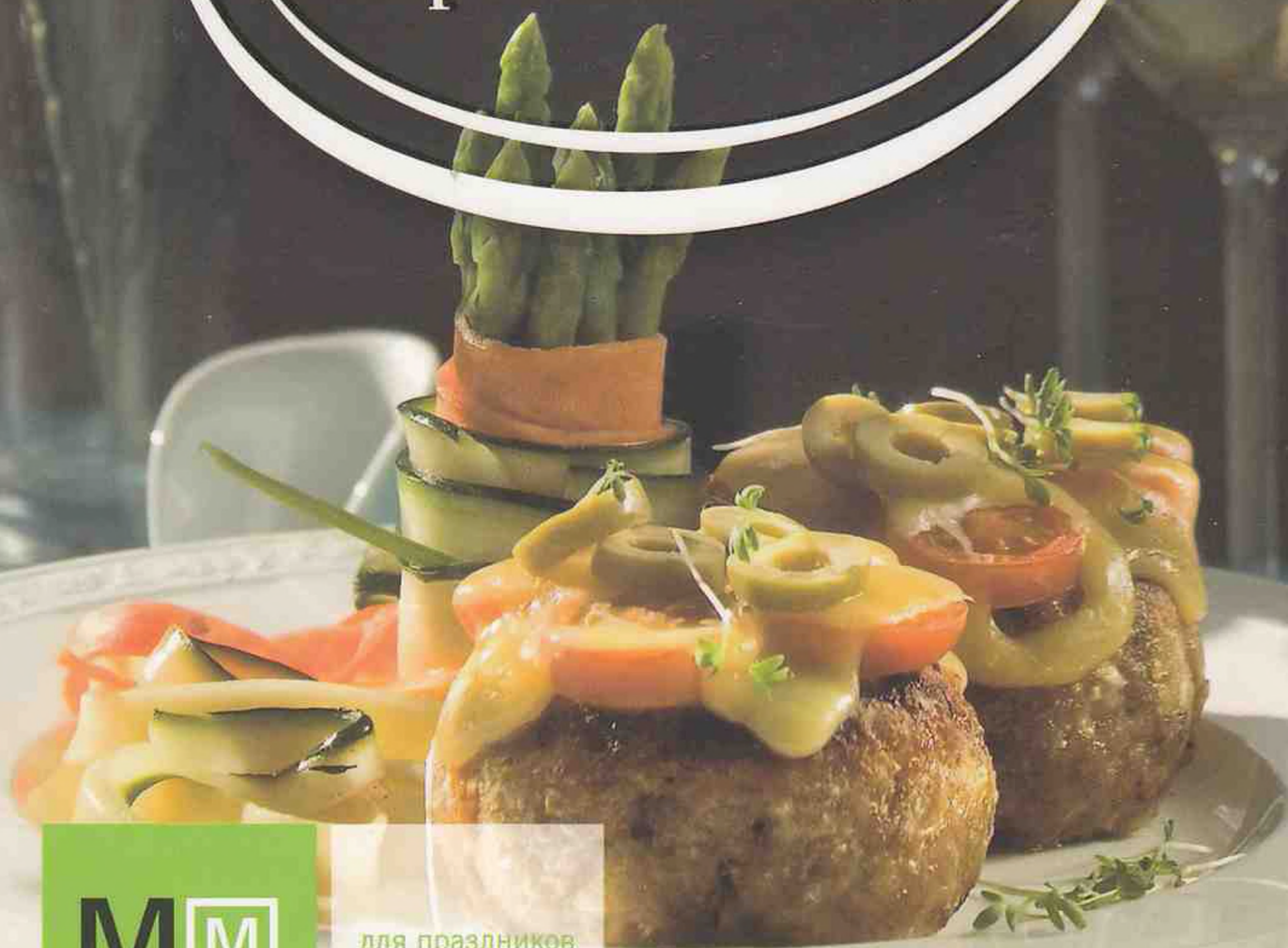


منزل
От
простого
к сложному!

КОТЛЕТЫ и К^о коронные блюда



ММ
МИЛЛИОН МЕНЮ®

для праздников
и будней



СОДЕРЖАНИЕ

Самое популярное блюдо

4

Котлеты

10

Зразы, биточки, бифштексы

68





КОТЛЕТЫ
и К^о
коронные блюда

Оригинальные блюда для будней и праздников

Издательство «Аркаим»

САМОЕ ПОПУЛЯРНОЕ БЛЮДО



Задумайтесь на секунду: с чем ассоциируется у вас слово «котлета»? В нашем представлении котлета – это жареное изделие продолговатой формы чаще всего из рубленого мяса, рыбы или курицы, реже – из овощей или круп. Именно по такому, на первый взгляд несколько неожиданному, пути стала развиваться история этого блюда в России, и это несмотря на то, что в классическом понимании котлета – это отбитый, а затем поджаренный кусок мяса. Среди причин такой резкой смены курса можно назвать две. Первая – сугубо практическая: поскольку натуральных котлет из свиной, бараньей или телячьей корейки (а именно эту часть туши разделявали на котлеты) сделать можно было совсем немного, то со временем стали использовать и другие части туши. Но такое мясо, мягко сказать, не совсем соответствовало «стандарту качества», поэтому его начали рубить (а позднее пропускать через мясорубку), а чтобы сделать более сочным и нежным, добавлять к фаршу воду и соль. Из полученной массы формовали изделия, которые своей продолговатой формой напоминали котлеты, и вставляли в них косточки. Вторая причина – более романтическая: веяния моды. Произошло это во времена Петра Великого, когда из Голландии и Германии в Россию были завезены плиты. На этой новой «бытовой технике» было очень удобно жарить, именно поэтому мода на изделия, приготовленные из мясного фарша, в том числе и рубленые котлеты, очень быстро распространилась по всем знатным домам России. С тех пор мягкие, сочные, пышные котлетки, приготовленные из фарша с различными добавками, прочно вошли в русскую кухню. В начале XIX века особую популярность в России получили котлеты пожарские. Как это часто бывает, придуманы они были случайно. Однажды лучший трактир маленького городишка Осташиково, что неподалеку от Торжка,

нежданно-негаданно удостоился чести принимать царя Александра, поскольку во время путешествия из Петербурга в Москву (или обратно) карета царя сломалась. Царь заказал телячьи котлеты, но хорошей телятины взять было негде. И тогда жена трактирщика, Дарья Евдокимовна, решила приготовить котлеты из курицы, но так, чтобы они были похожи на телячьи. Царь остался доволен, а Пожарского и его жену велел наградить. С тех пор такие котлеты стали частенько появляться на столе государя, а Пожарский с женой переехал в Торжок и на своем новом трактире повесил гордую вывеску: «Поставщик Двора Его Величества». Новый крутой вираж история котлет в России делает в советские времена. В книге «Приготовление пищи», изданной в Москве в 1945 году Госторгиздатом и считавшейся в те времена «официальной поваренной книгой», предлагалось готовить котлеты из... пшена, риса, манной, овсяной и других круп, а при приготовлении котлет из мясного или рыбного фарша добавлять к основному ингредиенту хлеб. «Для котлетной массы может быть использована любая часть туши крупного и мелкого скота (кроме голяшки), а хлеб лучше всего брать из 75–80-процентной муки. Хлеб должен быть не кислым, черствым или хорошо остывшим...» Была даже выведена пропорция, которая стала классической для всех советских общепитовских котлет: на 1 кг мяса 250 г хлеба. По этому поводу в свое время ходил анекдот: армянское радио спрашивают: «Где в России больше всего хлеба?» Радио после паузы отвечает: «В котлетах». Смех смехом, но в советские времена котлета стала считаться блюдом обыденным, дешевым и, что немаловажно, быстрым в приготовлении. К началу 50-х годов в Советском Союзе было налажено автоматизированное производство котлет: автоматы могли выпускать до 4 тысяч штук в час. Технология, в принципе, достаточно простая: сначала из мякоти готовится фарш – ее можно рубить ножом или пропустить через мясорубку, затем добавляются ингредиенты, которые должны сделать котлеты пышными и сочными. Пальма первенства здесь, без сомнения, принадлежит размоченному в молоке или в воде, а затем отжатому пшеничному хлебу. Заменить его с успехом может картофельное пюре. Реже используются манная крупа, творог, панировочные сухари, замоченные в молоке, тертый сырой картофель, яблоки или кабачки.

Следует только не забывать о пропорциях: две трети основной ингредиент – будь то мясо, птица или рыба – и одна треть – добавка. Для придания котлетам особого вкуса и аромата к котлетной массе обычно принято добавлять рубленые репчатый лук (он может быть и сырым, и жареным), зелень, чеснок, а некоторые добавляют даже каперсы, соленые огурцы, овощи и т. д. Полученную массу тщательно вымешивают руками, иногда добавив яйцо, затем формируют из нее изделия продолговатой формы, панируют их и жарят на жире с двух сторон до образования аппетитной золотистой корочки. После этого обжаренные котлеты желательнее минут на 10–15 поставить в разогретую духовку, при этом их можно полить сметаной, грибным или томатным соусом или посыпать тертым сыром – все зависит от фантазии.

Сегодня таким образом котлеты готовит каждая хозяйка, но далеко не все могут приготовить еще одну котлету. О ней мы поговорим отдельно, поскольку это блюдо поистине можно назвать жемчужиной русского поварского искусства. Речь идет о котлете по-киевски – запанированное и обжаренное в масле куриное филе с начинкой из сливочного масла, смешанного с рубленой зеленью.

Прародительницей котлеты по-киевски историки кулинарии считают котлету де воляй. Она появилась в России во времена царствования императрицы Елизаветы Петровны, которая любила французскую кухню, а потому по примеру Петра отправляла талантливых юношей в Париж учиться поварскому искусству. Считается, что оттуда и был привезен заветный рецепт – сочное нежное куриное филе, начиненное каким-либо соусом или приправой. Затем о котлетах с начинкой на какое-то время забыли, а в 1912 году их стали вновь подавать в Петербурге, в Купеческом клубе, и назывались они тогда «Новомихайловские» в честь расположенного недалеко Михайловского дворца. Но вскоре произошла революция, и людям стало не до кулинарных изысков.

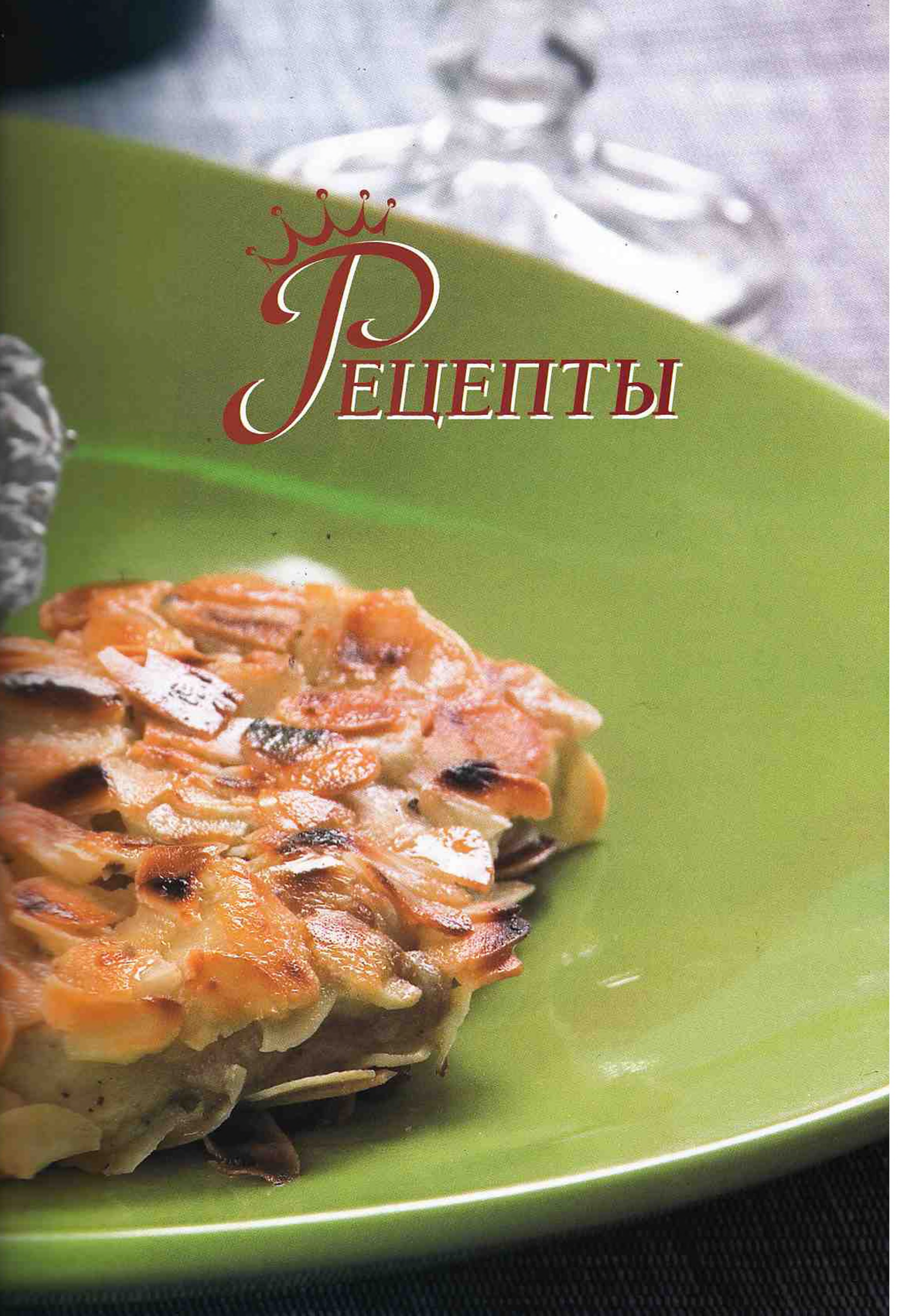
Свою вторую жизнь котлеты получили в 1947 году, когда один из киевских рестораторов «вспомнил» рецепт и приготовил блюдо для членов украинской делегации, которая вернулась из Парижа после участия в подписании ряда мирных соглашений с бывшими союзниками Германии. Котлеты очень понравились чиновникам и были введены в обязательное меню ресторанов системы «Интурист» под названием «Котлеты по-киевски».



