ISSN 1728-6948
9 771728 694000 13006

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№06 (224) март 2013

азбука вкуса
манная крупа

технология
пралине

рецепт с именем
суп карла v

12+

Аппетитные каши

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

КУЛИНАРНАЯ СТУДИЯ
"ГАСТРОНОМЪ"

РЕКЛАМА
фото: ООО «Бонжер Парфюмерия»

ШКОЛА ГАСТРОНОМА
№06 (224) март 2013

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

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 Ирина Лещенко
ответственный секретарь Алексей Клак
редактор Анна Туревская
дизайнеры Алексей Клак, Екатерина Травникова
повара-консультанты Игорь Летнев, Сергей Говоров
фотографы Юлия Астановицкая, Владимир Лукьянов, Татьяна Шкондина
корректоры Любовь Никифорова, Татьяна Певнева

Исполнительный директор Ольга Ткалич
Финансовый директор Светлана Серегина
Заместитель генерального директора по правовым вопросам Илья Иванов

Директор по рекламе Марина Мамина
Отдел рекламы Анастасия Епишкина, Мария Ключинская, 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 (495) 792-5562
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 208 500 экз.

Цена свободная

Автор макета Ирина Лещенко

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.

© ООО «Бонниер Пабликейшенз», дизайн, фото, текст, 2013 г.

BONNIER
Publications

Содержание

Тема номера Каши

сборная каша в горшочке **2**
гречневая каша с лососем и оливковым маслом **4**
пшенная каша с творогом **6**
перловка с грибами **8**
грибное ризотто **10**
скирли, овсянка по-ирландски **12**
каша «северная» **14**
картофельно-пшенная запеканка **16**

Рецепт с именем Суп из Средневековья

суп карла v **18**

Азбука вкуса Манная крупа

бубертс, латвийское блюдо **20**
картофельно-сельдерейный суп **22**
творожные кнедли **24**
зразы из картофеля с рыбой **26**
шоколадный пудинг **27**
яблочный штрудель **28**

Технология Украшения для десертов

пралине **30**

Условные обозначения

вегетарианское питание

блюда, которые подходят для детей

M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

рецепты для опытных кулинаров

рецепты средней сложности

легкие рецепты

Каши

Поговорка «Щи да каша – пища наша», к сожалению, теряет свою актуальность. Даже в детском меню на смену хорошей порции кашки-размазни пришли готовые пюре из баночек или смеси из пакетиков. Как-то все это печально. И столь распространенное сейчас объяснение «Ни на что не хватает времени, вот и пользуемся полуфабрикатами» на самом деле ничего не объясняет. Чтобы сварить кашу, и времени и сил требуется совсем немного. А польза от этого блюда огромная. Ведь главный ингредиент каш – крупы, в которых, как известно, содержится целый набор полезных веществ. К тому же каши питательны и хорошо усваиваются организмом. А еще это очень экономная еда, которую может себе позволить семья с любым достатком.

Каши бывают рассыпчатыми и вязкими (такие мы называем «размазней»). Рассыпчатые, как правило, используют как гарнир к мясу или рыбе, из них готовят начинку для пирогов, птицы и некоторых мясных и рыбных блюд. Кашу-размазню подают как самостоятельное блюдо. Это основа детского и диетического питания.

Самая подходящая посуда для приготовления каш – чугунная. В любом случае кастрюля должна быть с толстым дном и стенками. Перед варкой крупу можно прокалить на сухой сковороде, 2–3 мин. Закладывают крупы в кипящую подсоленную воду. Очень неплохо добавить в нее 1 ст. л. растительного или сливочного масла.

Каши-размазни вкуснее всего получаются на молоке, но в этом случае они довольно калорийны. Если вы хотите уменьшить количество калорий, разбавляйте молоко водой в пропорции 1:1.

Очень полезны каши из смеси круп. Это понятно, ведь каждая крупа имеет свой набор полезных веществ и элементов. Сейчас, в период весеннего авитаминоза, это весьма важно!

