

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№22 (150) НОЯБРЬ 2012

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

блюда
из баранины

12+

ISSN 1819-9488
12022
9 771819 948005



Всё будет тип



реклама

Мир Кур

www.mirkur.ru

Мир Кур – первый и единственный в России портал, полностью посвященный курице, – объявляет конкурс на лучший рецепт блюда из куриных окорочков с 15 по 30 ноября.

Ждем Ваших фоторецептов. Подробности конкурса на сайте mirkur.ru

Условия участия в конкурсе:
Конкурс на лучшее авторское блюдо из курицы проводится с 15 по 30 ноября. Участники присылают свои рецепты ИЗ КУРИНЫХ ОКОРОЧКОВ с подробным описанием и обязательным фото в приложении на почту mirkur.konkurs@mail.ru. Блюда должны быть придуманы участниками и не носить характер плагиата. Все рецепты, соответствующие условиям конкурса, будут перенаправлены в «Гастрономъ» кулинарным экспертам и оцениваются по следующим критериям:

1. оригинальность блюда;
2. оформление блюда;
3. вкус, сочетание продуктов;
4. новаторство;
5. название.

По окончании конкурса будут подведены итоги на сайте Мир Кур, с публикацией победителей и оценок жюри «Гастронома». Все подарки от Мир Кур доставляются по России в течение двух недель после анонса призовых мест.



Мы знаем о курице всё!



Дорогие друзья!

Мы решили посвятить этот номер журнала баранине по нескольким причинам. Во-первых, у этого мяса сейчас самый сезон – барашков везут к нам с юга России, из Закавказья и из Средней Азии. Во-вторых, в это холодное, промозглое время года в меру жирное мясо (а бараний жир очень полезен!) дает нам возможность не только насытиться, но и запастись энергией. Ну и в-третьих, мы все просто очень любим баранину и всегда удивляемся, когда встречаем кого-то, кто ее не любит. Мы постарались подобрать рецепты так, чтобы каждый из вас нашел себе как можно больше блюд на собственный вкус: густые с насыщенным соусом или поджаристые с хрустящей корочкой; острые и пряные или нежные и тающие во рту; супы и рагу; пирожки и сэндвичи; супы и запеканки; ножка целиком и корейка на косточке... И не забывайте о специях, ароматных овощах и травах: зира, кориандр, душистый перец и паприка, имбирь, чеснок, розмарин, тимьян, лук и чеснок – это большие друзья баранины!

Ваша редакция



содержание

условные обозначения



вегетарианское питание



блюда, которые подходят для детей **



легкие рецепты



рецепты средней сложности



рецепты для опытных кулинаров



блюда, которые можно готовить в микроволновой печи



полезный совет

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



- 2 кисло-сладкий маринад для ребрышек
- 4 корнуольские пироги с бараниной
- 6 салат из ягнатины
- 7 сэндвич с бараниной
- 8 слоеные пирожки с бараниной
- 10 суп в магрибском стиле
- 12 кюфта-бозбаш
- 14 быстрое рагу с зелеными овощами
- 16 плов с бараниной и айвой
- 18 баранья корейка на гриле
- 19 фузилли с бараниной и сельдереем
- 20 баранья ножка с пряным маслом
- 22 баранина с баклажанами и корицей
- 24 чанахи
- 26 баранина с овощами и кускусом
- 28 джиз
- 30 прованское рагу из баранины



кисло-сладкий маринад 🍅 для ребрышек

ЧТО НУЖНО:

- 100 мл** хорошего кетчупа
- 3 ст. л.** абрикосового конфитюра
- 4 ст. л.** соевого соуса
- 2 ст. л.** белого винного уксуса
 - сок 1 среднего апельсина
 - щепотка острого красного перца
 - свежемолотый черный перец

Время приготовления: 10 мин.

Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Абрикосовый конфитюр положить в кастрюльку, добавить 3 ст. л. воды и уксус, на слабом огне, помешивая, прогреть почти до кипения.

2 Снять с огня, влить лимонный сок, перемешать. Затем добавить соевый соус, перемешать.

3 Смешать получившуюся массу с кетчупом до однородности, приправить острым красным и черным перцем. Положить ребрышки в маринад, мариновать от 2 до 4 ч.



Откройте легкие и разнообразные
рецепты для семейного ужина
с норвежской семгой на www.iznorvegii.ru

СВЕЖИЙ ВЗГЛЯД НА СЕМЕЙНЫЙ УЖИН



4 порции



40—60 мин.



