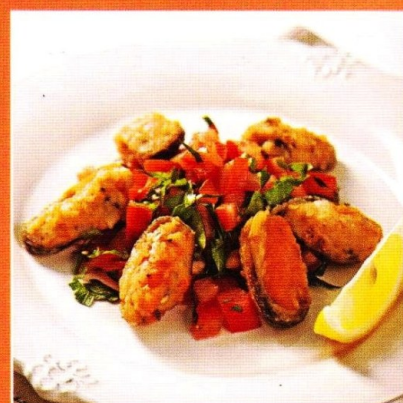
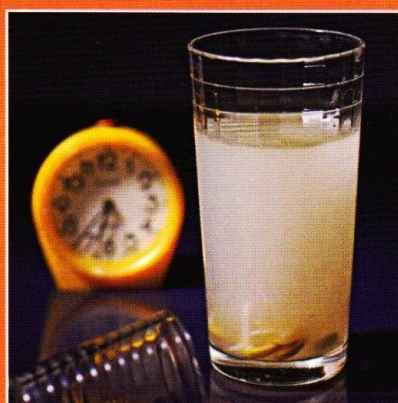
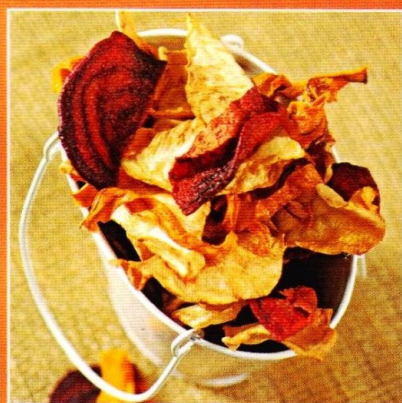
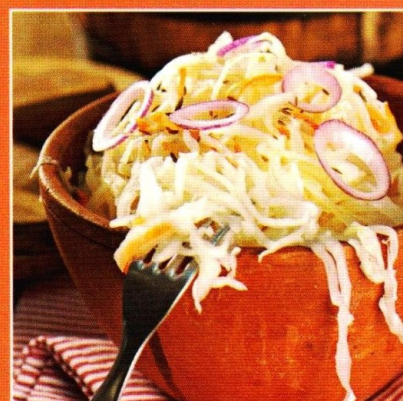
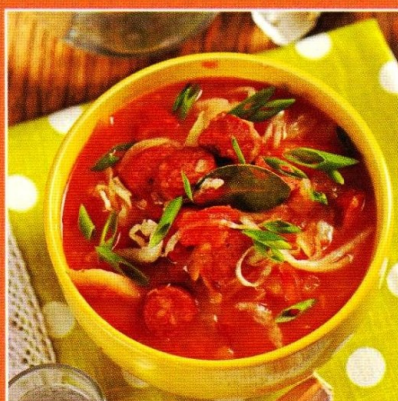
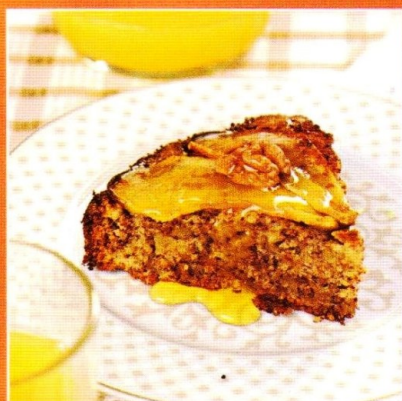
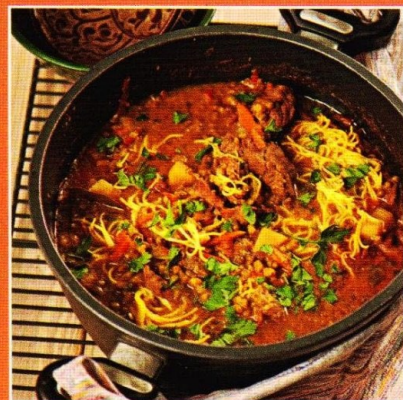
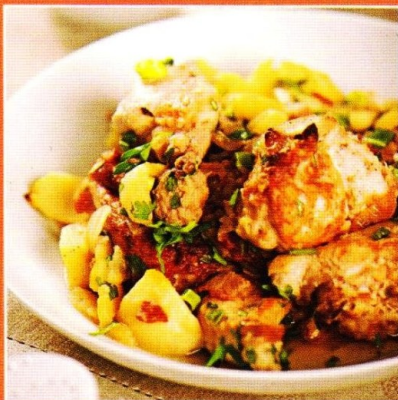
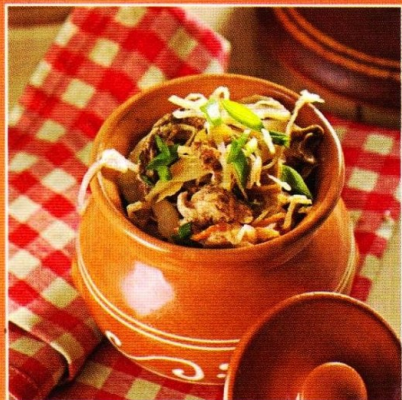


ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№20 (190) октябрь 2011

журнал для тех, кто любит готовить



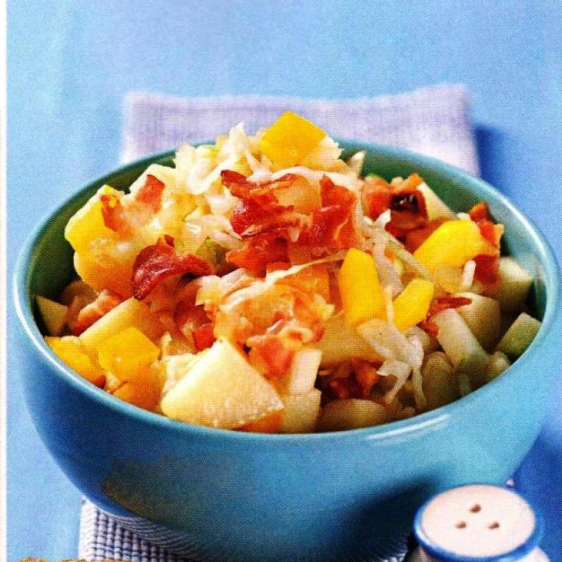
- салат с квашеной капустой ■ рыбные кнедли ■ домашние чипсы с чесночным соусом
- узбекский суп маш угра ■ суп с квашеной капустой ■ тушеная капуста с мясом и грибами
- кролик, запеченный с яблоками ■ курица с тыквой ■ рыба в корочке из грецких орехов и цедры
- картофельно-капустные котлеты ■ мидии по-гречески ■ английский рисовый пудинг ■ хлеб
- с ветчиной и сыром ■ пирожки с квашеной капустой и яйцами ■ грушевый пирог с шоколадом
- айва в сиропе ■ напиток от похмелья ■ квашеная капуста

Дорогие друзья!

Сейчас самое время квасить капусту. После ночных заморозков кочаны стали крепкими, хрустящими и чуть сладковатыми на вкус – то, что надо для засола! Из квашеной капусты можно приготовить огромное количество вкусных и очень полезных блюд. Несколько рецептов мы предлагаем вам в этом номере журнала. Обратите внимание, что перед тем как готовить капусту, мы советуем ее отжать. Не сливайте рассол – это весьма полезная вещь, и не только для снятия похмелья. Более подробно вы сможете узнать об этом из нашей «Азбуки вкуса».

Берегите себя.

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

** 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.

содержание

АЗБУКА ВКУСА ЗАКУСКИ

2 салат с квашеной капустой

4 рыбные кнедли

6 домашние чипсы с чесночным соусом

СУПЫ

8 узбекский суп маш угра

10 суп с квашеной капустой

МЯСО

11 тушеная капуста с мясом и грибами

12 кролик, запеченный с яблоками

ПТИЦА

14 курица с тыквой

РЫБА

16 рыба в корочке из грецких орехов и цедры

18 картофельно-капустные котлеты

19 мидии по-гречески

ОВОЩИ

МОРЕПРОДУКТЫ

КРУПЫ

ВЫПЕЧКА

20 английский рисовый пудинг

22 хлеб с ветчиной и сыром

24 пирожки с квашеной капустой и яйцами

26 грушевый пирог с шоколадом

ДЕСЕРТЫ

НАПИТКИ

КОНСЕРВИРОВАНИЕ

28 айва в сиропе

29 напиток от похмелья

30 квашеная капуста

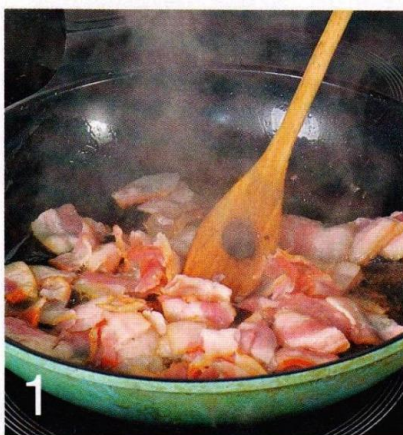


салат с квашеной капустой 🧸 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 300 г** квашеной капусты
- 3** большие картофелины
- 1** большая луковица
- 1** желтый сладкий перец
- 1** яблоко
- 3** полоски бекона
- 3 ст. л.** растительного масла
 - соль, перец

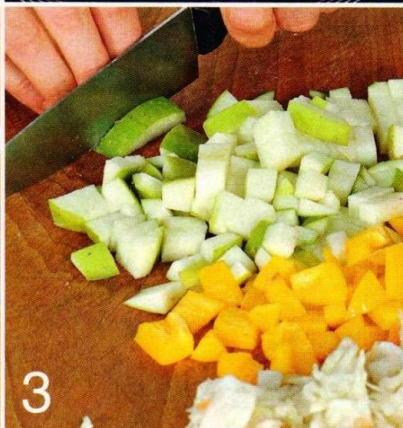
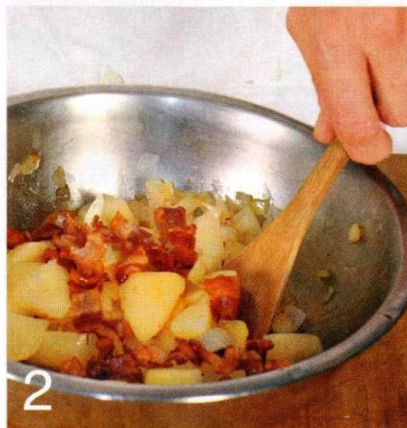
Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4



Давно известно, что лучший способ сохранить капусту до нового урожая – заквасить ее. Из квашеной капусты весь год можно готовить самые разные и очень вкусные блюда, кроме того, она в некоторых случаях более полезна, чем свежая. Например, при правильной закваске в капусте значительно увеличивается содержание витамина С, что делает этот продукт просто незаменимым в зимний и весенний периоды. Суточную потребность в столь полезном витамине можно восполнить, съев всего 200 г квашеной капусты.