Есть, правда, еще одна версия происхождения котлет по-киевски – американская, но, скорее всего, она маловероятна. По этой версии подобное блюдо было придумано и подавалось в нью-йоркских ресторанах, а поскольку его часто заказывали эмигранты из Украины, его и назвали «Chicken Kie» (киевский цыпленок). После войны блюдо перекочевало в Европу, а оттуда уже попало в Киев. На протяжении вот уже нескольких веков котлеты остаются одним из самых любимых блюд нашего стола. Из чего бы ни были они приготовлены, главное – чтобы сделано это было с душой и своими руками, ведь именно это отличает домашние изделия от замороженных полуфабрикатов промышленной выработки. Неспроста для многих котлета является символом домашней кухни, а значит – заботы и душевного тепла.

Сегодня существует огромное множество самых разных рецептов приготовления котлет, но умелый кулинар всегда стремится внести что-то свое. Когда-то Франсуа Анпер, известный парижский ресторатор и отец того самого Николя Анпера, который изобрел консервы, частенько наставлял своего сына: «Рецепт – это всего лишь руководство к действию. Пользуясь одним и тем же рецептом, каждый кулинар приготовит по-своему!»






Р
ЕЦЕПТЫ

كوتلتي КОТЛЕТЫ

Котлеты... Казалось бы – что может быть обыденнее? Они повсюду – дома, в гостях, в столовых, в ресторанах и даже в магазинах, замороженные и упакованные в аккуратные пакетики. Между тем это, казалось бы, такое привычное блюдо имеет давнюю и удивительную историю.

Началось все во Франции, где первоначально под словом «котлета» подразумевался кусок мяса, отрезанный вместе с реберной костью. Эта косточка была неизменным атрибутом котлеты (даже само французское слово *côtelette* происходит от *côtelé* – ребристый), поскольку в те далекие времена котлеты предполагалось есть руками, и косточка была как нельзя кстати. Но со временем, когда появился обычай есть мясо с помощью ножа и вилки, необходимость в косточке как-то отпала, и постепенно кусок мяса стали отбивать, панировать, а затем жарить. Именно так представляют себе сегодня котлету жители европейских стран. У нас, кстати, это блюдо тоже никто не отменял, и называется оно «котлета натуральная».



Котлеты

С МЯТНЫМ СОУСОМ

На 4 порции:

12 (по 70 г) котлет
из баранины
1 ст. ложка
растительного масла
молотый черный перец
соль

Для соуса:

3 помидора
2 ч. ложки сахара
1 ст. ложка
яблочного уксуса
2 стебля зеленого лука
2 ч. ложки мяты

Для соуса помидоры ошпарьте и снимите с них кожицу, удалите семена. Мякоть помидоров мелко нарежьте, смешайте с рубленым зеленым луком, сахаром и уксусом. Тушите на слабом огне 5–7 минут, помешивая. Охлаждайте соус при комнатной температуре не менее часа. Перед подачей добавьте мелко рубленную мяту. У котлет зачистите косточки. Мякоть слегка отбейте, посолите и поперчите. Жарьте котлеты перед самой подачей на масле по 3 минуты с каждой стороны. Подавайте котлеты с соусом, оформив зеленью мяты.



Выкладывайте котлеты на хорошо разогретую сковороду, чтобы в процессе жаренья из них не вытек сок.



КОТЛЕТЫ

С ЛУКОВЫМ СОУСОМ

на 4 порции:

650 г баранины
(корейка на кости)
4 ст. ложки
сливочного масла
маленький черный перец
соль

Для соуса:

500 г репчатого лука
1 ст. ложка
сливочного масла
1 ч. ложка
томатной пасты
2 ст. ложки
мясного бульона
2 ст. ложки
семян горчицы
маленький черный перец
соль

Для соуса лук мелко порубите и слегка обжарьте на сливочном масле. Добавьте томатную пасту, посолите, поперчите, добавьте бульон и тушите до полного разваривания лука. Соус протрите через сито, положите семена горчицы и тушите еще 5–7 минут.

Корейку разрежьте на четыре порции по ширине кости. Мякоть нарежьте вдоль косточки на 1–1,5 см (1). У каждой котлеты зачистите косточку (2). Мякоть слегка отбейте (3). Конец косточки обрубите под углом.

Подготовленные котлеты жарьте с обеих сторон на сливочном масле до образования румяной корочки. Посолите и поперчите.

При подаче котлеты уложите на блюдо, подлейте приготовленный соус. Гарнируйте жареными овощами или рассыпчатым рисом.

При жаренье котлеты не должны быть прижаты друг к другу, иначе выделяющийся сок будет препятствовать образованию корочки.



1



2



3

Отбивные со смородиновым соусом

На 8 порций:

- 8 (по 160 г) котлет из баранины с косточкой
- 1 ч. ложка рубленой кинзы или сушеной молотой зелени петрушки или сельдерея
- 2 помидора
- молотый черный перец
- соль

Для соуса:

- 1 головка репчатого лука
- 1 ч. ложка растительного масла
- 4 стакана джема из красной смородины
- 1 ст. ложка винного уксуса
- 1 ч. ложка соевого острого соуса
- 2 ст. ложки воды
- 1/2 ч. ложки молотого черного перца
- соль

Мясо получится более нежным, если во время жаренья сбрызнуть его небольшим количеством коньяка.



Котлеты слегка отбейте, натрите смесью зелени с перцем и солью. Помидоры разрежьте пополам. Жарьте котлеты и помидоры на гриле или на решетке в духовке 10–12 минут при 200 °С. Для соуса лук мелко

нашинкуйте и обжарьте на масле до золотистого цвета. Добавьте джем, уксус, соевый соус, перец, соль и воду. Перемешайте и доведите до кипения. Подавайте котлеты с помидорами и отварным картофелем, полив соусом.

Отбивные со сладким перцем

на 4 порции:

- | | |
|------------------------------------|---|
| 800 г мякоти баранины
(корейка) | 3 ст. ложки
растительного масла
по щепотке молотых
сушеных розмарина
и шалфея |
| 1 зубчик чеснока | 1/2 ч. ложки молотого
сушеного базилика
молотый черный
и белый перец |
| 500 г помидоров | соль |
| 250 г красного
сладкого перца | |
| 1 головка репчатого лука | |
| 1/2 стакана
овощного бульона | |
| 2 ст. ложки
томатной пасты | |



Баранину разрежьте на 8 порционных кусков, отбейте. Половину зубчика чеснока пропустите через пресс, смешайте с 2 столовыми ложками масла, розмарином и шалфеем. Смажьте приготовленной смесью отбивные и маринуйте их в течение трех часов.

Помидоры нарежьте кубиками, сладкий перец – соломкой.

Лук и оставшийся чеснок порубите и обжарьте на масле до золотистого цвета. Добавьте сладкий перец и помидоры, посолите, поперчите, положите базилик. Влейте смесь томатной пасты с бульоном и тушите овощи 20–25 минут.

Отбивные жарьте на масле по 3–4 минуты с каждой стороны. При подаче уложите тушеные овощи на отбивные и оформите блюдо веточкой зелени.



Другие рецепты
отбивных вы найдете
на нашем сайте

www.millionmenu.ru

كوتلت
КОТЛЕТЫ
ПО-БРЕТОНСКИ





На 6 порций:

- 6 (по 160 г) котлет из баранины с косточкой
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки пшеничной муки
- 1/2 стакана панировочных сухарей
- 80 г сливочного масла

Для соуса:

- 3 головки репчатого лука
- 1 стакан мясного бульона
- 50 г сметаны
- 1 яичный желток
- 1 ст. ложка сушеного эстрагона
- молотый черный перец
- соль

При жаренье не накрывайте сковороду крышкой, иначе пар осядет на котлетах и хрустящей корочки не получится.

Яйцо, по щепотке соли и перца и столовую ложку холодной воды взбейте до получения однородной массы. Котлеты слегка отбейте и запанируйте последовательно в муке, взбитом яйце, панировочных сухарях.

Жарьте котлеты на половине сливочного масла по 8–10 минут с каждой стороны. Держите до подачи в теплом месте.

Для соуса нарезанный лук жарьте на оставшемся масле без изменения цвета.

Со сковороды, где жарились котлеты, слейте масло. Налейте на сковороду бульон и прокипятите. Полученный мясной сочок процедите, соедините с луком. Добавьте эстрагон и уварите соус наполовину. Посолите, поперчите. Яичный желток смешайте со сметаной и соедините со слегка охлажденным соусом.

При подаче уложите котлеты на блюдо, сбоку подлейте соус. Гарнируйте жареными кабачками, оформите зеленью.

كوتلتى

КОТЛЕТЫ ПО-РУССИЙОНСКИ

На 8 порций:

- | | |
|---|--|
| 8 (по 160 г) котлет
из баранины
с косточкой | 2 ст. ложки
растительного масла |
| 40 г сливочного масла | 1 стакан белого
сухого вина |
| 1 головка
репчатого лука | 5–6 зубчиков чеснока |
| 1 ст. ложка
пшеничной муки | 1 лимон |
| 150 г ветчины | 100 г миндаля
молотый черный
перец, соль |



Чеснок запекаете, затем протрите.

Ветчину нарежьте ломтиками и обжарьте с мелко нарезанным луком на растительном масле. Когда лук станет прозрачным, посыпьте его мукой, перемешайте. Жарьте, помешивая, 1–2 минуты на слабом огне, слегка охладите, затем влейте вино и стакан воды.

Лимон, очистив от кожуры и белых волокон, нарежьте тонкими ломтиками. Пюре из чеснока и ломтики лимона положите в луковый соус. Посолите, поперчите, тушите 15 минут. Добавьте рубленый миндаль и тушите еще 5 минут. Котлеты жарьте на сливочном масле по 2–3 минуты с каждой стороны. Посолите, поперчите. При подаче уложите котлеты на блюдо, полейте соусом и гарнируйте жареными овощами.

ОТБИВНЫЕ ИЗ БАРАНИНЫ



Смешайте сухари с сыром.

Котлеты приправьте тимьяном, розмарином, солью и перцем. Запанируйте в муке, взбитом яйце и сухой смеси. Жарьте на растительном масле по 3 минуты с каждой стороны. Репчатый лук нашинкуйте

и слегка обжарьте на сливочном масле. Посыпьте солью и сахаром, влейте вино и тушите 5 минут. Положите сметану и нарезанный кольцами зеленый лук, перемешайте. Подавайте отбивные котлеты с приготовленным луковым соусом.

На 4 порции:

- 12 (по 50 г) котлет из баранины
- 1/2 стакана пшеничной муки
- 1 яйцо
- 50 г панировочных сухарей
- 50 г тертого сыра
- 3 ст. ложки растительного масла
- 2 головки репчатого лука
- 1 пучок зеленого лука
- 1 ст. ложка сливочного масла
- 1/2 стакана сухого белого вина
- 2 ст. ложки сметаны
- 1 ст. ложка сахара
- сушеные молотые тимьян и розмарин
- молотый черный перец
- соль

Жарить котлеты начинайте сразу после панирования, иначе панировка отмокнет и во время жаренья останется на сковороде.



دوینے کھولے میں فوڈے ДВОЙНЫЕ КОТАЕТЫ В ФОЛЬГЕ С КАРТОФЕЛЕМ БУЛАНЖЕР

на 4 порции:

900 г баранины
 (корейка на кости)
 300 г шампиньонов
 60 г сливочного масла
 1/2 ч. ложки
 лимонного сока
 2 ч. ложки
 рубленого тимьяна
 соль

Для гарнира:

1 кг картофеля
 80 г сливочного масла
 225 г репчатого лука
 1 веточка тимьяна
 1/2 лаврового листа
 1 зубчик чеснока
 2 ст. ложки рубленой
 зелени петрушки
 1,5 л куриного бульона

Готовые котлеты
 выдержите
 в выключенной
 духовке еще
 10–15 минут,
 чтобы мясной
 сок равномерно
 распределился,
 а структура мяса
 уплотнилась –
 так окончательно
 сформируются
 вкус и аромат
 вашего блюда.

