

**Людмила Андреевна Ивлева**

## **Блюда для пикника**

## НА ПРИРОДУ!

*Как бы ни называлась ваша вылазка на природу – барбекю, шашлыки, рыбалка, завтрак на траве или просто без всякого названия – без еды ну никак нельзя. Причем желательно, чтобы она была вкусной, а еще лучше – приготовленной прямо на свежем воздухе.*

Ветер поет и звенит над рекой,  
Возле обрыва трещит камышами,  
Сосны зелеными машут платками,  
Небо надулось, как парус тугой!  
Мы уплываем все дальше и дальше,  
Шлюпки взлетают на зыбкой волне,  
Тянется нить журавлей в вышине.  
Справа темнеют еловые чащи.  
Летний поход: полевые дорожки,  
Яркого солнца и песен пора,  
Время рыбалок, печеной картошки,  
Время ночевок в лесу у костра...  
*Э. А. Асадов «Летний поход»*

Справка. *Пикник* – увеселительная загородная прогулка компанией, обычно с едой на открытом воздухе. От французского *picnic* через английское *picnic*.

*Пикник* – это праздник на свежем воздухе. Он может быть коротким, а может продлиться день или два (выходные, к примеру). Пикник подразумевает прогулку, но аппетит на свежем воздухе разыгрывается так, что если вы не

позаботитесь о скатерти-самобранке, то очень скоро станете тосковать по дому.

Пикник – это довольно древнее развлечение, которое было еще во времена Римской империи. Правда, слово «пикник» возникло несколько позднее. Впервые слово «pique-pique» встречается в 1692 году, уже как литературное и энциклопедическое.

Вообще, пикник – это условное название. На самом деле, как бы ни называлась ваша вылазка на природу – барбекю, шашлыки, рыбалка, завтрак на траве или просто без всякого названия – без еды ну никак нельзя. Причем желательно, чтобы она была вкусной, а еще лучше, – приготовленной прямо на свежем воздухе на экологически чистых углях костра, мангала или решетке барбекю.

Пикник можно устроить и во дворе дома, если нет возможности уехать. Главное – продукты и костер. Хотя выехать, конечно, лучше.

Что нужно не забыть?

Разумеется, сейчас многие фирмы, которые предлагают товары для спорта, отдыха и туризма, предлагают компактное и удобное оборудование, которое легко помещается в багажнике машины и может обеспечить оборудование самой современной кухни за несколько минут в любом месте. В придачу вы можете приобрести походные декоративные фонарики, ловушки для насекомых и многое другое. Не говоря уже о портативных грилях, барбекю или даже продвинутого американского варианта мангала – установки «Смокинг Чарли». Правда, все это стоит немало.

Но если вы едете на природу, чтобы ощутить себя ее частью, излишний комфорт, может, и не нужен. Поэтому есть вещи, которые обязательно надо взять с собой, а есть то, что можно брать, а можно и оставить дома. Конечно же, в первую очередь надо взять еду и продукты. Какие именно брать продукты?

Если у вас есть сумка-холодильник, то можно брать все, что пожелаете. Однако если такого приспособления у вас нет, советуем отказаться от продуктов, которые не могут долго храниться без охлаждения. Жаркое солнце, за которым вы так стремитесь летом, может испортить:

- сливочное масло и бутерброды с ним;
- вареную колбасу;
- сырые продукты из мяса;
- маринованные полуфабрикаты;
- молочные продукты.

Постарайтесь позаботиться о том, чтобы этого не произошло. Для того чтобы свести риск к минимуму, охладите заранее нужные продукты и упакуйте их в несколько слоев любого упаковочного материала, переложив чем-нибудь рыхлым.

**Бутерброды с маслом и заправленные салаты лучше вообще не брать на пикник.** Сливочное масло, если оно вам необходимо, пакуйте отдельно от других продуктов. Хотя в случае далекой поездки его вполне заменит сливочный или мягкий плавленый сыр. Колбасы и копчености не нарежьте дома, лучше это сделать на месте. Мы приводим здесь рецепты салатов и готовых закусок, которые вполне

подходят для короткой вылазки на природу. Если же вы едете на целый день, то успеете приготовить и салаты, и бутерброды, и замариновать мясо.

Отварное, запеченное и копченое мясо и рыба – идеальные продукты для любого пикника. Они не испортятся, однако их с успехом можно обжарить, запечь или разогреть на костре, решетке барбекю или мангале.

Не забывайте о мелочах: – нож, штопор и хотя бы какая-то посуда вам все же понадобятся, даже если вы решили ощутить себя полностью дикарями. Салфетки и бумажные полотенца также окажутся кстати. Отсутствие вилок или хотя бы ложек может сделать поедание салата весьма сложным, хотя это может быть довольно забавно.

Что пить? Во многом это зависит от цели пикника и состава компании. Конечно, если у вас свидание на природе, нужно взять шампанское или сухое вино, а в качестве закуски к нему – сыр, масло, красную рыбу. Если у вас мальчишник или смешанный сабантуй, берите пиво, коньяк, водку... кто что любит. Сколько *этого* всего брать – дело вашего вкуса.

В любом случае, особенно если с вами дети, позаботьтесь о соках, минеральной и питьевой воде. Запас воды в любом случае не помешает.

Не забывайте об овощах и фруктах – свежих, соленых, маринованных.

Теперь вы готовы.

**ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ**

*Бутерброды*

*Смеси для бутербродов*

*Открытые бутерброды*

*Закрытые бутерброды*

*Бутерброды-закуски*

*Закуски*

*Салаты*

Слушайте, ребята, – сказал я. – Я водку пить не буду.

– Вино пей, – согласился Вайнгартен. – Там у тебя еще две бутылки белого...

– Нет, я лучше коньяку. Захар, достаньте там, пожалуйста, в холодильнике икру и масло... и вообще все, что там есть. Жрать хочется.

Я сходил в бар, взял коньяк и рюмки... и вернулся к столу. Стол ломился от яств. Наемся и напьюсь, подумал я с веселой яростью. Молодцы ребята, что приехали.

Но все получилось не так, как я думал. Едва мы вышли и я принялся с урчанием поедать гигантский бутерброд с икрой, как Вайнгартен совершенно трезвым голосом сказал:

– А теперь, отец, рассказывай, что с тобой произошло...

Маляно откусил от бутерброда сколько в рот влезло и принялся жевать...

– Ну давай, давай, рассказывай, – нетерпеливо сказал Вайнгартен...

Совсем они сбили Малянова спанталыку. Он отложил бутерброд и стал рассказывать...

*Аркадий и Борис Стругацкие «За миллиард лет до конца света»*

СПРАВКА. *Бутерброд*– ломтик хлеба с маслом, сыром, ветчиной, колбасой, рыбой и т. п. В русском языке это слово известно с начала XIX века. Заимствовано из немецкого языка: *Butterbrot* – хлеб с маслом.

*Салат*– холодное блюдо (закуска) из нарезанных кусочками сырых или вареных овощей, зелени, яиц, мяса или рыбы с какой-либо приправой. В русском языке *салат* и *салата* употреблялось со второй половины XVII века. От латинского *sal* – соль. К нам пришло из французского.

Закуски на пикнике незаменимы. Чем же еще занять свой желудок, пока готовится горячее, будь то шашлык или мясо на гриле. Холодные закуски легко готовить, легко есть. Использовать их в качестве гарниров очень удобно, ведь их приготовление не занимает много времени и сил. Такие закуски обычно делают из продуктов, которые не нужно варить или жарить, идеальны – сыр, колбаса, сваренное заранее мясо, яйца, сваренные вкрутую, а также всевозможные овощи и зелень.

### Бутерброды

Этот вид закуски очень популярен в домашних условиях и почти не заменим на пикнике. Бутерброды – как и вообще кулинария – дело творчества и вкуса, но нужно иметь в виду, что бутерброды для пикника должны отвечать некоторым требованиям. **Не следует использовать в качестве ингредиентов продукты, которые быстро портятся.** Традиционное сливочное масло как основу для бутерброда можно заменить мягким плавленым сливочным сыром, при этом хлеб не будет сухим и бутерброд сохранится дольше.

Мясная или рыбная составляющая бутерброда может быть очень разнообразной. Что касается колбас, то вареную лучше не использовать вовсе, подойдет сухая и копченая. А вообще лучший вариант: хлеб, мягкий сыр, вареное мясо и листик салата.

**Бутерброды закрытые (сандвичи)** состоят из двух тонких ломтиков пшеничного хлеба длиной 7–8 см, толщиной около 0,5 см. Бутерброды, приготовленные в дорогу, могут быть и более крупные. На ломтики наносят тонким слоем взбитое сливочное масло. В зависимости от того, с каким продуктом готовят бутерброд (мясом, рыбой и т. п.), масло заправляют горчицей, хреном, На смазанный ломтик укладывают тонко нарезанные продукты и накрывают его вторым таким же ломтиком. Отправляясь на природу, бутерброды можно завернуть в пергаментную бумагу и положить в целлофановый пакет. Следует брать продукты, которые быстро не портятся: жареную ветчину, копченые сыр и рыбу, шпик, колбасу и др.

**Бутерброды закусочные (канапе)** напоминают по внешнему виду мелкие пирожные. Их длина или диаметр составляют 3,5–4,5 см. Продукты для них подбирают особенно тщательно по вкусу и цвету. Основой канапе служат маленькие гренки (крутоны) из пшеничного, а иногда из ржаного хлеба. При оформлении канапе можно использовать шпажки с нанизанными на них кусочками продуктов. Можно приготовить закусочные бутерброды и на слойке. Для этого слоеное тесто тонко раскатывают, вырезают из него выемкой или ножом фигурки диаметром не более 5 см и выпекают их.



Из пшеничного хлеба (батона) нарезают полоски шириной 3–4 см, длиной 12–15 см и толщиной 0,5 см. Обжаривают их в масле, охлаждают и смазывают сливочным маслом или масляной смесью. Красиво уложив сверху продукты, полоски охлаждают и затем нарезают мелкими кусочками в виде прямоугольников, квадратов, ромбов и т. д.