сборная каша в горшочке

Что нужно:
1 стакан пшена
1 стакан круглозерного риса
1 стакан овсяных хлопьев
250 мл сливок жирностью 22%
180 г молока
300 г свежезамороженных ягод
соль, сахар

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 8

Что делать:

1
Ягоды разморозить на нижней полке холодильника, выложив их на ночь в дуршлаг, установленный в миску. Ягоды обсушить бумажными полотенцами. Рис и пшено тщательно вымыть.

2
Отварить крупы в разных кастрюлях до полуготовности: рис – 10 мин., пшено – 15 мин. Отбросить их на дуршлаг и выложить в миску. Добавить овсяные хлопья.

3
Влить молоко и сливки. Приправить солью и сахаром по вкусу. Перемешать.

4
Добавить к крупам ягоды и еще раз перемешать.
Переложить получившуюся смесь в горшок, накрыть и поставить в разогретую до 170 °С духовку на 15–20 мин.
Кашу можно разложить и по порционным горшочкам.

На правах рекламы. Товар сертифицирован.

Спонсор рецепта

гречневая каша с лососем и оливковым маслом

Что нужно:

1 стакан гречки ядрицы
2 стакана воды
1 банка консервированного лосося
1 большая луковица
3 ст. л. зеленых оливок ITLV
3 ст. л. оливкового масла Extra Virgin ITLV
1 ст. л. рафинированного оливкового масла ITLV
щепотка соли

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 6

Что делать:

1
Гречку тщательно перебрать, затем 2–3 раза промыть. Раскалить сухую сковороду и обжарить гречку, постоянно помешивая, до золотистого цвета, 4–5 мин. Гречка станет очень ароматной.

2
Вскипятить в большой кастрюле воду, слегка подсолить. Всыпать обжаренную гречку и довести на сильном огне до кипения. Снять пену.

3
Добавить 1 ст. л. оливкового масла Extra Virgin ITLV. Уменьшить огонь и варить 6–8 мин. Снять с огня, накрыть крышкой и оставить еще на 6 мин.

4
Из банки с лососем слить сок. Лук очистить, нарезать тонкими полукольцами и обжарить в 1 ст. л. рафинированного оливкового масла ITLV, 4 мин. Добавить рыбу, перемешать и готовить 3 мин.

5
Зеленые оливки без косточки ITLV нарезать кружками.

6
Добавить оливки и гречку в сотейник к лососю, перемешать, прогреть до нужной температуры. Перед подачей полить оставшимся оливковым маслом.

КСТАТИ

Оливковое масло первого холодного отжима Extra Virgin ITLV обладает неизменным специально созданным купажом и насыщено теплым солнцем. Оно будет здоровым сопровождением для разного рода холодных и горячих блюд, будь то супы, вареные овощи, жареная или приготовленная на пару рыба, раскроет по-новому вкус любимой каши. Дарите с ITLV вдоволь солнца вашим любимым!

пшенная каша с творогом

Что нужно:
1 стакан пшена
1 стакан воды
2 стакана молока
300 г творога
0,5 ч. л. соли
1 ст. л. сахара
50 г сливочного масла

Время приготовления:
45 мин. + 30 мин.
Порций: 4

Что делать:

1
Пшено несколько раз промыть теплой водой. Выложить в кастрюлю, влить воду и варить до полуготовности, 15 мин. Воду слить.

2
Влить в кастрюлю с пшеном кипящее молоко, добавить соль и сахар. Уменьшить огонь до среднего и варить 30 мин.

3
Снять кастрюлю с кашей с огня, добавить творог, перемешать. Завернуть в одеяло и оставить на 30 мин.
Можно подать с вареньем, медом или растопленным сливочным маслом.

Мгновенно замороженные, натуральные и вкусные!

Во-первых: СВЕЖЕСТЬ

Самые спелые овощи и фрукты, собранные в разгар сезона, наполнены свежестью и ароматом лета!

-30°С

Во-вторых: ЗАМОРАЖИВАНИЕ

Мы сохраняем вкус, цвет и витамины в процессе глубокого шокового замораживания. Без всяких консервантов!

√ БЕЗ КОНСЕРВАНТОВ
√ БЕЗ ГМО

В-третьих: ВКУС

С нашими продуктами всегда можно приготовить что-нибудь необыкновенно вкусное!

