

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№10 (162) МАЙ 2013

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ



12+

ISSN 1819-9488
13010
9 771819 948005

ИСПАНСКАЯ
КУХНЯ



реклама.

Солнечная фазенда

Солнечногорские
натуральные продукты

ЭКОНОМЬТЕ ВРЕМЯ!

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



Готовьте с удовольствием: быстро и просто!

Салат из шампиньонов с рукколой

НА 4 ПОРЦИИ:

- ♦ Руккола – 200 г
- ♦ Шампиньоны нарезанные от «Солнечной фазенды» – 200 г (1 упаковка)
- ♦ Лимонный сок – 50 мл
- ♦ Оливковое масло – 100 мл
- ♦ Пармезан (нарезанный тонкими лепестками) – 60 г
- ♦ Базилик зеленый – 2 веточки
- ♦ Сахарный песок – 1 щепотка
- ♦ Соль морская
- ♦ Перец черный



- В блендере взбить масло, лимонный сок, нарезанный базилик, соль, сахар и перец. Грибы выложить в глубокую миску, залить полученной заправкой, перемешать и дать замариноваться в течение 5-10 минут.
- В центр тарелки выложить рукколу, добавить шампиньоны и лепестки сыра.
- Перед подачей на стол полить салат оставшимся маринадом.

ООО «Валенсия», 141554, Московская обл., Солнечногорский р-н, дер. Кривцово, д. 3а
Тел.: (495) 989-2082, (495) 660-5347

www.valencia-express.ru

Спрашивайте в магазинах: «Утконос», «Магнолия», «Метро», «Билла», «Гастрономия», «О'кей», «Перекресток», «Виктория», «Бахетле», «Твой дом», «Огни столицы», «Алми», универсам «Крестовский», «Атак», ТЦ «Лейпциг», «Гиперглобус», «Сам бери», «МераЦентр Италия», «Седьмой континент»



Дорогие друзья!

Мы всегда очень удивлялись тому, что везде в мире любят и практически наизусть знают итальянскую кухню, а испанская вне пределов этой прекрасной страны почти не пользуется популярностью. Если попросить вас назвать испанские блюда, вы наверняка вспомните пазлью, сангрию, может быть, гаспачо. И все. А ведь испанская кухня чрезвычайно интересна и разнообразна, она ничуть не беднее итальянской или французской! Холодные супы и густые похлебки, ароматные легкие закуски-тапас и сытные салаты, нежные мясо и птица и огромное количество рыбы и морепродуктов, свежайших, только из рыбацкой лодки, множество сыров и, конечно, хамон... Нельзя забывать, что испанцы делают лучшее в мире оливковое масло и умеют готовить из него все, включая десерты. Вы себе не представляете, как нам было трудно выбрать из огромного количества вкуснейшей еды всего лишь восемнадцать рецептов! Обязательно попробуйте приготовить каждое блюдо из этого номера – мы уверены, что вам все понравится.

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

**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.



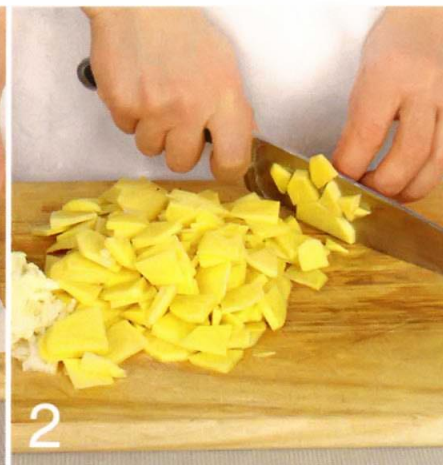
- 2 тортiglia, омлет с картофелем и грибами
- 4 перцы в эскалбаде
- 5 эскабече из скумбрии, рыба под маринадом
- 6 альмоготе, паштет из сыра с помидорами
- 8 мигас, жареный хлеб с беконом
- 10 пататас бравас, жареный картофель с соусом
- 12 классический гаспачо, холодный томатный суп
- 14 ахо бланко, миндальный суп
- 16 фидеуа
- 18 пазлья по-валенсийски
- 20 курица с лимоном и тимьяном
- 22 кролик в хлебном соусе
- 24 чичаррон, жареная свинина на коже
- 25 писто манчего, овощное рагу
- 26 натильяс, яичный десерт
- 28 торта де асьетас, сладкие хрустящие лепешки
- 30 франгольо, кукурузная каша с миндалем
- 31 сангриа



тортилья, омлет с картофелем и грибами



Время приготовления: 1 ч 30 мин.
Порций: 6



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы протрите салфеткой, нарежьте ломтиками, быстро обжарьте в небольшом количестве масла на очень сильном огне.

2 Очистите картофель и нарежьте небольшими ломтиками толщиной примерно 5–8 мм. Измельчите лук.

3 Влейте в глубокую сковороду диаметром 22 см оливковое масло, положите лук и картофель, посолите, готовьте на среднем огне, часто помешивая и почти не давая продуктам изменить цвет, до мягкости картофеля, примерно 15 мин.

4 Яйца слегка взбейте в большой миске. Шумовкой переложите картофельно-луковую массу в миску с яйцами, давая стечь маслу, добавьте грибы и соль, перемешайте.

5 Слейте из сковороды почти все масло, оставив примерно 2 ст. л. Увеличьте огонь под сковородой до макси-

мума, выложите яичную массу и жарьте до румяной корочки снизу.

6 Очень аккуратно переверните тортилью на плоскую ровную крышку или тарелку и сразу же дайте ей соскользнуть обратно на сковородку необжаренной стороной. Жарьте до румяной корочки. Переверните тортилью точно так же, используя крышку или тарелку, еще 2–3 раза. Перед подачей остудите, 1 ч.