трудно



НОРВЕЖСКАЯ СЕМГА В ОРЕХОВОЙ КОРОЧКЕ С ГРИБНЫМ ВИНЕГРЕТОМ

“ Как сделать особенным
обычный семейный ужин
и подарить близким новые
свежие впечатления?
Готовьте горячие блюда
из норвежской семги —
легкие и яркие!
Эту полезную рыбу ценят
за очень нежное, сочное
мясо. Она максимально
просто готовится и отлично
сочетается с любыми
овощами и соусами! ”

Ингредиенты (на 4 порции)

- 700 г филе норвежской семги
 - 1 ст. л. соли грубого помола
 - 4 ст. л. миндаля
 - 4 ст. л. фундука
 - 4 ст. л. кунжута
 - 2 ст. л. кориандра
 - 0,5 ч. л. перца
 - 2 ст. л. оливкового масла
- ### Грибной винегрет
- 300 г шампиньонов
 - 4 головки очищенного репчатого лука
 - 1 пучок петрушки
 - 1 ст. л. сливочного масла
 - 1 ст. л. оливкового масла
 - 2 ст. л. бальзамического уксуса
 - 75 мл воды
 - соль и перец

Приготовление

Филе семги разрезать на четыре куса одинакового размера. Посолить и дать постоять примерно 5 минут. Соль смыть, после чего рыбу обсушить. Миндаль, фундук, кунжут и кориандр мелко порубить и перемешать. Разделить смесь поровну между порциями семги, сверху сбрызнуть оливковым маслом. Куски семги выложить на жиростойкой бумаге на противень. Рыбу запекать до готовности в средней части духовки при температуре 170 °C примерно 8 минут. Приготовить гарнир. Для этого шампиньоны и лук промыть, грибы порезать мелкими кубиками, луковички оставить целыми. Шампиньоны и лук обжарить в сливочном и растительном масле в течение 5 минут. Влить воду с бальзамическим уксусом и тушить, пока луковички не станут мягкими. Приправить по вкусу солью и перцем, добавить мелко порубленную петрушку и размешать. Подавать семгу на подогретых тарелках, выложив вокруг нее винегрет.



ИЗ НОРВЕГИИ
С ЛЮБОВЬЮ





корнуольские пироги с бараниной 🍅 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 600 г** мякоти молодой баранины
- 250 г** слоеного теста
- 10** крупных шампиньонов
- 1** стакан крепкого мясного бульона
- 4** луковицы шалота
- 1** стакан красного сухого вина
- 1** средняя головка чеснока
- 2** веточки розмарина
- 1** яйцо
- 3 ст. л.** оливкового масла и еще немного для смазывания
- соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 1 час 50 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Баранину нарезать небольшими кусками, лук и чеснок измельчить, шампиньоны почистить и нарезать на четвертинки.
- 2** Приправить мясо солью, перцем и частью оливкового масла, обжарить в глубокой сковороде с толстым дном на оставшемся оливковом масле на сильном огне. Шумовкой выложить мясо на тарелку.
- 3** В той же сковороде, где жарилось мясо, поджарить лук и чеснок до золотистого цвета, 5–7 мин. Затем добавить шампиньоны, розмарин, соль и перец, жарить еще 3–4 мин. Вернуть мясо в сковороду. Влить вино и бульон, довести до кипения, уменьшить огонь, тушить 1 ч.
- 4** Смазать оливковым маслом 4 небольшие формы для запекания. Слоеное тесто разрезать на 4 квадрата, раскатать так, чтобы они по размеру были чуть больше форм для запекания.
- 5** Поровну разложить мясо по формам, накрыть тестом и тщательно «приклеить» края теста к внешнему краю форм.
- 6** В центре каждого пирога проколоть отверстие для пара, поверхность смазать яйцом. Запекать, пока тесто не пропечется и не станет золотисто-румяным, примерно 20 мин. Подавать горячими.



салат из ягнатины

ЧТО НУЖНО:

- 300–350 г** жареной или запеченной ягнатины
- 1** средняя красная луковица
- 100 г** зеленой стручковой фасоли
- 1** кочан салата-латука
 - по 1 маленькому пучку мяты и кинзы
- 20 г** очищенного обжаренного арахиса
- 3** зубчика чеснока
- 1** небольшой красный перец чили
- 2 см** корня имбиря
- 2 ст. л.** тростникового сахара
- 3 ст. л.** лимонного сока
- 3 ст. л.** соевого соуса



Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4–6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мелко нарезать имбирь, чеснок и очищенный от семян чили. Растереть в ступке чеснок, чили и имбирь в пасту. Добавить сахар, лимонный сок и соевый соус. Переложить получившуюся заправку в миску.

2 Фасоль быстро отварить в кипятке, 2 мин., откинуть на сито. Лук нарезать очень тонкими четвертинками колец. Мясо нарезать тонкими пластинками. Арахис крупно порубить.

3 В миску с заправкой положить все компоненты салата, кроме латука, перемешать. Латук нарвать на удобные для еды кусочки и смешать с салатом. Подавать немедленно.



