

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№3 (155) ФЕВРАЛЬ 2013

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

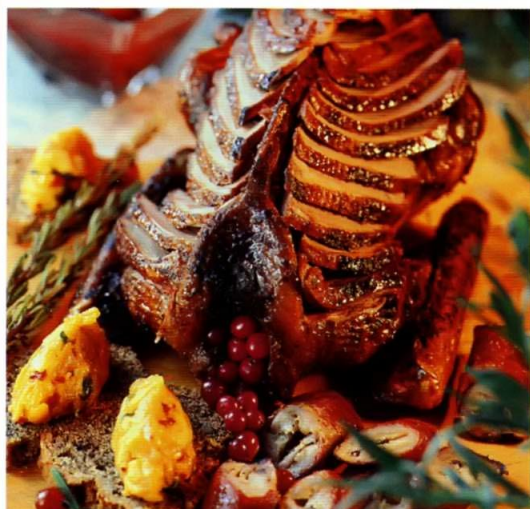
пельмени,
манты,
хинкали

12+

ISSN 1819-9488
1 300 3
9 771819 948005



ДОСТУПНО, ВКУСНО, ИНТЕРЕСНО!



**Курсы
от простого
к сложному**
«Новичок»
(4 занятия)

**Кулинарные
мастер-классы**

Итальянские десерты
Японская кухня
Французская кухня
Грузинская кухня
Азиатская кухня
Блюда из мяса и птицы
Соусы и маринады
для мяса и рыбы

Стоимость

1 занятие	2500*
1 занятие для двоих	4200*
4 занятия	7500*
8 занятий	14 000*

* Цены указаны в рублях
Скидки не суммируются

2100 руб.

СПЕЦИАЛЬНАЯ ЦЕНА ДЛЯ ВАС
И ВАШИХ ДРУЗЕЙ.

Условия по телефону: **8 (495) 725 1079**

Записывайтесь!

kulinar@gastronom.ru
www.gastronom.ru



Дорогие друзья!

Сколько бы нам ни говорили, что пельмени – это изобретение китайцев, мы все равно будем считать их своим национальным достоянием. Но это не означает, что мы не хотим попробовать китайские пельмени – они же вонтоны, димсамы, фэньго... В магазинах китайских и японских продуктов появилось готовое тесто для вонтонов, что неимоверно облегчает процесс их приготовления.

Идея сочетания ароматной начинки и тонкого теста давно овладела умами всего человечества. Узбекские манты, грузинские хинкали, итальянские равиоли, украинские вареники... Брались ли вы когда-нибудь приготовить эти блюда? Это несложно! Главное – тщательно вымешанное тесто, правильная начинка и грамотный «защип». И вуаля! – у вас на столе маленькое, как равиоли, волшебство. Или большое – как манты...

Все прочие блюда с использованием фарша, которые вы можете себе представить, ищите в номере журнала «Школа гастронома», который выйдет 3 февраля.

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 базовое тесто для хинкали, мантов и пельменей
- 3 тесто для равиоли
- 4 пельмени с сочным фаршем
- 6 хинкали
- 8 манты с мясом
- 10 хинкали с сыром
- 11 манты с тыквой
- 12 катлама с мясом и картофелем
- 14 чучвара-шурпа
- 16 пельмени в горшочке, с грибами
- 18 вареники с капустой, грибами и шкварками
- 20 пышные вареники с творогом и ягодами на пару
- 22 жареные вонтоны с креветками и свиной
- 24 шумаи с курицей и овощами
- 26 чаочжоу фэньго с креветками
- 28 равиоли со шпинатом и рикоттой
- 30 сладкие фаготтини с шоколадным соусом

**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.

базовое тесто для хинкали, мантов и пельменей



ЧТО НУЖНО:

- 4 стакана муки
- 1 стакан ледяной воды
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 ч. л. соли



Время приготовления: 1 час 55 мин.
Объем: 850 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Просейте половину муки на доску, сделайте углубление, добавьте соль и растительное масло, затем одной рукой подливайте ледяную воду, другой – замешивайте тесто. Когда получите мягкий однородный комок, отложите его отдохнуть под полотенцем на 30 мин.

2 Подсыпьте половину оставшейся муки и вымешивайте снова, не меньше 10 мин., затем снова отложите под полотенце на 30 мин.

3 Добавьте оставшуюся муку и вымесите тугое тесто. Оно не должно липнуть к рукам. Оставьте его под полотенцем еще на 30 мин. Затем используйте согласно рецепту или переложите в холодильник, где оно может храниться 2–3 дня.

тесто для равиоли

ЧТО НУЖНО:

- 300 г** пшеничной муки
- 100 г** манной крупы
- 3** больших яйца
- 2** желтка
- 0,5 ч. л.** соли

Время приготовления: 1 час
Объем: 650 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Доведите яйца до комнатной температуры. Просейте на рабочую поверхность пшеничную муку, добавьте соль и манку. Сделайте в горке углубление – «колодец», вбейте туда яйца и добавьте желтки.

2 Подсыпая руками мучную смесь к центру, замесите тесто. Поначалу его будет довольно трудно вымешивать, но со временем (вам понадобится 7–10 мин.) тесто станет эластичным и перестанет липнуть к пальцам. Вымешивайте его от себя, как бы «размазывая» по столу основанием ладони, а потом собирайте обратно.

3 Сформируйте из теста шар, заверните его в пленку, накройте полотенцем и дайте полежать при комнатной температуре 30–60 мин. Затем используйте согласно рецепту или переложите в холодильник, где оно может храниться 1–2 дня.