Для приготовления двойных котлет используйте часть корейки ближе к почечной части или почечную часть баранины целиком (седло). Корейку разрежьте поперек по ширине кости, перерезая межпозвоночное соединение. Получатся котлеты, состоящие из мякоти с двумя реберными косточками, соединенными позвоночной костью.

Освободите котлеты от лишнего жира, подрежьте пленки на нижней стороне костей. Грибы нарежьте ломтиками и припускайте 5–7 минут в воде с добавлением лимонного сока и соли. Котлеты посыпьте с обеих сторон солью и тимьяном, уложите на листы фольги. На котлеты положите предварительно обсушенные грибы и нарезанное кусочками масло. Заверните котлеты в фольгу и запекайте 30 минут при 240 °С. Картофель нарежьте тонкими ломтиками или натрите на терке-

манголине, залейте холодной водой, чтобы не потемнел. Тимьян и лук мелко порубите, затем обжарьте на масле до мягкости с чесноком и лавровым листом. Посыпьте зеленью петрушки и уберите с огня. Картофель обсушите. Уложите треть картофеля в глубокую жаровню, сверху выложите половину луковой массы, затем еще треть картофеля. На картофель положите еще половину луковой массы, затем – оставшийся картофель. Влейте горячий бульон, посолите. Сверху разложите кусочки масла. Запекайте при 190 °С до готовности и образования румяной корочки, затем разрежьте на порции. Подавайте котлеты в фольге, развернув ее. Гарнируйте картофелем буланжер.



Не менее оригинальные
 рецепты котлет вы
 можете найти на сайте
www.millionmenu.ru

كوتلتا

КОТЛЕТЫ ИЗ БАРАНИНЫ В ТЕСТЕ

На 4 порции:

- 600 г баранины
(корейка на кости)
- 250 г слоеного теста
- 3 головки лука-шалота
- 1/2 стакана
консервированных
грибов
- 50 г ветчины
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки
томатной пасты
- 2 ст. ложки
сливочного масла
- 1 ст. ложка коньяка

Мясо разрежьте на четыре порционных куска вдоль реберной косточки, мякоть отбейте, посолите, поперчите. Котлеты обжарьте на масле до образования румяной корочки, сбрызните коньяком. Для начинки лук-шалот нарежьте полукольцами, грибы и ветчину – ломтиками, смешайте, посолите, обжарьте на масле с добавлением томатной пасты.

Тесто раскатайте, разрежьте на четыре квадрата, выложите на них отбивные.

На отбивные уложите слой начинки.

Края теста соедините, оставив кончики костей снаружи, смажьте взбитым яйцом и запекайте, пока тесто не подрумянится.

При подаче оформите зеленью. Гарнируйте маринованными овощами.



كفتة КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ С ГРИБАМИ В ХРУСТЯЩЕЙ КОРОЧКЕ



На 4 порции:

- 650 г свинины
(корейка на кости)
- 50 г топленого свиного
жира
- 40 г сливочного масла
- 300 г белокочанной
капусты
- 20 г томатной пасты
- 150 г помидоров
- 200 г шампиньонов
- 1 ч. ложка
лимонного сока
- 400 г слоеного теста
- 1 яйцо
- 1/2 стакана
пшеничной муки
- 4 ч. ложки молотых
семян тмина
- 3 зубчика чеснока
молотый черный перец
соль

Свинину разрежьте на четыре порционных куска с косточкой. Мякоть отбейте, натрите солью, частью рубленого чеснока, посыпьте тмином, запанируйте в муке и обжарьте на жире до образования золотистой корочки. Капусту нарежьте мелкими квадратиками, отварите в подсоленной воде, затем отвар слейте, добавьте

в капусту часть масла, перец, оставшийся чеснок и томат, прогревайте, помешивая, 5–7 минут. Помидоры нарежьте кубиками и обжарьте на масле. Шампиньоны нарежьте ломтиками и обжарьте на оставшемся масле, посолите, поперчите, сбрызните лимонным соком. Тесто раскатайте, разрежьте на четыре

квадрата. На каждый квадрат уложите свиную котлету, сверху уложите слоями капусту, помидоры и грибы, тесто заверните в виде конверта. Поверхность теста смажьте яйцом, запекайте 25 минут при 230 °С.

При подаче котлеты уложите на блюдо и гарнируйте салатом из свежих овощей.

كوتلتا

КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ С ОВОЩАМИ



На 4 порции:

- 600 г свинины
(корейка на кости)
- 200 г моркови
- 1 головка
репчатого лука
- 1 зубчик чеснока
- 4 стебля сельдерея
- 4 ст. ложки
растительного масла
- 100 г белого вина
- 1 ст. ложка сахара
- молотый черный
перец, соль

Свинину разрежьте на четыре порционных куска по ширине кости. Натрите свинные котлеты разрезанным пополам зубчиком чеснока, поперчите, посолите и обжарьте на части масла до золотистого цвета. Прогрейте в духовке. Морковь и сельдерей нарежьте ломтиками, лук – кольцами. Овощи обжарьте на части масла, добавив соль, сахар и перец. Влейте вино и 1/2 стакана воды, тушите под крышкой еще 10 минут. Снимите крышку и тушите до выкипания жидкости. Подавайте котлеты вместе с овощами.

كوتلتى

КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ



На 4 порции:

- 600 г свинины
(корейка на кости)
- 2 головки репчатого лука
- 4 ст. ложки сметаны
- 2 ст. ложки
томатной пасты
- 2 ст. ложки
растительного масла
- 1 зубчик чеснока
- 2 ст. ложки
измельченной зелени
петрушки
- малютый черный
перец, соль

Корейку разрежьте на четыре порционных куска с косточкой. Косточки зачистите от пленок, концы обрубите под углом. Мякоть отбейте, посолите, поперчите. Обжарьте котлеты на разогретом масле, добавив нарезанный лук. Положите рубленый чеснок и зелень, влейте смесь томатной пасты с половиной стакана воды, посолите, попер-

чите, накройте крышкой и тушите 8–10 минут. Готовые котлеты выньте. К соусу добавьте сметану, доведите до кипения. При подаче полейте котлеты приготовленным соусом и оформите зеленью петрушки.



Зайдите на наш сайт
www.millionmenu.ru
и вы сможете приготовить
множество блюд из свинины.

كوز
КОТЛЕТЫ
С ОВОЩАМИ И ДУШИЦЕЙ





На 4 порции:

- 250 г мякоти говядины
- 250 г мякоти свинины
- 1 яйцо
- 6 помидоров
- 1 огурец
- 1 головка репчатого лука
- 1 пучок душицы
- 1 черствая городская булка
- 4 ст. ложки оливкового масла
- 80 г панировочных сухарей
- молотый черный перец
- соль



Рецепты вкусных мясных блюд ждут вас на сайте www.millionmenu.ru

Говядину, свинину и лук пропустите через мясорубку. Булочку замочите в воде, как только набухнет, отожмите и смешайте с фаршем. Добавьте в массу яйцо, посолите, поперчите. Сформируйте из массы котлеты, запанируйте их в сухарях и обжарьте на масле до готовности. Душицу вымойте, несколько веточек отложите для оформления. Листики душицы добавьте к котлетам за 1 минуту до окончания жаренья. Помидоры и огурец нарежьте ломтиками. При подаче котлеты оформите оставшейся душицей и овощами. Гарнируйте отварным картофелем или рисом.

Добавляя в фарш замоченный в воде хлеб, не отжимайте его слишком сильно. Можно также дополнительно развести фарш водой — ее понадобится ровно столько, сколько фарш сможет впитать. По желанию вместо воды можно взять молоко или сливки. Все это сделает ваши котлеты сочными и нежными.

ننز ОТБИВНЫЕ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

На 4 порции:

- 600 г мякоти телятины
(корейка)
или говядины
(толстый край)
- 1 зубчик чеснока
- 1/2 стакана
растительного масла
- 2 ст. ложки майонеза
- 3 ст. ложки меда
- 1 ст. ложка порошка
горчицы

Телятину или говядину разрежьте на порционные куски, отбейте, слегка посолите и поперчите.

Чеснок пропустите через пресс, смешайте с майонезом, медом и горчичным порошком. Каждую отбивную смажьте приготовленной смесью, выдержите сутки в холодильнике.

Жарьте отбивные на растительном масле на слабом огне, следя за тем, чтобы отбивные не пригорели.

При подаче гарнируйте жареными овощами и полейте растопленным сливочным маслом.



كفتة

КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ ПО-ВЕНГЕРСКИ

на 4 порции:

- 600 г свинины
(хорейка на кости)
- 2 ст. ложки
топленого масла
- 2 головки
репчатого лука
- 1 ч. ложка
молотой паприки
- 1/2 ч. ложки молотых
семян тмина
- 2 зубчика чеснока
- 600 г картофеля
- 4 помидора
- 2 зеленых
сладких перца
- соль

Мясо нарежьте порционными кусками, посолите и обжарьте на масле. Затем на этом же масле спассеруйте нарезанный лук, паприку, тмин и толченый чеснок.

На обжаренный лук выложите котлеты, влейте немного воды и тушите 5–7 минут. Положите нарезанные дольками картофель, помидоры и сладкий перец, посолите и доведите до готовности.

Котлеты выложите на блюдо вместе с овощами и оформите зеленью.





كفتة КОТЛЕТЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ И ЯЙЦАМИ

На 4 порции:

- 600 г мякоти телятины
- 100 г ветчины
- 2 вареных яйца
- 4 ст. ложки сливок,
- 2 ст. ложки сливочного масла
- 4 ч. ложки лимонного сока
- молотый черный перец,
- соль

Телятину нарежьте порционными кусками, отбейте, посолите, поперчите, сбрызните лимонным соком (1). На каждый кусок мяса положите по ломтику ветчины и половинке яйца (2). Сверните мясо рулетом и перевяжите шпагатом или скрепите шпажкой (3). Жарьте котлеты на масле 10 минут, добавьте слив-

ки и тушите под крышкой еще 5–7 минут. Подавайте котлеты с отварным рисом, оформив зеленью.



Множество горячих блюд из телятины вы приготовите легко и быстро, если посетите наш сайт www.millionmenu.ru

В процессе отбивания мясо размягчается и приобретает определенную форму. Смочите деревянную доску или молоток холодной водой, чтобы в них не впитался мясной сок. Затем выложите порционные куски в один слой на доску и не слишком сильно отбейте их молотком. Куски переверните и повторите операцию. Чтобы сок не разбрызгивался по сторонам, можно положить куски мяса в целлофановый пакет или завернуть в пищевую пленку.



1



2



3

كوتلتى

КОТЛЕТЫ ПО-БОЛГАРСКИ



На 4 порции:

- 500 г мякоти баранины
- 1–2 шт. картофеля
- 1 сладкий перец
- 2 помидора
- 20 г зелени петрушки
- 4 ст. ложки пшеничной муки
- 3 яйца
- 4 ст. ложки растительного масла
- молотый черный перец
- соль

Мясо пропустите через мясорубку, добавьте тертый картофель, мелко рубленные сладкий перец, зелень и помидоры без кожицы и семян, яйцо, посолите, поперчите, перемешайте. Из полученной массы сформируйте котлеты, запанируйте их в муке, яйцах и снова в муке. Обжарьте на масле до образования румяной корочки и доведите до готовности в духовке. Подавайте с предварительно прогретым в отваре зеленым горошком, жареным картофелем, тушеной морковью, оформив листьями салата.

رندز РУБЛЕННЫЕ КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ

На 4 порции:

- 500 г мякоти нежирной свинины
- 60 г черствой булки
- 1/4 стакана молока
- 1 головка репчатого лука
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки панировочных сухарей
- 2 ст. ложки растительного масла
- маленький черный перец
- соль

Булку замочите в молоке, отожмите. Мясо нарежьте и вместе с булкой и луком дважды пропустите через мясорубку. Добавьте яйцо, посолите, поперчите и перемешайте. Разделайте фарш влажными руками на 8 шариков, запанируйте их в сухарях, слегка приплюсните и придайте котлетам овальную форму.

Жарьте котлеты на масле до образования золотистой корочки, затем доведите их до готовности под крышкой или в духовке. Подавайте котлеты с вареными овощами и листьями зеленого салата.



Ищете простые рецепты?
Зайдите на наш сайт
www.millionmenu.ru





كوتلتا

КОТЛЕТЫ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ

на 4 порции:

600 г мякоти телятины

100 г белых грибов

1 яйцо

2 ст. ложки белого
сухого вина

1/2 лимона

соль

Грибы отварите на пару и мелко нарежьте (1). Мякоть телятины пропустите через мясорубку. Измельченное мясо соедините с грибами, яйцом, вином, посолите и перемешайте (2). Из фарша сформируйте котлеты (3).