ЛАПША ПО-ВОСТОЧНОМУ

Смешать все ингредиенты маринада и залить им мелко нарезанное мясо цыпленка. Мариновать приблизительно 30 минут. Лапшу приготовить согласно рецепту на упаковке лапши. На сковороде разогреть масло, выложить цыпленка и жарить 5 минут. Добавить овощи, приправу из пакетика и жарить еще 7-9 минут. Под конец добавить лапшу. Приправить по вкусу соевым соусом и перцем чили. Украсить зеленым луком.

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

Овощи для жарки с приправой по-восточному HORTEX – 1 упаковка
150 г китайской яичной лапши
250 г грудки цыпленка
3 ложки масла (лучше всего рисового)
небольшой пучок зеленого лука

МАРИНАД ДЛЯ МЯСА:

4 ложки соевого соуса; 1 чайная ложка картофельного крахмала; 2 ст. ложки воды
1 чайная ложка мелко нарезанного имбиря; 1 долька мелко нарезанного чеснока

Больше рецептов на www.hortex.ru

реклама

перловка с грибами

Что нужно:
2 стакана перловки
4 стакана воды
2 ст. л. растительного масла
700 г шампиньонов
1 луковица
1 ст. л. соевого соуса
соль, перец

Что делать:

1
Крупу высыпать в мелкое сито и тщательно промыть несколько раз. В большой кастрюле вскипятить немного воды, поместить сверху сито с перловкой, накрыть крышкой и оставить на среднем огне на 20 мин.

2
Вскипятить 4 стакана воды, добавить щепотку соли, 1 ст. л. растительного масла и распаренную перловку. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить 20 мин. Отбросить перловку на дуршлаг.

3
Шампиньоны вымыть и нарезать на четвертинки. Отварить в небольшом количестве кипящей подсоленной воды, 6 мин. Шумовкой переложить шампиньоны из кастрюли на разделочную доску. Грибной отвар процедить.

4
Лук очистить, измельчить и обжарить в разогретом растительном масле, 4 мин. Добавить шампиньоны и жарить еще 3 мин. Переложить лук с грибами в кастрюлю.

5
Добавить перловку, перемешать и сразу же снять с огня.

6
Грибной отвар довести до кипения, добавить соевый соус, перемешать и влить в перловку с грибами, закрыть крышкой и томить на небольшом огне 1 ч. Это можно делать в духовке.

Время подготовки: 25 мин.
Время приготовления: 20 мин. + 1 час
Порций: 6

Спонсор рецепта

грибное ризотто

Что нужно:
250 г риса для ризотто
1 луковица
3 ст. л. оливкового масла
150 мл белого сухого вина
1 л овощного бульона
40 г сливочного масла
100 г камамбера Ле Кремье Милкана
150 г замороженного зеленого горошка
3 веточки петрушки
150 г шампиньонов
соль, перец

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4

Что делать:

1
Грибы вымыть, нарезать и обжарить на 10 г сливочного масла до румяной корочки, примерно 7 мин.

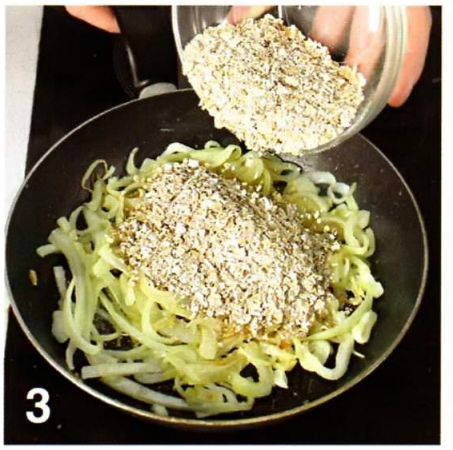
2
Лук очистить, нарезать тонкими полукольцами, обжарить в оливковом масле, 4 мин. Добавить рис, перемешать и готовить 1 мин. Влить вино, готовить, пока оно полностью не выпарится. Вливать в ризотто по одному половнику бульона и готовить до его полного впитывания.

