмку нужно поднять так, чтобы краешки ее были на уровне глаз партнера, при этом нужно смотреть ему в глаза.

Правила поведения

Приехав на фуршет, для начала найдите его организаторов и поприветствуйте. Если гости уже кладут на свои тарелки еду, то и вы можете к ним присоединиться. Закусочную тарелку берут из стопки (посуда обычно стоит рядом со столами с едой), держат ее в левой руке, на тарел-

ку кладут вилку. Фуршет хорош тем, что подразумевает свободу действий: вы можете несколько раз подходить к столу и брать столько еды, сколько вам захочется, а потом возвращаться к своим собеседникам. Не стоит класть на тарелку слишком много еды: ее будет неудобно держать. Вам ведь придется общаться с гостями мероприятия с тарелкой и бокалом в руках (столиков может хватить не всем). И чтобы освободить правую руку и поздороваться, вам нужно будет поставить бокал на тарелку. Поэтому подходите за едой несколько раз и кладите понемногу. Кроме того, по правилам фуршета не стоит долго задерживаться возле стола с закусками: позвольте другим приглашенным тоже подойти.

Фуршет обычно длится не больше пары часов. Этого вполне хватает, чтобы приятно и плодотворно пообщаться и неплотно поесть. ■

Частенько
новогодние
мероприятия
проходят в виде
легкого фуршета.
Меню фуршета
составляют по
большей части
порционные
блюда, которые
легко подхватить
вилкой и сразу же
положить в рот.



калорийность
средняя



готовить
30 минут
+ настаивание



рассчитано на
8 порций



НА ОДИН УКУС

Мини-бутерброды с колбасой, сыром и луком

- 300 г муки пшеничной • 150 г муки ржаной • 200 г лука репчатого красного • 4 помидора вяленых (в масле) • 4 ст. ложки масла оливкового • 10 г дрожжей пивных • 1 ч. ложка меда • соль

ДЛЯ НАЧИНКИ: • 400 г пепперони или другой сыровяленой колбасы • 300 г сыра копченого • 2 помидора

1 Лук порубите, залейте небольшим количеством воды, добавьте масло и соль. Варите до мягкости.

2 Для теста дрожжи растворите в 0,25 стакана теплой воды. Затем соедините с небольшим количеством пшеничной муки и воды. Добавьте оставшуюся муку и 0,75 стакана воды с солью и медом.

3 Замешивайте тесто 10 минут. Добавьте обсушенный лук и порезанные вяленые помидоры. Вновь хорошенько замесите. Отставьте на 1,5 часа.

4 Противень застелите пергаментной бумагой и слегка присыпьте мукой. Отщипывайте от теста кусочки, формируйте из них шарики и выкладывайте на противень (получится 16 булочек). Отставьте на час, накрыв чистым полотенцем.

5 Выпекайте булочки 20 минут при 220 °С. Слегка охладите и разрежьте пополам. Выложите на основания булочек по ломтику колбасы, сыра и помидора. Накройте оставшимися половинками булочек.

Тарталетки с салатом из креветок

- 12 тарталеток*
- 200 г креветок сыromороженных
- 100 г картофеля
- 100 г огурцов свежих или соленых
- 50 г горошка зеленого консервированного
- 60 г майонеза
- зелень для оформления
- соль



калорийность
высокая



готовить
30 минут



рассчитано на
6 порций

1 Картофель помойте, залейте холодной водой и варите до готовности. Затем охладите и очистите от кожицы.

2 Креветки промойте и, не размораживая, опустите в кипящую подсоленную воду. Варите до готовности 15 минут (креветки должны всплыть и стать ярко-оранжевыми). Для улучшения вкуса креветок можно при варке добавить корень петрушки и морковь. Если вы используете варено-мороженные креветки, то варите их в течение 3 минут.

3 С готовых креветок снимите панцирь, мякоть нарежьте ломтиками. Вареный картофель и огурцы нарежьте ломтиками, соедините с зеленым горошком, креветками и частью майонеза. Посолите.

4 Готовым салатом наполните тарталетки, полейте оставшимся майонезом и оформите веточками зелени.



Тарталетки

НА 12 ТАРТАЛЕТОК: • 1,5 стакана муки • 3 ст. ложки масла сливочного • 0,2 стакана молока • 2 ст. ложки сметаны • 1 яйцо маленькое или 0,5 крупного • 0,3 ст. ложки сахара • щепотка соли

В молоке растворите сахар и соль. Добавьте яйцо, перемешайте и введите половину нормы муки, размягченное масло и сметану. Все перемешайте и всыпьте оставшуюся муку. Замесите.

Подготовленное тесто раскатайте в пласт толщиной 3 мм и вырежьте кружки по размеру формочек. Вырезанные кружки уложите в формы, прижимая пальцами к стенкам и дну. Проколите тесто вилкой и посыпьте сухим горохом. Выпекайте тарталетки в духовке, разогретой до 240–260 °С. Когда тарталетки подрумянятся, выньте их из духовки, достаньте из формочек и охладите.



Бутерброды с икрой и рыбой

• 8 ломтиков хлеба пшеничного • 80 г масла сливочного • 80 г икры лососевой
• 1 головка лука репчатого маленькая
• 120 г филе лосося соленого • 0,5 огурца
• 0,5 лимона • 100 г творога • 2 ст. ложки сметаны • 1 ст. ложка корня хрена тертого • перец красный молотый • зелень укропа • зелень петрушки



калорийность
Высокая



готовить
30 минут



рассчитано на
4 порции

1 Из хлеба вырежьте 8 круглых ломтиков диаметром 6–7 см, толщиной 6–7 мм. Зелень мелко порубите.

2 Верх и боковую поверхность половины ломтиков хлеба смажьте размягченным маслом. Покройте бока рубленой зеленью, слегка вдавливая ее.

3 Для творожной массы творог соедините со сметаной, добавьте тертый корень хрена и красный перец.

4 Оставшийся хлеб смажьте творожной массой и посыпьте зеленью (по бокам).

5 На хлеб со сливочным маслом разложите икру, оформите ломтиками лимона и зеленью.

6 На хлеб с творожной массой поместите ломтики рыбы, оформите кусочками огурца, колечками лука и зеленью.

Рулетики из сельди с пикантной начинкой

- 2 сельди соленые • 4 яблока кисло-сладких • 1 стакан молока • 200 г сыра плавленого мягкого • 100 г крылосовой • 2 ч. ложки зелени укропа рубленной • 2 ст. ложки сока лимонного • щепотка перца чили молотого • листья салата зеленого



калорийность
средняя



готовить
20 минут
+ вымачивание



рассчитано на
4 порции

1 Сельдь разделайте на филе, удалите кости и кожу. Затем вымочите в молоке, обсушите и нарежьте длинными полосками шириной 2 см.

2 Половину яблок, удалив сердцевину с семенами, нарежьте толстыми кружочками

и сбрызните частью лимонного сока.

3 Оставшиеся яблоки и плавленый сыр измельчите блендером в пюре, добавьте оставшийся лимонный сок, рубленую зелень и перец. Перемешайте до однородности.

4 При подаче на листья зеленого салата выложите кружочки яблока. Полоски сельди сверните в кольцо, скрепите шпажкой и уложите на кружочки яблок. Аккуратно заполните рыбные кольца приготовленной начинкой и оформите икрой.



Заливное из лосося

- 1 кг лосося
- 0,5 стакана майонеза
- 1 ч. ложка желатина
- 1 перец болгарский красный
- 10 каперсов
- 1 пучок зелени свежей
- соль

1 Рыбу разделайте на филе с кожей и варите в подсоленной воде до готовности. Затем охладите в бульоне, снимите кожу, сохранив филе целыми, и выложите в форму.



калорийность
высокая



готовить
45 минут



рассчитано на
8 порций

Посыпьте тонкими полосками болгарского перца.

2 Желатин замочите в холодной кипяченой воде. Когда крупинки станут прозрачными, слейте лишнюю воду и соедините желатин с теплым бульоном (0,75 стакана). Доведите до кипения и процедите.

3 Смешайте полученное желе с майонезом. Полейте этим соусом рыбу (ровным слоем) и поставьте в холодильник до застывания желе.

4 Перед подачей оформите зеленью и каперсами.



практичный! рецепт!



Канале с сыром

- 300 г багета
- 210 г сыра
- 2,5 ст. ложки масла сливочного
- 1 ст. ложка томатной пасты

1 Багет нарежьте ломтиками, обжарьте их на части масла, охладите.



калорийность
средняя



готовить
30 минут



рассчитано на
2 порции

2 Полученные гренки смажьте тонким слоем сливочного масла и положите на них по ломтику сыра такой же формы и размера.

3 Томатную пасту разотрите с оставшимся маслом и смажьте полученным соусом канале. Посыпьте тертым сыром.

Пирожки с копченой курицей

- 700 г теста слоеного готового
- 600 г мякоти курицы копченой
- 30 г сыра тертого
- 2 зубчика чеснока
- 1 перец болгарский красный
- 60 г фисташек рубленых
- 2 ст. ложки зелени укропа, мелко рубленной

1 Тесто раскатайте в прямоугольный пласт толщиной 4–5 мм.

2 Курицу и перец нарежьте мелкими кубиками. Соедините с сыром, зеленью, ру-

бленным чесноком и фисташками. Хорошенько перемешайте.

3 Ровным слоем выложите начинку на тесто, оставив немного свободного места с краев.

4 Возьмитесь за противоположные длинные стороны прямоугольника теста и заверните их к середине, оставив небольшое расстояние между ними. Должно получиться 2 рулетика.

5 Положите один рулетик на другой, чтобы получился двойной рулет. Уберите в холодильник на 30 минут.

6 Разрежьте рулет на пирожки толщиной 1 см, выложите их на слегка смоченный водой противень на расстоянии друг от друга. Выпекайте при 230 °С в течение 15 минут до образования румяной корочки.



калорийность
высокая



готовить
45 минут
+ охлаждение



рассчитано на
15 порций



Паштет из утиной грудки на поджаренном хлебе

• 1 грудка утиная (400 г) • 40 г бекона
• 4 ст. ложки масла сливочного • 1 батон хлеба
• 80 г лука-шалота • 1 стебель сельдерея
• 1 морковь • 1 букет гарни (шалфей, тимьян, розмарин, лавровый лист, соединенные в холщовом мешочке)
• 3 ягоды можжевельника • 1,5 л вина белого сухого
• 2 ст. ложки уксуса бальзамического
• 8 шт. кураги мясистой • масло оливковое
• перец черный молотый • соль

1 Утку зажарьте на разогретой сковороде сначала со стороны с кожей, а затем с другой стороны. Образовавшийся жир слейте.

2 Добавьте на сковороду немного оливкового масла, положите бекон, лук-шалот, морковь и сельдерей, нарезанные кубиками, ягоды можжевельника и букет гарни. Посолите и поперчите. Влейте 0,6 нормы вина и тушите до испарения жидкости.

3 Влейте на сковороду 0,5 стакана воды и бальзамический уксус. Варите ее содержимое под крышкой в течение 20 минут.

4 С подготовленной утиной грудки снимите кожу. Соедините мясо с овощами, сливочным маслом и 2 ст. ложками жидкости, образовавшейся при варке. Пюрируйте блендером.

5 Возьмите 2 листа пекарской бумаги, положите



калорийность
средняя



готовить
2 часа
45 минут
+ охлаждение



расчитано на
16 порций

один на другой. Слегка сбрызните водой. Выложите паштет в форме колбаски, разровняйте и плотно заверните в бумагу так, чтобы получился рулет. Концы рулета завяжите нитками. Уберите паштет в холодильник на 31 час.

6 Курагу нарежьте и замочите в оставшемся вине.

Хлеб нарежьте ломтиками, из каждого вырежьте по кружочку диаметром 4 см. Поджарьте кружочки хлеба в тостере.

7 Готовый утиный паштет выньте из холодильника, нарежьте кусочками. Выложите кусочки паштета на тосты и украсьте обсушенной курагой.

Гренки с беконом

- 6 ч. ложек джема брусничного или клюквенного
- мини-багет
- 12 ломтиков бекона
- перец черный молотый
- розмарин сушеный

1 Багет нарежьте на ломтики, положите их на противень, застеленный пекарской бумагой, и поставьте в духовку, разогретую до 180 °С, на несколько минут. Следите, чтобы хлеб не пересох.

2 Выньте горячие гренки из духовки. Положите на каждую по 2 ломтика бекона и 1 ч. ложке брусничного джема. Поперчите, посыпьте листиками розмарина и подавайте на стол.



калорийность
Высокая



готовить
10 минут



рассчитано на
6 порций

Шашлычок из рыбы

- 300 г филе лосося или тунца без кожи
- 1 перец болгарский
- 1 головка лука репчатого

ДЛЯ МАРИНАДА:

- 130 мл вина белого сухого
- 2 ст. ложки масла растительного
- сок и цедра 1 лимона
- 0,25 ч. ложки соли
- 0,25 ч. ложки перца черного молотого
- 0,25 ч. ложки тмина
- 0,25 ч. ложки шалфея

1 Смешайте все ингредиенты для маринада.

2 Рыбное филе нарежьте кубиками. Переложите кружочками лука и залейте мари-



калорийность
средняя



готовить
20 минут



рассчитано на
2 порции

надом. Маринуйте 2 часа на холоде.

3 Перец нарежьте кусочками. На длинные шпажки наденьте кусочки рыбы вперемежку с кружочками лука и сладкого

перца. Жарьте на гриле или в духовке, периодически поворачивая.