пельмени с сочным фаршем 🐻 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 400–500 г** базового теста (см. стр. 2)
- 300 г** мякоти говядины
- 350 г** мякоти жирной свиной шейки
- 150–200 г** свежей белокочанной капусты
- 2** средние луковицы
- 2–4** зубчика чеснока
- 0,5 ч. л.** сладкой молотой паприки
 - соль, свежемолотый черный перец
- 6–7** кубиков льда
 - масло, сметана и уксус для подачи



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для фарша нарежьте оба вида мяса средними кусками и измельчите в комбайне или пропустите через мясорубку.

2 Лук и чеснок очистите и нарежьте средними кусками. У капусты удалите кочерыжку, нарежьте так же. Сложите овощи в кухонный комбайн или блендер, добавьте лед и измельчите в крошку. Если у вас нет ни комбайна, ни блендера, очень мелко порубите лук, чеснок и капусту ножом, а лед раскрошите в пакете скалкой. Но не пропускайте лук и капусту через мясорубку – весь сок вытечет.

3 Смешайте все мясо с капустой, луком и чесноком, добавьте паприку, соль, черный перец и очень тщательно перемешайте. Накройте фарш пленкой и поставьте в холодильник на 15–20 мин.

4 Скатайте из теста колбаску диаметром 1,5–2 см, нарежьте ее поперек на кусочки толщиной 1 см. Присыпьте кусочки мукой и раскатайте в круглые лепешечки на присыпанной мукой поверхности.

5 В центр каждого кружка выложите по 1 ч. л. начинки. Очень тщательно защипните края, чтобы получился полукруг. Соедините два острых угла и крепко прижмите, чтобы они слепились.

6 Варите пельмени порциями в большой кастрюле с большим количеством кипящей подсоленной воды, перемешивая шумовкой, чтобы они не прилипали ко дну. Пельмени готовы через 8–10 мин. после повторного закипания. Подавайте с маслом, сметаной и уксусом.

Время приготовления: 1 час 20 мин.
Количество: примерно 45 штук

СПОНСОР РЕЦЕПТА



На правах рекламы. Товар сертифицирован.

ХИНКАЛИ



Время приготовления: 55 мин.
Порций: 6

ЧТО НУЖНО:

- 850 г** базового теста (см. стр. 2)
- 450 г** мякоти баранины
- 400 г** мякоти телятины
- 2** большие луковицы
- по 4–5** веточек кинзы и петрушки
- 0,5 ч. л.** молотого кориандра
- «Волшебное дерево»**
 - соль, черный и красный острый перец «Волшебное дерево»

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо нарежьте и мелко порубите ножом или прокрутите в мясорубке с крупной решеткой. Лук мелко нарежьте, посыпьте щепоткой соли, помните рукой, перемешайте с мясным фаршем.

2 Добавьте черный перец, кориандр, мелко нарезанные петрушку и кинзу. Далее вливайте в фарш понемногу ледяную воду и тщательно вымешивайте его. Фарш должен впитать как можно больше

воды, но при этом оставаться однородной упругой массой.

3 Разделите тесто на части, возьмите скалку и начинайте раскатывать до толщины 1,5–2 мм. Вырежьте формочкой или чашкой большие кружки, выложите ложкой на тесто фарш.

4 Придайте хинкали окончательную форму: для этого возьмите обеими руками край лепешки и собирайте его к центру складками в «котомочку», слегка растягивая тесто – внутри должна образоваться пухлость. Складок сделайте примерно 16–20.

5 Когда все складки соединились, закрутите их в «хвостик» и слегка вытяните вверх – это тоже добавит простора для варки мяса. Обрежьте хвостики ножом, чтобы они выглядели аккуратно. Поставьте на сильный огонь широкую кастрюлю с 3 л воды. Опустите готовые хинкали в кипящую воду хвостиками вверх – после всплытия они должны вариться 15 мин. Не мешайте ложкой, чтобы не повредить хинкали, немного встряхивайте кастрюлю, чтобы они не прилипли. Готовые хинкали выложите шумовкой на широкое блюдо, чтобы каждый лежал отдельно и быстрее остывал.

КСТАТИ

Пряности и специи имеют в своем химическом составе почти весь спектр витаминов и полезных минеральных веществ. Они не только делают пищу более приятной на вкус, но и улучшают настроение, способствуют снижению веса и укреплению иммунитета. А теперь, с приправами и специями «Волшебное дерево», здоровое питание будет еще и приятным на вкус!





МАНТЫ С МЯСОМ 🧸🍅🍅



ЧТО НУЖНО:

- 850 г** базового теста (см. стр. 2)
- 800 г** мякоти говядины или баранины
- 150 г** курдючного бараньего жира
- 3** средние луковицы
- 1,5 ч. л.** семян кориандра
- соль, свежемолотый черный перец
- масло или топленый жир для смазывания
- катык или сметана для подачи

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Заранее, за 30 мин., подморозьте мясо и жир, чтобы их было легче резать. Нарежьте мясо очень маленькими кубиками, 4–5 мм. Жир нарежьте кубиками чуть большего размера: 5–6 мм.

2 Очистите лук и очень мелко нарежьте. Кориандр прогрейте на сухой сковороде, 1–2 мин., и растолките в ступке как можно мельче. Тщательно смешайте мясо, лук, соль, перец, кориандр и 3–4 ст. л. очень холодной воды.

3 От готового теста (держите его под полотенцем) отрежьте большой кусок и раскатайте в тонкий (1,5–2 мм) прямоугольный пласт. Нарежьте на квадраты со стороной 12 см – края квадратов должны быть особенно тонкими.

4 Обильно смажьте круги мантышницы или пароварки маслом или жиром. В центр каждого квадрата выложите примерно по 1,5 ст. л. начинки. Соберите уголки теста сверху и защипните, затем залепите боковые отверстия с четырех сторон – получится квадрат со швами «крестом».

5 Соедините попарно кончики четырех углов – сверху швы будут напоминать восьмерку. Так же подготовьте манты из оставшегося теста и фарша.

