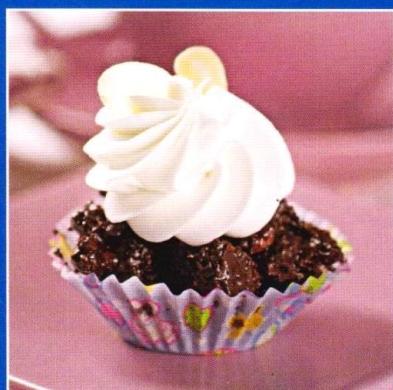
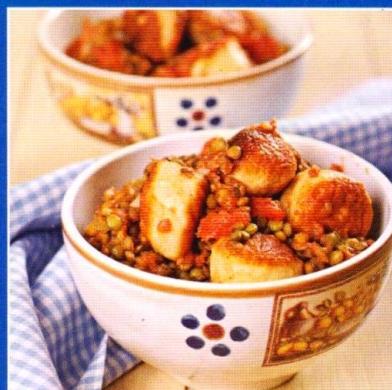
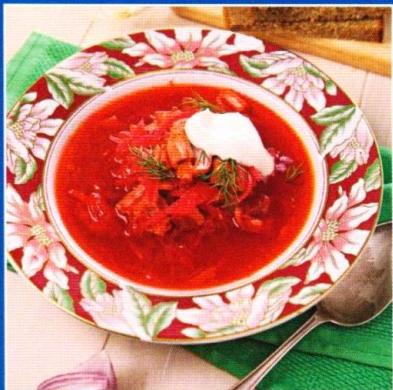
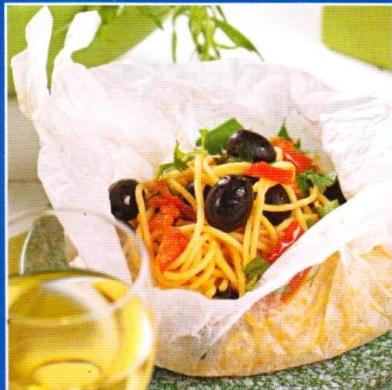


ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№18 (188) сентябрь 2011

журнал для тех, кто любит готовить



- греческие кефедас из цукини ■ запеченная свекла под сырным соусом ■ грибы по-корейски
- обжигающий украинский борщ ■ бааранина по-тунисски ■ говяжья печенька по-нормандски
- куриные котлетки с чечевицей ■ филе индейки в лимонном маринаде ■ яблочный хрен
- абхазская аджика ■ харисса ■ минтай с рисом и пастой из кинзы ■ паста аль карточчио ■ рис по-мексикански ■ завитушки с клюквой ■ яблочные пончики ■ легкий десерт к чаю ■ яблочный пирог со сливами ■ яблоки с медовым творогом

Дорогие друзья!

Вы обратили внимание, сколько острого перца появилось на рынках? Это хороший шанс сделать запасы на зиму. Во-первых, перцы можно высушить. Для этого их совсем не обязательно подвешивать на веревочке. Выложенные в один ряд стручки прекрасно высыхают на нижней полке холодильника. Во-вторых, можно и нужно приготовить аджику и хариссу. Эти запасы помогут вам пережить осеннюю непогоду, зимние холода и весеннийavitaminоз.

А чем так полезен острый перец, вы узнаете из статьи в рубрике «Азбука вкуса».

Будьте здоровы.

Ваша редакция



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

СОДЕРЖАНИЕ

ЗАКУСКИ	2 греческие кефедас из цукини
	4 запеченная свекла под сырным соусом
	5 грибы по-корейски
СУПЫ	6 обжигающий украинский борщ
МЯСО	8 бааранина по-турецки
ПТИЦА	10 говяжья печенька по-нормандски
	12 куриные котлетки с чечевицей
	14 филе индейки в лимонном маринаде
СОУСЫ	15 яблочный хрэн
	16 абхазская аджика
	17 харисса
РЫБА	18 минтай с рисом и пастой из кинзы
АЗБУКА ВКУСА	20 паста аль карточио
КРУПЫ	22 рис по-мексикански
ВЫПЕЧКА	24 завитушки с клюквой
ДЕСЕРТЫ	26 яблочные пончики
ВЫПЕЧКА	27 легкий десерт к чаю
ДЕСЕРТЫ	28 яблочный пирог со сливами
	30 яблоки с медовым творогом

** 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 предложить только взрослым.



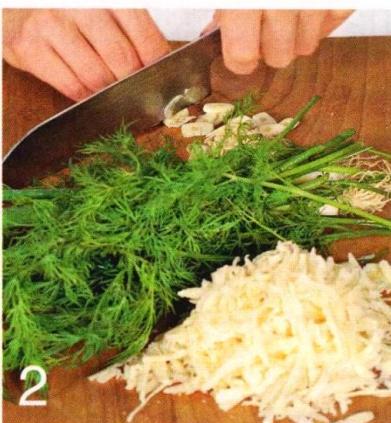
греческие кефедас из цукини



Время приготовления: 2 часа
Порций: 6



1



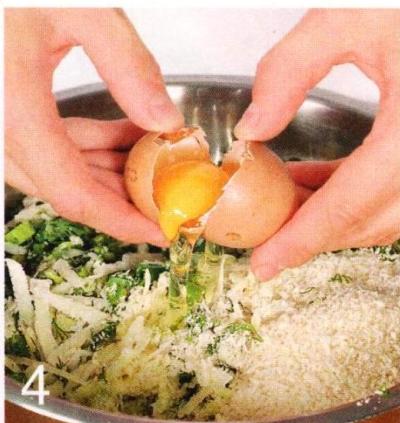
2



3

ЧТО НУЖНО:

- 1 средний цукини
- 3 стебля зеленого лука
- 1 пучок укропа
- 2 зубчика чеснока
- 1 ч. л. тертой лимонной цедры
- 1 стакан свежих белых крошек
- 1 яйцо
- 75 г овечьего сыра
- растительное масло для обжаривания
- соль, перец



4



5

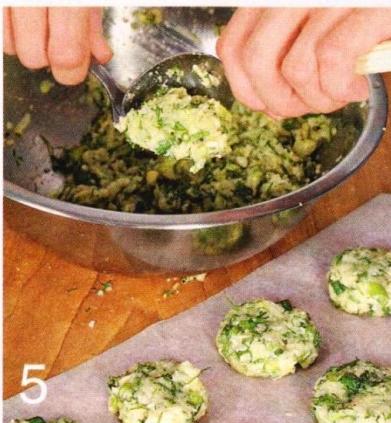
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Цукини вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Выложить на полотняную салфетку, присыпать 1 ч. л. соли и оставить на 30 мин. За это время цукини даст обильный сок.

2 Тем временем лук и укроп вымыть и обсушить. Чеснок очистить и мелко нарезать. Сыр натереть на крупной терке.

3 Переложить цукини в мелкое сито и отжать как можно больше жидкости.

4 Выложить мякоть в миску. Добавить зеленый лук, укроп, чеснок, лимонную цедру и 0,5 ч. л. молотого черного перца. Перемешать. Добавить хлебные крошки, яйцо и сыр.



5 Поднос застелить пергаментом или фольгой. Брать двумя столовыми ложками немного приготовленной массы, формировать небольшие котлетки и выкладывать на поднос. Поставить в холодильник минимум на 1 ч.

6 Разогреть в сотейнике масло и порциями обжарить кефедас, по 2,5 мин. с каждой стороны. Дать остуть. Подавать с йогуртом.