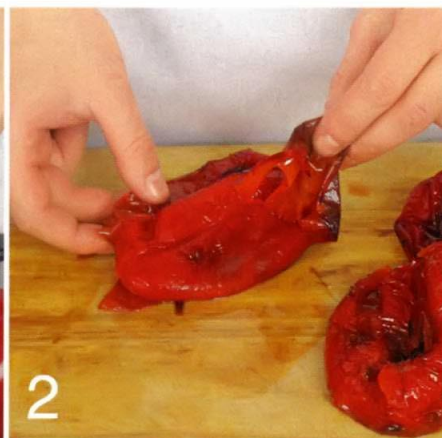
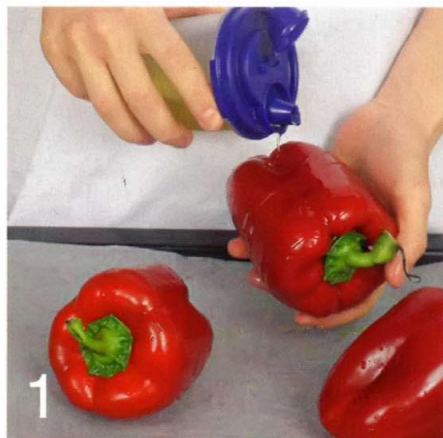
Если у вас есть такая возможность, увеличьте количество масла вдвое. Чем больше масла, тем меньше его впитает картофель. Испанцы едят картофельную тортилью чаще всего как холодный ланч. Оставшееся от тушения картошки масло можно использовать еще раз.

ЧТО НУЖНО:

- 5 крупных яиц
- 4 большие картофелины
- 300 г шампиньонов или любых других лесных или культивируемых грибов
- 1 большая луковица
- 1 стакан оливкового масла «экстра вирджин»
- соль

перцы в эскалибаде 🍃 🧸 🍅

Время приготовления: 2 ч 40 мин.
Порций: 6



ЧТО НУЖНО:

- 6 больших красных сладких перцев
- белый деревенский хлеб для подачи

Для заправки эскалибада:

- 6 зубчиков чеснока
- 6 веточек свежего тимьяна
- оливковое масло «экстра вирджин»
- обычная соль, морская соль среднего помола, свежемолотый черный перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Перцы смажьте маслом, выложите на застеленный пергаментом противень, посолите и поставьте в разогретую до 180 °C духовку примерно на 30 мин. Перцы должны стать мягкими, но не разваливаться.

2 Готовые перцы положите в миску, накройте пленкой или крышкой на 10 мин., затем аккуратно очистите от кожицы и удалите сердцевину. Вытекающий при этом сок нужно сохранить.

3 Очищенные перцы нарежьте полосками, положите в миску с соком, добавьте раздавленный, очищенный и порубленный чеснок, веточки тимьяна (или только листочки). Приправьте солью и перцем, щедро полейте маслом, перемешайте и поставьте в холодильник минимум на 2 ч. Подавайте как закуску-тапас с хлебом или как гарнир к мясу или рыбе.

эскабече из скумбрии, рыба под маринадом



ЧТО НУЖНО:

- 2 средние свежие скумбрии
- 1 небольшой красный перец
- 1 небольшой зеленый перец
- 1 луковица
- 6–7 зубчиков чеснока
 - мука
- 150 мл оливкового масла
- 120 мл красного винного уксуса
- 1 ч. л. сладкой молотой паприки
- 2 лавровых листа
- 1 ч. л. черного и душистого перца горошком
 - соль

Время приготовления: 12 ч 20 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Нарежьте небольшими кубиками сладкий перец, лук нарежьте полукольцами. Чеснок немного раздавите и очистите. Разломайте лавровые листики. Рыбу посолите и обваляйте в муке. Разогрейте в самой широкой сковороде масло, быстро обжарьте в нем рыбу до румяной корочки с обеих сторон, затем аккуратно переложите на тарелку.

2 В сковороду положите лук и сладкий перец, обжаривайте 5 мин. Добавьте все остальные ингредиенты и 1 стакан холодной воды. Варите 7 мин., положите рыбу, варите 3 мин. Переложите в стеклянную посуду, остудите, поставьте в холодильник на 12 ч.



1



2



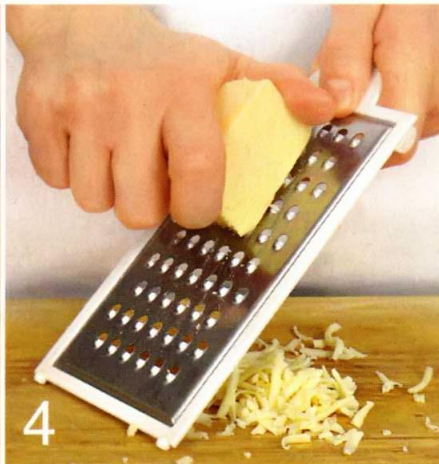
альмогроте, паштет из сыра с помидорами 🍅🍅



Альмогроте, в принципе, можно приготовить и из коровьего сыра – но из овечьего или козьего этот паштет получается значительно интереснее. Если хотите, можете сделать его более острым и ароматным, добавив вместе со свежим чили и сладкой молотой паприкой острую. Альмогроте можно подавать как дип к свежим овощам, нарезанным брусочками.