Котлеты уложите на решетку пароварки и варите 30 минут (4). Лимон нарежьте ломтиками.

При подаче на каждую котлету положите по ломтику лимона, оформите зеленью. На гарнир подайте отварные овощи.

Чтобы котлеты получились сочными, нежными и не развалились во время жаренья, готовый фарш нужно выбить. Для этого его несколько десятков раз бросают на твердую поверхность разделочной доски или стола. Готовая масса должна стать однородной и устойчивой: если взять пальцами небольшое количество фарша и, не отрывая от основной массы, поднять его вверх, то должен образоваться «пик».



1



2



3



4

Рубленые котлеты с яйцом и шпинатом

На 2 порции:

- 200 г говяжьего фарша
- 1 яйцо
- 1 головка репчатого лука
- 2 зубчика чеснока
- 30 г шпината
- 1 ст. ложка рубленой зелени укропа
- 5 ст. ложек растительного масла
- 2 вареных яйца
- 200 г вареных макарон
- 100 г вареного гороха
- 4 ст. ложки кетчупа

Лук и чеснок порубите, соедините с фаршем, укропом, сырым яйцом, посолите, поперчите.

Из массы сформируйте 2 лепешки. В середину каждой лепешки выложите по вареному яйцу, обернутому ошпаренными листьями шпината, края мясной лепешки соедините (1).

Обжарьте котлеты на масле, доведите до готовности в духовке. Горячие макароны и горох смешайте, заправьте маслом и выложите на блюдо в форме цилиндра (2). Рядом уложите котлеты и подайте кетчуп.



1



2

كوتلتى КОТЛЕТЫ АССОРТИ С ГРИБАМИ И СЫРОМ

На 4 порции:

- 150 г мякоти телятины
- 150 г мякоти свинины
- 150 г мякоти курицы
- 100 г грибов
- 80 г тертого
твердого сыра
- 1 головка
репчатого лука
- 4-5 шт. картофеля
- 6 ст. ложек
растительного масла
- зелень чабреца
- соль

Мякоть телятины, свинины и курицы пропустите через мясорубку, добавьте мелко нарезанные и обжаренные на части масла лук и грибы, чабрец, посолите и тщательно перемешайте. Из приготовленного фарша сформируйте котлеты, обжарьте их на части масла, затем прогрейте под крышкой или в духовке. Готовые котлеты посыпьте частью сыра.

Картофель нарежьте ломтиками и обжарьте на оставшемся масле до готовности. Подавайте котлеты с жареным картофелем, посыпанным оставшимся тертым сыром.



Любителей кулинарных экспериментов ждем на нашем сайте www.millionmenu.ru



كوتلتى КОТЛЕТЫ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С КАПУСТОЙ

На 4 порции:

- 500 г мякоти телятины
или говядины
- 200 г белокочанной
капусты
- 1 головка
репчатого лука
- 1 ст. ложка рубленой
зелени петрушки
- 1 яйцо
- 1/2 стакана воды
- 50 г сливочного масла
- молотый черный
перец
- соль

Капусту мелко нашинкуйте, обдайте кипятком, выдержите 15 минут и отожмите. Мясо с луком пропустите через мясорубку, добавьте капусту, воду, зелень петрушки и яйцо. Посолите, поперчите и перемешайте. Из полученной массы сформируйте котлеты, уложите их в смазанную маслом форму, уложите сверху масло, нарезанное кусочками. Запекайте 25 минут при 200 °С. Через 10 минут после начала запекания переверните. Подавайте котлеты с отварными овощами, оформив зеленью укропа.

Мясо для котлет лучше всего пропускать через мясорубку три раза. По желанию телятину или говядину смешивают со свиной. Лук можно мелко нарезать, обжарить на масле до золотистого цвета, а затем добавить к фаршу. Иногда половину лука пропускают через мясорубку с мясом, а оставшийся обжаривают. Овощные добавки из капусты, картофеля, моркови, тыквы, кабачков и т. д. делают котлеты мягкими и придают им пикантность.



كوتلتا КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ

на 4 порции:

- 200 г мякоти говядины
- 200 г мякоти свинины
- 3 ст. ложки овсяных хлопьев
- 1 шт. картофеля
- 1 головка репчатого лука
- 3 ст. ложки пшеничной муки
- 1 яйцо
- 4 ст. ложки молока
- 1/2 ч. ложки сушеного молотого тимьяна
- 1/2 стакана растительного масла
- молотый черный перец
- соль



Чтобы котлеты были пышными, сочными и нежными, в фарш можно добавить немного сливочного масла. Очень мелко нарезанный шпик придаст котлетам дополнительную сочность и необычный внешний вид.

Мякоть говядины и свинины пропустите через мясорубку. Картофель и репчатый лук натрите на мелкой терке. Перемешайте фарш с овсяными хлопьями, мукой, яйцом, молоком, натертыми картофелем и луком. Приправьте солью, перцем и тимьяном. Поставьте в холодильник на час.

Сформируйте из приготовленного фарша котлеты и обжарьте их на разогретом растительном масле до образования золотистой корочки, затем прогрейте под крышкой или в духовке. На гарнир к котлетам подайте картофельное пюре или овощной салат.



كوتلتى

КОТЛЕТЫ ПО-КИЕВСКИ

На 2 порции:

- 2 куриных филе
с крыльной косточкой
- 160 г сливочного масла
- 2 ст. ложки рубленой
зелени укропа
- 1 вареный яичный
желток
- 2 стакана
растительного масла
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки белых
панировочных
сухарей
- соль



Рецепты из золотого
фонда русской кулинарии
представлены на нашем
сайте www.millionmenu.ru

Сливочное масло разомните, смешайте с тертым яичным желтком и зеленью, посолите. Разделите масло на две равные части, сформируйте каждую в виде яйца, охладите.

Каждое филе отбейте в ровный пласт. Надрежьте сухожилие и верхнюю пленку у филе, обрубите утолщенную часть крыльной косточки (1). На середину подготовленных филе положите охлажденное масло (2). Края филе соедините над маслом так, чтобы они полностью закрыли масло. Котлеты посолите, смочите во взбитом яйце,

запанируйте в сухарях или натертой на терке черствой булке, затем вновь смочите в яйце и запанируйте в сухарях (3). Жарьте котлеты во фритюре до образования золотистой корочки, доведите до готовности в духовке при 200 °С. При подаче на каждую крыльную косточку наденьте папильотку. Гарнируйте котлеты картофелем пай и отварным зеленым горошком, заправленным маслом.



1



2



3

كندر КОТЛЕТЫ С ЧЕСНОКОМ И ПРЯНЫМИ ТРАВАМИ



На 4 порции:

- 400 г мясного фарша
- 1 яйцо
- 1 1/2 ч. ложки сушеного молотого базилика
- 1 1/2 ч. ложки сушеной молотой зелени петрушки
- 1/2 стакана воды
- 1/2 стакана тертого твердого сыра
- 100 г панировочных сухарей
- 2 зубчика чеснока
- 1/2 ч. ложки молотого красного перца

Смешайте фарш с предварительно измельченным чесноком и остальными ингредиентами, но сухарей добавьте только половину указанного количества. Из приготовленного фарша сформируйте котлеты, запанируйте каждую в оставшихся сухарях и уложите на противень, смазанный маслом. Запекайте котлеты 30 минут при 200 °С. Подавайте котлеты с отварными макаронами и кетчупом.

كوتلتا

КОТЛЕТЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ



На 2 порции:

- 200 г говяжьего фарша
- 30 г черствого пшеничного хлеба без корок
- 1/2 стакана воды
- 2 ст. ложки растительного масла

Для соуса:

- 1 стакан молока
- 1 ст. ложка пшеничной муки
- 1 ст. ложка сливочного масла
- 2 ч. ложки тертого твердого сыра
- соль

Фарш пропустите через мясорубку с частой решёткой. Хлеб замочите в воде и после того, как он набухнет, отожмите. Соедините хлеб с фаршем и еще раз пропустите через мясорубку. Влейте оставшуюся от замачивания хлеба воду, посолите, перемешайте. Из приготовленной массы сформируйте котлеты и обжарьте их на масле до образования золотистой корочки.

Для соуса муку подсушите, смешайте с маслом и молоком, доведите до кипения, посолите, процедите. Готовые котлеты выложите в форму, смазанную маслом, полейте приготовленным молочным соусом, посыпьте тертым сыром и запекайте при 230 °С до образования румяной корочки.

كوتلتى

КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ

На 4 порции:

- 300 г мякоти курицы
или индейки
- 80 г пшеничного
черствого хлеба
- 100 г молока или воды
- 40 г сливочного масла
- 50 г топленого масла
- 40 г пшеничных
молотых сухарей
- соль

Мякоть птицы пропустите через мясорубку (1), соедините с предварительно замоченным в молоке или воде хлебом, перемешайте и еще раз пропустите через мясорубку. Добавьте соль, 1/2 сливочного масла и взбейте массу. Из приготовленной массы сформируйте котлеты (2). Котлеты запанируйте в сухарях (3). Обжарьте на топленом масле до готовности, затем прогрейте в духовке или под крышкой. При подаче полейте котлеты оставшимся растопленным сливочным маслом, гарнируйте зеленым горошком и жареным картофелем.



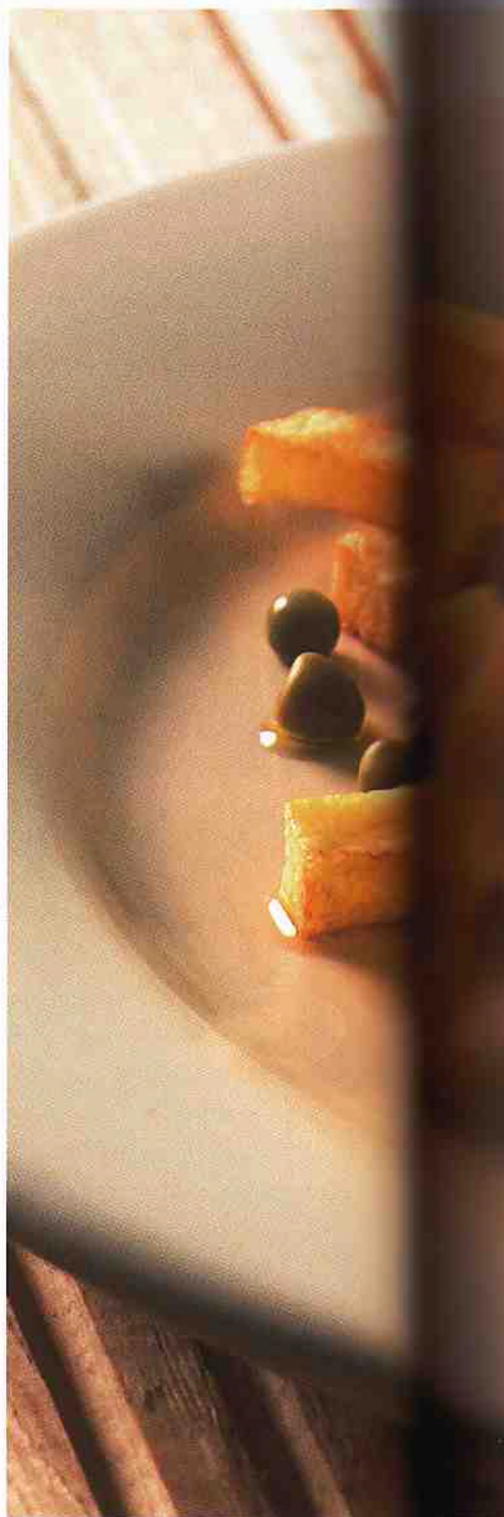
1



2



3





كوتلتى

КОТЛЕТЫ ИЗ ПЕЧЕНКИ

На 4 порции:

- 400 г говяжьей печени
- 120 г шпика
- 2 головки
репчатого лука
- 1 яйцо
- 1/2 стакана
панировочных
сухарей
- 4 ст. ложки
растительного масла
- 1/2 ч. ложки
рубленого майорана,
молотый черный
перец,
соль

Лук мелко порубите и обжарьте на части масла.

Шпик мелко нарежьте, обжарьте до вытапливания жира, добавьте печеньку, нарезанную кусочками, и жарьте до готовности все вместе, накрыв крышкой. Охладите.

Печенку со шпиком пропустите через мясорубку, добавьте яйца, обжаренный лук, соль, перец, майоран, перемешайте. Из приготовленной массы сформируйте котлеты, запанируйте их в сухарях и обжарьте на масле. Подайте котлеты со свежими овощами.

С печени легко снять пленку, если опустить ее на минуту в горячую воду. Перед жареньем выдержите печеньку 2–3 часа в молоке – она станет особенно вкусной. Во время жаренья солить печеньку нельзя, иначе она станет жесткой.