запеченная свекла под сырным соусом



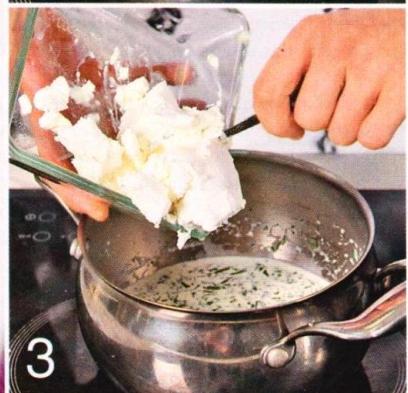
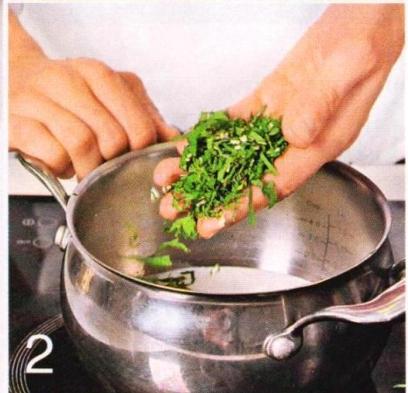
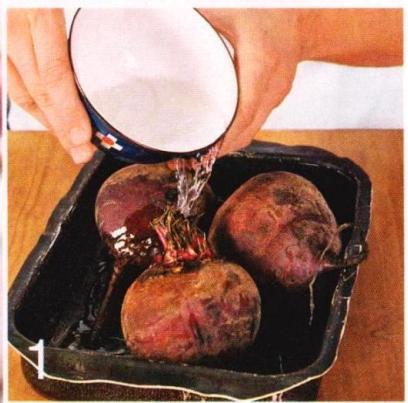
ЧТО НУЖНО:

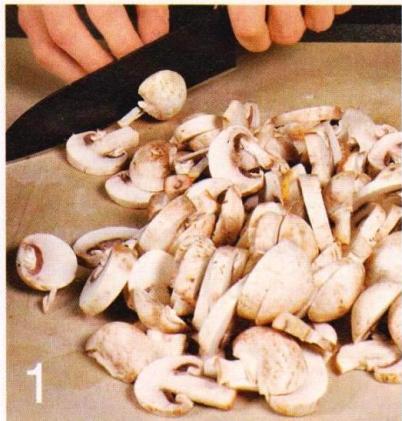
- 3** небольшие свеклы
- 1** стакан сливок
жирностью 20%
- 100 г** сыра фета
- 1** зубчик чеснока
- 1** веточка мяты

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 4

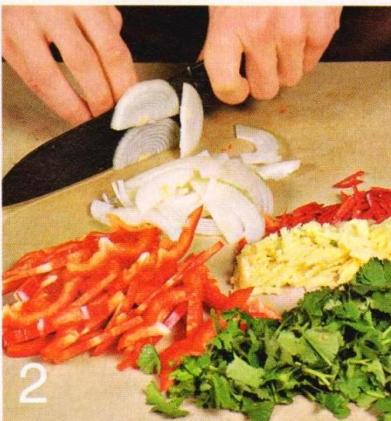
ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Свеклу вымыть, положить в форму для запекания, присыпать солью и влить воду слоем 0,5 см. Плотно накрыть фольгой и поставить в разогретую до 210 °C духовку на 50 мин. Осторожно надорвать фольгу, чтобы выпустить горячий пар. Дать свекле остить, затем очистить и нарезать кружками толщиной 0,5 см.
- 2** Мяту разобрать на листики, мелко их нарезать. Чеснок очистить и измельчить. Сливки перелить в кастрюльку, добавить чеснок и стебли мяты. На среднем огне довести до кипения. Снять с огня и оставить под крышкой на 15 мин.
- 3** Фету размять вилкой, добавить в сливки и хорошо перемешать. Разложить свеклу по порционным тарелкам, полить соусом и посыпать измельченной мятой.

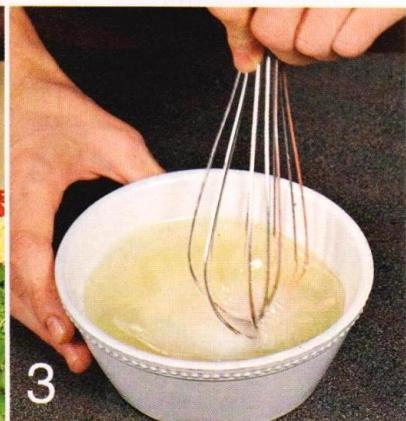




1



2



3

грибы по-корейски



ЧТО НУЖНО:

- 1 кг шампиньонов
- 1 красный сладкий перец
- 2 луковицы
- 4 зубчика чеснока
- 0,5 красного острого перчика
- 1 ст. л. сахара
- 0,5 ст. л. соли
- 5 ст. л. растительного масла
- 3 ст. л. 9% уксуса
 - по 1 пучку петрушки и кинзы
 - красный молотый перец

Время приготовления: 25 мин. + 8 часов
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Грибы вымыть, нарезать ломтиками, залить подсоленной водой и варить 10 мин. Откинуть на дуршлаг, дать остыть.
- 2 Лук и чеснок очистить. Лук нарезать полукольцами, чеснок – ломтиками. Из сладкого и острого перца удалить семена, сладкий перец нарезать соломкой, острый перчик измельчить. Зелень промыть и нашинковать.
- 3 Взбить в маленькой миске масло, уксус, сахар, соль и перец, залить грибы. Добавить нарезанные овощи и зелень, все перемешать и убрать в ходильник на 8–10 ч.



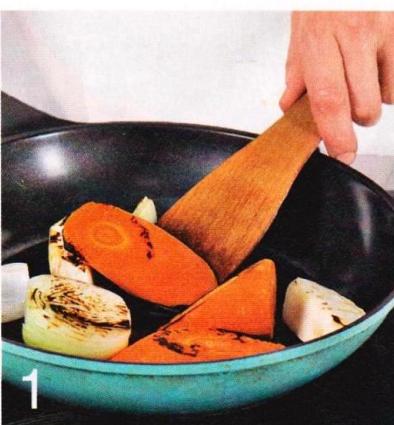


обжигающий украинский борщ

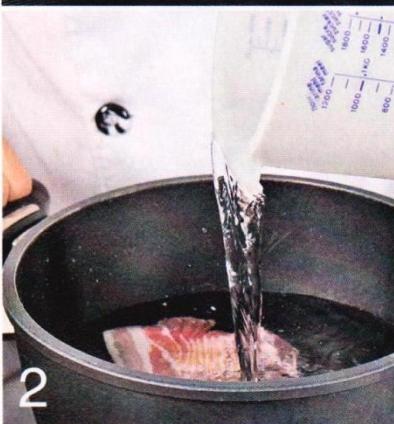


ЧТО НУЖНО:

- | | |
|-------------------------------|------------------------------------|
| 500 г свиной грудинки | 1 кг квашеной капусты |
| 200 г копченого куриного мяса | 2 небольших красных острых перчика |
| 1 корень петрушки | 3 зубчика чеснока |
| 2 морковки | 1 ст. л. сока лимона |
| 2 луковицы | 3 ст. л. растительного масла |
| 2 небольшие свеклы | • соль |
| 2 помидора | |