ЧТО НУЖНО:

- 500 г** твердого козьего или овечьего сыра
- 4** зубчика чеснока
- 2** больших плотных помидора
 - половина острого красного перца чили
- 100 мл** оливкового масла
- 1 ч. л.** сладкой молотой паприки
 - соль
 - деревенский хлеб и еще оливковое масло для подачи



ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** На помидорах сделайте крестообразные надрезы, опустите их в кипящую воду на 30 сек. Затем обдайте холодной водой и снимите кожицу.
- 2** Разрежьте помидоры на четвертинки, удалите семена вместе с жидкостью, мякоть нарежьте кусочками и положите в блендер.
- 3** Раздавите, очистите и нарежьте чеснок, добавьте к помидорам. У чили по желанию удалите семена и белые перегородки, чтобы не было слишком остро. Нарежьте мякоть помельче и добавьте в блендер.
- 4** Натрите сыр на терке или разломайте ножом, а потом раскрошите руками. Добавьте в блендер. Влейте оливковое масло, добавьте паприку, взбейте до желаемой степени однородности.
- 5** Нарежьте хлеб толстыми ломтями, обжарьте в тостере или под грилем, сбрызните маслом. Подавайте, щедро намазав сырной пастой альмогроте.



Время приготовления: 15 мин.
Порций: 6



мигас, жареный хлеб с беконом 🐻 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 500 г** черствого белого хлеба
- 200 г** не слишком жирного бекона
- 100–150 г** чоризо или других копченых пряных колбасок
- 4–6** зубчиков чеснока
 - оливковое масло «экстра вирджин»
- 1 ч. л.** молотой паприки
 - соль
 - перцы в эскалибате (см. стр. 4) для подачи

Время приготовления: 20 мин.

Порций: 4–6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Нарезьте хлеб тонкими ломтиками, 3–4 мм. Выложите на блюдо, обильно сбрызните подсоленной водой, переверните, еще сбрызните. Хлеб должен быть не слишком мокрым. Накройте полотенцем, пока готовится все остальное.

2 Мелко нарежьте бекон. Чоризо нарежьте тонкими кружками. Раздавите, очистите и крупно порубите чеснок.

3 Налейте в сковороду оливкового масла, положите бекон и обжаривайте, помешивая, до золотистого цвета. Выньте бекон шумовкой на тарелку.

4 Положите в сковороду чоризо и обжарьте, переворачивая кружки, примерно 2 мин. Переложите чоризо на тарелку к бекону.

5 Всыпьте чеснок в масло на сковороде, перемешайте. Через 30 сек. посыпьте паприкой и солью.

6 Положите в сковороду хлеб и обжаривайте на небольшом огне, все время перемешивая, – он распадется на крупные крошки. Готовьте, пока крошки не станут золотисто-коричневыми и хрустящими, примерно 10 мин. Верните в сковороду бекон и чоризо, перемешайте и подавайте мигас горячим, с перцами в эскалибате.

Когда-то это блюдо, название которого переводится как «крошки», в Испании ели только на завтрак и делали из остатков вчерашней и позавчерашней еды. Теперь его подают как горячую закуску или гарнир в лучших ресторанах, хотя ингредиенты практически не изменились.



пататас бравас, жареный картофель с соусом



ЧТО НУЖНО:

- 10–12 средних молодых картофелин
- масло для фритюра
- соль, свежемолотый черный перец

Для соуса айоли:

- 2 зубчика чеснока
- 1 желток
- 200 мл оливкового масла «экстра вирджин»
- 1 ч. л. белого винного уксуса
- соль

Для красного соуса:

- 400 г рубленых помидоров в собственном соку
- 1 маленькая белая луковица
- 2 зубчика чеснока
- по 1 веточке базилика и тимьяна
- 50 мл сухого хереса или сухого белого вина
- 3 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
- 1 лавровый лист
- 1 ч. л. острой молотой паприки

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4–6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для соуса айоли раздавите, очистите и измельчите чеснок. Смешайте желток с чесноком, добавьте щепотку соли и каплю уксуса и начните, растирая, по капле подливать масло. Когда образуется эмульсия, масло можно начать подливать тонкой струйкой, не прекращая мешать.

2 Для красного соуса очистите и мелко нарежьте лук и чеснок, измельчите зелень, удалив стебли. Разогрейте в глубокой сковороде масло, обжарьте лук и чеснок до мягкости. Влейте вино и выпарьте наполовину.



1



2



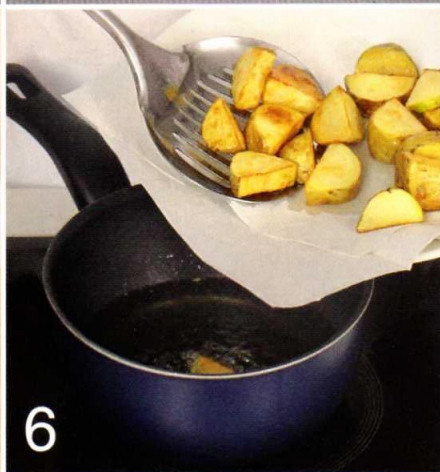
3



4



5



6

3 Добавьте зелень, сахар, лавровый лист и паприку, через 1 мин. положите помидоры вместе с соком. Готовьте на среднем огне, помешивая, до загустения, примерно 20 мин.

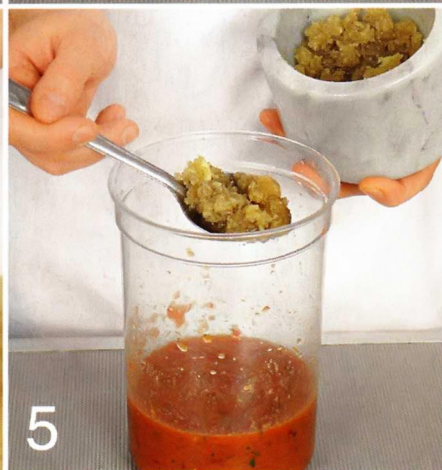
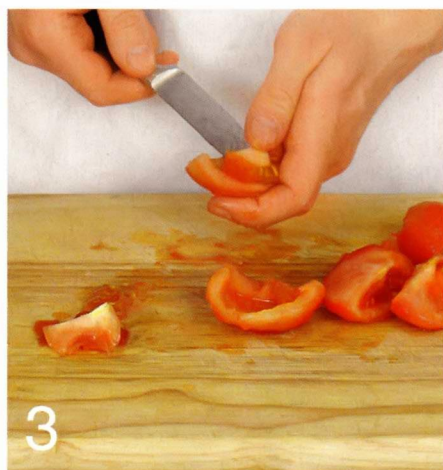
4 Смешайте айоли и красный соус – до полной однородности или слегка, чтобы получились разводы. А можно вообще не смешивать и подать соусы отдельно.