3
Добавить в рис размороженный зеленый горошек, грибы, оставшееся сливочное масло, кусочки камамбера и мелко нарезанную петрушку. Приправить солью и перцем. Сразу же подавать

КСТАТИ
Один из самых известных французских сыров – мягкий камамбер из коровьего молока! Этот сыр с белой бархатистой корочкой и нежной сливочной массой имеет уникальный вкус и неповторимый аромат. Он хорош и сам по себе, и как ингредиент многих рецептов.

На правах рекламы. Товар сертифицирован.

скирли, овсянка по-ирландски



Что нужно:
200 г мелких овсяных хлопьев
200 г сливочного масла
1 ч. л. молотого тимьяна
1 луковица
0,25 стакана мясного бульона
соль, перец

Для подливы:
2 луковицы
25 г сливочного масла
500 г мясного фарша
0,5 л мясного бульона
соль, перец

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4

Что делать:

1
Приготовить подливу. Лук очистить и мелко нарезать. В сковороде разогреть сливочное масло и обжарить в нем лук, 4 мин. Увеличить огонь, добавить фарш и готовить, разминая комки, 8 мин.

2
Влить мясной бульон, посолить, поперчить по вкусу и тушить без крышки на небольшом огне, периодически помешивая, 15 мин.

3
Приготовить скирли. Лук очистить и нарезать полукольцами. Растопить в большой сковороде сливочное масло, обжарить в нем лук, 2 мин. Добавить овсяные хлопья, бульон, тимьян, соль и перец. Готовить, постоянно помешивая, 5 мин.
Выложить овсянку на блюдо, сверху полить мясной подливкой.

каша «северная»

Что нужно:

1 стакан длиннозерного риса
1 стакан гречки
1 средняя свекла
2 средние морковки
30–40 г сухих грибов
1 ч. л. лимонного сока
2 ч. л. растительного масла
соль

Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 8

Что делать:

1
Рис и гречку хорошо промыть, обсушить и обжарить по отдельности на сухих раскаленных сковородках, помешивая, по 4 мин. Снять с огня и отставить.

2
Свеклу и морковь очистить и натереть на крупной терке. Свеклу сбрызнуть соком лимона. Грибы не размачивать.

3
Дно толстостенной кастрюли (желательно чугунной) смазать растительным маслом. Положить слоями гречку, половину сухих грибов и тертую свеклу.

4
Следующий слой – рис, затем оставшиеся грибы и тертая морковь.

5
Влить горячую воду так, чтобы она покрывала верхний слой на 2 пальца. Посолить. Накрыть крышкой и поставить в заранее разогретую до 180 °С духовку на 1 ч.

6
В готовое блюдо добавить 2–3 ст. л. растительного масла, перемешать и подавать очень горячим.

Ни в коем случае не размачивайте грибы! Они сами по себе станут мягкими, впитав сок, который выделят свекла и морковь. И каша останется рассыпчатой.

картофельно-пшенная запеканка

Что нужно:
0,25 стакана пшена
1 стакан молока
2 картофелины
1 луковица
2,5 ст. л. сливочного масла
соль, перец

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4

Что делать:

1
Пшено несколько раз промыть теплой водой. В кастрюле вскипятить молоко, всыпать пшено, уменьшить огонь до среднего и варить 30 мин.

2
Картофель очистить, нарезать крупными кусками и отварить в чуть присоленной воде до готовности, 20 мин. Размять пестиком в пюре. Лук очистить, мелко нарезать и обжарить в 0,5 ст. л. сливочного масла, 5 мин.

3
Разогреть духовку до 150 °С. Форму для выпечки смазать 1 ст. л. сливочного масла. Кашу смешать с картофельным пюре, обжаренным луком и оставшимся маслом, приправить солью и перцем по вкусу. Выложить в форму и поставить в духовку на 20–25 мин.

1

2

3

MILKANA
Во Францию вместе с Милкана!
MILKANA
Le Crêmier
CAMEMBERT
с душистыми травами
MILKANA
Le Suprême
BRIE
MILKANA
Tasty Fresh
MILKANA
Le Crêmier
CAMEMBERT
Сыры от всего сердца
Подробности на сайте www.milkana.ru
Реклама.