К разновидностям бутербродов относятся тартинки (горячие закуски на хлебе) и слоеные бутерброды, приготовление которых не сложно: мясные, рыбные и другие продукты в горячем виде укладывают на поджаренный хлеб. Слоеные бутерброды разрезают на 2, 3 или 4 треугольника.

**Бутерброды открытые** представляют собой ломтик хлеба, на который уложены колбаса, сыр, мясо и т. п. Для них лучше всего использовать белый хлеб, выпеченный батонами, и ржаной хлеб, выпеченный кирпичиком. Ломтики нарезают толщиной 1–1,5 см и длиной 10–12 см.

Для бутербродов из нежирных продуктов нужно смазать хлеб сливочным сыром. К бутербродам с вареной колбасой, жареной говядиной, телятиной отлично подходит горчица. Бутерброды с жирными продуктами (грудинкой, корейкой, шпиком) и продуктами, имеющими острый вкус (сельдью, кильками), а также с яйцами, неострым плавленым сыром рекомендуется готовить на ржаном хлебе. Продукты нарезают тонко и аккуратно. Ломтики толстого батона колбасы укладывают по одному на бутерброд, а тонкого – по два-три. Ветчину, окорок, рулет нарезают на куски такой ширины, чтобы они целиком покрывали ломтики хлеба. Сельдь кладут по два-три кусочка на бутерброд, с бордюром из зеленого

лука. Кильки (без головы, хвоста и внутренностей), сардины, шпроты укладывают на хлеб по диагонали, а на свободных местах располагают дольки крутого яйца.

#### Смеси для бутербродов

Для улучшения вкуса бутербродов и для их лучшего оформления можно приготовить и использовать различные смеси. Для этого добавляемые к маслу (или сливочному сыру) приправы натирают на терке, протирают через сито или мелко рубят. Рекомендуется взбивать смесь до получения светлой однородной массы. Такие смеси являются альтернативой распространенных масляных смесей. Сливочный сыр для бутербродов должен быть мягким или даже жидким, потому что большинство рецептов предполагает взбивание продуктов до однородной массы. Если сыр не достаточно мягкий, в него можно предлагаем добавить немного растительного или оливкового масла.

#### Килечная смесь

*Ингредиенты: 300 г сливочного сыра, 60 г кильки.*

**Приготовление:** филе килек протереть через сито. В размягченный сливочный сыр положить протертые кильки и хорошо перемешать лопаточкой. Хранить в холодном месте. Килечное масло подавать к холодной закуске, горячему отварному картофелю, использовать для бутербродов.

#### Селедочная смесь

*Ингредиенты: 250 г сливочного сыра, 10 г столовой горчицы, 60 г сельди.*

**Приготовление:** для того чтобы приготовить селедочное масло, необходимо филе сельди замочить в молоке или чае.

Через 5 ч вымоченное филе протереть через сито. Размягченный сливочный сыр положить в кастрюлю, добавить протертую сельдь, столовую горчицу и очень тщательно взбить. Смесь можно приготовить также из молок сельди. Селедочное масло использовать для холодных блюд, бутербродов и закусок.

#### Зеленая смесь

*Ингредиенты: 250 г сливочного сыра, 50 г зелени петрушки, 0,6 г лимонной кислоты, 5 г соли, 15 г зелени укропа и зеленого лука.*

**Приготовление:** зелень перебрать, промыть в холодной воде, просушить полотенцем и мелко изрубить. Подготовленную зелень положить в размятый сливочный сыр, добавить лимонную кислоту и перемешать так, чтобы зелень равномерно распределялась в смеси. Для остроты в масло можно добавить острый перец или острый соус.

#### Хренная смесь

*Ингредиенты: 200 г сыра, 40 г (1ст. ложка) хрена, соль.*

**Приготовление:** взбитый сыр заправить тертым хреном и солью.

#### Горчичная смесь

*Ингредиенты: 200 г сливочного сыра, 15 г горчицы столовой, соль.*

**Приготовление:** в кастрюлю положить размягченный сыр, добавить столовую горчицу, хорошенько размешать.

#### Яичная смесь

*Ингредиенты: 200 г сливочного сыра, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 ложки рубленого зеленого лука или укропа, соль, красный молотый перец или горчица, хрен.*

**Приготовление:** сыр взбить вместе с измельченным желтком, добавить мелко нарубленный белок, рубленую зелень, посолить. Для получения более острого вкуса добавить перец, горчицу или тертый хрен.

Шпротная смесь

*Ингредиенты: 200 г сливочного сыра, 20 шпрот или сардин, соль.*

**Приготовление:** к взбитому сыру добавить размельченную вилкой рыбу, взбить, заправить солью.

Колбасная смесь

*Ингредиенты: 200 г сливочного сыра, 100 г вареной колбасы (ливерной, сосисок и др.), 2 небольших яблока, 1/2 луковицы, перец, соль.*

**Приготовление:** к взбитому сливочному сыру добавить мелко изрубленную колбасу, натертое кислое яблоко, натертый сырой или рубленый жареный лук. Заправить солью и перцем.

Смесь грибная

*Ингредиенты: 200 г сливочного сыра, 6 ст. ложек грибов, 1 луковица, перец, уксус, томатное пюре.*

**Приготовление:** к взбитому сливочному сыру добавить мелко изрубленные, предварительно проваренные или маринованные грибы, заправить солью, перцем, добавить томат-пюре. Соленые грибы надо вымочить. К ним добавить лимонную кислоту или чуть уксуса.

Смесь с красным стручковым перцем

*Ингредиенты: 200 г сливочного сыра, 60 г красного стручкового перца (консервированного), немного лука, соль.*

**Приготовление:** к растертому сливочному сыру добавить протертый через сито стручковый перец, рубленый лук, заправить.

Грибная смесь со сметаной

*Ингредиенты: 1 стакан мелко нарезанных отваренных грибов, 1 луковица, 1 ломтик пшеничного хлеба, 1 ч. ложка растительного масла, 1 ст. ложка сливочного сыра, 2 ст. ложки сметаны, соль, сахар, уксус.*

**Приготовление:** для того чтобы приготовить грибное масло нужно грибы пожарить с луком на растительном масле и охладить. Затем добавить намоченный в молоке хлеб, предварительно обрезав корочку, дважды все пропустить через мясорубку, смешать со сметаной, сливочным сыром, посолить, добавить немного сахара и уксуса.

Грибная смесь с томатной пастой

*Ингредиенты: 350 г соленых грибов, 4 ст. ложки сливочного сыра, перец, томатное пюре.*

**Приготовление:** к взбитому сливочному сыру добавить мелко порубленные, ошпаренные кипятком грибы. Смесь посолить, приправить перцем и по желанию томатным пюре. Слишком соленые грибы нужно предварительно вымочить. Для улучшения вкуса можно добавить лимонный сок или лимонную кислоту.

Грибная смесь с горчицей

*Ингредиенты: 250 г свежих грибов, 150 г сливочного сыра, 1 луковица, перец, горчица, соль.*

**Приготовление:** в слегка подсоленной воде отварить грибы, мелко порезать их и тушить с нашинкованным луком. Затем грибы пропустить через мясорубку, заправить перцем, горчицей и смешать с взбитым до белой пышной массы сливочным сыром. Бутерброды с грибным маслом украсить ломтиками помидора, огурца, редиса, зеленью петрушки или салатом.

Открытые бутерброды

Бутерброды с ветчиной

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 80 г ветчины, 15 г горчичной или хреной смеси, 1/4 соленого огурца или помидора.*

**Приготовление:** ржаной или белый хлеб намазать горчичной или хреной смеси. Если нет готовой смеси, можно тонким слоем намазать масло или маргарин. Сверху положить ломтик ветчины, несколько ломтиков огурца или помидора.

Бутерброды с колбасой

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 10 г сливочного сыра, 60 г колбасы, 1/4 соленого огурца или помидора.*

**Приготовление:** на намазанный сливочным сыром хлеб положить ломтик колбасы, а сверху – нарезанный веерообразно или ломтиками соленый огурец или помидор.

Бутерброды с жареным мясом

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 20 г горчичной или хреной смеси, 70 г жареной свинины, зелень петрушки.*

**Приготовление:** ломтики хлеба покрыть горчичным маслом, сверху положить ломтик жареной свинины, затем – листья петрушки, рядом поместить натертый хрен.

Бутерброды с килькой

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 25 г сливочного сыра, 5 килек, зеленый лук.*

**Приготовление:** ржаной хлеб намазать маслом, сверху положить очищенные кильки, посыпать рубленым зеленым луком.

Бутерброды с сельдью

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 25 г сливочного сыра, 1/4 небольшой сельди, зеленый лук или 3 кольца лука репчатого.*

**Приготовление:** ржаной хлеб намазать маслом и положить селедочное филе, которое можно нарезать тонкими полосками. Посыпать рубленым зеленым луком или украсить кольцами лука.

Бутерброды с копченой рыбой

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 2 ст. ложки майонеза, 50 г копченой рыбы, 1/2 помидора, зелень укропа.*

**Приготовление:** хлеб покрыть толстым слоем майонеза. Сверху, не приглаживая майонез, положить кусочки очищенной копченой рыбы, ломтики или дольки помидора, зелень.

Бутерброды с сырным кремом и орехами

*Ингредиенты: 200 г хлеба, 50 г сыра, 1 маленькая луковица, 1 ст. ложка толченых орехов, 1 ч. ложка сухого вина, дольки апельсина, соль, перец.*

**Приготовление:** толченые орехи, вино, тертый лук добавить к тертому или плавленому сыру. Хорошо растереть, заправить солью и перцем. Если масса получается очень сухой добавить немного вина. На намазанный этой массой хлеб положить дольки апельсина.

Бутерброды с рыбными консервами

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 4 ст. ложки консервов в томатном соусе или масле, 1/4 огурца, зелень.*

**Приготовление:** рыбные консервы размельчить вилкой до образования однородной массы и толстым слоем покрыть ею ломтик хлеба. Сверху положить ломтик огурца или зелени.

