

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№23 (151) ДЕКАБРЬ 2012

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Блюда
из птицы

12+

12023

ISSN 1819-9488
9 771819 948005



Всё будет тип



реклама

Солнечная фазенда

Солнечногорские
натуральные продукты

ЭКОНОМЬТЕ ВРЕМЯ!

Используйте современный подход к кулинарии и убедитесь, что готовить с продукцией «Солнечная фазенда» — настоящее удовольствие! Ведь это линия продуктов, среди которых готовые салаты из листовой и кочанной зелени, салатные миксы, фруктовые салаты, нарезанные овощные смеси и очищенные овощи в специальной «дышащей» упаковке с лазерной микроперфорацией. Благодаря этой уникальной упаковке сохраняются все полезные вещества и витамины. А вам нужно просто вскрыть пакет с продукцией «Солнечной фазенды» и импровизировать с рецептами!



Готовьте с удовольствием: быстро и просто!

Салат с подрумяненным картофелем, тигровыми креветками и заправкой из козьего сыра

На 4 персоны

- ◆ Микс из салатных листьев «Месклан» — 125 г
- ◆ Молодой картофель — 3 клубня
- ◆ Перец розе (горошек) — ½ чайной ложки
- ◆ Розмарин — 1 веточка
- ◆ Чеснок — 1 зубчик
- ◆ Тигровые креветки — 20 шт.
- ◆ Козий сыр (молодой) — 40 г
- ◆ Оливковое масло — 80 мл
- ◆ Сливочное масло — 40 г
- ◆ Лимонный сок — 50 мл
- ◆ Цветочный мед — 1 чайная ложка
- ◆ Морская соль
- ◆ Черный перец



- Картофель хорошо вымыть и нарезать средним ломтиком. Отварить в подсоленной воде до полуготовности и слить воду. В сотейнике растопить сливочное масло, добавить розмарин и перец розе. Затем добавить ломтики картофеля и обжарить со всех сторон до золотистой корочки. Снять с огня и приправить специями по вкусу.
- Креветки очистить от панциря, сделать надрез на спинке и удалить кишечную вену. Переложить в миску, добавить измельченный чеснок, немного оливкового масла, мед и специи по вкусу. Перемешать и дать замариноваться 2–3 минуты. Обжарить креветки на раскаленной сковороде со всех сторон, помешивая, 3–4 минуты. Снять с огня и дать немного остыть.
- В миске смешать оставшееся оливковое масло, лимонный сок и козий сыр до однородного состояния, приправить солью и перцем.
- На тарелку выложить микс-салат «Месклан», рядом картофель и креветки. Перед подачей полить полученной заправкой.

ООО «Валенсия», 141554, Московская обл., Солнечногорский р-н, дер. Кривцово, За
Тел.: (495) 989 20 82, (495) 660 53 47

www.valencia-express.ru

Спрашивайте в магазинах: «Утконос», «Атак», «Седьмой континент», «О'кей», «Билла», «Магнолия», «Азбука вкуса», «Метро», ТЦ «Лейпциг», «Мегацентр «Италия», «Гиперглобус», «Перекресток», «Гастрономир», «Манго», «Зельгрос», «Город изобилия»



Дорогие друзья!

На нас неумолимо надвигаются праздники. Католическое Рождество и православное, Новый год и Старый Новый год... Да и просто так в праздники гости приходят чуть ли не каждый день, чем всех их кормить? Идеальное решение как для праздничного, так и для «полу-праздничного» стола – это птица. Конечно, курицу можно приготовить сотней способов. Но не забывайте и прочих доступных пернатых: индейку (целиком и частями), утку, гуся и перепелок. Из них тоже много чего неожиданного, вкусного и интересного можно приготовить, потратив при этом не больше времени и продуктов, чем на привычного цыпленка или бройлера.

Предлагаем вам немного потренироваться до Нового года – приготовить птицу по нашим рецептам. А потом уже, если появится желание, внести в них что-то свое, экспериментировать, искать новые оттенки вкуса и новые способы подачи. Хотя мы уверены, что блюда в этом номере получились такими прекрасными, что в них и менять ничего не нужно!

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



- 2 крокеты с птицей
- 4 куриные грудки в тесте, с сыром
- 6 рулетики из индейки в беконе
- 8 томатный суп с фрикадельками
- 10 запеченные с маслом цыплята
- 12 курица в сливочном соусе
- 14 перепелки, запеченные в перцах
- 16 куриные грудки с сыром и ветчиной
- 18 куриные грудки с тархуном
- 20 хрустящие ломтики индейки с двумя дипами
- 22 лапша с пряной индейкой
- 24 цыпленок с шампиньонами
- 26 котлеты из птицы
- 28 запеченная утка с розмариновым медом
- 30 гусь с грушами, пореем и имбирем

**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.



крокеты с птицей 🐻 🍅 🍅



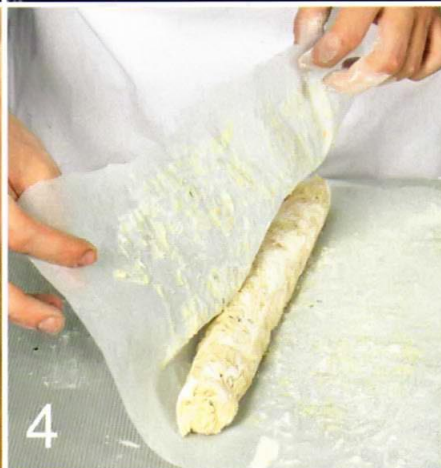
1



2



3



4

3 Постепенно, продолжая перемешивать, влейте молоко и варите, не прекращая мешать, до загустения, примерно 5 мин. Посолите и поперчите, приправьте мускатным орехом. Выложите в миску, накройте пленкой, прижав ее к поверхности, чтобы на соусе не образовалась корочка. Полностью остудите и поставьте в холодильник на 4 ч – должна получиться густая масса.