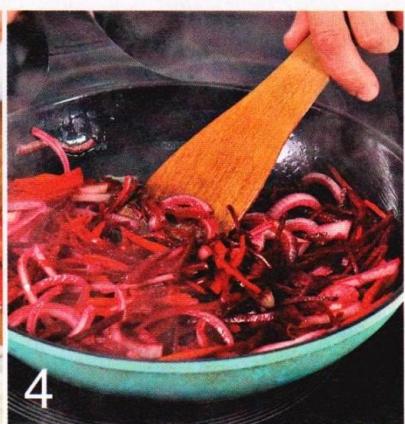
1



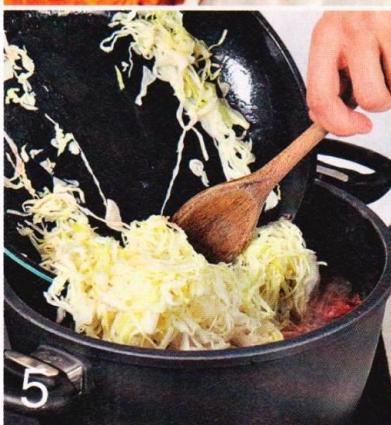
2



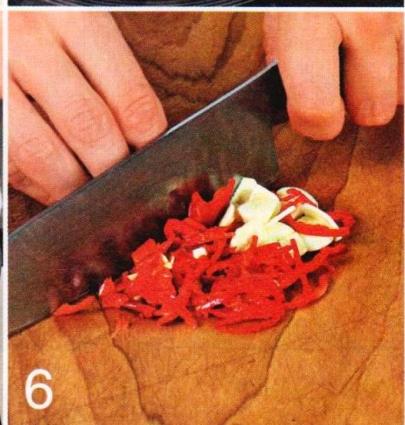
3



4



5



6

Время приготовления: 1 час 40 мин.
Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Одну морковь, одну луковицу и корень петрушки очистить и обжарить на сухой раскаленной сковороде, 4 мин.

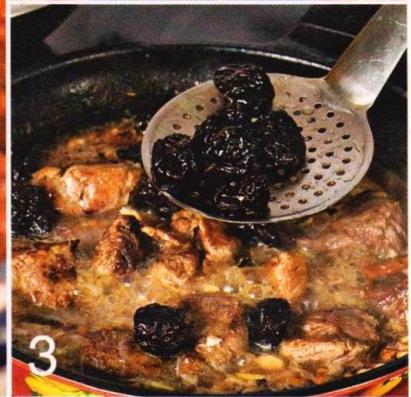
2 Свинину вымыть, положить в кастрюлю с водой и довести до кипения. Снять шумовкой пену. Добавить обжаренные овощи, соль, перец и варить на среднем огне 1 ч.

3 Свеклу и оставшиеся лук и морковь очистить и нарезать соломкой. Помидоры вымыть и нарезать небольшими кубиками.

4 Разогреть в сковороде растительное масло и обжарить лук, морковь и свеклу, 4 мин. Влить лимонный сок, уменьшить огонь и туширить 10 мин. Добавить помидоры и готовить еще 4 мин. Снять с огня.

5 Капусту отжать, нарезать и обжарить в чистой сковороде в оставшемся масле, 6 мин. Мясо и цельные овощи вынуть из бульона. Бульон процедить. Положить в бульон нарезанные и обжаренные овощи. Добавить капусту, варить 10 мин. Копченую курицу и мясо нарезать небольшими кусочками. Положить в борщ.

6 Перчики вымыть и мелко нарезать, удалив семена. Чеснок очистить и измельчить. Растиереть пестиком перчики, чеснок и соль в однородную массу. Добавить в борщ, перемешать и на большом огне довести до кипения. Снять с огня, накрыть крышкой и дать настояться 15–20 мин. Подавать с зеленью и сметаной.



баранина по-тунисски



Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 6

ЧТО НУЖНО:

- 1,5 кг баранины (плечо)
- 350 г чернослива
- 4 ч. л. зеленого чая
- 50 г миндаля
- 200 г сахара
- 1 палочка корицы
- 2 ст. л. растительного масла
- соль, перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Срезать с баранины жир. Мясо нарезать крупными кусками, приправить солью и перцем и обжарить в разогретом масле, по 5 мин. с каждой стороны. Переложить на блюдо.
- 2** В сковороду, где жарилась баранина, добавить 1 стакан воды, разломанную на кусочки корицу, порубленный но-
- 3** жом миндаль и сахар. На большом огне быстро довести до кипения. Уменьшить огонь, вернуть в сковороду мясо и готовить под крышкой 45 мин.

- 3** Тем временем залить чай 2 стакана кипятка и дать настояться 10 мин. Процедить и замочить в чае чернослив. Добавить размоченный чернослив к мясу и готовить еще 10 мин.

ЧТО ПРИГОТОВИТЬ НА УЖИН?

КАКИЕ ОВОЩИ
ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДЛЯ
НАЧИНКИ?

СКОЛЬКО ВАРИТЬ
МОРКОВЬ
НА ПАРУ

КАК ПРИГОТОВИТЬ
ДОМАШНИЙ
ЛИМОННАД?

КАКУЮ ПОСУДУ ВЫБРАТЬ
ДЛЯ СЕРВИРОВКИ?

КАК КРАСИВО
НАКРЫТЬ НА
СТОЛ?

*Свиной рулет,
фаршированный овощами*

Все о самом вкусном в разделе «Готовим дома» на [Леди@mail.Ru!](http://Lady@mail.ru)

Леди@mail.Ru — самый популярный женский портал, который ежемесячно читают свыше 4,5 млн человек (данные TNS Gallup, июнь 2011 г.). Мода и жизнь звезд, красота и здоровье, любовь и воспитание детей, кулинария — все самое интересное для леди.

ЛЕДИ@mail.ru®

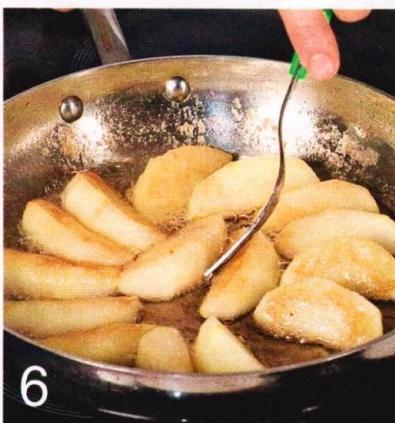
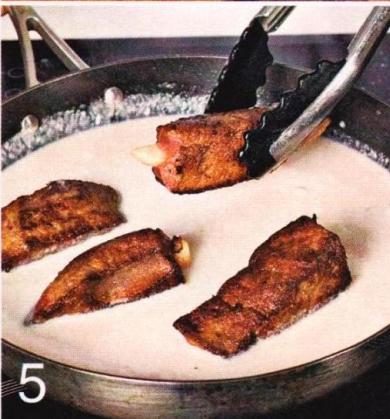
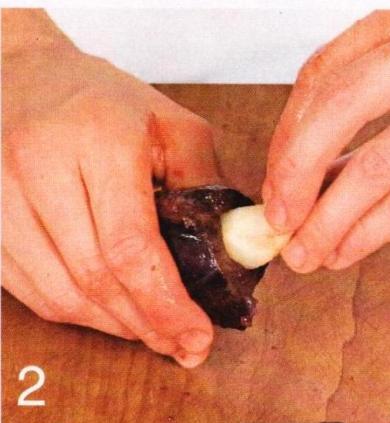
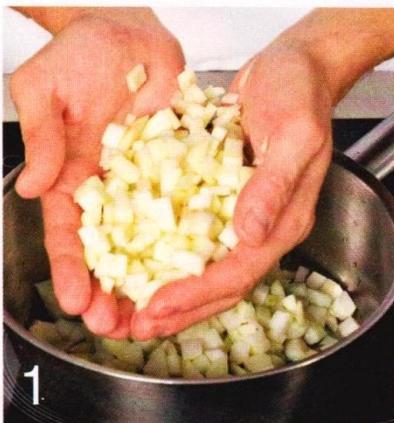
lady.mail.ru



ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНКА ПО-НОРМАНДСКИ



MARCO



ЧТО НУЖНО:

- 800 г говяжьей печени
- 6 яблок
- 300 мл сидра
- 40 мл кальвадоса
- 3 ст. л. сметаны
- 1 ч. л. бальзамического уксуса
- 70 г сливочного масла
- мука
- 1 ст. л. растительного масла
- соль, перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Печенью вымыть, снять с нее верхнюю тонкую пленку, удалить протоки и жир. Нарезать печенью порционными кусками. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину. 4 яблока нарезать маленькими кубиками, положить в кастрюлю с небольшим количеством воды и варить, пока яблоки полностью не разварятся. Дать остыть, добавить бальзамический уксус.