Бутерброды с творогом, сыром и помидорами

*Ингредиенты: 100 г черного или белого хлеба, 40 г творога, сметана или молоко, 15 г сыра, 3 ломтика помидора, соль.*

**Приготовление:** творог растереть, добавить сметану или молоко, посолить. В творог можно добавить морковь, зелень или томатное пюре. Творог положить на хлеб толстым слоем, сверху украсить полоской сыра и ломтиком помидора.

Бутерброды с сыром

*Ингредиенты: 100 г белого или черного хлеба (можно батон), 15 г сливочного сыра, 30 г твердого сыра, помидор или консервированный стручковый перец.*

**Приготовление:** ломтики белого или черного хлеба (или батона) смазать сливочным сыром, сверху положить ломтик сыра и кусочек помидора или нарезанный полосками стручковый перец.

Бутерброды со шпиком



*Ингредиенты: 100 г хлеба, 10 г сливочного сыра, 50 г копченого сала, 1 ч. ложка тертого хрена.*

**Приготовление:** ломтик хлеба намазать маслом, сверху положить тонкие ломтики копченого шпика и тертый хрен.

Бутерброды с ветчиной и горчицей

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, 100 г сливочного сыра, 50 г ветчины, 1 ст. ложка сметаны, 0,5 ч. ложки горчицы, зелень петрушки и укропа.*

**Приготовление:** пропустите через мясорубку ветчину и смешайте ее с мягким маслом. Добавьте сметаны, горчицы и все хорошо перемешайте. Готовое масло намажьте на ломтики хлеба, бутерброды разложите на тарелке и украсьте зеленью.

Бутерброды с тушеными печенью и шпиком

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, 200 г говяжьей печени, 100 г сливочного сыра, 100 г копченого шпика, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, соль, перец, 1 шт. гвоздики, 1/2 ч. ложки сахара, 1 ч. ложка лимонного сока.*

**Приготовление:** печень и шпик разрезать на маленькие кусочки, переложить в кастрюлю, добавить воду, соль, перец, гвоздику, петрушку, мелко рубленную морковь и тушить до готовности. Остывшую массу пропустить через мясорубку, влить лимонный сок, добавить сахар, взбитое масло и хорошо перемешать. Приготовленным паштетом намазать хлеб.

Бутерброды с сельдью

*Ингредиенты: 4 ломтика пшеничного хлеба, 4 кусочка сельди, 1 ломтик лимона, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1/2 вареной моркови, зелень петрушки.*

**Приготовление:** намазать хлеб маслом, положить на него кусочки сельди, лимона, яйца, моркови, украсить зеленью петрушки. Подавать перед обедом.

Бутерброды с килькой и морковью

*Ингредиенты: ломтики хлеба, сливочное масло, 1 сваренное вкрутую яйцо, килька, 1 морковь, майонез.*

**Приготовление:** на ломтики хлеба, нарезанные квадратиками или кружками, намазанные тонким слоем масла, положить по кружку сваренного вкрутую яйца, сверху – кильку, завернутую колечком, а внутрь 1 ч. ложку майонеза и кубик моркови. Бутерброды уложить на блюдо, украсить зеленью, цветком из репчатого лука, яйца, редиса, яблока. Словом, для украшения может пригодиться все, что окажется под рукой.

Бутерброды с ветчиной и горчицей

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, 100 г сливочного сыра, 50 г ветчины, 1 ст. ложка сметаны, 1/2 ч. ложку горчицы, зелень петрушки и укропа.*

**Приготовление:** пропустить через мясорубку ветчину и смешать ее с мягким сыром. Добавить сметану, горчицу и все хорошо перемешать. Готовую смесь намазать на ломтики хлеба, бутерброды разложить на тарелке и украсить зеленью.

Бутерброды с копченой курицей и грибами

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, 200 г копченого окорока, 4–5 шт. маринованных грибов, 100 г вареного сельдерея, 50 г сливочного сыра.*

**Приготовление:** окорок пропустить через мясорубку. Грибы и сельдерей мелко порубить, и добавить к окороку.

Туда же положить мягкий сливочный сыр и хорошо перемешать. Приготовленным паштетом намазать хлеб.

Бутерброды с сыром и вином

*Ингредиенты: 200 г хлеба, 50 г костромского или голландского сыра, 1 ст. ложка вина (можно взять ягодный или фруктовый сок), 1 ст. ложка тертой апельсиновой или лимонной цедры.*

**Приготовление:** к тертому сыру добавить вино и взбить до получения однородной массы. Покрыть массой бутерброды, украсить фруктами или ягодами.

Бутерброды с вареным мясом и яблоком

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, 200 г вареного мяса, 1 яблоко, 1 свекла, 1 луковица, 2 варенных яйца, 1/4 вареной свеклы, соль, перец, растительное масло.*

**Приготовление:** мясо пропустить через мясорубку. Яблоко и свеклу натереть на крупной терке. Лук и яйца мелко порубить. Все смешать, добавить растительное масло, посолить, поперчить и хорошо перемешать. Приготовленным паштетом намазать хлеб.

Бутерброды с редиской и грецким орехом

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, 150 г сыра, 1/2 стакана ядер грецких орехов, 4 редиски, соль, сливочный сыр.*

**Приготовление:** хлеб намазать сливочным сыром, сверху положить кусочек сыра. Редиску нарезать кружочками, посолить и положить на сыр, рядом – немного ядер орехов.

Бутерброды с сельдью и сладким перцем

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, филе соленой сельди, 5 консервированных сладких перцев, 1 яйцо, сливочный сыр, зеленый лук.*

**Приготовление:** перец нарезать кольцами или соломкой. Филе сельди, яйцо и лук мелко порубить. На ломтики хлеба положить перец, сельдь и посыпать яйцом и луком.

Бутерброды с колбасой, сыром и томатным соусом

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, 200 г вареной колбасы, 150 г твердого сыра, 100 г сливочного сыра, 1 ст. ложка томатного соуса, соль, перец, сахар, горчица.*

**Приготовление:** пропустить через мясорубку колбасу и сыр. Яйца мелко порубить и смешать с колбасой и сыром. Добавить масло, томатный соус, соль, перец, горчицу, сахар и хорошо перемешать или взбить миксером. Готовый паштет намазать на ломтики хлеба и украсить зеленью.

Бутерброды с сыром и помидорами

*Ингредиенты: 200 г хлеба, 50 г плавленого сыра, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 кислое яблоко.*

**Приготовление:** плавленый сыр смешать с томатной пастой, заправить тертым яблоком. Намазать на бутерброд, сверху украсить зеленью.

Бутерброды с огурцом

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 15 г зеленой смеси, 10 ломтиков огурца, укроп, соль.*

**Приготовление:** ломтики хлеба намазать зеленым маслом, сверху положить рядами ломтики огурца. Посолить и

посыпать рубленым укропом. Бутерброды с огурцом можно приготовить с селедочной смесью или сливочным сыром.

Бутерброды с помидорами

*Ингредиенты: 100 г белого или черного хлеба, 15 г сливочного сыра, 2 помидора, перец, соль.*

**Приготовление:** на намазанный сливочным сыром хлеб положить толстые дольки помидора, поперчить, посолить.

Бутерброды с луком

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 20 г селедочной смеси или сливочного сыра, 2 луковицы или 50 г зеленого лука, сметана.*

**Приготовление:** хлеб намазать сливочным сыром или селедочной смесью, положить сверху кольца лука или толстый слой зеленого рубленого лука. Лук можно предварительно смешать со сметаной или нанести сметану на кольца лука маленькими капельками.

Бутерброды с сосиской и яйцом

*Ингредиенты: 6 ломтиков белого хлеба или батона, 6 сосисок или сарделек, 20 г сливочного сыра, хрен.*

**Приготовление:** на один конец слегка поджаренного или намазанного сливочным сыром продолговатого ломтика хлеба положить лист салата так, чтобы он свешивался через край. Очистить сосиску или сардельку от оболочки, разрезать ее в длину и надрезать так, чтобы сосиска при поджаривании не стягивалась, слегка обжарить на масле. Поджаренные половинки сосиски уложить на лист салата. На сосиску поместить немного хрена.

Бутерброды с фрикадельками

*Ингредиенты: 6 ломтиков белого хлеба или батона, 200 г мясного фарша, 1 луковица, 1 ст. ложка воды или сметаны, 1/2 яйца, 1 ч. ложка сливочного сыра, перец, зеленый салат, 1 соленый или свежий огурец, 1 помидор, соль, жир или растительное масло.*

**Приготовление:** белый хлеб поджарить. Фарш смешать с водой или со сметаной, а также с яйцом, растопленным маслом и рубленым луком, поперчить, посолить. Сделать 30 шт. фрикаделек, отварить их в небольшом количестве воды или поджарить в жире или на масле. На одном краю ломтика хлеба разместить 5 фрикаделек, на другом – нарезанный полосками огурец на листе салата. Сверху уложить половину помидора.

Бутерброды с редиской

*Ингредиенты: 100 г белого или черного хлеба (или батона), 20 г селедочной смеси или сливочного масла, 5 редисок, зелень петрушки, сметана, соль.*

**Приготовление:** на намазанный маслом ломтик хлеба уложить ряд тонких ломтиков редиски, на них – рубленую зелень петрушки. На редис можно положить сметану.

Бутерброды с картофелем, сельдью и луком

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 20 г сливочного сыра, 4 вареные картофелины, 100 г филе сельди, 1 луковица, 1 помидор, зелень.*

**Приготовление:** ломоть хлеба густо намазать сливочным сыром, покрыть ломтиками картофеля, на них положить поперечными рядами нарезанные полосками кусочки филе сельди, между ними и поверх них – рубленый или нарезанный

колечками лук. Украсить зеленью укропа или петрушки, стручковым перцем или помидором. Можно приготовить бутерброды и со сметаной.