4 Застывшую массу выложите на присыпанный мукой пергамент и скатайте в колбаски диаметром 2–2,5 см. Затем нарежьте колбаски на крокеты длиной примерно 4 см.

5 Слегка взбейте в миске яйца с 1 ст. л. холодной воды. Насыпьте сухари в большую глубокую тарелку. Опускайте крокеты в яичную массу (это удобно делать двумя вилками), а затем обваливайте их в сухарях со всех сторон. Выкладывайте на пергамент или фольгу.



5

6 Когда все крокеты готовы, разогрейте масло для фритюра, обжаривайте крокеты до золотистой корочки со всех сторон. Готовые крокеты перекладывайте на бумажные полотенца, чтобы стекло лишнее масло. Подавайте горячими.

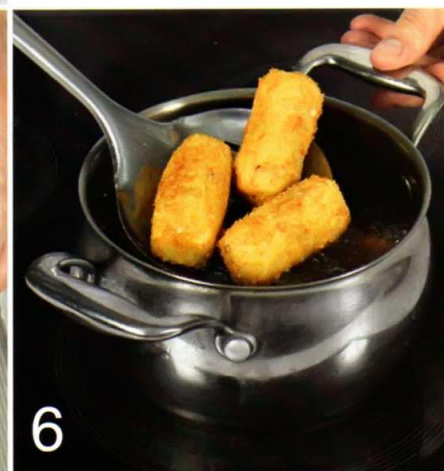
ЧТО НУЖНО:

- 200 г** филе любой запеченной птицы (индейка, утка, гусь, курица)
- 1** средняя луковица
- 1** стакан муки
- 150 г** сливочного масла
- 1 л** молока
- 2** яйца
- 2** стакана хороших панировочных сухарей
- растительное масло для фритюра
- щепотка свеженатертого мускатного ореха
- соль, свежемолотый белый перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук очистите и измельчите. Маленькими кубиками нарежьте филе птицы. В большой сковороде растопите сливочное масло. Положите лук и обжаривайте на среднем огне до мягкости, не давая луку менять цвет, примерно 5 мин.

2 Положите кусочки птицы, обжаривайте 2 мин. Всыпьте муку, обжарьте, часто перемешивая, 2–3 мин.



6

Время приготовления: 4 часа 40 мин.
Порций: 6

СПОНСОР РЕЦЕПТА



куриные грудки в тесте, с сыром



ЧТО НУЖНО:

- 4 филе куриной грудки
- 1 упаковка (150 г) творожного сливочного сыра «Милкана»
- 500 г готового слоеного теста
- 2 стебля лука-порей
- 150 г замороженной зеленой фасоли
- 2 зубчика чеснока
- 0,5 стакана муки
- 250 мл куриного бульона
- 150 мл сливок жирностью 35%
- 100 мл белого вина
- 1,5 ст. л. сливочного масла
- 2 ч. л. растительного масла
 - по 2 ч. л. нарезанных листьев тархуна и петрушки
 - соль, молотый красный и белый перец

Время приготовления: 1 час
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

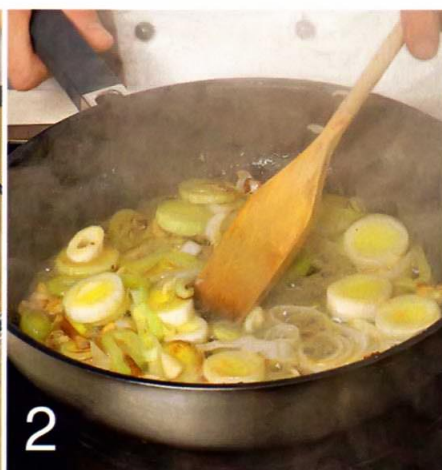
1 Смешайте в миске муку с солью и перцем. Куриную грудку обваляйте в мучной смеси. Обжарьте в смеси растительного и сливочного масла, по 2 мин. с каждой стороны. Переложите в миску.

2 Лук-порей промойте и нарежьте кружками, чеснок измельчите. Положите овощи в ту же сковороду, где готовилась курица, и обжаривайте 4–5 мин., до мягкости лука. Влейте вино и прогрейте, 1 мин., затем добавьте бульон, сливки и варите на медленном огне 4–5 мин.

3 Добавьте размороженную зеленую фасоль, тархун и петрушку, прогрейте, 5–6 мин. Положите в сковороду обжаренную курицу. Приправьте все по вкусу солью и перцем, дайте полностью остыть.

