

лучших рецептов  
**100**

# ФРАНЦУЗСКАЯ КУХНЯ

ДОМ КНИГИ  
"МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ"

Лукашенко Н. Л. Фра.  
ISBN978-5-8112-3922



2000 N  
3193967

Цена: 30 р.

АЙРИС ПРЕСС

АЙРИС ПРЕСС



Наталия Лукашенко

100  
лучших рецептов

# ФРАНЦУЗСКАЯ КУХНЯ

АЙРИС  ПРЕСС

МОСКВА 2010

УДК 641.568(44)  
ББК 36.997(4Фра)  
Л84

Серийное оформление А. М. Драгового

Лукашенко, Н. Л.

Л84 Французская кухня / Наталия Лукашенко. — М.: Айрис-пресс, 2010. — 64 с. — (100 лучших рецептов).

ISBN 978-5-8112-3922-1

Французская кухня — одна из самых популярных в мире. Ее, как и все французское, отличают изысканность и тонкий вкус. Особенностью национальной французской кухни является изобилие овощей: картофель, стручковая фасоль, шпинат, различные сорта капусты, каштаны. Из них готовят закуски, первые и вторые блюда, всевозможные гарниры. Неповторимый вкус возникает за счет использования различных специй: эстрагона, розмарина, кервеля, перца, шафрана, дижонской горчицы. Очень часто в блюда добавляется виноградное вино, что придает им тонкий аромат. А в приготовлении и изобретении новых соусов французам вообще нет равных. Недаром они славут гурманами, т. е. знатоками кулинарии, ценителями изысканной пищи.

ББК 36.997(4Фра)  
УДК 641.568(44)

ISBN 978-5-8112-3922-1

© ООО «Издательство  
«АЙРИС-пресс», 2009

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Французская кухня всегда была примером совершенства в искусстве кулинарии. Десятки слов в нашем языке, начиная от слова «ресторан» и заканчивая словом «омлет», являются свидетельством популярности французской кухни. Особенностью ее является активное использование виноградного вина, коньяка и ликера в приготовлении самых разнообразных блюд.

Вино, как правило, подвергается значительному выпариванию, в результате которого винный спирт испаряется, а остающийся состав придает блюду неповторимый вкус и наполняет его приятным ароматом. Вино используют в приготовлении блюд, оно служит составной частью маринадов для мяса и бульонов для отваривания рыбы. Красное вино чаще употребляется для мясных блюд из домашних и диких животных, белое — для блюд из рыбы. Используют только виноградные сухие не очень кислые и полусухие некрепленые вина. Если вино слишком кислое, его следует смешать со сметаной или сливками, это снизит его кислотность.

Вместо готовых французы рекомендуют домашний ликер:  $\frac{2}{3}$  стакана сладкого виноградного десертного вина наполовину выварить с 1 ст. ложкой сахара и цедрой апельсина в небольшой эмалированной кастрюльке.

Коньяк французы используют в качестве добавок к винам или для поджога его непосредственно на пищу, например, на мясо.

Другая особенность французской кухни — большой ассортимент соусов (больше 3 000). При помощи соусов одно и то же блюдо приобретает определенный вкус и аромат.

Разнообразен и ассортимент специй. Широко используется лук-порей, эстрагон, розмарин, кервель, чабер, несколько видов перца, шафран. Применение ароматических трав также придает блюдам особый вкус и запах.



Характерной особенностью французской кухни является использование в качестве гарниров тушеные овощи: спаржу, фасоль, морковь, лук-порей, сельдерей, разные сорта капусты и лука, зеленый горошек. При варке овощей нужно строго соблюдать следующее правило: свежие овощи для отваривания кладут в кипящую подсоленную воду и варят в открытой посуде, а сушеные овощи предварительно опускают в холодную воду.

Французы считают, что приготовление хорошего омлета требует особого внимания. Для омлетов выбирают тяжелые сковороды с очень ровным дном. В сковороде, которая используется для приготовления омлетов, больше ничего не готовится.

Очень часто в обиходе встречается французское слово «гурман». По нашим словарям — это любитель и ценитель изысканных блюд. У французов имеются 2 слова, которые по-разному характеризуют людей, любящих вкусно поесть. Одно из них — гурман, которым называют людей, любящих пресыщаться вкусной пищей. Другое слово — гурме, человек, разбирающийся в тонкостях изысканной пищи, знаток в кулинарии.

Желаем вам стать настоящим гурме!

## САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

### ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЧЕСНОКОМ И ПЕТРУШКОЙ

*8 помидоров, 4 ст. ложки оливкового масла, 5–6 ст. ложек майонеза, 2 зубчика чеснока, 2 пучка петрушки, соль по вкусу.*

Помидоры тщательно вымыть, срезать верхнюю часть. Чайной ложкой удалить сок и семена. Петрушку нарезать и растолочь вместе с чесноком и оливковым маслом. Посолить, наполнить помидоры приготовленным фаршем. Дать постоять 1–2 ч, чтобы помидоры приобрели запах петрушки и чеснока. Подать на стол с майонезом.

### САЛАТ ИЗ ПЕЧЕНИ ИНДЕЙКИ

*400 г печени индейки, 300 г шампиньонов, 1–2 луковицы, 2 пучка салата, 1 ст. ложка сливочного масла, 6 ст. ложек оливкового масла, 3 ст. ложки винного уксуса, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Листья салата вымыть, обсушить. С печени удалить кожицу, вымыть и обсушить. Шампиньоны нарезать ломтиками, луковицу — кольцами. Разогреть на сковороде сливочное масло и 2 ст. ложки растительного. Обжарить грибы до готовности. Выложить их со сковороды. Положить в жир от жарения печень, лук и пожарить их 5 мин.



Смешать печень с грибами, немного посолить, поперчить. Перемешать уксус с солью и перцем. Взбить с оставшимся растительным маслом. Выложить салат с печенью и грибами на блюдо и полить заправкой.

### САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ

*200 г маринованной капусты, 3 яблока, 2 соленых огурца, 1 луковица, 100 г майонеза, сок 1/2 лимона, тмин по вкусу.*

Яблоки и огурцы нашинковать, лук нарезать кольцами, добавить капусту и майонез, все хорошо перемешать, добавить лимонный сок и тмин.

### САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ФАСОЛИ

*4 помидора, 2 стакана вареной стручковой фасоли, 4 ст. ложки оливкового масла, 100 г сметаны, 2 ч. ложки уксуса, 2 ч. ложки горчицы, 2 яйца, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Сметану смешать с уксусом, горчицей, маслом, солью, перцем. Яйца сварить вкрутую. Помидоры, фасоль, зелень петрушки и яйца нарезать, хорошо перемешать, полить приготовленной заправкой и снова перемешать.

### САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С КРЕВЕТКАМИ

*150 г очищенных креветок (крабов или раков), 2 кусочка ветчины, 4 помидора, 2 огурца, 1 сладкий зеленый перец, 1 пучок салата, 1 морковь, 1 пучок редиса, 4 яйца, 10 маслин, 2 куска белого хлеба, 2 ст. ложки молока, зелень петрушки и укропа.*

С помидоров срезать верх в виде крышечки, вынуть середину. Сваренные вкрутую яйца разрезать пополам, вынуть желток. Хлеб вымочить в молоке, отжать, добавить желтки, мелко нарезанную зелень, мякоть маслин. Хорошо перемешать и заполнить белки. Нарезать соломкой огурцы, морковь, редис, ветчину, креветки и этой смесью наполнить помидоры. Листья салата и перец нарезать узкими полосками и на слой зеленой массы положить помидоры, сверху — половинки яиц.

### САЛАТ ИЗ ЦЫПЛЕНКА «БАГРАСЬОН»

*200 г отварного мяса цыпленка, 200 г спагетти, 2 помидора, 200 г любых маринованных грибов, 1 корень сельдерея, 3 сваренных вкрутую яйца, 200 г майонеза, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Сельдерей и мясо цыпленка нарезать лапшой. Спагетти сварить в подсоленной воде, нарезать кусочками длиной 5 см, маринованные грибы нарезать ломтиками, помидоры — тонкими ломтиками, мелко нарубить зелень петрушки, 2 яйца нарезать тонкой соломкой, все смешать и заправить майонезом, посолить, поперчить. Сверху украсить кружочками помидоров и яйца.

### САЛАТ «КАРМЕН»

*200 г отварного мяса цыпленка, 150 г свежего зеленого горошка, 3 красных сладких перца, 1 стакан риса, 1–2 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка горчицы, зелень петрушки, веточка эстрагона, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Сладкий перец испечь, очистить и нарезать лапшой. Также нарезать мясо цыпленка. Отварить зеленый горошек. Рис сварить на воде в течение 15 мин или припустить его



с оливковым маслом и овощным отваром. Подготовленные овощи смешать с рисом, мясом и заправить салатной заправкой из уксуса, оливкового масла и горчицей, поперчить, посолить. Посыпать сверху мелко нарубленной зеленью петрушки и листиками эстрагона.

### САЛАТ «ФИГАРО»

*300 г вареного телячьего языка, 4 маленькие свеклы, 2 веточки сельдерея, 1 пучок салата, 4 ст. ложки майонеза, 100 г анчоусов, зелень петрушки, соль по вкусу.*

Язык нарезать соломкой, сельдерей нарезать крупной соломкой, салат и филе анчоусов нарезать мелкой соломкой, все хорошо перемешать, посолить и заправить майонезом. Вареную свеклу нарезать кружочками, уложить на блюдо, сверху выложить салат, посыпать его рубленой зеленью петрушки.

## БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

### ОМЛЕТ С КУРИНОЙ ПЕЧЕНЬЮ И ГРИБАМИ

*4 яйца, 300 г куриной печени, 100 г шампиньонов, 2—3 луковицы, 3—4 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка томатной пасты,  $\frac{3}{4}$  стакана мясного бульона, 1 пучок укропа, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Масло растопить в сковороде, положить мелко нарезанные лук, печень, грибы и все обжарить. Размешивая, высыпать на сковороду муку, влить мясной бульон. Мешать до тех пор, пока все не закипит. Положить томатную пасту, соль и перец. Варить на слабом огне 5 мин. Приготовить омлет. Выложить приготовленную печень с грибами на омлет и подать, посыпав рубленым укропом.

### ОМЛЕТ «СНЕГА ЛА-РОШЕЛЯ»

*5 яиц, 6 яичных белков, 1 кг мороженого, 3 ст. ложки сливочного масла,  $\frac{2}{3}$  стакана муки,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 2 стакана сахарной пудры, 3 ст. ложки рома или коньяка, 0,5 л воды, цедра  $\frac{1}{2}$  лимона, 3 ст. ложки измельченного миндаля, ванилин, сода на кончике ножа, соль по вкусу.*

Растопить и охладить масло. Хорошо взбить яйца с 1 стаканом сахарной пудры, ванилином и цедрой. Ввести просеянную муку и соду, перемешать, добавить масло и миндаль,



хорошо перемешать. Выложить тесто в смазанную маслом и посыпанную мукой форму, выпекать 10 мин в духовке при температуре 180 °С, затем выпекать еще 15 мин при температуре 210 °С. Проверить готовность лучинкой или зубочисткой. Вскипятить воду с сахаром, снять с огня, добавить ром или коньяк. За 15 мин до подачи вырезать внутреннюю часть бисквита, оставив бортики 1,5 см толщиной. Выложить на блюдо, слегка смочить приготовленным сиропом. Взбить белки в густую пену, постепенно добавляя сахарную пудру.

На бисквитную основу выложить мороженое, а верх тщательно закрыть взбитыми белками, поставить в разогретую до 250 °С духовку на 5 мин (до румяности). Готовый омлет можно облить коньяком и поджечь.

### ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ

*4 яйца, 3 помидора, 3—4 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 1 зубчик чеснока, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Масло подогреть на сковороде, положить мелко нарезанный лук и обжарить его в течение 5 мин. Добавить растертый чеснок, соль, перец и нарезанные помидоры, поддержать на слабом огне до тех пор, пока помидоры не станут мягкими. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Приготовить омлет и влить томатную смесь в него перед тем, как положить его в тарелку. Омлет подать на стол на подогретой тарелке.

### ЯИЧНИЦА ПО-ПАРИЖСКИ

*8 яиц, 300 г вершушек спаржи, 4 поджаренных ломтика хлеба, 2 ст. ложки сливочного масла, 200 г сметаны, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Положить спаржу в кастрюлю и припустить на слабом огне с половиной нормы масла. Яйца слегка взбить, добавить сметану, хорошо перемешать, посолить, поперчить. Остатки масла подогреть на слабом огне в кастрюле с толстым дном, влить яйца со сметаной. Варить на маленьком огне, постоянно помешивая. Когда масса начнет густеть, положить в нее спаржу и продолжать варить до консистенции густой сметаны. Разложить на ломтики поджаренного хлеба.

### ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

*8 яиц, 150 г сыра, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки густой сметаны, зеленый салат, корнишоны, каперсы, лимонный сок, перец, соль по вкусу.*

Сваренные вкрутую яйца очистить, разрезать поперек и вынуть желток. Для начинки растереть масло и тертый сыр, добавить сметану, немного лимонного сока, желтки, поперчить. Наполнить половинки яиц фаршем, украсить каперсами и корнишонами. Подавать на листьях салата.



## БУЛЬОНЫ И СУПЫ

### БУЛЬОН «БЕЛЫЙ»

*2,5 л воды, 750 г говяжьих костей, 3 луковицы, 2 моркови, 3 корня петрушки с зеленью, 1 лавровый лист, 1/4 ч. ложки майорана, 2 ч. ложки соли.*

Говяжьи кости положить в кастрюлю. Залить водой так, чтобы она закрыла кости, и поставить на огонь. Кипятить 10 мин. После кипячения вынуть кости, снять пену. Положить в кастрюлю кости, лук, нарезанную кружочками морковь, петрушку, лавровый лист, майоран и соль, налить оставшуюся воду и поставить на огонь. Вскипятить. Убавить огонь, плотно закрыть кастрюлю крышкой и варить бульон в течение 3 ч. Процедить. Когда бульон остынет, собрать с его поверхности жир, бульон процедить, снова прокипятить и поставить на холод.

### БУЛЬОН «КОРИЧНЕВЫЙ»

*4,5 л воды, 1,5 кг говяжьих или говяжьих костей, 500 г говядины (реберная часть), 2—3 моркови, 3—4 луковицы, 2 веточки зелени петрушки, 2 веточки сельдерея, 1 лавровый лист, 4 горошины черного перца, 2 ч. ложки соли.*

Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать небольшими кусочками. Положить кости, мясо, морковь и лук на противень, поместить в хорошо прогретую духовку

(около 170 °С) и обжарить до темно-коричневого цвета костей. Для более равномерного обжаривания кости и мясо надо периодически перемешивать. Переложить все в кастрюлю, влить в нее воду, добавить перец, соль, лавровый лист, петрушку и сельдерей. Закрыть кастрюлю крышкой и варить бульон на слабом огне в течение 4 ч. При первом закипании снять пену и жир. Сваренный бульон должен быть темным. Готовый бульон процедить, остудить, собрать с его поверхности весь жир. Слить бульон в бутыл, закрыть пробкой и хранить в холодильнике.

### БУЛЬОН КУРИНЫЙ

*1 л воды, крылья, ножки, шея, потроха 1 или 2 куриц, 100 г вермишели или лапши, 1 морковь, 1 луковица, 1 ветка сельдерея, 2 гвоздика гвоздики, зелень укропа, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Вскипятить воду, добавить морковь и луковицу целиком, ветку сельдерея, гвоздику, посолить, поперчить. В кипяток положить потроха и перечисленные части курицы. Закрыть крышкой и варить в течение 15—20 мин. Затем положить вермишель или лапшу и варить еще 10 мин в закрытой кастрюле. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

### БУЛЬОН РЫБНЫЙ

*1,5 л воды, 600 г рыбных костей и голов, 100 мл белого сухого вина, 2 луковицы, 1 морковь, 1 лавровый лист, 1,5 ч. ложки соли.*

Крупные кости и головы свежей рыбы разрубить на части, удалив жабры и глаза. Промыть, положить в кастрюлю, залить водой и поставить на слабый огонь. Вскипятить, снять пену, вылить в бульон вино и положить лук,



нарезанную кружочками морковь, лавровый лист, соль. Сварить бульон на слабом огне в течение 1 ч. Перед подачей процедить.

### СУП «БУЙАБЕС»

*1 кг разной рыбы (бычков, мелкой скумбрии, мелкой стерляди, судака, сома, осетра, камбалы, кефали, севрюги, карпа), 10 шт. раков, 300 г любых свежих или консервированных грибов, 5 помидоров, 2–3 луковицы, 1 морковь, 2 лимона, 100 мл оливкового масла, 3–4 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан белого вина, 1,5 л воды, 4 кусочка белого хлеба, 1 лавровый лист, 1–2 веточки сельдерея, петрушка, 1 ст. ложка уксуса, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Рыбу очистить, выпотрошить, отрезать плавники и хвосты, хорошо обмыть холодной водой и разрезать поперек позвоночника на полутушки, оставляя со стороны хвоста более крупный кусок. Положить передние полутушки в кастрюлю, залить водой. Добавить 1 луковицу, нарезанную пополам морковь, сельдерей и лавровый лист. Варить 25–30 мин, процедить. В разогретое оливковое масло положить нарезанный кубиками оставшийся лук, слегка подрумянить, добавить очищенные от кожицы и нарезанные мелкими кусочками помидоры, обжарить, добавить очищенные и нарезанные соломкой грибы. Спассированные помидоры и грибы добавить в бульон. Сварить их на слабом огне. Раков сварить в подсоленной воде с уксусом, вынуть из воды, очистить мясо шеек и клешней (если раки крупные, разрезать их по длине на 2 части), прибавить к залитым бульоном помидорам и грибам. Добавить оставшиеся сырые полутушки рыбы. Посолить. Суп больше не мешать, чтобы куски рыбы остались целыми, и проварить его 10–15 мин. Добавить при подаче на стол кусочки лимона, перец и мелко на-

резанную зелень петрушки. Хлеб подрумянить в масле и подать на отдельной тарелке. По желанию ломтики хлеба можно положить и в тарелки, в которые будут наливать суп. Суп «Буйабес» должен быть густым.

### СУП ЛУКОВЫЙ

*3 луковицы, 1 л бульона, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 100 г сыра, 4 кусочка пшеничного хлеба, петрушка, укроп, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Хлеб нарезать мелкими кубиками, обжарить на сковороде в масле. Лук мелко нарезать, обжарить на масле до золотистого цвета, добавить обжаренный хлеб и жарить до тех пор, пока лук не примет бронзового оттенка. Затем переложить все в кастрюлю, залить кипящим бульоном, варить 10 мин. Готовый суп посолить, поперчить, добавить тертый сыр и, постоянно помешивая, еще кипятить 5 мин. Перед подачей посыпать рубленой зеленью.

### СУП ОВОЩНОЙ

*250 г белой фасоли, 3 моркови, 3–4 картофелины, 3 помидора, 250 г зеленого горошка, 2 корня сельдерея, 3 луковицы, 3 ст. ложки оливкового масла, 150 г макарон, 150 г твердого сыра, зелень эстрагона, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Нарезанную кубиками морковь, предварительно на сутки замоченную в воде фасоль, картофель, помидоры, горошек, сельдерей и соль положить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения и варить на слабом огне 1 ч. Мелко нарезанный лук хорошо поджарить на масле. За 15 мин до снятия с огня добавить в суп половину порции сыра, обжаренный лук, предварительно отваренные



макароны, зелень эстрагона, положить соль и перец. Отдельно подать тертый сыр.

### СУП ОВОЩНОЙ С КОПЧЕНОЙ СВИНОЙ ГРУДИНКОЙ

*300 г копченой свиной грудинки, 500 г белокочанной капусты, 12 картофелин, 12 шт. моркови, 6 шт. репы, 6 луковиц, 1 стакан фасоли, 200 г зеленого горошка, соль по вкусу.*

Грудинку, фасоль, очищенные и нарезанные ломтиками картофель, морковь, репу и лук положить в кастрюлю с толстыми стенками, залить водой так, чтобы она закрывала овощи и грудинку на 5–7 см, довести до кипения и сварить на слабом огне в течение 1,5–2 ч. Посолить. За 30 мин до подачи на стол положить зеленый горошек, а за 5 мин — капусту.

### СУП «ПИКАНТНЫЙ»

*1,5 стакана бульона, 3 яйца, 1 ст. ложка гусиного жира, 1 ст. ложка оливкового масла, 4 кусочка белого хлеба, 1–2 зубчика чеснока, мускатный орех, зелень, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Чеснок мелко нарезать, обжарить в кастрюле на гусином жиру (не давая подрумяниться) до мягкости, влить бульон, поперчить, посолить, добавить тертый мускатный орех, довести до кипения и варить 15 мин на медленном огне. Бульон процедить, чеснок протереть через сито и соединить с бульоном. Взбить яичные желтки с маслом, влить в них тоненькой струйкой, непрерывно помешивая, немного горячего бульона. Яичную массу вылить в оставшийся бульон, размешать и подогреть, не доводя до кипения. При подаче в тарелку положить 1 кусочек белого хлеба, сверху накрыть зажаренными на сковороде белками и залить супом. Посыпать рубленой зеленью.

### СУП ПО-КОРОЛЕВСКИ

*1 л бульона, 500 г цыпленка, 1 ст. ложка оливкового масла, 20 г миндаля, 100 г белого хлеба, соль по вкусу.*

Цыпленка поджарить, мясо отделить от костей, опустить в кипящий бульон, посолить и поварить на слабом огне 15–20 мин. Мясо вынуть, охладить и пропустить через мясорубку вместе с миндалем и замоченным в бульоне хлебом. Добавить несколько ложек бульона, фарш протереть через сито в кастрюлю с бульоном и подогреть. При подаче на стол положить в тарелку ломтик обжаренного на масле хлеба.

### СУП-ПЮРЕ ИЗ КАШТАНОВ

*500 г каштанов, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 л воды или куриного бульона, 4 ст. ложки сливок, мускатный орех, соль по вкусу.*

Лук мелко нарезать и обжарить в кастрюле до золотистого цвета, добавить очищенные каштаны, натертые корни сельдерея и петрушки, залить водой или бульоном, сварить до готовности. Процедить, из каштанов и корней сделать пюре, добавить его в бульон, нагреть до кипения, помешивая, влить сливки, посолить. Подать с гренками, посыпав суп тертым мускатным орехом.

### СУП-ПЮРЕ ИЗ РЫБЫ

*1 кг рыбы (лучше судака), 100 г сметаны, 1 1/2 л воды, 2 стакана сухого белого вина, 1 морковь, 1 луковица, 1–2 лавровых листа, 1–2 веточки петрушки, 1–2 веточки сельдерея, щепотка шафрана, 10 горошин черного перца, свежемолотый душистый перец, соль по вкусу.*

Рыбу очистить, выпотрошить, снять филейную часть (мякоть). Оставшуюся рыбу положить в кастрюлю, залить



вином и водой, положить морковь, лук, перец горошком, петрушку, сельдерей. Варить 1 ч на среднем огне. Откинуть на сито. В процеженный бульон положить срезанную ранее филейную часть, посолить, поперчить и варить еще 15—20 мин. Сварившуюся рыбу вынуть, протереть через сито, залить сметаной и бульоном.