كوتلتا

КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ С ОРЕХАМИ

На 4 порции:

- 400 г куриного филе
- 2 ст. ложки сливок
- 2 ст. ложки
рубленого фундука
- 1 ч. ложка
сливочного масла
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки
пшеничной муки
- 3 ст. ложки
растительного масла
- молотый черный
перец
- соль

Куриное филе дважды пропустите через мясорубку.

Фундук обжарьте на сливочном масле и добавьте к приготовленному фаршу, заправьте сливками, поперчите, посолите и перемешайте.

Из приготовленной массы сформируйте котлеты, смочите их во взбитом яйце, запанируйте в муке и обжарьте до золотистого цвета на растительном масле, доведите до готовности в духовке.

Подавайте котлеты с картофелем, жаренным во фритюре.



Рубленые котлеты из мяса или птицы должны иметь массу 80–100 г, при этом толщина изделий не должна превышать 3 см. При таком соотношении достигается идеальный баланс: с одной стороны, котлеты хорошо прожариваются, а с другой – мясо остается сочным.



كوز КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ С ШАМПИНЬОНАМИ

На 4 порции:

2 куриных филе
с косточкой
80 г шампиньонов
6 ст. ложек
густых сливок
1 ч. ложка
пшеничной муки
1 ч. ложка
сливочного масла
2 яйца

1/2 черствого батона
без корок
1 ст. ложка молока
2 стакана
растительного масла
1/2 ч. ложки мускатного
тертого ореха
молотый черный
перец
соль

Отделите малое филе от большого, большое филе надрезьте вдоль, разверните, отбейте, перережьте сухожилие (1).

Малое филе, вытянув сухожилие, слегка отбейте, посолите, поперчите.

Для соуса муку слегка подсушите, разотрите со сливочным маслом.

Сливки доведите до кипения, слегка охладите и соедините с мукой и мускатным орехом, варите 5 минут.

Грибы порубите, слегка обжарьте на масле, залейте соусом и тушите 5 минут, охладите.

Выложите на большое филе грибы в соусе, накройте малым филе (2).

Заверните филе в виде котлеты, поместите в холодильник на 10 минут. Батон натрите на терке. Котлеты обмакните в смесь молока с яйцом, обваляйте в тертом батоне, снова обмакните в яичную смесь, обваляйте в тертом батоне (3). Котлеты обжарьте во фритюре и доведите до готовности в духовке. Гарнируйте котлеты жареным картофелем пай и консервированными фруктами.



Выберите рецепт блюда из курицы на сайте www.millionmenu.ru и пусть он станет вашим любимым!



1



2



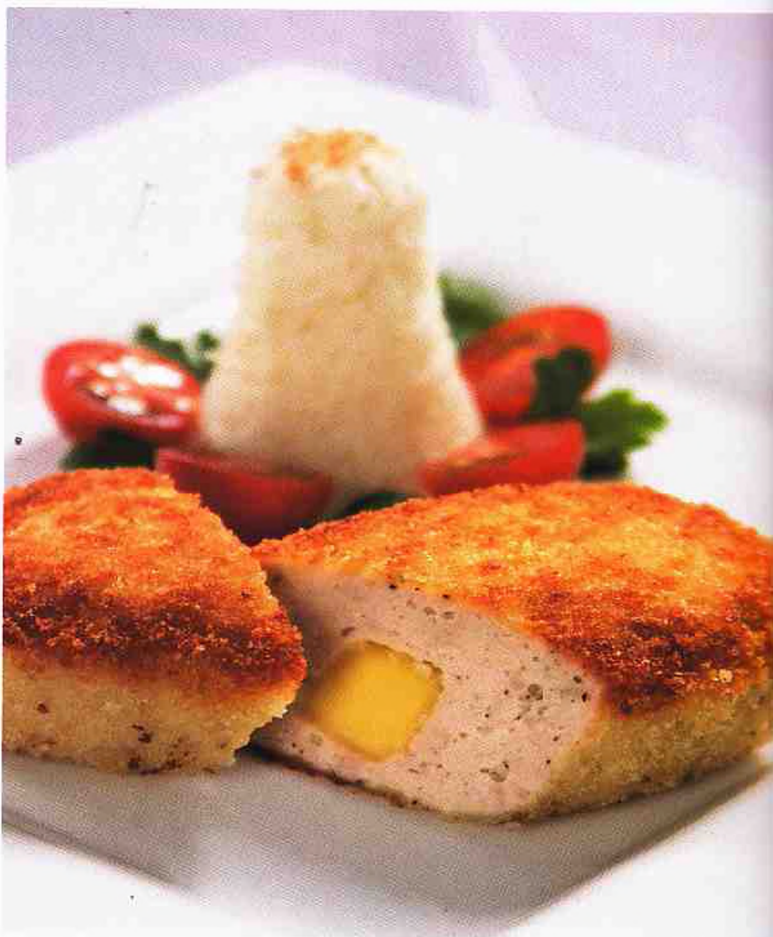
3

Котлеты, фаршированные сыром

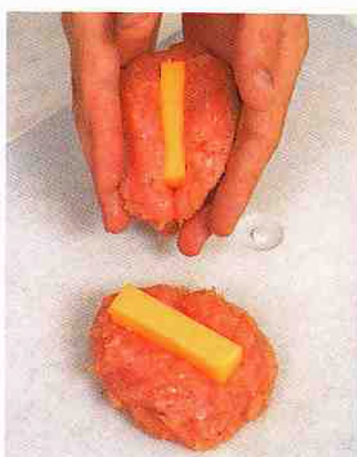
На 4 порции:

600 г мякоти курицы
160 г твердого сыра
100 г сливочного масла
4 ломтика
черствого батона
2 яйца
соль

Мякоть курицы пропустите два раза через мясорубку (1), влейте 4 столовые ложки воды, посолите и перемешайте. Сформируйте котлеты, внутрь каждой вложив по ломтику сыра (2). Смочите котлеты в яйцах, запанируйте в крошках батона (3). Обжарьте котлеты на сливочном масле до образования золотистой корочки. Доведите до готовности в духовке.



1



2



3

كندر КОТЛЕТЫ С АРОМАТНОЙ НАЧИНКОЙ

На 4 порции:

300 г мякоти курицы
200 г мякоти свинины
1 яйцо
1/2 стакана молока
4 ст. ложки
панировочных
сухарей
3 ст. ложки
топленого масла

Для начинки:

100 г сливочного масла
50 г твердого сыра
2 ст. ложки рубленой
зелени петрушки
молотый черный
перец, соль

Мякоть курицы и свинины пропустите через мясорубку, добавьте яйцо, молоко, соль и перемешайте. Для начинки сливочное масло смешайте с тертым сыром и зеленью, охладите. Из мясного фарша сформируйте небольшие лепешки, в центр каждой положите начинку, края соедините и придайте котлетам овальную форму. Запанируйте котлеты в сухарях и обжарьте на топленом масле. Прогревайте 5–6 минут в духовке. Гарнируйте отварными овощами.



Половину панировочных сухарей можно заменить измельченными орехами.

👑
РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ
С КАРТОФЕЛЕМ





На 4 порции:

- 400 г филе рыбы
- 100 г креветок
- 2 шт. картофеля
- 1 корень петрушки
- 1 ст. ложка каперсов
- 2 ст. ложки лимонного сока
- 4 ст. ложки рубленой зелени петрушки
- 2 ст. ложки майонеза
- 1/2 стакана пшеничной муки
- 1/2 стакана растительного масла
- 4 горошины черного перца
- 1 ст. ложка молотый черный перец
- соль

Для соуса:

- 1 стакан густых сливок
- 4 ст. ложки рубленой зелени укропа
- 2 ст. ложки горчицы

Филе рыбы припускайте 5–7 минут в подсоленной воде с добавлением корня петрушки и перца горошком. Филе выньте, обсушите и мелко порубите. Креветок сварите в подсоленной воде, очистите.

Часть креветок отложите для оформления, оставшихся мелко нарежьте.

Картофель отварите в подсоленной воде, воду слейте, картофель подсушите и протрите горячим. Каперсы мелко нарежьте, отложив немного для оформления.

Филе соедините с нарезанными креветками, картофельной массой, каперсами, лимонным соком, рубленой зеленью, майонезом, посолите, поперчите и перемешайте. Из массы сформируйте котлеты, запанируйте их в муке. Котлеты обжарьте на масле до образования румяной корочки, затем доведите до готовности в духовке.

Для соуса сливки соедините с зеленью и горчицей, доведите до кипения.

При подаче котлеты выложите на блюдо, подлейте соус.

Оформите креветками и каперсами.

رند РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ С ОВОЩАМИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ФОЛЬГЕ



На 4 порции:

- 250 г филе рыбы (горбуши)
- 100 г черствого
пшеничного хлеба
- 75 г молока
- 1 ст. ложка
манной крупы
- 150 г очищенных
креветок
- 1 помидор
- 1 сладкий перец
- 100 г шампиньонов
- 2 ст. ложки
сливочного масла

Филе рыбы нарежьте кусочками и дважды пропустите через мясорубку. Хлеб замочите в молоке, отожмите. Помидор и шампиньоны нарежьте ломтиками, сладкий перец – кольцами. К рыбе добавьте замоченный хлеб, манную крупу, соль, перец и взбейте в однородную массу. Из рыбной массы сформируйте «лодочки», выложите их на фольгу. Заполните «лодочки» креветками, шампиньонами, помидорами и сладким перцем. «Лодочки» с овощами сбрызните растопленным сливочным маслом, заверните в фольгу и запекайте 25–30 минут при 220 °С. Подавайте блюдо в фольге.

كوتلتى

КОТЛЕТЫ ИЗ КАЛЬМАРОВ



На 6 порций:

- 800 г филе кальмаров
- 1 головка репчатого лука
- 2 яйца
- 50 г черствого пшеничного хлеба
- 1/4 стакана воды
- 1/2 стакана панировочных сухарей
- 2 ст. ложки растительного масла
- молотый черный перец, соль

Филе кальмаров и лук пропустите через мясорубку. Добавьте яичный желток и размоченный в воде хлеб. Фарш посолите, поперчите и взбейте. Добавьте в фарш взбитый белок, перемешайте. Сформируйте небольшие котлеты, смочите их в яйце, запанируйте в сухарях и обжарьте на масле до образования золотистой корочки, затем прогрейте под крышкой или в духовке.

Подавайте с картофельным пюре и сливочным соусом (см. с. 53).

Тушки кальмаров очистите от кожицы, удалите внутренности и хитиновую пластину. Филе промойте.

Котлеты из моркови



На 4 порции:

- 500 г моркови
- 1 ст. ложка сливочного масла
- 4 ст. ложки молока
- 3 ст. ложки манной крупы
- 1 яичный желток
- 1/2 стакана панировочных сухарей
- соль

Натрите морковь на мелкой терке, влейте небольшое количество воды и припускайте 10 минут, добавьте молоко и доведите до готовности. Когда морковь станет мягкой, всыпьте манную крупу и варите, помешивая, до получения густой однородной массы. Морковную массу

слегка охладите, добавьте в нее яичный желток, посолите.

Из приготовленной массы сформируйте котлеты, запанируйте их в сухарях и запекайте 5–10 минут.

Подавайте котлеты со сметаной.

كوتلتا

КОТЛЕТЫ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

На 6 порций:

- 1 кг картофеля
- 2 яйца
- 4 ст. ложки
панировочных
сухарей
- 4 ст. ложки
сливочного масла
- 6 ст. ложек
топленого масла
- 2 ст. ложки рубленой
зелени укропа
- 2 ст. ложки
рубленой кинзы
молотый черный
перец
соль

Картофель отварите, протрите горячим, посолите, поперчите, добавьте сливочное масло, рубленую зелень, яйца, перемешайте. Из картофельной массы сформируйте котлеты, запанируйте их в сухарях и обжарьте на топленом масле до образования золотистой корочки. Подавайте со сметаной, оформив веточками зелени.



«ЗОЛОТИСТЫЕ» КОТАЕТКИ

На 4 порции:

1 кг цветной капусты
2 яйца
1/2 стакана
пшеничной муки
3 ломтика батона
без корок
1/2 стакана молока

1/4 ч. ложки рубленого
майорана
1 пучок зелени
петрушки и укропа
4 ст. ложки
растительного масла
молотый белый перец,
соль



Капусту разберите на соцветия, отварите до готовности в подсоленной воде, охладите и измельчите.

Яичные желтки отделите от белков и соедините с капустой, посолите, добавьте перец, майоран, мелкорубленную зелень и перемешайте.

Соедините с предварительно замоченным в молоке батонem, мукой и еще раз перемешайте. Белки взбейте в крепкую пену, введите в капустную массу.

Из приготовленной массы жарьте котлеты на масле с двух сторон до золотистого цвета, выкладывая массу ложкой небольшими порциями. Перед подачей промокните лишний жир с помощью бумажной салфетки. Подавайте котлеты со сметаной и гарниром из свежих овощей.



Если вы любите цветную капусту, зайдите на наш сайт www.millionmenu.ru
Вы будете приятно удивлены!