2 Еще одно яблоко нарезать тонкими брусками длиной 3 см и нашпиговать ими куски печени. Смешать муку с солью и перцем и обвалять в этой смеси печенью.

3 Разогреть в сотейнике растительное и оставшееся сливочное масло и обжарить печенью, по 3 мин. с каждой стороны. Переложить на блюдо. Влить в сотейник кальвадос и поджечь. Добавить сидр и готовить, пока объем жидкости не уменьшится на одну треть.

4 Добавить сметану, готовить 5 мин. Выложить приготовленное яблочное пюре, перемешать.

5 Вернуть в сотейник печенью и пропарить, 3–4 мин.

6 Оставшееся яблоко нарезать ломтиками и обжарить в 1 ст. л. разогретого сливочного масла, 3 мин. Подавать печенью с яблочными ломтиками.

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4

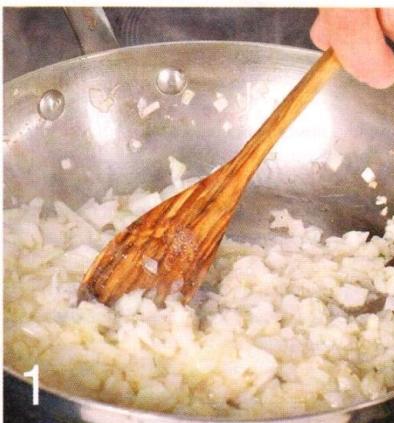


куриные котлетки с чечевицей

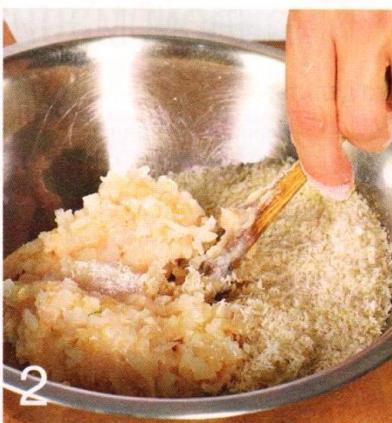


ЧТО НУЖНО:

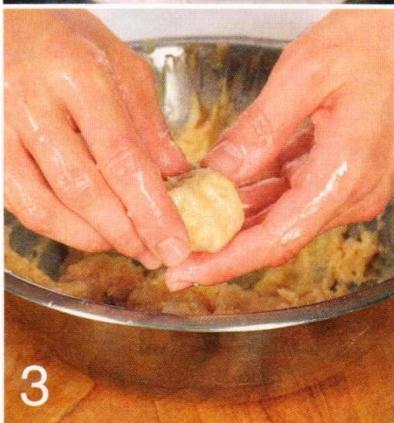
- 500 г куриного фарша
- 3 ломтика белого хлеба без корки
- 1 стакан молока
- 1 луковица
- 1 зубчик чеснока
- 1 белок
- 120 г зеленой чечевицы
- 250 г томатов в собственном соку
- 40 г тертого пармезана
- 1 лавровый лист
- 1 веточка петрушки
- 1 ст. л. муки
- 3 ст. л. оливкового масла
- соль, перец



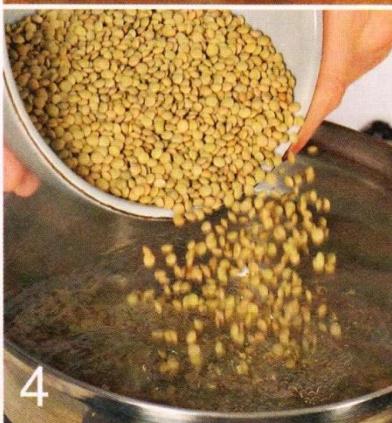
1



2



3



4

Время приготовления: 55 мин.
Порций: 6

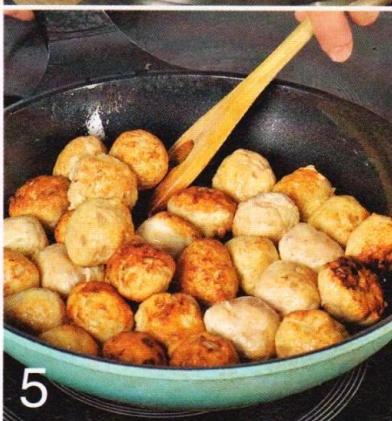
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить котлетки. Хлеб замочить в молоке, затем слегка отжать. Лук и чеснок очистить, измельчить и обжарить в 1 ст. л. масла, 5 мин.

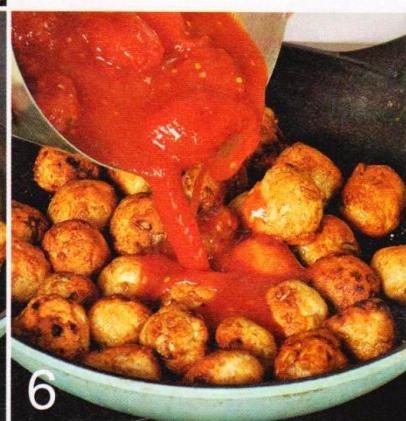
2 Смешать куриный фарш с размоченным хлебом, луком, чесноком и белком. Приправить солью и перцем и тщательно перемешать.

3 Влажными руками вылепить из фарша котлетки диаметром примерно 2,5 см. Сложить на присыпанный мукой поднос и поставить в холодильник.

4 Чечевицу вымыть и отварить в большом количестве подсоленной воды до готовности, 20 мин. Отбросить на дуршлаг. Томаты размять вилкой.



5



6

5 В большом сотейнике разогреть оставшееся масло и обжарить котлетки, часто их переворачивая, 6 мин.

6 Добавить томаты вместе с соком, лавровый лист и петрушку, туширь 4 мин. Всыпать чечевицу, перемешать и оставить на небольшом огне на 6–8 мин. Перед подачей удалить петрушку и лавровый лист и посыпать горячее блюдо тертым пармезаном.

филе индейки в лимонном маринаде



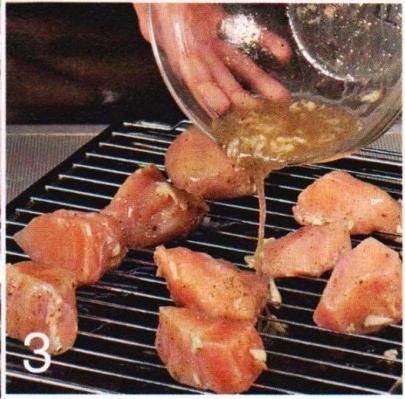
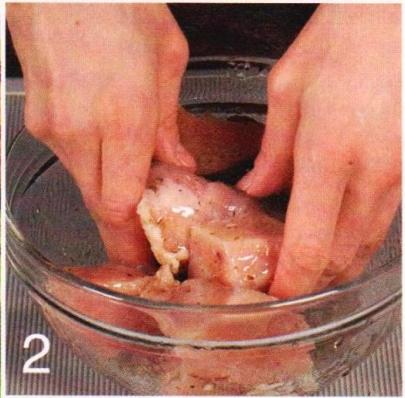
ЧТО НУЖНО:

- 800 г филе индейки
- 0,5 стакана лимонного сока
- 1 ст. л. сухого орегано
- 2 зубчика чеснока
- 2 ст. л. растительного масла
- соль, перец

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Чеснок очистить и измельчить. Смешать в миске лимонный сок, масло, чеснок, орегано и щепотку черного молотого перца.
- 2 Филе индейки вымыть, нарезать крупными кусками. Положить в маринад, перемешать, накрыть и оставить на 20 мин. Время от времени перемешивать.
- 3 Поставить на противень решетку. Вынуть куски индейки из маринада, положить их на решетку и поместить в разогретую до 200 °C духовку на 10 мин. Перевернуть, полить оставшимся маринадом и запекать еще 15 мин.