4 Очень тонко раскатайте тесто и разрежьте на 4 равные части. Выложите на каждый кусок теста по куриному филе и равной порции овощей и трав. Сверху распределите примерно по 1,5 ст. л. творожного сливочного сыра «Милкана». Заверните тесто в виде конвертов, края подверните. Лишнее тесто удалите, вырежьте из него листочки и украсьте конвертики.

5 Разогрейте духовку до 180 °С. Выложите готовые конвертики с курицей на противень, при помощи кулинарной кисти тщательно смажьте любым маслом (сливочным, топленым или растительным). Запекайте 25–30 мин. до золотистого цвета. Подавайте горячими или чуть остывшими.



КСТАТИ

Творожный сливочный сыр «Милкана» придаст этому, казалось бы, простому блюду изысканный вкус. Овощи, легкое тесто, нежный сыр сохраняют сочность куриных грудок. Питательно и легко – все, что нужно для вкусного ужина!





рулетики из индейки в беконе 🐻 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 800 г** филе грудки индейки
- 200 г** бекона
- 40 г** пармезана
- 0,5** стакана осветленного яблочного сока
- 1** маленький пучок розмарина
- молотая сладкая паприка
- соль, свежемолотый черный перец
- оливковое масло «экстра вирджин»

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Нарежьте индейку кусками размером примерно 10x7 см и толщиной около 1,5 см.
- 2** Отбейте каждый кусок до толщины примерно 7 мм – это лучше делать через сложенную в 2 раза пленку, и не молотком для мяса, а ребром ладони.
- 3** Приправьте каждый кусок с обеих сторон солью, перцем и паприкой. Затем разложите на рабочей поверхности ломтики бекона. На каждый ломтик выложите по куску мяса.
- 4** Присыпьте тертым пармезаном, поперек положите маленькую веточку розмарина так, чтобы верхушка чуть выходила за край мяса.
- 5** Аккуратно сверните каждую конструкцию в рулет и свяжите шпагатом или заколите зубочисткой.
- 6** Разогрейте в большой сковороде оливковое масло и на среднем огне обжарьте рулетики с двух сторон до румяной корочки. Полейте рулетики яблочным соком и переставьте сковороду в разогретую до 180 °C духовку до готовности мяса, примерно на 10 мин.



Время приготовления: 40 мин.
Порций: 6–8



СПОНСОР РЕЦЕПТА



томатный суп с фрикадельками 🧸 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 2 упаковки (по 500 г) протертой мякоти томатов «Пиканта»
- 600 мл** крепкого куриного бульона
- 400 г** куриного фарша
- 1 яйцо
- 1 кусок белого хлеба
- 2 средние луковицы
- 2 средние морковки
- 3–4** зубчика чеснока
- 2 ст. л.** сливочного масла
- 1 ч. л.** смеси сухих итальянских трав (базилик, орегано, розмарин)
- соль, свежемолотый черный перец
- натуральный густой йогурт
- петрушка для подачи

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Очистите и мелко нарежьте лук. Морковь очистите и натрите на крупной терке. Чеснок раздавите, очистите и измельчите.
- 2** Обжарьте подготовленные овощи и смесь сухих трав в кастрюле с толстым дном на слабом огне в сливочном масле до мягкости, помешивая, 10 мин.
- 3** Влейте в кастрюлю протертую мякоть томатов, добавьте соль и перец, перемешайте, увеличьте огонь до среднего и варите, время от времени помешивая, 20 мин. Крышкой не закрывайте.



КСТАТИ

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

- 4** Тем временем у хлеба отрежьте корки, мякиш замочите в 3 ст. л. бульона, смешайте со взбитым яйцом и фаршем. Посолите, поперчите и тщательно перемешайте.
- 5** Смачивая руки в горячей воде, слепите маленькие фрикадельки размером с крупную черешню. В отдельной кастрюле доведите до кипения бульон и сварите в нем фрикадельки партиями почти до готовности. Сваренные фрикадельки перекладывайте на тарелку.
- 6** Когда все фрикадельки будут готовы, процедите бульон, в котором они варились, через марлю и влейте в томатный суп. Доведите до кипения, положите фрикадельки и варите 2 мин. Подавайте очень горячим с йогуртом и измельченной петрушкой.



запеченные с маслом цыплята 🐣 🍅 🍅



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Заранее заморозьте сливочное масло. Цыпленка натрите солью и перцем. Аккуратно, кончиками пальцев, отделите кожу цыпленка от мяса, действуя медленно, чтобы не порвать кожу.

2 У розмарина удалите веточки (сохраните их), листочки мелко порубите. Нарежьте масло небольшими тонкими пластинками, посолите и посыпьте измельченным розмарином.

3 Аккуратно вложите пластинки масла под кожу цыпленку, особенно на грудку. Внутри каждого цыпленка поместите ягоды винограда (немного) и поломанные стебли розмарина.

4 Выжмите сок из лимона, натрите на терке чеснок или продавите через чесночный пресс, смешайте с лимонным

соком и оливковым маслом. Натрите цыпленка этой смесью со всех сторон и уложите грудкой вверх на решетку, установленную в противне.