сэндвич с бараниной 🐻 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 2 булочки с кунжутом
- 100 г готовой баранины (жареной или запеченной)
- 1 большой помидор
- 1 зубчик чеснока
- 4 стебля зеленого лука
- 3–4 веточки кинзы
- 2 ст. л. майонеза
- 1 ст. л. густого натурального йогурта
 - свежемолотый черный перец

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 2

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Для заправки очень мелко порубить зеленый лук и кинзу. Чеснок раздавить, очистить и порубить еще раз вместе с зеленью. Смешать с майонезом и йогуртом, поперчить.
- 2 Баранину нарезать как можно тоньше и при желании немного подогреть на сковороде без масла. Очень тонкими кружками нарезать помидоры.
- 3 Булочки разрезать пополам, слегка поджарить в тостере или в духовке. На каждую нижнюю половинку выложить по паре кружков помидора, немного заправки, баранину, еще немного заправки, снова пару кружков помидора и верхнюю часть булочки. Подавать немедленно.



слоеные пирожки с бараниной



Время приготовления: 40 мин.
Количество: 8 штук

ЧТО НУЖНО:

- 500 г слоеного бездрожжевого теста
- 500 г бараньего фарша
- 2 яйца
- 1 большая луковица
- 3 зубчика чеснока
- 1 большой пучок кинзы
 - сливочное масло
- 1 ч. л. молотой зиры
 - соль, свежемолотый черный перец
- 1 желток

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яйца сварить вкрутую, очистить и мелко порубить. Измельчить кинзу. Лук и чеснок очистить и мелко нарезать.

2 В большой сковороде растопить 2 ст. л. сливочного масла, положить лук и чеснок, обжарить на сильном огне до мягкости, 5 мин. Добавить фарш вместе с зирой, обжаривать на сильном огне, все время разбивая комки вилкой, до изменения цвета, 4–5 мин. Снять с огня,

добавить яйца, кинзу, соль и перец, немного остудить.

3 Тесто разрезать на 8 одинаковых частей, каждую часть раскатать в тонкий прямоугольник. На половину каждого куса выложить фарш, накрыть второй половиной куса, защипнуть, смазать смесью желтка с 1 ч. л. растопленного масла. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке до золотистой корочки, примерно 20 мин.



Собираетесь делать ремонт на кухне? Наверняка, уже думаете, какую бытовую технику на ней нужно разместить? В этом вам поможет специальная программа Bosch «Планировщик кухонь», расположенная на сайте **www.bosch-bt.ru**



Ремонт на кухне?

Программа поможет вам не только спланировать кухню вашей мечты, но и оснастить ее самой современной техникой, которая освободит вас от домашних забот, и вы сможете посвятить больше времени себе и своей семье.

Многие жалуются на маленькую площадь кухни, на которой очень сложно разместить посудомоечную машину. Планировщик кухонь Bosch предлагает разные решения и обязательно найдет вариант размещения посудомоечной машины даже в самой маленькой кухне. Ведь ширина посудомоечной машины Bosch может быть всего 45 см, при этом в нее можно с уверенностью загружать как кастрюли и сковороды, так и хрупкие бокалы на длинной ножке. Посудомоечная машина Bosch ActiveWater* 45 оснащена 3 коробами, благодаря чему в нее можно загружать и мыть до 10 стандартных комплектов посуды. А ведь это 118 предметов посуды!

Для посудомоечной машины Bosch шириной 45 см в верхнем коробе была разработана двойная система коромысел для подачи воды. Зона действия обоих коромысел полностью охватывает весь объем внутреннего пространства посудомоечной машины. Буквально каждая капля воды расходуется эффективно, так что даже в самых дальних углах посудомоечной машины посуда будет вымыта до сияющей чистоты.

Программы мытья посуды также могут настраиваться индивидуально в зависимости от ваших потребностей. В системе настроек заложена специальная функция VarioSpeed**, позволяющая экономить до 50% времени при неизменно превосходном качестве мытья при полной загрузке. А благодаря системе AquaStop*** вы можете забыть о протечках на весь срок эксплуатации прибора.

Помимо всех очевидных плюсов посудомоечной машины Bosch ActiveWater шириной 45 см у нее есть еще один немаловажный – гарантия 10 лет от сквозной коррозии.

Мытье посуды руками – это пустая трата электричества, воды, времени и денег. При современном ритме жизни вам просто необходима автоматическая посудомоечная машина. Только с ней можно выполнять несколько дел одновременно. Благодаря Bosch после ремонта вам не придется отвлекаться от чего-то важного, чтобы помыть посуду!



* АктивВотер - циркуляция воды на 5 уровнях.
** ВarioСпид - экономия до 50% времени.
*** АкваСтоп - защита от протечек на весь срок службы прибора.



СПОНСОР РЕЦЕПТА



Не є рекламою. Товар сертифікований.