Суп из Средневековья

Французский король Карл V был выдающимся правителем и немало сделал для своего Отечества. Именно он закончил первый этап Столетней войны, вернул Франции многие ранее потерянные территории и настолько укрепил свою власть и авторитет, что абсолютно заслуженно получил в народе прозвище Мудрый. Несмотря на свои военные успехи, он ненавидел войну и все, что с ней связано, и отдавал предпочтение мирным занятиям: чтению, гуманитарным наукам, искусству и... кулинарии. Он был первым французским королем, который обзавелся личным поваром.

Гийом Тирель по прозвищу Тайеван (длинноносый) был не менее выдающейся личностью, чем его хозяин. В 1380 году он по заказу короля написал первую в мире кулинарную книгу La Viander, в которой собрал огромное количество рецептов средневековой Европы. В ней же он привел список пряностей, необходимых на кухне. На протяжении нескольких веков этот список оставался единственной грамотно составленной классификацией специй и пряностей.

Жарение и варка, по мнению Тиреля, были главными способами кулинарной обработки пищи в Европе того времени. Поэтому особое место в его книге занимают рагу и супы.

Кто придумал назвать одно из блюд «супом Карла V», неизвестно. Возможно, это действительно был самый любимый суп короля, а может быть, так вышло случайно. Но как бы то ни было именно этот рецепт из книги Тиреля стал наиболее известным. Хотя мы предпочли бы из той же книги такие шедевры, как «пате из лосося с щавелем» или «свежую ветчину с луком-пореем».

суп карла v

Что нужно:
500 г говядины
1 небольшая телячья ножка
1 луковица
1 морковка
1 репа
0,25 кочана капусты
0,5 стакана риса
1 пучок петрушки
1 ст. л. сливочного масла
1 ч. л. сахара
соль, перец

Время подготовки: 1,5 часа
Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6

Что делать:

1
Говядину и телячью ножку поместить в кастрюлю с водой, довести до кипения, снять шумовкой пену и варить на среднем огне 1,5 ч.

2
Тем временем лук, морковь и репу очистить и нарезать кубиками. Капусту вымыть и тонко нашинковать.

3
Слить бульон в миску или в другую кастрюлю. Добавить к мясу сливочное масло, нарезанные овощи и сахар. Тушить под крышкой 20 мин.

4
Говядину отложить в сторону. Ножку разобрать на небольшие кусочки, удалив все кости, и вернуть в кастрюлю с овощами. Влить бульон, довести до кипения. Говядину обжарить и подать отдельно.

Манная крупа

Повезло тем, кого в детстве кормили, но при этом не перекармливали манной кашей. В последние годы манку все больше ругают, однако не отрицая ее несомненных достоинств. Да, витаминов, в отличие от других круп, в ней маловато, зато почти нет клетчатки и много растительного белка. Благодаря чему манной кашей и поднимают после сложных операций и при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. А еще манка – единственная крупа, которая переваривается в нижнем отделе кишечника, тем самым очищая организм от слизи и выводя из него лишний жир. Но не стоит худеть на «манной диете» или особо рьяно кормить манной кашей своих детей. Все хорошо в меру. Дело в том, что манная крупа содержит фитин, который связывает соли кальция и не дает им поступать в кровь. И тогда организм сам выводит недостающее количество кальция из костей. Вот почему манной кашей нельзя перекармливать малышей – одной тарелки через день вполне достаточно и очень полезно. Больше – уже вредно.

Манную крупу производят из мягкой или твердой пшеницы. Чтобы узнать, из какой, достаточно посмотреть на маркировку на упаковке. Буква «М» означает мягкую пшеницу, «МТ» – смесь мягкой и твердой, «Т» – твердую. Для каш, запеканок и панировки лучше подходит крупа М, для муссов, пудингов и добавок в фарш – крупа Т.

Манка очень хорошо загущает супы – получается и вкусно, и полезно. Добавляйте ее в суп понемногу и после размешивания решайте, стоит ли сыпать еще.

бубертс, латвийское блюдо

Что нужно:
500 мл молока
120 г манной крупы
3 ст. л. сахара
4 яйца
50 г очищенного миндаля
щепотка ванилина
или 1 ч. л. ванильного сахара
щепотка соли

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4

Что делать:

1
Отделить желтки от белков. Желтки растереть с сахаром и ванилином до светло-желтого цвета. Белки взбить в густую пену. Миндаль обжарить на сухой разогретой сковороде, дать немного остыть, затем измельчить в среднюю крошку.