Бутерброды с котлетой

*Ингредиенты: 6 ломтиков ржаного хлеба, 30 г сливочного сыра, 6 котлет, 1 соленый огурец, хрен, зелень петрушки.*

**Приготовление:** ломоть хлеба намазать сливочным сыром или смесью с перцем, сверху положить половину котлеты. На котлету и вокруг нее положить ломтики соленого огурца и хрен. Украсить зеленью петрушки.

Бутерброды с жареным мясом и хреном

*Ингредиенты: 6 ломтиков ржаного хлеба, 25 г сливочного сыра, 6 ломтиков (250 г) жареного мяса, 6 листов зеленого салата, 2 ст. ложки тертого хрена, консервированный смешанный салат.*

**Приготовление:** хлеб намазать сливочным сыром, положить лист салата и на него ломтик жаркого. Украсить тертым хреном и смешанным салатом. Хорошо подходят консервированные смешанные салаты со стручковым перцем.

Бутерброды с мясом и свеклой

*Ингредиенты: 6 ломтиков ржаного хлеба, 25 г сливочного сыра, 6 ломтиков вареного или жареного мяса, 1 вареная свекла, 1 яблоко, 6 маринованных или свежих слив, 1 ст. ложка брусники.*

**Приготовление:** хлеб намазать маслом, полностью покрыть мясом. Натереть вареную свеклу, добавить сырое тертое яблоко. Свеклу горкой уложить на мясо, рядом положить сливы и вымоченную в сахарном растворе бруснику.

Бутерброды с яйцом, помидором и соленой рыбой

*Ингредиенты: 6 ломтиков ржаного хлеба, 30 г селедочной или килечной смеси, 4 яйца, 10 филе кильки или сельди, салат или зелень, помидоры или красный стручковый перец, красная икра.*

**Приготовление:** ломоть хлеба густо намазать селедочной или килечной смесью, уложить в один ряд кружочки яиц, рядом поместить салат или зелень, на них две кильки или кусок сельди, которые можно свернуть колечком. Украсить ломтиками помидора, перца или горкой красной икры.

Бутерброды со свежим огурцом

*Ингредиенты: 100 г хлеба или батона, 30 г сливочного сыра, 300 г свежих огурцов, 4 яйца, майонез, укроп, соль.*

**Приготовление:** ломоть хлеба намазать маслом или слегка поджарить с обеих сторон, сверху покрыть толстым слоем ломтиками огурца, посыпать солью и покрыть кружочками яиц. На них ложкой положить майонез. Украсить зеленью укропа.

Бутерброды с ветчиной и яйцом

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 20 г сливочного сыра, 200 г ветчины или нежирной колбасы, 150 г твердого сыра, 3 яйца, 2 помидора, 1 свежий огурец, листья салата или укроп, перец, томатное пюре, перец, соль.*

**Приготовление:** хлеб намазать сливочным сыром. Ветчину или колбасу, сваренные вкрутую яйца нарезать мелкими кубиками или полосками, смешать, посолить, поперчить, добавить томатное пюре. Салат уложить на



бутерброд горкой, украсить ломтиками огурца, помидора или стручкового перца, листьями салата и укропом. Для украшения бутербродов можно использовать также ломтики яйца, ветчину или тертый сыр.

Бутерброды с сельдью или килькой и яйцом

*Ингредиенты: 100 г хлеба, 20 г сливочного сыра или маргарина, 12 килек или 1 сельдь, 6 листьев салата, 4 яйца, 2 помидора, 50 г зеленого лука.*

**Приготовление:** хлеб слегка поджарить на маргарине или намазать сливочным сыром, сверху уложить большой лист зеленого салата, на один край которого положить сваренное яйцо без скорлупы, на него – мелкие кусочки сельди или 2 свернутых колечком куска кильки и ломтики помидора. Посыпать слоем рубленого зеленого лука.

Бутерброды с рубленой сельдью, яйцом

*Ингредиенты: 1 сельдь крупная, 1 луковица, 2 яйца, уксус, перец, 2 ст. ложки растительного масла, горчица, 1 яблоко, 1 соленый огурец, зеленый лук, зелень укропа, петрушки, 100 г хлеба, сливочный сыр.*

**Приготовление:** очищенное от костей и кожи филе сельди, лук, сваренные вкрутую яйца и яблоки нарубить, смешать с растительным маслом, заправить перцем, горчицей и уксусом. Хлеб слегка поджарить или намазать сливочным сыром, сверху положить густой слой селедочной смеси. Украсить кружочками яйца, зеленью укропа и петрушки.

Закрытые бутерброды

Бутерброды с сельдью и яйцами

*Ингредиенты: 5 ломтиков ржаного хлеба, 5 ломтиков пшеничного хлеба, 200 г сливочного сыра, 100 г филе соленой сельди, 5 яиц, соль, горчица, зелень.*

**Приготовление:** яйца сварить вкрутую, мелко порубить и смешать со сливочным сыром. Добавить соль, горчицу и хорошо перемешать. Намазать полученной смесью ломтики пшеничного хлеба, сверху посыпать зеленью. Сельдь порезать небольшими кусочками и положить на ломтики ржаного хлеба. На один ржаной ломтик положить пшеничный, затем опять ржаной и т. д., пока не положите все 5 ломтиков. Собрать таким образом второй бутерброд и поставить их в холодильник на 2–3 ч. По прошествии времени бутерброды вынуть и нарезать маленькими кусочками.

Булочки с мягким сыром и фруктами

*Ингредиенты: 4 булочки, 100 г мягкого сыра, 1 ст. ложка сахара, 1/8 ч. ложка тертого мускатного ореха, 2 киви, клубника.*

**Приготовление:** сырок размять, добавить сахар, мускатный орех и перемешать. Булочки разрезать пополам, поджарить на сливочном масле и намазать приготовленной смесью. Сверху положить дольки клубники и киви.

Булочки с вареным мясом и сыром

*Ингредиенты: 4 булочки, 300 г вареного мяса, 100 г любого сыра, 1 морковь, 1 ч. ложка порошка карри, 1/4 ч. ложки молотой корицы, 1 ст. ложка сливочного сыра, соль.*

**Приготовление:** мясо порезать маленькими кусочками, сыр потереть на терке, морковь мелко порубить и все смешать. Добавить карри, корицу, соль и еще раз все

перемешать. В булочках сделать надрез. Внутрь каждой булочки положить приготовленный фарш.

Сандвичи с луком и помидорами

*Ингредиенты: 8 ломтиков хлеба, 5 луковиц, 2 помидора, 2 ст. ложки томатной пасты, 100 г сливочного сыра, горчица, зелень, соль.*

**Приготовление:** взбить сыр. Добавить мелко рубленый лук, томатную пасту и хорошо перемешать. Полученную смесь намазать на 4 ломтика хлеба, а сверху положить оставшиеся ломтики. Украсить сандвичи зеленью и дольками помидоров.

Сандвичи с крабовыми палочками

*Ингредиенты: 4 булочки, 8 крабовых палочек, 2 вареных яйца, 4 ст. ложки майорана, 4 листа зеленого салата.*

**Приготовление:** булочки разрезать по горизонтали пополам. Нижнюю часть смазать майонезом, сверху положить ломтики крабовых палочек, на них по 2 кружочка яйца и лист зеленого салата. Накрыть верхней частью булочки.

Бутерброды-закуски

Бутерброд с ветчиной

*Ингредиенты: 4 ломтика белого или черного хлеба одинаковые по форме, но различные по величине, хренная или горчичная смесь для бутербродов, ветчина, колбаса, яйца, помидоры, свежие или соленые огурцы, редиска или сливы, зеленый салат, зелень петрушки или укропа.*

**Приготовление:** разные по величине куски хлеба намазать различным маслом. На большой ломоть положить ломтик ветчины и помидора, покрыть листом салата, на средний – колбасу и кружочек неочищенного огурца, на

самый маленький – кольцо яйца и целую сливу или разрезанную в форме цветка редиску. Украсить зеленым листиком. При приготовлении четырехслойного бутерброда продукты повторить либо использовать жаркое или рыбу. Уложенные друг на друга пирамидой бутерброды скрепить палочкой.

Закуска из жаркого, колбасы и овощей

*Ингредиенты: 300 г жаркого, 100 г колбасы или ветчины, 1 луковица, 1 соленый огурец, 1 помидор, сельдерей, соль, перец.*

**Приготовление:** холодное жаркое, ветчину и сельдерей нарезать кубиками средней величины, остальные продукты – по возможности маленькими кружочками. Продукты поочередно проткнуть спичкой так, чтобы на ней оказались все продукты. Сверху посыпать солью и перцем. Подавать с хлебом, батоном.

Сельдь со свежими овощами (см. схему)

*Ингредиенты: 1 сельдь, 5 редисок, 1 огурец, 1 помидор, горчица, 1 луковица.*

**Приготовление:** сельдь почистить и разрезать на квадратные кусочки размером 2–3 см, намазать тонким слоем горчицы. Редиску оставить целой, огурец разрезать на толстые ломтики, помидор и луковицу – на 5 частей. Проткнуть продукты длинной палочкой так, чтобы после каждого второго куса овощей был кусок сельди. При подаче на стол воткнуть концы палочек в хлеб или уложить на блюдо. Сервировать с хлебом и со сметаной.

**Сельдь со свежими овощами**

**Ингредиенты:**

				
1 сельдь	5 редисок	1 огурец	1 помидор	горчица

  
1 луковица

**Приготовление:**



**Примечание**  
Сельдь почистить и разрезать на квадратные кусочки размером 2–3 см, намазать тонким слоем горчицы. Редиску оставить целой, огурец разрезать на толстые ломтики, помидор и луковицу — на 5 частей. Проткнуть продукты длинной палочкой так, чтобы после каждого второго куска овощей был кусок сельди. При подаче на стол воткнуть концы палочек в хлеб или уложить на блюдо. Сервировать хлебом и сметаной.