суп в магрибском стиле 🍅🍅



ЧТО НУЖНО:

- 1 кг** бараньей грудки
- 0,5 кг** почечной части баранины
- 1** большая луковица
- 1** средняя морковь
- 1** банка (400 г) резаных томатов «Пиканта»
- 2** больших черешка сельдерея
 - половина перца чили
- 2** зубчика чеснока
- 1** банка (400 г) консервированного нута
 - горсть любой некрупной пасты (фузилли, пенне)
- 1 ч. л.** семян зиры
 - красный перец и молотая гвоздика на кончике ножа
 - щепотка шафрана
 - соль
 - растительное масло

Время приготовления: 6 часов 30 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Положить все мясо в большую кастрюлю, залить доверху холодной водой, довести до кипения, снять пену и варить на маленьком огне 2 ч.

2 Полностью остудить и охладить: на это потребуется 2 ч плюс еще 2 ч в холодильнике. Слить в миску образовавшийся на поверхности жир.

3 Чили очистить от семян и белых перегородок, смешать в миске с резаными томатами вместе с соком. Мясо снять с костей, мелко нарезать и вернуть в бульон. Лук нарезать маленькими кубиками, морковь – тонкими дольками, сельдерей – тонкими ломтиками.

4 В сковороде разогреть часть снятого с бульона жира, обжарить в нем лук до мягкости, 5 мин. Добавить морковь и чили, обжаривать 3 мин.

5 Довести бульон с мясом до кипения, переложить в него овощи, добавить сельдерей, томаты с чили и нут. Посолить, положить специи, довести до кипения и варить на небольшом огне 30 мин.

6 За 10 мин. до окончания приготовления положить пасту. Подавать с большим количеством зелени.



КСТАТИ

Сезон помидоров в наших широтах продолжается всего два месяца. А хорошие супы мы хотим варить круглый год. Нарезанная кубиками мякоть спелых итальянских томатов в собственном соку от «Пиканта» сделает ваши блюда насыщенными, ароматными и полезными.



кюфта-бозбаш



Время приготовления: 14 часов 20 мин.
Порций: 6



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Залить нут большим количеством холодной воды на 12 ч. Затем слить воду, нут промыть, залить свежей холодной водой. Варить на небольшом огне до мягкости, 1,5–2 ч. Рис залить холодной водой на 1 ч, затем слить воду.

2 Лук очистить и крупно нарезать. Мясо нарезать произвольно. Пропустить мясо и лук через мясорубку. Добавить рис, посолить, поперчить, приправить корицей и сухой мятой.

3 Тщательно вымесить фарш руками и с силой отбить его о рабочую поверхность. Слепить из фарша шары размером с женский кулак – кюфту.

4 Очистить картофель и разрезать пополам. Поставить на сильный огонь большую широкую кастрюлю с водой и довести до кипения. Посолить воду и шумовкой аккуратно выложить кюфту. Довести до кипения, снять пену и положить картофель. Варить почти до готовности картофеля, 15 мин.

5 Залить шафран маленькой рюмкой кипятка и оставить на 10–15 мин. Добавить в кастрюлю сушеную алычу, варить 2–3 мин. Влить шафрановый настой, положить готовый нут, прогреть и снять с огня.

6 Выложить в глубокие тарелки или пиалы кюфту, картофель и нут, залить бульоном, посыпать сушеной мятой и подавать.



ЧТО НУЖНО:

- 600–700 г** мякоти баранины с жирком
- 150 г** сухого гороха нут
- 70 г** риса
- 3** средние картофелины
- 2** средние луковицы
- 100 г** сушеной алычи
 - молотая корица на кончике ножа
- 5–6** нитей шафрана
 - сухая мята для фарша и для подачи
 - соль, свежемолотый черный перец



СОВЕТ

Вместо сухого нута вы можете использовать консервированный – это сократит время приготовления до 40 мин.



быстрое рагу с зелеными овощами 🐻 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 500 г филе ножки ягненка
- 200 г замороженной брокколи «Витамин»
- 200 г замороженной стручковой фасоли «Витамин»
- 2 большие луковицы
- 4 зубчика чеснока
- топленое масло
- 1 ч. л. душистого перца горошком
- 1 ч. л. паприки
- соль, черный перец

Время приготовления: 55 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Срезать с мяса все пленки и сухожилия, мякоть нарезать кубиками со стороной примерно 1,5 см.

2 Очистить и очень мелко нарезать лук и чеснок. Душистый перец горошком растолочь в ступке или положить в пластиковый пакет и разбить скалкой.

3 В большой жаровне или кастрюле с толстым дном обжарить мясо в топленом масле (лучше порциями) на сильном огне до румяной корочки со всех сторон. Готовое мясо выкладывать на блюдо.

4 В кастрюлю при необходимости добавить еще масла, положить лук и чеснок, обжарить на сильном огне, помешивая, 5 мин.

5 Вернуть в кастрюлю мясо, посыпать душистым перцем и паприкой, влить 2 стакана кипящей воды. Довести до кипения, закрыть крышкой, готовить на среднем огне 30 мин.

6 Добавить к мясу фасоль и брокколи «Витамин» (не размораживая), посолить и поперчить, перемешать, готовить под крышкой 5–7 мин. Подавать с деревенским хлебом.