яблочный хрень



ЧТО НУЖНО:

- 4** яблока
- 2 ст. л.** воды
 - тертая цедра 0,5 лимона
- 1 ч. л.** сахара
- 3 ст. л.** свеженатертого хрена
- 1 ч. л.** лимонного сока
- 1 ч. л.** сливочного масла

Время приготовления: 30 мин.
Объем: 250–300 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки очистить, разрезать каждое на 4 части, удалить сердцевину. Сложить в кастрюльку, залить небольшим количеством воды так, чтобы яблоки были только покрыты ею. Добавить лимонную цедру и сахар, варить до мягкости. Дать немного остить.

2 Протереть яблочную массу через сито.

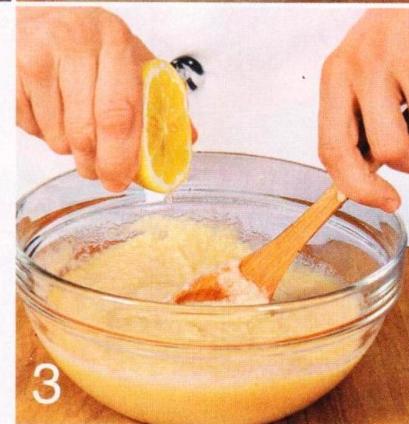
3 Смешать с хреном и лимонным соком. Охладить.



1



2



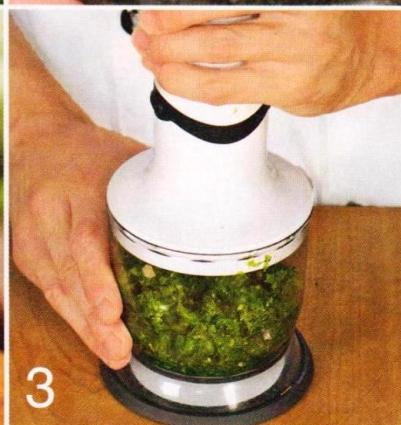
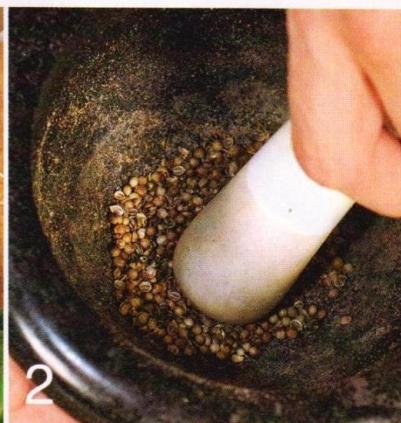
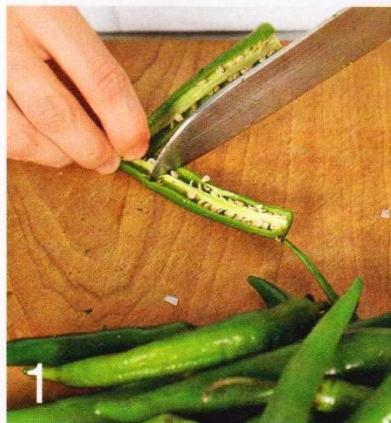
3

абхазская аджика



ЧТО НУЖНО:

- 1 кг острого зеленого перца
- 1 большая головка чеснока
- 1 пучок кинзы
- 0,5 ч. л. семян кориандра
- большая горсть соли



Время приготовления: 35 мин.
Объем: 1 кг

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Перцы вымыть, разрезать пополам и удалить сердцевину. Чеснок очистить. Кинзу вымыть, обсушить. Все крупно нарезать.
- 2 Растолочь в ступке кориандр с солью.
- 3 Перцы, чеснок и кинзу пропустить через мясорубку. Добавить смесь кориандра с солью. Перемешать, разложить по чистым банкам, закрыть и поставить в холодильник.

Работать с перцами надо в перчатках.
Иначе въевшийся в кожу перечный сок, случайно попав на слизистую, причинит массу неприятностей.

харисса



ЧТО НУЖНО:

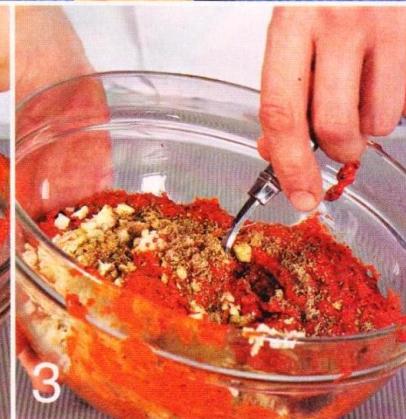
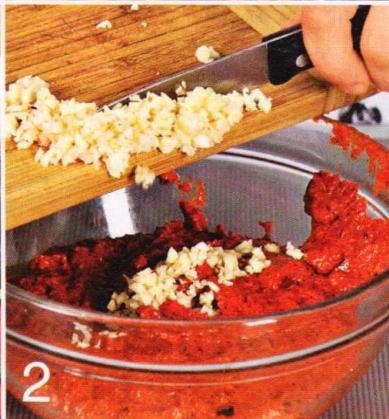
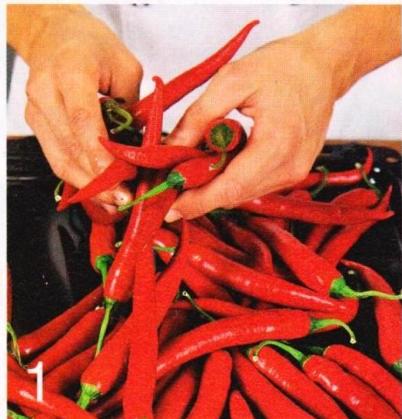
- 1 кг красных острых перцев
- 1 головка чеснока
- 50 г кумина
- 1 ст. л. крупной соли
- растительное масло

Время приготовления: 1 час

Объем: 500 мл

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Перцы перебрать, вымыть, обсушить. Уложить на смазанный маслом противень, сбрызнуть 2 ст. л. растительного масла, накрыть фольгой и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 40 мин. Дать перцам остыть до комнатной температуры. Разрезать каждый плод пополам, удалить сердцевину. Измельчить перцы в блендере до консистенции неоднородного пюре.
- 2 Чеснок очистить и очень мелко порубить. Положить в миску измельченные перцы и чеснок.
- 3 Кумин растереть с солью и добавить к перцам. Тщательно перемешать. Переложить хариссу в чистую банку. Залить растительным маслом.