### Сыр с ягодами или фруктами

*Ингредиенты: клубника, 100 г сыра, 1/4 стакана целых ягод (крыжовник, малина, вишня и смородина) или фруктов (яблоки, груши, сливы, персики, абрикосы и т. д.).*

**Приготовление:** сыр нарезать кубиками или продолговатыми брусочками – 15 штук. К каждому кусочку сыра спичкой или пластмассовой вилочкой прикрепить целую ягоду или фруктовую дольку.

### Бутерброды с маслом и сыром

*Ингредиенты: ржаной хлеб, сливочный сыр, твердый сыр.*

**Приготовление:** ломтики хлеба намазать не слишком тонким слоем масла (иначе слои не склеиваются), положить на них такие же по размеру, как и хлеб, тонкие ломтики сыра, затем нанести слой масла, опять – хлеб, масло, сыр и т. д. На верхний слой, который должен быть из хлеба, на 15–20 мин положить небольшой груз, чтобы слои плотно прилегали друг к другу, затем острым тонким лезвием ножа нарезать бутерброды поперек. Полосатые прямоугольники или квадраты можно разрезать на треугольники и веером разложить на блюде, украсить зеленью, цветком из редиса или лука.

Бутерброды с копченой рыбой

*Ингредиенты: 4–5 ломтиков белого хлеба, сырное масло, сыр, вареная колбаса, копченая рыба, яйца, зелень.*

**Приготовление:** тоненькие ломтики белого хлеба намазать сырным маслом. На один ломтик положить хороший кусок сыра, другой покрыть толстым слоем плавленого сыра, третий – ломтиком колбасы, четвертый и пятый – маслом с копченой рыбой и кружочками крутого яйца. Бутерброды уложить друг на друга, верхний украсить листочками зелени, скрепить палочками. Очередность бутербродов в пирамиде произвольная.

Закуски

Закуска из котлет

*Ингредиенты: 200 г фарша, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1 яйцо, 60 г сметаны, соль, перец, 1 соленый огурец, 3 помидора, 2 стручка перца, жир или растительное масло.*

**Приготовление:** взбитое яйцо, фарш, сухари, сметану смешать и заправить солью и перцем. Из хорошо взбитой массы сделать 13 маленьких круглых котлет и поджарить в растительном масле или жире так, чтобы обе стороны слегка подрумянились. Остывшие котлеты нанизать на палочку попеременно с кубиками соленого огурца, разрезанного пополам или на 4 части помидора и кубиками сладкого перца. Сервировать с белым хлебом или хрустящими хлебцами. Можно подать к столу также вареный рис и соус из майонеза с томатным пюре.

Закуска из кальмаров с курицей

*Ингредиенты: 200 г вареных кальмаров, 200 г вареного куриного филе, 1 яблоко, 1 маринованный огурец, 4 ст. ложки майонеза.*

**Приготовление:** кальмаров, куриное филе, огурец и очищенное яблоко нарезать соломкой. Заправить майонезом. Подавать на листьях зеленого салата.

Сыр с помидорами на шпажках

*Ингредиенты: 200 г сливочного мягкого сыра куском, 200 г сыра гауда куском, 8 помидоров, виноград.*

**Приготовление:** нарезать крупными кубиками сыр. Вымыть виноград и помидоры. Насадить на маленькие шпажки попеременно сыр, помидоры и ягоды винограда. Положить палочки в пластмассовые коробочки и держать их плотно закрытыми при транспортировке. По желанию подать хлеб с отрубями.

Закуска с селедкой

*Ингредиенты: 3 селедки, 3 моркови, майонез, 2 плавленых сырка.*

**Приготовление:** мелко нарезать (кубиками 2х2 мм) все ингредиенты. Сырки лучше взять не очень свежие, иначе будет трудно резать. Сыр придает закуске вязкость, селедка – соленость.

Конвертики из ветчины

*Ингредиенты: 500 г ветчины, 2 яйца, 80 г вареного картофеля, 80 г майонеза, 50 г вареной моркови, 100 г свежих огурцов, 40 г консервированного зеленого горошка, пряная зелень и соль по вкусу.*

**Приготовление:** 100 г ветчины, яйца и овощи (огурцы лучше очистить от кожицы) нарезать мелкими кубиками и перемешать. К смеси прибавить зеленый горошек, посолить и заправить майонезом. Оставшуюся ветчину нарезать тонкими ломтиками и свернуть в виде конвертиков. Конвертики наполнить салатом и выложить на тарелку, украсить зеленью.

Рубленые яйца со шкварками

*Ингредиенты: 4–5 яиц, сваренных вкрутую, 2 луковицы, 1/4 ч. ложки сахара, гусиные или куриные шкварки, соль, черный молотый перец, зеленый лук, растительное масло.*

**Приготовление:** порезать лук маленькими кубиками и пожарить его на растительном масле до золотистой корочки. Чтобы добиться этого, лук нужно посыпать сахаром. Не очень холодные яйца размять вилкой до получения однородной массы и на эту массу высыпать лук со сковородки. Все тщательно перемешать и добавить шкварки. Посолить,



поперчить по вкусу, украсить мелко порезанным зеленым луком.

#### Закуска с луком

*Ингредиенты: 2 луковицы, 200 г зелени, 1 ст. ложка подсолнечного масла, 1 ч. ложка уксуса, соль, приправы.*

**Приготовление:** лук нашинковать крупно, обдать кипятком, чтобы ушла горечь.

Добавить рубленую зелень (любую, много), добавить соль по вкусу и любые приправы (карри, мускатный орех, черный и красный перец), заправить сначала уксусом, а потом растительным маслом.

#### Холодная закуска с баклажанами

*Ингредиенты: 1 кг баклажанов, 1 кг помидоров, 1 головка чеснока, 0,3 ч. ложки красного молотого перца, 1 ст. растительного масла, 1 ч. ложки, 2 ст. ложки уксуса (9 %-ного).*

**Приготовление:** баклажаны порезать поперек тонкими кружками, посолить каждый кусочек и обжарить на сковороде с растительным маслом до образования корочки. Помидоры порезать как на салат, посолить и слегка потушить в отдельной посуде. Укладывать на блюдо очень тонкими слоями баклажаны, помидоры, чеснок, перец, сбрызнуть уксусом и т. д. Положить несколько слоев, пока не закончатся компоненты, не забывая каждый слой сбрызгивать уксусом. Сверху все обильно посыпать петрушкой и поставить в холодильник на 7–8 ч, а лучше на ночь, в крайнем случае не менее чем на 2 ч.

#### Закуска из мяса и сосисок

*Ингредиенты: 200 г мягкого мяса, 1 сосиска, 2 яблока, 1 луковица, перец, томатное пюре, растительное масло, 8 ломтей белого или черного хлеба.*

**Приготовление:** мясо можно использовать на любой вкус (телятина, баранина, свинина, курятина и т. д.). Мясо нарезать кубиками толщиной 3 см и нанизать вместе с кусочками сосиски, ломтиками яблока и кусочками лука на спицу. Данного количества продуктов хватит на 4 спицы. Мясо посыпать солью и перцем, смазать густым томатным пюре. Все продукты сбрызнуть растительным маслом, затем обжарить на углях или в духовом шкафу, при температуре 200–300 °С. Подавать на ломте белого или черного хлеба.

Холодная закуска с грибами

*Ингредиенты: 2 помидора, соль и перец по вкусу, 500 г грибов, зелень, сметана или салатная заправка.*

**Приготовление:** помидоры средней величины промыть, срезать верхнюю часть, слегка отжать, сделать в помидорах углубление и посыпать солью и перцем. Помидоры наполнить фаршем из грибов, украсить зеленью.

**Ф а р ш:** соленые или маринованные грибы либо отварные шампиньоны мелко нашинковать, соединить с мелко нарезанным луком и заправить салатной заправкой или сметаной.

Закуска с отварными куриными окорочками

*Ингредиенты: 300 г вареного куриного мяса, 1 луковица, 2 яйца, 200 г тертого сыра, рубленая зелень.*

**Приготовление:** подготовленные куриные окорочка без жировых прослоек отварить в небольшом количестве

подсоленной воды на слабом огне до готовности. Лук мелко нарезать и пассеровать в вытопленном курином жире до полной прозрачности. Остывшее мясо пропустить через мясорубку, добавить подготовленный лук вместе с жиром, на котором он жарился, мелко нарубленные крутые яйца и тертый сыр. Всю массу перемешать, слегка посолить, поперчить и заправить по вкусу майонезом. Выложить на плоское блюдо или в салатник, посыпать рубленой зеленью. По краям блюда уложить красиво нарезанные отварные или свежие овощи.

#### Творог с чесноком

*Ингредиенты: творог, чеснок, соль, рубленая зелень укропа и петрушки, болгарский перец, банан или апельсин, помидоры, огурцы, подсолнечное масло, майонез или сметана.*

**Приготовление:** все ингредиенты мелко порубить, перемешать, положить внутрь свежего болгарского перца. Охладить, нарезать тонкими ломтиками и подать как холодную закуску, украсив дольками банана или апельсина.

Салаты из протертого творога могут быть с любыми овощами (помидорами, огурцами, зеленью), подсолнечным маслом, чесноком или сметаной (майонезом).

#### Маслины с помидорами

*Ингредиенты: 100 г маслин, 200 г свежих помидоров, 150 г красного стручкового перца, 20 г желатина.*

**Приготовление:** из свежих помидоров и красного стручкового перца приготовить пюре, заправить специями по вкусу и смешать с предварительно разведенным в воде желатином. Когда пюре начнет застывать, им надо начинить

маслины без косточек. Это блюдо можно подавать и как самостоятельную холодную закуску, и как гарнир к холодным мясным блюдам.

#### Баклажаны с овощным фаршем

*Ингредиенты: 1 кг баклажанов, 500 г моркови, 300 г репчатого лука, 1 пучок зелени, 100 мл растительного масла, 1 головка чеснока, 2–3 помидора, соль, специи по вкусу.*

**Приготовление:** баклажаны разрезать на две половины, вычистить ложкой семена. Заполнить половинки баклажанов фаршем, уложить на сковороду, добавить немного воды и потушить на медленном огне до готовности.