4 Подавайте шашлычки с отварным рисом, брокколи, свежими помидорами и зеленью.

практичный! рецепт!



калорийность
средняя



готовить
20 минут



рассчитано на
4 порции



Салат «Русь»

- 200 г потрохов куриных (печень, сердце, желудок)
 - 150 г картофеля
 - 150 г огурцов соленых
 - 150 г майонеза
 - перец черный молотый
 - соль
- ДЛЯ ОФОРМЛЕНИЯ:** • грибы вареные
- лук зеленый

1 Потроха варите в подсоленной воде. Охладите.

2 Картофель отварите в мундире, затем охладите и очистите. Огурцы очистите от кожицы.

3 Подготовленные ингредиенты нарежьте соломкой, заправьте майонезом и перцем. Перемешайте.

4 Переложите салат в салатник, оформите зеленым луком и грибами.

крупный
ПЛАН

11 лучших новинок 2011

В начале нового года принято подводить итоги года ушедшего и вспоминать хорошее. Мы решили не отходить от традиции и составить хит-парад лучших новинок 2011 года — того, что запомнилось, восхитило, показалось интересным. Итак, встречайте победителей.

Мы не настолько богаты, чтобы покупать дешевые вещи. Смысл этой фразы понимает все большее количество домохозяек. Поэтому они наконец «распробовали» чудесные **ГУБКИ-ЛАСТИКИ ИЗ 100%-НОГО ВСПЕНЕННОГО МЕЛАНИНА**. И не пожалели в среднем 35 руб. за 1 губку. Ведь чудогубки с легкостью, без использования моющих средств (их только надо смочить водой) счищают пригоревшие остатки пищи со стеклокерамической варочной поверхности, следы от ручек или обуви с линолеума, известковый налет, загрязнения с ортехники и пластика, чистят кафель, ванну, раковину, убирают застарелую грязь с других поверхностей. Подобные губки есть у Scotch-Brite, Aqualine и др.*



11 место

Эта кухонная утварь называется забавным словом «дуршлаг», и в последнее время к ней все чаще применяют слово «телескопический». Все потому, что с появлением новых материалов к дуршлагу предъявляются уже другие требования — компактность. **СИЛИКОНОВЫЕ ДУРШЛАГИ** (или с силиконовыми вставками) теперь можно сложить, и это очень экономит место при их хранении. Такая особенность дуршлагов — делаться плоскими — и называется телескопической. Подобная новинка есть у Fiskars.*



10 место

Итальянская компания Vimar заслужила наше внимание тем, что представила в 2011 году дизайнерские **НАКЛАДКИ НА ВЫКЛЮЧАТЕЛИ И РОЗЕТКИ**, которые могут украсить кухню и комнаты в доме. Дизайн декоративных накладок настолько оригинален, что они могут превратить простую розетку или выключатель в украшение стены и выгодно подчеркнуть детали интерьера.



9 место

Инновационный **СУПЕРПРОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ ZENIX** создали французы из Luminarc. Он состоит из сплава минерального сырья и глины, полученного при высоких температурах. Такая комбинация материалов придает посуде высокую стойкость к механическим ударам: она в 3 раза прочнее фарфоровой. Zenix обладает совершенно гладкой и непористой крепкой поверхностью. Мы тестировали ее — брали столовые приборы, выполненные из нержавеющей стали, и пытались царапать тарелки Zenix: по поверхности этой посуды они просто скользили, не оставляя ни малейшего следа.*



8 место

В феврале 2011 года на Международной выставке лучших инновационных предметов домашнего обихода **АППАРАТ ДЛЯ ИЗГОТОВЛЕНИЯ МОРОЖЕНОГО** Zoku quick pop maker стал победителем в категории «Кухонная посуда». По сути, это всего лишь оригинальная форма для заморозки льда. Пустая форма на сутки убирается в морозильную камеру для замораживания ее внутреннего хладагента. Потом в каждую из трех секций опускаются рельефные пластиковые палочки, заливается фруктовый сок, йогурт, кофе, добавляются ягоды, орехи, и через 10 минут десерт готов. Все гениальное просто! И невероятно красиво.



7 место

Абсолютная новинка и хит ушедшего года — универсальная **БРАШ-ПОДСТАВКА ДЛЯ НОЖЕЙ** от японцев из Samura. Особенность этой подставки заключается в наполнителе — так называемых пластиковых щетках. Щетки легко вынимаются из подставки и моются под проточной водой или в посудомоечной машине. Этим обеспечивается удобство (ножи не касаются друг друга) и гигиеничность хранения любых ножей (и стальных, и керамических — вмещается до 9 шт.) в этой подставке.



5 место



3 место

Чистота в доме — это залог нашего здоровья. Поэтому выбор средств для уборки в доме должен гарантировать безопасность каждому члену нашей семьи. **AMWAY HOME L.O.C.** — новое, мощное, натуральное моющее средство для кухни. Его концентрированный состав, полученный из природных источников, без усилий удаляет застарелый жир и копоть с плиты и других кухонных поверхностей, оставляя после себя блеск без разводов и гигиеническую чистоту, необходимую для приготовления пищи.

6 место

Более 50 лет назад специалисты компании Tefal изобрели антипригарное покрытие. Но осенью 2011 года Tefal представила серию суперпрочной посуды нового поколения **COMFORT TOUCH** с голографическим покрытием Intensium. Эта посуда прослужит до 2 раз дольше по сравнению с посудой со стандартным антипригарным покрытием. В покрытие Intensium входит прочная керамическая основа и частицы сапфира. Дно Integral имеет антидеформационный медный диск в форме звезды и желобки по всему диаметру для идеального распределения тепла.



4 место

Мечта жарить шашлыки у себя на балконе в любое время года стала реальностью с **МОБИЛЬНЫМ БАРБЕКЮ** Forester. Новинка изготовлена из высококачественной стали и покрыта жаропрочной краской. Решетка гриля имеет коррозионно-стойкое покрытие, а заглушки на дне и крышке прибора позволяют регулировать тягу и температуру внутри барбекю. Устройство быстро собирается, оно компактно и безопасно.



НОЖ-БУБЛИК, созданный итальянским дизайнером Lucidi Pevere, абсолютно уникален. Согласитесь, круглый нож — это что-то новое, вам обязательно захочется с ним поиграть! Благодаря добавлению силикона он невероятно удобен для руки, а его форма превращает в сплошное удовольствие нарезку зелени, шинковку чеснока, овощей, измельчение орехов. Этот удобный нож прост и функционален, но при этом он потрясаете стильной формы.

2 место



* Это не полноценные новинки 2011 года, но не сказать о них мы не могли, так как бум покупок этих товаров пришелся именно на ушедший год.

1 место

качество пищи

Как знает любой кулинар, качество приготовления пищи зависит от **источника тепла**. Технология Lightwave (световые волны) — это система нагрева с использованием нескольких источников тепловой энергии, включая такой, как натуральный древесный уголь. **Угольный нагреватель** расположен в верхней части внутренней камеры вместе с кварцевым тэном, он позволяет поддерживать естественный поток тепла, глубоко проникающий в пищу, сохраняя при этом природные ароматы и полезные качества продуктов.

равномерность и быстрота

Чтобы блюдо готовилось целиком и сразу, необходимо равномерно распределить **нагревательные элементы в пространстве** микроволновой печи. У LG Lightwave их 4 (2 сверху и 2 сзади). А **внутренний вентилятор конвекции** обеспечивает циркуляцию горячего воздуха от нагревателя к пище. Кроме того, благодаря **активной конвекции (Active Convection)** возможно изменить скорость вращения вентилятора в зависимости от выбранных температурного режима и программы. Благодаря этому еда готовится в разы быстрее, а за счет этого потребление энергии сокращается до 30% по сравнению с обычными печами. Также регулирование скорости вентилятора дает возможность использовать 6 уникальных режимов приготовления пищи: нежная выпечка, умеренное запекание, запекание с хрустящей корочкой, томление, равномерное обжаривание, быстрое запекание с корочкой.

приготовление



новые возможности

повар

В моделях серии Lightwave предусмотрена уникальная **программа «Русский повар»**, которая помогает сделать процесс приготовления быстрым и легким. Автоматические режимы учитывают все особенности приготовления традиционных русских блюд. Все, что нужно, — это положить продукты в печь, выбрать тип продукта, его вес, и печь сама выберет оптимальный временной и температурный режимы приготовления.

удобный уход

Внутренняя камера печи покрыта **специальным материалом**, который чистится легко и без использования чистящих средств. Самые устойчивые пищевые загрязнения удаляются с первого раза с использованием обычной воды.

В общем, подводя итоги, купив печь из линейки Lightwave, любая хозяйка только выиграет: **экономит время и электроэнергию (а время — деньги, это знает каждый), освободит пространство на кухне (избавившись от массы ненужных вещей и приборов, ведь эта печь способна заменить ваши старые микроволновку и духовку) и, главное, накормит свою семью вкусной и здоровой пищей!**

ЗАПЕКАЕМ ДЛЯ ПРАЗДНИКА

Запекать в печи — одно удовольствие! Главная задача хозяйки — подготовить и смешать продукты, а потом выставить правильный режим приготовления блюда. Убедитесь в этом сами, приготовив для праздничного стола в печи (в режиме «Конвекция») одно из представленных ниже блюд.

Медовые пряники

- 50 г масла сливочного • 150 г меда • 400 г муки • щепотка соли • 2 желтка яичных • 1 белок яичный • 6 ст. ложек сахара • 15 г разрыхлителя • 2 ст. ложки сока лимонного • 3 бутона гвоздики • 2 шт. кардамона • щепотка ореха мускатного • щепотка перца черного молотого • щепотка корицы молотой • сахарная пудра

1 Масло комнатной температуры смешайте венчиком с медом и сахаром. Введите желтки.

2 Специи (гвоздику, кардамон, мускатный орех, черный перец, соль и корицу) растолките в ступке и добавьте к маслу с сахаром и медом. Порциями всыпьте муку и разрыхлитель. Замесите крутое тесто. Месить надо долго, не меньше 10 минут.

3 Из теста сформируйте пряники и поставьте в печь (режим «Конвекция») на 20 минут.

4 Для глазури яичный белок взбейте с сахарной пудрой и лимонным соком. С помощью кисточки смажьте глазурью горячие пряники и оставьте на 10 минут.



Баранья корейка в панцире из фундука и кинзы

- 1 кг корейки бараньей • 200 г фундука • 2 головки лука репчатого красного • 8 зубчиков чеснока • 100 г кинзы • 50 г масла сливочного • перец черный молотый • соль

1 Корейку очистите от пленок, срежьте весь жир. Разрежьте на 4 порции. Поставьте в печь (режим «Конвекция») на 10 минут.

2 На половине нормы масла жарьте до мягкости мелко нарезанные лук и чеснок. Посолите, поперчите. Снимите с огня и смешивайте с толченым фундуком, мелко нарубленной кинзой и оставшимся маслом до образования пасты зеленого цвета.

3 Достаньте корейку из печи и намажьте толстым слоем ореховой пасты (мясную часть без ребер). Верните в печь на 15 минут.

МАСТЕР-
...
КЛАСС

НАКОРМИТЬ ДРАКОНА

Если вы еще не определились с салатом, который должен стоять на праздничном столе, то обратите внимание на этот рецепт. Дракон, символ 2012 года, по своей сути всеяден, поэтому наш шеф-повар Михаил Солпанов объединил в этом блюде и курицу, и овощи, и зелень, и мясные деликатесы, и сыры. Поверьте, получился удивительный салат, увенчанный бабочками из моркови.

МИХАИЛ
СОЛПАНОВ



шеф-повар проекта «Экотель»



Салат из свежей зелени с курицей и окороком

НА 1 ПОРЦИЮ САЛАТА: • 60 г смеси салатных листьев • 1 редис • 20 г дайкона • 20 г моркови • 1 яйцо • 4 помидора черри • 50 г филе куриного • 40 г ветчины или окорока сыровяленого • ломтик бекона сырокопченого • 0,25 головки лука репчатого • 35 г сливок (22%) • 10 мл вина белого столового • ломтик сыра рокфор или дор блю • щепотка сыра пармезан тертого • 2 желтка яичных • 120 мл масла растительного • 0,5 ч. ложки горчицы столовой сладкой • несколько капель сока лимона • 5 каперсов • щепотка сахара • перец черный молотый • соль

ДЛЯ БАБОЧКИ ИЗ МОРКОВИ (РЕЦЕПТ СМ. НА С. 34): • 0,25 моркови крупной очищенной



Шаг 1. Растительное масло для заправки предварительно убедите в морозилку на 1–1,5 часа. Куриное филе посолите, поперчите и нарежьте тонкими ломтиками. Крупно порубите каперсы.



Шаг 2. Салатные листья промойте, просушите полотенцем и порвите руками. Редис, дайкон и морковь промойте и нашинкуйте керамическим ножом Samura (тонкой соломкой).



Шаг 3. Обжарьте курицу на сковороде с разогретым маслом. За 5 минут до готовности сбрызните филе вином, добавьте на сковороду сливки и мелко покрошенный рокфор или дор блю.



Шаг 4. Копченый бекон нарежьте соломкой и обжарьте вместе с нашинкованным репчатым луком. Яйцо отварите вкрутую и разрежьте на 4–5 долек. Помидоры черри разрежьте пополам. Окорок нарежьте ломтиками.



Шаг 5. Для заправки яичные желтки приправьте солью и сахаром, добавьте горчицу и каперсы. Взбейте миксером, тонкой струйкой вливая масло. Добавьте лимонный сок и взбивайте еще 3–5 минут. Заправьте салатные листья.