### СУП-ПЮРЕ ИЗ СПАРЖИ

*25 веточек зеленой спаржи, 1—2 луковицы, 5 небольших картофелин, 2 ст. ложки сливочного масла, 4 стакана бульона (мясного, куриного или овощного), 1/2 стакана сливок, укроп, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Лук мелко нарезать, обжарить. Картофель нарезать кубиками, соединить с луком, добавить бульон, сварить на медленном огне в течение 10 мин. Положить предварительно очищенную спаржу, посолить, еще варить 20 мин. Когда овощи будут мягкими, снять с огня. Если использовать комбайн, остудить, если блендер — можно перелить суп сразу, все помолоть. Перелить обратно в кастрюлю, где готовился суп, и поставить на огонь. Влить сливки, разогреть, посолить, поперчить. Посыпать готовый суп мелко нарезанной зеленью укропа.

### СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ

*1 кг тыквы, 2 лука-порея (белая часть), 1—2 ст. ложки сливочного масла, 1 л куриного (овощного) бульона, 1/2 стакана сливок, 4 кусочка белого хлеба, 1—2 зубчика чеснока, 1 пучок зеленого лука и укропа, кайенский перец, соль по вкусу.*

Лук мелко нарезать, тыкву нарезать кусочками, все обжарить на масле. Залить бульоном, сварить до готовности на слабом огне, промолоть в блендере или комбайне

(желательно немного остудив), посолить и поперчить. Перелить обратно в кастрюлю, добавить сливки, довести до кипения. Разлить в тарелки. Посыпать мелко нарезанными укропом и зеленым луком. Хлеб обжарить на масле, натереть измельченным чесноком.

### СУП-ПЮРЕ С ЧЕСНОКОМ

*500 г мяса, 2 ст. ложки любого жира, 4—6 кусков белого хлеба, 4 яйца, 5—6 зубчиков чеснока, 10—12 мускатных орехов, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Сварить мясо, чеснок обжарить на жире, не давая подрумяниться, как только он станет мягким, выложить его в бульон. В бульон положить перец, мускатный орех, посолить. Варить 10—15 мин. Вынуть чеснок, протереть через сито и положить в бульон. Желтки взбить с растительным маслом (лучше оливковым) и влить в них тоненькой струйкой половник горячего бульона, непрерывно помешивая, чтобы желтки не свернулись. Яичную массу вылить в бульон. На хлеб положить зажаренные на сковороде белки, положить его в тарелки и залить чесночным супом.

### СУП «СЕН-ЖЕРМЕН» ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА

*400 г зеленого горошка (замороженного или консервированного), 3 лука-порея (белая часть), 3 ст. ложки сливочного масла, 4 стакана куриного бульона, 1 пучок мелко нарезанного салата, 1 ч. ложка сахара, свежемолотый душистый перец, кервель, соль по вкусу.*

Положить в кастрюлю горошек (оставить только 4 ст. ложки), мелко нарезанный салат, тонко нарезанный лук-порей. Добавить сахар, соль, перец и кервель. Залить куриным бульоном и поставить на огонь. После того как



суп закипит, убавить огонь и дать супу прокипеть 30 мин на слабом огне. Слить бульон, протереть горошек через сито и смешать его с бульоном, добавив масло. Прокипятить суп на слабом огне еще 10 мин, посолить и подать на стол, предварительно положив в него оставшийся зеленый горошек.

### ЩИ ПО-ФРАНЦУЗСКИ «ПО-ТО-ФЕ»

*600 г говядины, 400 г грудинки, 2 моркови, 2 луковицы, 1 репа, стебель лука-порея, 1 корень сельдерея, 500 г капусты, 200 г вермишели, 1 гвоздик гвоздики, соль по вкусу.*

Положить в кастрюлю мясо, залить его холодной водой, довести до кипения. Снять пену и оставить кипеть. Морковь, репу, лук-порей, капусту нашинковать и положить к мясу, 1 луковицу с гвоздикой внутри положить в марлю и опустить в суп, вынуть ее, когда щи будут готовы. Вторую луковицу разрезать на 2 части, слегка поджарить и опустить в бульон, чтобы придать ему цвет. Сварить щи до готовности (хорошо сваренное мясо легко протыкается ножом или вилкой). В конце варки добавить вермишель.

## БЛЮДА ИЗ МЯСА

### ЗАПЕКАНКА ИЗ ГОВЯЖЬЕЙ ГРУДИНКИ С КАРТОФЕЛЕМ

*500 г свиной лопатки, 500 г говяжьей грудинки, 8 картофеля-лин, 2 моркови, 2 луковицы, 2 стакана белого сухого вина, 2 ст. ложки растительного масла, 1,5 стакана муки, 2 зубчика чеснока, 2 ч. ложки тимьяна, лавровый лист, 10 горошин черного перца, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Лук, чеснок и морковь очистить и нарезать кубиками. Мясо вымыть, обсушить и нарезать кусками. Перемешать все с пряностями и вином, накрыть и поставить мариноваться на ночь в холодильник. Картофель очистить и нарезать ломтиками. Мясную смесь посолить и выложить вместе с картофелем слоями в керамическую форму, смазанную маслом. Влить маринад. Замесить тесто из муки с 1 стаканом холодной воды. Сделать валик, выложить его вокруг краев формы. Плотно накрыть ее крышкой. Запекать в духовке при 200 °С в течение 2,5 ч. Перед подачей сломать тесто и снять крышку.

### КОТЛЕТЫ ИЗ БАРАНИНЫ

*500 г филе баранины, 150 г ветчины, 1 луковица, 1 лимон, 1–2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 2 ст. ложки растительного масла, 100 г тертого миндаля, 1 стакан белого вина, 1 стакан воды, 5–6 зубчиков чеснока, черный молотый перец, соль по вкусу.*



Филе баранины разрезать на куски, отбить. В сковороде разогреть сливочное масло, обжарить в нем котлеты, посолить, поперчить. Очищенный чеснок сварить в подсоленной воде в течение 5 мин. Маленькие ломтики ветчины обжарить на слабом огне с мелко нарезанным луком в разогретом растительном масле. Когда лук станет прозрачным, посыпать его мукой, помешать, прожарить в течение 1–2 мин на слабом огне, влить вино и воду. Отваренный чеснок размять вилкой, с лимона срезать цедру и нарезать ее тонкими ломтиками. Чеснок и цедру лимона положить в соус, посолить, поперчить, проварить в течение 15 мин, после чего добавить тертый миндаль и поварить все еще 5 мин. Котлеты выложить в подогретое блюдо, полить соусом.

### ЖАРКОЕ ИЗ ПЕЧЕНИ

*800 г говяжьей или свиной печени, 2 моркови, 1 луковица, 1 корень сельдерея, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки густой сметаны, 2 стакана сухого белого вина, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Очищенные овощи нарезать ломтиками и обжарить на сливочном масле на слабом огне. Печень, очищенную от пленок, плотно свернуть, перевязать нитками и обжарить на сильном огне, чтобы она подрумянилась. После этого посолить, поперчить, на дно сковороды положить слой овощей, на них печень, а сверху кусочки сливочного масла. Поставить в духовку и запечь в течение 10 мин. Полить печень вином и подержать в духовке еще 15–20 мин. Сняв нитки, выложить печень на подогретое блюдо. Сметану влить в сковороду, перемешать, прокипятить на сильном огне до выпаривания соуса наполовину. Печень нарезать ломтиками, полить соусом и подать с зеленью петрушки.

### КОТЛЕТЫ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ

*500 г телятины, 200 г ветчины, 2–3 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, 100 г сливок, 1 ст. ложка лимонного сока, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Телятину разрезать на куски, отбить до возможно меньшей толщины, посолить, поперчить, полить лимонным соком. Яйца сварить вкрутую. На каждую котлету положить ломтик ветчины и половинку яйца. Свернуть котлеты рулетами и связать нитками. Обжарить на масле в глубокой сковороде в течение 10 мин. Добавить сливки, закрыть крышкой, довести до кипения и подержать на огне еще 5–7 мин.

### КРОЛИК С ОЛИВКАМИ И ЧЕСНОКОМ

*1 кролик, 10 шт. маслин без косточек, 3 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки красного винного уксуса, 5 крупных зубчиков чеснока, 1 веточка чабреца, 1 пучок петрушки, лавровый лист, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Промыть и разделить кролика на 6 частей: 2 бедра, 2 лапки с мясом, спинку — пополам. В широком сотейнике разогреть масло. Уложить подготовленные куски и обжарить их с обеих сторон, добавить крупно нарезанное сердце. В конце жарки присыпать мясо чабрецом, потерев веточку между ладонями, добавить лавровый лист, посолить, поперчить и убавить огонь. В отдельной кастрюле подогреть на слабом огне уксус и залить им куски кролика. Накрыть сотейник крышкой и оставить на медленном огне на 30 мин. Посыпать кролика нарубленным чесноком, петрушкой, перцем и оливками без косточек, хорошо перемешать, варить без крышки 10 мин на слабом огне. Выложить куски на подогретое глубокое блюдо, полить процеженным соусом и украсить оливками.



## КРОЛИК ТУШЕНЫЙ В БЕЛОМ ВИНЕ

*1 кролик, 2 луковицы, 2 моркови, 1 лук-порей (белая часть), 3—4 помидора, 5 ст. ложек оливкового масла, 1 бутылка белого сухого вина, 1 зубчик чеснока, тимьян, 2 ст. ложки прованской травы, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Потушить специи в 1 ст. ложке масла и развести вином. Морковь и лук очистить, нарезать кубиками. Лук-порей разрезать на 4 части вдоль, затем поперек. Тимьян вместе с овощами добавить к вину. Положить кролика в маринад и оставить на ночь. Вынуть мясо из маринада, обсушить, посолить, поперчить и обжарить со всех сторон в масле. Чеснок очистить, разрезать дольки поперек пополам и добавить к мясу. Помидоры очистить, крупно нарезать и добавить в сковороду. Долить маринад, посолить и поперчить, накрыть крышкой и потушить в течение 1 ч.

## ОТБИВНАЯ СВИНАЯ ПО-ЭЛЬЗАСКИ

*4 свиные отбивные, 1 стакан риса, 200 г зеленого и черного винограда, 1 луковица, 1/2 стакана белого вина, 2/3 стакана бульона, 2 стакана воды, 1 ст. ложка топленого масла, 2 ч. ложки (без горки) крахмала, 1 зубчик чеснока, зелень петрушки, карри, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Рис отварить в кипящей подсоленной воде. Виноград разрезать на половинки, удалить косточки. Лук и чеснок нарезать. Отбивные обжарить в масле, посолить, поперчить. Добавить в сковороду с отбивными чеснок, лук и карри, немного обжарить, развести бульоном и 3 ст. ложками вина, добавить виноград. Прокипятить в течение 5 мин. Мясо вынуть из соуса и поставить в теплое место. Размешать крахмал в 2 ст. ложках вина, добавить в соус и

быстро довести до кипения. Отбивные, рис и виноградный соус разложить по тарелкам.

## ПОЧКИ С ЧЕРНОСЛИВОМ

*600—700 г говяжьих почек, 2—3 моркови, 2 луковицы, 300 г чернослива, 2 ст. ложки топленого масла, 2 ст. ложки муки, 1/2 стакана белого вина, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Почки разрезать пополам, залить холодной водой и вымочить в течение 3—4 ч. Воду слить, снова залить почки холодной водой, довести до кипения и слить воду. Эту процедуру повторить еще 2 раза. Затем почки нарезать на кусочки, обвалять в муке, обжарить на масле. Чернослив замочить и удалить косточки. Морковь и лук нарезать соломкой. В сковороду с почками влить вино, стакан воды, добавить морковь, лук, зелень петрушки, посолить, поперчить, потушить на слабом огне в течение 1 ч, добавить чернослив и потушить до готовности.