6 Поддон мантышницы наполните водой до половины и доведите ее до кипения. Установите круги с мантами и варите 50 мин. Снимайте манты очень аккуратно на блюдо, чтобы тесто не порвалось, и сразу смазывайте маслом или жиром. Подавайте горячими, с катыком или сметаной.



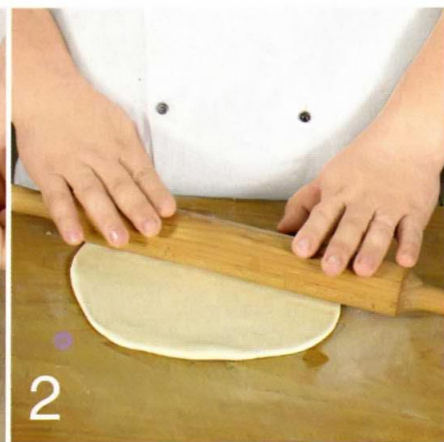
Время приготовления: 1 час 50 мин.
Количество: 25 штук

хинкали с сыром

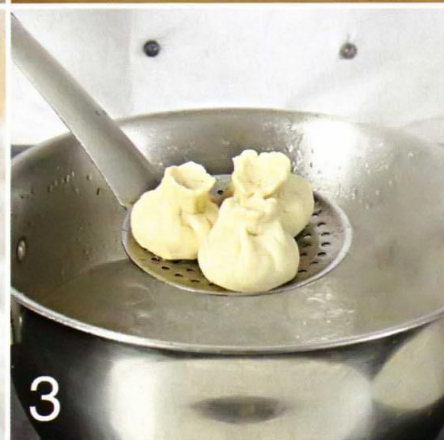


ЧТО НУЖНО:

- 850 г** базового теста (см. стр. 2)
- 500 г** имеретинского сыра
- 200 г** сулгуни
- 1** желток
- 3 ст. л.** сливочного масла
 - острый красный перец
 - соль



Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для начинки натрите на крупной терке имеретинский сыр и сулгуни. Растопите и остудите сливочное масло, вилкой взбейте его с желтком и полейте сыр. Приправьте солью и перцем, тщательно перемешайте.

2 Раскатайте и вырежьте тесто, а затем слепите хинкали, как сказано в рецепте хинкали на стр. 7, шаги 3–5.

3 Поставьте на сильный огонь широкую кастрюлю с 3 л воды. Укладывайте хинкали по одному на смазанной маслом шумовке и опускайте в кипящую воду. После всплытия они должны вариться примерно 15 мин. Не мешайте ложкой, чтобы не повредить хинкали – немного встряхивайте кастрюлю, чтобы они не прилипли. Готовые хинкали выложите шумовкой на широкое блюдо, чтобы каждый лежал отдельно и быстрее остывал.

СОВЕТ

Если вы не можете купить имеретинский сыр, смешайте адыгейский сыр с несоленой брынзой в соотношении 1:1.

манты с тыквой



Время приготовления: 1 час 30 мин.
Количество: 25 штук



ЧТО НУЖНО:

- 850 г** базового теста (см. стр. 2)
- 900 г** тыквы
- 200 г** курдючного бараньего жира
- 2** средние луковицы
- соль, свежемолотый черный или белый перец
- масло или топленый жир для смазывания
- катык или сметана для подачи

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Заранее, за 30 мин., подморозьте жир, чтобы его легче было резать. Очистите тыкву от кожуры, удалите сердцевину с семенами. Нарежьте мякоть тыквы и жир мелкими кубиками, 5–6 мм.
- 2** Очистите и нарежьте очень мелко лук. Смешайте тыкву, лук и жир, добавьте соль, перец и вновь перемешайте.
- 3** Слепите и сварите манты точно так, как сказано в рецепте мантов с мясом (см. стр. 8). Подавайте горячими, с катыком или сметаной.



катлама с мясом и картофелем 🐻 🍅 🍅



ЧТО ДЕЛАТЬ:

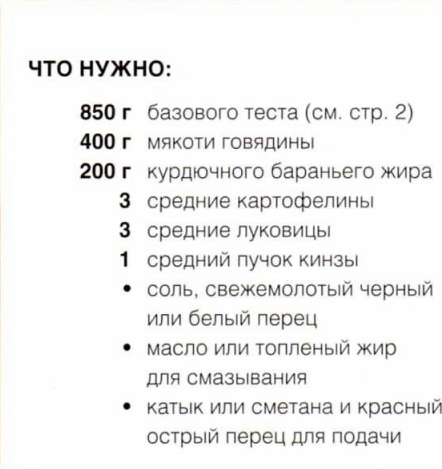
1 Нарежьте мелко мясо и порубите его в фарш ножом. Курдючный жир нарежьте кубиками со стороной 5–6 мм. Очистите и такими же кубиками нарежьте картофель. Лук и кинзу нарежьте как можно мельче. Смешайте мясо, жир, лук, кинзу и картофель, приправьте солью и перцем, добавьте 2–3 ст. л. ледяной воды и тщательно вымесите.

2 Разделите тесто на 4 части, работайте с 1 куском, остальные держите под полотенцем. Раскатайте тесто в прямоугольный пласт толщиной 2 мм. Возьмите четверть начинки и распределите ее по тесту, не доходя до краев 1,5 см.

3 Сворачивайте тесто с начинкой в плотный рулет, начав с длинной стороны прямоугольника. Когда почти свернете, не докатывая до конца – оставшийся пустой край теста натяните на верх рулета и слегка прижмите, чтобы тесто прилипло (можно смазать край теста водой изнутри).

4 Открытые края рулета плотно залепите. Так же приготовьте еще 3 рулета. Обильно смажьте круги мантышницы или пароварки маслом или жиром. Поддон мантышницы наполните водой до половины и доведите ее до кипения.

