



Год: !MВWVW\*\* 74 Г.



20

## ЖАРКОЕ НА ГРИЛЕ

Что может быть прекраснее семейного пикника или встречи с друзьями на природе, когда дымится нежный шашлычок, а золотистый картофель, запеченный с зеленью и овощами, так и манит сказочными пряными ароматами? **20 карточек** с рецептами удивительных блюд, созданных специально для приготовления на гриле, ждут своих гурманов! Наслаждайтесь сочными медальонами из свинины, лососем под ананасовым соусом, бараниной на косточке, овощными канапе! Оцените прелесть и удобство этого подарочного комплекта! В одно мгновение найдите нужный и любимый рецепт, и отныне он всегда под рукой!



ЧИР  
КНИГИ

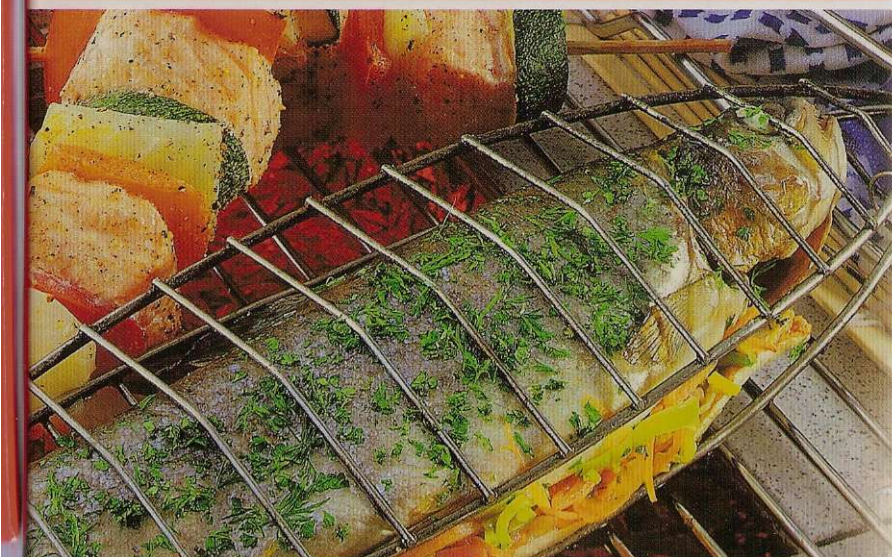
ISBN 978-5-486-01479-6



9 785486 014796

## ГОТОВИМ ДОМА

# ЖАРКОЕ НА ГРИЛЕ





## ОВОЩНЫЕ КАНАПЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 баклажан
- 2 луковицы
- 1 желтый болгарский перец
- 1 кабачок
- цукини
- 200 г свежих шампиньонов
- 200 г помидоров
- соль

- я черный перец по вкусу
  - я 100 мл оливкового масла
  - 1 стручок красного острого перца
  - я 2 зубчика чеснока
- Для украшения:
- зелень (базилик, петрушка)
  - для сервировки

## АНАНАС, ЗАЖАРЕННЫЙ В БЕКОНЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 большой ананас
  - я 150 г нарезанного тонкими пластинками копченого бекона
- Для соуса:
- я 125 мл кетчупа или томатной пасты

- я 50 мл яблочного уксуса
  - я несколько капель белого вина
  - я черный перец по вкусу
- Для украшения:
- я веточки зелени (петрушка, базилик)

## ОВОЩНЫЕ КАНАПЕ

**1** Баклажан очистить, промыть и нарезать кубиками средней величины.

Луковицы очистить, вымыть и разрезать на 4 части.

**3** Болгарский перец разрезать пополам, очистить от плодоножки и семян, промыть и дать воде стечь. Нарезать кубиками средней величины.

**4** Цукини очистить, промыть и нарезать небольшими кусочками.

**3** Шампиньоны среднего размера промыть и разрезать пополам.

**6** Помидоры, желательнее маленькие, вымыть и удалить плодоножки.

**7** Кусочки овощей и грибы поочередно нанизать на деревянные шампуры. Приправить солью и перцем по вкусу.

**8** Разогреть на сковороде оливковое масло, добавить нарезанный красный острый перец и очищенный нарубленный чеснок. Снять с огня и дать остыть.

**9** Овощные канапе можно приготовить на плите или на гриле. Разогреть гриль. Смазать решетку оливковым маслом. Сбрызнуть канапе оливковым маслом и обжарить на гриле.

**Ш** Перед подачей на стол сервировать ломтиками лимона, зеленью (веточками петрушки, укропа и базилика). К канапе подавать обжаренные острый перец и чеснок.

## АНАНАС, ЗАЖАРЕННЫЙ В БЕКОНЕ

**1** Ананас очистить, разрезать вдоль на четвертинки. Удалить сердцевину из каждой четвертинки. Нарезать крупными кубиками.

**2** Бекон нарезать тонкими пластинками. Каждый кусочек ананаса обернуть пластинкой бекона и закрепить деревянной зубочисткой.

**3** Для приготовления глазури в небольшой посуде смешать кетчуп с яблочным уксусом, добавить перцовый соус и белое вино, смазать полученной смесью ананасовые канапе.

**4** Слегка смазать маслом противень или решетку, нагреть гриль. Обжарить ананасовые канапе, запекая 2-3 минуты с каждой стороны. При подаче на стол поперчить и украсить веточками зелени.

### • СОВЕТ:

Очень хорош ананас с имбирем на гриле. 2 небольших ананаса, порезанных на четвертинки, обжарить с двух сторон около 8 минут. Незадолго до готовности ананас полить 4 ст. ложками имбирного сиропа. Ананас порезать и подавать с мороженым.