**О в о щ н о й ф а р ш:** в раскаленном масле обжарить нашинкованные репчатый лук, морковь, свежие помидоры, зелень, чеснок.

#### Закуска из колбасы и сыра

*Ингредиенты: 300 г сосисок, 100 г сыра, 100 г шпика, горчица, перец, растительное масло, 1 луковица, 6 ломтиков черного хлеба.*

**Приготовление:** колбасу разрезать на кубики толщиной 3–4 см, сыр и шпик – на тонкие ломтики, смазать горчицей и посыпать перцем. Проткнуть спицей, сбрызнуть растительным маслом и обжарить на углях или в духовке (270 °С). Подавать на стол на тонких ломтях хлеба или со сваренным рисом, а также с густым томатным пюре или укропным соусом.

#### Закуска из различных продуктов

*Ингредиенты: 100 г нежирной ветчины, 100 г сыра, 1 луковица, 1 соленый огурец, 100 г свинины, 150 г копченой*

*грудинки, 6 маленьких помидоров, соль, перец, растительное масло, 6 ломтиков хлеба.*

**Приготовление:** сыр, мясо нарезать кубиками толщиной 3–4 см, огурец, луковицу, яблоко разрезать на 6 кусочков, помидоры оставить целыми. Все продукты нанизать попеременно на металлическую спицу и слегка посыпать солью и перцем. Смазать растительным маслом. Обжарить на углях или в духовке. На стол подавать на хлебе.

Закуска с селедкой

*Ингредиенты: 1,6 кг селедки, 500 г майонеза, 300 г яблок или апельсинов, 300 г лука, 300 г соленых огурцов, сахар, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** селедку тщательно вымыть (можно до того вымочить), отрезать хвосты, головы, вынуть все кости. Порезать (порубить) на кусочки. Яблоки или апельсины, соленые огурцы, лук нарезать кубиками, все это перемешать вместе с селедкой, добавив немного майонеза. Посолить, поперчить, положить сахар по вкусу. Кусочки селедки смазать майонезом. Подавать на стол в качестве закуски с вареным картофелем.

Ветчина с хреном

*Ингредиенты: 250 г ветчины, 60 г хрена, 30 г сметаны, 10 г сахара, 20 г лимонного сока, соль.*

**Приготовление:** хрен очистить, вымыть, измельчить на мелкой терке, соединить со сметаной, приправить сахаром, солью и лимонным соком или уксусом. Ломти ветчины смазать этой массой, свернуть трубочками и положить на блюдо, украсить веточками петрушки или листьями зеленого салата.

## Фаршированные помидоры

*Ингредиенты: 4 крепких помидора, 3 кусочка ветчины, 3 ст. ложки зеленого горошка, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 свежий огурец, 1 луковица, соль, перец, 2 ст. ложки майонеза.*

**Приготовление:** помидоры вымыть, срезать «крышечки». Выскрести мякоть, оставляя стенки толщиной в 1 см, посолить. Наполнить помидоры фаршем. На каждый помидор сверху капнуть майонез и прикрыть «крышечкой». Подавая на стол, украсить рубленой зеленью.

**Ф а р ш:** ветчину, огурец, лук и яйца нарезать аккуратными кубиками и смешать с порубленной мякотью помидоров и зеленым горошком. Посолить, поперчить и добавить майонез.

## Салаты

### Салат с копченой колбасой

*Ингредиенты: 12 кусочков копченой колбасы, 2 луковицы, 6 отваренных картофелин, 6 помидоров, 6 соленых огурцов, 6 вареных яиц, 3 сладких перца, 200 г майонеза.*

**Приготовление:** картофель нарезать кубиками, добавить мелко нарезанные огурцы и лук. Заправить майонезом, перемешать. Уложить салат горкой на середину блюда, вокруг разложить колбасу, нарезанные кружочками яйца и помидоры, колечки перца. При подаче на стол украсить веточками укропа.

### Салат из гранатовых зерен и лука

*Ингредиенты: 2 средние луковицы, 1 крупный гранат, щепотка соли.*

**Приготовление:** мелко нашинкованный репчатый лук 2–3 раза промыть в горячей воде, откинуть на дуршлаг. Очистить от кожуры гранат кислого сорта, из части зерен выжать сок, остальные зерна перемешать с луком, положить в салатницу или вазу, полить выжатым кислым соком. Для украшения салата из белого лука вырезать «розетки» и, наполнив их зернами граната, положить на середину. По краям уложить кольца лука.

Салат из редьки с гранатовыми зернами

*Ингредиенты: 500 г редьки, 1 гранат.*

**Приготовление:** натереть или нашинковать тонкой соломкой редьку, полить кислым гранатовым соком. Положить салат на тарелку, украсить зернышками граната и подать к плову, шашлыку, жаркому и другим жирным высококалорийным блюдам.

Острый морковный салат

*Ингредиенты: 2 моркови, 1 репа, 1 ст. ложка растительного масла, 3 ст. ложки сметаны, чеснок.*

**Приготовление:** натереть на терке одинаковое количество моркови и репы, измельчить чеснок. Перемешать, залить 1 столовой ложкой растительного масла и 3 столовыми ложками сметаны.

Салат из картофеля с помидорами и огурцами (см схему)






*Ингредиенты: 300 г картофеля, 2 огурца, 2 помидора, сметана, зелень петрушки, укропа и кинзы.*

**Приготовление:** молодой картофель очистить, отварить и мелко нарезать ломтиками. Добавить огурцы, нарезанные ломтиками, и помидоры. Картофель и овощи заправить

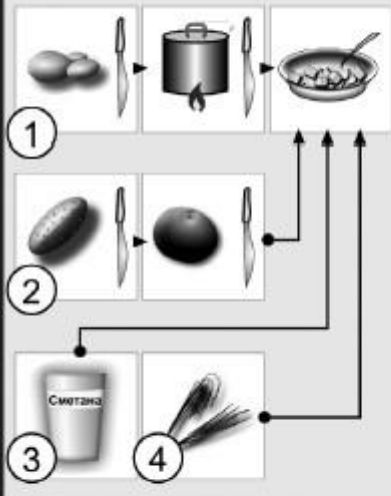
сметаной (1/2 стакана). Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа и кинзы.

**Салат из картофеля с помидорами и огурцами**

**Ингредиенты:**

				
300 г картофеля	2 огурца	2 помидора	сметана	зелень

**Приготовление:**



**Примечание**  
Молодой картофель очистить, отварить и мелко нарезать ломтиками. Добавить огурцы, нарезанные ломтиками, и помидоры. Картофель и овощи заправить сметаной (1/2 стакана). Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа и кинзы.

### Салат из моркови и репы

*Ингредиенты: 2 моркови, 2 репы, 2 ст. ложки подсолнечного масла.*

**Приготовление:** 2 моркови средней величины и 2 небольшие репы очистить и натереть на крупной терке. Добавить 2 столовые ложки подсолнечного масла. Размешать. Украсить кусочками моркови и репы.

### Салат из огурцов и яиц



*Ингредиенты: 2 свежих огурца, 2 яйца, 120 г консервированного зеленого горошка, 125 г сметаны, зелень для украшения.*

**Приготовление:** нарезать свежие огурцы, сварить вкрутую яйца и нарезать. Смешать с зеленым горошком, поместить в салатницу. Залить 1/2 стакана сметаны, посыпать зеленью петрушки или укропа.

Салат из свеклы

*Ингредиенты: 2 свеклы, 1 стакан слив, мед или сахар, 125 г сметаны.*

**Приготовление:** натереть на крупной терке 2 сырые свеклы. Мелко нарезать 1 стакан слив, освобожденных от косточек. Добавить мед или сахар по вкусу. Заправить сметаной. Украсить сливами.

Салат из сладкого перца с огурцами

*Ингредиенты: 4–5 сладких перцев, 2 свежих огурца, 1 луковица, 3–4 дольки чеснока, зелень петрушки и укропа, 4 ст. ложки растительного масла.*

**Приготовление:** крупные сладкие перцы с вынутой завязью ошпарить кипятком и нарезать брусочками. Добавить мелко нарезанные свежие огурцы, нарезанную головку репчатого лука и раздавленные дольки чеснока. Заправить растительным маслом и украсить зеленью петрушки и укропа.

Салат с вареными овощами

*Ингредиенты: 4 картофелины, 1 большая свекла, 2 моркови, 1 свежий или соленый огурец, 1 луковица, 120 г консервированного зеленого горошка, 3 ст. ложки*

*растительного масла, 1 ч. ложка горчицы, соль и сахар по вкусу, зелень укропа, зеленый лук.*

**Приготовление:** отварить картофель. Отдельно отварить 1 неочищенную свеклу и 2 моркови. Очищенные овощи нарезать кубиками, добавить нарезанный свежий или соленый огурец, мелко нарезанную луковицу, зеленый горошек. Смешать, залить растительным маслом, смешанным с горчицей, положить на кончике ножа соль и сахар. Салат посыпать нарезанным зеленым луком, измельченной зеленью укропа и петрушки.

Салат с орехами

*Ингредиенты: 2 моркови, 3 яблока, грецкие орехи, сметана, зелень.*

**Приготовление:** натереть на крупной терке морковь, нарезать ломтиками яблоки, мелко нарезать пригоршню очищенных и ошпаренных кипятком грецких орехов. Все смешать, выложить в салатницу, заправить сметаной и украсить зеленью.

Салат с чесноком

*Ингредиенты: 4 картофелины, 1 маринованный огурец, 180 г зеленого горошка, зеленый лук, 1/2 головки чеснока, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка майонеза, зелень.*

**Приготовление:** отварить очищенный картофель, нарезать кубиками, добавить нарезанный маринованный огурец, 1/2 стакана зеленого горошка, нарезанный зеленый лук по вкусу. Измельчить половину головки чеснока, развести растительным маслом и залить салат. Можно добавить 1 столовую ложку майонеза, украсить зеленью.