А содержание витамина Р, нормализующего состояние стенок наших сосудов, в квашеной капусте аж в 20 раз больше, чем в свежей! Не все знают о том, что витамины С и Р усиливают действие друг друга, поэтому врачи рекомендуют употреблять их вместе. Квашеная капуста, в которой есть оба витамина, да еще в таких количествах, становится просто «золотым» продуктом.

В старину женщины пользовались квашеной капустой для омолаживания кожи. Наши прапрабабушки прекрасно знали целительную силу приготовленных из нее масок. А капустный рассол всегда был на Руси одним из самых популярных продуктов, особенно по утрам. Но знаете ли вы, что он еще и похудению способствует? В рассоле содержится много тартроновой кислоты – главного врага жировых отложений. Все полезные свойства квашеной капусты и рассола сохраняются в течение 10 месяцев. Причем в крупно нарезанной капусте полезных веществ остается больше. Поэтому советуем при закваске перемежать нашинкованную капусту разрезанными на 4 части вилками, а чтобы капуста плотнее ложилась, заполняйте пустоты антоновскими яблоками. Будет еще вкуснее.

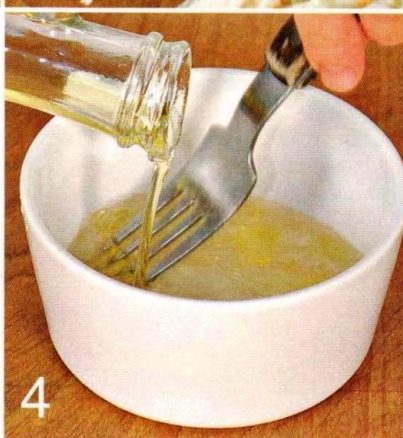


ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель тщательно вымыть и отварить в мундире в кипящей подсоленной воде, 20 мин. Дать немного остыть, очистить и нарезать кубиками средней величины. Сложить в миску. Пока варится картофель, лук очистить и измельчить. Бекон нарезать небольшими кусочками и обжарить в 1 ст. л. масла, 3 мин. Добавить лук и готовить 5 мин.

2 Добавить лук с беконом к теплему картофелю, перемешать и оставить под крышкой.

3 Перец и яблоко вымыть и нарезать кубиками, удалив сердцевину. Капусту отжать от рассола. Рассол собрать в миску, капусту нарезать кусочками длиной 2 см. Добавить перец, яблоко и капусту в миску с картофелем. Приправить солью и перцем.



4 Смешать 1 ст. л. рассола с оставшимся маслом, заправить салат и перемешать.



рыбные кнедли



Время приготовления: 30 мин. + 2 часа
Порций: 6

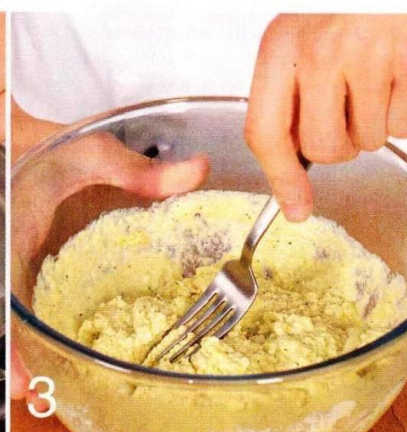
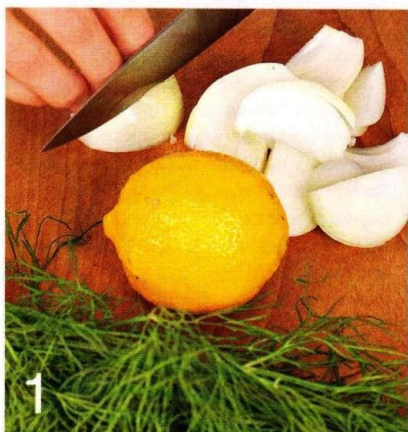
ЧТО НУЖНО:

- 500 г** филе белой морской рыбы
- 200 г** сливочного сыра
 - тертая цедра и сок 1 лимона
- 1** небольшая луковица
- 1** пучок укропа
- 1** лавровый лист
- 6** горошин черного перца
 - соль

ЧТО ДЕЛАТЬ:

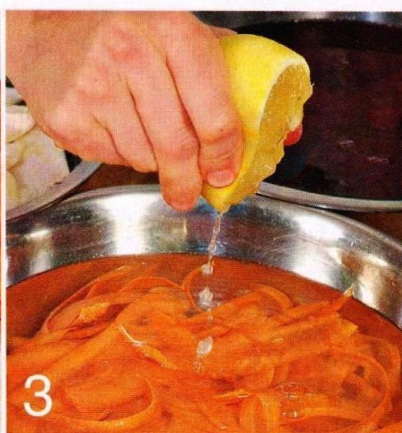
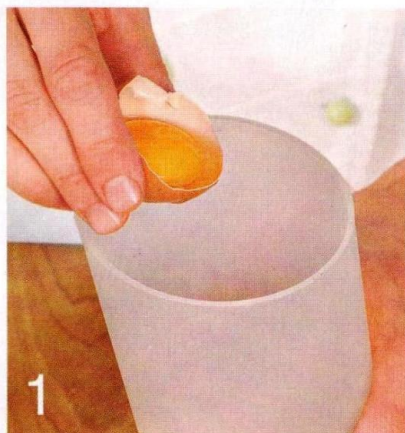
- 1** Лук очистить, нарезать ломтиками.
Укроп вымыть, разобрать на веточки.
- 2** Рыбу, лук, стебли укропа, лавровый лист, перец и 2 ст. л. лимонного сока поместить в кастрюлю с водой. Довести до кипения. Снять с огня и оставить под крышкой на 10 мин.

3 Филе переложить в миску, размять вилкой, затем взбить с сыром, цедрой, оставшимся лимонным соком и солью. С помощью двух столовых ложек делать из массы кнедли. Выкладывать их на поднос. Накрывать и поставить в холодильник на 2 ч. Перед подачей на стол обвалять кнедли в измельченной зелени укропа.





домашние чипсы с чесночным соусом

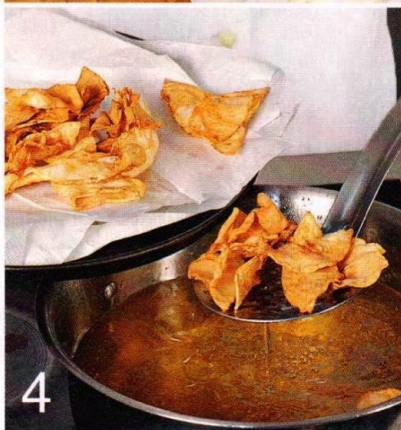


ЧТО НУЖНО:

- 1 средний корень сельдерея
- 2 средние свеклы
- 2 большие морковки
- сок 1 лимона
- 1 стакан растительного масла
- крупная соль

Для соуса:

- 6 зубчиков чеснока
- 3 желтка
- 3 ст. л. свежих хлебных крошек
- 4 ст. л. белого винного уксуса
- 0,5 ч. л. соли
- 300 мл оливкового масла



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить соус. Чеснок очистить и нарезать произвольными кусочками. Взбить в блендере желтки, хлебные крошки, чеснок, уксус и соль. Продолжая взбивать, тонкой струйкой влить оливковое масло. В конце влить 1 ст. л. кипящей воды. Еще раз перемешать, переложить соус в миску, дать остыть до комнатной температуры, затем поставить в холодильник.

2 Корень сельдерея, свеклу и морковь очистить. Сельдерея разрезать на 4 части, крупную свеклу – пополам. Нарезать сельдерея и свеклу очень тонкими ломтиками, морковь – тонкими широкими лентами.

3 Поместить овощи в отдельные миски с холодной водой, добавить в каждую сок лимона и оставить в прохладном месте на 30 мин. Затем отбросить на дуршлаг и обсушить между двумя полотенцами. Овощные ломтики должны быть абсолютно сухими, иначе при обжаривании оставшиеся капельки воды будут стрелять горячим маслом.

4 В сотейнике довести до кипения растительное масло. Порциями обжаривать овощи, по 2 мин. каждую. Выложить чипсы на бумажные полотенца и присыпать крупной солью. Сложить чипсы в салатницу и подать с соусом.