## МЕДОВЫЕ БАНАНЫ СО СПЕЦИЯМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 4 крупных банана
- сок 1 лимона или лайма
- 4 ст. ложки меда, корица
- 2-3 ст. ложки апельсинового мармелада (можно любого)
- веточки любой зелени

- несколько капель рома и перечного соуса
- Для украшения:
  - я ломтики лайма или лимона
  - я плоды физалиса
  - я миндальные хлопья

## ПЕРЕЦ, ЖАРЕННЫЙ НА ГРИЛЕ, С СЫРОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 8 болгарских перцев средней величины
- овощной бульон
- 1-2 ст. л. сливочного масла
- 1 большая луковица
- 300 г зеленого горошка (можно консервированного)
- 300 г острого сыра
- 3 помидора

- соль
- перец по вкусу
- 1 ст. ложка молотого красного перца
- 1-2 ст. ложки майонеза
- пучок петрушки
- оливковое масло
- веточки зелени для сервировки

## МЕДОВЫЕ БАНАНЫ СО СПЕЦИЯМИ

**1** Не очень спелые бананы в кожуре вымыть и разрезать пополам по всей длине. Срезы бананов слегка сбрызнуть свежевыжатым соком лайма или лимона.

**2** Приготовить лимонную глазурь. Оставшийся сок лайма или лимона смешать с жидким медом и апельсиновым мармеладом. Для аромата добавить ром, перечный соус и молотую корицу по вкусу.

**3** Разогреть гриль. Решетку сбрызнуть слегка оливковым маслом. С помощью кулинарной кисточки бананы смазать медовой глазурью и обжарить на гриле в течение 3-4 минут, не забывая переворачивать.

**4** Выложить приготовленные бананы на большое сервировочное блюдо. При подаче на стол бананы еще раз обмазать медовой глазурью, украсить физалисом, миндальными хлопьями, а также дольками лайма или лимона.

### • СОВЕТ:

Фрукты, жаренные на гриле, - это необыкновенный гарнир и великолепный десерт. Для этого лучше использовать не перезрелые фрукты, а твердые - ананас, сливы, персики, нектарины, груши. Фрукты должны нарезать толстыми кружками, чтобы они не проскочили сквозь решетку.

## ПЕРЕЦ, ЖАРЕННЫЙ НА ГРИЛЕ, С СЫРОМ

**1** Болгарский перец промыть, обсушить и разрезать пополам. Очистить от плодоножек и семян.

**2** В большой кастрюле в соленой воде или овощном бульоне бланшировать половинки перцев 1 минуту. Затем вынуть, дать воде стечь и охладить.

**3** На сковороде разогреть оливковое масло, добавить очищенный и мелко нарубленный чеснок, слегка обжарить.

**4** Выложить на сковороду зеленый горошек, слегка обжарить, затем снять с огня и добавить нарезанный кубиками острый сыр и очищенные от кожуры и семян, нарезанные кубиками средней величины помидоры.

**5** Овощи посолить, поперчить, добавить тертый красный перец и майонез, мелко нашинкованную петрушку и наполнить полученной массой половинки перцев.

**6** Разогреть гриль. Решетку смазать оливковым маслом. Нафаршированные перцы сбрызнуть оливковым маслом и обжарить на гриле по 2-3 минуты с каждой стороны. Перед подачей на стол украсить веточками зелени (петрушка, розмарин).

### • СОВЕТ:

Обжаренные перцы с сыром очень хорошо дополняют приготовленные на гриле бифштексы из говядины.



## КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ФОЛЬГЕ, С ЗЕЛЕНЬЮ И ХРЕНОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| я 1 кг крупных клубней картофеля                     | : кресс-салат                         |
| я 2 лавровых листа                                   | : черный перец молотый по вкусу, соль |
| • 2 ст. ложки тмина                                  | щепотка мускатного ореха              |
| • сливочное масло                                    | щепотка кайенского перца              |
| Для начинки:   | ] 2-3 ст. ложки тертого хрена         |
| я 250 г обезжиренных сливок                          | 1 сок 1 лимона                        |
| я 1 стакан натурального йогурта (1,5 %-ной жирности) | 1 листья салата для сервировки        |
| я 50 мл обезжиренного молока                         | 1 долька помидоров                    |
| я несколько зубчиков чеснока                         | 1 колечки репчатого лука              |

## КАРТОФЕЛЬ НА ГРИЛЕ С ПАСТОЙ ИЗ ЗЕЛЕНИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

- |   |                            |
|---|----------------------------|
| • 4 больших или 8 средних клубней картофеля | я сок 1 лимона             |
| я оливковое масло                           | я 150 мл оливкового масла  |
| в соль                                      | я 2 тоста                  |
| я тмин                                      | я соль                     |
| Для пасты:                                  | я черный перец молотый     |
| я пучок петрушки или базилика               | я кайенский перец по вкусу |
| я 2-3 зубчика чеснока                       | я веточки базилика         |
|   | я помидоры для сервировки  |

## КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ФОЛЬГЕ, С ЗЕЛЕНЬЮ И ХРЕНОМ

- 1** Клубни картофеля промыть и слегка обсушить. В кастрюлю с соленой водой положить картофель, лавровый лист, тмин и варить в течение 10-15 минут.
- 2** Приготовить фольгу и смазать ее сливочным маслом.
- 3** Разогреть гриль. Картофель вынуть и дать воде стечь, завернуть его в фольгу и запечь на гриле.
- 4** Смешать в небольшой миске обезжиренные сливки, натуральный йогурт и молоко.
- 5** Очищенные зубчики чеснока мелко порубить. Кресс-салат промыть, мелко нашинковать и смешать с молочной смесью.
- 6** Полученную массу приправить солью и перцем. Добавить тертый мускатный орех, хрен и лимонный сок.
- 7** Разогреть жаровню (барбекю). Клубни картофеля завернуть в фольгу и запекать 3-4 минуты. Зажаренные клубни картофеля уложить на тарелки и сделать на них крестообразные надрезы. Сверху выложить приготовленный соус.
- 8** При подаче на стол тарелки выложить листьями салата. Запеченный картофель украсить веточками зелени, ломтиками помидоров и лука.