КСТАТИ

Овощи и овощные смеси «Витамин» разнообразят ваше традиционное меню яркостью красок и новых идей. С ними легко готовить, и блюда получаются вкусными и полезными. Рекомендуется использовать их для гарниров, первых и вторых блюд, салатов и выпечки.



Плов с бараниной и айвой



ЧТО НУЖНО:

- 400 г** нежирной баранины
с лопатки или с задней ноги
- 3** стакана риса басмати
- 2** крупные айвы
- 2** небольшие луковицы
- 150 г** топленого масла
- 0,5** стакана колотого желтого
гороха
 - сок половины лимона
- 2 ст. л.** натурального йогурта
- 3 ст. л.** растительного масла
- 3 ст. л.** сахара
 - щепотка шафрана
 - по 0,5 ч. л. корицы и куркумы
 - соль, свежемолотый
черный перец

Время приготовления: 7 часов 30 мин.

Порций: 6–8

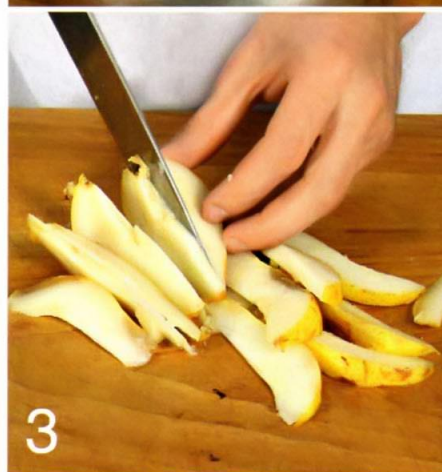
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Горох замочить в холодной воде на 6 ч, слить воду, промыть горох и обсушить в сите. Рис замочить в большом количестве воды на 1 ч.

2 Баранину нарезать кубиками со стороной 1 см. Лук нарезать мелкими кубиками. В казане разогреть растительное масло, положить лук, обжаривать 2 мин., добавить баранину и обжаривать до золотистого цвета, помешивая, 5 мин. Всыпать соль, перец и корицу, залить 3 стаканами кипящей воды, тушить на среднем огне 1 ч., периодически помешивая.

3 Айву разрезать пополам, удалить сердцевину, не очищая от кожуры. Нарезать айву крупными ломтиками, как яблоки для пирога. Добавить в казан с мясом лимонный сок, куркуму, сахар, горох и айву. Тушить под крышкой 35 мин., снять с огня, держать теплым. Шафран замочить в 2 ст. л. горячей воды.

4 Пока готовится баранина, слить с риса воду, в большой кастрюле с толстым дном вскипятить 2 л воды с солью,



всыпать рис, варить, помешивая, 6 мин., откинуть рис на дуршлаг, промыть теплой кипяченой водой.

5 В той же кастрюле разогреть половину топленого масла с 2 ст. л. воды и йогуртом. При помощи лопатки аккуратно выложить в кастрюлю рис в форме пирамиды, полить оставшимся маслом, смешанным с 0,5 стакана горячей воды и шафрановой водой. Накрыть кастрюлю полотенцем, сверху закрыть тяжелой

крышкой, чтобы пар не выходил из кастрюли. Готовить 10 мин. на среднем огне и еще 50 мин. на минимальном, поставив кастрюлю на рассекатель.

6 Обернуть дно кастрюли влажным холодным полотенцем, подержать так 5 мин. Выложить на большое подогретое блюдо рис, на него – баранину с айвой. Украсить разломанной на куски рисовой коркой.



баранья корейка на гриле 🐑 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 1 кг** бараньей корейки на ребрышках
- 1 ст. л.** семян зиры
- 1 ч. л.** семян кориандра
- 2** бутона гвоздики
- 1** палочка корицы
- 1 ч. л.** черного перца горошком
 - щепотка красного острого перца
 - соль, белый перец
 - растительное масло

Время приготовления: 2 часа 15 мин.
Порций: 4–6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Порубить баранину на порционные куски. Натереть солью и белым перцем, сразу же опустить в масло так, чтобы оно полностью покрывало мясо. Закрывать пленкой, поставить в прохладное место на 2 ч.

2 Приготовить смесь пряностей, смолот их в кофемолке и растерев в ступке. Максимально разогреть гриль.

3 Баранину вынуть из масла, выложить на бумажные полотенца. Когда лишнее масло стечет, натереть каждый кусок пряной смесью и жарить на гриле по 2 мин. с каждой стороны. Подавать немедленно, можно с зеленым салатом-микс и вареным рисом.

фузилли с бараниной и сельдереем 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 500 г** фузилли
- 400 г** мякоти баранины с задней ноги
- 100 г** копченой свиной грудинки
- 4** черешка сельдерея
- 1** большая луковица
- 1** средняя морковь
- 2** веточки тимьяна
- 200 мл** белого сухого вина
- 3 ст. л.** оливкового масла
 - соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 6–7

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Баранину и грудинку нарезать маленькими кубиками со стороны примерно 1 см. Сельдерей и морковь нарезать тонкими дольками.