Салат с яблоками и фруктовым соком

*Ингредиенты: 2 свежих огурца, 2 яблока, 2 моркови, 3 ст. ложки фруктового сока, 200 г сметаны, 30 г листового салата, 2 помидора.*

**Приготовление:** нарезать и смешать огурцы, яблоки, натереть и добавить морковь, выложить в салатницу, залить смесь сладким фруктовым соком и сметаной. По краям салатницы уложить листовой салат, а сверху – нарезанные помидоры.

Салат с редисом

*Ингредиенты: 2–3 редиски, 1 помидор, 1 яйцо, 100 г творога или 50 г тертого твердого сыра, 1 огурец, репчатый лук, чеснок, лимонный сок, сметана, куст салата.*

**Приготовление:** кустик салата вымыть, мелко нарезать, добавить нарезанные редис, огурец, помидор, сваренное вкрутую яйцо, творог или сухой тертый сыр. Положить немного нарезанного лука и толченого чеснока. Заправить лимонным соком, сметаной.

Салат с огурцом и листовым салатом

*Ингредиенты: 2 огурца, 100 г листового салата, 4–6 редисок, 2 яйца, зеленый лук, сметана, дольки огурца, листья салата, кружочки яйца для украшения.*

**Приготовление:** огурцы, листовой салат, редиску, сваренные вкрутую яйца, зеленый лук нарезать, перемешать и залить сметаной. Салат можно украсить дольками огурца, листьями салата и кружочками яйца.

Салат из моркови, зеленого лука и яблок

*Ингредиенты: 3–4 средние моркови, 2–3 яблока, 100 г зеленого лука, сметана, кусочки яблока и зеленый лук для украшения.*

**Приготовление:** натереть на крупной терке морковь. Яблоки очистить и натереть так, как и морковь. Мелко нарезать зеленый лук. Все перемешать, залить сметаной. Украсить кусочками яблок и зеленым луком.

Салат с картофелем

*Ингредиенты: 300 г листового салата, 5 картофелин, сливочное масло, кусочки огурца, зеленый лук и укроп для украшения.*

**Приготовление:** листовой салат разложить по салатнице, сверху положить нарезанный вареный картофель, залить его нагретым сливочным маслом и украсить кусочками огурца (свежего или соленого), зеленым луком и укропом.

Салат из свежих овощей

*Ингредиенты: 1 кочан красной капусты, 2 яблока, корень хрена, лимонный сок, соль и сахар, 2 грецких ореха.*

**Приготовление:** очистить и обмыть кочан красной капусты, удалить кочерыжку. Капусту тонко нашинковать. Неочищенные яблоки измельчить на терке, удалив семена. Корень одного хрена также натереть на терке, смешать с капустой, сбрызнуть лимонным соком и небольшим количеством воды, растворив в ней соль и сахар (по 1 щепотке). Распределить на порции, каждую порцию посыпать толчеными орехами.

Лиственный зеленый салат

*Ингредиенты: 1 пучок зеленого салата, 1–2 огурца, укроп, лимонный или гранатовый сок, медом.*

**Приготовление:** мелко нарезать листья зеленого салата, огурцы и укроп, добавить лимонный или гранатовый сок и залить подслащенной медом водой.

Салат с луком-пореем и маслинами

*Ингредиенты: 5–6 стеблей лука-порея, 125 мл томатного сока, соль, лимонный сок и черный перец по вкусу, 15 маслин, 3–4 ст. ложки растительного масла, петрушка для украшения.*

**Приготовление:** очищенный и вымытый лук-порей мелко нарезать и залить томатным соком с добавлением соли и лимонного сока (по вкусу). Прибавить маслины, удалив из них косточки, растительное масло и черный перец по вкусу. Салат размешать и сложить в салатницу, сверху посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Салат с листьями зеленого салата и орехами

*Ингредиенты: 100 г зеленого салата, соль, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки грецких орехов, 2 ст. ложки кислого молока, укроп, 10–15 маслин.*

**Приготовление:** очищенный и вымытый зеленый салат нарезать тонкими полосками, сбрызнуть соленой водой и сложить в салатник. Заправить растительным маслом, толчеными грецкими орехами и кислым молоком, взбитым с мелко нарезанным укропом. Салат перемешать, сверху посыпать укропом и украсить маслинами без косточек.

Салат из свежих помидоров

*Ингредиенты: 4 крупных помидора, 2–4 ст. ложки растительного масла, петрушка, 5–6 маслин, лимонный сок.*

**Приготовление:** помидоры вымыть и очистить. Более мягкий помидор натереть на терке, посолить по вкусу и размешать, добавив растительное масло. Остальные помидоры нарезать кружочками. В салатницу положить немного петрушки, сверху уложить кружочки помидоров и залить натертым помидором. Перед подачей на стол посыпать мелко нарезанной петрушкой и украсить маслинами без косточек. По желанию сбрызнуть лимонным соком.

Салат с толченой капустой

*Ингредиенты: 1 кочан капусты, 3 дольки чеснока, укроп, 4 ст. ложки растительного масла, лимонный сок или 1 кислое яблоко.*

**Приготовление:** мелко нашинкованную капусту растолочь деревянной толкушкой, прибавить растертый чеснок, укроп, растительное масло, лимонный сок или кислое яблоко.

Салат с маслом и уксусом

*Ингредиенты. На 300 г зеленого салата: 60 мл соуса из уксуса и растительного масла, зелень укропа и петрушки, 1 свежий огурец, корочки белого хлеба, 2 дольки чеснока.*

**Приготовление:** обмытый и обсушенный зеленый салат нарезать поперек листьев и сложить в салатницу. Перед подачей на стол полить приготовленным соусом из уксуса и растительного масла, перемешать и посыпать укропом или зеленью петрушки. Можно прибавить свежие огурцы, нарезанные кружочками, а также корочки белого хлеба, натертые чесноком и нарезанные в виде маленьких ромбов,

уложив их поверх салата. Подавать салат ко всем блюдам из жаренного и вареного мяса, а также к жареной рыбе.

Салат слоями с гранатовым соком

*Ингредиенты: 4 вареные картофелины, 2 луковицы, петрушка, мята, сельдерей, пастернак, укроп, эстрагон, 4 огурца, 2 помидора, гранатовый сок.*

**Приготовление:** надо взять очень глубокую салатницу, миску или даже хрустальную вазу. Уложить на дно слоем нарезанный кружочками отварной картофель, далее слой тонко нарезанного кружками репчатого лука, потом слой помидоров и слой пахучей зелени (петрушка, мята, сельдерей, пастернак, укроп, эстрагон), последним уложить слой огуречных кружочков. Итак, получится 5 слоев. Залить все большим количеством свежего гранатового сока кисло-сладких сортов гранатов. Выдержать салат 5-10 мин. Очень кислый сок можно подсластить сахаром. Сладкие сорта гранатов совершенно непригодны. Помидоры брать только темно-красные.

Салат с картофелем и грибами

*Ингредиенты: 4 картофелины, 200 г соленых грибов, 2 свежих сладких красных перца, 1 луковица, 100 г сметаны.*

**Приготовление:** отварной картофель, соленые грибы, сладкий перец и лук мелко порезать, заправить сметаной. Выложить в салатницу на листья салата. Украсить зеленью и дольками перца.

Салат с ветчиной

*Ингредиенты: 2 сладких перца, 250–300 г ветчины, 150 г сыра, майонез по вкусу.*

**Приготовление:** мелко нарезать сладкий перец, желательнее чтобы он был ярко-красный или ярко-желтый. Тоненько порезать ветчину, натереть сыр. Все заправить майонезом и перемешать. Подавать в маленьких салатницах небольшими порциями.

Салат с морской капустой

*Ингредиенты: 1 банка морской капусты, 200 г риса, 1 луковица, 2 яйца, майонез.*

**Приготовление:** рис и яйца отварить. Все продукты перемешать и добавить майонез.

Салат с редькой и колбасой

*Ингредиенты: 500 г черной редьки, 2 луковицы, 300 г колбасы, майонез.*

**Приготовление:** черную редьку натереть на крупной терке. Пару крупных луковиц нарезать тонкими кольцами и пассировать на подсолнечном масле до золотистого цвета. Копченую, а лучше сырокопченую колбасу нарезать тонкими стружками. Все это смешать. Заправить майонезом. Не солить.

Салат слоеный с овощами

*Ингредиенты: 4 яйца, 100 г сыра, 2 моркови, 1 луковица, чеснок, майонез, растительное масло, соль и перец по вкусу, уксус, сахар.*

**Приготовление:** сварить вкрутую яйца, отделить белок от желтка, белок натереть на крупной терке, желток – на мелкой терке. Заранее с вечера замариновать лук.

**М а р и н а д** для лука: лук, нарезанный кольцами, залить водой, добавить сахар, соль, уксус и черный перец. Сыр потереть на крупной терке. Морковь также потереть на



крупной терке и слегка обжарить на растительном масле. Чеснок мелко нарубить. Можно добавить грецкие орехи. Все это сложить слоями в неглубокую салатницу: сначала белок, затем сыр, маринованный лук с орехами, морковь с чесноком, белок, желток. Между слоями промазать майонезом. Сверху украсить оливками, зеленью.

## ШАШЛЫКИ

*Технология, организация*

*Основные правила*

*Продолжительность жаренья*

*Маринады для шашлыков*

*Шашлыки подготовленные заранее*

*Шашлыки из различных видов мяса*

*Охотничьи шашлыки*

*Рыбные шашлыки*

*Шашлыки из мяса птицы и дичи*

*Шашлыки разных народов*

*Приправы и соусы к шашлыкам*

Лагерная жизнь мне очень нравилась. Пушка подымала нас на заре. Сон в палатке удивительно здоров. За обедом запивали мы азиатский шашлык английским пивом и шампанским, застывшим в снегах таврийских. Общество наше было разнообразно. В палатке генерала Раевского собирались беки мусульманских полков; и беседа шла через переводчика. В войске нашем находились и народы закавказских наших областей и жители земель, недавно завоеванных.