- **СОВЕТ:**

Картофель можно подать со следующим наполнителем: сметана, нежирный творог, ветчина, сливки, немного хрена и лука-порея.

## КАРТОФЕЛЬ НА ГРИЛЕ С ПАСТОЙ ИЗ ЗЕЛЕНИ

- 1** Картофель промыть в воде, обсушить, посолить, добавить тмин. Приготовить листья фольги, смазать их оливковым маслом. Завернуть клубни в фольгу, предварительно смазанную оливковым маслом.
- 2** Обжаривать картофель на гриле в зависимости от размеров 40-50 минут.
- 3** Для приготовления пасты зелень промыть и мелко нашинковать, добавить мелко нарубленный чеснок. Смешать с лимонным соком в миксере или блендере. Переложить в небольшую посуду.
- 4** Постепенно по капле добавлять оливковое масло и продолжать взбивать венчиком. Затем в полученную смесь добавить мелко нарезанные жареные хлебцы.
- 5** Пасту посолить, поперчить, также добавив кайенский жгучий перец.
- 6** На зажаренных клубнях картофеля сделать ножом крестообразные надрезы, сверху положить пасту из зелени, украсить веточками базилика и ломтиками помидоров.

- **СОВЕТ:**

Начинка из сыра для картофеля готовится просто. Взять сметаны 50 г, творога 100 г, голубого сыра Дана блю (можно любого) 100 г, красный молотый перец, щепотку мускатного ореха и соли, по желанию зубчик чеснока. Смешать в миске с помощью венчика.



## ШНИЦЕЛИ С ПИЩЕВЫМИ ОТВАРАМИ



а

### ИНГРЕДИЕНТЫ

я 4 шницеля из свинины  
по 150-200 г  
я соль  
я черный перец молотый  
я кайенский перец по вкусу  
Для начинки:  
я 1 головка чеснока  
я 100 г зеленого горошка  
(можно консервированного)  
я 1 луковица

я 1 ст. ложка оливкового масла  
я 1 помидор  
я 1-2 ст. ложки сахарного  
сиропа  
я 100 г тертого сыра (любого)  
я 1-2 ст. ложки панировочных  
сухарей  
Для украшения:  
я зелень укропа, петрушки,  
кинзы, базилика

## ЛОСОСЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ФОЛЬГЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

• 4 филе лосося  
приблизительно по 200 г  
Я соль  
я кайенский жгучий перец  
я сок 1/2 лимона  
Для приготовления овощей:  
я 2 красные луковицы  
я 1 цуккини  
я 2 моркови  
• 2-3 ст. ложки подсолнечного  
масла

я 100 мл овощного бульона  
я 1-2 ст. ложки белого  
вина  
я 1-2 ст. ложки сахарного  
сиропа  
я черный перец по вкусу  
Дополнительно:  
я 100 г сливочного масла,  
смешанного с мелко  
нашинкованной зеленью  
я 4 ломтика лимона



## ШНИЦЕЛИ С НАЧИНКОЙ

- 1** Шницели из свинины промыть, обсушить и слегка отбить, затем посолить и поперчить.
  - 2** Чеснок разделить на зубчики, очистить и мелко нарезать.
  - 3** Чеснок вместе с зеленым горошком опустить в кипящую подсоленную воду. Дать покипеть около 2 минут, затем воду слить.
  - 4** Луковицу вымыть и очистить, нарезать полукольцами, обжарить в оливковом масле до золотистого цвета.
  - 3** Помидор вымыть, вырезать плодоножку, разрезать на 8 частей, удалить семена, обжарить в оливковом масле.
  - 6** Сковороду снять с плиты, дать остыть. Добавить чеснок и зеленый горошек.
  - 7** Добавить соль, перец, сахарный сироп, тертый сыр, в полученную массу добавить панировочные сухари.
  - 8** Овощное рагу завернуть в кусочки мяса и закрепить зубочистками.
  - 9** Подготовить гриль. Металлическую решетку смазать оливковым маслом. Шницели обмазать маслом и обжарить на гриле.
- Ш** На стол шницели подать с жареным картофелем или салатом, украсив укропом или петрушкой.

## ЛОСОСЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ФОЛЬГЕ

- 1** Филе лосося промыть и обсушить на бумажном полотенце. Рыбу положить в небольшую посуду. Посолить, поперчить и добавить кайенский жгучий перец, сбрызнуть лимонным соком и оставить в холодильнике приблизительно на 10 минут.
- 2** Лук вымыть, очистить и нарезать тонкими полукольцами. Морковь вымыть, очистить и нашинковать.
- 3** Цукини очистить и промыть, нарезать тонкими полосками.
- 4** Разогреть на сковороде подсолнечное масло, обжарить в нем нарезанные лук, морковь и цукини.
- 5** К овощной смеси добавить овощной бульон и белое вино, тушить до тех пор, пока жидкость не испарится.
- 6** Добавить сахарный сироп, посолить и поперчить по вкусу.
- 7** Разогреть гриль. Приготовить 4 одинаковых листа фольги, смазать их оливковым маслом. Выложить овощи на фольгу, сверху положить филе лосося, завернуть и жарить на гриле.
- 8** Подавать на стол в фольге, предварительно открыв и украсив блюдо дольками лимона. Добавить сливочное масло с зеленью и овощную смесь.