Шаг 6. Листья салата, редис, дайкон, морковь, бекон, окорок, курицу и яйцо перемешайте и выложите горкой на блюдо. Украсьте салат ломтиками окорока, помидорами, тертым пармезаном и бабочками из моркови.

Бабочка из моркови



Шаг 1. Отделите от моркови тонкий пласт, не дорезая до конца. Отделите второй тонкий пласт и отрежьте его от овоща. Это крылышки бабочки, соединенные у основания.



Шаг 2. Для устойчивости бабочки слегка срежьте закругление у основания заготовки. Визуально поделите заготовку на 2 полукруга с общим основанием.



Шаг 3. На верхней части одного полукруга (над основанием) аккуратно надрежьте тоненькую полосочку (не отрежьте ее до конца). Это будут усики бабочки.



Шаг 4. Для красивых ажурных крыльев с противоположной стороны от усиков (на 2-м полукруге) сделайте несколько зубцов.



Шаг 5. Острым ножом аккуратно сделайте прорезы посередине крыльев. Можно вырезать любой рисунок по вашему желанию.



Шаг 6. Положите бабочку на несколько минут в воду, чтобы она раскрылась. А затем обсушите и украсьте ею салат или любые другие блюда.



Керамический нож Samura — острый, легкий и удобный. Он прекрасно подходит для нарезки овощей, фруктов, мясного и рыбного филе.

Поварская тройка белых керамических ножей в эффектной прозрачной подставке — все самое необходимое в одном безопасном и красивом месте на вашей кухне!



ЗАКРУЧЕННАЯ ИСТОРИЯ

Мясные рулеты изысканны и прекрасны на вкус, потому-то в качестве начинки для них годится практически все! Представьте, как будут довольны ваши родные и гости, увидев на столе не просто порцию мяса (хотя надо признать, что это тоже стоящее блюдо!), а кусочек вкусного нежного рулета.

Руллет «Любительский»

- 850 г мякоти свинины (лопатка)
- 250 г сыра российского или голландского
- 250 г корейки копченой
- перец черный молотый
- соль



калорийность
высокая



готовить
2 часа



рассчитано на
6 порций

1 Мякоть свинины хорошенько отбейте, посолите и перчите.

2 Сыр нарежьте пластинками и ровным слоем уложите на отбитую свинину, затем выложите тонкие кусочки копченой корейки. Сверните рулетом, перевяжите шпагатом и запекайте в разогретой духовке 1–1,5 часа.

3 Перед подачей нарежьте рулет поперек кусочками, уложите на блюдо, гарнируйте консервированными овощами. Отдельно подайте острый соус.

Чем полезно?

Если 1 ст. ложку черного молотого перца смешать со стаканом меда, то получится хорошее лекарство при простудных заболеваниях. Его нужно принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день. Также черный молотый перец как приправа в блюдах разжижает мокроту, улучшает аппетит, избавляет от отрыжки и разжижает кровь, тем самым улучшая ее циркуляцию.

Мясной руллет с перцем и сыром

- 400 г фарша говяжьего
- 400 г фарша свиного
- 1 головка лука репчатого
- 3 зубчика чеснока
- 2 перца болгарских разных цветов
- 2 яйца
- 2 ст. ложки масла растительного
- 2 ст. ложки зелени петрушки рубленной
- 200 г сыра
- 3 ст. ложки воды
- майонез
- перец черный молотый
- соль



калорийность
высокая



готовить
1 час
40 минут



рассчитано на
12 порций

1 Оба вида фарша перемешайте, добавьте зелень, яйца, соль, перец и воду, взбейте.

2 Лук и чеснок порубите. Болгарские перцы и сыр нарежьте мелкими кубиками.

3 Разогрейте часть масла, обжарьте на нем лук и чеснок, затем добавьте перец и жарьте,

помешивая, в течение 10 минут. Охладите и перемешайте с сыром.

4 Подготовленную мясную массу разложите в форме прямоугольника на смоченной водой салфетке. Сверху разложите овощи с сыром и сверните мясную массу рулетом.

5 Уложите рулет, сняв салфетку, швом вниз на смазанный маслом противень и запекайте при 180 °С в течение часа. Охладите.

6 Перед подачей нарежьте рулет на порции и оформите сеточкой из майонеза.





калорийность
низкая



готовить
40 минут



рассчитано на
10 порций

Рулет «Курочка Ряба»

- 1 филе куриное • 1 булочка пшеничная • 0,5 стакана молока • 5–6 яиц
- 2 ст. ложки изюма без косточек
- 2 ломтика ананаса консервированного • 3 ст. ложки масла сливочного
- зелень, лимон и маслины для оформления • перец черный молотый
- соль

1 Филе пропустите через мясорубку, добавьте замоченную в молоке и отжатую булочку, перемешайте. Введите яйца (по одному), изюм и нарезанный крупными кусочками ананас. Посолите и поперчите.

2 Из приготовленного фарша сформируйте рулет, переложите его на противень, смазанный маслом, и полейте растопленным сливочным маслом. Запекайте рулет при 170 °С до образования золотистой корочки.

3 При подаче нарежьте рулет тонкими ломтиками и уложите на блюдо. Красиво оформите зеленью, дольками лимона и маслинами.



Рулет из свинины с черносливом

- 750 г мякоти свинины • 250 г чернослива без косточек • 1 головка лука репчатого • 3 ст. ложки масла растительного • 1 стакан вина белого сухого
- 1 ст. ложка сахара • сок 1 лимона
- 3 бутона гвоздики • 8 горошин перца душистого • перец черный молотый
- соль

гвоздики и душистого перца. Затем выньте и остудите.

3 Уложите чернослив на свинину, сверните ее рулетом, обвяжите кулинарной нитью. Натрите рулет солью и перцем. Жарьте на разогретом масле до образования золотистой корочки.

4 Добавьте к рулету мелко рубленый лук, немного воды и тушите до готовности.

5 Затем рулет выньте, влейте на сковороду винный маринад, в котором готовился чернослив, и прогрейте. Получится соус.

6 При подаче нарежьте рулет аккуратными ломтиками. Соус процедите и подайте отдельно.



калорийность
высокая



готовить
1 час
30 минут



рассчитано на
4 порции

1 Свинину разрежьте вдоль до середины куска, разверните и отбейте.

2 Чернослив припускайте 10 минут с добавлением вина, сахара, лимонного сока,



Рулетики по-венгерски

- 4 листа капусты белокачанной
- 1 головка лука репчатого
- 2 ст. ложки масла топленого
- 0,5 стакана риса отварного
- 400 г фарша мясного
- 2 яйца, сваренных вкрутую
- 8 ломтиков сала копченого
- 750 г капусты квашеной
- 6 ст. ложек томатной пасты
- 0,5 стакана вина белого сухого
- 1 ст. ложка муки
- 1 стакан сметаны
- перец черный молотый
- соль

1 Капустные листья отварите в подсоленной воде. Затем

остудите, утолщения отбейте. Лук мелко порубите, обжарьте на топленом масле, соедините с рисом, фаршем и рублеными яйцами. Посолите и поперчите.

2 Приготовленную начинку выложите на капустные листья и сверните их рулетом.

3 Половину ломтиков сала выложите в форму для запекания, сверху уложите квашеную капусту, смешанную с мукой, подсушенной на сухой сковороде, и сметаной, затем поместите рулеты.

4 К томатной пасте добавьте 1,5 стакана воды, вино, поперчите и перемешайте. Залейте полученной смесью рулеты и тушите в течение часа.

5 Оставшиеся ломтики сала обжарьте на сухой сковороде.

6 При подаче выложите рулеты на блюдо, полейте соусом, образовавшимся при тушении, гарнируйте тушеной квашеной капустой и оформите обжаренными ломтиками сала.



калорийность
средняя



готовить
1 час
50 минут



рассчитано на
4 порции



практичный! рецепт!



Свиной рулет с укропом

• 8 ломтиков мякоти свинины нежирной • 3 ст. ложки томатной пасты или соуса чили • 2 ст. ложки масла топленого • 2 стакана бульона • 0,5 ч. ложки муки • 3 ст. ложки зелени укропа рубленой • перец черный молотый • соль

1 Ломтики мяса посолите и поперчите. Положите на каждый ломтик по 1 ч. ложке укропа и томатной пасты. Сверните ломтики в рулетики и закрепите палочками для коктейля. Можно вместо палочек использовать нитку.

2 Жарьте мясо со всех сторон на сковороде с разогретым



калорийность
высокая



готовить
35 минут



рассчитано на
4 порции

маслом. Затем добавьте немного бульона и тушите до выпаривания жидкости. Слегка встряхните сковороду, чтобы рулетики не прилипли ко дну. Еще дважды добавьте немного бульона и тушите до выпаривания.

3 Залейте рулетики оставшимся бульоном и тушите, накрыв крышкой, 20 минут до мягкости мяса. Слейте бульон и оставьте его для соуса.

4 Муку подсушите на сухой сковороде до светлого желтого цвета. Охладите и разведите частью охлажденного бульона, затем добавьте в оставшийся бульон и варите до загустения. Соус должен быть коричневым и блестящим.

5 Рулетики освободите от палочек для коктейля или нити. Подавайте в соусе, гарнируя картофелем.

Рулетики с печенью

• 300 г говяжьей печени • 50 г шпика • 1 головка лука репчатого • 1 ст. ложка масла растительного • 1 морковь • 1 корень петрушки • 1 стакан бульона • зелень для оформления • перец черный молотый • соль



калорийность
средняя



готовить
25 минут



рассчитано на
2 порции



1 Печень нарежьте широкими ломтиками. Шпик тонко нарежьте и отбейте. Лук порубите и обжарьте на масле.

2 Уложите на печень ломтики шпика, пассерованный лук, посолите, поперчите и сверните рулетами. Перевяжите шпагатом и обжарьте на разогретом масле.

3 Зарумянившиеся рулеты залейте бульоном, добавьте корень петрушки и морковь. Тушите до готовности.

4 Готовые рулетики оформите зеленью.

практичный! рецепт!



калорийность
высокая



готовить
1 час



рассчитано на
8 порций

Рулетики из индейки

• 8 филе индейки • 2 стебля лука-порей
• 4 абрикоса без косточек • 8 ч. ложек
сыра твердого тертого • 8 ломти-
ков бекона • 1 ст. ложка масла расти-
тельного • 1 ст. ложка масла сливоч-
ного • 0,5 стакана вина белого сухого
• 1,25 стакана бульона куриного
• 1 ч. ложка крахмала картофельного
• 16 листиков мяты • зелень для оформ-
ления • перец черный молотый • соль

1 Абрикосы нарежьте долька-
ми, 1 стебель лука-порей –
короткими полосками. Филе
индейки слегка отбейте, посо-
лите и поперчите. Уложите на
каждое немного подготовлен-
ных абрикосов и лука-порей
и по 2 листочка мяты.
Посыпьте тертым сыром.

2 Сверните филе рулетиками
и перевяжите кулинарной
нитью. Каждый рулетик обер-
ните ломтиком бекона и скре-
пите деревянной шпажкой.

3 Жарьте рулеты на расти-
тельном масле до образова-
ния золотистой корочки, затем
влейте на сковороду вино
и бульон. Тушите под крышкой
40 минут, после чего рулетики
выньте.

4 Оставшийся лук-порей
нарежьте кольцами, спассе-
руйте на сливочном масле, со-
едините с соусом, образовав-
шимся при тушении, добавьте
крахмал, разведенный неболь-

шим количеством холодной
воды, и доведите до кипения.

5 При подаче рулетики освободите от нити, уложите на
блюдо, полейте приготовленным
соусом и оформите зеленью.

Чем полезно?

Мясо индейки легко
усваивается и славится
низким содержанием
холестерина. В нем присутствуют
витамины группы В, фосфор, кальций,
калий, железо, натрий, йод и другие
микроэлементы. Индейка, как источник
белка, снабжает человека энергией на
весь день, а также стимулирует работу
сердца и сосудов.



калорийность
средняя



готовить
1 час
50 минут
+ настаивание



расчитано на
10 порций

ЗИМНИЕ ЛАКОМСТВА

Хурма, киви, клюква, цитрусовые – зимние фрукты и ягоды, которые полезно есть не только «живьем». Из них можно готовить вкуснейшую выпечку. Кстати, эти торты и пирожные могут стать украшением вашего праздничного стола.

Домашний хлеб с клюквой и грецкими орехами

• 300 г муки цельнозерновой • 200 г муки пшеничной • 10 г дрожжей свежих • 1,5 ч. ложки соли • 1,75 стакана воды • 100 г клюквы сушеной • 100 г орехов грецких • цедра 1 апельсина

1 Орехи крупно порубите. Соедините с клюквой и апельсиновой цедрой и перемешайте.

2 Оба вида муки смешайте. Постепенно вотрите в смесь дрожжи, чтобы образовалась мелкая крошка. Добавьте воду и соль. Замесите. Когда тесто станет однородным, введите клюкву, орехи и цедру.

3 Из полученного теста сформируйте шар. Накройте чистым полотенцем и оставьте в теплом месте на час.

4 Готовое тесто переложите на стол, присыпанный мукой, раскатайте и оставьте в таком виде на 5 минут. Затем вновь сформируйте из теста шар и переложите в миску. Накройте полотенцем, присыпанным мукой, и оставьте на час до увеличения теста в объеме вдвое.