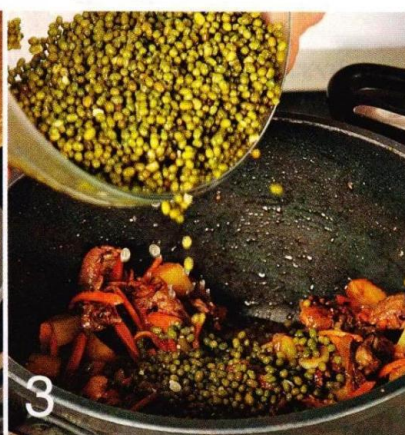
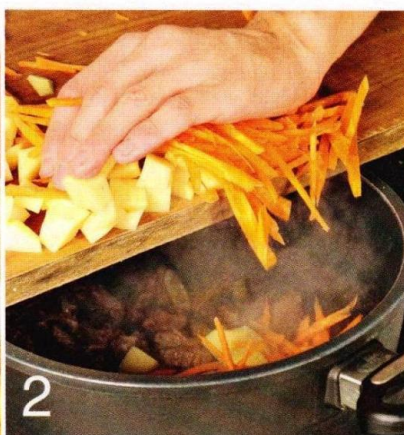
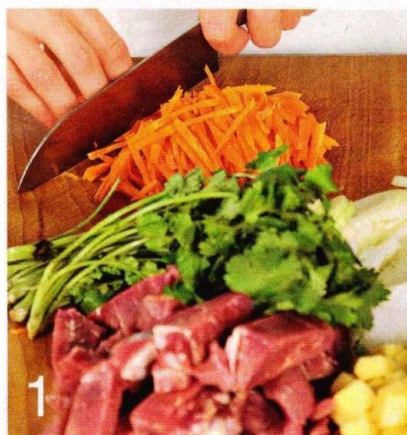
О вреде покупных чипсов столько сказано и написано, что лишь совсем безграмотный человек может не знать, что делают их не из картофеля, а из смеси овощных крахмалов и обжаривают в самом дешевом и многократно используемом растительном масле. И про то, что любовь к чипсам, целлюлит и ожирение – понятия неразрывные, тоже знают все. Знают, но продолжают хрустеть этой гадостью дома, в кинотеатре, в пивном баре, на улице! Да еще и своих чад подсаживают с самого раннего детства. И это главная проблема – детей с избыточным весом становится в нашей стране все больше и больше. Посмотрите внимательно на наших подростков и молодежь!

Почему продукты не только не полезные, но и не вкусные так притягивают людей? Да потому что в них добавляют глутамат натрия, который действует на наши вкусовые рецепторы столь волшебным образом, что хочется есть эту еду снова и снова. Так как же отвыкнуть самим и отучить наших любимых тащить в рот всякую ерунду? Начните с домашних чипсов! Это легко, быстро, полезно и очень-очень вкусно. Чудесные чипсы также получаются из пастернака, очищенных от семян помидоров, крупных листьев шпината.

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 10



узбекский суп маш угра 🐻 🍅



Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 10

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо вымыть и мелко порубить вместе с косточкой. Лук, морковь и картофель очистить. Лук нарезать тонкими полукольцами, морковь – соломкой, картофель – кубиками. Зелень вымыть, обсушить и измельчить. Маш тщательно промыть.

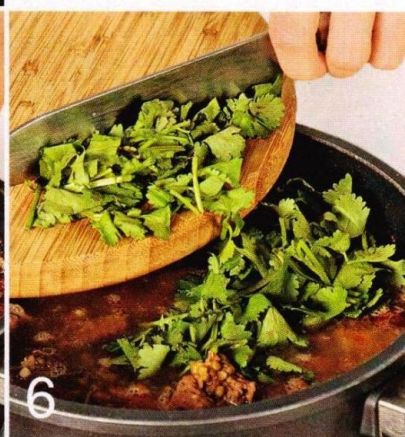
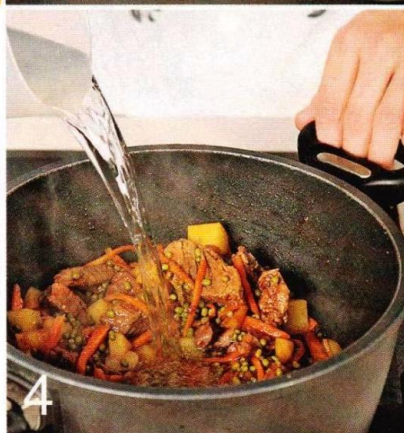
2 В толстостенной кастрюле с массивным дном сильно разогреть масло и обжарить лук, 3 мин. Положить мясо и готовить, время от времени помешивая, 5 мин. Добавить морковь и картофель, продолжать готовить, помешивая, еще 5 мин.

3 Выложить маш.

4 Влить в кастрюлю 3 л кипящей воды. Довести до кипения, шумовкой снять с супа пену. Варить на среднем огне до готовности маша, 35–40 мин.

5 Приправить солью, перцем и куркумой. Положить лапшу и варить до готовности (по инструкции на упаковке).

6 В конце добавить зелень. Снять с огня и оставить под крышкой на 10 мин. Подавать суп с пшеничными лепешками. Маш, бобы мунг или золотистую фасоль до недавнего времени можно было



ЧТО НУЖНО:

- 500 г** говядины на косточке (грудинка)
- 1** стакан маша
- 0,5** стакана тонкой лапши
- 2** луковицы
- 1** морковь
- 2** картофелины
- 0,5** пучка петрушки
- 0,5** пучка кинзы
- 1 ч. л.** куркумы
- 3 ст. л.** растительного масла
 - соль, перец

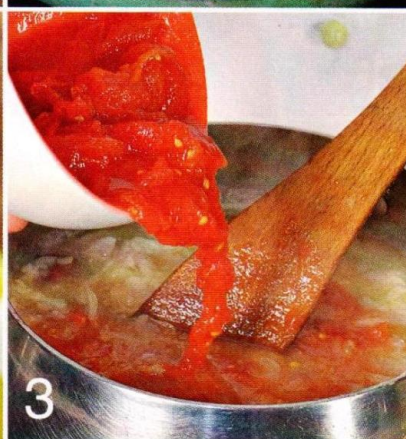
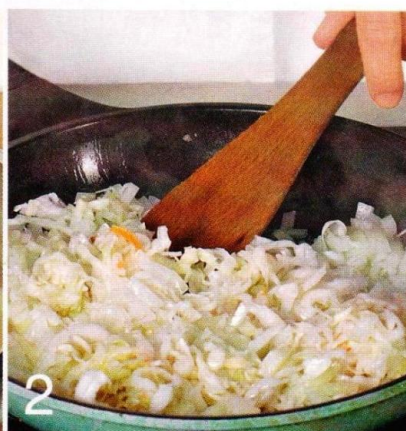
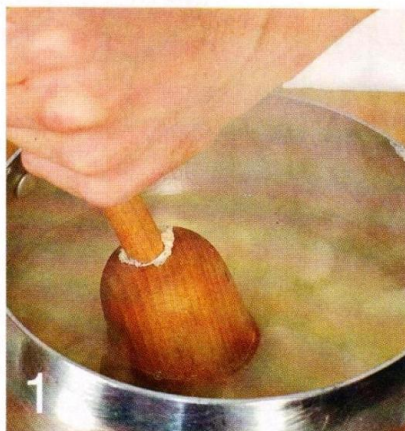
купить только на специализированных рынках. Сейчас пакетики с мелкими зелеными бобами овальной формы можно увидеть и в больших сетевых магазинах. Маш используется в среднеазиатской

кухне, куда он попал из Индии. Из него готовят вкусные наваристые супы, а также кашу: разваривают вместе с рисом и заправляют растительным маслом.

суп с квашеной капустой 🧸 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 400 г** квашеной капусты
- 2** большие картофелины
- 1** большая луковица
- 200 г** охотничьих колбасок
- 400 г** томатов в собственном соку
- 1 ст. л.** сахара
- 1 ст. л.** сливочного масла
 - соль, перец



Время приготовления: 35 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

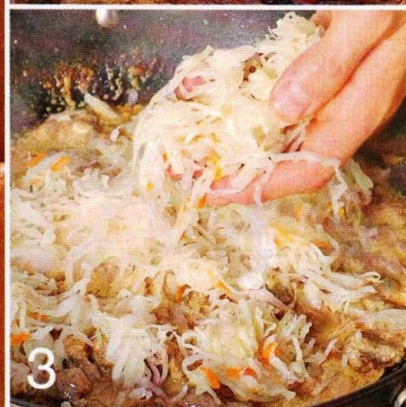
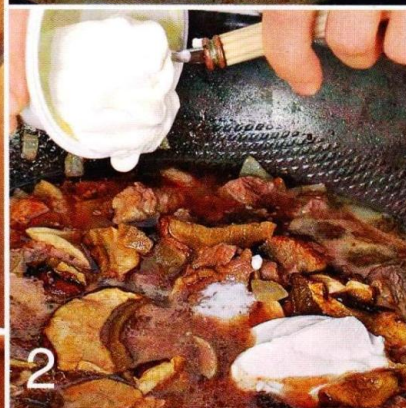
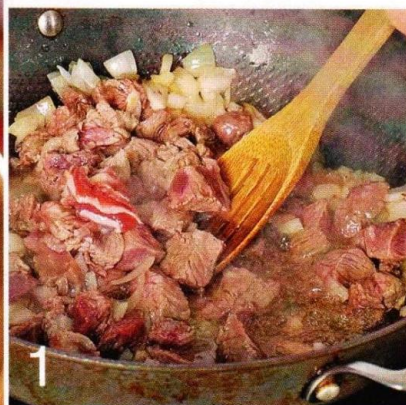
1 Картофель очистить, нарезать и отварить в 1 л кипящей подсоленной воды, 20 мин. Снять с огня и, не вынимая из отвара, размять толкушкой в пюре.

2 Капусту нарезать небольшими кусочками. Лук очистить и измельчить. Колбаски нарезать кружками и обжарить в разогретом масле, 3 мин. Переложить колбаски в кастрюлю с картофельным отваром. В этой же сковороде обжарить капусту с луком, 6 мин. Добавить в суп.