5 Уложите подготовленные рулеты, свернув каждый плотной спиралью, на круги мантышницы. Верх катламы не должен касаться стоящего над ним круга – приплющите ее смоченной в воде рукой.



ЧТО НУЖНО:

- 850 г** базового теста (см. стр. 2)
- 400 г** мякоти говядины
- 200 г** курдючного бараньего жира
- 3** средние картофелины
- 3** средние луковицы
- 1** средний пучок кинзы
- соль, свежемолотый черный или белый перец
- масло или топленый жир для смазывания
- катык или сметана и красный острый перец для подачи

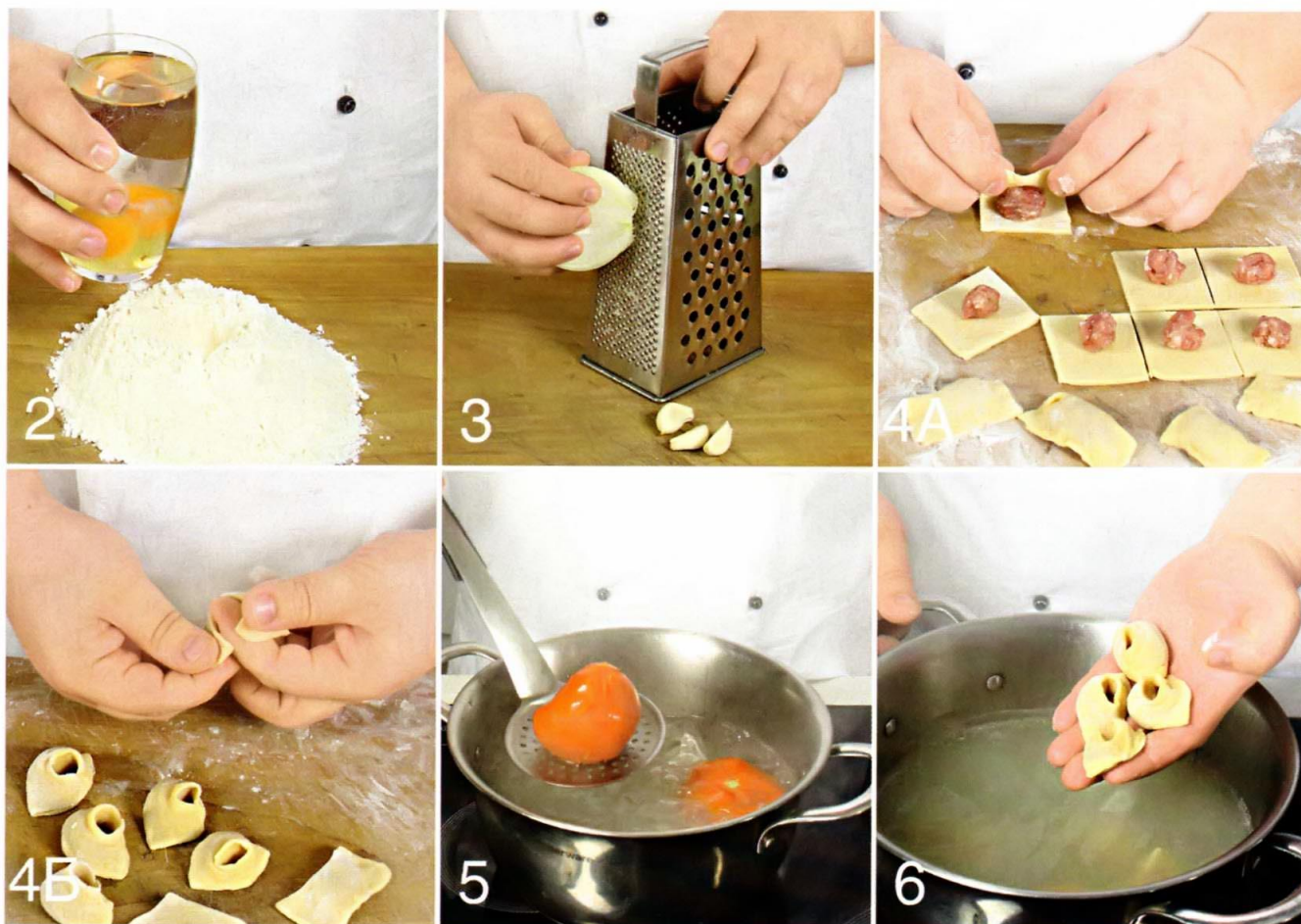
6 Установите круги с катламой и варите 50 мин. Готовую катламу снимайте с кругов очень аккуратно, чтобы тесто не порвалось, и сразу же смазывайте маслом. При подаче нарежьте на куски. Подавайте с катыком или сметаной, смешанной с красным перцем.

Время приготовления: 1 час 50 мин.
Порций: 4





чучвара-шурпа 🧸 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 700 г муки
- 2 яйца
- соль

Для начинки:

- 500 г говяжьего фарша
- 1 большая луковица
- 2 зубчика чеснока
- 1 ч. л. молотого кориандра
- соль, черный перец

Для супа:

- 500 г говяжьих костей
- 3 больших помидора
- 2 средние луковицы
- 1 пучок петрушки
- черный перец горошком, соль

Время приготовления: 2 часа 50 мин.
Порций: 6–8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для супа залейте говяжьи кости 2,5 л воды, доведите до кипения, снимите пену. Добавьте промытые неочищенные, слегка надрезанные крест-накрест луковицы, стебли петрушки и перец горошком. Варите на слабом огне, не допуская бурления, 2,5 ч. Затем процедите.

2 Для теста в чашку объемом 200 мл разбейте яйца, долейте доверху холодной водой. Просейте муку горкой, сделайте углубление, добавьте соль и влейте яйца с водой. Замесите упругое эластичное тесто. Накройте и оставьте примерно на 1 ч.