## ПЕСТРАЯ ПЛИТА-ГРИЛЬ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

Для жареного мяса:  
я 4 маленьких свиных шницеля  
приблизительно по 100-120 г  
я 2-3 зубчика чеснока  
я 50 мл оливкового масла  
я соль  
я черный перец молотый по  
вкусу  
я зелень (тимьян, майоран)  
Для шашлыков:  
я 250 г ростбифа  
я 150 г лука-шалота  
я 2 красных или зеленых перца  
я 2 ст. ложки оливкового  
масла  
я 4 деревянных шампура  
Дополнительно:  
я 4 початка кукурузы  
я 4 колбаски-«улитки»  
(свернутые в виде спирали)  
я 2 ст. л. сливочного масла  
я подсоленная вода

## ЛАНГЕТ СО СПЕЦИЯМИ И ЖАРеныМИ ПОМИДОРАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

4 куска свинины (шея)  
по 200 г  
100 мл и 2 ст. ложки  
(отдельно) оливкового  
масла  
1 ст. ложка черного  
и красного перца горошком  
1 свежая зелень (тимьян,  
майоран, базилик)  
: 8 помидоров, соль  
1 ст. ложка оливкового  
масла  
1 зелень (листья базилика,  
орегано)



## ПЕСТРАЯ ПЛИТА-ГРИЛЬ

- 1** Свиные шницели промыть в проточной воде и обсушить.
- 2** Чеснок очистить и разделить на зубчики. Чеснок смешать с крупно нашинкованной зеленью и оливковым маслом (50 мл). Свинину замариновать и поставить в холодильник на 4-5 часов.
- 3** Достать мясо, дать маринаду стечь. Шницели посолить, поперчить и обжарить на гриле с двух сторон. После первого переворачивания положить на мясо нашинкованный чеснок с зеленью из маринада.
- 4** Ростбиф нарезать кубиками, лук-шалот очистить и разделить пополам. Перцы также разделить пополам, очистить от плодоножек и семян. Промыть, дать воде стечь и нарезать кусочками средней величины.
- 5** Деревянные шампуры замочить на 20 минут в воде. Кусочки ростбифа, лук-шалот и перец попеременно нанизать на шампуры. Посолить, поперчить и сбрызнуть оливковым маслом.
- 6** Кукурузу сварить в подсоленной воде до готовности.
- 7** Шашлыки и колбаски-«улитки» обжарить с двух сторон на гриле и уложить на плоскую большую тарелку или решетку от гриля.
- 8** Вареную кукурузу обжарить на гриле до золотисто-коричневатого цвета. Посолить, смазать сливочным маслом и подать на стол вместе с шашлыками, колбасками и жареной свининой.

## ЛАНГЕТ СО СПЕЦИЯМИ И ЖАРеныМИ ПОМИДОРАМИ

- 1** Свинину промыть в проточной воде и обсушить на бумажном полотенце.
- 2** Зелень промыть, просушить, мелко нашинковать и смешать с оливковым маслом (100 мл).
- 3** Положить свинину в маринад и поставить в холодильник на 4-5 часов.
- 4** Мясо достать из холодильника, дать маринаду стечь. Свинину посолить и обжарить на гриле.
- 5** В ступке растолочь черный перец горошком, смешать с солью, оливковым маслом (2 ст. ложки). Смесь выложить на мясо вместе с остатками маринада.
- 6** Помидоры вымыть и просушить. Приготовить 8 одинаковых листов фольги, смазать их оливковым маслом, выложить нашинкованной зеленью. Завернуть помидоры в фольгу и прожарить на гриле.
- 7** Жареную свинину приправить красным перцем горошком. Подать с помидорами и французскими батонами. По желанию украсить веточками зелени.

### • СОВЕТ:

Попробуйте приготовить к мясу следующий соус: в небольшой посуде смешать по 1 ст. ложке тимьяна, майорана, петрушки с 2 ст. ложками французской горчицы с зернами. Добавить 1 ст. ложку бальзамического уксуса и 4 ст. ложки оливкового масла. Полученную смесь тщательно перемешать.

## ФИЛЕ ЛОСОСЯ НА ГРИЛЕ



Г

### ИНГРЕДИЕНТЫ

я 8 кусков филе лосося по 100 г  
я сок 1 лимона  
я несколько капель вустерского соуса  
Я соль  
я черный перец по вкусу  
я 4-6 ст. ложек подсолнечного масла  
я красный перец горошком

Для сырно-масляной смеси:  
я 1 ст. ложка тертого сыра  
я 1 ст. ложка оливкового масла  
я 100 г сливочного масла  
я 2 ст. ложки кинзы  
Для сервировки:  
я зелень  
я дольки лайма или лимона

## ЛОСОСЬ ПОД АНАНАСОВЫМ СОУСОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

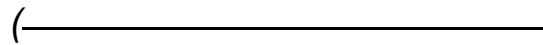
• 600 г филе лосося  
я по несколько капель лимонного сока и вустерского соуса  
я соль, перец по вкусу  
я по 1 стручке красного и зеленого перца  
ч 100 г сала, пластинками  
я красный перец молотый  
я 2-3 ст. л. оливкового масла  
Для соуса:  
я 1 луковица, 2 зубчика чеснока