5 Переложите хлеб на противень, застеленный пекарской бумагой. Духовку сбрызните водой. Выпекайте хлеб при 220 °С, через 5 минут снизьте нагрев до 200 °С. Через 35 минут выключите духовку и оставьте хлеб остывать на решетке.

Лаймовый чизкейк

для основы:

• 200 г печенья шоколадного
• 70 г масла сливочного
• 60 г орехов грецких
• 0,75 ч. ложки корицы молотой

для начинки:

• 500 г творога жирного
• 450 г сметаны
• 4 яйца
• сок и цедра 2 лаймов + ломтики лайма для оформления
• 250 г сахара
• щепотка ванилина

1 Для основы печенье поломайте на кусочки среднего размера.

2 Положите печенье в блендер, добавьте орехи и корицу. Измельчите до состояния крошки.

3 Добавьте к крошке из печенья растопленное масло и перемешайте.

4 Полученное тесто выложите в разъемную форму и разровняйте так, чтобы оно равномерно распределилось

по дну и бортикам. Придавите пальцами. Выпекайте основу в духовке, разогретой до 180 °С, в течение 10 минут. Затем выключите духовку и оставьте в ней основу для пирога для охлаждения.

5 Для начинки творог взбейте с яйцами. Добавьте сметану, сахар, цедру и сок лаймов и ванилин. Вновь взбейте.

6 Вылейте начинку на подготовленную основу. Разровняйте кулинарной лопаткой.

7 Выпекайте пирог в разогретой до 150 °С духовке в течение 50 минут. Верх чизкейка должен схватиться.

8 Охладите чизкейк в выключенной духовке. Затем проведите ножом вдоль бортиков формы и поставьте пирог в холодильник на 6 часов.

9 Перед подачей оформите чизкейк дольками лаймов.



калорийность
средняя



готовить
2 часа
+ охлаждение



рассчитано на
8 порций



практичный!
рецепт!

Суфле с хурмой

• 5 шт. хурмы • 2 ст. ложки сока апельсинового • 4 ст. ложки масла сливочного • 3 ст. ложки сахара • 3 яйца

1 Яичные желтки отделите от белков. Масло взбейте с сахаром и яичными желтками.

2 Хурму измельчите в блендере, добавьте апельсиновый сок, желтковую смесь и перемешайте.

3 Яичные белки взбейте до устойчивой пены и соедините с пюре из хурмы.



калорийность
высокая



готовить
40 минут



рассчитано на
4 порции

4 В формочки, смазанные маслом, выложите приготовленную массу. Запекайте в духовке, разогретой до 200 °С, 30 минут. Подавайте суфле горячим.



Чем полезно?

Большое содержание сахаров в хурме, в основном глюкозы и фруктозы, поддерживает здоровье сердечно-сосудистой системы, питает сердечную мышцу, и при этом уровень глюкозы в крови не достигает пика. Однако не следует употреблять хурму при диабете.

Заварные кольца с киви и клюквой

• 1 стакан муки • 1 ч. ложка сахара • 100 г масла сливочного • 1 стакан воды • 4 яйца • 0,5 стакана сливок густых • 2 ст. ложки сахарной пудры • 1 киви • 50 г клюквы • мята для оформления



калорийность
высокая



готовить
35 минут



рассчитано на
6 порций

1 Муку просейте и перемешайте с сахаром. Воду нагрейте, введите масло и доведите до кипения. Всыпьте муку, снимите с огня, перемешайте и охладите.

2 По одному введите яйца, каждый раз перемешивая тесто до получения однородной массы.

3 Отсадите полученное тесто на смазанный маслом противень в виде колечек. Выпекайте до готовности в духовке, разогретой до 180 °С.

4 Сливки взбейте с сахарной пудрой. Киви очистите и нарежьте тонкими ломтиками.

5 Подготовленные кольца разрежьте по горизонтали, наполните нижние части сливками, ломтиками киви и клюквой, накройте верхними частями. Посыпьте сахарной пудрой и оформите листиками мяты.





калорийность
средняя



готовить
1 час
20 минут



рассчитано на
10 порций



Творожная запеканка с хурмой

- 500 г творога
- 100 г масла сливочного
- 0,5 стакана сахара
- 5–7 ст. ложек крупы манной
- 1 ч. ложка сахара ванильного
- масло растительное

для начинки:

- 3–4 шт. хурмы
- 0,3 стакана сахара

1 Творог, сахар и масло разотрите до однородности. Добавьте ванильный сахар и перемешайте.

2 Для начинки хурму, удалив из нее косточки, измельчите в блендере или нарежьте ломтиками, затем смешайте с сахаром.

3 Форму для запекания смажьте растительным маслом и посыпьте манной крупой. Выложите в форму творожную массу и разровняйте.

4 Сверху уложите начинку, посыпьте оставшейся манной крупой. Запекайте 35–45 минут при 180 °С.



калорийность
высокая



готовить
30 минут



рассчитано на
4 порции

практичный!
рецепт!

Булочки с клюквой

• 1,5 стакана муки • 0,3 стакана сока апельсинового • цедра 1 апельсина
• 0,5 стакана меда • 1 яйцо • 3 ст. ложки масла растительного • 1 стакан клюквы • 0,25 стакана крупы пшеничной молотой • щепотка соды
• щепотка соли

1 Соедините апельсиновый сок с цедрой. Добавьте мед, яйцо и масло. Взбейте.

2 Муку соедините с содой и солью, влейте яичную массу и замесите густое тесто. Добавьте в него клюкву,

пшеничную крупу и перемешайте.

3 Смазанные маслом формочки заполните тестом (на 0,75 объема). Выпекайте булочки в разогретой духовке в течение 20 минут.



Бисквитный пудинг

• 1 корж бисквитный готовый • 60 мл ликера (желательно зеленого цвета)
• 60 мл рома • 200 г фруктов (киви, хурма, яблоки) • 3 желтка яичных
• 6 ст. ложек сахара для желтков + 5 ст. ложек для белков • цедра 1 лимона тертая • 3 ст. ложки муки • 1,8 стакана молока • 2 белка яичных



калорийность
средняя



готовить
55 минут



рассчитано на
6 порций

1 Бисквитный корж нарежьте полосками шириной 0,5 см и длиной 4 см. Половину полосок сбрызните ликером, оставшиеся – ромом. Фрукты мелко нарежьте.

2 Желтки с сахаром и лимонной цедрой взбейте в пену,

постепенно добавляя муку и молоко. На слабом огне доведите массу до кипения, затем снимите с огня и помешивайте, пока она не остынет.

3 Форму для выпечки выложите слоем из части бисквитных полосок, пропитанных ликером. Разместите часть крема и фруктов. Затем выложите слой из части бисквитных полосок, пропитанных ромом. Покройте кремом и фруктами. Чередуйте слои из полосок, крема и фруктов, пока не закончатся ингредиенты.

4 Белки взбейте с сахаром в плотную пену, покройте ими пудинг и запекайте при 120 °С до образования румяной корочки.

Торт с апельсином и клюквой

• 9 ст. ложек муки • 6 ст. ложек клюквы
• 6 ст. ложек сахара • 2 ст. ложки орехов, мелко рубленых • 1 ч. ложка разрыхлителя • 1 яйцо • 1 ч. ложка цедры апельсина тертой • 6 ст. ложек сока апельсинового для теста + 2 ч. ложки для крема • 2 ст. ложки майонеза • 1 ст. ложка маргарина • 200 г масла сливочного • 4 ст. ложки сметаны жирной • 3 ст. ложки молока сгущенного • дольки апельсина для оформления • щепотка соли

1 Клюкву переберите и промойте. Немного ягод отложите для оформления, остальные разотрите с сахаром. Добавьте орехи, соль и просеянную муку, смешанную с разрыхлителем.



калорийность
высокая



готовить
1 час
30 минут



рассчитано на
12 порций

2 Отдельно взбейте яйцо. Введите майонез, апельсиновую цедру и сок. Взбивайте до однородности. Соедините с клюквенной смесью и вновь взбейте.

3 Противень смажьте маргарином, выложите тесто слоем толщиной 2 см. Выпекайте

корж в течение часа при 180 °С. Остудите.

4 Для крема масло взбейте, постепенно добавляя сметану, сгущенное молоко и сок. Корж разрежьте на 2 пласта, промажьте кремом. Верхний корж оформите кремом, клюквой и дольками апельсина.



НОВОГОДНЕЕ МЕНЮ ПО ГОРОСКОПУ

Астрологи советуют, чем питаться разным знакам Зодиака не только в праздничную ночь, но и в течение всей жизни, чтобы здоровье было сибирским, настроение – отличным, а силы – богатырскими.



РАК 21.06–22.07

Рак – знак, любящий вкусно поесть, из-за чего потом страдает, сидя на диете. Питание для Рака строится на отсутствии пищи, которая способна вызвать жжение или брожение в его желудке. Спиртное для Раков губительно, особенно для женщин. Основой питания должны быть протеин и продукты моря, обеспечивающие достаточное количество йода. Кроме того, необходимо разнообразие фруктов (особенно рекомендуется виноград), овощей (репа, тыква), листовой зелени (особенно салат-латук) и пряностей. Рекомендованы злаки. Желудок и кишечник – самые слабые места в конституции Рака. Нельзя их перетруждать. Вообще Ракам необходимо избегать избытка сахара, крахмалистых веществ, жира. Большинство набирает вес уже на раннем этапе жизни. Эта предрасположенность часто ведет к дисбалансу в метаболизме, а также отекам. Минеральная соль Рака – фторид кальция. Его недостаток может вызвать варикозное расширение вен, ослабление мышц и зрения, разрушение зубов. Наилучшие источники этого минерала – сыр, йогурт, тыква, лук, апельсины, лимоны, изюм, яичные желтки и ржаной хлеб.

Салат из красной капусты с апельсином

• 200 г капусты краснокочанной
• 1 апельсин • 1 яблоко кислое большое • 100–150 г йогурта • сок лимонный

1 Капусту нашинкуйте, перетрите и сбрызните лимонным соком. Поставьте на час в холодильник.

2 Апельсин очистите от кожуры, с каждой дольки снимите пленку, мякоть порежьте. Яблоко очистите от кожуры и натрите на крупной терке.

3 В салатнике соедините капусту, апельсин и яблоко. Заправьте йогуртом.



Кролик с оливками

- 1–1,5 кг кролика
- 0,25 стакана масла оливкового или другого растительного
- 10–12 оливок без косточек
- 2 моркови
- 1 цукини по желанию
- 350 мл вина белого сухого
- 8 зубчиков чеснока
- 6 помидоров небольших
- пучок свежего розмарина
- горсть муки
- перец черный молотый
- соль

1 Кролика вымойте, обсушите и разрубите на порционные куски.

2 Муку смешайте с солью и перцем, обваляйте в ней куски кролика.

3 Масло разогрейте в тяжелой кастрюле-чугунке или на глубокой сковороде (которую можно будет поставить в духовку). Жарьте кролика до румяной корочки.

4 Чеснок раздавите, не снимая с него шелуху, положите на сковороду с кроликом.

5 Влейте вино, добавьте нарезанные кружочками морковь и цукини и четвертинки помидоров, положите оливки и 4–5 веточек розмарина.

6 Накройте сковороду крышкой и поставьте в разогретую до 190 °С духовку на 25 минут.

7 Затем снимите крышку и тушите еще 5–7 минут, посыпав рубленым розмарином.



ЛЕВ 23.07–21.08

Лев — знак жизни. Оптимальная диета для Львов — это диета, увеличивающая количество эритроцитов и омолаживающая кровь. Питание для Льва заключается в избегании возбуждающей, острой и тяжелой пищи. Львам, часто страдающим от расстройств сердечно-сосудистой системы, нужно всегда держать себя в форме. Если появляется избыточный вес, следует отказаться от жирной пищи. Не рекомендуется заниматься тяжелыми видами спорта. Образ жизни представителей этого знака предполагает постоянство привычек, обязательную гармонию. Основой их питания должны быть

блюда из дичи. Лев — огненный знак, поэтому пищу лучше всего готовить на открытом огне. Из фруктов особенно полезны цитрусовые (лимоны, апельсины и мандарины), а также ананасы. Что касается овощей, то Льву следует отдавать предпочтение кабачкам, томатам, баклажанам, перцу и чесноку. Из злаков на столе обязательно должен присутствовать рис. Женщинам, родившимся под знаком Льва, нужно чаще включать в меню грецкие орехи, семена подсолнечника и маслины. Самый полезный напиток как для Львов, так и для Львиц — зеленый чай. Специи и пряности: эстрагон, анис, гвоздика.





ДЕВА
22.08–22.09

Дева — знак диет, которому важна регулярность в приеме пищи. Питание для Девы — это фрукты, молоко, а также еда, нормализующая работу желудка. Все Девы предрасположены к кишечным заболеваниям, поэтому им рекомендуется пища с большим содержанием волокнистых веществ, а нередко и вегетарианская еда, особенно картофель и морковь. Основным мясным продуктом для Девы должна стать телятина. Наиболее полезные фрукты — абрикосы и гранаты. Из овощей рекомендуются сельдерей, цветная капуста и бобовые культуры. Полезные специи и пряности: лавровый лист, цикорий, корица, цитрон, кунжут, шафран, розмарин. Важны для Дев грецкие орехи, миндаль, фундук, пекан и фисташки, а также женьшеневый чай. Прогулки на свежем воздухе и езда на велосипеде помогут закрепить успех такой системы питания.