МИНТАЙ С РИСОМ И ПАСТОЙ ИЗ КИНЗЫ



ЧТО НУЖНО:

4 филе минтая весом примерно по 180 г каждое

400 г риса басмати

1 пучок зеленого лука

• соль, перец по вкусу

1 лайм

Для пасты:

2 больших пучка кинзы

2 см свежего корня имбиря

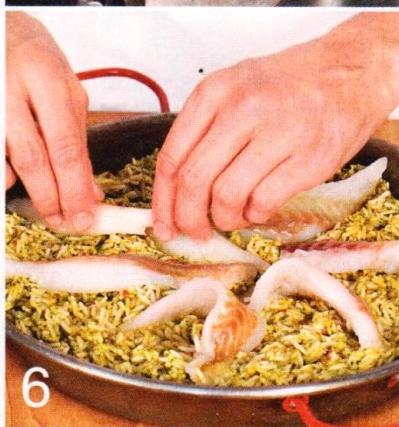
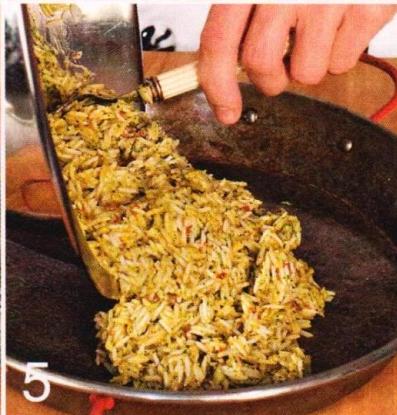
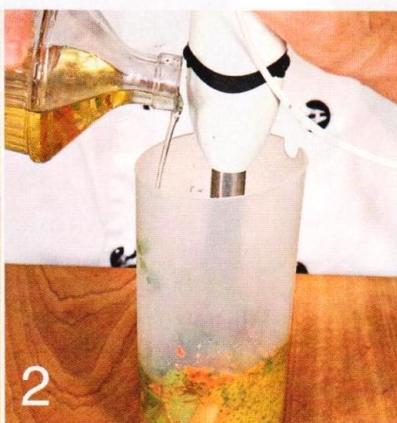
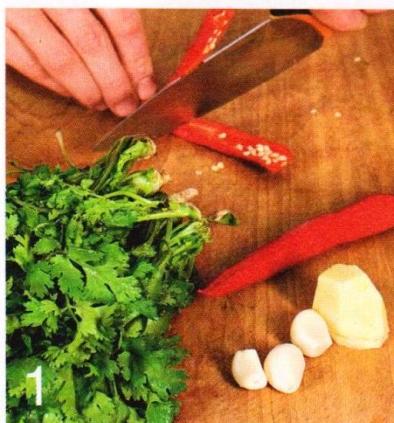
3 зубчика чеснока

2 небольших острых перца

2 ч. л. кунжутного масла

6 ст. л. соевого соуса

• цедра и сок 2 лаймов



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить пасту. Кинзу вымыть и обсушить. Оборвать листики. Корень имбиря и чеснок очистить. Перчики вымыть, разрезать пополам и высекстри семена.

2 Измельчить в блендере стебли и половину листиков кинзы, имбирь, чеснок, острые перчики и цедру лайма. Продолжая взбивать, влить кунжутное масло, соевый соус и сок лайма. Посолить, поперчить по вкусу. Переложить в миску.

3 Рис тщательно промыть, положить в кастрюлю с большим количеством воды, довести на сильном огне до кипения. Уменьшить огонь до среднего и варить 6 мин. Отбросить рис на дуршлаг.

4 Тщательно перемешать рис с приготовленной пастой.

5 Выложить получившуюся массу в форму для запекания, разровнять поверхность.

6 Филе минтая вымыть, обсушить и положить на рис. Накрыть форму листом фольги и поставить в разогретую до 200 °C духовку на 15 мин. Перед подачей посыпать измельченным зеленым луком и оставшимися листиками кинзы. Лайм вымыть, нарезать дольками и подать к блюду.

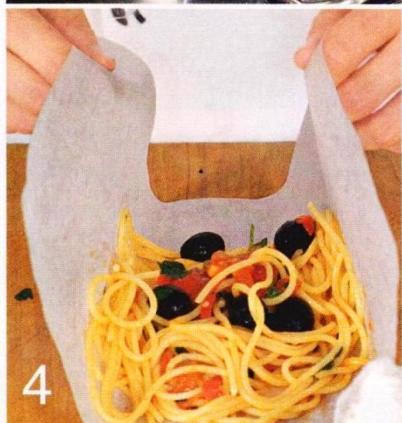
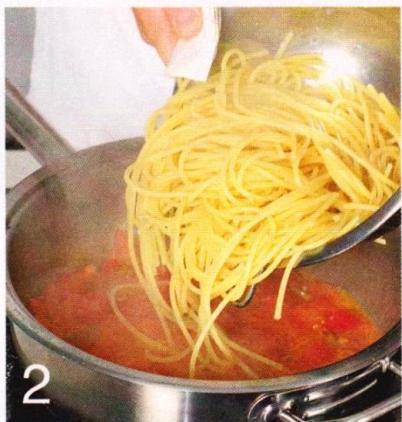
Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4



паста аль карточио

ЧТО НУЖНО:

- 300 г спагетти
- 100 г маслин без косточек
- 450 г помидоров
- 1 зеленый острый перчик
- 1 зубчик чеснока
- 4 веточки петрушки
- тертый пармезан
- 2 ст. л. растительного масла
- соль



Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Вырезать из пергамента 4 прямоугольника размером 30х20 см. Чеснок очистить. Помидоры, перчик и петрушку вымыть, обсушить. Помидоры нарезать небольшими кусочками, перчик измельчить, удалив семена. Петрушку разобрать на листики. Разогреть в сотейнике

масло и обжарить на среднем огне зубчик чеснока, 2 мин. Выложить чеснок, добавить в сотейник помидоры и перчик. Готовить, время от времени помешивая, 20 мин.

2 Спагетти отварить в кипящей подсоленной воде до полуготовности (половину времени, указанного на упаковке). Отбросить на дуршлаг и дать стечь всей воде. Положить их в соус.

3 Добавить маслины и половину листиков петрушки. Перемешать. Попробовать на соль и при необходимости подсолить.

4 Разложить спагетти с соусом на листы пергамента. Поднять концы бумаги и тую их закрутить, так, чтобы получился «мешочек». Поместить на противень и поставить в разогретую до 200 °C духовку на 7 мин. Разложить бумажные «мешочки» на тарелки. Подать к блюду оставшуюся зелень и тертый пармезан.

Острый перец, как и многие другие вкусности, попал в Европу благодаря американской экспедиции Колумба. Причем в отличие от помидоров, чей божественный вкус европейцы распознали не сразу, перец как-то сразу всему пришелся по душе.

Существует множество его разновидностей, различающихся между собой цветом, формой, размером и степенью остроты. Для каждого сорта есть свое название – хабанера, серрано, кайенна и т.д. Но чаще всего огненный плод называют просто чили, что, собственно, правильно, так как в переводе с языка ацтеков это означает «красный перец».

Интересно, что у ацтеков был специальный бог острого перца по имени Каушолотль.

В остром перце содержится в 2 раза больше витамина С, чем в его сладком собрате. Но это не повод для того, чтобы есть его как яблоко. Впрочем, если у вас абсолютно здоровый желудок, то можно попробовать.

Тем более что пользы от этого будет много. В острых перцах содержится уникальное вещество – алкалоид капсаицин, чьи целебные свойства безграничны. Он нормализует давление и чистит сосуды, препятствует возникновению тромбов, очищает кровь и кожу, обладает противогрибковым и противовоспалительным действием, лечит простуду и мигрени. Про эти свойства знали еще наши

прапрабабушки, которые с успехом лечили працедедушек перцовыми пластырями и настойками. Сейчас в продаже появились всяческие мази, кремы, лосьоны и прочие гигиенические средства, сделанные на основе острого перца. Но нам кажется, что старая добрая перцовка, приготовленная собственными руками, надежнее. Бросил в бутылку водки 2–3 стручка острого перца, подождал неделю и получил лекарство, которое можно применять и внутрь, и снаружи.