3 Вернуть суп на огонь, перемешать, варить 5 мин. Добавить размятые томаты, сахар, соль, перец. Варить 10 мин., сразу же подать к столу.



Время приготовления: 1 час
Порций: 4



тушеная капуста с мясом и грибами 🥬🐻🍅

ЧТО НУЖНО:

- 800 г квашеной капусты
- 500 г говяжьей грудинки
- 50 г сухих белых грибов
- 1 большая луковица
- 1 ст. л. муки
- 100 г сметаны
- 2 ст. л. растительного масла
 - соль, перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Грудинку вымыть, обсушить. Снять мясо с кости и нарезать его небольшими кусочками. Лук очистить, измельчить и обжарить в кастрюле в разогретом масле, 5 мин. Положить мясо и готовить на среднем огне, время от времени помешивая, 8 мин.
- 2 Грибы вымыть, залить 1 стаканом воды и довести до кипения. Отвар перелить в кастрюлю с мясом. Добавить нарезанные грибы и муку, хорошо перемешать. Влить сметану, приправить солью и перцем. Еще раз перемешать и готовить 15 мин.
- 3 Капусту отжать, нарезать небольшими кусочками, добавить к мясу и довести до кипения. Тушить под крышкой на небольшом огне 30 мин.

СПОНСОР РЕЦЕПТА

Designing Excellence

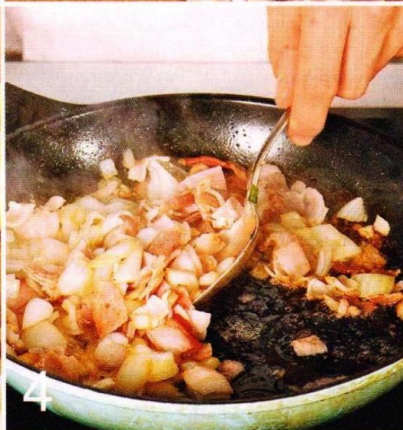
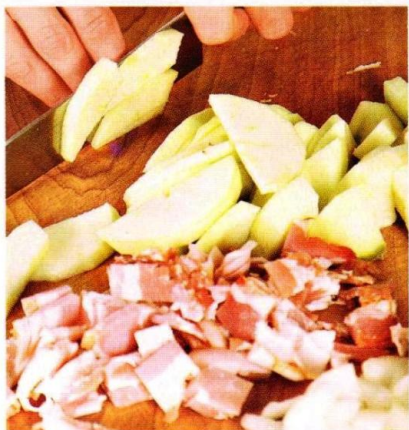
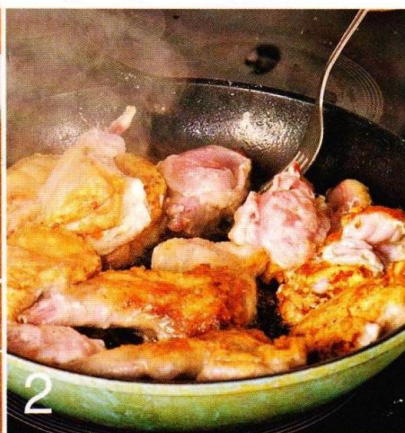
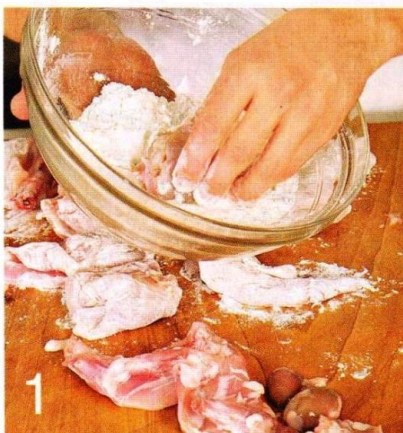
DAEWOO
ELECTRONICS 



кролик, запеченный с яблоками 🐰 🍏

ЧТО НУЖНО:

- 1 кролик весом примерно 2 кг
- 100 г бекона
- 2 большие луковицы
- 4 больших яблока
- 400 мл яблочного сидра
- 2 ст. л. растительного масла
 - мука для присыпки
 - соль, перец



Время приготовления: 55 мин.
Порций: 8–9

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кролика вымыть, обсушить и разрезать на порционные куски – 2 задние голени, 2 задних бедра, 2 передние ножки и седло, разрезанное на 2–3 части. Обвалять каждый кусок в муке, стряхнуть излишки.

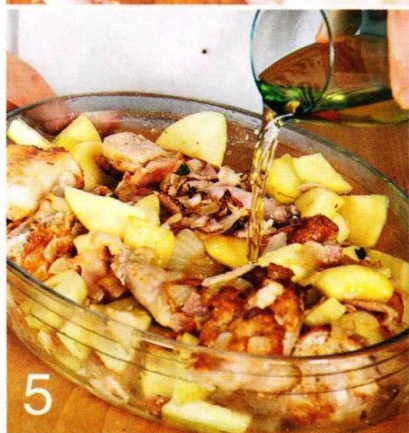
2 Обжарить куски кролика в разогретом масле до золотистой корочки, по 5 мин. с каждой стороны. Переложить в форму для микроволновой печи.

3 Пока жарится кролик, яблоки очистить и нарезать небольшими ломтиками, удалив сердцевину. Бекон нарезать кубиками. Лук очистить и измельчить.

4 В той же сковороде, где жарился кролик, обжарить, время от времени помешивая, бекон и лук, 6 мин. Добавить яблоки, готовить еще 4 мин.

5 Переложить бекон, лук и яблоки в форму к кролику, приправить солью и перцем. Перемешать и влить сидр.

6 Поставить в микроволновую печь **Daewoo KQG-8B7R** на 30 мин. при мощности 100%. Готовое блюдо подавать с рисом или отварным картофелем.



КСТАТИ

В электронной памяти СВЧ **Daewoo Electronics KOC-8H6T** заложено 10 режимов автоматического приготовления, которые запускаются одним нажатием кнопки.

курица с тыквой



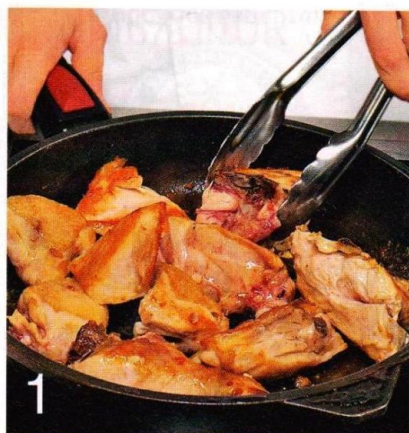
ЧТО НУЖНО:

- 1 курица весом примерно 1,5 кг
- 800 г мякоти тыквы
- 1 большая луковица
- 200 мл молока
- щепотка молотой корицы
- щепотка молотого мускатного ореха
- 3 ст. л. растительного масла
- соль, перец

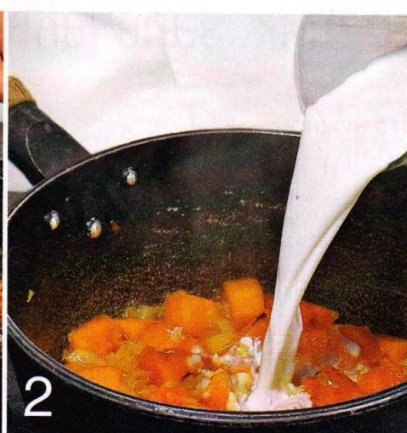
Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

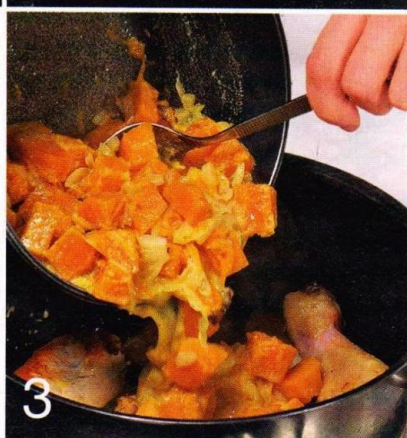
1 Курицу вымыть и разрезать на порционные куски. Разогреть в сковороде 1 ст. л. масла и обжарить курицу со всех сторон, 8–10 мин. Приправить солью и перцем. Переложить в кастрюлю.



2 Тыкву нарезать небольшими кубиками. Лук очистить, нарезать полукольцами и обжарить в чистой сковороде в оставшемся масле, 5 мин. Добавить тыкву и готовить 6 мин. Влить молоко, довести до кипения. Приправить корицей, мускатным орехом и солью. Готовить 5 мин.



3 Выложить овощи в кастрюлю с курицей, перемешать, накрыть и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 20 мин.