Ароматный картофель

- 500 г картофеля
- 250 г сыра твердого
- 2 стакана молока
- 1 яйцо крупное
- перец черный молотый
- соль
- 6 зубчиков чеснока
- 1 головка лука репчатого большая
- 50 г масла сливочного

1 Форму для запекания смажьте размягченным сливочным маслом, смешанным с измельченным чесноком.

2 Лук нарежьте тонкими кружочками, картофель — кру-

жочками толщиной 3–4 мм. Чередую, выложите овощи в подготовленную форму. Последний слой должен состоять из картофеля.

3 Венчиком взбейте яйцо с молоком, солью и перцем. Половину нормы сыра натрите на терке и посыпьте им картофель. Залейте яичной смесью.

4 Запекайте картофель в течение часа при 160 °С. За 10 минут до готовности посыпьте картофель оставшимся сыром.

ВЕСЫ 23.09–22.10



Весы — знак облегченного питания, для которого наиболее подходит вегетарианская пища. Особенно она необходима тем, кто страдает от повышенного или пониженного кровяного давления и головных болей. Конечно, родившиеся под знаком Весов могут есть и мясо, и рыбу, но для них, согласно астрологии, эта пища не столь существенна, как, например, дичь для Льва или рыба для Рыб. Для них неактуальна также еда на основе солода и крахмала — это нагрузка на почки. Зато приветствуются на обед злаки и яйца. Отдавать предпочтение следует простым блюдам, а лучше — приготовленным на пару овощам, рису и морепродуктам. Перед сном и при пробуждении рекомендуется выпивать стаканчик прохладной воды. Спиртное исключено. Кроме того, Весам следует отказаться от употребления сладостей. В ежедневном рационе Весов желательны наличие яблок и винограда. В принципе для них подойдут любые овощи, ягоды, плоды и злаки. Однако особенно полезны те, которые наиболее ярко отражают специфику данного знака Зодиака. Среди ягод и фруктов это груши, малина, персики, слива, хурма, бананы, вишня, ежевика, черника, клубника, земляника. Из овощей и трав — томаты, шпинат, зеленый горошек, ревень, укроп, петрушка. Среди злаков — пшеница, рожь, овес, ячмень, кукуруза. Рекомендуемые для данного знака Зодиака специи: тмин и мускатный орех. Однако острых приправ и соусов лучше остерегаться. Весам очень полезна регулярная гимнастика по утру.



Яйца, запеченные в булочках

• 6 булочек • 6 яиц крупных • 6 ч. ложек зелени укропа и петрушки рубленых • 6 ч. ложек сливок или молока • 6 щепоток сыра твердого тертого • перец черный молотый • соль

1 У булочек отрежьте верхушки и аккуратно удалите немного мякиша, чтобы получились впадины, способные вместить яйцо. Полученные «крышечки» не выкидывайте.

2 Разместите булочки на противне, застеленном пекар-

ской бумагой. В каждую разбейте по яйцу и влейте немного сливок. Посыпьте рубленой зеленью. Посолите и поперчите. Посыпьте тертым сыром.

3 Запекайте булочки в духовке, разогретой до 180 °С, 20–25 минут. За 5 минут до готовности положите рядом с булочками отложенные «крышечки».

4 Накройте булочки «крышечками» и подавайте к столу.

Салат из кальмаров с плавленым сыром и яйцом

- 500 г кальмаров (тушки)
- 3–4 яйца
- зелень
- 2 сырка плавленых
- 3 зубчика чеснока
- майонез
- соль

1 Тушки кальмаров вымойте, удалите внутренности, очистите от пленочки и хрящевой пластинки. Варите кальмаров, опустив в кипящую подсоленную воду на 2 минуты. Затем выньте шумовкой, охладите и нарежьте соломкой.

2 Плавленый сыр охладите и натрите на крупной терке.



СКОРПИОН 23.10–21.11

Скорпионы должны избегать пищи, богатой жирами, особенно животного происхождения. Тем не менее меню Скорпиона — одно из самых разнообразных во всем Зодиаке. Как и для других водных знаков, первостепенное значение для Скорпиона имеют морепродукты, которые не только пополняют запасы фосфора в организме, но и регулируют солевой баланс. Из фруктов и бахчевых культур наиболее благоприятны для представителей этого знака грейпфруты, арбузы, вишня, крыжовник, кизил и тыква. Из овощей следует чаще включать в меню морковь, лук (репчатый и зеленый), стручковый и сладкий перец, редис и чеснок. Еще Скорпионам необходимы в рационе говяжья печень, молоко,

фруктовые йогурты. Специи и пряности, которыми рекомендуется сдабривать блюда: базилик, кориандр, душистый перец, тмин, карри, имбирь, горчица, черный перец, мята перечная, кардамон, ваниль. Из перечисленного говяжья печень (источник витамина А) особенно ценный продукт для Скорпиона. Она помогает нормализовать процессы кроветворения и кровообращения. Также на процесс кроветворения влияет крапива, из которой Скорпионы могут варить супы. Кроме того, крапива стимулирует работу органов пищеварения и обладает желчегонным и мочегонным свойствами. Острые и соленые блюда и крепкий алкоголь Скорпионам лучше исключить из своего рациона.

3 Яйца отварите вкрутую и нарежьте кубиками. Зелень мелко порубите. Чеснок пропустите через пресс и смешайте с майонезом.

4 Соедините кальмары, сыр, кубики яиц и рубленую зелень. Заправьте салат майонезом с чесноком и подавайте на стол.





СТРЕЛЕЦ 22.11–21.12

Стрельцы часто бывают склонны к полноте, и им следует уделять особенное внимание своему рациону. К тому же обильная и сытная еда может привести к заболеваниям печени и нарушить обмен веществ в организме. В качестве профилактического средства Стрельцам рекомендуется перед ужином или обедом принимать активированный уголь и ежедневно съедать 5–6 грецких орехов. Совершенно противопоказана представителям этого знака Зодиака жирная пища. Им лучше включить в меню бобовые культуры (горох, фасоль), много зелени (например, петрушки и сельдерея), свежее и топленое молоко. Из овощей и фруктов Стрельцам подойдут спаржа, редька, сырая капуста, морковь, свекла, клубника, груши, сливы. Из мясных продуктов – телячья печень. Листья и корень петрушки регулируют пищеварение и являются источником витаминов, поэтому практически все горячие блюда и супы можно посыпать свежей зеленью петрушки. Кроме того, можно использовать при приготовлении блюд ароматные травы, например майоран, шалфей, мяту и базилик. В минеральной воде, которую пьет Стрелец, должен содержаться калий. Для здоровья ему также будут полезны травяные чаи, особенно настоянные на листьях земляники и клубники. А вот потребление сахара лучше сократить до минимума. Витамины, необходимые Стрельцу, – А, С, Е.



Печень по-строгановски

- 500 г печени телячьей
- 3 ст. ложки масла растительного
- 1 ст. ложка муки
- 2–3 головки лука репчатого
- 2 ст. ложки сметаны
- 1 ст. ложка кетчупа
- зелень укропа и петрушки
- соль

1 Печень помойте, очистите от пленок и желчных протоков. Нарезьте брусочками длиной 3–4 см, как для бефстроганова. Посолите и зажарьте на сковороде с разогретым маслом.

2 Муку обжарьте на сухой сковороде до слегка кремового цвета. Лук мелко порубите и пассеруйте на масле.

3 Посыпьте печень мукой, добавьте на сковороду лук, кетчуп и сметану. Перемешайте и доведите до кипения.

4 Подавайте, посыпав зеленью. Гарнируйте картофельным пюре или жареным картофелем.

МЕНЮ С ЭКРАНА

«Берегись автомобиля», «Кавказская пленница», «Любовь и голуби»... А какие фильмы вам никогда не надоест пересматривать? Дословно помнить реплики главных героев, знать, чем все закончится, — и все равно с удовольствием пересматривать.

«Наше вкусное кино»

Андрей Макаревич
Издательство «Колибри»

Все права на книгу Андрея Макаревича «Наше вкусное кино» принадлежат издательству «Колибри» и без его согласия не подлежат перепечатке ни полностью, ни частично.



Многие из своих любимых фильмов, точнее рецепты блюд, которые готовили, ели и просто упоминали герои культовых отечественных кинолент, вы сможете найти в книге Андрея Макаревича «Наше вкусное кино». Легендарный музыкант и знаток кулинарии комментирует происходящее с отменным вкусом, знанием дела и юмором. Попутно он делится своими вкусными секретами с читателями, призывая их к сотворчеству и импровизации.

Вот что говорит Макаревич в предисловии к своей книге: «Сейчас бытует мнение, что раньше наши фильмы были хорошими, а теперь стали плохими. Это не совсем так. И раньше снималось много плохих фильмов. И даже ужасных. Значительно больше, чем хороших. Просто мы их не помним — так устроена наша память. Зато хороший фильм становился событием. И событием огромным — именно потому, что ничего другого у нас не было. Киноартисты ходили настоящими народными героями, на премьеру в Дом кино попасть простому человеку было невозможно. Вот это ушло навсегда, это правда. Кино потеряло свой божественный ореол, стало всего лишь одним из многочисленных доступных развлечений — жизнь невероятно изменилась за каких-то полвека. А я помню, как перехватывало от счастья дыхание, когда в зале медленно гас свет и экран в наступающей темноте, казалось, растет вширь и в высоту, приближается к тебе.

А еще — мне всегда было страшно интересно: как это чудо сделано изнутри? Как эти актеры срываются в пропасть, кувыркаются с лошадей, падают, как будто их взбавду застрелили? Что они там на самом деле едят и пьют?

Кстати — давайте попробуем вместе с ними. Хотя бы вот это последнее. Ведь наши великие фильмы по-прежнему с нами». ■

Грибной суп

- 500 г свежих грибов • 1 луковица
- 1 средняя морковь • 30–40 г сливочного масла • 3–4 средние картофелины
- 0,5 стакана перловки • соль

1 Свежие грибы (белые, подберезовики, опята, шампиньоны) почистить, промыть, залить холодной водой, посолить и довести до кипения. Варить 10 минут. Вынуть, нарезать и слегка обжарить на сливочном масле с нарезанной стружкой морковью и мелко нарезанным луком.

2 Грибной бульон процедить, сварить в нем нарезанную соломкой картошку, долить при необходимости воды, добавить об-

жаренные грибы, лук, морковку и заранее сваренную перловку. Минут через 20 суп готов.

3 Перед подачей на стол в каждую тарелку можно положить ложку сметаны и посыпать суп зеленью петрушки или укропа.

Совет от Макаревича

Если вы собираетесь готовить его (суп. – Прим. «КП») в комфортных домашних условиях, возьмите сушеные белые грибы и обрящете настоящий грибной суп. Ибо только сушеные и только белые грибы дают супу необходимый аромат.

КУКУШКА
Военная драма
Александра Рогожкина
2002 год



Луковый суп по рецепту мамы Деточкина

**БЕРЕГИСЬ
АВТОМОБИЛЯ**
Лирическая трагикомедия
Эльдара Рязанова
1966 год



- 500 г репчатого лука
- 50 г сливочного масла + масло для обжаривания хлеба
- 2 средних зубчика чеснока
- 1 ст. ложка муки
- 0,5 л куриного бульона
- 0,5 л молока
- 2 ч. ложки лимонного сока
- соль
- перец
- 1 лавровый лист
- 5 ст. ложек сливок
- ломтики белого хлеба (по числу едоков)
- 75 г тертого сыра

1 Нарезанный лук и чеснок обдать кипятком в дуршлаге. Оставить на несколько минут, чтобы стекла вода, и обжарить в кастрюле (с разогретым маслом. – Прим. «КП») на маленьком огне до прозрачности.

2 Посыпать мукой, а затем постепенно, тщательно перемешивая, вливать куриный бульон.

3 После закипания добавить молоко и снова дать закипеть. Посолить, поперчить по вкусу, добавить сок лимона и лавровый лист.

4 Накрыть суп крышкой и оставить на медленном огне еще на полчаса. Вынуть лавровый лист. Влить сливки. Прогреть еще минут 5 и выключить.

5 В тарелки положить обжаренные на сливочном масле и посыпанные тертым сыром ломтики белого хлеба. При желании посыпать петрушкой.



Харчо из барашков товарища Саахова

- 1 кг баранины • 3 луковицы • 100 г риса • 2–3 ст. ложки томатной пасты
- 1 ч. ложка семян кориандра • 50–70 г зелени кинзы • чеснок (начиная от 4 зубчиков – добавлять по вкусу)
- 150 г свежей алычи • соль • перец
- 1–2 ч. ложки растительного масла

1 Баранину (куски на костях, отлично подойдет грудинка) положить в холодную воду и варить вместе с луковицей около часа.

2 Вынуть луковицу, засыпать в бульон мелко нарезанный лук и рис, дать повариться около 15 минут, почти до готовности.

3 Затем положить в кастрюлю томатную пасту (предварительно прогретую 5 минут в растительном масле), зерна кинзы (кориандра), половину нарезанной зелени кинзы, перец, соль, половину растолченного чеснока и подготовленную заранее алычу – кислые сливы. (Сливы, добавив пару ложек воды, предварительно подержать на небольшом огне, чтобы они чуть прокипели. Протереть через сито, таким образом освободив от косточек и шкурок.)

4 Попробовать, при необходимости смягчить кислоту щепоткой сахара или ложечкой

меда. Варить до готовности риса, затем выключить, положить оставшийся толченый чеснок и зелень кинзы и оставить под крышкой на несколько минут. По желанию в тарелки добавить еще зелени.