5 Картофель вымойте щеткой, разрежьте вдоль. Слегка надрежьте половинки через 1 см. Ломтики отламывайте руками. Обжарьте картофель во фритюре до золотистого-коричневого цвета.

6 Готовый картофель шумовкой выкладывайте в застеленное бумажными полотенцами сито, чтобы стекло лишнее масло. Подавайте горячим, полив соусом или налив его в отдельные пиалы.



классический гаспачо, холодный томатный суп



ЧТО НУЖНО:

- 15** крупных спелых помидоров
- 4** средних огурца
- 3** больших сладких перца
- 1** большая красная луковица
- 4–5** крупных зубчиков чеснока
- 3–4** куска черствого хлеба, желательно с отрубями
- 120 мл** оливкового масла «экстра вирджин»
- 4 ст. л.** хересного или красного винного уксуса
 - небольшой пучок петрушки
 - крупная соль, свежемолотый черный перец
 - соус табаско, по желанию
 - лед

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Соль (примерно 1 ст. л.) и чеснок положите в ступку, крупно растолките пестиком. Наломайте хлеб, добавьте в ступку и растолките все вместе.
- 2** Не прекращая работать пестиком, тонкой струйкой влейте оливковое масло, размешайте до однородности. Накройте и дайте настояться 1 ч.
- 3** Лук очистите, мелко нарежьте и уложите в миску, залейте уксусом. На каждом помидоре сделайте неглубокий крестообразный надрез, опустите на 1 мин. в кипящую воду, затем снимите кожицу. Разрежьте помидоры на четвертинки и удалите семена.

- 4** Огурцы очистите от кожицы. Сладкий перец очистите от сердцевинки, мелко нарежьте. У петрушки удалите грубые стебли, остальную зелень крупно порубите. Затем все подготовленные овощи порциями складывайте в блендер, каждый раз разбивая новую порцию до тех пор, пока она не смешается с предыдущей.
- 5** Добавьте лук вместе с уксусом, соль, если нужно, черный перец и табаско по вкусу. В последнюю очередь положите настоявшуюся массу из ступки. Когда масса станет однородной, перелейте ее в кувшин и поставьте в холодильник минимум на 2 ч. Для подачи разлейте гаспачо по стаканам, добавьте лед.

Время приготовления: 3 ч 15 мин.
Порций: 6

Гаспачо – это настоящий суп-трансформер. Вы можете добавлять в него практически любые свежие овощи и даже фрукты (особенно хороши арбуз и клубника). Или сделать его пикантным, положив анчоусы или каперсы. Вместо табаско можете использовать свежие перцы чили, а лук залить не уксусом, а соком лайма. А также запечь сладкий перец, прежде чем отправлять его в блендер... Главное – не забыть положить хлеб (именно с него когда-то началась история гаспачо, а вовсе не с помидоров).



ахо бланко, миндальный суп 🥑🐻🍷🍷

ЧТО НУЖНО:

- 150 г** черствого белого хлеба
- 150 г** нежареного миндаля
- 3** зубчика чеснока
- 100 мл** оливкового масла «экстра вирджин»
- 30 мл** сухого хереса или сухого белого вина
- 700 мл** питьевой воды
 - сок половины лимона
- 200 г** крупного белого и темного винограда
 - соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 2 ч 20 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Заранее сильно охладите питьевую воду, пусть она будет ледяной. Нарежьте хлеб крупными ломтями, залейте 200 мл холодной питьевой воды и оставьте на 10 мин.

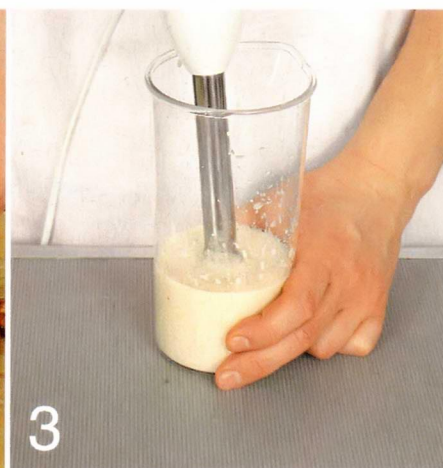
2 Миндаль залейте кипящей водой так, чтобы он был покрыт на 2 см, оставьте на 5 мин., после чего слейте горячую воду, залейте миндаль холодной и очистите от кожицы, сдавливая ядрышки между большим и указательным пальцем так, чтобы они выскакивали из нее.

3 Чеснок раздавите и очистите. Положите очищенный миндаль и чеснок в кухонный комбайн или блендер и измельчите. Добавьте хлеб вместе с водой, в которой он замачивался, и взбейте все вместе.

4 При работающем моторе тонкой струйкой влейте оливковое масло, потом херес и оставшуюся холодную воду. Приправьте солью и перцем и поставьте в холодильник минимум на 2 ч.

5 За час до подачи снимите виноград с веточек, разрежьте каждую виноградину пополам и при помощи зубочистки или острым кончиком тонкого ножа удалите все косточки. Сбрызните виноград со стороны разреза лимонным соком и поставьте в холодильник. Одновременно поставьте в холодильник тарелки, в которых вы собираетесь подавать суп.

6 Разлейте холодный суп по тарелкам, посыпьте свежемолотым перцем, выложите в тарелки виноград, сбрызните оливковым маслом и подавайте.