5 Запекайте цыпленка в разогретой до 180 °C духовке, время от времени смазывая лимонно-масляной смесью, 30–40 мин. Цыплята готовы, когда при проколе самой толстой части бедра выделяется прозрачный сок.

6 Перед подачей выложите цыпленка на подогретое блюдо, накройте неплотно листом фольги и дайте им постоять 10–15 мин., чтобы соки внутри мяса правильно распределились.

ЧТО НУЖНО:

- 2** цыпленка весом по 500–700 г
- 100 г** сливочного масла
- 1** небольшой лимон
- 1** гроздь белого винограда без косточек
- 2–3** веточки свежего розмарина
- 3 ст. л.** оливкового масла «экстра вирджин»
- соль, свежемолотый черный перец



Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 2–4



курица в сливочном соусе



ЧТО НУЖНО:

- 1 курица весом примерно 1,5 кг
- 100 г сливочного масла
- 1 средняя луковица
- 10 шампиньонов
- 2 зубчика чеснока
- 1 букет гарни (по 2 веточки тимьяна и петрушки + 1 лавровый лист)
- 200 мл сухого белого вина
- 1 л сливок жирностью 20%
 - соль, свежемолотый черный перец
- 1 небольшой пучок петрушки для подачи

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Нарежьте курицу порционными кусочками. На большой сковороде распустите сливочное масло. Положите в него кусочки птицы. Посолите и поперчите по вкусу. Разрежьте луковицу на 4 части и разрежьте шампиньоны на четвертинки. Положите их в сковороду. Туда же через чесночный пресс выдавите чеснок и положите связанный ниткой букет гарни, добавив к нему стебли пучка петрушки, предназначенного для подачи.

2 Поджарьте кусочки курицы, по 5 мин. с каждой стороны, пока не зарумянятся. Влейте белое вино. Дайте немного выкипеть и добавьте сливки. Оставьте готовиться на слабом огне на 30 мин.

3 Выньте кусочки курицы. Соус измельчите блендером. Проверьте, достаточно ли соли и перца.

4 Измельчите листочки петрушки. Разложите кусочки курицы по глубоким тарелкам и залейте соусом, посыпьте петрушкой и подавайте.

Ярмарка



Вкусный отдых для всей семьи

14-16 декабря в «Крокус Экспо»

БЕСПЛАТНЫЙ СПЕЦКУРС
ПОДГОТОВКИ К НОВОМУ ГОДУ
НА КУХНЕ ЖУРНАЛА
«ГАСТРОНОМЪ»

14 декабря, пятница

- 11.30 — 12.45 **Быстрое печенье**
Кондитер Катя Цукер
- 13.15 — 14.30 **Закуска и суп с дарами моря**
Повар журнала «Гастрономъ»
Игорь Летнев
- 15.00 — 16.15 **Гармоничное сочетание нежного с хрустящим**
Повар журналов «Коллекция рецептов» и «Школа гастронома» Сергей Кузнецов
- 16.45 — 18.00 **Любовь к апельсинам**
Повар «Книги Гастронома»
Михаил Петров

15 декабря, суббота

- 11.30 — 12.45 **Мидии и форель**
Шеф-редактор «Книги Гастронома» Евгения Леонова
- 13.15 — 14.30 **Креветки и треска**
Праздничные блюда из даров моря
- 15.00 — 16.15 **Рождественская выпечка**
Кондитер Нина Тарасова
- 16.45 — 18.00 **Испанский взгляд на русский Новый год**
Повар и автор кулинарных книг Хорхе де Анхель Молинер
- 18.30 — 19.45 **Курица: быстро и эффектно**
Зам. главного редактора журнала «Гастрономъ»
Марианна Орлинкова

16 декабря, воскресенье

- 11.30 — 12.45 **Миндаль: закуска и десерт**
Автор кулинарных книг Наталья Скворцова
- 13.15 — 14.30 **Блюда Франконии**
Фуд-блогеры Анна и Илларион Демчиковы
- 15.00 — 16.15 **Фрукты и шоколад**
Праздничные сладкие блюда
- 16.45 — 18.00 **Здоровое питание и в праздники**
Фуд-блогер Антон Арнс

Запись на все мастер-классы на сайте www.pir.ru

Наши партнеры:

SAMSUNG

Tupperware **KIKKOMAN**

перепелки, запеченные в перцах



Время приготовления: 50 мин.
Порций: 6

ЧТО НУЖНО:

- 6 маленьких перепелок
- 6 очень крупных разноцветных сладких перцев
- 6 крупных зубчиков чеснока
- 120 г шпика или подкопченного сала одним продолговатым куском
- 120 г сливочного масла
 - сладкая молотая паприка
 - соль, свежемолотый черный перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Натрите перепелок паприкой, перцем и солью. Разрежьте масло на 6 кусочков. Раздавите зубчики чеснока, положите в брюшко каждой перепелки по зубчику чеснока и по кусочку масла. Отрежьте 6 длинных полосок шпика, оберните ими каждую перепелку.

2 У сладких перцев срежьте плодоножку и примерно 3 см мякоти, удалите вместе с сердцевинкой. Натрите перцы кусоч-

ком шпика, посолите изнутри. В каждый перец уложите по перепелке (шеей вниз).