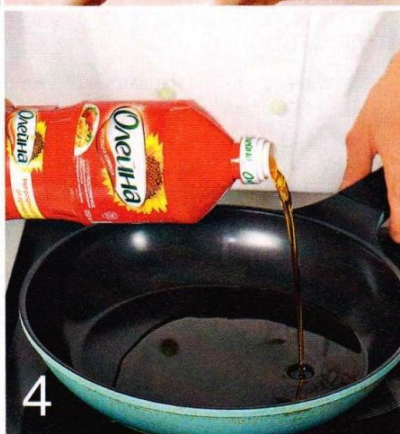
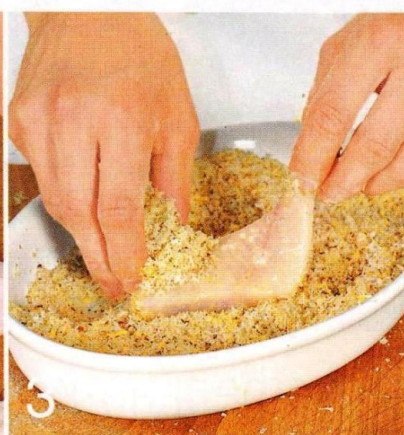
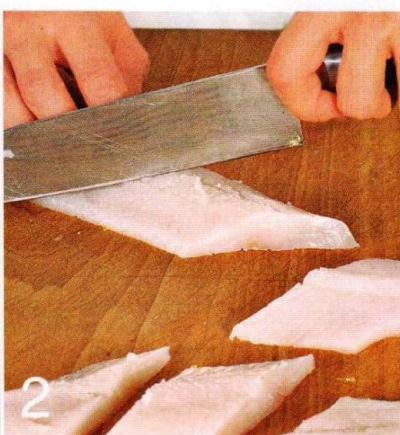


СПОНСОР РЕЦЕПТА



На правах рекламы ООО «Варшавский цитрон»

рыба в корочке из грецких орехов и цедры 🐻 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 4 куска белой морской рыбы, по 180 г каждый
- 1 лимон
- 50 г панировочных сухарей
- 50 г очищенных грецких орехов
- 2 яйца
- 4 ст. л. подсолнечного масла
Олейна Хрустящая Корочка
- 100 г муки
 - соль, перец

Для укропного рагу:

- 3 пучка укропа
- 2 морковки
- 1 большая луковица
- 2 ст. л. подсолнечного масла
Олейна Хрустящая Корочка
- 1 ст. л. муки
- 2 ст. л. сливок жирностью 22%
 - соль, перец

Время приготовления: 40 мин.

Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить укропное рагу. Укроп вымыть, обсушить и нарезать кусочками по 3,5 см длиной. Морковь и лук очистить. Морковь нарезать соломкой, лук – тонкими полукольцами. Разогреть в сотейнике масло, обжарить в нем репчатый лук и морковь, 3 мин. Добавить укроп, готовить 4 мин. Добавить обжаренную на сухой сковороде муку, сливки, соль и перец, перемешать. Уменьшить огонь и тушить под крышкой 7 мин.

2 Куски рыбы вымыть, обсушить и сбрызнуть соком лимона. Натереть солью и перцем и присыпать мукой с двух сторон. Оставить на 5 мин., чтобы мука впиталась.

3 Вымыть и насухо обтереть лимон. С половины плода теркой снять цедру. Из мякоти отжать сок. Орехи измельчить в мелкую крошку. Смешать в миске тертую цедру, орехи и панировочные сухари. Взбить яйца, слегка приправить солью и перцем. Окунуть куски рыбы сначала в яйца, затем в панировку. Прижать панировку руками.

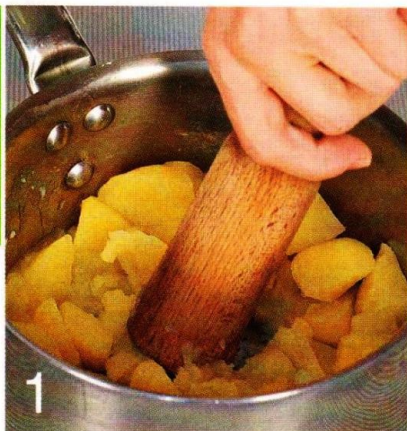
4 Хорошо разогреть в сковороде растительное масло Олейна Хрустящая Корочка.

5 Обжарить в нем рыбу, по 4 мин. с каждой стороны. Подавать с укропным рагу.

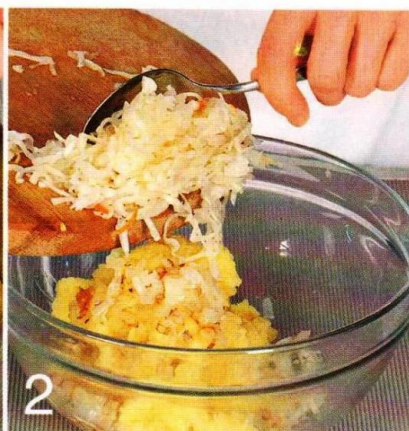
КСТАТИ

Особенность нового подсолнечного масла Олейна Хрустящая Корочка заключается в добавлении бета-каротина – натурального растительного компонента, полученного из овощей. Его природные свойства защищены непрозрачной бутылкой, что позволяет не беспокоиться о качестве продукта!





1



2



3

картофельно-капустные котлеты 🥬🧸🍅

ЧТО НУЖНО:

- 500 г** картофеля
- 400 г** квашеной капусты
- 1** луковица
- 1** яйцо
- 1 ст. л.** растительного масла + для обжаривания
- мука для панировки
- соль, перец

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

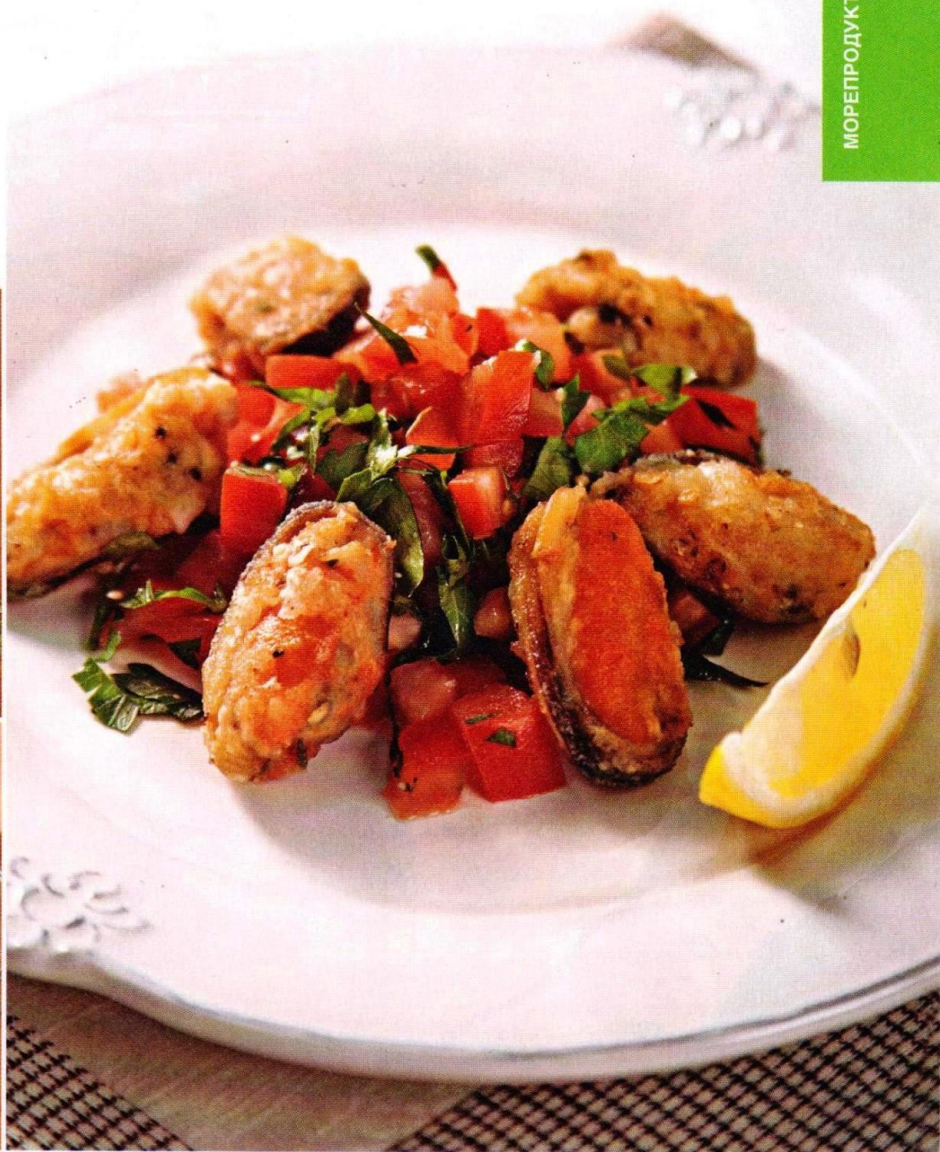
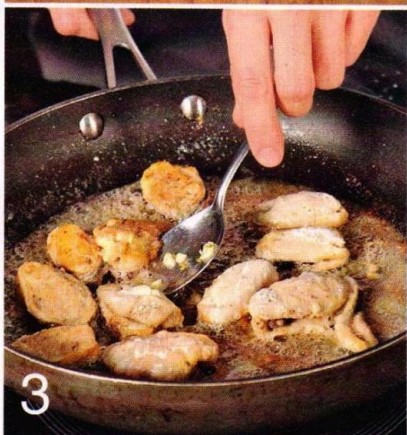
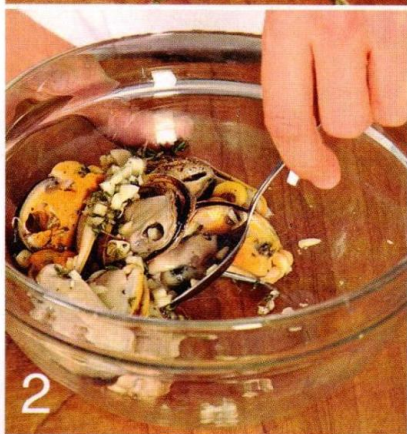
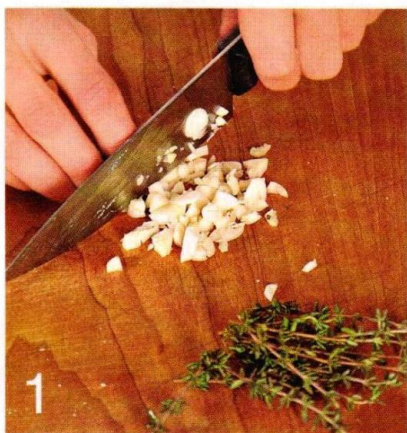
- 1** Картофель очистить, нарезать кусочками и отварить в кипящей подсоленной воде, 20 мин. Воду слить. Картофель растолочь в пюре, добавив яйцо.
- 2** Капусту отжать и нарезать. Лук очистить, измельчить и обжарить в 1 ст. л. масла, 5 мин. Добавить капусту и лук в картофельное пюре, приправить солью и перцем. Перемешать.
- 3** Вылепить из получившейся массы котлетки, обвалить их в муке и обжарить в разогретом масле, по 1,5 мин. с каждой стороны. Подавать со сметаной или растопленным сливочным маслом.