2
В закипающее молоко тонкой струйкой всыпать манную крупу. Варить, постоянно помешивая, 5–7 мин. Посолить. Охладить до 70–80 °С.

3
Интенсивно размешивая, ввести в кашу желтковую смесь и миндаль.

4
Осторожно перемешать со взбитыми белками, выложить в подготовленную форму для запекания и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 10–15 мин. Можно подавать с медом или свежими ягодами и фруктами.

картофельно-сельдерейный суп

Что нужно:
800 г корня сельдерея
2 большие картофелины
1 большая луковица
1 зубчик чеснока
1 ст. л. манной крупы
2 ст. л. растительного масла
соль, перец

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4

Что делать:

1
Корень сельдерея, картофель и лук очистить и нарезать небольшими кубиками. Чеснок очистить и раздавить.

2
В кастрюле разогреть масло и обжарить лук, 4 мин. Добавить сельдерей и картофель, готовить на среднем огне 6 мин. Влить 1 л горячей воды, варить 15 мин. Добавить чеснок, соль и перец. Снять с огня и блендером измельчить суп в пюре.

3
Вернуть кастрюлю на огонь, довести до кипения. Постоянно размешивая, всыпать манку. Приправить солью и перцем и разлить по тарелкам.

«Народная книга рецептов» – оригинальная идея редакции журнала «Гастрономъ»

Реклама.

Сотни авторских блюд со всего света – рецепты и полезные советы от самых талантливых русскоязычных кулинаров

РАЗДЕЛЫ КНИГИ

• Завтраки • Закуски • Салаты • Супы
• Овощи • Бобовые • Рис и крупы • Паста
• Птица • Мясо • Рыба • Морепродукты
• Несладкая выпечка • Десерты
• Праздники • Напитки

520*

Эту уникальную книгу можно заказать на **supermarket.phbp.ru**, она станет отличным подарком для вас и ваших близких

*цена в рублях, без учета стоимости доставки

творожные кнедли

Что нужно:
500 г творога
2 яйца
2 ст. л. манки
2 ст. л. сахара
100 мл сметаны
2 ч. л. сахара
0,5 ч. л. ванильного сахара

Время подготовки: 2 часа 5 мин.
Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4

Этот очень вкусный и простой рецепт по силам даже самым молодым и не очень опытным мамам. Он не отнимет много времени, а главное, понравится детям и их родителям.

Что делать:

1
Отделить желтки от белков. Желтки растереть с 1 ст. л. сахара. Творог выложить в миску, добавить манку и желтки с сахаром, тщательно перемешать. Накрыть и поставить в холодильник на 2 ч.

2
Белки с оставшимся сахаром взбить в пышную пену. Аккуратно ввести в творожную массу.

3
Большую полотняную салфетку или полотенце намочить в теплой воде, затем отжать. Выложить на нее творожную массу, придав ей форму валика.

4
Салфетку плотно завернуть и туго завязать концы.

5
В широкой кастрюле вскипятить воду. Опустить салфетку с творогом и варить до всплытия, примерно 15 мин. Вынуть из воды и дать немного остыть.

6
Сделать сметанную заправку. Взбить миксером сметану с сахаром и ванильным сахаром. Творожную массу вынуть из салфетки и нарезать кружками. Полить сметанной заправкой.

зразы из картофеля с рыбой

Что нужно:
1 кг картофеля
1 яйцо
1,5 ст. л. сливочного масла
3 ст. л. манной крупы
4 веточки петрушки
4 пера зеленого лука
соль, перец

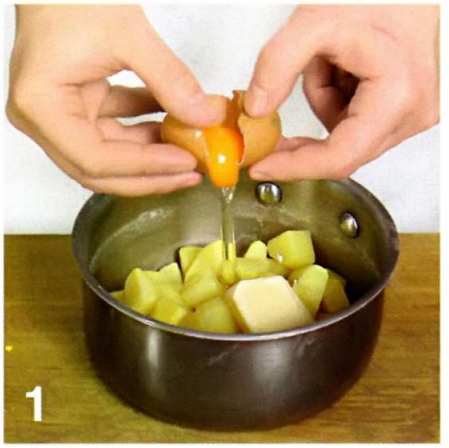
Для начинки:
300 г филе белой морской рыбы
1 луковица
1 яйцо
100 мл молока
растительное масло для обжаривания
соль, перец