3 Для начинки натрите на терке очищенные лук и чеснок, смешайте с фаршем, добавьте соль, перец и молотый кориандр. Влейте 2–4 ст. л. холодной воды и вымесите однородный фарш.

4 Расстоявшееся тесто раскатайте в очень тонкий пласт. Нарезьте его на квадраты со стороной 5 см. А) В центр каждого выложите по ложечке начинки, соедините края и залепите. Б) Соедините 2 острых угла треугольника, обернув его вокруг пальца.

5 Процеженный бульон доведите до кипения в большой широкой кастрюле, положите целые помидоры, варите 10 мин. Выньте шумовкой, очистите от кожицы, мякоть порубите.

6 Опустите пельмени в кипящий бульон, доведите до кипения, добавьте помидоры и соль. Варите на среднем огне 5 мин. Снимите с огня, оставьте на 3 мин. Подавайте пельмени, посыпав рубленой петрушкой.

пельмени в горшочке, с грибами 🐻 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 32–40 подготовленных,
но не сваренных пельменей
(см. стр. 4)
- 300–400 г шампиньонов
- 40 г сухих белых грибов
- 250 г жирной сметаны
- 3 ст. л. топленого масла
- 2 ст. л. муки
 - соль, черный перец



Время приготовления: 1 час
Порций: 4



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Замочите сухие грибы в 400 мл кипятка на 30 мин., промойте, настой процедите. Нарежьте средними кусочками лук, размоченные грибы и шампиньоны, обжарьте в сковороде в 2 ст. л. топленого масла на сильном огне, 5 мин.

2 Посыпьте смесь в сковороде мукой, обжарьте, перемешивая, 2 мин. Влейте грибной настой, варите, помешивая, 5 мин. Добавьте сметану, доведите до кипения, посолите, поперчите.

3 Отварите пельмени в кипящей подсоленной воде, 3 мин., разложите по смазанному маслом горшочкам, залейте смесью из сковороды. Закройте крышками и поставьте в разогретую до 180 °С духовку на 10 мин. Подавайте горячими.

Ежедневное *разнообразие*

Понедельник

Восход: 5:43

Заход: 19:55

Вторник



Среда



Четверг



Пятница



Суббота



Воскресенье



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>



FROM EUROPEAN UNION



ПРОЕКТ ФИНАНСИРУЕТСЯ
ПРИ ПОДДЕРЖКЕ ЕВРОСОЮЗА
И РЕСПУБЛИКИ ПОЛЬША



ПРОЕКТ СОФИНАНСИРУЕТСЯ
ФОНДОМ ПРОДВИЖЕНИЯ
ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ



вареники с капустой, грибами и шкварками



ЧТО НУЖНО:

- 850 г** базового теста (см. стр. 2)
- 500 г** свежей белокочанной капусты
- 400 г** кислой квашеной капусты
- 100 г** сушеных белых или других лесных грибов
- 1** большая луковица
- 150 г** подкопченного сала
 - соль, свежемолотый белый перец

Время приготовления: 2 часа 30 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

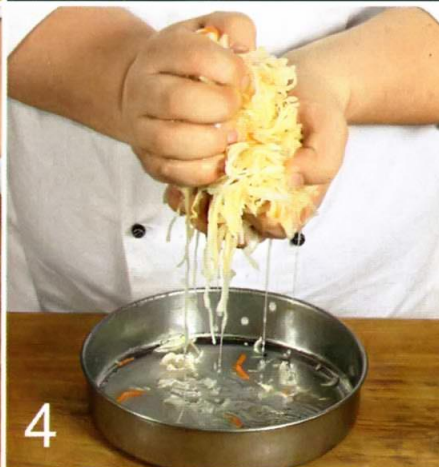
1 Залейте грибы 2 стаканами теплой воды и оставьте на 1 ч. Затем промойте грибы, настой процедите через марлю в чистую кастрюлю. Положите туда грибы, доведите до кипения, посолите, варите до мягкости грибов, 10–15 мин. Нарежьте грибы мелко, настой уварите наполовину.

2 Нарежьте сало кусочками 1х2х0,5 см. Положите в едва разогретую большую сковороду и на среднем огне выпотите жир. Кусочки должны превратиться в хрустящие, но не пережаренные шкварки.

3 Очень тонко нашинкуйте, а затем мелко порубите свежую капусту, удаляя кочерыжку. Очистите и мелко нарежьте лук. Оставьте в сковороде 2–3 ст. л. вытопленного жира, положите лук, обжаривайте до мягкости, 5–7 мин. Добавьте капусту, влейте грибной отвар, тушите на среднем огне 10 мин.

4 Тем временем промойте холодной водой и с силой отожмите квашеную капусту, нарежьте помельче. Добавьте квашеную капусту и грибы в сковороду со свежей капустой, тушите все вместе под крышкой, перемешивая, 10 мин. Уберите крышку и выпарите всю жидкость. Посолите и поперчите. Остудите начинку.

5 Раскатайте тесто в пласт толщиной 2 мм, формочкой или стаканчиком вырежьте круги диаметром 5 см. В центр каждого выложите по ложке начинки, защипните края, чтобы получился полукруг.



6 Чуть оттягивая краешек теста, небольшими защипами заворачивайте его на край, чтобы получалась косичка. Готовый вареник кладите на присыпанную доской муку. Варите вареники порциями в большом количестве подсоленного кипятка примерно 8 мин. Подавайте, посыпав горячими шкварками и полив оставшимся салом.