СПОНСОР РЕЦЕПТА



фидеуа

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4



ЧТО НУЖНО:

- 400 г** пасты феллини DIVELLA
- 12** сырых очень крупных тигровых креветок с головой
- 250 г** филе рыбы-черта или трески
- 400 г** филе кальмара
 - рыбный бульон
- 200 г** протертых помидоров POMI
- 4–6** зубчиков чеснока
 - оливковое масло
 - «экстра вирджин»
- 0,5 ч. л.** шафрановых нитей
- 1 ч. л.** сладкой молотой паприки
 - соль, черный перец
 - ломтики лимона для подачи

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Филе кальмара тщательно очистите от пленок и хитиновых пластин, промойте, обсушите бумажными полотенцами и нарежьте полосками или колечками шириной 1 см. Рыбное филе нарежьте кусками длиной 2 см.

2 Залейте шафран парой ложек горячей воды и дайте настояться, пока готовится все остальное. Раздавите, очистите и крупно порубите чеснок.

3 В специальной сковороде для паэльлы или просто в самой вашей широкой сковороде (не меньше 30 см диаметром) разогрейте 4 ст. л. масла. Положите неочищенные креветки и обжарьте с двух сторон до изменения цвета. Шумовкой выньте обжаренные креветки на тарелку. Быстро обжарьте и переложите на тарелку рыбу.

4 Подлейте в сковороду немного масла. Положите чеснок и полоски кальмара, обжаривайте на небольшом огне 1 мин. Добавьте паприку, шафран и протертые помидоры и доведите до кипения.

5 Всыпьте пасту, посолите, поперчите, перемешайте и распределите ровным слоем. Залейте пасту таким количеством подогретого бульона, чтобы она была покрыта примерно на 1,5 см. Варите на среднем огне, не перемешивая и не закрывая крышкой, пока бульон не впитается, 8–10 мин.

6 Снимите сковороду с огня. Выложите на поверхность пасты рыбу и креветки по кругу, чуть вдавливая. Приправьте перцем, сбрызните маслом и подавайте с ломтиками лимона.

Паста Divella и мякоть помидоров Pomito делают классические блюда актуальными и удобными в приготовлении. Также они отлично подходят для смелых кулинарных экспериментов.





паэлья по-валенсийски 🐼 🍅 🍅



Классические сорта риса для паэлья – короткозерные байя или бомба. Если этих сортов вы найти не можете, купите рис для ризотто – арборио или карнароли (обязательно импортный) или же узбекский рис для плова, только не промывайте его.

ЧТО НУЖНО:

- 600 г** риса для паэлья
- 6** окорочков небольшой курицы
- 6** окорочков кролика
- 2** банки (по 400 г) самой крупной белой фасоли
- 250 г** плоской зеленой фасоли (она же «лобио»)
- 3–4** зубчика чеснока
- 200 г** протертых помидоров
- 200 мл** оливкового масла
- 1 ст. л.** сладкой молотой паприки
 - большая щепотка нитей шафрана
 - соль, свежемолотый черный перец

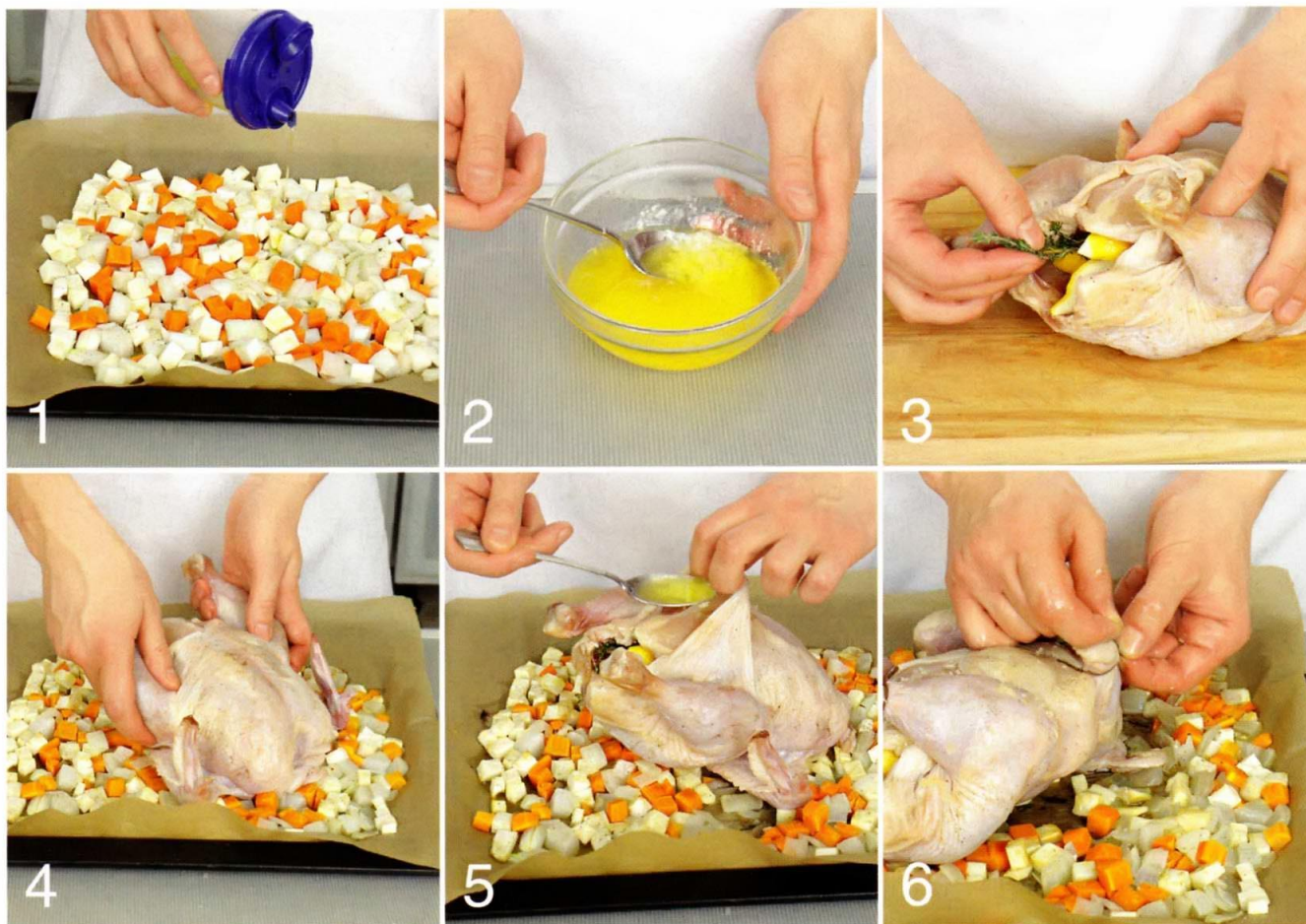
Время приготовления: 1 ч 20 мин.
Порций: 10–12