МИДИИ ПО-ГРЕЧЕСКИ



Время приготовления: 25 мин.
Порций: 2



МОРЕПРОДУКТЫ

ЧТО НУЖНО:

- 500 г** крупных мидий без раковин
- 3** зубчика чеснока
- 0,5 ч. л.** молотого душистого перца
- 0,5 ч. л.** молотого сухого тимьяна
- 0,5 ч. л.** молотого черного перца
 - мука для панировки
 - растительное масло для обжаривания
 - соль

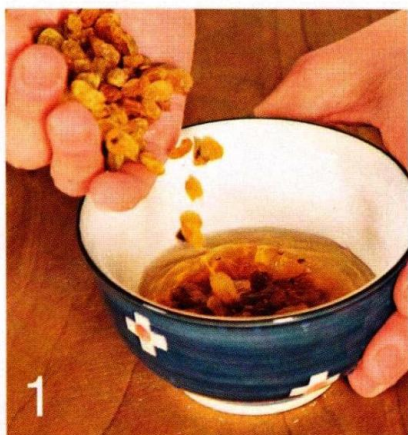
ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Мидии промыть и тщательно обсушить. Чеснок очистить и измельчить. В миске смешать чеснок с солью, тимьяном, душистым и черным перцем.
- 2** Выложить в миску мидии и хорошо перемешать.
- 3** Обвалять мидии в муке и обжарить в разогретом масле, по 1,5 мин. с каждой стороны. Подавать горячими.

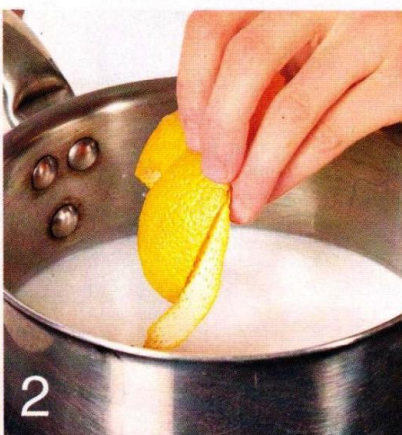
СПОНСОР РЕЦЕПТА



английский рисовый пудинг



1



2

ЧТО НУЖНО:

- 900 мл** молока
- 600 мл** сливок жирностью 35%
- 150 г** круглозерного риса Makfa
- 100 г** сахара
- 75 г** изюма
- 3 ст. л.** темного рома
- 25 г** сливочного масла
 - цедра 0,5 апельсина

Время приготовления: 1 час 35 мин.
Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Изюм промыть, поместить в миску с ромом. Перемешать и оставить на 1 ч. Цедру промыть и обсушить.

2 Молоко перелить в кастрюлю, добавить 400 мл сливок и хорошо перемешать. Положить цедру и сахар, поставить на очень маленький огонь и нагревать, помешивая, пока сахар полностью не растворится. Увеличить огонь до среднего и довести смесь до кипения.

3 Тем временем отварить рис согласно инструкции на упаковке. Вынуть из пакетиков.

4 Удалить из кастрюли с молочной смесью цедру. Положить отваренный рис и еще раз довести до кипения. Уменьшить огонь до минимума и варить под крышкой 30 мин. Снять с огня и дать остыть до температуры чуть выше комнатной.

5 Оставшиеся сливки взбить в плотную пену. Добавить в остывший рис замоченный изюм и взбитые сливки. Аккуратно перемешать.

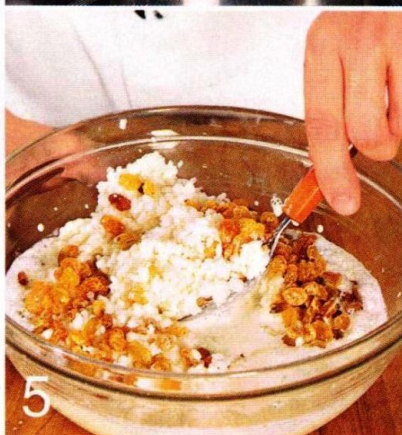
6 Выложить смесь в форму для запекания, полить растопленным сливочным маслом и поставить в разогретую до 170 °С духовку на 45 мин. Можно посыпать соломкой из апельсиновой цедры. Подавать горячим или холодным.



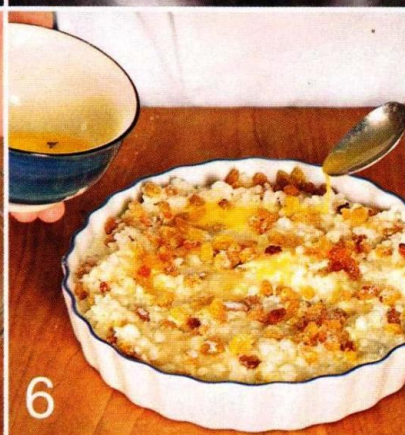
3



4



5

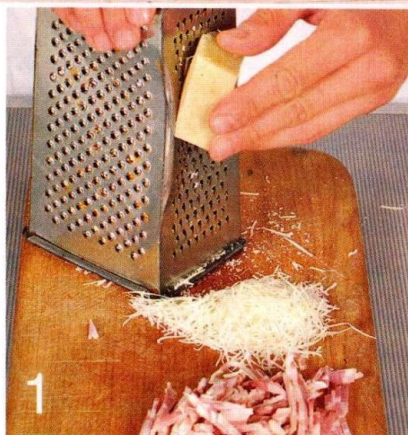


6

КСТАТИ

Крупы Makfa – это источник энергии и здоровья, а также высококачественный и экологически чистый продукт. Крупы Makfa чище, чем требует ГОСТ (проходят 3 стадии очистки), поэтому особенно полезны для детского и диетического питания.





хлеб с ветчиной и сыром



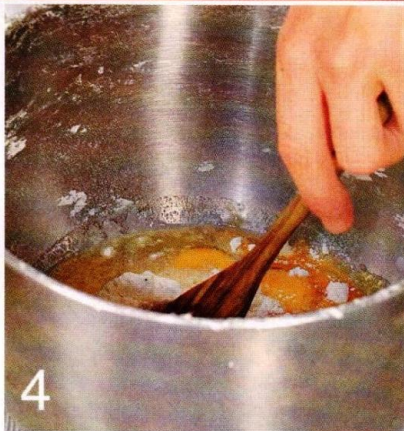
ЧТО НУЖНО:

- 100 г** варено-копченой ветчины
- 200 г** голландского сыра
- 220 г** муки
- 4** яйца
- 100 мл** сухого белого вина
- 100 мл** растительного масла
плюс для смазывания
- 5 г** сухих дрожжей
- соль, перец

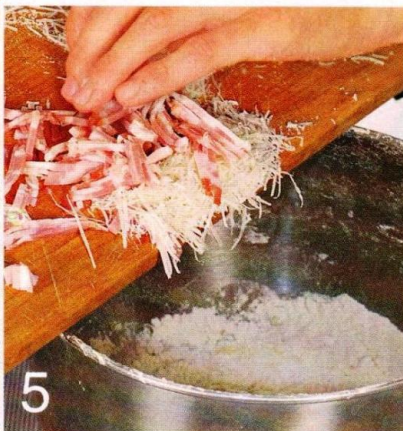
Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

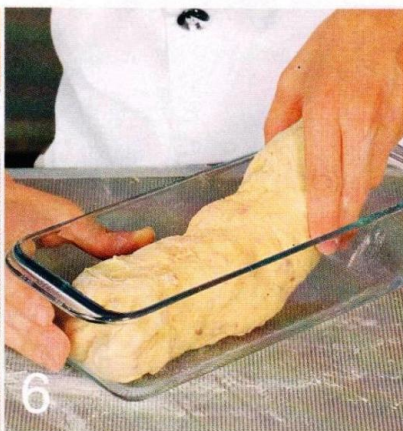
- 1** Ветчину нарезать тонкой соломкой, сыр натереть на крупной терке. При желании вы можете увеличить количество ветчины до 150 г.
- 2** В большую миску или кастрюлю просеять муку, добавить дрожжи, соль и перец. Перемешать и вбить яйца. Еще раз хорошо перемешать.
- 3** В отдельной миске смешать вино и масло до однородности.
- 4** Добавлять получившуюся смесь в муку по 1 ст. л., каждый раз перемешивая до абсолютно однородной массы.
- 5** Добавить в тесто ветчину и сыр. Быстро перемешать. Сформовать из теста буханку длиной с прямоугольную форму для выпечки.
- 6** Форму смазать маслом. Выложить в нее тесто, примять руками так, чтобы оно заняло весь объем формы. Накрыть листом пергамента и поставить в разогретую до 190 °С духовку на 45 мин. За 10 мин. до готовности снять пергамент. Готовый хлеб вынуть из духовки, дать остыть. Можно подать с зеленым салатом и свежими овощами.