я 3 ст. ложки сливочного масла  
я 100 мл белого вина  
я 100 мл ананасового сока  
я 200 мл 20 %-ных сливок  
я 200 г мякоти ананаса  
я шафран  
я зелень (листья салата, петрушка, тимьян)  
я колечки репчатого лука  
Для сервировки:  
я ломтики помидоров



## ФИЛЕ ЛОСОСЯ НА ГРИЛЕ

- 1** Втереть в размягченное масло зелень и сыр. Выложить в пиалу и отставить.
- 2** Рыбу промыть в воде и обсушить на бумажном полотенце.
- 3** Приготовить маринад. Для этого в небольшой посуде смешать лимонный сок и ворчестерский соус, добавить соль, красный перец горошком. Покрыть этой смесью рыбу и поставить в холодильник мариноваться на 10—15 минут.
- 4** Разогреть гриль. Замаринованную рыбу положить на жарочный противень или сковороду. Филе рыбы обмазать подсолнечным маслом и обжарить на гриле или на сковороде. Запекать, переворачивая несколько раз, в течение 6—8 минут, до готовности, не давая кусочкам пересохнуть и затвердеть.
- 5** Выложить готовую рыбу на сервировочное блюдо. Сверху поместить сырно-масляную смесь. Перед подачей на стол украсить мелко нарубленной зеленью, петрушки и укропа, посыпать красным перцем.



### • СОВЕТ:

Лучше всего к лососю на гриле подойдет следующая овощная смесь: корень сельдерея, морковь, баклажаны, цукини, чеснок. Овощи нарезать полосками и обжарить в оливковом масле с чесноком, поперчив и посолив по вкусу. Подавать с оливками.

## ЛОСОСЬ ПОД АНАНАСОВЫМ СОУСОМ

- 1** Филе лосося промыть в воде, обсушить на бумажных полотенцах и нарезать кусочками. В небольшой посуде смешать лимонный сок и ворчестерский соус. Положить туда филе рыбы, посолить, поперчить, накрыть фольгой и поставить мариноваться в холодильник на 10-15 минут.
- 2** Болгарский перец разрезать пополам, очистить от плодоножек и семян, нарезать кусочками средней величины. Сало нарезать кусочками длиной 2-3 см.
- 3** Деревянные шампуры замочить в воде на 20 минут. Нанизать на шампуры поочередно кусочки лосося, перца и сала. Посолить, поперчить и добавить тертый красный молотый перец. Приготовить гриль. Шашлычки взбрызнуть оливковым маслом и обжарить на гриле.
- 4** Для приготовления соуса разогреть в кастрюле сливочное масло, добавить очищенные и мелко нашинкованные лук и чеснок.
- 5** Добавить белое вино, ананасовый сок и сливки, довести массу до кипения.
- 6** Добавить в соус шафран, соль, лимонный сок и ворчестерский соус, измельченные кусочки ананаса. Дать соусу еще раз закипеть.
- 7** При подаче на стол порционные тарелки выложить листьями салата, ломтиками помидоров. Готовые шашлычки полить соусом, украсив мелко нарубленной зеленью.

## ФИЛЕ НА ШАМПУРАХ

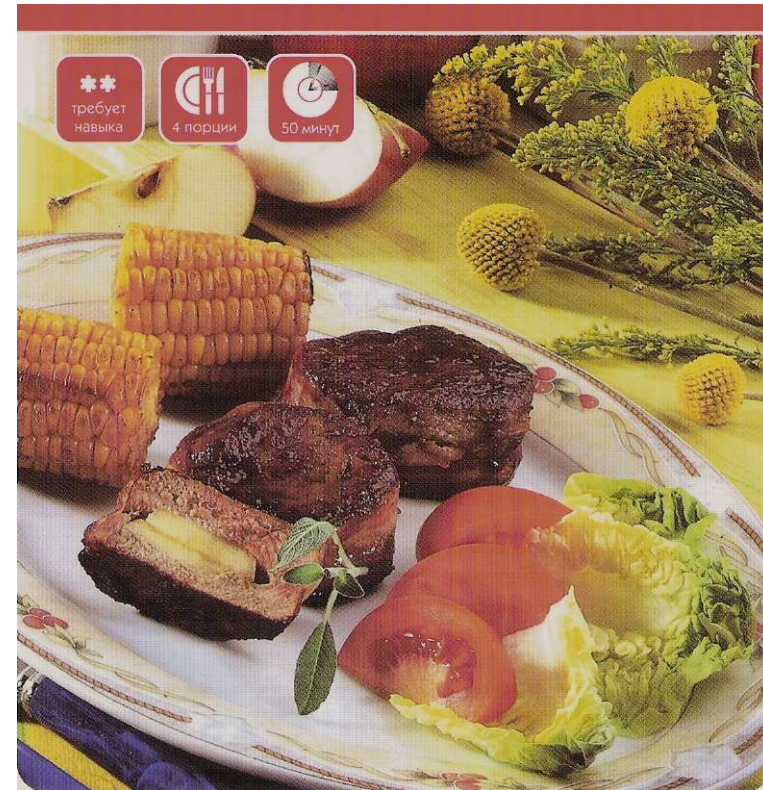


### ИНГРЕДИЕНТЫ

800 г говядины  
200 г лука-шалота  
по 1 стручке красного,  
желтого и зеленого  
болгарского перца  
соль  
черный молотый перец  
по вкусу