## РАГУ ИЗ БАРАНИНЫ С БАКЛАЖАНАМИ

*1 кг баранины, 3 баклажана, 1 помидор, 100 мл растительного масла, 2 ст. ложки белого сухого вина, 2 зубчика чеснока, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Баранину нарезать на куски. Подогреть в сотейнике 2 ст. ложки масла и хорошо обжарить мясо на сильном огне. Посолить, поперчить, положить 1 зубчик чеснока, очищенный от кожицы и раздавленный вилкой помидор. Накрыть крышкой. Потушить на слабом огне в течение 1 ч. Баклажаны нарезать кубиками. Посолить, поперчить и обжарить на масле на среднем огне в течение 15 мин, не закрывая крышкой и время от времени помешивая.



Добавить зубчик очищенного и раздавленного чеснока и нарезанную зелень петрушки. Перемешать, снять с огня. Положить баклажаны к мясу, влить вино и все потушить. Готовое мясо и овощи положить в подогретое блюдо и полить соусом, в котором тушилось мясо.

### СВИНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАПУСТОЙ

*500 г свиной грудинки, 1 кочан капусты средней величины, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки растительного масла, 1/2 стакана белого сухого вина, 3–4 ст. ложки сметаны, 50 г сыра, 4 листочка свежего шалфея, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Очищенный кочан положить в кастрюлю с соленой кипящей водой и варить 25 мин. Вынуть, дать стечь воде и крупно нарезать. Отварную капусту обжарить на растительном масле в течение нескольких минут, посолить, поперчить, залить сметаной, накрыть крышкой и потушить на слабом огне 25–30 мин. Грудинку нарезать на куски, обжарить на растительном масле с обеих сторон до образования поджаристой корочки. Листья шалфея положить в белое вино, налитое в сковороду, прокипятить в течение 4–5 мин и залить этим вином капусту, перемешать. Половину капусты переложить в сковороду, на нее положить свинину, а сверху — оставшуюся капусту. Все посыпать натертым сыром, положить кусочки сливочного масла и запечь в духовке в течение 10 мин на слабом огне.

### СВИНИНА, ТУШЕННАЯ С АЛЫЧЕЙ

*1 кг свинины, 24 шт. алычи, 2 ст. ложки сливочного масла, 2–3 ст. ложки воды, 10 луковиц, 1/2 стакана белого вина, 1/2 стакана сливок, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Алычу вымыть, вынуть косточки. Свинину нарезать на куски, посолить, поперчить и обжарить. В сковороде, где жарилась свинина, положить алычу, добавить воды и все потушить. Свинину разложить на блюдо, украсить алычой, полить соусом.

**Приготовление соуса.** Очищенный и нарезанный лук потушить в закрытой кастрюльке с 1 ст. ложкой масла на слабом огне, подливая понемногу вино, посолить, поперчить. Тушеный в вине лук протереть через сито в кастрюлю и поддержать на среднем огне, помешивая деревянной ложкой. Добавить сливки, прокипятить, помешивая, снять с огня.

### ФРИКАСЕ ИЗ КРОЛИКА

*1 кролик, 3 лука-шалот, 1 луковица, 2 моркови, 2 лимона, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка меда, 2 стакана сухого белого вина, 2 листика шалфея, 4 веточки свежего тимьяна, 2 свежих лавровых листа, 1 зубчик чеснока, свежемолотый белый перец, соль по вкусу.*

Кролика разрезать на куски и обжарить в масле до румяной корочки. Лук-шалот, луковицу, морковь и чеснок очистить, нарезать, добавить к кролику, слегка обжарить. Добавить траву, мед, посолить, поперчить. Добавить нарезанные на четвертинки лимоны и влить белое вино. Закрыть крышкой и потушить в духовке при 190 °С в течение 1 ч.



## БЛЮДА ИЗ ПТИЦЫ

### ИНДЕЙКА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ

*1 кг филе индейки, 250 г чернослива, 2 ломтика копченой грудинки, 4–5 шт. моркови, 2–3 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка растительного масла, 1 стакан белого вина, 1/2 стакана воды, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Чернослив вымыть, вынуть косточки и залить вином. Морковь и лук крупно нарезать. Грудинку нарезать на мелкие кусочки. Мясо индейки свернуть, придав ему правильную удлиненную форму. В сковороде с толстым дном разогреть растительное масло, обжарить на нем индейку со всех сторон до румяной корочки. Затем вынуть индейку, положить сливочное масло и в течение нескольких минут обжарить на среднем огне грудинку, после чего туда же снова положить индейку. Вокруг разложить лук и морковь, посолить, поперчить, сверху на индейку положить кусочки оставшегося сливочного масла. Закрывать сковороду крышкой и поставить на огонь, через 10 мин добавить зелень петрушки и чернослив. Все полить вином, в котором мариновался чернослив, и при необходимости добавить воды. Закрывать сковороду крышкой и поставить на средний огонь на 40 мин. Перед подачей индейку нарезать ломтиками, выложить на подогретое блюдо и украсить морковью, черносливом, луковичками, жареной грудинкой и зеленью петрушки.

### ГРУДКА УТИНАЯ С МОРКОВЬЮ

*2 утиные грудки, 2 моркови с зеленью, 3 стакана куриного бульона, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка крахмала, сок 3 апельсинов, 4 ст. ложки апельсинового повидла, 2–3 капли соуса «Табаско», паприка, сахар, молотый перец чили, соль по вкусу.*

Грудки разрезать на 2 части, надрезать кожу в виде ромбиков и натереть паприкой и острым перцем. Обжарить мясо в растительном масле с каждой стороны по 2–3 мин на сильном огне, положить на противень и потушить 10 мин в духовке при 200 °С. Морковь очистить и, оставив часть зелени, потушить 5 мин на сливочном масле. Посыпать сахаром и солью и потушить еще 2 мин. Развести крахмал в 2 ст. ложках воды. Смешать бульон, сок и повидло и, доведя смесь до кипения, связать ее крахмалом. Приправить солью, соусом «Табаско». Подать грудку с морковью и соусом.

### КУРИЦА В СОУСЕ

*1 курица, 2 ст. ложки мягкого сливочного масла, 2 ст. ложки топленого масла, 3 ст. ложки дижонской горчицы, 2 ч. ложки муки, 1 стакан белого вина, 200 г сливок, 100 г тертого сыра (Грюйер, Конте или другой твердый выдержанный сыр), 1 ч. ложка сладкой паприки, белый молотый перец, соль по вкусу.*

Курицу разрезать на 4 части. Смешать 1 ст. ложку сливочного масла, 1 ст. ложку горчицы, паприку, соль. Смазать этой массой куски курицы и поставить на 1 ч в холодильник. На топленом масле со всех сторон поджарить курицу до золотисто-желтого цвета. Жидкость от жарения разбавить вином. Около 30 мин тушить курицу на медленном огне при закрытой крышке. Вынуть курицу



и поддерживать в теплом состоянии. Соус вылить в маленькую сковороду, добавить в него сливки и медленно разогреть, помешивая. Из муки, горчицы и остального масла скатать шар, добавить в соус и растворить в нем. Снять соус с огня и добавить половину сыра. Теплые кусочки курицы выложить в смазанную маслом форму и залить соусом. Посыпать оставшимся сыром и запечь в течение 8–10 мин в разогретой до 220 °С духовке.

### КУРИЦА С ОВОЩАМИ

*1 курица, 2 мозговые говяжьи кости, 600 г свиного фарша, 250 г варено-копченого шпика или свинины, 1 большой кочан свежей савойской капусты, 2 кольраби, 1 корень сельдерея, 1 стебель порея, 2 луковицы, 6 шт. моркови, 2–3 ст. ложки топленого масла, 2 л мясного бульона, 1 черствая булочка, 1 яйцо, 2 зубчика чеснока, тимьян, майоран, 6 горошин черного перца, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Мозговые кости опустить в кипящую подсоленную воду. Листики савойской капусты отделить от стебля, опустить к костям и проварить около 10 мин. Вынуть кости и сразу обдать их холодной водой. Мелко нарезанную булочку опустить в горячую воду. Мясной фарш обжарить до готовности. Хлеб хорошо отжать, смешать с мозгом из костей, яйцом, тимьяном и майораном, посолить, поперчить, добавить в фарш. Нарезать 1 луковицу, 1 зубчик чеснока раздавить, поджарить в масле, добавить петрушку, все пожарить 1–2 мин. Добавить в мясную массу. Отваренные капустные листья разложить на столе, чтобы они перекрывались. Мясную массу скатать в виде рулета и положить на листья. Аккуратно завернуть и придать форму длинного батона. Перевязать пищевыми нитками. Разогреть бульон, опустить в него шпик или свинину, накрыть и варить 20 мин. Снять пену, опустить в бульон

очищенную морковь, кольраби, сельдерея, порей, оставшийся лук, оставшийся чеснок, горошины перца, оставшиеся капустные листья и курицу. Накрыть и потушить в течение 45 мин на медленном огне. Курицу нарезать ломтиками, в качестве гарнира положить овощи со шпиком или мясом.

### КУРИЦА-ФАРСИ

*1 курица (1 кг), 150 г сосисок (или сосисочного фарша), 50 г шпика, 5 картофелин, 1 большая луковица, 20 мелких луковиц, 100 г сливочного масла, 2 куска белого хлеба, 1/2 стакана коньяка, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Вынуть из курицы ливер (печень, сердце, легкие, желудок), промыть его, измельчить вместе с петрушкой. Большую луковицу мелко нарезать, подрумянить на 2 ст. ложках масла, добавить сосиски, крошить мякоть хлеба, смесь из ливера, добавить коньяк, посолить, поперчить. Потушить 10 мин. Поместить фарш внутрь курицы, зашить или заколоть зубочистками. Курицу обжарить на оставшемся масле с кусочками шпика и маленькими луковицами. Положить нарезанный картофель, посолить, поперчить, положить в сковородку, закрыть и потушить содержимое 8 мин.

### КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ ПО-ПАРИЖСКИ

*1 курица (800–900 г), 2 тонких ломтика свиной грудинки, 300 г куриной печени, 4 луковицы, 150 г любых свежих грибов, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 ст. ложка сока лимона, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*



Курицу натереть солью и перцем. Грудинку слегка обжарить на сковороде, добавить печень, лук, грибы и обжарить все еще 15 мин. Пропустить все через мясорубку, смешать с зеленью петрушки, сухарями, посолить, поперчить. Заполнить этой смесью внутренность курицы и зашить ее. Растопить половину масла в глубокой сковороде, положить туда курицу и поставить в духовку. Держать там до тех пор, пока мясо не станет мягким и кожа не примет коричневый цвет. Курицу подать на стол, побрызгав лимонным соком.

### КУРИЦА ПО-БАСКСКИ

*1 курица (1 кг), 100 г сливочного масла, 5 помидоров, 2–3 луковицы, 4 сладких перца, 1 стакан риса, 2 зубчика чеснока, зелень петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Помидоры обдать кипящей водой, сразу же снять кожицу и нарезать. Перец помыть, очистить от зерен, крупно нарезать. Лук нарезать полукольцами. Растопить в сковороде 2 ст. ложки масла и слегка обжарить на нем лук. Смешать с помидорами, перцем, нарезанным чесноком, посолить. Закрыть крышкой и потушить овощи 15 мин. Разрезать курицу на 6 частей. Подрумянить на 1 ст. ложке сливочного масла, посолить, поперчить, потушить в сковороде 15 мин. Выложить ее, полить соусом и сохранить в горячем виде. В сковородку в оставшийся соус положить хорошо вымытый рис, добавить оставшееся масло и несколько минут на слабом огне обжарить в открытой кастрюле. Влить воду (в 1,5 раза больше по объему, чем риса). Посолить, поперчить. Закрыть кастрюлю и варить рис 10 мин. Овощи положить на дно блюда, сверху поместить кусочки курицы, посыпав рубленой зеленью петрушки. Подать с рисом.