Что делать:

1
Картофель очистить, нарезать произвольными кусками и отварить в кипящей подсоленной воде, 20 мин. Слить воду, добавить в картофель масло и яйцо и размять в пюре. Петрушку и зеленый лук вымыть, обсушить, измельчить и добавить в пюре. Приправить солью и перцем, тщательно перемешать.

2
Отварить филе в молоке, 7 мин., остудить и разломать на небольшие кусочки. Яйцо сварить вкрутую и нарезать кубиками. Лук мелко нарезать и обжарить. Все сложить в миску, добавить перец, соль и хорошо перемешать.

3
Картофельное пюре разделить на 8 частей, размять каждую в лепешку. Положить в центр начинку, завернуть края, придав зразам овальную форму. Обвалять в манке и обжарить в разогретом масле, по 4 мин. с каждой стороны.



шоколадный пудинг

Что нужно:
100 г манной крупы
1 л молока
100 г сахара
75 г молочного шоколада
25 г сливочного масла

Придумав пудинги, англичане навеки остались в истории мировой кулинарии. Просто, сытно, вкусно и доступно для любых слоев населения. Не блюдо, а мечта. Особенно если этот пудинг шоколадный.

Что делать:

1
Вскипятить молоко, добавить сахар, сливочное масло и поломанный на кусочки шоколад. Готовить, помешивая, пока шоколад полностью не расплавится.

2
Всыпать в кастрюлю с молоком манную крупу, перемешать и готовить 3 мин. Снять с огня.

3
Керамические или стеклянные формочки смочить холодной водой. Влить в них получившуюся смесь и поставить в холодильник на 2 ч.

Это в общем-то незамысловатое блюдо может быть изысканным десертом. Все зависит от того, как его подать. Например, со свежими ягодами. Часть ягод нарежьте небольшими кусочками. Из 4 ст. л. сахара и 4 ст. л. воды сварите сироп, добавьте ягоды, хорошо перемешайте и варите 4–5 мин. Снимите с огня и дайте остыть. Добавьте в сироп свежие ягоды. Пудинг нарежьте порционными кусками, полейте сиропом с ягодами.

Время приготовления: 12 мин. + 2 часа
Порций: 6

Манная крупа

Время подготовки: 35 мин.
Время приготовления: 45 мин.
Порций: 10

На правах рекламы. Товар сертифицирован.
ООО «Делонги», Юр. Адрес: 125047, г. Москва, Миусская пл., д. 6, стр. 5. ОГРН 1051655024629

KENWOOD

яблочный штрудель

Спонсор рецепта

Что нужно:
Для теста:
300 г муки
1 яйцо
2,5 ст. л. растительного масла
соль

Для начинки:
1,5 кг кисло-сладких яблок
150 г изюма
100 г орехов
200 г сахара
100 г сливочного масла
80 г манной крупы
1 ч. л. корицы
0,5 ч. л. лимонного сока

Что делать:

1
Просеять муку в чашу кухонной машины Kenwood Chef, добавить яйца, щепотку соли, 2 ст. л. масла и 125 мл теплой воды. Используя насадку-крюк для теста, вымесить мягкое тесто. Смазать его поверхность растительным маслом, накрыть и оставить на 30 мин.

2
На сухой сковороде обжарить манку, постоянно помешивая, 1–2 мин. Остудить.

3
Яблоки очистить, удалить сердцевину и с помощью терки-ломтерезки кухонной машины Kenwood Chef нарезать их тонкими ломтиками.

4
Измельчить орехи с помощью мультиизмельчителя кухонной машины Kenwood Chef. Растопить половину масла. Добавить яблоки, орехи, изюм, сахар, корицу и лимонный сок.

5
Положить тесто на полотняную салфетку, посыпанную мукой, раскатать и смазать маслом. Припудренными мукой руками осторожно растягивать тесто во все стороны, пока оно не станет прозрачным. Срезать оставшиеся толстые края теста.