и 8 деревянных шампуров  
Для соуса:  
я 1 ст. ложка хрена  
я 2-3 ст. ложки карамельного  
сиропа  
• сок из 1/2 лимона  
я 50 мл оливкового масла  
первого отжима

## МЕДАЛЬОНЫ ИЗ СВИНИНЫ С ЯБЛОКАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

8 готовых к жарке  
медальонов из свинины  
соль  
черный перец молотый  
2 яблока  
свежевыжатый сок  
1/2 лимона  
16 тонких пластинок сала  
или бекона

Для соуса:  
я 1 ст. ложка яблочного  
уксуса  
я 2 ст. ложки белого вина  
Для украшения:  
я листья китайского  
салата  
я шалфей и ломтики  
помидоров для сервировки



## ФИЛЕ НА ШАМПУРАХ

- 1** Говядину промыть под струей воды, просушить и нарезать небольшими кубиками.
- 2** Лук-шалот очистить и разрезать пополам. Стручки красного болгарского перца разрезать пополам, очистить от семян, промыть, обсушить и мелко нарезать.
- 3** Куски мяса, лука и болгарского перца поочередно нанизать на шампуры. Приправить по вкусу солью и перцем.
- 4** Для приготовления соуса в небольшой посуде смешать натертый хрен с сиропом и лимонным соком, затем добавить оливковое масло первого отжима.
- 5** Подготовить гриль. Решетку смазать оливковым маслом. Обжарить шашлычки на гриле на умеренном жару до образования румяной корочки. Затем полить соусом и, постоянно переворачивая, жарить до готовности.
- 6** К столу подавать на шампурах вместе с обжаренными на гриле помидорами и цукини. При подаче на стол украсить веточками зелени (петрушка, зеленый лук, укроп и базилик).

- **СОВЕТ:**

На шампурах можно приготовить креветки, кальмары, нанизывая попеременно помидоры, фенхель, оливки и дольки чеснока.

## МЕДАЛЬОНЫ ИЗ СВИНИНЫ С ЯБЛОКАМИ

- 1** Приготовленные для жарки медальоны из свинины промыть, обсушить, приправить солью и черным перцем.
- 2** Яблоки вымыть, очистить от кожицы, удалить семена. Нарезать тонкими дольками и взбрызнуть лимонным соком, чтобы не потемнели.
- 3** На медальонах сделать крупные надрезы кухонным ножом, в них положить ломтики яблок.
- 4** Каждый медальон обернуть двумя пластинками сала или бекона. Закрепить деревянными зубочистками.
- 5** Подготовить гриль. Свиные медальоны слегка обжарить на гриле.
- 6** Приготовить соус, для этого в небольшой посуде смешать яблочный уксус с белым вином. Обмакнуть в полученный соус свиные медальоны. Дожарить до полной готовности.
- 7** На стол подавать вместе с листьями салата, отваренной кукурузой и ломтиками помидоров (предварительно их можно слегка обжарить на гриле). Украсить шалфеем и розмарином. Еще один вариант сервировки - с поджаренной кукурузой и зеленым луком.

---

- **СОВЕТ:**

Если соус для медальонов из свинины вам покажется слишком кислым, то можно добавить 1 ст. ложку сахарного песка.

0 - !

## БАРАНИНА НА КОСТОЧКЕ

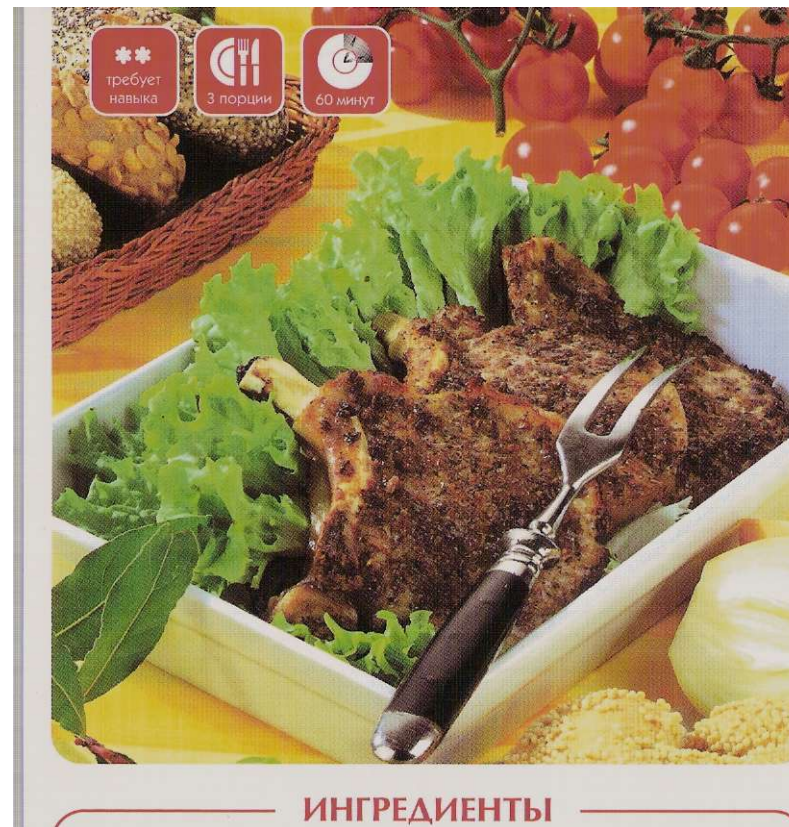


### ИНГРЕДИЕНТЫ

800 г баранины на косточке  
100 мл оливкового масла  
[ 2 ст. ложки тертой  
цедры лимона  
| 2 веточки розмарина,  
тимьяна или майорана  
6-8 красных или зеленых  
болгарских перцев