### УТКА С ОЛИВКАМИ

*1 небольшая утка (1,5 кг), 200 г оливок (можно использовать 1 банку консервированных оливок), 2–3 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка муки, свежемолотый белый перец, соль по вкусу.*

Поместить оливки в холодную несоленую воду, вскипятить и откинуть на дуршлаг. Часть масла растопить в сковороде и подрумянить на нем утку. Посолить, поперчить, закрыть кастрюлю и потушить утку 10 мин. Смешать муку и оставшееся масло. В кастрюлю положить смесь и оливки, закрыть ее и тушить утку еще 5–8 мин.

### ПЕЧЕНЬ УТИНАЯ СО СВЕЖИМИ ЯГОДАМИ

*500 г утиной печени, по 50 г свежих ягод (черники, малины, ежевики, красной смородины, черного и белого винограда без косточек), 4 красных помидора черри, 1/2 стакана коньяка, 2 ст. ложки меда, 1 пучок зеленого базилика, свежемолотый белый перец, соль по вкусу.*

Печень нарезать на небольшие стейки толщиной примерно 1 см. Обжарить на сильном огне в сковороде с тефлоновым покрытием по 1 мин с каждой стороны. Посолить, поперчить. Добавить в сковороду свежие ягоды, виноград, влить коньяк, фламбировать. Добавить мед, аккуратно перемешать и снять с огня. Выложить стейки из печени на тарелки, полить получившимся ягодным соусом. Украсить базиликом и помидорами черри.

### РАГУ ИЗ ГУСЯ

*1 кг гуся, 1 морковь, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1 стакан красного или белого сухого вина, 1 ст. ложка коньяка, 1 пучок зелени, рубленая петрушка, черный молотый перец, соль по вкусу.*



Гуся разделить на 4 части, обжарить на масле со всех сторон, добавить разрезанную луковницу. Когда все подрумянится, посыпать мукой. Посолить, поперчить, сбрызнуть коньяком и поджечь гуся. Добавить вино, морковь и пучок зелени. Закрывать кастрюлю и потушить все 20 мин. Разрезанный пополам картофель посолить, поместить над мясом на решетку через 20 мин после начала тушения гуся и, закрыв кастрюлю, потушить рагу еще 10 мин. Подать, посыпав рубленой петрушкой.

### РАГУ ИЗ ИНДЕЙКИ

*1 кг индейки, 1 луковница, 3 моркови, 2 репы, 5 картофеля, 200 г сливочного масла, 1/2 стакана коньячного ликера, 2 стакана воды 1 зубчик чеснока, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Очистить морковь, репу, лук, нарезать их кружочками. Разделанную на кусочки индейку хорошо обжарить на масле со всех сторон и выложить из кастрюли. Положить на ее место овощи. Когда они хорошо обжарятся, положить индейку, влить ликер и поджечь. Влить воду, положить чеснок, зелень, поперчить, посолить. Закрывать кастрюлю и варить содержимое 10 мин. Положить очищенный и нарезанный картофель и поварить все еще 10—15 мин. Выложить рагу на блюдо, посыпать нарезанной петрушкой.

### УТКА ПО-ЛИОНСКИ

*1 небольшая утка (1,5 кг), 2 луковицы, 500 г каштанов, 1 пачка сливочного масла, 1/2 стакана красного вина, салат, сельдерей, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Подготовленную утку посолить внутри и снаружи, положить в кастрюлю с маслом и потушить. Подрумянить со

всех сторон в духовке, прибавить мелко нарезанную морковь, лук и сельдерей, подрумянить их с мясом, залить красным вином и потушить. Готовую утку положить на блюдо, в качестве гарнира подать заправленный маслом лук и очищенные каштаны, полить процеженным соком, в котором тушилась утка. Подать с салатом.

### УТКА ТУШЕНАЯ

*1 небольшая утка (1,5 кг), 100 г копченой грудинки, 2 луковицы, 2 моркови, 1 репа, 1/2 стакана зеленого горошка, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана белого вина, 1/2 стакана воды, свежемолотый черный перец, соль по вкусу.*

Подрумянить утку на масле на сковороде, положить в сковородку. Обжарить нарезанную на кусочки грудинку, лук и морковь. Добавить к утке, посолить, поперчить. Влить вино и вскипятить, не закрывая кастрюли. Добавить воду. Закрывать кастрюлю и тушить утку 20 мин. За 10 мин до окончания тушения добавить зеленый горошек, морковь и репу. Подать с отварным рисом или тушеной капустой.

### ФИЛЕ УТКИ С МЕДОМ

*2 утиные грудки.*

*Для маринада: 2 ст. ложки меда, соль, перец по вкусу.*

*Для гарнира: 2 ветки сельдерея, 2 моркови, 1,5 л бульона, 400 г спагетти.*

*Для соуса: 1,5 л воды, 500 г утиных костей, 1 луковница, 1 морковь, чеснок, 1 лук-порей, перец, соль по вкусу.*

Кожу на филе, не отделяя от мяса, надрезать крест-накрест (квадратиками). На маленький лоток вылить мед, присыпать перцем и положить филе кожей вниз. Мариновать утку в холодильнике 2 ч.



Филе обжарить 3 мин на слабом огне на сковороде без масла кожей вниз, чтобы мед приобрел цвет карамели. Перевернуть, обжарить еще 1–2 мин, поставить в духовку, запечь в течение 7–8 мин до образования корочки.

**Для гарнира:** морковь обернуть сельдереем, закрепить нитками и варить в бульоне чуть больше 1 ч. Остудить, нарезать на порционные куски. Спагетти отварить до готовности, не промывать.

**Приготовление соуса.** Утиные кости обжарить в сильно разогретой духовке. Лук-порей, морковь, чеснок, репчатый лук положить в кастрюлю, залить водой, положить обжаренные кости, посолить, поперчить и сварить в течение 2 ч, процедить. Подогреть мед до цвета карамели, добавить винный уксус и соединить с бульоном.

Перед подачей на тарелку уложить филе утки, спагетти и морковь с сельдереем, сверху полить соусом.

## БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

### КАМБАЛА С СОУСОМ «БЕШАМЕЛЬ»

600 г филе камбалы или палтуса, 1 стакан белого винограда без косточек, 1 луковица, 1 яичный желток, 4 ст. ложки сливочного масла,  $\frac{1}{4}$  стакана сухого белого вина,  $\frac{1}{4}$  стакана воды,  $\frac{1}{2}$  стакана соуса «Бешамель», 2 ст. ложки взбитых 20 % сливок, черный молотый перец, соль по вкусу.

**Для соуса «Бешамель»:** 1 стакан молока,  $\frac{1}{2}$  луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, лавровый лист. (Способ приготовления см. в разделе «Соусы».)

Виноград положить в кастрюлю, налить воды, чтобы вода закрывала весь виноград, довести до кипения, варить 3 мин. Воду слить. Растопить 2 ст. ложки масла на сковороде, положить нарезанный лук, сверху — рыбу, посолить, поперчить, влить воду и вино. Покрыть промасленным пергаментом, довести до кипения. Убавить огонь и держать до тех пор, пока рыба не станет мягкой. Готовую рыбу вынуть на блюдо и обложить виноградом. Яичный желток смешать с соусом «Бешамель», вылить на сковороду, положить остальное масло, поставить на слабый огонь, непрерывно размешивать до тех пор, пока соус не образует с остальной жидкостью эмульсию. Посолить по вкусу и влить взбитые сливки. Полить соусом рыбу и виноград и поставить в духовку,



включить режим «Гриль». Когда рыба зарумянится, блюдо готово.

## КАРП СО ЩАВЕЛЕМ

*4 тушки карпа, 2 луковицы, 2 стакана воды, 4 яйца, 2 пучка щавеля, 2 ст. ложки мягкого сливочного масла, лавровый лист, зелень укропа или чабер, 4–5 горошин черного перца, соль по вкусу.*

Тушки карпа очистить, выпотрошить, натереть солью, положить целиком на сковороду, влить 1,5 стакана воды, добавить нарезанный полукольцами лук, перец, чабер или укроп, лавровый лист, посолить, закрыть крышкой и поставить в хорошо нагретую духовку на 30–40 мин (рыбу 2–3 раза за это время перевернуть). Мелко нарезанный щавель залить минимальным количеством воды, потушить 20 мин на слабом огне, откинуть на сито, смешать с маслом до пюреобразного состояния. Готовую рыбу выложить на середину блюда, с одной стороны положить щавель, с другой — половинки сваренных вкрутую яиц.

## ЛОСОСЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ

*500 г филе лосося, 2 маленькие красные луковицы, цедра и сок 1 лайма, 2–3 ст. ложки оливкового масла, 1 стакан сливок, 5–6 ст. ложек тертого сыра (Грюйер, Пармезан или др. твердый выдержанный сыр), 1 зубчик чеснока, листья эстрагона, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Филе лосося нарезать на кусочки, сбрызнуть соком лайма, сложить в неметаллическую посуду, добавить цедру лайма, оставить мариноваться на 20 мин. Нарезанный полукольцами лук и чеснок поджарить, выложить на дно

формы для запекания. Рыбу вынуть из маринада, выложить на лук, посолить, поперчить, добавить мелко нарезанный эстрагон, сливки, сверху посыпать сыром. Запечь в духовке в течение 5 мин при температуре 200 °С. Затем поддержать под верхним грилем, пока сыр не станет золотисто-коричневым.

## РЫБА РЕЧНАЯ ПО-МАТРОССКИ

*1 карп или сазан (600–800 г), 1 угорь (300–400 г), 1 линь (300–500 г), 20–25 мелких головок лука-саженца, 1 яйцо, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана пшеничной муки, 1/2 стакана воды или рыбного бульона, 2 стакана сухого красного вина, 2–3 ст. ложки коньяка, 4 пшеничных лепешки, 7 веточек чабра, лавровый лист, 1 веточка петрушки, 1 зубчик чеснока, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Линя, карпа (или сазана) очистить от чешуи, выпотрошить, удалить головы и плавники и нарезать рыбу на куски толщиной 2–3 см. Угря выпотрошить, удалить голову, снять кожу и нарезать на куски толщиной 2–3 см. Всю рыбу обвалять в муке. Лук обжарить в большой сковороде на масле, добавить 1 ст. ложку муки, обжаривать еще 1–2 мин на среднем огне. Влить немного воды, размешать, чтобы не было комочков, влить вино, положить связанные букетиком лавровый лист, петрушку и чеснок. Сделать сильный огонь, как только лук будет наполовину готов, положить рыбу, через 5 мин влить коньяк и зажечь. Держать рыбу на огне еще 20–25 мин. Подать на пшеничных лепешках, положив сверху по четвертинке яйца. Подливка по консистенции должна напоминать сливки.



## РЫБА С ГРИБАМИ

600 г рыбного филе (трески, камбалы или морского окуня), 2 помидора, 3 луковицы, 250 г свежих шампиньонов, 3–4 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки муки, 1 стакан панировочных сухарей, 1 стакан сухого вермута, 1 стакан сметаны, 2 яйца, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец, соль по вкусу.

Лук и грибы мелко нарезать. Смешать соль и перец и натереть рыбное филе. Растопить в сковороде масло и обжарить на нем в течение 5 мин лук и грибы. Положить помидоры, нарезанную зелень петрушки, посолить, поперчить и варить на слабом огне 10 мин. Рыбу разрезать на куски и намазать их полученной грибной смесью, скатать в трубочки. Закрепить, обвязав трубочки ниткой. Размешать яйца и окунуть в них трубочки, затем трубочки обвалять в панировочных сухарях. Растопить в сковороде остальное масло и обжарить в нем трубочки со всех сторон до готовности. Выложить рыбу на подогретое блюдо. В оставшееся на сковороде масло высыпать муку. Обжарить. Добавить вермут и мешать, пока не закипит. Варить на среднем огне 5 мин. Влить сметану. Подогреть, не доводя до кипения. Трубочки залить соусом.