كوتلتا
КОТЛЕТЫ
 ИЗ КАПУСТЫ



На 4 порции:

- 500 г белокочанной капусты
- 1/2 стакана молока
- 3 ст. ложки растительного масла
- 2 ст. ложки манной крупы
- 1/2 стакана панировочных сухарей
- соль

Капусту мелко нарежьте и припустите до полуготовности, добавив небольшое количество воды. Влейте молоко, доведите до кипения и всыпьте, непрерывно помешивая, манную крупу. Посолите и припускайте 5–7 минут. Массу слегка охладите, сформируйте

котлеты, запанируйте их в сухарях.

Обжарьте котлеты на масле до образования золотистой корочки.

Подавайте котлеты со сметаной или йогуртом без фруктовых добавок.



كوتلتى

КОТЛЕТКИ ИЗ БОТВЫ РАННИХ ОВОЩЕЙ С ОРЕХАМИ

На 4 порции:

- 500 г ботвы ранних овощей
- 100 г грецких орехов
- 2–3 зубчика чеснока
- 1 головка репчатого лука
- 2–3 веточки зелени укропа
- 2–3 веточки кинзы
- молотый красный перец
- хмели-сунели
- 1 ст. ложка красного винного уксуса



Хотите готовить быстро, вкусно и недорого? Тогда станьте постоянным посетителем нашего сайта www.millionmenu.ru

Ботву переберите, тщательно промойте в проточной воде (1), затем залейте 1 стаканом горячей воды, вновь доведите ее до кипения и сразу уменьшите огонь до минимума, чтобы сохранить витамины и питательные вещества. Варите ботву 30–40 минут, откиньте на дуршлаг, охладите (2). Ботву отожмите и очень мелко порубите ножом (3) (или пропустите через мясорубку). Орехи пропустите через мясорубку, добавьте рубленую ботву, толченый чеснок (4), перец, хмели-сунели, мелко нарезанный репчатый лук, уксус, рубленые кинзу и зелень

укропа, посолите по вкусу. Из приготовленной массы сформируйте маленькие порционные «котлетки», выложите на блюдо, оформите зеленью.



1



2



3



4

كوتلتى КОТЛЕТЫ ИЗ КУКУРУЗЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ

На 2 порции:

- 240 г консервированной кукурузы
- 20 г топленого масла
- 30 г молока
- 20 г манной крупы
- 1 яйцо
- 60 г чернослива без косточек
- 1/2 стакана панировочных сухарей
- 1 ч. ложка сахара
- соль

Кукурузу вместе с заливкой варите до выпаривания жидкости, затем добавьте молоко, половину масла и доведите смесь до кипения. В кукурузную массу всыпьте крупу, перемешайте, варите 10 минут, после чего охладите и измельчите. В приготовленную массу введите яйцо, мелко нарезанный чернослив, сахар, соль, перемешайте.

Из массы сформируйте котлеты, запанируйте их в сухарях и обжарьте на масле до золотистого цвета. При подаче выложите котлеты на блюдо, по желанию полейте их растопленным сливочным маслом.



كوتلتى КОТЛЕТЫ ИЗ СВЕКЛЫ С ТВОРОГОМ



На 4 порции:

- 500 г вареной свеклы
- 1 стакан воды
- 100 г репчатого лука
- 100 г творога
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки манной крупы
- 3 зубчика чеснока
- 3 ст. ложки панировочных сухарей
- 50 г растительного масла

Свеклу натрите на крупной терке, залейте водой (1), доведите до кипения, всыпьте манную крупу и варите 15 минут, затем слегка охладите и добавьте яйцо. Лук мелко нашинкуйте и обжарьте на части масла без изменения цвета. Подготовленные овощи смешайте с творогом, свекольной массой. Из массы сформируйте котлеты, запанируйте их в сухарях (2) и обжарьте на оставшемся масле. Подавайте котлеты со сметаной и зеленью.



1



2

تریبئیے КОТЛЕТЫ



На 4 порции:

- 1 кг грибов
- 2 головки репчатого лука
- 2 яйца
- 1 стакан панировочных сухарей
- 6 ст. ложек растительного масла
- 2 ст. ложки сливочного масла
- молотый черный перец
- соль

Грибы отварите в подсоленной воде. Затем воду слейте, грибы отожмите и пропустите через мясорубку вместе с репчатым луком.

В грибную массу добавьте соль, перец, яйца, панировочные сухари (3 столовые ложки), перемешайте.

Из приготовленной массы сформируйте котлеты, запанируйте их в сухарях и жарьте на растительном масле до готовности.

При подаче полейте котлеты сливочным маслом, гарнируйте картофельным пюре. Оформите веточкой зелени.

رز РИСОВЫЕ КОТЛЕТЫ

На 2 порции:

по 50 г риса и зеленого лука

1 головка
репчатого лука

1 морковь

1 яйцо

200 г овощного бульона

2 ст. ложки оливкового
масла

2 ст. ложки
панировочных сухарей

1/4 ч. ложки молотого
мускатного ореха
молотый черный
перец, соль

Рис залейте кипящим подсоленным овощным бульоном и варите до готовности.

Лук нарежьте мелкими кубиками, зеленый лук – колечками, морковь нашинкуйте соломкой.

Овощи обжарьте на части масла, соедините с рисом, яйцом, мускатным орехом, посолите, поперчите и перемешайте.

Из приготовленной массы сформируйте

4 котлеты, запанируйте их в сухарях, обжарьте на оставшемся масле до образования золотистой корочки. Подавайте котлеты с томатным соусом.



Рецепты других оригинальных блюд с рисом вы найдете на сайте

www.millionmenu.ru



كوتلتى

КОТЛЕТЫ С КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ



На 4 порции:

100 г вермишели
600 г крабовых палочек
2 ст. ложки рубленой
зелени укропа
40 г тертого
твердого сыра
1 ст. ложка
пшеничной муки
1/2 головки
репчатого лука
2 яйца

1 красный сладкий перец
2 ст. ложки
растительного масла
молотый черный перец

Для соуса:

2 крупных помидора
2 зубчика чеснока
2 ст. ложки кетчупа
чили
1 ч. ложка сушеной
молотой душицы

Для приготовления соуса сальса чеснок разотрите, помидоры мелко нарежьте, добавьте душицу, кетчуп чили, все смешайте, выдержите при комнатной температуре 1 час.

Вермишель варите 5 минут в кипящей подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, слегка охладите и соедините с мелко нарезанными крабовыми палочками, зеленью укропа, мелко нарезанным сладким перцем без семян, черным молотым перцем, сыром, мукой, мелко нарезанным луком. Добавьте взбитые яйца, хорошо перемешайте. Сформируйте из приготовленной массы 12 плоских котлет, поместите их в холодильник на 30 минут.

Перед подачей обжарьте котлеты на масле до образования золотистой корочки. Подавайте к столу горячими с соусом сальса.



Котлеты на любой вкус
на нашем сайте

www.millionmenu.ru

نهز НЕЖНЫЕ КОТЛЕТКИ

На 4 порции:

- 500 г филе курицы
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки
пшеничной муки
- 250 г майонеза
- 2 ст. ложки рубленой
зелени укропа
- 2 ст. ложки рубленой
зелени петрушки
- 4 ст. ложки
растительного масла
- соль

Филе нарежьте мелкими кубиками, залейте 150 г майонеза, поставьте на 2 часа в холодильник для маринования. Замаринованное филе соедините с мукой, солью, яйцом, перемешайте. Приготовленную массу жарьте в виде оладий с обеих сторон на разогретом растительном масле до образования румяной корочки.

Оставшийся майонез соедините с рубленой зеленью, оставив часть ее для оформления, взбейте венчиком. При подаче котлеты посыпьте зеленью, полейте соусом. На гарнир подайте отварные макаронные изделия.



ЗРАЗЫ, БИТОЧКИ, БИФШТЕКСЫ

По мере того как котлета приобретала свой сегодняшний вид и статус, у нее появилось множество «родственников». С незапамятных времен в русской кухне есть такое блюдо как тельное. Это изделие из рыбного фарша стало, вероятнее всего, прародителем рыбных котлет. Не далеко от классических котлет ушли отбивные и эскалопы. Бифштексы и шницели также ближайшие «родственники» котлеты в классическом ее понимании. Бифштекс – кусок говядины, который имеет разную степень прожаренности. Шницель в переводе с немецкого означает «вырезка», а само блюдо, как нетрудно догадаться, родом из Германии. Правда, в России эти изделия также изменились до неузнаваемости: бифштексы и шницели теперь зачастую делают из мясного фарша, добавляя к названию слово «рубленный». Трансформировались в нашей стране и зразы. Вообще, блюдо это польское и в первоначальном варианте зразы были не чем иным, как жареной отбивной. Самыми ближайшими «родственниками» советских котлет можно по праву считать фрикадельки и биточки, или битки. Классические фрикадельки делают из мясного фарша и готовят на пару, но в наше время их и жарят, и тушат, а к фаршу добавляют различные ингредиенты. Биточками называют котлеты не продолговатой, а круглой формы. Их также готовят не только из мяса, рыбы, птицы, но и из овощей или круп.

عسكالوپي ЭСКАЛОПЫ В ТОМАТНО-СЫРНОЙ КОРОЧКЕ

На 4 порции:

- 600 г мякоти баранины
(корейка, окорок)
- 500 г помидоров
- 2 зубчика чеснока
- 3 ст. ложки
растительного масла
- 1 ч. ложка сахара
- 2 ст. ложки сметаны
- 50 г твердого сыра
- молотый черный
перец
- соль

Для соуса помидоры дошпарьте и, сняв кожицу, мелко нарежьте. Чеснок порубите и обжарьте на части масла. Добавьте помидоры, сахар, посолите, поперчите и тушите до загустения. Соедините соус со сметаной, перемешайте. Баранину разрежьте на 8 кусков и отбейте. С помощью ножа придайте кускам овальную форму. Жарьте мясо на оставшемся масле по 3 минуты с каждой стороны до образования румяной корочки. Посолите, поперчите. Эскалопы смажьте соусом, посыпьте тертым сыром и запекайте при 250 °С до образования хрустящей корочки.



نانز Пикантная Говядина



На 6 порций:

- 900 г мякоти говядины
- 2 ст. ложки топленого масла
- 170 г корня хрена
- 1 ст. ложка горчицы
- 3 ст. ложки сметаны
- 1 стакан панировочных сухарей
- молотый черный перец
- соль

Говядину порубите (1), посолите, поперчите, влейте 1/2 стакана воды и взбейте.

Из приготовленной массы сформируйте котлеты (2).

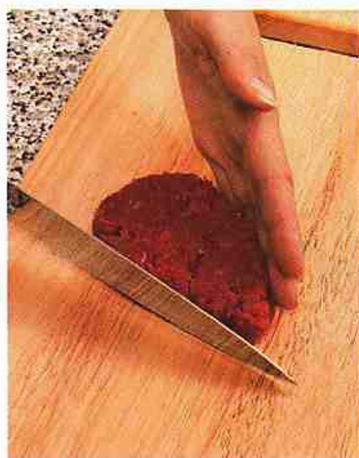
Котлеты запанируйте в сухарях и обжарьте на масле до образования золотистой корочки.

Корень хрена натрите на мелкой терке, смешайте с горчицей и сметаной.

Смесью смажьте котлеты и запекайте 20 минут при 170 °С. Подавайте котлеты с жареными и маринованными овощами.



1



2

شنيצל ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ С ОРЕХАМИ



На 6 порций:

900 г свинины (корейка)
3 ст. ложки
пшеничной муки
1 яйцо
6 ст. ложек
хлопьев миндаля
2 ст. ложки
оливкового масла
молотый черный
перец
соль

Свинину нарежьте порционными кусками. Отбейте, посолите и поперчите. Подготовленные шницели запанируйте в муке, смочите во взбитом яйце и посыпьте хлопьями миндаля. Обжарьте на оливковом масле до золотистого цвета и прогрейте до готовности в духовке.

При подаче выложите шницели на блюдо и оформите зеленью петрушки. На гарнир подавайте запеченный «в мундире» картофель.



Попробуйте также приготовить шницель в миндальной корочке. Рецепт вы найдете на сайте www.millionmenu.ru

ننز ОТБИВНЫЕ В СЛАДКОЙ КОРОЧКЕ



На 2 порции:

400 г мяса ягненка
(корейка
с 4 косточками)
2 ст. ложки сахара
1 ст. ложка горчицы

1 веточка розмарина
4 шт. картофеля
1 ст. ложка
растительного масла
молотый черный
перец
соль

Корейку разрежьте на 4 котлеты по ширине кости. Мякоть надрежьте вдоль кости на 1–2 см. Зачистите косточку и обрубите конец под углом. Мякоть отбейте и с помощью ножа придайте ей овальную форму. Посолите, поперчите.

Смажьте отбивные горчицей, посыпьте листиками розмарина и обваляйте в сахаре. Картофель хорошо промойте и, не очищая, тонко нарежьте. Обсушите бумажным полотенцем.