2 луковицы  
2 помидора  
250 г помидоров для  
коктейлей  
оливковое масло  
соль  
черный и красный перец  
по вкусу

## ОТБИВНЫЕ КОТЛЕТЫ С ЛУКОМ



• 4 куски свинины  
приблизительно по 180-200 г  
я 1 ст. ложка черного перца  
горошком  
я 2-3 лавровых листа  
я ягоды можжевельника  
я щепотка корицы

я черный молотый перец  
я 1 луковица  
я соль по вкусу  
я зеленые листья салата  
я веточки зелени  
для сервировки  
я помидоры черри



## БАРАНИНА НА КОСТОЧКЕ

- 1** Баранину промыть водой и обсушить на бумажном полотенце. Нарезать мелкими кусочками и сложить в миску, оставить несколько косточек с мясом.
- 2** В небольшой посуде смешать оливковое масло стертой цедрой лимона, промытой и нарезанной зеленью. В маринад положить баранину и поставить мариноваться в холодильник на ночь.
- 3** Половину стручков перца промыть, удалить плодоножку, разрезать пополам. Удалить семена и нарезать кусочками, по величине сходными с мясом.
- 4** Очистить луковицы и в зависимости от размера разрезать на 4 или 8 частей.
- 5** Помидоры вымыть, удалить плодоножку, разрезать на четыре части и освободить от семян.
- 6** Нанизать на шампуры кусочки баранины, чередуя с овощами. Разогреть гриль. Смазать решетку оливковым маслом и обжаривать в течение 3–5 минут, перевернуть и жарить до готовности.
- 7** Оставшийся перец отсортировать, промыть, обсушить и нарезать. Опустить на 1–2 минуты в соленую воду для удаления горького привкуса.
- 8** Зажарить оставшееся мясо на косточке. Во время приготовления поливать мясо маринадом или оливковым маслом.
- 9** Зажаренное мясо на косточке и шашлычки на шампурах выложить на тарелки. В качестве гарнира можно подать обжаренные болгарские перцы и картофель, испеченный в золе. При подаче на стол украсить зеленью, добавить кетчуп или соус по вкусу.

## ОТБИВНЫЕ КОТЛЕТЫ С ЛУКОМ

- 1** Приготовленные для жарки куски свинины промыть и обсушить на бумажном полотенце. Отбить мясо на разделочной доске. Свинину натереть солью и черным молотым перцем.
- 2** Черный перец горошком, лавровые листья и ягоды можжевельника растереть в ступке.
- 3** Разогреть сковороду и слегка подсушить измельченные специи без добавления сала или масла. Затем пересыпать в миску и смешать с мелко нарезанным луком и корицей.
- 4** Кусочки свинины посыпать приготовленной приправой, поместить в контейнер, поставить на 1 час в холодильник.
- 5** Подготовить гриль. Металлическую решетку смазать оливковым маслом. Замаринованную свинину зажарить на гриле с добавлением масла.
- 6** Готовые котлеты завернуть в листья салата, украсить веточками зелени, помидорами черри и подавать к столу горячими.

### • СОВЕТ:

Этот острый томатный соус отлично сочетается с мясом. В небольшой посуде смешать 500 г помидоров без кожицы, порезанных. Добавить 2 мелко порубленные луковицы, 2 раздавленных зубчика чеснока и 2–3 ст. ложки растительного или оливкового масла. Приправить по вкусу черным молотым перцем и солью.

## КУРИНЫЕ ОКOROЧКА ПО-ЧИЛИЙСКИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

8 куриных окорочков  
соль  
черный раздавленный  
перец по вкусу

*Для глазури:*  
• 100 мл сладкого соуса чили  
• 100 г карамельного сиропа  
• 2-3 стручка перца чили

## ЖАРЕНый КАРТОФЕЛЬ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

800 г небольших клубней  
картофеля «в мундире»  
75 мл оливкового масла  
2-3 веточки розмарина  
и тимьяна для сервировки  
100 г сушеных помидоров  
75 г пармской ветчины

175 г зеленых оливок (можно  
маринованных)  
100 мл белого вина  
100 мл овощного или мясного  
бульона  
: соль  
перец по вкусу



## КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА ПО-ЧИЛИЙСКИ

- 1** Приготовленные для жарки куриные окорочка тщательно промыть и обсушить на бумажном полотенце. Окорочка натереть солью и черным перцем.
- 2** Ножки курицы обернуть фольгой, чтобы они не подгорели. Куриные окорочка слегка обжарить на гриле.
- 3** Приготовить глазурь для куриных окорочков. В небольшой посуде смешать соус чили с карамельным сиропом.
- 4** У стручков перца чили удалить плодоножку, разрезать вдоль пополам, удалить семена. Перец измельчить ножом и смешать с глазурью.
- 5** Кулинарной кисточкой нанести глазурь на куриные окорочка. Разогреть гриль. Во время жарки на гриле время от времени покрывать глазурью. Куриные окорочка не забывать переворачивать. Обжарить окорочка до золотисто-коричневой корочки.
- 6** Подавать окорочка со свеженарезанным ананасом. При подаче на стол украсить окорочка зеленью.