## СОМ ПОД БЕЛЫМ СОУСОМ «ШОФРУА»

1,5 кг сома, 4–6 картофелин, 1 лимон, 1 луковица, 1 морковь, 3 яйца, 1,5 стакана рыбного бульона, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки муки,  $\frac{1}{2}$  стакана сухого белого вина,  $\frac{1}{2}$  стакана сливок, 600 г рыбного желе, 3 листа (или 2 ч. ложки без горки) желатина, трюфели, каперсы, зеленый салат, лавровый лист, черный перец горошком, черный молотый перец, соль по вкусу.

Вынуть филе из средней части сома (покрупнее), сварить с морковью, луком, лавровым листом, перцем горошком,

охлаждать в бульоне. Полить рыбу соусом «Шофруа» (см. раздел «Соусы») и подождать, пока он загустеет. После этого украсить трюфелями, каперсами. Сделать картофельное пюре, выложить его на тарелку, сверху выложить рыбу, вокруг гарнировать рыбным желе и зеленым салатом, кружочками сваренных вкрутую яиц.

## ЩУКА В БЕЛОМ ВИНЕ

1 молодая щука (1,2 кг), 4 луковицы шалота, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки масляной стружки, 1 стакан белого вина (Anjou или Muscadet), 1 стакан сливок,  $\frac{1}{2}$  ч. ложка английского горчичного порошка, черный молотый перец, соль по вкусу.

Разделанную щуку нарезать ломтиками толщиной 3 см. Быстро обжарить в масле с обеих сторон. Добавить мелко нарезанный шалот и жарить 1–2 мин, влить вино. Куски рыбы посолить, поперчить, дать постоять 5 мин под полузакрытой крышкой. Вынуть рыбу из сковороды и поддерживать в теплом состоянии. Оставшуюся жидкость уварить до половины. Хорошо перемешать сливки и горчичный порошок и вылить в соус, варить, пока соус не станет густым. Добавить стружку масла. Приправить и вылить на кусочки щуки.

## ФОРЕЛЬ В БЕЛОМ ВИНЕ

4 форели, 1 бутылка белого вина, 1 луковица, 1 морковь, 3–4 ст. ложки сливочного масла, 4 куска черствого белого хлеба без корочки, 1 лимон, гвоздика, лавровый лист, молотый перец, соль по вкусу.

Очищенные и нарезанные лук и морковь слегка обжарить на половине нормы сливочного масла в глубокой сковороде, посолить, поперчить. Добавить гвоздику и



лавровый лист, влить вино. Оставить медленно кипеть на слабом огне 15 мин, опустить форель и варить 10 мин. Сваренную рыбу уложить на подогретое блюдо, сняв кожу с ее верхнего бока. Бульон от рыбы оставить на сильном огне для выпаривания. Оставшееся масло разогреть в кастрюле с толстым дном, когда масло запенится, положить раскрошенный мякиш хлеба и подрумянить. Соединить с выпарившимся бульоном, вылить на рыбу и подать, украсив ломтиками лимона.

## БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

### БРОККОЛИ И КАРТОФЕЛЬ С СЫРНЫМ СОУСОМ

*1 кг свежей или мороженой брокколи, 5–6 картофелин.  
Для соуса: 100 г сыра, 200 г сливок,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка тертого мускатного ореха, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Картофель отварить в подсоленной воде. Сыр нарезать кубиками. Капусту отварить в кипящей подсоленной воде в течение 3–5 мин. Картофель нарезать кружочками и выложить на блюдо вместе с брокколи. Приготовить сырный соус (см. раздел «Соусы»). Полить горячим соусом картофель и брокколи.

### ГРИБЫ В СМЕТАНЕ

*500 г любых свежих грибов, 4 ст. ложки сливочного масла,  $\frac{1}{2}$  стакана полусухого белого вина, 500 г сметаны, 200 г сыра, 1 пучок зелени петрушки, черный и красный молотый перец, соль по вкусу.*

Грибы мелко нарезать и обжарить на сковороде в разогретом масле в течение 5 мин. Добавить вино и поддерживать на огне еще 2–3 мин. Убавить огонь, положить соль, черный и красный перец, размешать и добавить сметану и тертый сыр. Держать на слабом огне, часто размешивая до тех пор, пока все не загустеет. При подаче посыпать зеленью петрушки.



## ЖАРКОЕ ИЗ ГРИБОВ

*300—400 г грибов, 1 луковица, 1 лимон, 2 ст. ложки сливочного или топленого масла, 2 ст. ложки муки, 1/2 стакана воды или грибного бульона, 6—8 гвоздиков гвоздики, 1 пучок зелени петрушки, сахар, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Грибы мелко нарезать, положить в сковороду с топленным маслом, добавить соль, перец, сахар, сок 1/2 лимона, потушить 5 мин. Всыпать муку, размешать и добавить воды или грибного бульона, зелень петрушки и луковицу, нашингованную гвоздикой. Потушить грибы до готовности на медленном огне. В конце тушения вынуть луковицу, грибы побрызгать лимонным соком.

## ЖУЛЬЕН ГРИБНОЙ

*400 г грибов (шампиньонов или вешенок), 1 большая луковица, 4 булочки, 6 ст. ложек сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 100 г сметаны, 100 г сливок, 100 г сыра, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Грибы промыть, нарезать соломкой, потушить 15—20 мин, добавив 2 ст. ложки масла. Лук мелко нарезать и обжарить на 2 ст. ложках масла до золотистого цвета, добавить муку, обжарить еще 1 мин. Положить сметану, сливки, грибы, потушить 5 мин. У булочек вырезать середину, смазать их небольшим количеством масла, вложить грибную смесь, сверху посыпать тертым сыром. Запечь в духовке при 180 °С до образования золотистой корочки.

## КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ С ЯБЛОКАМИ

*500 г брюссельской капусты, 5—6 яблок, 1 лимон, 3—4 ст. ложки топленого масла, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Капусту отварить в течение 30 мин в подсоленной воде. Яблоки нарезать на тонкие дольки, сбрызнуть соком лимона. Поместить капусту с яблоками в глубокую сковороду, посолить, поперчить и поджарить на сильном огне.

## КАПУСТА КИСЛАЯ ПО-ЭЛЬЗАССКИ

*1 кг кислой капусты, 4 отбивные котлеты из корейки, 200 г сала с прожилками, 2 луковицы, 2 ст. ложки гусиного жира, 2/3 стакана бульона, 2/3 стакана сухого белого вина, лавровый лист, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Лук нарезать большими кубиками, поджарить до золотистого цвета в горячем жире. Добавить капусту, немного потушить, добавить вино и бульон, лавровый лист, накрыть и потушить. Выложить сало на тушеную капусту. Потушить еще 45 мин. Добавить котлеты и потушить все 20 мин. Посолить и поперчить.

## КАРТОФЕЛЬ «ВУАЗЕН»

*7—8 картофелин, 2 ст. ложки сливочного масла, 100 г сыра, соль по вкусу.*

Глубокую сковороду смазать маслом. Ломтики сырого картофеля слоями уложить в сковороду. Каждый слой пересыпать тонким слоем тертого сыра. Картофель запечь в духовке до образования золотистой корочки.

## КАРТОФЕЛЬ «ДОФИН»

*7—8 картофелин, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки муки или панировочных сухарей, 3 яйца, 50 г очищенных грецких орехов, черный молотый перец, соль по вкусу.*



Картофель вымыть, сварить в кожуре, подсолив воду. Когда картофель остынет, снять кожуру, сделать пюре. Добавить 1 ст. ложку масла, растолченные орехи, 1 ст. ложку муки, соль, перец, все подогреть на медленном огне в кастрюле, добавить яйца. Остудить, сделать круглые приплюснутые крокеты (лепешки), обвалить их в оставшейся муке или панировочных сухарях и обжарить на масле.

### КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СЛИВКАХ

*6—7 картофелин, 2 ст. ложки сливочного масла, 100 г сливок, 1 пучок зелени петрушки, мускатный орех, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Картофель очистить и нарезать тоненькими кружочками. Большую сковороду смазать маслом и уложить в нее несколькими слоями картофель, посыпая каждый слой тертым мускатным орехом, солью, перцем. Залить все сливками, положить сверху кусочки масла и поставить в духовку до образования румяной корочки. При подаче посыпать зеленью петрушки.

### ПЮРЕ ИЗ КАШТАНОВ

*500 г каштанов, 1 луковица, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 стакана мясного бульона, 100 г 20 %-х сливок, свежемолотый душистый перец, соль по вкусу.*

Каштаны надрезать сверху крест-накрест, залить водой (чтобы прикрывала каштаны), варить 5 мин. Воду слить, каштаны очистить. Каштаны и лук залить бульоном и сварить на слабом огне в течение 15—20 мин до мягкости каштанов. Лук вынуть, бульон слить. Каштаны протереть через сито, добавить масло, сливки, посолить, поперчить, хорошо перемешать.

### РАГУ ИЗ ГРИБОВ С ЯЙЦАМИ

*300—400 г любых свежих грибов, 3—4 яйца, 1 стакан белого сухого вина, 1 ч. ложка тертого мускатного ореха, по 1 пучку зелени петрушки и сельдерея, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Грибы нарезать, залить небольшим количеством воды, поставить на огонь, довести до кипения и сварить до мягкости. Добавить вино. Посолить, поперчить и приправить мускатным орехом и проварить еще 2—3 мин. В это время положить на блюдо сваренные вкрутую и очищенные от скорлупы горячие яйца, крупно порубить их. Выложить на яйца грибы и сразу подать на стол. Сверху украсить зеленью петрушки и сельдерея.

### РАГУ ОВОЩНОЕ

*2 помидора, 2 цуккини, 1 баклажан, 2 красного и 2 желтого сладкого перца, 2 луковицы, 4 ст. ложки оливкового масла, 1—2 зубчика чеснока, 1 пучок тимьяна, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Помидоры и баклажаны нарезать кубиками, цуккини — ломтиками, сладкий перец — полосками. Лук нарезать кольцами и потушить в масле в сотейнике, добавить в сковороду мелко нарубленный или пропущенный через чеснокодавилку чеснок. Положить цуккини, баклажаны и сладкий перец. У тимьяна отделить листочки и вместе с лавровым листом добавить к овощам. Накрыть крышкой и все потушить 25—30 мин. Добавить помидоры и потушить еще 10—15 мин, посолить, поперчить. Подать рагу горячим к поджаренному мясу, сверху посыпать рубленой зеленью петрушки и укропа, или же в холодном виде как закуску.



## ПАТАТУЙ

*1 небольшой баклажан, 2 небольших цуккини, 2 луковицы, 4 больших мясистых помидора, 2 красных и 1 желтый сладких перца, 10 ст. ложек оливкового масла, 1 стакан овощного бульона, 3 зубчика чеснока, молотый кориандр, рубленый базилик, зелень петрушки, свежемолотый черный перец, соль по вкусу.*

Баклажан нарезать кружочками толщиной в 1 см, положить на тарелку, посыпать солью, придавить другой тарелкой и оставить на 30 мин, затем немного отжать. Нарезать цуккини кружочками, лук — кубиками, перцы — полосками. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нарезать мякоть кубиками. Разогреть масло в сковороде и каждый вид овощей (кроме томатов) отдельно обжарить в масле, не подрумянивая. Чеснок мелко порубить. Жареные овощи смешать с чесноком, кориандром, базиликом, посолить, поперчить, положить в кастрюлю с овощным бульоном и потушить под крышкой на слабом огне в течение 30 мин. После этого смешать томаты и петрушку с овощами и тушить еще 15 мин.