пышные вареники с творогом и ягодами на пару



ЧТО НУЖНО:

- 3 стакана муки
- 2/3 стакана густой простокваши
- 1 большое яйцо
- 0,5 ч. л. разрыхлителя
- соль
- сметана и сахар для подачи

Для начинки:

- 450 г творога
- 200 г любых ягод
- 2 желтка
- 3 ст. л. жирной сметаны
- сахар

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для теста просейте муку с разрыхлителем и солью в миску горкой, в центре сделайте углубление. Вбейте в него яйцо и добавьте простоквашу. Замесите однородное тесто и вымешивайте 5 мин. миксером или 10 мин. руками. Тесто

должно быть эластичным и почти не липнуть к рукам. Заверните тесто в пленку и дайте полежать 30–60 мин.

2 Для начинки творог заверните в полотенце или марлю, положите в дуршлаг, отожмите под прессом, 1 ч. Затем при желании протрите через сито – так начинка получается очень нежной.

3 Смешайте желтки со сметаной, а затем с творогом. Положите сахар по вкусу и снова хорошо перемешайте.

4 Аккуратно добавьте в начинку ягоды. Если ягоды замороженные, заранее разморозьте их и слейте сок (его можно добавить в воду при варке или в сметану при подаче).

5 Скатайте из теста колбаску диаметром 3 см, нарежьте ее поперек на кусочки толщиной 1–1,5 см. Присыпьте кусочки мукой и раскатайте в круглые лепешечки на присыпанной мукой поверхности.

6 В центр каждого кружка выложите по ложке начинки. Защипните края, чтобы получился полукруг. Чуть оттягивая краешек теста небольшими защипами, заворачивайте его на край, чтобы получалась косичка. Готовый вареник кладите на присыпанную доской муку. Варите вареники на пару 15 мин. Подавайте со сметаной и сахаром.

жареные вонтоны с креветками и свиной



Время приготовления: 1 час
Количество: примерно 25 штук

ЧТО НУЖНО:

- 350 г** листов теста для китайских пельменей
- 250 г** сырых креветок без головы
- 450 г** свиного фарша
- 1** большое яйцо
- 1** маленький пучок зеленого лука
- 5** веточек кинзы
- 5–6** зубчиков чеснока
- 1 ст. л.** рыбного или соевого соуса
- 1 ч. л.** сока лайма
- 1 ч. л.** сахара
 - соль, свежемолотый черный перец
 - растительное масло для фритюра

Для соуса:

- 1** острый красный перец чили
- 1 ст. л.** сахара
- 4 ст. л.** сока лайма
- 4 ст. л.** рыбного или соевого соуса
- 3 ст. л.** воды

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для соуса заранее очистите чили от семян и белых перегородок, мякоть нарежьте тончайшими полукольцами. Смешайте все ингредиенты до полного растворения сахара, добавьте чили и дайте настояться, пока готовятся вонтоны.

СОВЕТ

Готовое тесто для вонтонов продается в магазинах японских и китайских продуктов, а также в азиатских отделах супермаркетов. Можно взять и базовое тесто со стр. 2, раскатать его до толщины бумажного листа и нарезать квадратами со стороной 8–10 см.

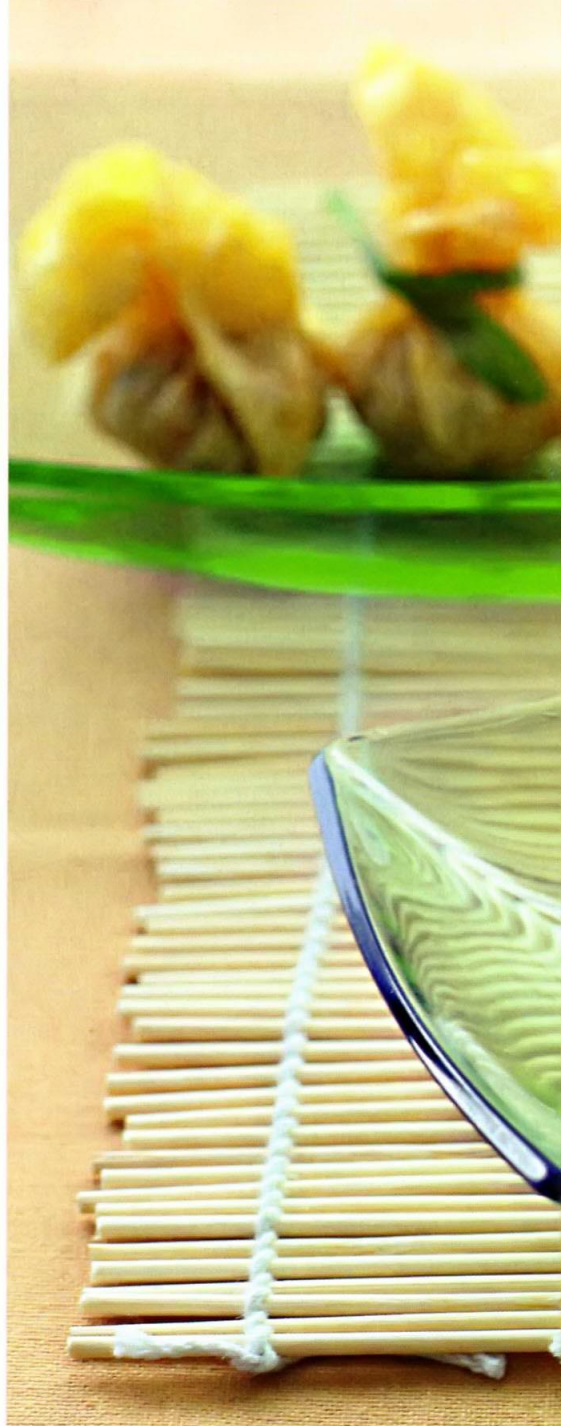
2 Очистите креветки от панцирей, разрежьте спинки вдоль по центру и удалите черную кишечную вену. Очень мелко порубите креветки, чеснок, зеленый лук и кинзу.