---

0 - 1

- **СОВЕТ:**

Этот соус отлично подойдет к курице. В стеклянной посуде смешать 500 г сметаны с 2 ст. ложками томатной пасты. Выдавить 3 зубчика чеснока и посолить по вкусу. Приготовленным соусом полить курицу.

bi

## ЖАРЕНый КАРТОФЕЛЬ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

- 1** Картофель вымыть и очистить от кожуры, разрезать пополам или на 4 части.
- 2** На большой сковороде разогреть оливковое масло. Положить картофель и обжарить.
- 3** Розмарин порубить и обжарить вместе с картофелем.
- 4** Сушеные помидоры разделить пополам или на 4 части. Положить в сковороду и обжарить вместе с картофелем и кусочками пармской ветчины.
- 5** Добавить зеленые оливки, белое вино и овощной или мясной бульон.
- 6** Увеличить нагрев и тушить при высокой температуре до тех пор, пока вся жидкость не испарится. Посолить и поперчить по вкусу.
- 7** При сервировке украсить веточками зелени (петрушка, базилик, тимьян). Блюдо лучше подавать горячим.

---

0 - .

- **СОВЕТ:**

Пармскую ветчину можно заменить тертым сыром пармезан. Посыпать картофель сыром и запекать в течение 30-40 минут.

к.

## ДОМАШНЯЯ ЖАРЕНАЯ СВИНАЯ КОЛБАСА



### ИНГРЕДИЕНТЫ

я 2 кг свиной грудинки  
я 50 г соли  
я 2 ст. ложки сладкого перца  
я перец чили по вкусу  
я 2 ст. л. молотого острого  
    черного перца  
я 4 головки чеснока  
я 125 мл воды  
я 2 яйца (белки)

- натуральная кишечная оболочка (приблизительно 75 г)
- овощной бульон
- 2 луковицы
- 4 помидора
- я сало для жарки
- я веточки зелени для сервировки (петрушка, укроп, базилик)

## РЫБА С ОВОЩАМИ НА ГРИЛЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ

[ 4 небольших форели  
| черный перец молотый  
    по вкусу  
| соль  
| 2 ст. л. оливкового масла  
| 1 большая морковь  
1 небольшой пучок зеленого  
    лука  
| 2 ст. ложки мелкорубленной  
    зелени (петрушка, лук,  
    укроп, эстрагон)

я соленая вода  
Для шашлычков:  
я 1 большой клубень фенхеля  
я 1 цукини, 3 помидора  
я 1 ст. ложка оливкового масла  
я 300 г филе лосося  
я 4 деревянных шампура  
я сок 1 лимона  
я 2 ст. л. оливкового масла  
я 2 французских батона  
я 1 помидор, 200 г острого сыра



## ДОМАШНЯЯ ЖАРЕНАЯ СВИНАЯ КОЛБАСА

- 1** Свиную грудинку промыть в воде и обсушить на бумажном полотенце. Мясо нарезать кубиками и сложить в миску.
- 2** Чеснок разделить на зубчики, очистить и мелко нарезать. Смешать в миске с солью, молотым красным, черным перцем и перцем чили. Добавить немного воды, перемешать. В маринад положить нарезанное мясо, оставить в холодильнике на ночь.
- 3** Затем мясо пропустить через мясорубку 2 раза. Фарш смешать со взбитыми яичными белками.
- 4** Фаршем наполнить приготовленную кишечную оболочку. Скрутить небольшие колбаски.
- 5** Овощной бульон довести до кипения. Опустить колбаски на несколько секунд в горячий бульон, достать с помощью шумовки, потом еще раз снова погрузить. Обсушить колбаски на бумажном полотенце.
- 6** Подготовить гриль. Поджарить колбаски на гриле до золотистой корочки, не забывая переворачивать.
- 7** Репчатый лук очистить, нарезать кусочками, помидоры вымыть, вырезать плодоножку, разрезать на 8 частей, удалить семечки.
- 8** Разогреть на сковороде сало, обжарить лук до золотистого цвета, добавить помидоры и потушить еще немного.
- 9** Колбаски нанизать на шампуры, чередуя с ломтиками помидоров и лука. Украсить веточками зелени. На стол подавать вместе с салатом из свежих огурцов и красного сладкого лука.

## РЫБА С ОВОЩАМИ НА ГРИЛЕ

- 1** Форель промыть и обсушить. Сделать на каждой сторрне тушек 3-4 косых надреза. Посолить и поперчить внутри и снаружи, смазать оливковым маслом.
- 2** Морковь и зеленый лук очистить, вымыть, нашинковать. Затем слегка бланшировать в подсоленной воде. Достать с помощью шумовки и дать воде стечь.
- 3** Разогреть гриль. Начинить форель овощами и обжарить на гриле с двух сторон, зажав брюшную полость щипцами или закрепив деревянными зубочистками. После первого переворачивания присыпать мелко нашинкованной зеленью.
- 4** Для приготовления шашлычков клубень фенхеля необходимо очистить, промыть, нарезать кусочками средней величины. Фенхель отварить в слегка подсоленной воде, затем вынуть и дать воде стечь.
- 5** Цукини промыть и нарезать кружочками. Разогреть на сковороде оливковое масло и обжарить в нем кусочки цукини с двух сторон.
- 6** Помидоры промыть, очистить от плодоножек и семян, разрезать на 4 части.
- 7** Филе лосося промыть, обсушить на бумажном полотенце. Нарезать кусочками и поочередно с овощами нанизать на шампуры.
- 8** Сбрызнуть шашлычки лимонным соком и оливковым маслом. Посолить, поперчить и зажарить на гриле.
- 9** Французские батоны надрезать сверху, в них положить ломтики помидоров и тонкие пластинки острого сыра. Запечь батоны на гриле. На стол подать горячими вместе с шашлычками. Украсить зеленью петрушки, укропа и базилика.