## РУЛЕТКИ ОВОЩНЫЕ

*2—3 баклажана, 2—3 цуккини, 2 красных сладких перца, 6 ст. ложек оливкового масла, 1 зубчик чеснока, молотый кориандр, зелень петрушки, свежемолотый черный перец, соль по вкусу.*

Баклажаны нарезать продольными тонкими полосками, положить на тарелку, посыпать солью, придавить другой тарелкой и оставить на 20 мин. Нарезать цуккини продольными полосками. Сладкий перец разрезать пополам, удалить семена, вымыть, обсушить и нарезать тонкими полосками. Чеснок мелко порубить,

перемешать его со специями и маслом. Посолить, поперчить. Ломтики баклажанов вымыть под струей холодной воды, обсушить салфеткой и намазать маринадом. Положить на каждый ломтик баклажана по 2 ломтика цуккини. Покрыть полосками сладкого перца и скатать рулетики. Скрепить зубочисткой и обжарить со всех сторон в горячем гриле в течение 10 мин до золотистого цвета.

## ФАСОЛЬ ЗЕЛЕНАЯ С ВЕТЧИНОЙ И ПОМИДОРАМИ

*500 г свежей (или замороженной) фасоли, 200 г ветчины, 3—4 помидора, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 зубчик чеснока, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Фасоль сварить в подсоленной воде до полуготовности. Воду слить. Масло растопить в сковороде и обжарить в нем нарезанную кубиками ветчину. Помидоры порезать дольками. Положить помидоры, толченый чеснок, отварную фасоль и перец в сковороду с ветчиной. Закрыть крышкой и потушить все на слабом огне 10 мин. Посолить и подать на стол в горячем виде.

## ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ ПОД ЛУКОВЫМ СОУСОМ

*500 г стручковой фасоли, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка виноградного уксуса, 2 ст. ложки панировочных сухарей, черный молотый перец, соль по вкусу.*

*Для соуса: 4 луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 2 ст. ложки растительного масла.*

Стручки фасоли нарезать, положить в кастрюлю, залить соусом, посолить и поперчить. Если необходимо, долить таким количеством воды, чтобы фасоль полностью была закрыта соусом. Потушить фасоль 30 мин и приправить уксусом. Готовую фасоль выложить в тарелку и посыпать



панировочными сухарями, обжаренными на масле до коричневого цвета.

**Приготовление соуса.** Лук нарезать кубиками и вместе с рубленой зеленью петрушки потушить на масле до готовности. Протереть массу через сито.

## СОУСЫ

### ВЕЛЮТЕ РЫБНЫЙ

*1 кг рыбных костей и голов, 1 луковица, 1 морковь, 1 стебель сельдерея, 1 корень петрушки, 1 лук-порей, 5 ст. ложек сливочного масла,  $\frac{1}{2}$  стакана муки, 2 стакана сухого белого вина, 1 л воды, зелень укропа, лавровый лист, черный перец горошком, соль по вкусу.*

Рыбные кости и головы, крупно нарезанные луковицу, морковь, стебель сельдерея, корень петрушки, лук-порей, лавровый лист, перец залить смесью вина и воды, довести до кипения на среднем огне. Пену, образующуюся на поверхности, не снимать. Посолить и проварить на маленьком огне еще ок. 30 мин. Готовый бульон процедить. Масло растопить в сотейнике, добавить муку, хорошо размешать и залить 2,5 л горячего рыбного бульона, проварить 15 мин, затем протереть через сито. Можно посыпать мелко нарубленной зеленью укропа.

### СОУС «БАРХАТИСТЫЙ»

(К КУРИЦЕ, РЫБЕ, ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ДРУГИХ СОУСОВ)

*2  $\frac{1}{2}$  стакана мясного или рыбного бульона, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки муки.*

Масло растопить, постепенно всыпать муку и обжарить до золотистого цвета, постоянно помешивая. Тонкой



струйкой влить бульон, продолжая помешивать. Убавить огонь и сварить в течение 15–20 мин.

### **СОУС «БЕШАМЕЛЬ»**

(К МЯСУ, РЫБЕ, МОЛОЧНЫМ И МУЧНЫМ БЛЮДАМ)

*3 стакана молока (или 1 1/2 стакана молока и 1 1/2 стакана бульона), 1 луковица, 3–4 ст. ложки сливочного масла, 3–4 ст. ложки муки, лавровый лист, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Мелко нарезанный лук, лавровый лист, положить в кастрюлю, влить молоко, дать отстояться 15–20 мин, процедить. Масло растопить, всыпать муку, обжарить ее до золотистого цвета. Влить в муку медленной струйкой молоко, довести до кипения, посолить, поперчить, подержать на слабом огне 10 мин, непрерывно помешивая.

### **СОУС ГРИБНОЙ**

(К КУРИЦЕ, РЫБЕ, К БЛЮДАМ ИЗ ЯИЦ)

*200 г шампиньонов, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 стакана соуса «Бешамель» (см. рецепт «Соус „Бешамель“»), соль по вкусу.*

Масло растопить, добавить мелко нарезанные грибы, посолить их, обжарить в течение 5–10 мин на сильном огне. Влить соус, довести до кипения.

### **СОУС ЛУКОВЫЙ С ЩАВЕЛЕМ И ЭСТРАГОНОМ**

(К КУРИЦЕ, РЫБЕ, К БЛЮДАМ ИЗ ЯИЦ)

*1 луковица, 1 стакан мелко нарубленного щавеля или шпината, 2 ст. ложки нарезанного свежего или 1/4 ч. ложки сушеного эстрагона, 2 стакана бархатистого соуса (см. рецепт «Соус „Бархатистый“»).*

Щавель или шпинат, мелко нарезанный лук, эстрагон залить небольшим количеством воды и проварить 5 мин. Воду слить, протереть через сито, смешать с соусом «Бархатистый» и проварить все 2–3 мин.

### **СОУС «СУПРЕМ»**

(К ТЕЛЯТИНЕ, КУРИЦЕ, К БЛЮДАМ ИЗ ЯИЦ)

*200 г шампиньонов, 2 стакана мясного бульона, 1 стакан соуса «Бархатистый» (см. рецепт «Соус „Бархатистый“»), 200 г 20 %-х сливок, соль по вкусу.*

Грибы мелко нарезать, залить мясным бульоном и отварить в течение 20 мин, пока жидкость не выварится наполовину. Влить при постоянном помешивании соус «Бархатистый» и варить все на слабом огне еще 10 мин. Тонкой струйкой влить сливки, посолить, проварить соус еще 5 мин, процедить.

### **СОУС СЫРНЫЙ**

(К ОВОЩНЫМ БЛЮДАМ, КУРИЦЕ)

*100 г сыра, 200 г сливок, 1/2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка тертого мускатного ореха, черный молотый перец, соль по вкусу.*

В горячие сливки добавить масло, тертый сыр, поставить смесь на слабый огонь и помешивать, пока сыр не расплавится, посолить, поперчить, добавить мускатный орех.

### **СОУС «ШОФРУА»**

(К РЫБЕ, К ОВОЩНЫМ БЛЮДАМ)

*1 1/2 стакана рыбного бульона, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки муки, 1/2 стакана сухого белого вина, 100 г сливок, сок 1 лимона, 1 желток, 3 листа (или 2 ч. ложки без горки) желатина.*



Муку спассеровать на масле, залить вином и рыбным бульоном, добавить сливки и лимонный сок и заправить взбитым желтком при постоянном помешивании, добавить приготовленный в соответствии с инструкцией на упаковке желатин и процедить соус через сито.

### СОУС ЯИЧНЫЙ

(К БЛЮДАМ ИЗ ЯИЦ, К ТЕЛЯТИНЕ, ВАРЕНОЙ КУРИЦЕ, РЫБЕ, ДИЧИ)

*2 яичных желтка, 100 г 20 %-х сливок, 2 стакана соуса «Супрем» (см. рецепт «Соус „Супрем“»).*

Желтки взбить со сливками, добавить соус «Супрем», варить при постоянном помешивании на слабом огне пока соус не загустеет (до кипения не доводить).

## ДЕСЕРТЫ

### БЛИНЫ ПО-НОРМАНДСКИ

*3 ст. ложки пшеничной муки, 100 г овсяных хлопьев, 6 яблок, 1 лимон, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка сахарной пудры, 3 ст. ложки сахара для глазури, 1,5 стакана молока, 200 г сливок, 4 г дрожжей, 4 ст. ложки кальвадоса, соль по вкусу.*

Почистить яблоки, удалить сердцевину. Два из них нарезать мелкими кубиками, обжарить на 1 ст. ложке масла. Остальные нарезать ломтиками и полить соком лимона. Овсяные хлопья смолоть в муку, смешать с мукой, дрожжами, желтками яиц и молоком. Добавить сахарную пудру, соль и кубики яблок. Белки взбить и ввести в тесто. Взбить сливки, добавив сахар для глазирования. Выпечь блины на среднем огне на масле. Дольки яблок поджарить до золотистого цвета в оставшемся масле, влить в сковороду кальвадос и все фламбировать. Вылить фламбе на блины, украсить их взбитыми сливками.

### ИНЖИР В ПРЯНОЙ КАРАМЕЛИ

*6 шт. инжира, 20 шт. белого винограда (предпочтительно мускатного), 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана смеси изюма, фундука и грецких орехов, 1/2 ч. ложки молотой корицы, совсем немного молотого шафрана, аниса, кардамона, имбиря.*



Инжир лучше всего взять не очень спелый, разрезать каждую штучку на 4 части, слегка обжарить в сковороде, вынуть, а в ту же сковороду добавить сахар, немного воды и карамелизовать сахар. Добавить специи и ореховую смесь, размешать. Инжир разделить на 4 порции, сверху полить пряной карамелью с орехами. Одновременно слегка разогреть на сковороде виноград, затем разложить его по 5 штук по кругу на каждую тарелку.

### БЛИНЧИКИ ПО-ПИКАРДИЙСКИ

*1,5 стакана муки, 4 ломтика жареного окорока, 1 маленький кусочек сала, 2 яйца, 300 г шампиньонов, 1/2 пачки сливочного масла, 1 ст. ложка растительного масла, 2 стакана пива, 3 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки тертого сыра.*

*Для соуса: 1,5 стакана молока, 1/2 луковицы, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Смешать 1 стакан муки, 2 щепотки соли и взбитые яйца. Развести пивом, добавить растительное масло, оставить смесь на 2 ч. Приготовить соус «Бешамель» (см. раздел «Соусы»). Очищенные и нарезанные шампиньоны обжарить в 2 ст. ложках масла на сильном огне в течение 3 мин. Нарезать окорок, добавить его в соус «Бешамель» вместе с шампиньонами и посыпать сыром. Испечь 20 тонких блинчиков, каждый раз смазывая сковороду салом. Положить на каждый блинчик немного соуса «Бешамель» и скрутить в трубочки. Разложить трубочки на смазанном маслом противне. Залить сметаной. Поставить в нагретую до 260 °С духовку на 10 мин. Подать горячими.

### КРЕМ ВАНИЛЬНО-КАРАМЕЛЬНЫЙ

*1 стакан сахарного песка, 2 стакана молока, 2–3 ст. ложки воды, 4 яйца, 2–3 палочки ванили, апельсиновая цедра.*

Для сахарной глазури расплавить 150 г сахара с водой. Полить глазурью 4 формочки и поставить их на холод. Нарезать палочки ванили, выскоблить мякоть и вскипятить и то и другое с молоком. Взбить яйца с оставшимся сахаром. Помешивая, влить тонкой струей молоко, добавить цедру. Разлить массу по формочкам, накрыть фольгой, поставить на горячую паровую баню и запечь в духовке в течение 35 мин. Охладить и поставить в холодильник на ночь. Ножом отделить массу от краев формочек и опрокинуть крем на тарелки.

### КРЕНДЕЛЬ С НАЧИНКОЙ

*Для теста: 3 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 ч. ложки тертой апельсиновой цедры, 2/3 стакана муки, 1 ст. ложка сахара, 1 стакан воды, сливочное масло для смазывания формы, соль по вкусу.*

*Для начинки: 300 г малины, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка сахарной пудры, 100 г сливок, 100 г сливочного плавленого сыра, 1 ст. ложка ликера Grand Marnier (апельсиновый ликер).*

**Приготовление теста.** Масло, апельсиновую цедру, сахар и соль вскипятить в воде, снять с огня, сразу высыпать туда всю просеянную муку. Перемешать деревянной лопаточкой, опять поставить на плиту и на медленном огне мешать, пока тесто не станет отставать от стенок и дна (примерно 3 мин). Снять с плиты и по очереди тщательно вбить в тесто 2 яйца.