РИС ПО-МЕКСИКАНСКИ



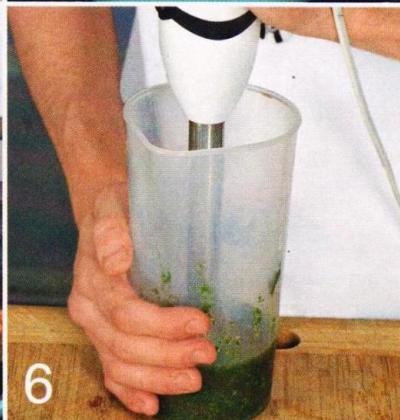
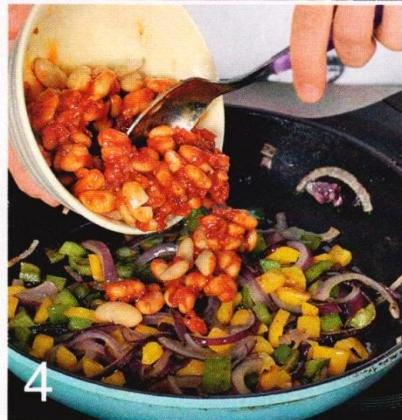
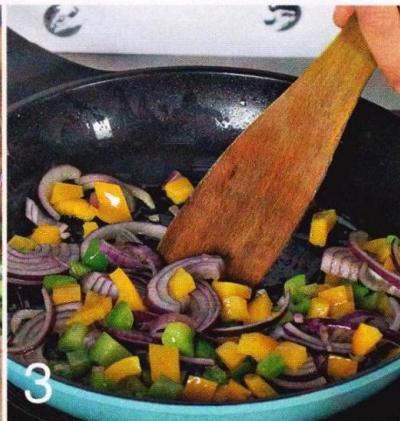
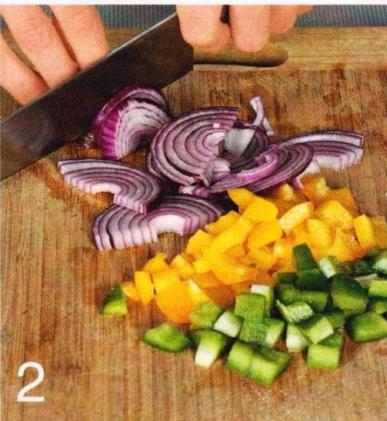
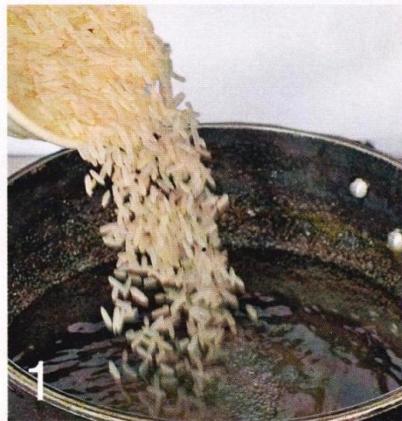
ЧТО НУЖНО:

- 1 стакан длиннозерного риса
400 г белой фасоли в остром соусе
1 большая красная луковица
1 зеленый сладкий перец
1 желтый сладкий перец
1 большой пучок кинзы
2 зубчика чеснока
1 ст. л. сока лайма или лимона
1 ч. л. сахара
5 ст. л. кукурузного масла
• соль по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 В кастрюле вскипятить 2 стакана воды, добавить щепотку соли, 1 ст. л. растительного масла и промытый рис. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить, пока не уйдет вся вода, примерно 20 мин. Снять с огня и отставить.
- 2 Пока варится рис, лук очистить и нарезать полукольцами. Перец вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину. Мякоть нарезать квадратиками со стороной 1 см.
- 3 Разогреть в большой сковороде 1 ст. л. масла, обжарить лук, 5 мин. Положить перцы и готовить, помешивая, еще 5 мин.
- 4 Добавить фасоль вместе с соусом, тщательно перемешать.
- 5 Выложить готовый рис, еще раз все очень хорошо перемешать. Попробовать на соль, в случае необходимости посолить. Накрыть крышкой и оставить на минимальном огне.
- 6 Кинзу вымыть, обсушить. Чеснок очистить. Измельчить кинзу и чеснок в блендере. Не выключая мотор, влить тонкой струйкой оставшееся масло. Выложить получившуюся массу в миску, добавить сок лайма и сахар. Перемешать. Рис разложить по тарелкам и подать с зеленым соусом.



СПОНСОР РЕЦЕПТА



ЗАВИТУШКИ С КЛЮКВОЙ



1



2



3



4



5

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить начинку. Орехи обжарить на сухой раскаленной сковороде, постоянно помешивая, 6 мин. Дать остыть, затем порубить ножом в мелкую крошку. Клюкву перебрать, вымыть. Размять клюкву с сахаром, отложив несколько штук для украшения. Добавить в клюкву орехи и апельсиновую цедру. Перемешать и отставить.

2 На присыпанной мукой поверхности раскатать один шарик теста в максимально тонкий пласт.

3 Нарезать тесто прямоугольниками размером 12x5 см.

4 Положить на длинный край каждого прямоугольника начинку, свернуть тесто рулетиком. Влажными руками тщательно защипнуть края.

5 Закрутить каждый рулетик плотной «улиткой». Сверху в углубление разложить отложенные ягоды. Накрыть влажным полотенцем. Приготовить завитушки из второго шарика теста.

6 Смазать завитушки слегка взбитым яйцом, поместить на застеленный пергаментом противень и поставить в разогревнутую до 180 °С духовку на 30 мин.

ЧТО НУЖНО:

- 400 г теста дрожжевого «Звёздное» (2 шарика)
- 1 стакан клюквы
- 1 стакан фундука
- 1,5 стакана сахара
- 2 ч. л. тертой цедры апельсина
- 1 яйцо
- мука для присыпки

Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 20



КСТАТИ

Когда про булочки говорят – домашние, это означает, что они очень вкусные и сделаны с большой любовью. Если вы хотите, чтобы про вашу выпечку говорили всегда так, используйте дрожжевое тесто «Звёздное» для пирогов. Тесто сделано по особой технологии и рецептуре, поэтому сдобные булочки из него получаются необычайно пышными и мягкими.



яблочные пончики

ЧТО НУЖНО:

- 500 г яблок
1 ст. л. сахарной пудры
1 ч. л. корицы
• растительное масло
для фритюра

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить тесто. Взбить яйца с сахаром, постепенно всыпать смешанную со щепоткой соли муку. Добавить молоко и миндаль. Замесить жидкое тесто.

2 Яблоки очистить, мякоть нарезать кружками.

3 Разогреть в сотейнике масло. Яблочки обмакнуть в тесто и опустить в кипящее масло на 5–6 мин., до золотистого цвета, переложить на бумажное полотенце, посыпать сахарной пудрой и корицей.

Для теста:

- 1 стакан муки
2 ст. л. сахара
2 яйца
125 мл молока
1 ст. л. молотого миндаля
• соль



легкий десерт к чаю



ЧТО НУЖНО:

- 10** штук печенья курабье
- 300 мл** сливок жирностью 35%
- 200 г** очищенных грецких орехов
- 50 г** темного шоколада
- 3 ст. л.** темного рома
- 2 ст. л.** сахарной пудры

Время приготовления: 25 мин.