3 Если перцы недостаточно большие и задняя часть перепелки торчит наружу, оберните ее вместе с краешком перца в фольгу. Уложите перцы на решетку, запекайте при 180 °С, время от времени переворачивая, 35–40 мин. Подавайте перепелок прямо в перцах.



Ежедневное *разнообразие*

ПОНЕДЕЛЬНИК

Восход: 5:43

Заход: 19:55

Вторник

Восход: 5:43 Заход: 19:55



Среда

Восход: 5:43 Заход: 19:55



Четверг

Восход: 5:43 Заход: 19:55



Пятница

Восход: 5:43 Заход: 19:55



Суббота

Восход: 5:43 Заход: 19:55



Воскресенье

Восход: 5:43 Заход: 19:55



FROM EUROPEAN UNION

Ваша порция витаминов на каждый день

Больше энергии, больше жизни, лучше настроение! Ешьте яблоки! Свежие, печеные, целиком и в составе вкуснейших блюд - как вам больше нравится! Позвольте им раскрыть весь свой потенциал, чтобы отдать Вам нужные витамины и полезные минералы. Какие же яблоки выбрать?

Яблоки из Европы: в их натуральном вкусе и естественном аромате воплощен многолетний опыт садоводов Евросоюза. Примите этот опыт в дар – и наслаждайтесь полной жизнью!

Узнайте больше на <http://www.yabloki.eu>



ПРОЕКТ ФИНАНСИРУЕТСЯ
ПРИ ПОДДЕРЖКЕ ЕВРОСОЮЗА
И РЕСПУБЛИКИ ПОЛЬША



ARR Agencja
Rynku
Rolnego



ПРОЕКТ СОФИНАНСИРУЕТСЯ
ФОНДОМ ПРОДВИЖЕНИЯ
ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ



куриные грудки с сыром и ветчиной 🐻 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 4 больших филе куриной грудки
- 2 шарика моцареллы
- 4 ломтика хорошей ветчины
- 4 больших листика базилика
- оливковое масло «экстра вирджин»
- сушеные итальянские травы
- мука
- соль, свежемолотый черный перец

Для салата:

- 300 г зеленого микс-салата
- оливковое масло «экстра вирджин»
- бальзамический уксус
- кедровые орехи

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Надрежьте каждое куриное филе вдоль пополам, не прорезая до конца, чтобы филе можно было открыть как книгу.

2 Накройте раскрытое филе пленкой и слегка отбейте пестиком или тяжелой рукояткой ножа. Приправьте филе изнутри солью и перцем, сбрызните маслом.

3 Нарежьте моцареллу тонкими ломтиками. Уложите на 1 сторону разрезанного филе моцареллу, затем листик базилика и ветчину. «Закройте» филе и заколите 2 зубочистками.

4 Смешайте муку с итальянскими травами, обваляйте филе. В большой сковороде разогрейте на среднем огне оливковое масло и обжарьте филе без крышки, по 5 мин. с каждой стороны.



Затем не полностью закройте крышкой и доведите до готовности.

5 Пока готовятся грудки, обжарьте кедровые орехи на сухой сковороде, потряхивая, до золотистого цвета.



6 Сбрызните микс-салат оливковым маслом, перемешайте. Полейте салат бальзамическим уксусом, разложите по тарелкам, выложите рядом грудки, посыпьте салат орехами и подавайте.



куриные грудки с тархуном



ЧТО НУЖНО:

- 6 крупных филе куриной грудки
- 400 г шампиньонов
- 1 большая луковица
- 100 мл сухого белого вина
- 400 г сметаны жирностью 25–42%
- 1 ст. л. не очень острой горчицы
- 2 веточки тархуна
 - оливковое масло «экстра вирджин»
 - сливочное масло
 - щепотка молотого мускатного ореха
 - соль, свежемолотый черный и белый перец
- 50 г твердого сыра, по желанию

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Посолите и поперчите куриное филе. Растопите 2 ст. л. сливочного масла и обмажьте им филе со всех сторон. Смажьте подходящую по размеру форму для запекания сливочным маслом, уложите в нее грудки. Отставьте, пока готовится все остальное.
- 2 Снимите листочки тархуна со стеблей (они не понадобятся). Очень мелко порубите листочки тяжелым ножом. Смешайте сметану, белое вино, горчицу, соль, перец и мускатный орех. Добавьте в сметанный соус тархун.
- 3 Очистите лук и мелко порубите его, грибы нарежьте небольшими кусочками. После чего поджарьте их на сильном огне в оливковом масле, помешивая, 5 мин. Посолите и поперчите.
- 4 Выложите грибы с луком на куриное филе, залейте сметанным соусом. Поставьте в разогретую до 190 °С духовку и запекайте до готовности курицы, примерно 30 мин.
- 5 По желанию натрите твердый сыр на мелкой терке и за 10 мин. до готовности равномерно посыпьте курицу в соусе тертым сыром. Включите в духовке режим «гриль» и запекайте до румяной корочки.



Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6–8



BOSCH

Разработано для жизни



На правах рекламы. Товар сертифицирован. Блендер MSM 67170 торговой марки Вилма реализуется в России ООО «БСХ-Бытовая техника»

хрустящие ломтики индейки с двумя дипами 🧸 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 800 г** филе грудки индейки
- 300 г** панировочных сухарей
- 0,5** стакана соевого соуса
- 1** маленькая луковица
- 3** зубчика чеснока
- 1 ч. л.** сладкой молотой паприки
- растительное масло

Для дипа №1:

- 150 г** любой зелени
- сок и цедра 1 лимона
- 1** стакан оливкового масла
- 2** зубчика чеснока

Для дипа №2:

- 2** больших манго
- 4 см** свежего корня имбиря
- 2** луковицы шалота
- 2** зубчика чеснока
- 3 ст. л.** яблочного уксуса
- 2 ст. л.** меда

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для дипа №1 взбейте ингредиенты в универсальном измельчителе блендера Bosch ErgoMixx до однородности. Посолите, дайте настояться при комнатной температуре 1 ч.

2 Для дипа №2 очистите манго, нарежьте средними кусками. Измельчите имбирь, чеснок и шалот, обжарьте в 2 ст. л. растительного масла, 2 мин. Добавьте манго, уксус, мед и 1 стакан воды, готовьте, помешивая, 10 мин.

3 Переложите в стакан для смешивания и взбейте блендером Bosch ErgoMixx в неоднородную массу. Остудите, закройте стакан крышкой и поставьте в холодильник минимум на 1 ч.

4 Для маринада крупно нарежьте лук и чеснок, положите в универсальный измельчитель блендера Bosch ErgoMixx, добавьте соевый соус, 2 ст. л. растительного масла, паприку и черный перец, взбейте до однородности.

5 Индейку нарежьте брусочками, положите в маринад минимум на 1 ч. Затем обсушите на бумажных полотенцах.

6 Смешайте сухари с 1 ч. л. соли и 0,5 ч. л. перца. Обваляйте индейку в сухарях и обжарьте в масле до румяной корочки. Выложите на бумажные полотенца на 1 мин. Подавайте с дипами.



Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 6–8



КСТАТИ

Новый блендер Bosch ErgoMixx MSM 67170 удобно лежит в руке, мягкое покрытие не позволяет ему скользить, а кабель спиральной формы растягивается на нужную длину, не мешая работе. Нож с 4 острыми лезвиями быстро превратит вареные овощи в нежное кремовое пюре. С помощью насадок вы мгновенно измельчите лук или зелень, взобьете воздушный крем или приготовите лед для коктейля.



лапша с пряной индейкой 🧸 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 300 г** филе бедра индейки
- 4 ст. л.** соевого соуса
- 2** ломтика свежего корня имбиря
- 2** палочки корицы
- 2** звездочки бадьяна
- 1 ч. л.** душистого перца горошком

Для лапши:

- 300 г** яичной лапши
- 1** большой красный сладкий перец
- 150 г** ростков фасоли золотистой
- 5 см** свежего корня имбиря
- 4–5** зубчиков чеснока
- 1** небольшой красный чили
- 4–5** стеблей зеленого лука
 - растительное масло
 - соевый соус

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Влейте в сотейник столько воды, чтобы потом она полностью закрыла индейку на 2–3 см. Добавьте в холодную воду все специи целиком и соевый соус, доведите до кипения.

2 Положите индейку, варите под крышкой на минимальном огне до мягкости, примерно 1 ч. Снимите с огня, остудите в бульоне, 20 мин., нарежьте небольшими кусками.

3 Сварите лапшу до готовности согласно инструкции на упаковке, откиньте на дуршлаг и тщательно промойте холодной водой. Обсушите.

4 Сладкий перец очистите, нарежьте как можно более тонкой длинной соломкой. Чили очистите и нарежьте полукольцами. Чеснок измельчите, зеленый лук нарежьте кусочками длиной примерно 1 см.

5 В воке разогрейте растительное масло и обжарьте, все время помешивая, вместе имбирь, чеснок, зеленый лук и чили, 30 сек.

6 Добавьте сладкий перец, жарьте, помешивая, 2 мин. Всыпьте ростки, перемешайте и готовьте еще 1 мин. Положите кусочки индейки и лапшу, прогрейте, сбрызнув соевым соусом. Подавайте, посыпав листочками кинзы.



Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 4

Tupperware®

СПОНСОР РЕЦЕПТА



цыпленок с шампиньонами 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 1,2 кг** филе бедрышек цыпленка
- 100 г** копченого сала
- 6** луковиц шалота
- 12** помидоров черри
- 250 г** шампиньонов
- 100 мл** сухого белого вина
- 50 мл** коньяка
- 1 ст. л.** оливкового масла
 - соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 1 час
Порций: 6–8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Разрежьте каждое бедрышко цыпленка на разделочной доске универсальным ножом «Профессионал» на 3 части.

2 Шалот очистите, измельчите в «Турбо-миксе».

3 Копченое сало нарежьте кусочками универсальным ножом «Профессионал», положите в кастрюлю «От шефа» (5,7 л), добавьте шалот и оливковое масло. Накройте крышкой и готовьте на среднем огне 8 мин.