3 В миске смешайте креветки со свиным фаршем, чесноком и зеленью. Добавьте яйцо, рыбный (соевый) соус, сахар, соль, перец и сок лайма. Тщательно перемешайте. Накройте миску пленкой и поставьте в холодильник на 15–20 мин.

4 Посчитайте, сколько у вас листов теста для вонтонов. Держите тесто под пленкой или полотенцем, чтобы оно не пересохло. Мокрыми руками скатайте из фарша столько шариков, сколько у вас теста.

5 Кладите шарики в центр листа теста, смазывайте края водой и собирайте их в «котомочку». Защипните место соединения, чтобы вонтоны не раскрылись.

6 Доведите масло для фритюра в глубокой кастрюле до 160–170 °С. Порциями опускайте туда вонтоны и обжаривайте до золотисто-коричневого цвета, примерно по 3 мин. Готовые вонтоны выкладывайте на снятые бумажные полотенца. Подавайте горячими, с соусом.







шумай с курицей и овощами



Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4

ЧТО НУЖНО:

- 100 г** пшеничной муки
- 100 г** пшеничного или кукурузного крахмала
- 1 ст. л.** растительного масла или топленого свиного жира
 - щепотка соли

Для начинки:

- 300 г** куриного фарша
- 6–8** листьев пекинской капусты
- 1** средняя морковь
- 1** небольшой стебель лука-порея (белая часть плюс 3 см зеленой)
- 4 ст. л.** замороженной кукурузы
- 2 ст. л.** замороженного горошка
- 2** зубчика чеснока
 - соевый соус
 - рисовый или белый винный уксус
 - соль

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для теста всыпьте муку, крахмал и соль в миску, перемешайте. Постепенно подливая примерно 140 мл крутого кипятка, замесите однородное тесто. Влейте растительное масло или свиной жир, вымесите тесто до эластичности – оно должно быть по консистенции как мочка уха. Заверните в пленку и оставьте при комнатной температуре на 30 мин.

2 Лук-порей надрежьте вдоль пополам, промойте от песка, стряхните воду и измельчите листья. Разрежьте листья пекинской капусты вдоль на полосы шириной 2 см, затем тонко нарежьте по-

перек. Смешайте с пореем, посыпьте солью, помните руками и положите в сито. Оставьте на 5–7 мин., после чего отожмите лишнюю жидкость.

3 Очистите морковь и натрите на мелкой терке. Раздавите, очистите и измельчите чеснок. Смешайте отжатую капусту и порей с морковью, чесноком, кукурузой и куриным фаршем. Заправьте 2 ст. л. соевого соуса и тщательно вымесите.

4 Отщипывайте небольшие кусочки теста и на присыпанной мукой или крахмалом поверхности и раскатывайте их в очень тонкий (1 мм) кружок диаметром 7 см.

5 В центр каждого кружка выкладывайте по ложке фарша и, приподнимая и немного вытягивая свободные края кружка теста, слепляйте их по кругу, не закрывая начинку полностью. Сверху в каждый шумай немного вдавите по 1 горошине.

6 Готовую партию шумай сразу же кладите в промазанную маслом или лучше застеленную верхней частью листа пекинской капусты пароварку (чтобы пельмени не прилипли), закрывайте и готовьте на умеренном пару примерно 8 мин. Подавайте немедленно со смесью соевого соуса и уксуса (2:1), налив ее в индивидуальные пиалы.





чаочжоу фэньго с креветками 🐼 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 350 г** листов теста для китайских пельменей
- 20** крупных сырых креветок
- 5–7** грибов шиитаке
- 1** маленькая морковь
- 2 см** свежего корня имбиря
- 20–30 г** жареного арахиса
- 3–4** веточки кинзы
- 1 ст. л.** устричного соуса
- 4 ст. л.** рисового вина или воды
- 1 ч. л.** кукурузного крахмала
 - соль
 - растительное масло

Время приготовления: 35 мин.
Количество: примерно 25 штук

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Очистите креветки от панциря, удалите кишечную вену. Опустите креветки в кипяток, варите 2 мин., откиньте на дуршлаг, остудите и мелко нарежьте.
- 2** Очистите морковь и нарежьте кубиками со стороной 3–4 мм. Измельчите очищенный корень имбиря. У шиитаке удалите ножки. Шляпки нарежьте кубиками со стороной 5–6 мм.
- 3** Разогрейте 1 ст. л. масла в сковороде, обжарьте морковь, 1 мин. Добавьте имбирь, обжаривайте 30 сек. Добавьте шиитаке, подлив масла, обжаривайте, помешивая, 2 мин. Снимите с огня.
- 4** В небольшой мисочке смешайте устричный соус, вино или воду, крахмал и соль. Верните сковороду на огонь и влейте получившуюся смесь, добавьте креветки. Энергично перемешивая, готовьте еще 30–40 сек. Затем снимите сковороду с огня и остудите.
- 5** Берите по 1 листу теста, выкладывайте на половину ложечку начинки. На нее кладите по 1 ядрышку арахиса и 1 листочку кинзы.
- 6** Смочите края теста водой и слепите треугольный пельмень. Варите фэньго на пару в промазанной маслом пароварке партиями, примерно 6 мин. каждую партию. Подавайте немедленно, с любым соусом по вашему выбору.



ravioli со шпинатом и рикоттой



ЧТО НУЖНО:

- 650 г теста для ravioli (см. стр. 3)
- 600 г свежего шпината
- 250 г рикотты или жирного домашнего творога
- 50 г пармезана
 - оливковое масло «экстра вирджин»
 - соль, свежемолотый белый перец

Для подачи:

- 200 г помидоров черри
- 3–4 ст. л. сливочного масла
- тертый пармезан

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4–6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для начинки влейте в большую сковороду немного оливкового масла, положите шпинат, закройте крышкой и поставьте на сильный огонь. Через 2–3 мин. откройте и обжаривайте, чтобы выпарилась вся жидкость. Слегка остудите и мелко порубите шпинат ножом. Приправьте солью и перцем.