2 В большой сковороде с толстым дном разогреть масло, положить баранину и грудинку и обжаривать на сильном огне, помешивая, до золотистого цвета, 5 мин. Добавить овощи, измельченную зелень и вино. Тушить на среднем огне под крышкой до мягкости баранины, 50 мин.

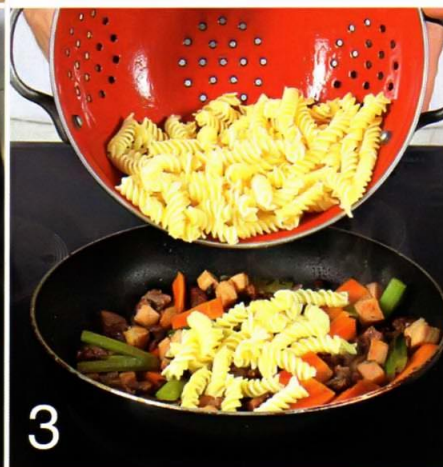
3 Одновременно сварить фузилли в большом количестве подсоленной кипящей воды согласно инструкции на упаковке. Откинуть на дуршлаг. Выложить фузилли в соус, перемешать, прогреть и подавать немедленно.



1



2



3

Всё будет тип



СПОНСОР РЕЦЕПТА



баранья ножка с пряным маслом



ЧТО НУЖНО:

- 1 ножка молодого барашка
весом 1,5 кг
- 200 г сливочного масла
- 5–7 зубчиков чеснока
- 1 средний пучок кинзы
- 1 ст. л. молотой сладкой паприки
- 1 ст. л. семян зиры
- 1 ст. л. семян кориандра
- 1 ч. л. молотой корицы
- 1 ст. л. соли среднего помола

Время приготовления: 1 день + 2 часа
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Масло размягчить при комнатной температуре. Семена кориандра и зиры поджарить на сухой разогретой сковороде, 1 мин., немного остудить и смолоть в кофемолке или растолочь в ступке. Смешать с молотой корицей и паприкой.

2 У кинзы удалить жесткие стебли (они не понадобятся), остальное порубить как можно мельче, почти в кашицу.

3 Чеснок очистить и натереть на мелкой терке, смешать с кинзой. Затем смешать сливочное масло с кинзой и чесноком. Всыпать смесь специй и соль, перемешать.

4 Аккуратно удалить с бараньей ножки пленки и жир – со всех сторон должно быть видно только мясо.

5 Разложить на столе несколько уложенных внахлест кусков пищевой пленки – чтобы можно было полностью завернуть ножку. Обмазать ножку со всех сторон пряным сливочным маслом и плотно завернуть в пленку. Убрать в холодильник на 12–24 ч.

6 За 2 ч до приготовления достать баранину из холодильника, снять пленку, уложить ножку на стоящую в противне решетку и поставить в разогретую до 220 °С духовку. Через 10 мин. уменьшить температуру до 160 °С и запекать 1 ч 10 мин., время от времени поливая ножку соками из противня. Перед подачей выложить на блюдо и дать постоять 15 мин., прикрыв фольгой.



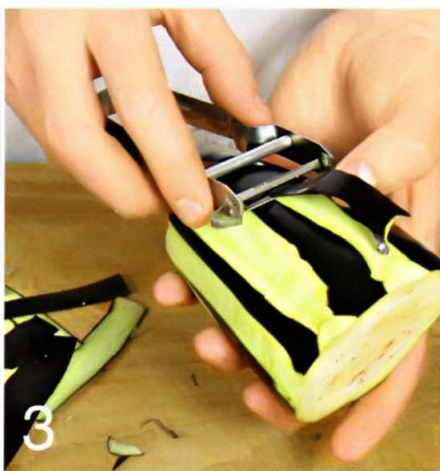
КСТАТИ

Пленка Toppits очень плотно прилипает к продукту и легко снимается. Благодаря ее особой трехслойной структуре продукты остаются свежими значительно дольше, сохраняя свой аромат и не теряя питательных веществ и витаминов. Пленка шире аналогов на 3 см.