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Очистите и измельчите чеснок. Окорочка кролика и курицы разрежьте по суставам. Стручки фасоли разрежьте на 2–3 части.
- 2** В большой сковороде для паэлья нагрейте масло, щедро посолите. Положите курицу и кролика, хорошенько обжарьте, до румяной корочки со всех сторон.
- 3** Добавьте в сковороду зеленую фасоль, обжаривайте, помешивая, 5 мин. Положите белую фасоль (предварительно слив жидкость из банок), томатное пюре и чеснок. Обжаривайте, аккуратно перемешивая, 3 мин.
- 4** Посыпьте содержимое сковороды шафраном и паприкой, перемешайте и влейте примерно 2 л горячей воды, она должна на 1–1,5 см покрыть мясо. Доведите до кипения. Варите почти до готовности мяса, 20 мин.
- 5** Очень аккуратно всыпьте рис в получившийся бульон между кусками мяса, он весь должен скрыться под бульоном (помогайте ему ложкой). Не перемешивайте! Посолите и поперчите. Уменьшите огонь и готовьте, пока рис не впитает всю жидкость, примерно 20 мин. Выключите огонь и дайте паэлье немного постоять перед подачей. Паэлью лучше съесть сразу, от разогревания на следующий день лучше она не становится.



курица с лимоном и тимьяном 🐻 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 1 курица весом 1,8 кг
- 2 большие белые луковицы
- 2 большие морковки
- 1 небольшой корень сельдерея
- 1 лимон
- 1 головка чеснока
- 4 веточки тимьяна
- 100 г сливочного масла
- 30 г твердого сыра
 - оливковое масло
 - соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 1 ч 20 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Нарежьте очищенные лук, морковь и сельдерея кубиками со стороной 2 см. Выложите на противень или в форму для запекания, приправьте солью, перцем и оливковым маслом. Разогрейте духовку до 180 °С.

2 Растопите сливочное масло, натрите сыр на самой мелкой терке и смешайте с горячим маслом. Разрежьте лимон на 6–8 частей. Слегка раздавите и очистите зубчики чеснока.

3 Приправьте курицу снаружи и изнутри солью и перцем. Положите внутрь курицы лимоны, 4–5 зубчиков чеснока и веточки тимьяна. Оставшийся чеснок добавьте к овощам на противне.

4 Внутрь курицы влейте немного масла с сыром. Уложите курицу на овощи грудкой вверх.

5 Руками отсоедините кожу от грудки и на бедрышках. Влейте под кожу масло с сыром и «помассируйте», чтобы распределить масло.

6 Свяжите курице ножки и крылышки. Запекайте в центре духовки 40 мин. Переверните, запекайте 20 мин. Еще раз переверните, запекайте до румяной корочки, смазывая оставшимся маслом с сыром. Перед подачей дайте курице полежать под листом фольги 5–10 мин. Подавайте с овощами, на которых курица запекалась.



кролик в хлебном соусе 🐰 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 1 кролик весом 1,5 кг с печенкой, сердечком и почками
- 3 средних куска черствого белого хлеба
- 1 крупная луковица
- 5–6 зубчиков чеснока
- 7–10 веточек петрушки
 - оливковое масло
 - щепотка молотой корицы
 - соль, свежемолотый черный перец
- 3–4 ст. л. бренди или коньяка

Время приготовления: 1 ч 20 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кролика обсушите бумажными полотенцами и разрежьте на порционные куски. Натрите их солью и перцем. Печенку разрежьте на 3–4 части.

2 Хлеб положите в миску, полейте хорошей питьевой водой комнатной температуры и оставьте на 10–15 мин. Затем слейте воду, если она не вся впиталась.

3 Очистите и мелко порубите лук и чеснок. Мелко нарежьте петрушку, удаляя жесткие нижние концы стеблей. Лук обжарьте в оливковом масле в кастрюле с толстым дном до мягкости, 5 мин.

4 Добавьте в кастрюлю чеснок, петрушку, корицу, соль, печенку и остальные потрошки, замоченный хлеб. Потушите на среднем огне 5–7 мин. Взбейте соус прямо в кастрюле погружным блендером в относительно однородную массу (не взбивайте в гладкое пюре, иначе соус будет значительно менее интересным на вкус).

5 Налейте в чистую сковороду 2–3 ст. л. оливкового масла, обжарьте куски кролика до золотистого цвета со всех сторон, переложите в кастрюлю, добавьте бренди, немного подержите на огне, помешивая, чтобы выпарился алкоголь и остался только аромат бренди.

6 Влейте в соус 150 мл питьевой воды, посолите, поперчите. Накройте крышкой и тушите, время от времени помешивая, 30–40 мин. (при необходимости добавляйте еще воды). Подавайте кролика горячим.