Совет от Макаревича

Вот опять нас с вами пытаются ввести в заблуждение. Причем данное заблуждение распространено невероятно. Между тем – увы, увы! – настоящий суп харчо варится отнюдь не из баранины, а из говядины, можете мне поверить.

Утка с черносливом и курагой

- утка весом 2 кг
- 150 г чернослива и кураги
- 1,5 кг картофеля
- 1–2 ст. ложки растительного масла
- соль

1 Натереть потрошеную утку солью снаружи и изнутри. Отрезать крылья и шею. Начинкой послужит утиная печенька, промытые чернослив и курага: ими нужно плотно набить брюшко птицы. При необходимости зашить хлопчатобумажной ниткой или сколоть деревянными зубочистками.

2 На дно гусятницы налить немного растительного масла. Положить тушку в гусятницу

спинкой вниз, слегка обжарить на плите, полить выделившимся соком и жиром, добавить в гусятницу нарезанную крупными кусками картошку и отправить в духовку.

3 В процессе приготовления несколько раз полить образующимся соком. Если птица слишком рано подрумянится сверху, накрыть крышкой или фольгой. Запекание средней утки (пока при прокалывании не перестанет выделяться красноватый сок) займет приблизительно 1,5–2 часа при 220 °С.

4 Готовую птицу разрезать на куски. Гарнир – запеченная

вместе с уткой картошка вперемешку с курагой и черносливом, политая соком со дна гусятницы.

Совет от Макаревича

Абы, правда, в порядке варианта предложил курагу с черносливом (а почему, кстати, именно курагу с черносливом? Можно: а) по отдельности, б) с изюмом, в) с сухими яблоками и грушами и вообще с любыми сухофруктами – утка ко всему подходит) замешать с рисом, слегка недоваренным, а вот картофель упразднить. Рис прекрасно вберет в себя аромат и утки, и фруктов.





Королевское мраморное мороженое

- 250 г ягод земляники
- 0,5 стакана сахара
- 1 стакан воды
- 1 порция сливочного мороженого

1 Готовятся 2 порции мороженого. Первая – сливочное мороженое. Вторая – земляничное.

2 Отборные ягоды протереть через сито (размолот в блендере). Воду с сахаром вскипятить и охладить.

3 Влить сироп в протертые ягоды, тщательно размешать и поставить в морозильник.

4 Когда оба мороженых будут почти готовы, соединить их в одной форме и размешать лопаточкой до получения мраморных прожилок.

5 Оставить замораживаться до полной готовности.

Мороженое сливочное

- 0,5 л сливок (33%)
- 4 желтка яичных
- 100 г мелкого сахара (сахарной пудры)
- 1 ч. ложка ванильного сахара

1 Осторожно отделить яичные желтки от белков. Поставить на плиту сливки и нагревать, не допуская закипания.

2 Желтки растереть с сахаром (в идеале – с сахарной пудрой), ванильным сахаром и взбить миксером или венчиком. Когда масса станет одно-

родной, побелеет и уплотнится, медленно, постоянно перемешивая, вливать в нее тонкой струйкой теплые сливки.

3 Полученную смесь поставить на маленький огонь и продолжать мешать, пока она не загустеет. Снять с огня, дать остыть, перелить в форму с плотно закрывающейся крышкой и поставить в морозильник.

4 Каждые 40–60 минут вынимать и хорошенько перемешивать.

Запеченная озерная рыба

- рыба озерная
- соль
- перец
- сок лимона
- масло растительное

1 Рыбу почистить, выпотрошить, удалить жабры. От хребта сделать несколько диагональных надрезов. Натереть солью, перцем, сбрызнуть соком лимона.

2 Запекать над раскаленными углями на решетке, предварительно прогретой и смазанной растительным маслом.

3 Когда с одной стороны рыбы образуется хрустящая корочка, аккуратно перевернуть на другую сторону.

4 Таким же образом можно запечь рыбу и в домашней духовке.

Совет от Макаревича

Вид рыбы зависит от озера и улова. В магазине хорошо идет на удочку карп. Рыба весом до 500 г запекается целиком, крупнее — режется на порционные куски.

**ЗИМНЯЯ
ВИШНЯ**
Мелодрама
Игоря Масленникова
1985 год



Соленые белые грибы



ВОЙНА И МИР
Киноэпопея
Сергея Бондарчука
1965–1967 годы

- 2 кг грибов • 6 ст. ложек соли
- 2–3 средние головки чеснока • 2 больших зонтика укропа • 3 листа хрена
- 6 листьев смородины

Грибы почистить, промыть, нарезать крупными кусками. Не слишком большие шляпки оставить целыми. Опустить в кипящую воду и поддержать на огне 5 минут. Вынуть, дать стечь воде. Уложить в посуду для соления (кастрюлю или миску — эмалированную, стеклянную, фарфоровую), перемежая слоями: приправы, соль, грибы. Приправы: зонтики укропа, чеснок (зубчики резать пополам), листья хрена, смородиновый лист. Последний слой — зонтик укропа. Накрыть посуду марлей, сверху положить тарелку (деревянный круг), а на нее — груз. Поставить в холодное место на неделю.

Майонез – соус, любимый миллионами россиян. Им мы сдабриваем салаты, едим с ним котлеты, картошку, макароны, запекаем, обмазав им, курицу, добавляем его в выпечку... А в дни новогодних празднеств употребление этого соуса увеличивается в несколько раз.

СИНЬОР Майонез

Существует две версии появления майонеза. Обе связаны с городом Маон – столицей испанского острова

Менорка. По одной из версий, дело было в 1757 году. Герцог де Ришелье – потомок того самого Ришелье, который описан в романах Дюма, – командующий французским гарнизоном, завоевал Маон, а затем город осадили англичане. У французов никакой еды, кроме яиц и оливкового масла, практически не осталось. Из этих продуктов готовили омлеты и яичницы. Такое однообразие надоело привыкшему к деликатесам аристократу. А посему Ришелье высказал повару свое «фи». Тогда находчивый кулинар растер с солью и сахаром желтки, добавил масло и пряности и взбил. Вкус соуса так понравился герцогу, что его продолжили готовить и после снятия осады, а рецепт распространился во Франции под названием «маонский».

По другой версии, герцог Луи де Крильон в честь победы над испанцами в битве за Маон в 1782 году устроил пир, где впервые подали кушанья под соусом, сделанным из продуктов, которыми славился остров. Привезенный в Европу, этот соус получил название маонского, на французском это звучало как «майонез».

Впрочем, можно предположить, что корни соуса из Маона уходят в более древние времена, так как в Средиземноморье всегда были и яйца, и оливковое масло, и трудно себе представить, чтобы их никто не пробовал смешивать до французских поваров. Например, задолго до майонеза существовал рецепт испанского соуса айоли, который и по сей день готовится из чеснока, яиц и оливкового масла. Об этом соусе писал еще Вергилий. ■

Домашний майонез

На 150 мл готового майонеза: • 1 желток (от очень свежего яйца) • 1 ст. ложка смеси сока лимона и воды (1:1) • 0,12 ч. ложки соли • щепотка перца свежемолотого (лучше белого) • 125 мл масла растительного охлажденного (можно смеси оливкового и другого растительного масла) • 0,5 ч. ложки сахарной пудры • 0,5 ч. ложки горчицы



Шаг 1. Желток комнатной температуры, соль, перец и разбавленный лимонный сок положите в миску.



Шаг 2. Взбивайте до появления пены. Не прекращая взбивать, по несколько капель добавляйте масло.



Шаг 3. Когда эмульсия начнет густеть и белеть, начинайте вливать растительное масло струйкой.



Шаг 4. Прекратите взбивать, когда соус начнет держаться на венчике. Введите пудру и горчицу.

Практикум

- * Яйцо, перед тем как разбивать и отделять желток от белка, необходимо хорошенько промыть губкой с содой и хозяйственным мылом, чтобы исключить риск заражения сальмонеллезом.
- * Горчица в майонезе необязательна, но желательна. Ее лучше брать мягкую по вкусу, не острую. Можно даже использовать горчичный порошок.
- * Не взбивайте майонез дольше, чем надо. Иначе у него появится неприятный привкус.
- * Если у вас эмульсия с первого раза не получилась – расслоилась, взбейте еще один желток и понемногу добавляйте в него расслоившийся майонез, как добавляли бы по капле масло.

Предлагаем вам познакомиться с рецептами любимых блюд детишек наших читательниц. И приглашаем всех мамочек к участию в этой рубрике. Рассказывайте нам о предпочтениях своих детей разных возрастов, присылайте в редакцию фотографии и рецепты их любимых блюд. Мы непременно расскажем о вас, вашем ребенке и ваших фирменных рецептах на страницах журнала и подарим вам ценный приз!

ОБХИТРИТЬ ПРИВЕРЕДУ

Солянка из горбуши с каперсами и лимоном

- 1 горбуша (800 г) • 2 огурца соленых
- 0,5 лимона • 4 картофелины
- 1 головка лука репчатого крупная
- 1 морковь крупная • 15 каперсов
- 1 зубчик чеснока • 2–3 лавровых листа • 1 ч. ложка масла растительного • перец черный горошком • соль

1 У рыбы удалите жабры и плавники, счистите чешую. Положите тушку в кастрюлю и залейте холодной водой так, чтобы она покрыла рыбу. Поставьте на огонь. Доведите до кипения. Затем бульон слейте, залейте рыбу 3 л холодной воды и верните на плиту. Когда горбуша будет готова, выньте тушку и разберите на кусочки, удалив кости. Бульон процедите через марлю.

2 Очистите морковь, картофель, луковицу и зубчик чеснока. Морковь натрите на терке, лук порежьте мелкими кубиками, картофель – брусочками, чеснок измельчите.



3 На раскаленную сковороду влейте масло и положите чеснок; как только появится запах, добавьте лук. Жарьте его, помешивая, до золотистого цвета, затем всыпьте морковь и, помешивая, держите овощи на огне, пока морковь не станет чуть коричневатой.

4 Поставьте кастрюлю с бульоном на огонь, положите разобранную горбушу, пассеро-

ванные овощи и картошку. Варите до готовности картофеля.

5 Соленые огурцы нарежьте мелко, лимон, не очищая, – кружочками. Подготовленные лимон и огурцы, каперсы, лавровый лист, черный перец и соль добавьте в суп за 15–20 минут до готовности. Разливая солянку по тарелкам, следите, чтобы в каждую попало по кружочку лимона. Подавайте с хлебом.



ОЛЬГА И КСЕНИЯ (5 ЛЕТ) ГОЛУНКОВЫ, МОСКВА
Ксюша большая привереда в еде. Ее любимые блюда, как и у многих детей, – борщ и макароны с сосисками или котлетами. Мама, конечно, старается разнообразить рацион дочери и умело добавляет в него полезные продукты: готовит макароны с томатным соусом (просто помидоры и зелень Ксюша не жалует), из рыбы варит солянку, дополняя суп лимоном, чтобы в питании дочери были цитрусовые, а вместо мороженого предлагает Ксюше полезный клюквенный мусс.



Макароны с итальянским томатным соусом

• макароны • 800 г помидоров, консервированных в собственном соку • 4 ст. ложки масла оливкового • 1 головка лука репчатого • 3–4 зубчика чеснока • 1 пучок базилика • 2 ч. ложки сахара • сыр твердый тертый по желанию • перец черный молотый • соль

1 В ковшик с толстым дном налейте масло, сложите нарезанные крупными кусками лук, зубчики чеснока и базилик вместе со

стеблями. В течение 10–15 минут тушите овощи и зелень в масле. Добавьте помидоры, предварительно удалив кожицу и плодоножки, с соком. Варите овощи еще 10–15 минут. Затем всыпьте сахар, соль и перец. Полученную массу остудите и измельчите в блендере.

2 Варите макароны до состояния аль денте. На глубокую

сковороду влейте часть соуса и добавьте макароны. Помешивая держите пасту на огне, пока она не впитает часть соуса и не станет полностью готова.

3 Раскладывая по тарелкам, оформите блюдо зеленью. Можно посыпать сыром. Оставшуюся часть соуса разделите на порции и заморозьте впрок.



Нежный клюквенный мусс

- 300 г клюквы • 2 стакана сахара
- 6–8 ст. ложек манки

1 Промытую клюкву разомните деревянным пестиком, добавьте 0,6 стакана воды и отожмите через марлю. Сок уберите в холодильник.

2 Выжимки залейте 6 стаканами воды и доведите до кипения, после чего процедите.

На клюквенном отваре сварите густую кашу. Для этого тонкой струйкой всыпьте манку и сахар в кастрюлю, постоянно помешивая, и варите на маленьком огне в течение 20 минут.

3 Охладите полученную кашу и влейте в нее отжатый сок. Миксером взбейте до увеличения массы в объеме вдвое. Разлейте мусс по креманкам и поставьте в холодильник на ночь.



Бурый рис с курино-грибным белым соусом

- 1 стакан риса бурого • 400 г шампиньонов (можно мороженных) • 300 г филе куриной грудки • 1 головка лука репчатого • 1 стакан сливок (10%) • 1 ст. ложка масла растительного • зелень петрушки для оформления • перец черный молотый • соль

1 Рис промойте, залейте 3–4 стаканами воды и поставьте на небольшой огонь. Варите 25–30 минут.

2 Куриное филе нарежьте небольшими кусочками

(2,5×1 см). Посыпьте солью и перцем, оставьте на 10 минут.

3 Мелко нашинкуйте лук и спассеруйте на сковороде с разогретым маслом.