4



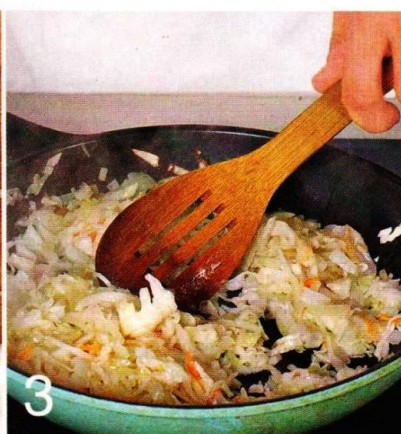
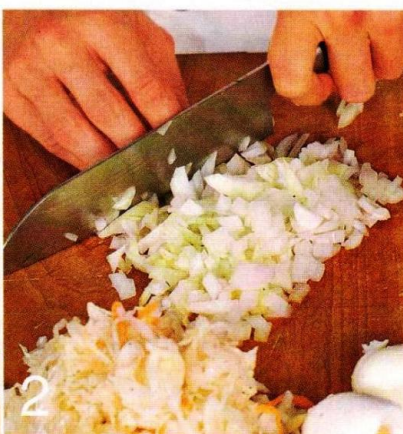
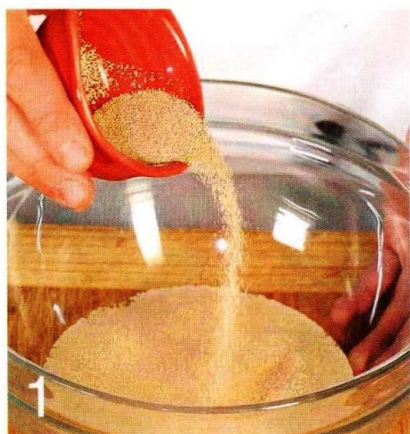
5



6



пирожки с квашеной капустой и яйцами



ЧТО НУЖНО:

- 400 г муки
- 100 г сливочного масла
- 3 желтка
- 0,5 стакана молока
- 7 г растворимых дрожжей
- 1 яйцо

Для начинки:

- 400 г квашеной капусты
- 4 яйца
- 2 средние луковицы
- 2 ст. л. растительного масла
- сахар, соль и перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить тесто. Муку просеять. Дрожжи развести в 0,5 стакана теплой воды. Всыпать в миску половину муки, влить дрожжи, тщательно размешать и поставить в теплое место на 1–1,5 ч. Когда тесто увеличится в объеме вдвое, вбить в него желтки и добавить по вкусу соль и немного сахара. Влить в тесто теплое молоко и перемешать. Добавить размягченное сливочное масло и оставшуюся просеянную муку. Переложить тесто на присыпанную мукой поверхность и вымешивать, пока оно не будет легко отставать от рук. Вернуть в миску, накрыть и оставить в теплом месте на 1,5 ч.

2 Приготовить начинку. Яйца отварить вкрутую, обдать холодной водой и очистить от скорлупы. Порубить яйца в мелкую крошку. Капусту отжать и нарезать небольшими кусочками. Лук очистить и измельчить.

3 Разогреть в сотейнике растительное масло и обжарить лук, 6–7 мин. Добавить капусту и готовить на среднем огне, время от времени помешивая, 10 мин. Приправить по вкусу сахаром, солью и перцем. Добавить яйца и перемешать.

4 Тесто раскатать на присыпанной мукой поверхности в пласт толщиной 0,5 см. С помощью стакана вырезать из теста кружки. Оставшееся еще раз вымесить, раскатать и вырезать кружки из него. Разложить по кружкам начинку.

5 Сложить каждый кружок пополам и защипнуть края.

6 Смазать сверху слегка взбитым яйцом. Разложить пирожки на смазанном 1 ст. л. масла противне на расстоянии 3–4 см друг от друга. Дать подняться в течение 15 мин. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 20 мин.



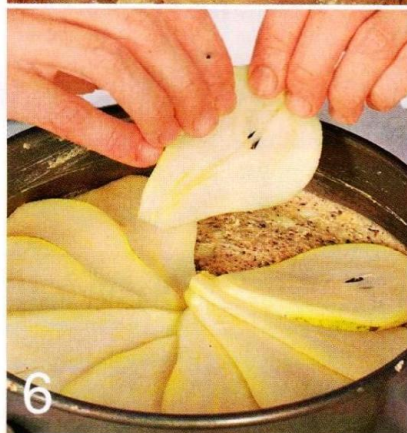
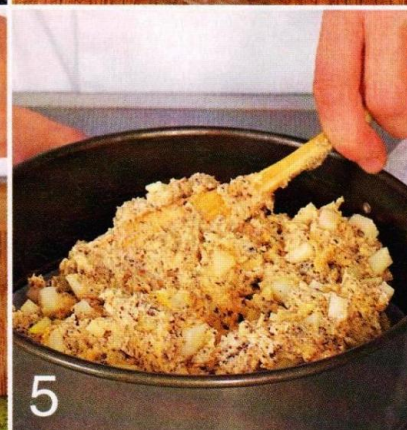
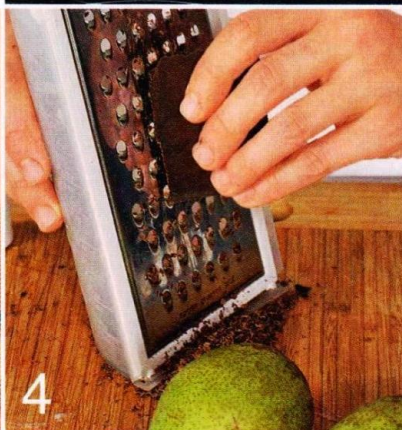
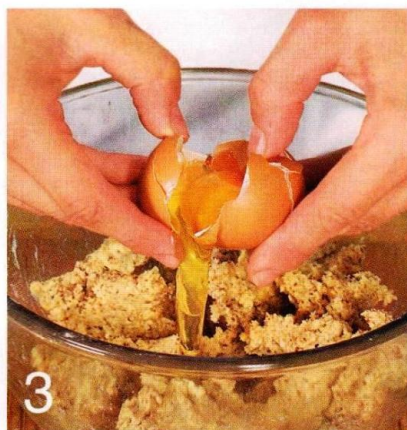
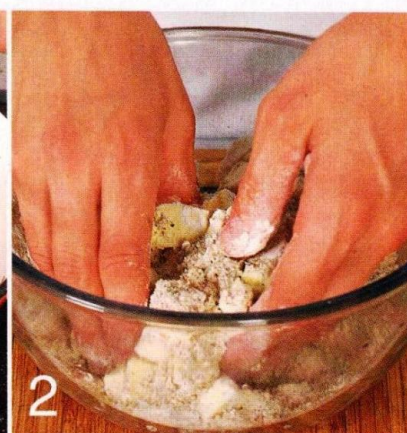
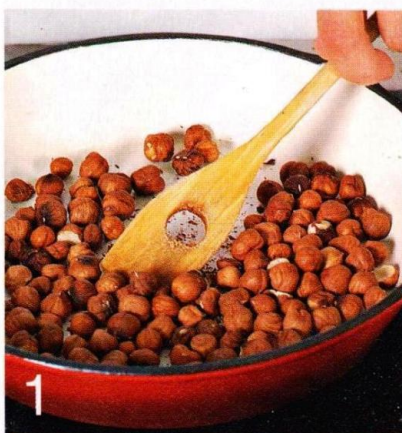
Время подготовки: 3 часа
Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 10



грушевый пирог с шоколадом 🍏🧸🍅🍅

ЧТО НУЖНО:

- 5 груш сорта конференс
- 100 г фундука
- 140 г муки
- 175 г охлажденного сливочного масла
- 140 г сахара
- 2 яйца
- 50 г темного шоколада



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Фундук обжарить на сухой раскаленной сковороде, постоянно помешивая, 5 мин. Дать немного остыть, затем измельчить в муку.

2 Сливочное масло заранее охладить и нарезать небольшими кубиками. В большой миске перемешать измельченные орехи с просеянной мукой. Добавить сливочное масло и перетереть руками, пока смесь не будет напоминать хлебные крошки.

3 Добавить в смесь сахар, перемешать. Затем по одному вбить яйца и вымесить гладкое однородное тесто.

4 Груши вымыть. Две штуки очистить от кожуры и нарезать небольшими кубиками, удалив сердцевину. Шоколад натереть на крупной терке. Добавить груши и шоколад в тесто и быстро перемешать.

5 Круглую форму для выпечки диаметром 20 см смазать маслом, дно застелить пергаментом. Выложить в нее приготовленное тесто, разровнять поверхность.

6 Оставшиеся груши очистить и нарезать тонкими пластинами. Разложить их веером на поверхность теста, слегка вдавить руками. Поставить пирог в разогретую до 140 °C духовку на 1 ч. Вынуть из духовки и оставить в форме на 10 мин., затем переложить на решетку и дать остыть.

Время приготовления: 1 час 35 мин.
Порций: 8

айва в сиропе



ЧТО НУЖНО:

- 4 айвы
- 6 стаканов воды
- 2 стакана сахара
- 1 лимон
- 1 апельсин
- 6 коробочек кардамона

Время приготовления: 1 час

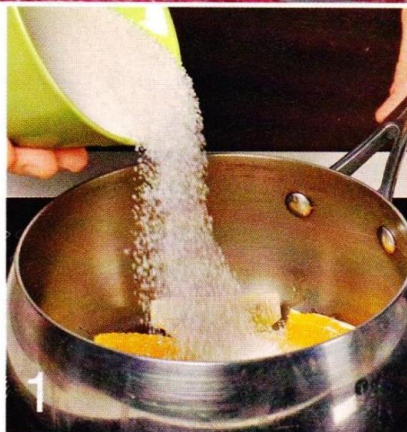
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Айву очистить, разрезать на 4 части, затем нарезать ломтиками. Кардамон растолочь в ступке. Лимон и апельсин нарезать ломтиками. Положить в кастрюлю ломтики лимона и апельсина, кардамон и сахар.

2 Довести до кипения и варить, помешивая деревянной лопаткой, пока сахар полностью не растворится.