чичаррон, жареная свинина на коже 🍅

Время приготовления: 2 ч 20 мин.
Порций: 6



ЧТО НУЖНО:

900 г свиной брюшкины или нижней части свиной грудки, обязательно на коже, без костей

0,5 ч. л. соды
• соль

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грудку разрежьте поперек на 6 примерно одинаковых кусков, обсушите бумажными полотенцами. Положите куски на доску кожей вниз и аккуратно надсеките каждый так, чтобы не прорезать кожу.

2 Натрите куски мяса содой с солью и положите в сотейник с толстым дном. Влейте 700–800 мл холодной воды, поставьте сотейник на небольшой огонь, доведите до кипения. Готовьте без крышки, пока вся вода не выпарится.

3 Слегка увеличьте огонь и обжаривайте мясо, время от времени переворачивая куски, до хрустящей румяной корочки, 15–20 мин. Подавайте чичаррон очень горячим.

писто манчего, овощное рагу



ЧТО НУЖНО:

- 1 кг спелых помидоров
- 5 средних луковиц
- 3 сладких перца
- 2 средних цукини
- 1 большой баклажан
- 100 мл оливкового масла «экстра вирджин»
- соль

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

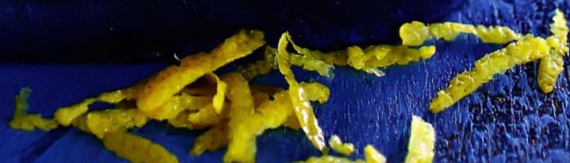
1 Нарезьте лук, перец, цукини и баклажан кубиками среднего размера.

2 Ошпарьте помидоры кипятком, снимите с них кожицу, мякоть нарежьте небольшими кусочками. Разогрейте в большой сковороде оливковое масло и обжарьте все овощи, кроме помидоров, а помидоры добавьте через 10–15 мин.

3 Тушите овощи на слабом огне, помешивая, пока соус не загустеет, примерно 30 мин. Посолите и подавайте.

Рагу не обязательно подавать к мясу, оно может быть и самостоятельным блюдом, которое иногда дополняют жареным яйцом. Кроме того, его подают в виде закусок-тапас – с ломтиком хамона.







натильяс, яичный десерт 🍋 🐻 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

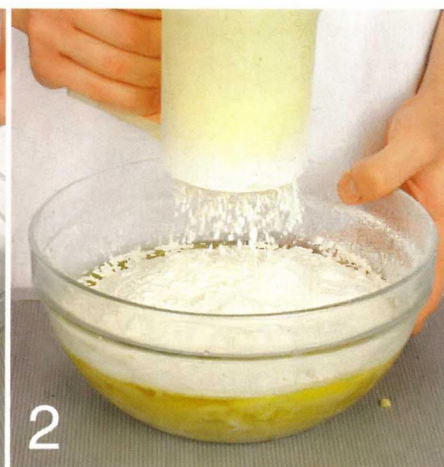
- 1 л** молока жирностью не меньше 3,2%
- 1** большой лимон (только цедра)
- 10** желтков крупных яиц
- 10 ч. л.** мелкого сахара
- 1** стручок ванили
- 0,5–1 ч. л.** молотой корицы

Время приготовления: 3 ч 10 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Молоко налейте в небольшую кастрюлю. Разрежьте стручок ванили вдоль пополам и кончиком ножа выскребите ванильные семена в молоко. Туда же положите стручок.
- 2** Лимон тщательно вымойте щеткой. Срежьте полоски цедры при помощи ножа для чистки овощей, положите цедру в молоко. Доведите молоко на минимальном огне до кипения, но не кипятите. Выключите огонь и оставьте кастрюлю на плите, закрыв крышкой, на 15 мин. Затем удалите цедру и стручок ванили.
- 3** Желтки выложите в кастрюлю с толстым дном, взбейте с сахаром до получения пышной белой массы. Не прекращая взбивать, влейте тонкой струйкой горячее молоко.
- 4** Поставьте кастрюлю на минимальный огонь (можно на водяную баню) и готовьте, постоянно перемешивая венчиком, до загустения, примерно 15 мин.
- 5** Перелейте крем в холодную миску и остудите до комнатной температуры, периодически помешивая, чтобы на поверхности не образовывалась пленка.
- 6** Затем аккуратно, чтобы не запачкать стенки, разлейте в широкие креманки и поставьте в холодильник минимум на 2 ч. Перед подачей слегка присыпьте натильяс молотой корицей.





торта де асьетас, сладкие хрустящие лепешки



ЧТО НУЖНО:

- 650 г** муки
- 280 мл** оливкового масла «экстра вирджин»
- 2 ст. л.** жидкого меда
 - мелкий сахар
- 13 г** свежих дрожжей
- 1 ч. л.** семян аниса
- 1 ст. л.** нежареного кунжута
 - щепотка соли

Время приготовления: 2 ч 40 мин.
Порций: 8–10

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Влейте в большую миску 230 мл теплой (37–40 °C) воды, положите раскрошенные дрожжи и 1 ч. л. сахара, перемешайте до растворения и оставьте в теплом месте на 10–15 мин. Когда дрожжи начнут работать и на поверхности появятся пузыри, добавьте в миску мед и оливковое масло.

2 Немного растолките анисовые семена в ступке. Просейте в миску с дрожжевой смесью муку с солью, добавьте анис и кунжут.

3 Вымесите однородное тесто, накройте и оставьте в теплом месте подниматься на 1,5 ч. Тесто должно увеличиться в объеме в 2 раза.