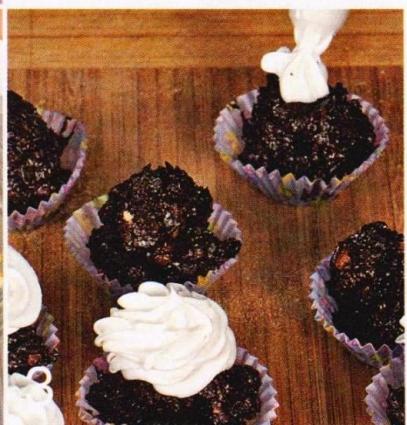
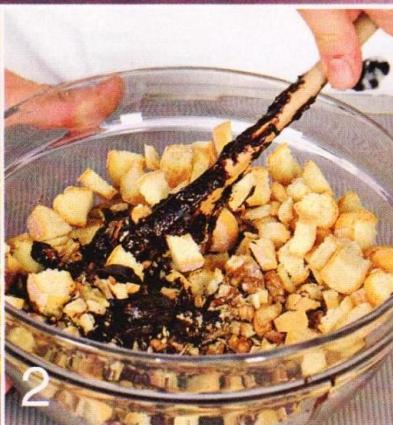
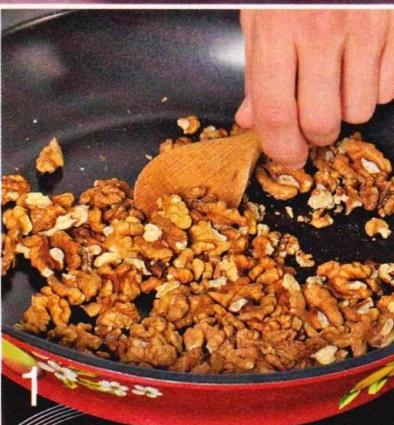
Порций: 10

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грецкие орехи обжарить, постоянно помешивая, на сухой разогретой сковороде, 5 мин. Затем порубить в крупную крошку. Шоколад растопить на водяной бане, добавить ром.

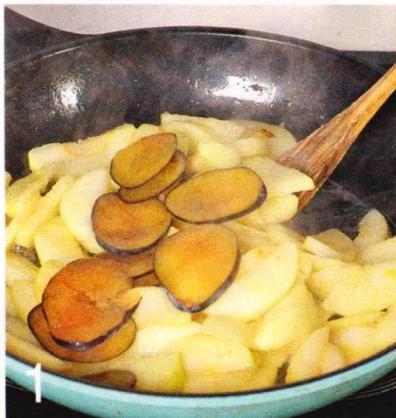
2 Поместить на поднос 10 бумажных формочек для кексов. Печенье поломать на небольшие кусочки, перемешать с грецкими орехами и растопленным шоколадом. Разложить по формочкам.

3 Сливки взбить с сахарной пудрой в плотную пену. Переложить в кондитерский мешок с широкой рифленой насадкой и украсить сверху печенье. Поставить в холодильник на 1–2 ч. Перед подачей можно украсить коктейльными вишнями или ломтиками фруктов.





яблочный пирог со сливами



ЧТО НУЖНО:

- 4 средних сладких яблока
- 2 черные сливы
- 200 г муки
- 2 ч. л. разрыхлителя
- 200 г сливочного масла + 2 ст. л.
- 200 г сахара
- 3 яйца
- 2 ст. л. абрикосового джема
- 1 ст. л. десертного вина

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки очистить и нарезать тонкими ломтиками, удалив сердцевину. Сливы вымыть и нарезать тонкими кружками, косточки удалить. Разогреть в сотейнике 1 ст. л. масла и обжарить яблоки и сливы, аккуратно помешивая, 3 мин. Снять с огня и дать остыть.

2 Растиереть 200 г теплого сливочного масла с сахаром. Яйца слегка взбить и порциями, все время перемешивая, добавить в масляную смесь.

3 Всыпать просеянную с разрыхлителем муку. Хорошо перемешать. Выложить половину яблок со сливами, еще раз перемешать.

4 Оставшимся маслом смазать круглую форму для выпечки диаметром 20 см. Выстелить дно и бока пергаментом. Выложить в нее тесто, разровнять поверхность. Разложить сверху оставшиеся фрукты, слегка вдавливая их в тесто. Поставить в разогретую до 180 °C духовку на 1 ч. Если пирог начнет пригорать, накрыть его фольгой.

5 В небольшой миске нагреть абрикосовый джем, влить вино и перемешать.

6 Готовый пирог оставить в форме на 10 мин. Затем вынуть из формы, поместить на решетку и смазать приготовленной глазурью.

Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 8



Что ешать

Сладкое яблоко
Сладкое яблоко — это один из самых популярных десертов в мире. Впервые оно было создано в Китае в 1000 году до нашей эры. С тех пор его рецепт передавался из поколения в поколение, и сегодня это один из самых известных и популярных десертов в мире.

Состав:

Яблоки (2-3 шт.),

Мед (100 г),

Сливки (100 г),

Лимонный сок (1 ст. ложка),

Лимонная цедра (1/2 лимона),

Корица (по вкусу),

Лимонные кружочки (по вкусу).

Приготовление:

Яблоки помыть и обсушить.

Внутри яблок сделать небольшие отверстия.

В каждое отверстие вставить кусочек меда.

Яблоки залить сливками и посыпать корицей.

Накрыть яблоки лимонными кружочками.

Поместить яблоки в духовку на 10-15 минут при температуре 180°C.

Готовые яблоки вынуть из духовки и остудить.

Приятного аппетита!

яблоки с медовым творогом



ЧТО НУЖНО:

- 4 больших яблока
- 2 ст. л. лимонного сока
- 1 ст. л. сливочного масла
- 4 ст. л. творога
- 75 г меда

Для соуса:

- 2 ст. л. лимонного джема
- 2 ч. л. меда
 - сок половины лимона
- 2 веточки мяты

Время приготовления: 55 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Яблоки вымыть, срезать верхушки. Аккуратно вынуть ложкой мякоть, оставив по краям слой примерно 0,5 см.
- 2 Удалить из мякоти яблочные косточки и перепонки, мякоть нарезать произвольными кусками и измельчить в блендере в пюре. Сбрызнуть лимонным соком.
- 3 Выложить яблочное пюре в сотейник, добавить мед и 0,5 стакана воды. Готовить на среднем огне, периодически помешивая, 10 мин. Снять с огня и дать остить.
- 4 Творог дважды протереть через сито, затем взбить венчиком с яблочным пюре в пышную массу.
- 5 Разложить пюре по яблокам и поставить в разогретую до 160 °C духовку на 25 мин.
- 6 Для мятного соуса медленно нагреть лимонный джем на водяной бане, добавить мед, лимонный сок и довести до кипения. Мяту промыть, мелко нарезать и добавить в соус. Перемешать и сразу снять с огня. Подавать яблоки с мятным соусом.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№18 (188), сентябрь 2011

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Паблишайшнз»

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

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

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Елена Лещенко
ответственный секретарь Алексей Клак
редакторы Алла Сергеева, Анна Туревская
бильдредактор Динара Нуруева
дизайнеры Алексей Клак, Максим Новрузов
повара-консультанты Константин Жук, Олег Туркин
фотографы Сергей Самойлов
корректоры Любовь Никифорова,
Татьяна Певнева

исполнительный директор Ольга Ткалич

финансовый директор Светлана Серегина

директор по рекламе Марина Мамина

Отдел рекламы Анастасия Епишикова,
Мария Ключинская,
Елена Матвеева,
тел.: (495) 725-1070

Руководитель Лариса Маштаплер
отдела специпроектов

Руководитель Ирина Федотова
отдела продаж
в Интернете

Отдел маркетинга Зоя Галищникова,
Надежда Лыжникова

Отдел дистрибуции: Сергей Татарин (директор),
Татьяна Катран, Елена Куликова,
Наталия Писклина,
Юлия Ремезова,
Андрей Телингатер,
Сергей Испенский,
тел.: (495) 725-1070

Подписка Екатерина Жуковская,
тел.: (495) 792-5562

Заместитель генерального Илья Иванов
директора по правовым вопросам

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

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

Сканирование Екатерина Панишкина
и обработка иллюстраций: (руководитель отдела),
Светлана Кузина,
Георгий Савастянов,
Виктор Фролкин

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж 178 350 экз.
Цена свободная

Автор макета Ирина Лещенко

Обложка: Сергей Самойлов

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

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных
материалов.

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

© 000 «Бонниер Паблишайшнз», дизайн, фото, текст, 2011 г.



новый номер выйдет 26 сентября

в следующих номерах журнала «КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ»



французская
кухня



новый номер выйдет 19 сентября