4 Кусочки курицы жарьте в сотейнике на раскаленном масле. Когда они зарумянятся, добавьте лук и нарезанные грибы. Накройте сотейник крышкой и тушите мясо с грибами до готовности грибов.

5 Влейте в сотейник сливки и доведите смесь до кипения. Если соус получается слишком жидким, оставьте крышку открытой и дайте части жидкости выпариться.

6 Подавайте готовый рис, полив соусом. Оформите зеленью петрушки.





Творожная запеканка с клубничным соусом

• 1 кг творога • 1 ч. ложка соды • 1 стакан сахара + 3–4 ст. ложки для клубники • 2 яйца • 0,5 стакана манки • 300 г клубники замороженной • масло сливочное • сахарная пудра • несколько веточек мяты для оформления

1 Творог выложите в миску и добавьте соду. Перемешивайте массу, пока она не станет жидкой.

2 Миксером взбивайте яйца с сахаром до образования пены. Соедините яичную смесь с творогом, хорошо перемешайте и всыпьте манку. Снова перемешайте до однородности.

3 Форму для выпекания смажьте сливочным маслом и по-

сыпьте манкой. Заполните творожной массой на половину объема. Поставьте запеканку в духовку, разогретую до 180 °С. Выпекайте в течение 30 минут.

4 Размороженную клубнику вместе с сахаром выложите в чашу блендера и измельчите.

5 Готовую запеканку охладите, разрежьте пополам. Нижний корж смажьте клубничным соусом, накройте вторым коржом. Посыпьте сахарной пудрой, разрежьте на порции, перед подачей украсьте листиками мяты.

Дорогие мамочки!

Ждем ваших писем с рецептами и фотографиями не менее четырех оригинальных и полезных детских блюд, а также с рассказом о кулинарных предпочтениях вашего ребенка и его фотографиями. Самые интересные рецепты и качественные фотографии блюд будут опубликованы в журнале в рубрике «Готовим для детей», а их авторы (мамочки) получат в подарок ценные призы!

Автору сегодняшних рецептов мы дарим сковороду с керамическим антипригарным покрытием GreenLife от GreenPan. В ней можно легко приготовить не только вкусную, но и здоровую пищу с минимальным использованием масла. Сковорода нагревается и готовит быстрее, чем традиционная посуда, продукты в ней меньше времени подвергаются термической обработке, а значит, сохраняют больше витаминов и полезных веществ.



Фотографии, рецепты блюд и заполненный купон присылайте по адресу: 105082, г. Москва, а/я № 5, ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА» (с пометкой «Кулинарный практикум» – «Готовим для детей»). Или на e-mail: cooking@konliga.ru. *Авторы опубликованных рецептов и фотографий, проживающие в Москве и МО, получают призы в редакции, а авторы из других городов – по почте.

Купон участника рубрики «Готовим для детей»

Фамилия, имя

Адрес, телефон

E-mail

*Отправляя письмо на указанный адрес, вы выражаете свое согласие на обработку и использование своих персональных данных согласно действующему законодательству РФ. ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА», редакция журнала «Кулинарный практикум» обеспечивают конфиденциальность полученных персональных данных согласно действующему законодательству РФ.



Рыбная тема

Поздравляем пятерку победителей конкурса на лучшие рыбные блюда. Авторы этих рецептов получают в подарок по набору мельничек для соли и перца «Карандаши» от интернет-магазина enjou-me.

Строганина из скумбрии



● скумбрия ● соль ● перец черный молотый ● лавровый лист

Свежемороженую скумбрию разрежьте по хребту, но не до конца (удобнее это делать, когда рыба еще не разморожена).

Раскройте рыбину, выньте хребет, с мякоти счистите почернения, вымойте и обсушите. Посолите, поперчите рыбу и посыпьте порванным лавровым листом. Заверните скумбрию, начиная с хвоста, в трубочку. Оберните пекарской бумагой и перевяжите, чтобы она заморозилась в виде плотной колбаски. Оставьте скумбрию на 2 часа при комнатной температуре, затем положите в морозилку на 3 часа. Готовую рыбину тонко порежьте (еще замороженной).

Сергей Гоголь, Симферополь

Рулет из лаваша с рыбой

● 2 лаваша армянских ● 150–200 г семги малосоленной ● 150 г плавленого сыра ● 3 яйца, сваренных вкрутую ● несколько веточек укропа ● 4 пера лука зеленого ● майонез

Яйца почистите и натрите на крупной терке. Плавленый сыр положите в холодильник, а когда он застынет, также натрите на крупной терке. Филе семги нарежьте тонкими полосками. Укроп и лук промойте, обсушите и измельчите. Смешайте зелень с сыром, яйцами и майонезом (кладите его по вкусу). Равномерно распределите приготовленную начинку на лаваше, сверху выложите рыбу.



После этого лаваш аккуратно сверните рулетом, заверните в фольгу и уберите на 1,5 часа в холодильник. Перед подачей к столу нарежьте кусочками.

Ирина Долженкова, Курск

Пирог с рыбой и шпинатом



● 250 г теста слоеного готового ● 1 стакан шпината нарезанного ● 200 г филе трески или тилапии ● 0,5 стакана сметаны ● небольшой пучок укропа ● перец черный молотый ● соль ● соклимонный ● масло оливковое ● зерна граната ● масло сливочное

Тесто раскатайте в пласт, вырежьте из него круг по диаметру формы. Рыбу помойте, порежьте на кусочки, посолите, сбрызните лимонным соком и слегка обжарьте на оливковом масле. Укроп порубите, соедините со шпинатом, добавьте сметану, посолите, поперчите и перемешайте. Переложите тесто на противень, смазанный сливочным маслом. Выложите сметанно-шпинатную начинку, затем рыбу, оставляя 2 см от края. Загните края пирога. Выпекайте в разогретой до 200 °С духовке 30 минут. Готовый пирог посыпьте зернами граната.

Анна Курзаева, Ульяновск

Рыбный мусс с икрой в желе

● 3 яйца ● 15 г желатина ● 300 г филе белой рыбы (например, морского окуня) ● 250 г сыра сливочного ● 2 ст. ложки сметаны ● 0,3 пучка укропа ● 3 ст. ложки красной икры ● огурец ● перец сладкий красный ● перец черный молотый ● соль



Рыбу варите до готовности, затем очистите от косточек. Яйца отварите вкрутую и разрежьте на 6 частей. Желатин замочите в небольшом количестве воды. Блендером взбейте рыбное филе со сливочным сыром и сметаной. Добавьте яйца и желатин, взбейте до однородности. Полученный мусс протрите через мелкое сито. Добавьте 2 ст. ложки красной икры, измельченный укроп, соль и перец. Перемешайте, чтобы икринки не лопнули. Из огурца и перца вырежьте елочки. Положите их на дно пиадок, окружите икрой и/или мелко нарезанным огурцом. Наполните пиадки муссом и уберите в холодильник на 3 часа. Перед подачей формочки опустите на несколько секунд в горячую воду и переверните на блюдце.

Светлана Зарецкая, Солнечногорск



Киш с форелью и укропом

● 1,5 стакана муки ● 0,5 ч. ложки соли ● 110 г масла сливочного ● 4 яйца ● 1 ч. ложка масла оливкового ● 1 головка лука репчатого красного рубленого ● 1 банка молока концентрированного (375 мл) ● 200 г форели или другой красной рыбы (соленой или копченой) ● 2 ст. ложки огурцов маринованных рубленых ● 0,3 стакана укропа рубленого

Муку, соль и охлажденное сливочное масло взбейте в кухонном комбайне до состояния крошки. Добавьте 1 яйцо и вновь взбейте. По одной добавляйте 4 ст. ложки воды и замесите эластичное тесто. Заверните в пленку и уберите в холодильник на час. Раскатайте тесто, положите в форму, сформируйте бортики. Проколите вилкой и накройте фольгой. Положите сверху сухую фасоль и поставьте в духовку на 10 минут (при 180 °C). Затем удалите фасоль и фольгу и выпекайте еще 15 минут. Для начинки лук, пассерованный на масле, взбейте с молоком и 3 яйцами. Добавьте нарезанную рыбу, огурцы и укроп. Перемешайте. Вылейте начинку на основу и запекайте 40 минут.

Татьяна Ворона, Обнинск

Мировая кухня

Наш новый этап конкурса читателей рецептов посвящен национальным блюдам. Пришлите в редакцию проверенный вами рецепт и фото блюда, принадлежащего к любой из национальных кухонь. Пять победителей, чьи рецепты покажутся нам самыми оригинальными, а фото блюд — качественными, получат в подарок средства для ухода за домом Amway Home: многофункциональное чистящее средство L.O.C., мягкое чистящее средство L.O.C., влажные очищающие салфетки L.O.C. В состав этих средств входят натуральные ингредиенты. С их помощью вы в несколько раз быстрее сможете убраться на кухне: удалите грязь и копоть, не оставляя разводов и царапин.



Фотографии, рецепты блюд и заполненный купон присылайте до 27 января по адресу: 105082, г. Москва, а/я № 5, ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА» (с пометкой «Кулинарный практикум» — конкурс рецептов). Или на e-mail: cooking@konliga.ru. Подведение итогов — в № 3/2012 (в продаже с 20 февраля). Победители конкурса, проживающие в Москве и МО, получают призы в редакции, а победители из других городов — по почте. Период выдачи призов — с 27.02.2012 по 16.03.2012.

*Отправляя письмо на указанный адрес, вы выражаете свое согласие на обработку и использование своих персональных данных согласно действующему законодательству РФ. ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА», редакция журнала «Кулинарный практикум» обеспечивают конфиденциальность полученных персональных данных согласно действующему законодательству РФ.

Купон участника читательского конкурса

Фамилия, имя

Адрес, телефон

E-mail

must
HAVE
...

СЕКРЕТЫ СЕРВИРОВКИ НОВОГОДНЕГО СТОЛА

Must have — это самые актуальные вещи сезона. Например, в преддверии праздничных застолий важно научиться красиво и модно оформлять стол. А помогут нам в этом советы стилиста и эксперта в декорировании и сервировке.

1 Для удачного оформления любого стола нужно подобрать подходящие скатерти и салфетки. Сейчас существует тенденция совмещать скатерти разных форм и цветов, размещая их поверх друг друга. На прямоугольный стол можно положить скатерть белого, серо-стального или бежевого цвета, а на ней разместить узкие полосы яркой ткани. Для круглого стола поверх основной скатерти можно использовать круглые салфетки и лишь на них класть тарелки и приборы.

3 Важным элементом сервировки также является питьевое стекло. Еще несколько лет назад бокалы для вина привычно разделялись на 2 вида — для белого



и для красного. Сегодня ценителям этого благородного напитка предлагаются разнообразные бокалы, помогающие максимально раскрыть вкус и букет любого вина.

2 Теперь необходимо определиться с посудой, подобрав ее так, чтобы она максимально гармонировала с общей концепцией трапезы. Для больших торжеств и новогодних праздников мы предлагаем использовать белую и черную посуду необычных форм.



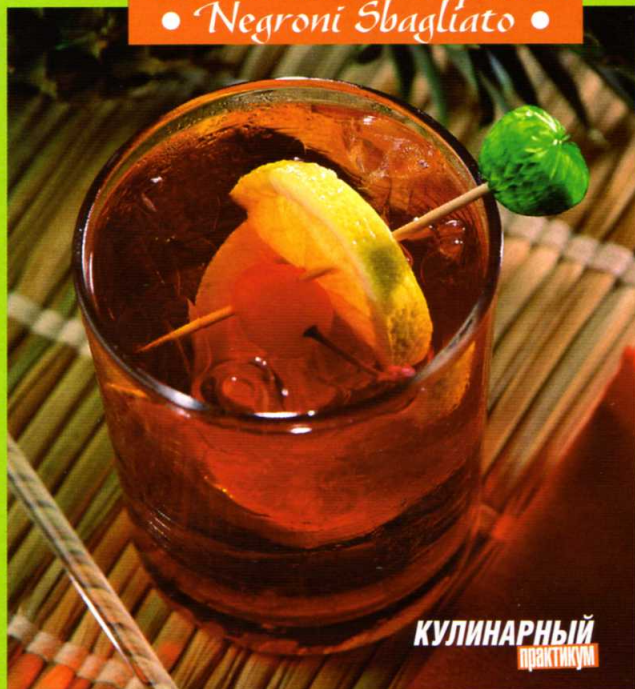
4 В качестве элементов декора можно использовать не только готовые аксессуары, но и различные дары природы — морские камешки, веточки оригинальной формы, шишки и орехи. Можно покрыть выбранные предметы быстросохнущей краской или опустить их на несколько часов в концентрированный раствор соли, чтобы получились украшения, как будто покрытые инеем.