Противень сбрызните маслом и разложите на нем в один слой ломтики картофеля. Сбрызните картофель маслом, поперчите и посыпьте листьями розмарина. Сверху уложите отбивные. Запекайте под грилем 10–15 минут, не переворачивая, до готовности и образования золотистой корочки.

مزرز МЯСНЫЕ ОЛАДЬИ

На 2 порции:

300 г мякоти говядины
2 яйца
80 г молока
1–2 ст. ложки
растительного масла
молотый черный
перец
соль

Мясо дважды пропу-
стите через мясо-
рубку с мелкой решет-
кой. Добавьте в фарш
слегка взбитые яйца,
молоко, посолите, попер-
чите и перемешайте.
Выкладывайте порции
массы на раскаленную
с растительным маслом
сковороду и обжаривайте

до образования золоти-
стой корочки. Доведите
оладьи до готовности
в течение 10 минут
в разогретой духовке.
При подаче полейте
оладьи растопленным
сливочным маслом
и оформите зеленью
петрушки и ягодами
физалиса.



بیتوچی

БИТОЧКИ ПО-КИШИНЕВСКИ



На 6 порций:

600 г мякоти свинины
6 яиц
2 ст. ложки молока
2 ст. ложки
пшеничной муки
2 ст. ложки
сливочного масла
2 ст. ложки
растительного масла
молотый черный
перец
соль

Мясо пропустите через мясорубку, посолите, поперчите, добавьте 3 яйца и взбейте фарш. Разделайте фарш на биточки (по одному на порцию). Биточки смочите в смеси растопленного сливочного масла, муки, молока и оставшихся яиц. Жарьте биточки на растительном масле

до образования золотистой корочки. Доведите до готовности под крышкой. При подаче полейте биточки растопленным сливочным маслом, гарнируйте жареным луком и посыпьте ягодами красной смородины.

بیتوچی

БИТОЧКИ С КЕДРОВЫМИ ОРЕХАМИ

На 4 порции:

- 500 г фарша из баранины
- 50 г кедровых орехов
- 20 г сливочного масла
- 4 ст. ложки рубленой зелени петрушки
- 1 головка репчатого лука
- 1 ч. ложка молотой сушеной мяты
- 1/2 черствого пшеничного батона
- 2 ст. ложки растительного масла
- молотый черный перец
- соль

Орехи подрумяньте на сливочном масле, охладите.

Фарш смешайте с зеленью, мелко рубленным луком, мятой, посолите, поперчите, добавьте 2 столовые ложки воды и взбейте массу.

Приготовленную массу разделите на 4 части, сформируйте лепешки. Положите на каждую лепешку кедровые орехи. Соедините края лепешек, придавая изделиям круглую приплюснутую форму.

С батона срежьте корочки, натрите мякиш на терке.



Запанируйте биточки в крошках батона и обжарьте на растительном масле до образования румяной корочки, затем прогрейте в духовке.

При подаче полейте биточки маслом, оставшимся после обжаривания орехов. Гарнируйте жареным картофелем, оформите листиками зелени.

بننز БИТОЧКИ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С РИСОМ



На 4 порции:

450 г мякоти телятины

1 ломтик черствого
пшеничного хлеба

по 4 ст. ложки молока
и панировочных
сухарей

2 ст. ложки
растительного масла

1/2 стакана риса

1 стакан мясного
бульона

2 ст. ложки
сливочного масла

2 ст. ложки
томатного пюре

Для соуса:

2 стакана сметаны
по 1 ст. ложке пшеничной
муки, сливочного
масла и тертого
твердого сыра

2 ст. ложки
измельченной зелени
петрушки

Телятину пропустите через мясорубку, перемешайте с предварительно замоченным в молоке хлебом, посолите, поперчите.

Сформируйте из фарша 4 биточка, запанируйте их в сухарях и обжарьте на растительном масле до образования золотистой корочки.

Рис залейте горячим бульоном, посолите, доведите до кипения и сварите рассыпчатую кашу. Добавьте в кашу томатное пюре, перемешайте.

Для соуса муку обжарьте на масле без изменения цвета, слегка охладите и, соединив со сметаной, доведите до кипения, посолите.

В 4 порционные формы выложите кашу, на нее уложите биточки, полейте их сметанным соусом, посыпьте тертым сыром, сбрызните растопленным сливочным маслом и запекайте 15 минут. При подаче биточки с рисом посыпьте рубленой зеленью.

بیتوچی

БИТОЧКИ С КИВИ И АНАНАСОМ

На 4 порции:

- 500 г мясного фарша
- 1 головка репчатого лука
- 2 ст. ложки рубленой зелени петрушки
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки панировочных сухарей
- 2 ст. ложки топленого масла
- 100 г ананаса
- 1 киви
- 100 г сыра гауда
- молотый черный перец
- соль

Лук порубите, смешайте с фаршем, зеленью, добавьте яйцо, соль, перец и перемешайте. Из приготовленной массы сформируйте биточки, запанируйте их в сухарях и обжарьте на масле. Киви, ананас и сыр нарежьте ломтиками. Биточки выложите на противень, сверху уложите ломтики киви, ананаса и сыра. Запекайте до расплавления сыра. При подаче уложите биточки на блюдо и оформите зеленью.



ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ГРИБАМИ



На 4 порции:

300 г мякоти говядины
1/2 стакана молока
2 ст. ложки
панировочных
сухарей
2 ст. ложки
растительного масла
молотый черный
перец
соль

Для фарша:
40 г сушеных грибов
2 головки
репчатого лука
1 вареное яйцо
1 ст. ложка
растительного масла

Для фарша грибы замочите на 2 часа, затем воду процедите, доведите до кипения, положите в нее грибы и варите 2 часа. Выньте грибы из отвара, мелко порубите. Лук мелко нарежьте и обжарьте на масле. Яйцо мелко порубите, соедините с грибами и луком, фарш посолите. Мясо пропустите через мясорубку, добавьте молоко, посолите, поперчите. Разделайте мясную массу на небольшие лепешки, разложите на них грибной фарш, края лепешек соедините. Запанируйте зразы в сухарях, придавая им овально-приплюснутую форму, и жарьте на масле до образования румяной корочки, до готовности доведите в духовке. Подавайте с рассыпчатой кашей, оформив зеленью петрушки.



Зайдите на сайт
www.millionmenu.ru
и вы удивитесь, как много
разных блюд можно
приготовить из одного
набора продуктов.

زrazy

ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ

На 6 порций:

400 г говяжьего фарша	2 ст. ложки растительного масла
120 г риса	1 ст. ложка сливочного масла
1/2 ч. ложки молотых семян тмина	4 ст. ложки пшеничной муки
1 головка репчатого лука	молотый черный перец
1 стакан мясного бульона	соль
120 г сметаны	

Рис отварите до готовности в большом количестве подсоленной воды, откиньте на дуршлаг, затем смешайте со сливочным маслом, тмином, поперчите и охладите.

Мясной фарш смешайте с тертым луком, посолите, поперчите и разделайте на 6 лепешек. На лепешки разложите рис, края каждой лепешки соедините, формируя зразы. Запанируйте зразы в муке и поджарьте на растительном масле. Уложите зразы в сотейник, добавьте бульон и тушите на слабом огне 20 минут. Добавьте сметану, прогревайте 5 минут.

Посыпьте зразы рубленой зеленью, зернами граната и подавайте с овощным гарниром.

Для панировки вместо муки можно использовать сухари, смешанные с рубленой зеленью.



3 ЗРАЗЫ ИЗ БАРАНИНЫ С КУРАГОЙ

На 6 порций:

- 800 г мякоти баранины
- 1 стакан вареного
коричневого риса
- 150 г кураги
- 1 ст. ложка меда
- 1/2 стакана рубленой
зелени петрушки
- 4 ст. ложки
растительного масла
- Для соуса:**
- 1 головка
репчатого лука
- 2 ст. ложки
сливочного масла
- 1 стакан
абрикосового сока
- 1/2 стакана белого вина
- 1/2 ст. ложки букета
гарни

Баранину разрежьте поперек волокон на 6 кусков и отбейте до толщины 1 см. Курагу нарежьте мелкими кубиками. Для начинки рис соедините с курагой, медом и зеленью, посолите, перемешайте. Каждую отбивную, положив на нее начинку, сверните рулетом. Скрепите зразы шпажками или перевяжите нитками и обжарьте на масле до золотистого цвета.



Переложите в форму для запекания.

Для соуса лук нарежьте соломкой, обжарьте на масле, пока он не станет прозрачным. Добавьте абрикосовый сок, вино, букет гарни и прогревайте на слабом огне до загустения.

Зразы залейте приготовленным соусом и запекайте 20 минут.

При подаче зразы выложите на тарелки.

На гарнир можно подать овощи, приготовленные на пару.

ЗРАЗЫ ИЗ КУРИЦЫ С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ

На 4 порции:

450 г куриного фарша
100 г пшеничного хлеба
1/2 стакана молока
4 ст. ложки
панировочных сухарей
2 ст. ложки
растительного масла
1 ст. ложка
сливочного масла

Для фарша:
1 морковь
1/4 кабачка
1 яйцо
1 ст. ложка молока
1 ст. ложка
растительного масла



Куриный фарш соедините с предварительно замоченным в молоке и отжатым хлебом, посолите, поперчите, еще раз пропустите через мясорубку и хорошо выбейте массу.

Для фарша морковь и кабачок мелко нашинкуйте, обжарьте на масле, залейте яйцом, смешанным с молоком, и доведите до готовности. Нарезьте омлет с овощами мелкими ломтиками.

Из котлетной массы сформируйте лепешки толщиной 1 см, разложите на них фарш. Края лепешек соедините, придайте изделиям овальную форму, запанируйте их в сухарях и жарьте на растительном масле до готовности, сначала на сильном огне, затем уменьшив нагрев. При подаче гарнируйте зразы запеченными овощами.



Зразы могут быть самыми разными. Убедитесь в этом, посетив наш сайт

www.millionmenu.ru

РЫБНЫЕ ЗРАЗЫ

На 6 порций:

- 800 г филе рыбы
- 1 яйцо
- 250 г черствого
пшеничного хлеба
- 1 стакан молока
- 2 головки
репчатого лука
- 500 г шпината
- 1 вареное яйцо
- 1/2 стакана
панировочных сухарей
- 5 ст. ложек
растительного масла

Хлеб замочите в молоке, затем отожмите. Филе рыбы пропустите через мясорубку, добавьте сырое яйцо, рубленый лук, хлеб и молоко, оставшееся от замачивания хлеба, посолите, поперчите и перемешайте. Для начинки шпинат ошпарьте, нарежьте, соедините с рубленным вареным яйцом, посолите, поперчите, перемешайте. Из рыбного фарша

сформируйте лепешки, на каждую положите по 1 столовой ложке начинки, сформируйте зразы, запанируйте их в сухарях. Обжарьте зразы на масле до золотистого цвета, доведите до готовности в духовке. При подаче оформите зразы зеленью укропа.



رز РЫБНЫЕ ЗРАЗЫ С КРЕВЕТКАМИ



Лук мелко нарежьте. Хлеб замочите в молоке и отожмите. Филе рыбы пропустите с луком и хлебом через мясорубку. Добавьте яйцо, посолите, поперчите и перемешайте. Креветок выложите на разделочную доску спинкой вверх и с силой нажмите на них пальцами – креветки распрямятся. Из рыбного фарша сформируйте лепешки, на каждую положите по креветке и сформируйте зразы.

Обжарьте зразы на масле до золотистого цвета и доведите до готовности в духовке. Для соуса чеснок, лук и зелень петрушки измельчите блендером. Добавьте вино и прогревайте, не доводя до кипения. Введите сливки, посолите, поперчите и варите соус до загустения. Процедите соус через сито, добавьте листики розмарина и прогрейте. Подавайте зразы с приготовленным соусом.

На 6 порций:

- 900 г филе рыбы
- 250 г черствого пшеничного хлеба
- 1 стакан молока
- 1 головка репчатого лука
- 450 г очищенных тигровых креветок
- 100 г растительного масла

Для соуса:

- 3 зубчика чеснока
- 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки
- 1 ст. ложка рубленого зеленого лука
- 1 стакан густых сливок
- 1/4 стакана белого вина
- 5 листиков розмарина

Зразы из рыбы или рыбные котлеты будут вкуснее, если мелко нарезанный лук обжарить, охладить и только затем пропустить через мясорубку вместе с филе рыбы и хлебом.



Тельное

На 4 порции:

- 400 г филе рыбы
- 100 г черствого пшеничного хлеба
- 1/2 стакана молока или воды
- 2 головки репчатого лука
- 1 ст. ложка топленого масла
- 120 г грибов
- 2 яйца
- 1/2 стакана панировочных сухарей
- 1 стакан растительного масла
- молотый черный перец
- соль

Тельное – старинное блюдо русской кухни. Поначалу так называли рыбный фарш, потом – пироги и рыбу, начиненные рыбным фаршем, а позже стали называть зразы из рыбного фарша в виде полумесяца.