баранина с баклажанами и корицей 🐻 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 500 г мякоти жирной баранины
- 5 средних баклажанов
- 3 средние луковицы
- 1 стакан сока незрелого винограда
- 2 ч. л. свежемолотой корицы
- соль

Время приготовления: 3 часа 50 мин.
Порций: 4-6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Тонко нарезать лук. Мясо нарезать маленькими кусочками, приправить солью и примерно 0,5 ч. л. корицы.
- 2 В кастрюле вскипятить смесь половины виноградного сока и 0,5 стакана воды, положить мясо, закрыть крышкой, довести до кипения и тушить на слабом огне 30 мин. Добавить лук, перемешать, снять с огня и оставить на 1 ч.
- 3 Почистить баклажаны, оставляя на них немного кожуры, и нарезать кружками толщиной примерно 3,5 см, опустить в подсоленную кипящую воду, варить 2-3 мин., откинуть на дуршлаг и сразу же обсушить.
- 4 Выложить в кастрюлю с толстым дном слоями баклажаны и мясо с луком, начав с мяса.
- 5 Залить оставшимся виноградным соком и еще 0,5 стакана воды. Закрыть крышкой, довести до кипения, готовить на минимальном огне 1 ч.
- 6 Снять с огня, посыпать оставшейся корицей и дать постоять под крышкой 15 мин. Подавать сразу же, при желании приправив еще корицей.





чанахи 🐻 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 600–700 г** баранины на косточке
- 100 г** курдючного сала
- 2** стакана мясного бульона
- 6** средних картофелин
- 3** средних луковицы
- 4** маленьких баклажана
- 4** крупных помидора
- 7** зубчиков чеснока
 - по 1 небольшому пучку петрушки и кинзы
- 3 ст. л.** томатной пасты
- 2** лавровых листа
 - соль, свежемолотый черный перец



ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Баранину нарезать крупными кусками, очищенные картофель и лук – крупными кубиками.
- 2** Помидоры разрезать на четвертинки, очищенные чесночные зубчики – на половинки. Крупно порубить зелень.
- 3** Баклажаны надрезать до середины, посолить и вложить внутрь зелень. Мелко нарезать курдючное сало.
- 4** В жаропрочную посудину выложить мясо, сверху – овощи, добавив чеснок, перец, соль и лавровый лист. Сверху положить мелко нарезанное курдючное сало.
- 5** Бульон (воду) довести до кипения, растворить в нем томатную пасту и залить этой смесью мясо с овощами.
- 6** Плотно закрыть посудину крышкой и поставить в нагретую до 180 °С духовку на 1 ч 40 мин. Подавать со свежей зеленью.

Время приготовления: 2 часа
Порций: 4–6



баранина с овощами и кускусом



Время приготовления: 2 часа 15 мин.
Порций: 6–8



ЧТО НУЖНО:

- 1,6–1,8 кг** мякоти баранины с задней ноги
- 2** средние репы
- 4** крупные морковки
- 8** маленьких молодых картофелин
- 400 г** капусты
- 400 г** молодых кабачков
- 4** крупных помидора
- 4** средние луковицы
- 6** зубчиков чеснока
 - оливковое масло «экстра вирджин»

Для кускуса:

- 800 г** кускуса среднего размера
- 100 г** изюма
- 50 г** сливочного масла
 - оливковое масло «экстра вирджин»
 - соль

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Мясо нарезать кубиками со стороной 2 см. Лук нарезать тонкими полукольцами, капусту крупно порубить. Чеснок измельчить.
- 2** Кабачки нарезать толстыми кружками, репу и морковь – крупными кубиками, помидоры – дольками. Картофель почистить щеткой, разрезать на четвертинки.
- 3** В большой кастрюле на сильном огне обжарить в 3–4 ст. л. масла мясо до румяной корочки (жарить нужно порциями, чтобы мясо не начало давать сок).
- 4** Когда все мясо готово, сложить его обратно в кастрюлю, подлить еще немного масла, уменьшить огонь, положить лук, готовить до золотистого цвета лука, помешивая, 10 мин. Затем добавить остальные овощи.
- 5** Влить 2 стакана кипящей воды, закрыть крышкой, готовить на маленьком огне до мягкости мяса, 1,5–2 ч.

- 6** Для кускуса изюм запарить в кипятке на 20 мин. Смешать сухой кускус с изюмом, сбрызнуть оливковым маслом, перемешать, приготовить согласно инструкции на упаковке. Перед подачей в горячий кускус положить сливочное масло. Подавать немедленно, с горячей бараниной с овощами.



ДЖИЗ



Время приготовления: 2 часа 15 мин.
Порций: 4



ЧТО НУЖНО:

- 1 кг** баранины на косточке (корейка, ребрышки)
- 100 г** курдючного жира
- 2** средние луковицы
- 2** средних спелых помидора
 - сок 1 граната или 1 лимона
- 1** небольшой пучок кинзы
- 3 ст. л.** смеси специй (семена зиры и кориандра, красный острый перец)
 - соль