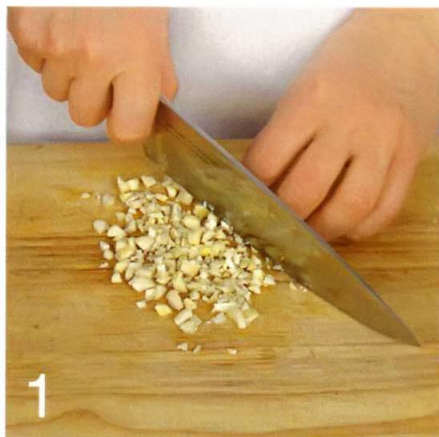
4 Разогрейте духовку в режиме «конвекция» до 190 °C (если такого режима у вас нет, разогревайте до 210 °C). Поднявшееся тесто обомните и переложите на рабочую поверхность. Разделите тесто на шарики размером с крупный абрикос, накройте и дайте им полежать 10 мин.

5 Раскатайте каждый шарик в круг диаметром примерно 20 см и толщиной 3–4 мм. Мука на присыпку не понадобится, потому что тесто очень масляное.



6 Кладите раскатанную лепешку на застеленный бумагой для выпечки противень и посыпайте сахаром. После 5–10 мин. расстойки отправляйте в духовку на 8–10 мин. Следите за лепешками – они очень быстро сгорают по краям! Подавайте лепешки к кофе или чаю теплыми или остывшими.

франгольо, кукурузная каша с миндалем 🍌 🧸 🍓 🍓



Время приготовления: 40 мин.
Порций: 6



ЧТО НУЖНО:

- 1,5 л молока
- 250 г мелкой кукурузной крупы
- 70 г сливочного масла
- 3 желтка
- 100 г сахара
- 100 г меда и еще немного
- 80–100 г изюма
- 30–40 г нежареного миндаля
 - цедра 1 лимона
 - свежие ягоды для подачи

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Миндаль залейте кипящей водой так, чтобы он был покрыт на 2 см, оставьте на 5 мин., слейте. Залейте миндаль холодной водой и очистите от кожицы, сдавливая ядрышки между большим и указательным пальцем так, чтобы они выскакивали из нее. Обсушите миндаль и порубите не слишком мелко.

2 Залейте изюм кипятком и оставьте на 10 мин. Влейте холодное молоко в широкую кастрюлю, положите лимонную цедру и на небольшом огне доведите до кипения. Добавьте сахар. Тонкой струйкой, помешивая деревянной ложкой, всыпьте кукурузную крупу. Уменьшите огонь до минимума и варите, все время перемешивая, пока каша не загустеет.

3 Добавьте в кастрюлю изюм, миндаль и сливочное масло, снимите кастрюлю с огня и мешайте 2–3 мин., не снимая с огня. Желтки взбейте с медом, также добавьте в кашу, тщательно перемешайте, снимите с огня, накройте и остудите. Подавайте франгольо комнатной температуры, с медом и свежими ягодами.

сангрия 🍷

ЧТО НУЖНО:

- 1 бутылка сухого красного вина
- примерно 600 г разных свежих сезонных фруктов (персики, груши, сливы, абрикосы)
- примерно 300 г ягод, свежих или замороженных (клубника, вишня)
- 2 любых цитрусовых, по вкусу
- 1 палочка корицы
- 1 звездочка бадьяна
- лед

Время приготовления: 2 ч 20 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Цитрусовые вымойте щеткой, нарежьте кружками или полукружиями вместе с кожурой.

2 Нарежьте все сезонные фрукты дольками, удалив косточки, но не удаляя кожицу. Удалите косточки у вишни.

3 Сложите все ингредиенты в кувшин или миску, залейте вином, закройте пленкой и поставьте в холодильник настаиваться минимум на 2 ч. Подавайте сангрию холодной, с большим количеством льда.

Если вы любите более сладкий алкоголь, перед тем как заливать фрукты вином, засыпьте их на 1–2 ч небольшим количеством сахара, чтобы дали сок, а уже потом настаивайте с вином.





все для
шашлыков

новый номер выйдет 27 мая

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№10 (162), май 2013

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабליкейшенз»

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

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

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Евгения Леонова
креативный директор Ольга Леонова
ответственный секретарь Екатерина Травникова
редакторы Марианна Орлинкова,
Анна Туревская
дизайнер Екатерина Травникова
повар-консультант Сергей Говоров
фотограф Владимир Лукьянов
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,
Светлана Мельникова,
тел.: (495) 725-1070

Руководитель
отдела спецпроектов Лариса Машталер

Руководитель
отдела продаж
в Интернете Ирина Федотова

Отдел маркетинга: Зоя Галишников

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

Подписка тел.: (495) 792-5562
e-mail: podpiska@phbp.ru

Заместитель генерального
директора по правовым вопросам Илья Иванов

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

Техническая поддержка: «Свет Компьютерс»,
тел.: 795-0295

Сканирование
и обработка иллюстраций: Олег Шифрин,
Вячеслав Шевцов
Светлана Кузина

Типография «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж 209 800 экз.
Цена свободная

Автор макета Ирина Лещенко

Обложка: Владимир Лукьянов

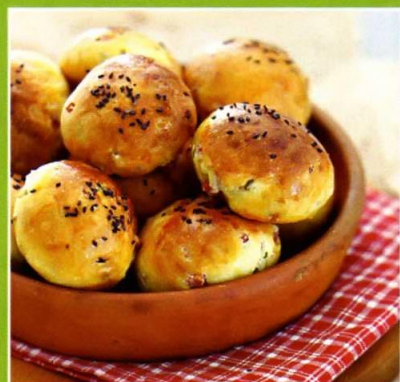
Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору
в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного
наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой
информации ПИ № ФС77-32211 от 09.06.2008

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 Пабליкейшенз», дизайн, фото, текст, 2013 г.

в следующих номерах журнала «ШКОЛА ГАСТРОНОМА»



новый номер выйдет 20 мая