5 Еще одной новой концепцией сервировки стола является оригинальная подача привычных блюд. Попробуйте, например, подать салаты или десерты в фужерах или стаканах, и гости по достоинству оценят оригинальность вашего мышления и изысканный вкус. ■

БЛАГОДАРИМ СТИЛИСТОВ БРЕНДА LUMINARC ЗА ПОМОЩЬ В ПОДГОТОВКЕ МАТЕРИАЛА И ПРЕДОСТАВЛЕННЫЕ ФОТОГРАФИИ

- Ошибочный Негрони •
- Negroni Sbagliato •



КУЛИНАРНЫЙ
практикум

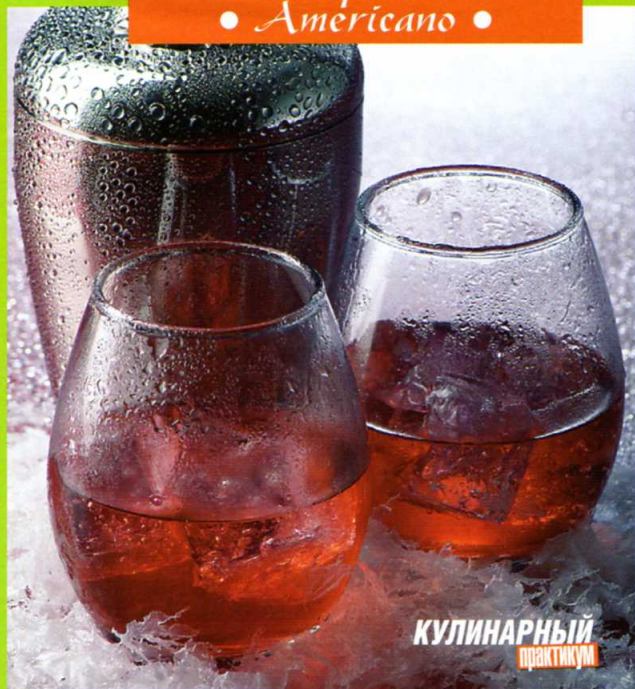
- Кампари Оранж •
- Campari Orange •



КУЛИНАРНЫЙ
практикум

• Коктейли от «Кулинарного практикума» •

- Американо •
- Americano •



КУЛИНАРНЫЙ
практикум

- Кампари Мохито •
- Campari Mojito •



КУЛИНАРНЫЙ
практикум

• Кампари Оранж • • Campari Orange •

- 1 часть кампари
- 2 части сока апельсинового свежевыжатого

■ Влейте кампари и апельсиновый сок непосредственно в стакан.

■ Подавайте в стакане для сока.

Это интересно

«Кампари Оранж» или «Гарибальди» — один из наиболее простых коктейлей, но он широко известен благодаря сочетанию биттера и апельсина. Его можно пить как аперитив и как лонг-дринк. Свое имя он получил благодаря известному итальянскому герою Giuseppe Garibaldi, красный цвет кампари вызывает ассоциацию с его красным жилетом, а апельсины символизируют Сицилию, в которой он жил.



• Ошибочный Негрони • • Negroni Sbagliato •

- 1 часть кампари
- 1 часть вермута красного
- 1 часть вина игристого белого
- долька апельсина для оформления

■ Смешайте все ингредиенты в тумблере с небольшим количеством льда.

■ Украсьте долькой апельсина.

■ Подавайте в высоком стакане.

Это интересно

«Ошибочный Негрони» — это вариация классического «Негрони», ставшая такой же популярной, как и оригинал. Разница в том, что вместо джина в этот коктейль добавляют белое игристое вино. Коктейль идеален для тех, кто любит шипучий эффект пузырьков, но не хочет забывать о характерном классическом вкусе.



• Кампари Мохито • • Campari Mojito •

- 1,5 части кампари
- 0,5 лайма
- мята
- 2 ч. ложки сахара тростникового
- содовая по вкусу
- лед колотый

■ Смешайте сахар и половинку нарезанного лайма в стакане. Мешайте, пока сахар не растает. Добавьте порубленные листья мяты. Наполните стакан колотым льдом.

■ Влейте кампари, добавьте немного содовой и размешайте.

■ Украсьте мятой. Подавайте в хайболе или тумблере.

Это интересно

Хайбол — высокий стакан правильной цилиндрической формы.

Тумблер — невысокий толстостенный стакан для коктейлей с толстым дном (неваляшка).



• Американо • • Americano •

- 1 часть кампари
- 1 часть вермута красного
- 1 часть содовой
- лед
- долька апельсина

■ Смешайте вермут, содовую и кампари в стакане со льдом.

■ Украсьте коктейль долькой апельсина.

■ Подавайте в высоком стакане.

Это интересно

Знаменитый «Американо» придуман в Милане, где был известен как «Милан-Торино» (Milano-Torino), так как его ингредиенты были родом из Милана (биттер «Кампари») и из Турина (красный вермут «Чинзано»). Его переименовали в «Американо» после того, как американские туристы полюбили этот коктейль во время запрета на алкоголь в США.



nota
bene
...



Менажница (от фр. *mélanger* – «смешивать») – большое блюдо овальной или круглой формы, разделенное на несколько секций посредством перегородок. Некоторые модели менажниц выпускают с общей подставкой, на которой расположены отдельные секции, которые могут использоваться как порционные салатники или соусники. Менажница хороша для подачи закусок (например, в блюде по секциям можно разложить оливки, маслины, корнишоны, маринованный чеснок, а также разные сорта орешков и т.д.).

Паюсная икра – сорт черной прессованной непотертой икры. Ее засаливают прямо в пленке (ястыках), а затем раскладывают по лубкам (мелким корытцам) и слегка просушивают (обветривают). После этого икру освобождают от ястыков, очищают от всех прожилок и слизи и давят в чанах толкушками, отчего икринки становятся плотными, плоскими и приобретают особый вкус, возникающий из-за сочетания чуть подсохших (ферментированных) икринок с более свежими, пропитанными, насыщенными соленоватым осетровым жиром. Паюсная икра имеет вид однородной массы и предназначена в первую очередь для бутербродов.

Та паюсная икра, о которой мы читаем у Гоголя или Гиляровского, изготавливалась по-другому: поскольку перевозка была делом медленным, в икру добавляли до 15% соли и прессовали ее в лепешки, несколько раз отжимая рассол. Она хранилась месяцами, и ее можно было резать, как сыр.

Щепотка – единица измерения в кулинарии, количество сухого порошкообразного вещества (соли, соды, перца, сахара, крахмала), которое можно взять тремя пальцами (большим, указательным и средним), сложенными кончиками вместе.

Визига – жилы из хребта осетровых рыб (севрюги, стерляди), которые, будучи хорошо разварены, превращаются в прозрачную студенистую массу. Визига высушивается на воздухе и сплетается в пучок. Содержит клейвидные вещества, используется в вареном виде для приготовления начинки для пирогов, расстегаев, кулебяк и пр. (перед употреблением ее предварительно замачивают).



Главный редактор
Елена Геннадьевна КОЖУШКО
(cooking@konliga.ru)

Выпускающий редактор Юлия БЕБУТОВА
Арт-директор Галина БАЧЕРИКОВА
Верстальщик Екатерина АФОНЕНКОВА
Корректор Татьяна ЛЕВИЦКАЯ

Издательский директор Мария КОЛОКОЛКИНА
Финансовый директор Наталья СТАРКОВА
Директор по распространению
Кирилл ЕГОРЕНКО
Начальник производственного отдела
Татьяна КАЧУРОВА
Директор по связям с общественностью
и информации
Изабелла САВИЧЕВА
Бренд-менеджер Екатерина КОНДАУРОВА

Размещение рекламы:
ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА»
Телефон/факс: (495) 775 14 35
Коммерческий директор
Ирина ШЕВЦОВА (ishevtsova@konliga.ru)
Директор по рекламе Татьяна ПОПОВА
Менеджер по рекламе: Наталья ПАВЛЮТКИНА,
Анна ЛУДАННАЯ, Светлана ХАРЧЕНКО
Менеджер по контролю за размещением рекламы
Мария ФИЛИПОВА

Учредитель и издатель
ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА»
Основатели компании:
Александр Владимирович КОЛОСОВ,
Раиса Яковлевна НЕЯГЛОВА-КОЛОСОВА
Генеральный директор Максим ЗИМИН

Адрес редакции (для писем):
105082, Москва, а/я № 5
ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА»
107082, Москва, ул. Бакунинская, д. 71, стр. 10
Телефон: (495) 775 14 35
Электронный адрес: cooking@konliga.ru
www.practical-cooking.ru / www.konliga.ru
ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА» –
член Международной ассоциации
периодической печати

Печать:
ОАО «АСТ – Московский полиграфический дом»,
111123, Москва, шоссе Энтузиастов,
д. 56, стр. 22
Телефон: (495) 748 67 30
Заказ № 1412. Тираж 120 000 экз.
Цена свободная.

ISSN 1818-4219

Журнал зарегистрирован Федеральной
службой по надзору за соблюдением
законодательства в сфере массовых
коммуникаций
и охране культурного наследия.

Свидетельство о регистрации
ПИ № ФС77-23299 от 07 февраля 2006 г.
Все права на распространение журнала
в РФ и зарубежных странах принадлежат
ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА».

Индекс в каталоге российской прессы
«Почта России» 24244

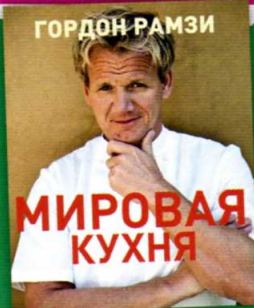
При работе над журналом были использованы
материалы издательства «АРКАИМ»
Foto.MillionMenu.ru,
а также лицензионные материалы
ARNOLDO MONDADORI EDITORE SPA ©

Дата выхода в свет: 13.12.11
Дата начала продаж: 19.12.11

Редакция не несет ответственности за содержание
рекламных материалов и писем читателей. Мнение
редакции может не совпадать с мнением читателей. Любое
использование материалов возможно только
с письменного разрешения редакции. Пересылка текстов,
фотографии и иные материалы, отправитель (автор)
выражает тем самым согласие на публикацию данных
материалов и передает редакции все исключительные
права на использование этих материалов в любой форме и
любым способом, в том числе право на публикацию
в изданиях ЗАО «ЭДИПРЕСС-КОНЛИГА».

Фото на обложке: Dreamstock.ru

КНИЖНЫЕ НОВИНКИ



Мировая кухня

Гордон Рамзи |
Издательство «КукБукс»

Гордон Рамзи, популярный английский кулинар и телеведущий, вновь радуется российских поклонников своего творчества. Для книги «Мировая кухня» он отобрал рецепты любимых блюд из 10 стран мира – от лучших образцов европейской кухни до самых интересных блюд Китая, Таиланда и других дальних уголков планеты. Предлагаемые рецепты – авторская версия оригинальных блюд, часто с небольшими изменениями, внесенными для удобства воплощения.

«Моя программа стройности»

Римма Мойсенко |
Издательство «Эксмо»

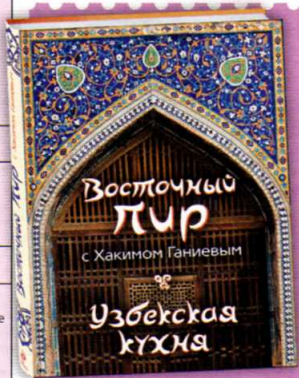
Книга известного диетолога Риммы Мойсенко адресована тем, кто мечтает добиться идеальной фигуры без вреда для здоровья, без голодания и, главное, без предательского возвращения сброшенных килограммов. Это не очередная новомодная диета! Знания, полученные из книги, научат вас питаться так, чтобы избавиться от лишнего веса комфортно и максимально быстро. Разработав собственную методику, автор самостоятельно похудела много лет назад и по сей день продолжает замечательно выглядеть.



«Восточный пир с Хакимом Ганиевым. Узбекская кухня»

Хаким Ганиев |
Издательство «Эксмо»

В книге Хакима Ганиева вы найдете самые лучшие рецепты простых и праздничных узбекских блюд, любовно собранные автором и снабженные пошаговыми инструкциями. Хаким Ганиев предлагает вашему вниманию рецепты легких салатов из самых свежих, сочных овощей, необычных мясных закусок, щедро приправленных душистыми специями, наваристых густых супов и нежных, тающих во рту десертов. А как же плов, спросите вы. Конечно, есть и плов. Но не просто плов, а дюжина невероятных рецептов этого восточного хита!



В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ № 2/2012 ЖУРНАЛА

КУЛИНАРНЫЙ ПРАКТИКУМ



- Блюда с айвой: вкусно и полезно



- Оригинальные салаты с красной рыбой



- Встречаем Масленицу: рецепты блинов, блинных тортов и оладушек



- В виде сердца: блюда для влюбленных



- БЛЮДО С ИСТОРИЕЙ. Винегрет



- Сытная зима: готовим солянку

- **КУХНИ МИРА.** Меню по-скандинавски
- **ТЕНДЕНЦИИ.** Посуда для чаепития
- **ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ.** Гречневая диета: рекомендации диетолога

НОВЫЙ
НОМЕР
В ПРОДАЖЕ
С 23 ЯНВАРЯ

Подписаться на журнал в России можно в почтовом отделении:

Индекс в каталоге российской прессы «Почта России»

24244

Распространение и подписка в других странах:

Германия:

DMR Rusexpress GmbH,
Atriumstr. 4, 04315 Leipzig
Тел. +49 (341) 687 06 0,
факс: +49 (341) 687 06 10
Internet: www.pressa.de,
www.mini-abo.eu

Белоруссия:

РУП «Белпочта»
220050, Республика Беларусь,
г. Минск, пр. Независимости, д. 10
Тел. горячей линии:
+375 (017) 200 04 06
Internet: www.belpost.by

Казахстан:

ТОО «KAZPRESS»
г. Алматы,
ул. Кунаева, д. 1, офис 212
Тел. +7 (727) 271 83 73,
250 22 60

Украина:

«Вариантпресс-В»
г. Киев, пр-т Воссоєдинєния, д. 3а
Тел./факс: +380 (44) 575 32 10,
575 32 15, 575 32 16
E-mail: variantp@variantp.com.ua
Internet: www.mirmody.com.ua