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Мясо нарезать крупными кусками с косточкой почти в каждом. Излишки жира срезать и отложить. Сложить мясо в кастрюлю с толстым дном очень плотно. Влить кипящую воду, чтобы она покрыла мясо на 1–2 см. Довести до кипения, снять пену. Уменьшить огонь до минимума, закрыть крышкой и томить 2 ч.
- 2** Шумовкой вынуть из кастрюли мясо, выложить в дуршлаг, чтобы стек оставшийся бульон. С бульона снять жир, бульон посолить, поперчить.
- 3** Растереть в ступке зиру и кориандр, смешать с красным перцем. Нарезать лук тонкими полукольцами, промыть холодной водой, сбрызнуть соком лимона или граната. Помидоры разрезать вдоль пополам, затем поперек тонкими ломтиками.
- 4** Курдючный жир нарезать маленькими кусочками. Вытопить в казане до шкварок, шкварки вынуть шумовкой (их можно посолить и съесть отдельно с хлебом – это очень вкусно). Обжарить куски мяса в раскаленном жире на сильном огне до золотистой корочки.
- 5** Выложить куски мяса на блюдо. Посолить, поперчить и посыпать растертыми специями. Лук и помидоры выложить поверх мяса, присыпав красным перцем, подавать немедленно. Отдельно подать в небольших пиалах бульон, посыпав рубленой кинзой.



прованское рагу из баранины



Время приготовления: 2 часа 30 мин.
Порций: 4



ЧТО НУЖНО:

- 1 средняя баранья лопатка
- 100 г копченого сала
- 1 средний корень сельдерея
- по 2 красных и зеленых сладких перца
- 1 морковь
- 2 средние луковицы
- 2 зубчика чеснока
- по 10 крупных оливок и маслин

- цедра 1 апельсина
- 50 мл сухого белого вина
- оливковое масло «экстра вирджин»
- соль, свежемолотый черный перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Срезать мясо с кости небольшими кусочками. Кость смазать маслом, запечь в разогретой до 210 °С духовке вместе с разрезанной пополам 1 луковицей и морковкой до золотистого цвета. Переложить кость с овощами в кастрюлю, залить 1,5 л воды, сварить крепкий бульон, 1,5 ч.

2 Оставшуюся луковицу мелко нарезать, чеснок измельчить. Нарезать очищенный от грубой кожуры сельдерей средними кубиками, очищенные от сердцевины перцы – тонкими полосками, сало мелко порубить.

3 Мякоть лопатки обжарить в кастрюле с толстым дном в небольшом количестве масла до румяной корочки, переложить на тарелку.

4 Положить в кастрюлю сало, лук и чеснок, готовить, помешивая,



до светло-золотистого цвета. Добавить перцы и сельдерей, обжаривать 5 мин. Влить вино и выпарить.

5 Вернуть в кастрюлю баранину, влить 500 мл процеженного бараньего бульона, довести до кипения. Готовить на небольшом огне 15 мин.

6 Положить маслины и оливки, цедру, посолить, поперчить и готовить под крышкой до мягкости баранины, 40–60 мин. Подавать рагу горячим, в глубоких тарелках.

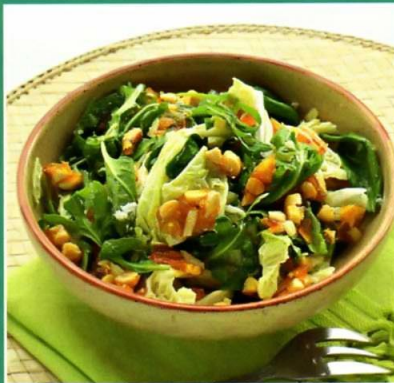
блюда
из птицы



новый номер выйдет 26 ноября

в следующих номерах журнала

«ШКОЛА ГАСТРОНОМА»



новый номер выйдет 19 ноября

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№22 (150), ноябрь 2012

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабליкейшенз»

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

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

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
ответственный секретарь Алексей Клак
редакторы Марианна Орлинкова,
Анна Туревская
дизайнеры Екатерина Травникова
повар-консультант Сергей Кузнецов
фотографы Юлия Астановицкая,
Дмитрий Королько
корректоры Любовь Никифорова,
Татьяна Певнева

исполнительный директор Ольга Ткалич

финансовый директор Светлана Серегина

директор по рекламе Марина Мамина
ООО «Бонниер Пабליкейшенз»

Отдел рекламы: Анастасия Епишкина,
Мария Ключинская,
Светлана Мельникова,
тел.: (495) 725-1070

Руководитель
отдела спецпроектов Лариса Машталер

Руководитель
отдела продаж
в Интернете Ирина Федотова

Отдел маркетинга: Зоя Галишишникова

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

Подписка тел.: (495) 792-5562

Заместитель генерального
директора по правовым вопросам Илья Иванов

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

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

Сканирование
и обработка иллюстраций: Олег Шифрин,
Вячеслав Шевцов

Типография «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж 208 100 экз.
Цена свободная

Автор макета Ирина Лещенко

Обложка: Юлия Астановицкая

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору
в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного
наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой
информации ПИ № ФС77-32211 от 09.06.2008

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных
материалов.

Перепечатка материалов и использование их в любой форме,
в том числе и в электронных СМИ, возможны только с письменного
разрешения редакции.

© ООО «Бонниер Пабליкейшенз», дизайн, фото, текст, 2012 г.