4 Добавьте куски цыпленка, обжаривайте на сильном огне 5 мин. Влейте белое вино, перемешайте ложкой для смешивания «Диско» и готовьте 12 мин.

5 Шампиньоны вымойте в двойном дуршлаге, тонко нарежьте на терке «Веселый кулинар» и положите к цыпленку.

6 Добавьте коньяк, соль и перец, перемешайте ложкой для смешивания «Диско» и готовьте 15 мин. В кастрюлю добавьте помидоры черри, готовьте еще 5 мин., подавайте горячим.



КСТАТИ

Посуда из коллекции «От шефа» от Туррегваре позволяет готовить блюда без добавления масла и с минимальным количеством воды, сохраняя тем самым витамины и полезные вещества.



Совет: можно приготовить это блюдо заранее, за 1 день. Поставьте его в холодильник и разогрейте перед подачей на стол.



Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 6–8

КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ



ЧТО НУЖНО:

- 1 кг** филе бедра индейки
- 2** филе куриной грудки
- 100 г** утиного или гусиного жира
- 1** большая картофелина крахмального сорта
- 1** большая белая луковица
- 3** зубчика чеснока
- по 50 г петрушки и укропа
- вкусные панировочные сухари
- соль, свежемолотый белый перец
- растительное масло

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Проверните через мясорубку мякоть птицы и жир. Зелень мелко порубите большим тяжелым ножом. Натрите на мелкой терке очищенные чеснок, луковицу и картофелину, соедините в миске, перемешайте. Соедините тертые овощи с фаршем и тщательно вымесите руками.

2 Добавьте к фаршу зелень и перец, снова вымесите руками, 5 мин. Накройте фарш и поставьте в холодильник на 30 мин.

3 Мокрыми руками слепите из фарша круглые котлетки диаметром 8–9 см и толщиной 3 см. Обваляйте котлеты в сухарях и жарьте в хорошо разогретом масле, сначала по 2–3 мин. с каждой стороны на сильном огне, потом на среднем, переворачивая, еще 10–15 мин., или до готовности.





– Знаете, в чем главный секрет вкусной курочки на Вашем столе?

– Конечно, в удачном выборе птицы!

Качество и вкус напрямую зависят от бережного отношения производителя. Мы каждый день заботимся о том, чтобы в Вашем меню было самое лучшее. Более десяти лет "Петелинка" является примером высокого качества и пользы для Вашего здоровья.

Жареная куриная печень от «Петелинки»

Ингредиенты:

- 500 г куриной печени
- 2 зубчика чеснока
- 2 см свежего корня имбиря
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1/2 ч. л. порошка карри
- 1/3 ч. л. молотого кайенского перца
- 1/4 ч. л. молотого душистого перца
- щепотка молотой гвоздики
- щепотка молотой корицы
- соль



1. Натрите на мелкой терке или очень мелко порубите ножом имбирь и чеснок. Положите в контейнер с крышкой, добавьте карри, кайенский перец и масло, перемешайте.
2. Печень обсушите, разрежьте каждую пополам, положите в контейнер с пряным маслом. Закройте крышкой и потрясите контейнер, чтобы все кусочки оказались покрыты специями. Дайте постоять 15 мин.
3. Разогрейте на среднем огне большую сковородку. Когда сковородка станет очень горячей, выложите печень вместе с маслом и готовьте, аккуратно переворачивая, до золотистой корочки с обеих сторон, 5 мин.
4. Посыпьте печень смесью соли, душистого перца, гвоздики и корицы, готовьте еще 1 – 2 мин. Снимите сковороду с огня и дайте постоять 5 мин. Затем немедленно подавайте.

Нежная курочка

из заботливых рук

Всё будет тип



СПОНСОР РЕЦЕПТА



На правах рекламы. Товар сертифицирован.

запеченная утка с розмариновым медом 🐻 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 1 утка весом 2,5–3 кг
- 2 большие веточки розмарина
- 180 г цветочного меда
 - оливковое масло «экстра вирджин»
- 5–7 горошин душистого перца
 - соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 1 час 40 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

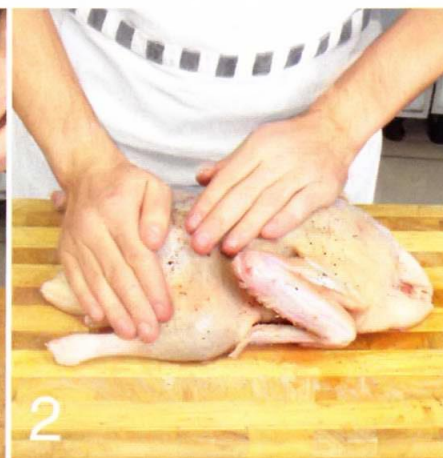
1 Вскипятите полный чайник воды. Утку наколите вилкой со всех сторон, удалите лишний жир. Положите утку в дуршлаг, поставьте в раковину и облейте кипятком со всех сторон, чтобы кожа побелела и натянулась.

2 Дайте стечь воде, обсушите утку бумажными полотенцами, натрите изнутри и снаружи солью, перцем и оливковым маслом.