3 Добавить айву и готовить на небольшом огне примерно 45 мин. Удалить ломтики цитрусовых, дать айве в сиропе остыть. Затем выложить на сервировочное блюдо или в высокие бокалы.



напиток от похмелья

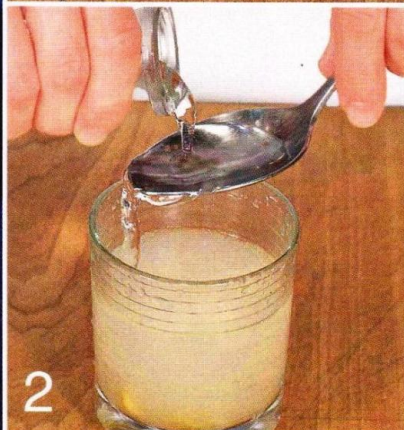
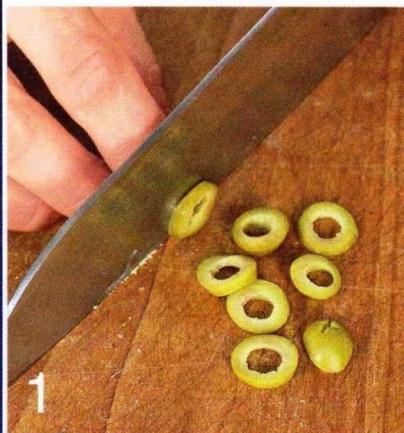
ЧТО НУЖНО:

- 0,5 стакана капустного рассола
- 5 ст. л. водки
- 2 оливки без косточек

Время приготовления: 5 мин.
Порций: 1

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Оливки нарезать тонкими кружками. Поместить в стакан.
- 2 Влить водку и капустный рассол. Слегка взболтать. В «тяжелых случаях», когда нет сил даже думать о том, чтобы что-то нарезать, вливать и взбалтывать, несколько оливок можно просто съесть целиком. Через некоторое время вы почувствуете, что можете переходить к приготовлению спасительного напитка.



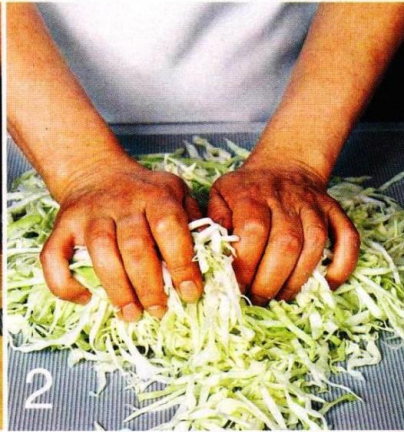
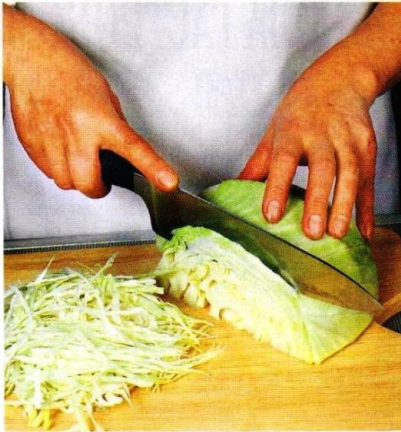


квашеная капуста



ЧТО НУЖНО:

- 10 кг** белокочанной капусты
- 1 кг** моркови
- 2 кг** антоновки
- 250 г** соли
- 1** ломоть черного хлеба



Время приготовления: 2 часа + 10 дней
Порций: 25–30

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 С кочанов срезать нижнюю часть кочерыжки и верхние листья. Снять несколько крепких белых листьев и отложить. Разрезать кочаны пополам и нашинковать тонкой соломкой. 2 или 3 кочана разрезать на половинки или четвертинки.

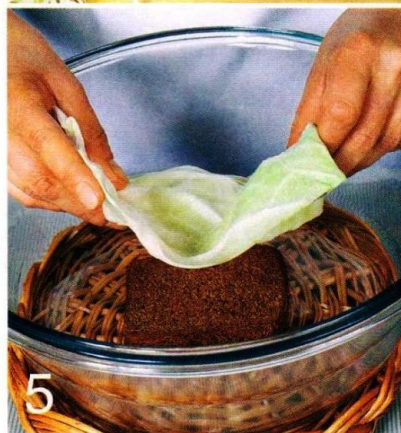
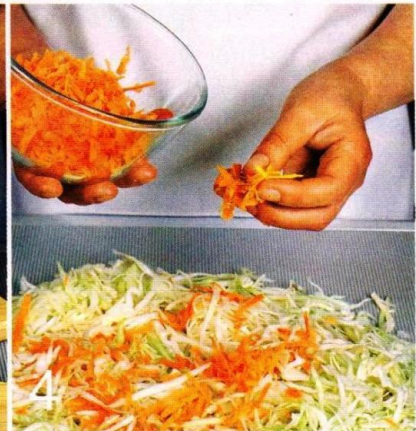
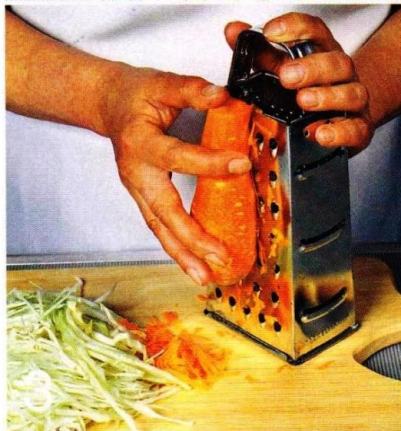
2 На рабочую поверхность положить часть нашинкованной капусты, посолить и слегка перемешать. Затем перетереть капусту руками до появления сока. На этом этапе важно не перестараться, чтобы капуста не получилась чересчур мягкой.

3 Морковь очистить и натереть на крупной терке.

4 Добавить морковь в нашинкованную капусту и слегка перемешать.

5 На дно чистой тары для квашения (это могут быть деревянные или керамические бочки, большие стеклянные банки или эмалированные кастрюли) положить ломоть черного хлеба. Накрыть одним из отложенных капустных листьев.

6 Уложить часть подготовленной капусты, как следует умять. Когда тара будет наполнена до середины, плотно, один к одному, положить разрезанные капустные кочаны. Между ними разместить яблоки. Сверху положить нашинкованную и перемешанную с солью и морковью капусту. Умять. Продолжать заполнять тару так, чтобы сверху образовалась горка. Еще раз умять до появле-



ния сока. Накрыть отложенными капустными листьями, затем чистой полотняной салфеткой, сверху положить гнет. Оставить в теплом месте. Когда капуста начнет давать пену, длинным деревянным

стержнем сделать несколько проколов до самого дна. Обычно процесс квашения занимает 10 дней. После этого капусту следует хранить в прохладном месте, где температура не превышает 0–2 °С.

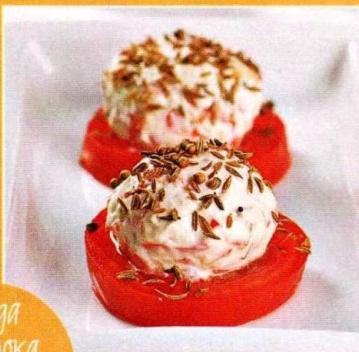
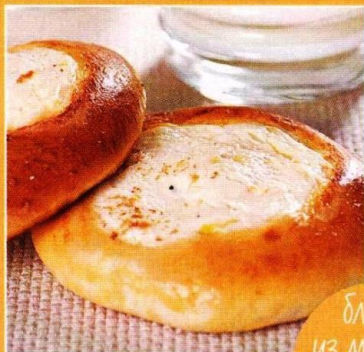
КСТАТИ

Для квашения лучше всего использовать поздние, уже прихваченные первым морозцем сорта белокочанной капусты.

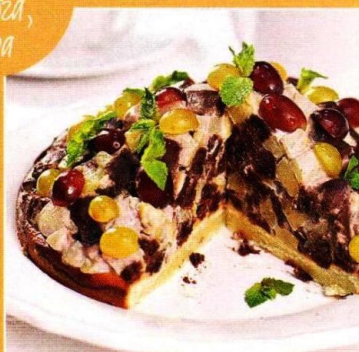
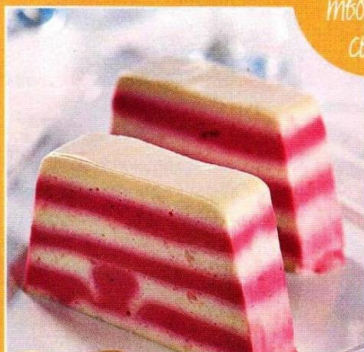


новый номер выйдет 24 октября

в следующих номерах журнала «КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ»



блюда
из молока,
творога,
сыра



новый номер выйдет 17 октября

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№20 (190), октябрь 2011

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабליкейшенз»

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
редакторы Алла Сергеева, Анна Туревская
бильд-редактор Динара Нурева
дизайнеры Алексей Клак, Максим Новрузов
повара-консультанты Константин Жук, Олег Туркин
фотограф Сергей Самойлов
корректоры Любовь Никифорова,
Татьяна Певнева

исполнительный директор Ольга Ткалич

финансовый директор Светлана Серегина

директор по рекламе
ООО «Бонниер Пабליкейшенз» Марина Мамина

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

Руководитель
отдела спецпроектов Лариса Машталер

Руководитель
отдела продаж
в Интернете Ирина Федотова

Отдел маркетинга: Зоя Галищикова,
Надежда Лыжников

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

Подписка Екатерина Жуковская,
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: Екатерина Панюшкина
(руководитель отдела),
Светлана Кузина,
Георгий Савастьянов,
Виктор Фролкин

Типография «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж 179 150 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.

© ООО «Бонниер Пабליкейшенз», дизайн, фото, текст, 2011 г.