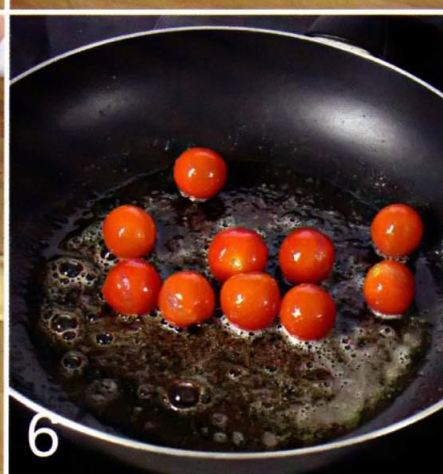
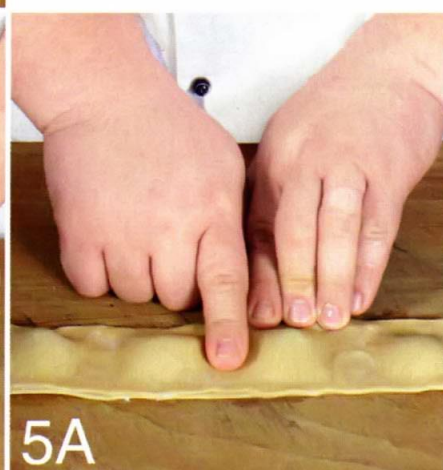
2 Натрите на мелкой терке пармезан, рикотту разомните вилкой. Смешайте рикотту со шпинатом, всыпьте пармезан, перемешайте, приправьте оливковым маслом и еще перцем, по вкусу. Вымесите до однородности.

3 Разделите тесто на 4 части. То тесто, с которым вы не работаете, держите под полотенцем. Раскатайте 1 часть в прямоугольный пласт шириной 8–9 см. Тесто должно быть очень тонким (1 мм). Разрежьте вдоль пополам.

4 На один пласт теста комочками выложите начинку на расстоянии 4–4,5 см друг от друга. Комочки должны иметь форму, близкую к шару диаметром примерно 2 см.

5 Очень аккуратно уложите на начинку второй пласт теста.

А) Пальцами обомните тесто вокруг начинки, чтобы пласты хорошенько склеились.



Б) Разрежьте получившуюся конструкцию на квадратные ravioli, воспользовавшись ножом – зубчатым колесиком. Так же сделайте ravioli из оставшегося теста и начинки. Сварите ravioli в большом количестве подсоленной кипящей воды, после повторного закипания готовьте еще примерно 4 мин.

6 Для подачи разогрейте в сковороде сливочное масло, положите черри и обжарьте на сильном огне, чтобы они полопались, 2–3 мин. Посолите и поперчите. Разложите ravioli по тарелкам, на них – черри, полейте маслом из сковороды и посыпьте тертым пармезаном. Подавайте немедленно.



сладкие фэготтини с шоколадным соусом 🍌 🍪 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 650 г** теста для равиоли (см. стр. 3)
- 2** средние крепкие груши конференс
- 50 г** кураги
- 30–40 г** мелкого изюма
- 20–30 г** любых орехов
 - коричневый сахар
- 3 ст. л.** сливочного масла

Для соуса:

- 400 мл** сливок жирностью 20%
- 100 г** молочного или темного шоколада
 - щепотка тертого мускатного ореха

Время приготовления: 2 часа
Порций: 4–6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Для начинки замочите курагу и изюм в теплой воде на 1 ч. Затем откиньте на сито, обсушите. Курагу мелко порубите. Если изюм крупный, порубите и его тоже.
- 2** Орехи слегка обжарьте на сухой сковороде, все время потряхивая, на среднем огне, 2–3 мин. Немного остудите и очень мелко порубите.
- 3** Грушу очистите от кожуры и сердцевин, мякоть нарежьте кубиками со стороной 5 мм. В сковороде растопите масло с 2 ст. л. сахара, положите грушу и обжаривайте, аккуратно помешивая, 2 мин. Снимите с огня, добавьте орехи, изюм и курагу, приправьте сахаром по вкусу и перемешайте. Остудите начинку.
- 4** Для соуса порубите шоколад. Доведите сливки почти до кипения, снимите с огня, положите шоколад, приправьте мускатным орехом. Дайте шоколаду полностью растаять, держите соус теплым.
- 5** Раскатайте тесто в пласт толщиной 1 мм. Нарежьте на квадраты со стороной примерно 5 см. В центр каждого квадрата выложите по ложечке начинки. Поднимите углы теста вверх и слепите стороны, отступив от края несколько миллиметров, чтобы края остались частично открытыми.
- 6** Сварите фэготтини в большой кастрюле с кипящей водой, в которую добавлена щепотка сахара. С момента повторного закипания они должны вариться примерно 3 мин. Подавайте немедленно, с соусом.



белорусская
и польская
кухня

новый номер выйдет 11 февраля

в следующих номерах журнала «ШКОЛА ГАСТРОНОМА»



новый номер выйдет 4 февраля

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№3 (155), февраль 2013

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 Орлинкова,
Анна Туревская
дизайнеры Алексей Клак,
Екатерина Травникова
повар-консультант Игорь Летнев
фотографы Юлия Астановицкая,
корректоры Любовь Никифорова,
Татьяна Певнева

исполнительный директор Ольга Ткалич

финансовый директор Светлана Серегина

директор по рекламе
ООО «Бонниер Пабликейшенз» Марина Мамина

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 Галишникова

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 209 600 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, 2013 г.