3 Уложите в брюшко утки 1 веточку розмарина. Саму утку поместите в рукав для запекания Toppits, завязав 1 конец. Влейте 0,5 стакана воды, завяжите второй конец и проколите рукав в 2–3 местах. Положите утку в рукаве на противень в разогретую до 170 °С духовку. Запекайте 1 ч. Увеличьте температуру духовки до 230 °С.

4 Выньте утку из рукава, удалите розмарин и аккуратно слейте всю жидкость (ее можно использовать для приготовления соуса или гарнира). Смажьте утку 1–2 ст. л. меда со всех сторон. Положите утку на решетку, поставьте в духовку. Запекайте до румяной корочки, примерно 20 мин.

5 Пока утка запекается, снимите листочки с оставшейся веточки розмарина (стебель не понадобится). Листочки положите в небольшую кастрюльку, добавьте мед, 4 ст. л. воды и слегка раздавленные горошины душистого перца.



На слабом огне доведите до кипения, готовьте 2 мин., снимите с огня и дайте настояться 30 мин.

6 Подрумянившуюся утку выложите на блюдо, прикройте фольгой Toppits и дайте немного «отдохнуть», 7–10 мин. Затем разрежьте на порции, разложите на подогретые тарелки, каждый кусок полейте розмариновым медом и посыпьте свежемолотым перцем из мельнички.

КСТАТИ

Широкий рукав для запекания Toppits – незаменимый помощник в приготовлении здоровой пищи, ведь в нем можно готовить без добавления жиров. Благодаря специальной формуле сверхпрочная пленка сохраняет питательные вещества и аромат продуктов.

Предлагается в стандартной упаковке.





гусь с грушами, пореем и имбирем 🐻 🍅 🍅



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Обсушите гуся бумажными полотенцами, удалите лишний видимый жир. Часто наколите кожу вилкой. Смешайте кориандр с солью и перцем, натрите гуся пряной смесью изнутри и снаружи.

2 Очистите и мелко нарежьте имбирь. Порей нарежьте тонкими кольцами, при необходимости промыв от песка. Смешайте имбирь и порей с 1 ст. л. сахара.

3 Очистите и нарежьте средними кубиками 1 грушу, смешайте с пореем и имбирем.

4 В брюшко гуся положите начинку из порея с грушей. Зашейте отверстие прочной ниткой. Решетку смажьте маслом, установите в противень. Уложите гуся на решетку, влейте 1,5 стакана воды. Запекайте в разогретой до 160 °С духовке примерно 3 ч. Время от времени поливайте гуся жидкостью из противня.

5 Оставшиеся груши разрежьте на четвертинки, удалите сердцевину, мякоть полейте лимонным соком, посыпьте оставшимся сахаром и небольшим количеством корицы.

6 За 20 мин. до готовности на противень под решеткой с гусям уложите груши. Дайте готовому гуся отдохнуть перед разделкой, 15–20 мин. Подавайте гуся с грушами.



ЧТО НУЖНО:

- 1** гусь весом 3,5–4 кг
- 8** небольших твердых груш
- 2** стебля молодого порея, только белая часть
- 3 см** свежего корня имбиря
 - сок 1 лимона
- 2 ст. л.** сахара
- 1 ч. л.** молотого кориандра
 - молотая корица
 - соль, свежемолотый черный перец
 - сливочное масло



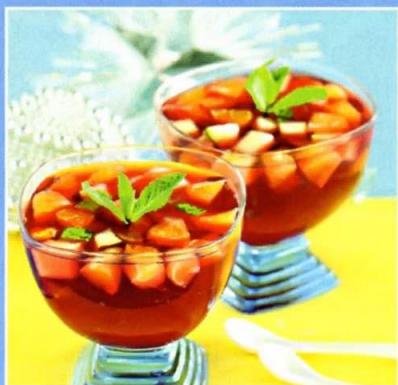
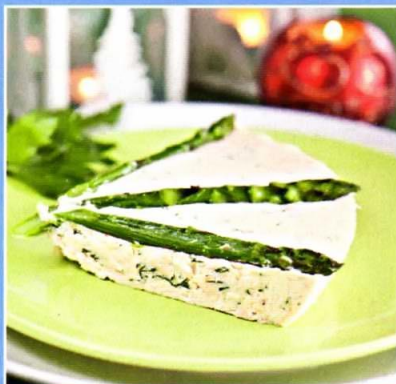
Время приготовления: 3 часа 15 мин.
Порций: 6



вкусные
подарки

новый номер выйдет 10 декабря

в следующих номерах журнала «ШКОЛА ГАСТРОНОМА»



новый номер выйдет 3 декабря

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№23 (151), декабрь 2012

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

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 Орлиникова,
Анна Туревская,
Алексей Клак,
дизайнеры Екатерина Травникова
повар-консультант Сергей Кузнецов
фотографы Юлия Астановицкая,
Татьяна Шкондина,
Владимир Лукьянов
корректоры Любовь Никифорова,
Татьяна Певнева

исполнительный директор Ольга Ткалич

финансовый директор Светлана Серегина

директор по рекламе
ООО «Бонниер Пабликейшенз» Марина Мамина

Отдел рекламы: Анастасия Елишкина,
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 208 900 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 Пабликейшенз», дизайн, фото, текст, 2012 г.