6
Присыпать тесто манкой и распределить по нему начинку, свернуть в рулет. Защипнуть открытые края рулета. Разогреть духовку до 180 °С. Противень смазать сливочным маслом, выложить на него штрудель. Сверху сбрызнуть оставшимся маслом. Выпекать 30 мин. Немного остудить, посыпать сахаром и подать теплым.

КСТАТИ

Kenwood Chef – уникальная кухонная машина. Мощность и надежность в ней сочетаются с самыми широкими возможностями. Из более чем 30 насадок можно выбрать именно те, что вам необходимы. В процессе работы вы будете менять их, а некоторые даже использовать одновременно.

пралине

Что нужно:
25 г миндаля
25 г кешью
25 г грецких орехов
200 г сахара
1 ст. л. растительного масла

Время приготовления: 20 мин.

Что делать:

1
Грецкие орехи и миндаль обжарить на сухой разогретой сковороде, постоянно помешивая, 5–6 мин. Выложить на один край полотняного полотенца, накрыть вторым концом и слегка потереть, чтобы удалить шелуху. Кешью также обжарить на сухой сковороде до золотистого цвета.

2
Поместить все орехи между двумя слоями пищевой пленки и 2–3 раза как следует прокатать скалкой.

3
Сотейник с толстым дном слегка смазать маслом, всыпать сахар и поставить на небольшой огонь. Готовить, постоянно помешивая, пока сахар полностью не расплавится и не приобретет светло-желтый цвет.

4
Добавить в карамель орехи, перемешать. Через 2–3 мин. снять с огня.

5
Накрыть рабочую поверхность листом фольги, смазать его маслом и вылить карамельную смесь. Смазанной маслом ложкой разровнять поверхность. Дать застыть.

6
Отделить пралине от фольги. Крупные куски можно использовать для украшения кондитерских изделий. Для начинки пралине нужно измельчить в крошку.

Свое название пралине получило в честь французского герцога Плесси-Прален. Будучи послом в Бельгии, герцог не только занимался политикой, но и придумывал новые десерты. Кондитеры украшают пралине торты и пирожные, муссы и сорбе. Размолотое лакомство добавляют в начинки для тортов, в мороженое и фруктовые салаты.

Хозяйке на заметку

продукт 250 мл	стакан тонкий 250 мл	стакан граненый 200 мл	столовая ложка	чайная ложка
мука пшеничная	160	130	30	10
крахмал	180	150	34	12
крупа гречневая	210	165	25	–
крупа манная	200	190	25	–
рис	240	180	30	–
овсяные хлопья	90	80	12	–
сахарный песок	230	180	25	10
сахарная пудра	180	140	20	7
соль	–	–	30	10
желатин в порошке	–	–	15	5
какао-порошок	–	–	25	9
кофе молотый	–	–	20	7
мак	150	135	18	5
молотые сухари	125	100	15	5
горох	20	200	–	–
фасоль средняя	220	190	–	
чечевица средняя	210	180	–	–
миндаль	160	130	25	–
фундук	170	135	30	–
арахис	175	140	35	–
грецкие орехи	140	120	15	–
кедровые орехи	180	160	18	3
вишня	190	150	30	–
клубника	150	120	25	–
малина	140	110	20	–
черная смородина	180	130	30	–

продукт	маленький	средний	большой
луковица	50–90	100–150	160–200
морковка	50–70	80–150	160–250
свекла	100–150	160–240	250–350
помидор	70–90	100–150	160–300
пучок петрушки/кинзы/укропа	12–20	25–30	80–100
пучок шпината	100	200	400
пучок базилика	15–20	35–50	70–100
пучок руколы	30–40	70–90	150–200
пучок тархуна	15–20	25–30	70–90

горсть ≈1/2 граненого стакана
щепотка ≈1/4–1/3 чайной ложки
1 столовая ложка = 3 чайные ложки
8 столовых ложек = 1 граненый стакан

в следующих выпусках:

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Чебуреки

Новый номер выйдет 18 марта

«КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ»

Постные блюда

Новый номер выйдет 11 марта