Хлеб замочите в молоке или воде. Когда хлеб набухнет, отожмите лишнюю жидкость. Мякоть рыбы нарежьте кусочками, смешайте с замоченным хлебом и измельчите. Массу разведите оставшимся от замачивания молоком, добавьте соль, перец, перемешайте и взбейте до однородной консистенции. Для фарша грибы сварите и нарежьте ломтиками. Лук мелко порубите, обжарьте на топленом масле до золотистого цвета, добавьте рубленое вареное яйцо, нарезанные грибы, 1 столовую ложку сухарей и перемешайте. Рыбную массу сформируйте в виде лепешки толщиной 1 см на смоченной водой салфетке (1), на середину уложите фарш. Края массы соедините и придайте изделию форму полумесяца. Сформованные изделия смочите во взбитом яйце и запанируйте

в сухарях (2), затем обжарьте в большом количестве растительного масла до образования корочки и прогревайте в духовке 5–7 минут при 170 °С или под крышкой. Подавайте тельное с рассыпчатой гречневой кашей или картофельным пюре, отдельно можно подать томатный соус.



1



2

ФРИКАДЕЛЬКИ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ



При приготовлении фрикаделек в качестве варианта попробуйте заменить сыр рубленым базиликом.

На 6 порций:

- 600 г мясного фарша
- 1 стакан сливок
- 1/2 стакана красного вина
- 5 ст. ложек тертого твердого сыра
- 1/2 стакана молотого фундука
- 2 зубчика чеснока
- 5 ст. ложек растительного масла
- 3 ст. ложки пшеничной муки
- 1 ч. ложка универсальной приправы для мяса

Мясной фарш перемешайте с универсальной приправой, добавьте фундук и часть сыра. Сформируйте небольшие шарики, запанируйте их в муке. Обжарьте фрикадельки на масле вместе с мелко рубленным чесноком до золотистого цвета. Добавьте вино, сливки и прогревайте 10 минут. Посыпьте сыром. Подавайте фрикадельки с образовавшимся при тушении соусом.

فريكاديلكي ФРИКАДЕЛЬКИ ПО-ГРЕЧЕСКИ



Булочку замочите в воде, отожмите. Мяту мелко нарубите. Лук и чеснок мелко нарежьте, соедините с фаршем. Добавьте в фарш булочку, яйцо, узо, мяту, поперчите, посолите. Из фарша сформируйте небольшие шарики, запанируйте их в муке. Разогрейте 4 столовые ложки оливкового масла, жарьте фрикадельки до золотистого цвета.

Для соуса помидоры ошпарьте и, сняв кожицу, удалите плодоножки и семена, мякоть нарежьте кубиками, выложите в разогретое оливковое масло (2 столовые ложки), добавьте сахар, специи, вино, тушите 15 минут. В томатный соус добавьте майоран, выложите фрикадельки, тушите 8–10 минут. Подавайте фрикадельки вместе с соусом, оформив зеленью.

На 4 порции:

- 500 г фарша из баранины
- 100 г черствой булочки
- 1/2 стакана воды
- 1 головка репчатого лука
- 1 зубчик чеснока
- 1 яйцо
- 1 ст. ложка узо (греческая водка)
- 1/2 пучка мяты
- 1 ст. ложка пшеничной муки

Для соуса:

- 400 г помидоров
- 6 ст. ложек оливкового масла
- 1/2 ч. ложки сахара
- 1/2 ч. ложки молотого красного перца
- 3 ст. ложки красного сухого вина
- 1/2 ч. ложки сушеного майорана
- молотый черный перец
- соль

При подаче оформите фрикадельки листиками базилика и образовавшимся при тушении соусом.

فندز ФАРШИРОВАННЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ ТЕФТЕЛИ

На 6 порций:

- 12 шт. вареного картофеля
- 1 яйцо
- 4 ст. ложки пшеничной муки
- 2 ст. ложки томатного пюре
- 2 стакана бульона
- 4 ст. ложки топленого масла*
- молотый черный перец
- соль

Для фарша:

- 150 г мякоти свинины
- 1 головка репчатого лука

Тефтели существуют в кухнях многих народов мира, например, они считаются одним из основных национальных блюд Швеции. Традиционно они представляют собой шарики из мясного фарша, но в их состав могут входить и другие ингредиенты.



Картофель натрите на мелкой терке, добавьте яйцо, посолите и перемешайте. Для фарша свинину с луком пропустите через мясорубку, посолите, поперчите и перемешайте. Из картофельной массы сформируйте 12–18 лепешек, в центр каждой положите мясной фарш, сделайте

тефтели. Запанируйте тефтели в муке и обжарьте на топленом масле, затем положите в жаровню, залейте бульоном, добавьте пассерованное томатное пюре, перец, соль и тушите 25 минут. При подаче выложите тефтели на блюдо и полейте образовавшимся при тушении соусом.

ТРИБНЫЕ КРОКЕТЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ

На 8 порций:

- 1 кг вареных белых грибов
- 200 г черствого пшеничного хлеба
- 2 головки репчатого лука
- 1 стакан молока
- 2 яйца
- 1/2 стакана панировочных сухарей
- 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки
- 200 г растительного масла
- молотый черный перец
- соль

Для соуса:

- 1 стакан сметаны
- 1 ст. ложка пшеничной муки
- 1 ст. ложка сливочного масла
- 1/2 стакана грибного бульона
- молотый черный перец
- соль

Грибы пропустите через мясорубку. Лук порубите и обжарьте на части масла. Хлеб замочите в молоке.

Соедините грибы, лук, хлеб, яйца, зелень, соль, перец и перемешайте до получения однородной массы.

Из грибной массы сформируйте крокеты в виде шариков, запанируйте их в сухарях и обжарьте в масле.

Для соуса муку обжарьте на масле без изменения цвета, охладите, разведите горячим грибным бульоном, затем, непрерывно помешивая, влейте сметану и варите 10 минут. Соус посолите и поперчите.

При подаче крокеты выложите на блюдо, полейте частью сметанного соуса и оформите зеленью. Оставшийся соус подайте отдельно.



Если хотите попробовать также крокеты из сыра или из крабов, загляните на наш сайт

www.millionmenu.ru

كَبَاب КЮФТА КАРРИ

На 4 порции:

600 г мякоти молодого
барашка

150 г черствого
пшеничного хлеба

1 сушеный перец чили

1 яйцо

1 ч. ложка
тертого имбиря

корица молотая
на кончике ножа

4 ч. ложки молотого
кардамона

2 ст. ложки

свеженатертого
кокоса

1 ч. ложка соли

Для соуса:

2 головки репчатого
лука

2 ст. ложки
растительного масла

1 свежий перец чили

1/2 ч. ложки
молотой зиры

1/2 ч. ложки молотой
куркумы

1 ч. ложка молотого
кориандра

3 бутона гвоздики

3 стакана

мясного бульона

1/2 ч. ложки сахара

1/2 ч. ложки соли



Мясо зачистите от пленок и жира и дважды пропустите через мясорубку. Хлеб натрите на мелкой терке, сушеный чили разотрите, смешайте с мясным фаршем. Добавьте яйцо, имбирь, корицу, кардамон и соль. Накройте фарш пищевой пленкой и выдержите час в холодильнике. Из приготовленного фарша сформируйте шарики. Для соуса лук крупно нарежьте и обжарьте

на масле до прозрачности. Добавьте рубленый свежий чили, пряности, соль, сахар и обжаривайте еще 5 минут. Влейте бульон и тушите 3 минуты. Мясные шарики залейте приготовленным соусом и тушите 15 минут. Посыпьте тертым кокосом и прогрейте. При подаче выложите шарики на блюдо вместе с соусом и гарнируйте отварным рисом.

بُننَز БУРГЕРЫ ИЗ БАРАНИНЫ С САЛЬСОЙ ИЗ МАНГО

На 8 порций:

1 кг фарша из баранины
400 г консервированного манго
1 головка красного репчатого лука
2 ст. ложки рубленой кинзы
1 яйцо
1/2 стакана крошек пшеничного хлеба
2 ст. ложки соуса чили соль

Для сальсы:
1 огурец
1/2 головки красного репчатого лука
1 ст. ложка рубленой мяты
1 ст. ложка белого винного уксуса
1 перец чили
2 ч. ложки сахара соль



Манго откиньте на сито, дайте стечь сиропу. Столовую ложку сиропа сохраните. Манго нарежьте мелкими кубиками.

Фарш смешайте с мелко рубленным луком, половиной кинзы, яйцом, хлебными крошками, соусом чили, посолите, хорошо перемешайте. Добавьте в массу 100 г манго, перемешайте. Сформируйте 8 бургеров.

Жарьте бургеры на гриле или на сковороде с разогретым маслом до образования золотистой корочки, затем прогревайте в духовке 5–7 минут.

Для сальсы смешайте нарезанные мелкими кубиками огурец и лук, добавьте оставшиеся манго и кинзу, сироп, мяту, перец чили, уксус, соль и сахар.

Подавайте бургеры с сальсой, оформив зеленью.



Всего на нашем сайте www.millionmenu.ru около 400 рецептов блюд из баранины, и все они придутся вам по вкусу.

بيفستكس Бифштекс с чесноком

На 6 порций:

450 г куриного фарша
360 г мякоти говядины
3 яйца
3 ст. ложки воды
3 зубчика чеснока
3 ст. ложки
растительного масла
молотый черный
перец
соль

Говядину нарежьте кусочками и вместе с чесноком пропустите через мясорубку. Соедините с куриным фаршем, добавьте яйца, воду, посолите, поперчите и перемешайте.

Разделайте приготовленную массу на бифштексы в форме приплюснутых шариков и жарьте с обе-

их сторон до готовности сначала на сильном огне, затем убавив нагрев. При подаче полейте бифштексы образовавшимся при жаренье сочком. Гарнируйте рассыпчатой пшенной кашей.



Бифштекс

В ОРЕХОВОЙ КОРОЧКЕ



Говяжью вырезку разрежьте на 4 порционных куса, отбейте, посолите, поперчите, смажьте горчицей, затем запанируйте в муке, смочите в слегка взбитом яйце и запанируйте в орехах. Слегка прижмите панировку к мясу. Жарьте бифштексы на разогретой с растительным маслом сковороде, затем уберите со сковороды, до готовности доведите в духовке и храните до подачи в тепле. Капусту разберите на соцветия, морковь нарежьте соломкой. Жарьте овощи до готовности на оставшемся после жаренья бифштексов масле. При подаче на бифштексы уложите по ломтику лимона и кружочку сливочного масла, гарнируйте жареными овощами.

На 4 порции:

800 г мякоти говядины (вырезка)	250 г цветной капусты
2 ч. ложки горчицы	1 морковь
2 ст. ложки пшеничной муки	4 ст. ложки растительного масла
1 яйцо	100 г сливочного масла
125 г рубленых грецких орехов	1 лимон
	молотый черный перец

Проверяя готовность бифштекса, проткните его кончиком ножа: из хорошо прожаренного бифштекса выделяется бесцветный сок.

Бифштекс ПО-БЕЛОРУССКИ

На 3 порции:

- 500 г мякоти говядины
(вырезка)
- 1 ст. ложка
топленого масла
- 4 зубчика чеснока
молотый черный перец
соль

Говяжью вырезку нарежьте поперек волокон на 3 куска, слегка отбейте, придайте кускам круглую форму, посолите, поперчите их и посыпьте мелко рубленным чесноком. Жарьте бифштексы на раскаленной с маслом

сковороде до образования золотистой корочки, затем уменьшите нагрев и доведите до необходимой степени готовности. При подаче гарнируйте бифштекс жареным картофелем и маринованными грибами.



УДК 641.5
ББК 36.99
К64

Коронные блюда
Издание для досуга

КОТЛЕТЫ И К^о

Ответственный редактор Н. В. Кузнецова
Научный редактор И. Г. Ройтенберг
Главный художник Т. В. Сырникова
Дизайн – Ю. В. Анохина

Подписано в печать 18.08.09. Формат 84×108/16
Усл. печ. л. 10,08. Заказ № 782

ООО «Издательский дом «Аркаим»
454091, г. Челябинск, ул. Карла Маркса, 38, оф. 413

Отпечатано в ЗАО «Типография Автограф»
454090, г. Челябинск, ул. Постышева, 2

ISBN 978-5-8029-2494-5

© ООО «Издательский дом «Аркаим», 2010
© ООО «Издательство «Аркаим», 2010

Корона КОТЛЕТЫ и К^о

коронные блюда



У каждой хозяйки, и опытной, и начинающей, всегда есть в запасе рецепты се собственных, коронных блюд – тех, которые лучше всего получаются и пользуются неизменным успехом у гостей и домочадцев. Но даже самый богатый запас можно – и нужно! – пополнять. Сделать это вам помогут книги серии «Коронные блюда». В них вы найдете рецепты оригинальных и вкусных блюд, которые по праву займут почетное место на вашем столе и станут «изюминкой» любого домашнего пиршества.

www.millionmenu.ru
Интернет-магазин –
shop.millionmenu.ru

ММ
МИЛЛИОН МЕНЮ®