Смазать маслом дно разъемной формы. Тесто выложить в кондитерский мешочек без насадки и выдавить в форму в виде круга так, чтобы получился валик толщиной примерно 4 см. На 5 мин поставить форму в холодное место. Отделить белок от желтка, смазать крендель взбитым желтком. Выпечь крендель в разогретой духовке в течение 35–40 мин при 180 °С. Дать остыть.



Вынуть из формы, разрезать его горизонтально на две части.

**Приготовить начинку:** сливки взбить, смешать с плавленым сыром и сахаром. Добавить малину и ликер.

На нижнюю часть кренделя выложить начинку, накрыть верхней частью, посыпать сахарной пудрой и положить на бумагу для торта. Можно подать крендель с малиновым соком.

### КРОКЕТЫ ЯБЛОЧНЫЕ

*4 яблока, 2 стакана сахара, цедра 1 апельсина, 1 стакан миндаля, сок 1 лимона, сахарная пудра.*

Сахар сварить в небольшом количестве воды так, чтобы он тянулся нитью. Положить очищенные и нашинкованные яблоки и мелко нарезанную апельсиновую цедру. Миндаль немного обжарить, отшелушить кожицу, измельчить, добавить лимонный сок, смешать с яблоками, перемешать и все сварить до густоты. Из охлажденной массы сделать крокеты, обвалять их в сахарной пудре и в течение суток дать высохнуть. Подать к чаю.

### КРУАССАНЫ

*2 яйца, 1 стакан молока, 2,5 стакана муки, 3 ст. ложки сахара, 40 г свежих дрожжей, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 пачка холодного сливочного масла, сахарная пудра для посыпания, соль по вкусу.*

Дрожжи растворить с небольшим количеством сахара в теплом молоке, смешать с мукой, яйцами, маслом, сахаром, солью. Тесто положить в закрытую посуду и поставить на ночь в холодильник. Утром тесто раскатать в форму квадрата. Холодное масло положить

между двумя слоями пищевой пленки, раскатать размером примерно в половину теста. Раскатанное масло хорошо припудрить мукой (это очень важно, иначе не получится слоеное тесто). Масло выложить на тесто, закрыть краями к середине с 2 сторон, другие края теста слепить между собой в виде конверта, поставить тесто в холодильник на 20 мин. Достать тесто, положить так, чтобы один из слепленных краев был обращен к вам, раскатать тесто вдоль себя, не выдавливая масло изнутри. Сложить втрое, повернуть на 90° и вновь раскатать вдоль себя. Положить в холодильник на 20 мин, затем тесто еще раз раскатать таким же образом. Последний раз раскатать, вырезать квадратики 3×3 см, выпечь в горячей духовке при 200 °С в течение 10 мин. Сверху посыпать сахарной пудрой.

### ПИРОГ С ВИШНЕЙ

*1/2 стакана муки, 500 г черных вишен, 3 яйца, 1/2 стакана сахара, 1,5 стакана молока, 1/2 палочки ванили, 1 ст. ложка рома или вишневки, сливочное масло для смазывания формы, сахарная пудра для посыпания, соль по вкусу.*

Вишни вымыть и удалить черенки и косточки. Посыпать 2 ст. ложками сахара и дать постоять 1 ч. Молоко вскипятить с взрезанной палочкой ванили и отставить. Яйца, оставшийся сахар и соль взбить в крем. Муку просеять и постепенно добавлять в крем. Вынуть из остывшего молока палочку ванили и вылить молоко в тесто. Добавить ром или вишневку и дать тесту постоять 1 ч. Форму хорошо смазать маслом. Выложить туда вишни и залить яичным тестом-кремом, проследить, чтобы вишни распределились равномерно. Выпечь пирог в разогретой до 200 °С духовке в течение 25–30 мин. Посыпать сахарной пудрой.



## ПУДИНГ ИЗ КАШТАНОВ

2 стакана каштанов, 400 мл сливок или молока,  $\frac{1}{2}$  стакана сахара, 3 ст. ложки сливочного масла,  $\frac{3}{4}$  стакана муки, 5 желтков, 8 белков, панировочные сухари.

Каштаны очистить, добавить 250 мл сливок или молока, разварить, остудить, протереть через сито. Получившееся каштановое пюре развести остатками сливок, добавить сахар и немного проварить. Масло растереть с мукой и положить в пюре. Пюре прокипятить, остудить, добавить взбитые желтки, затем взбитые белки, все размешать. Форму для пудинга смазать маслом, посыпать сухарями, выложить в нее приготовленную массу, поставить на водяную баню на 45 мин.

## ШОКОЛАД ПО-ФРАНЦУЗСКИ

2,5 л молока, 150 г охлажденных сливок, 3 ст. ложки шоколадного сиропа, 1,5 ст. ложки воды, ванилин на кончике ножа.

Смешать сироп, воду и ванилин, нагреть на огне, чтобы смесь была теплой. В холодной посуде взбить сливки и постепенно добавлять их к охлажденной шоколадной смеси, чтобы все равномерно перемешалось. Влить молоко и нагреть все до теплого состояния. Наполнить сервировочные бокалы наполовину смесью со сливками и долить теплым молоком, перед подачей на стол размешать.

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	3
<b>Салаты и закуски</b>	
Помидоры, фаршированные чесноком и петрушкой .....	5
Салат из печени индейки.....	5
Салат из маринованной капусты с яблоками.....	6
Салат из помидоров и фасоли .....	6
Салат из помидоров с креветками .....	6
Салат из цыпленка «Баграсьон» .....	7
Салат «Кармен» .....	7
Салат «Фигаро» .....	8
<b>Блюда из яиц</b>	
Омлет с куриной печенью и грибами .....	9
Омлет «Снега Ла-Рошеля» .....	9
Омлет с помидорами .....	10
Яичница по-парижски .....	10
Яйца, фаршированные сыром .....	11
<b>Бульоны и супы</b>	
Бульон «Белый» .....	12
Бульон «Коричневый» .....	12
Бульон куриный .....	13
Бульон рыбный .....	13
Суп «Буйабес» .....	14
Суп луковый .....	15
Суп овощной .....	15
Суп овощной с копченой свиной грудинкой.....	16
Суп «Пикантный» .....	16
Суп по-королевски .....	17
Суп-пюре из каштанов .....	17
Суп-пюре из рыбы .....	17
Суп-пюре из спаржи .....	18
Суп-пюре из тыквы .....	18
Суп-пюре с чесноком.....	19
Суп «Сен-Жермен» из зеленого горошка.....	19
Щи по-французски «По-то-фе» .....	20
<b>Блюда из мяса</b>	
Запеканка из говяжьей грудинки с картофелем .....	21
Котлеты из баранины.....	21
Жаркое из печени.....	22
Котлеты из телятины .....	23
Кролик с оливками и чесноком.....	23



Кролик тушеный в белом вине .....	24
Отбивная свиная по-эльзасски .....	24
Почки с черносливом .....	25
Рагу из баранины с баклажанами .....	25
Свинина, запеченная с капустой .....	26
Свинина, тушенная с алычой .....	26
Фрикасе из кролика .....	27

#### **Блюда из птицы**

Индейка, запеченная с черносливом .....	28
Грудка утиная с морковью .....	29
Курица в соусе .....	29
Курица с овощами .....	30
Курица-фарси .....	31
Курица фаршированная по-парижски .....	31
Курица по-баскски .....	32
Утка с оливками .....	33
Печень утиная со свежими ягодами .....	33
Рагу из гуся .....	33
Рагу из индейки .....	34
Утка по-лионски .....	34
Утка тушеная .....	35
Филе утки с медом .....	35

#### **Блюда из рыбы**

Камбала с соусом «Бешамель» .....	37
Карп со шавелем .....	38
Лосось запеченный .....	38
Рыба речная по-матросски .....	39
Рыба с грибами .....	40
Сом под белым соусом «Шофруа» .....	40
Щука в белом вине .....	41
Форель в белом вине .....	41

#### **Блюда из овощей и грибов**

Брокколи и картофель с сырным соусом .....	43
Грибы в сметане .....	43
Жаркое из грибов .....	44
Жульен грибной .....	44
Капуста брюссельская с яблоками .....	44
Капуста кислая по-эльзасски .....	45
Картофель «Вуазен» .....	45
Картофель «Дофин» .....	45
Картофель, запеченный в сливках .....	46
Пюре из каштанов .....	46
Рагу из грибов с яйцами .....	47

Рагу овощное .....	47
Рататуй .....	48
Рулетки овощные .....	48
Фасоль зеленая с ветчиной и помидорами .....	49
Фасоль стручковая под луковым соусом .....	49

#### **Соусы**

Велюте рыбный .....	51
Соус «Бархатистый» (к курице, рыбе, для приготовления других соусов) .....	51
Соус «Бешамель» (к мясу, рыбе, молочным и мучным блюдам) .....	52
Соус грибной (к курице, рыбе, к блюдам из яиц) .....	52
Соус луковый с шавелем и эстрагоном (к курице, рыбе, к блюдам из яиц) .....	52
Соус «Супрем» (к телятине, курице, к блюдам из яиц) .....	53
Соус сырный (к овощным блюдам, курице) .....	53
Соус «Шофруа» (к рыбе, к овощным блюдам) .....	53
Соус яичный (к блюдам из яиц, к телятине, вареной курице, рыбе, дичи) .....	54

#### **Десерты**

Блины по-нормандски .....	55
Инжир в пряной карамели .....	55
Блинчики по-пикардийски .....	56
Крем ванильно-карамельный .....	56
Крендель с начинкой .....	57
Крокеты яблочные .....	58
Круассаны .....	58
Пирог с вишней .....	59
Пудинг из каштанов .....	60
Шоколад по-французски .....	60



По вопросам оптовых закупок обращаться:  
тел./факс: (495) 785-15-30, e-mail: trade@airis.ru  
Адрес: Москва, пр-т Мира, 104

Наш сайт: [www.airis.ru](http://www.airis.ru)

Вы можете приобрести наши книги с 11<sup>00</sup> до 17<sup>30</sup>,  
кроме субботы, воскресенья, в киоске по адресу:  
Москва, пр-т Мира, д. 104, 3 этаж, тел. (495) 785-15-30  
Адрес редакции: 129626, Москва, а/я 66

Издательство «АЙРИС-пресс» приглашает к сотрудничеству  
авторов образовательной и развивающей литературы.

По всем вопросам обращаться  
по тел.: (495) 785-15-33, e-mail: editor@airis.ru

*Издание для досуга*

**Лукашенко Наталия Леонидовна**

## **ФРАНЦУЗСКАЯ КУХНЯ**

Ведущий редактор *Т. В. Тимофеева*

Редактор *М. Р. Вербальд*

Художественный редактор *А. М. Драговой*

Оформление обложки *М. А. Кузнецов*

Технический редактор *В. А. Артемов*

Компьютерная верстка *Е. Г. Иванов*

Корректор *О. В. Рачкулик*

Подписано в печать 29.01.2010. Бумага офсетная.

Формат 84×108 1/32. Печать офсетная. Печ. л. 2.

Усл.-печ. л. 3,36. Гарнитура «Таймс». Тираж 10 000 экз. Заказ № 2778.

ООО «Издательство «АЙРИС-пресс»

129626, г. Москва, пр-т Мира, д. 104.

Отпечатано в ОАО ордена Трудового Красного Знамени

«Чеховский полиграфический комбинат»

142300, г. Чехов Московской области, тел./факс (501) 443-92-17, (272) 6-25-36.

E-mail: [chpk\\_marketing@chehov.ru](mailto:chpk_marketing@chehov.ru)