*А. С. Пушкин «Путешествие в Арзрум во время похода 1829 года»*

СПРАВКА. *Шашлык* – кавказское кушанье из кусочков мяса, обычно жирной баранины, нанизанных на металлическом вертеле и зажаренных вместе с кольцами репчатого лука. В русском языке известно с начала XVII ВЕКА. Слово тюркское по происхождению, но он редко встречается в современных тюркских языках, куда пришло из русского языка. Вероятно, от азербайджанского *шиш* – (вертел) плюс суффикс – *лык*.

Технология, организация

*Шашлыки* сейчас – это не только способ приготовления мясных, рыбных и других продуктов, это целая церемония, со своими особенностями, правилами и традиции. В принципе на шашлыках важен не столько результат, сколько сам процесс. Обязателен костер, дым, хорошая компания.

Вы можете приготовить шашлыки из сырого мяса, а можете и заранее потушить его дома. Однако в этом случае недопустимо готовить мясо только до полуготовности, ведь полусырое мясо опасно: в нем легче всего распространяются бактерии, оно быстро портится и теряет свои качества. В использовании тушеного заранее мяса есть свои преимущества: это безопаснее (ведь не всегда сырое мясо прожаривается полностью), но эффект уже не тот.

Не забудьте: о маринаде нужно позаботиться заранее, потому что время маринования колеблется от нескольких часов до нескольких дней.

Для приготовления шашлыка можно использовать шашлычницы и металлические шампуры из неокисляющихся металлов. Лучше всего для этого подходит традиционный

мангал, но, устанавливая его, нужно следить за высотой. Огонь не должен обжигать шашлыки: **они должны жариться, а не гореть**. Оптимальная высота мяса над углями – 4–5 см, но можно и ниже. Лучше сделать мангал с колосниками (решетка с мелкими отверстиями) и поддувалом. Все эти несложные приспособления помогают регулировать тягу в зависимости от ветра и других погодных условий.

При отсутствии мангала можно проявить смекалку и находчивость: сложить очаг из подручного негорючего материала – кирпича, камней и пр., а в качестве шампуров использовать спицы от велосипеда, вязальные спицы, обыкновенные сырые веточки деревьев, те, которые потолще и покрепче.

И еще пару слов о дровах – это тоже важно. И если в вашей компании найдутся люди, которые умеют различать породы деревьев, то для дров подойдут: белая акация, кизил, терн, бук, дуб, т. е. лиственные породы деревьев. Такие дрова лучше всего использовать, потому что они горят почти бездымно и дают много углей. Ценители и знатоки настоящих шашлыков скажут, что лучше всего дрова из виноградной лозы. **Нельзя использовать дрова пород со смолистой древесиной** (некоторые хвойные деревья) из-за специфического вкуса, приобретаемого шашлыками при использовании таких дров, **а также деревья с ядовитой древесиной** (кроме бука). Но в общем и целом главное – количество углей и их жар.

Можно вместо дров пользоваться готовым древесным углем, его делают из березовых чурок, но так же, как и в случае с тушеным заранее мясом, это будет уже не то.

#### Основные правила

Мясо и рыба, которые вы хотите запечь, должны быть свежими. Мясо должно быть молодое и сочное. Можно запекать и цыпленка, и рыбу, и котлеты, главное, чтобы блюдо, за которое вы взялись, было вам по силам. Чтобы получились хорошие результаты, надо соблюдать следующие п р а в и л а:

- избегайте готовить шашлыки из замороженного мяса. Мороженое мясо не имеет и трети тех питательных веществ, которые содержатся в свежем. Как бы вы его ни готовили, ни мариновали, ни отбивали, оно останется жестким, а если и помягчает, то будет безвкусным;

- избегайте готовить шашлыки из парного мяса, от только что забитого животного. С туши должна стечь кровь, мясу надо дать полежать, «отдохнуть» несколько часов, наконец, промариноваться. То же относится и к дичи. В старинных руководствах вообще считалось дурным вкусом готовить подстреленную дичь ранее, чем пройдут два-три дня по возвращении с охоты;

- однако столь же недопустимо готовить шашлыки из лежалой рыбы. Ее-то как раз надо брать первостепенной свежести (особенно осетровых пород) и ни в коем случае не готовить из нее шашлыков, если есть малейшие подозрения относительно ее годности. Особенно это касается летнего периода. Если так уж хочется поесть лежалой рыбы, то

проварите ее хорошенько, протушите в кастрюле с пряностями и ни в коем случае не насаживайте на шампур;

- если мясо все же примороженное, то его необходимо полностью разморозить, прежде чем запекать, и дать ему полежать известное время. Жилистое мясо не подходит для жаренья на решетке;

- вертел или решетку стоит предварительно смазать растительным маслом, нагреть (минимум в течение 5 мин). Сильный жар стягивает поры мяса, и в нем сохраняется сок;

- если вы запекаете цыпленка целиком на вращающемся вертеле, то время от времени поливайте его жиром. Более сухое мясо также хорошо предварительно смазать жиром или обернуть тонкими ломтиками бекона. Запекать мясо или рыбу следует столько времени, сколько указано в инструкции, иначе мясо получится сухим;

- приправы к мясу добавляют, чтобы оно получилось более сочным. Пока мясо еще теплое, поверх него можно положить кусочек сливочного масла;

- если куски мяса довольно большие, то сначала их жарят при более высокой температуре, чтобы закрылись поры, и только после того, как они зажарятся (соль по вкусу со всех сторон), продолжают тушить при более низкой температуре.

- во время жаренья мяса следует постоянно наблюдать за вертелом или решеткой и не отвлекаться ни на какие мероприятия. Если уж вы взялись готовить, то надо терпеть и едкий дым, и адский жар. Испортить шашлык очень легко, достаточно отвернуться на минуточку.

- под вертелом обязательно нужно поставить сосуд, куда бы стекал сок. После того как мясо готово, сок можно слить, заправить и затем полить им мясо.

- мясо, приготовленное на вертеле, нужно есть сразу же, так как после дополнительного подогрева оно утрачивает свой специфический вкус;

- после каждого употребления вертел следует тщательно чистить, потому что мелкие кусочки мяса, прилипшие к нему, подгорают и придают мясу неприятный вкус.

Продолжительность жаренья

Шашлыки можно готовить из баранины, курицы, печени, рыбы, ливера и прочих продуктов.

- *шпик или бекон* – срезать кожицу и жарить в течение 3–5 мин только с одной стороны;

- *ветчина* – жарить по 3–4 мин с каждой стороны, затем температуру уменьшить и поддержать еще по 5–6 мин с каждой стороны;

- *сосиски* – снять целлофановую оболочку, наколоть вилкой в нескольких местах, смазать подсолнечным или растопленным сливочным маслом и жарить при высокой температуре 4–5 мин, причем время от времени переворачивать, затем в течение 5–6 мин жарить при более низкой температуре.

- *бифштекс (1,5 см толщиной)* – намазать растопленным сливочным маслом, жарить при высокой температуре по 2–3 мин с каждой стороны, после чего температуру убавить. Если вы хотите, чтобы мясо осталось розовым в середине, его следует печь еще по 2 мин с каждой стороны. Если вы

желаете, чтобы бифштекс был средне прожарен, жарьте его по 2–3 мин с каждой стороны при сильном режиме и по 4–5 мин при более слабом, для хорошо прожаренного бифштекса – по 2–3 мин с каждой стороны при сильном режиме и от 6 до 10 мин при более слабом;

- *ягнячьи (бараньи) котлеты или отбивные* – намазать растопленным сливочным маслом, жарить по 3–4 мин с каждой стороны при высокой температуре и по 8 мин с каждой стороны при более низкой температуре;

- *свинные отбивные котлеты* – жир срезать (по желанию), смазать котлеты растопленным сливочным маслом, жарить по 5 мин с каждой стороны при высокой температуре и по 10–15 мин при более низкой.

- *печень* – зачистить от прожилок и пленок, вырезать более твердые места, смазать растопленным сливочным маслом, жарить в течение 2–3 мин с каждой стороны на решетке при сильном режиме и по 2–3 мин при более слабом режиме.

- *цыпленок* – предпочтительнее для жаренья брать бройлера. Если вы используете вертел, цыпленка можно запекать целиком. Порционные куски цыпленка или целую тушку смазать растопленным маслом и натереть приправами, жарить в течение 4–5 мин с каждой стороны, уменьшить температуру и продолжать жарить еще 15–20 мин, пока цыпленок не приобретет золотистый цвет и не пропечется как следует;

- *рыба*– если куски рыбы тонкие, их следует жарить в течение 2–5 мин, не переворачивая. Если же куски рыбы

более толстые, их жарят от 8 до 10 мин, причем переворачивают на другую сторону и смазывают растопленным сливочным маслом.

#### Маринады для шашлыков

Самым лучшим маринадом обычно считается лимонный сок. Его можно использовать, как и для мяса, так и для дичи, и для рыбы. Учитывая то, что на шашлыки в большинстве случаев едут далеко, то в приготовлении шашлыков и маринада лучше вообще не использовать любые скоропортящиеся продукты. В особенности это относится к молочным продуктам, ведь многие люди считают маринад из кефира самым подходящим. Конечно, это замечание не относится к людям, у которых на вооружении имеется переносной холодильник. Однако чтобы не подвергать себя и свой организм опасности, мы предлагаем рецепты маринадов, которые подойдут для условий пикника.

И состав маринадов, и время маринования зависят от качества основного продукта: его свежести, мягкости, способа нарезки овощей. Практически во всех рецептах указываются и способ, и время маринования. Если на приготовление приведенных ниже вариантов у вас нет времени или вы решили поэкспериментировать с составом маринада, советуем **не добавлять в маринад со спиртным уксус или лимонный сок**. Мясо любит какой-то один маринад, но не все вместе.

#### Маринад для мяса

*Ингредиенты: 200–250 мл белого сухого вина, 200–250 мл растительного масла, 1 морковь, 2 крупные луковицы,*



*1 долька чеснока, 1/2 лимона (или 250 мл уксуса), 1 небольшой пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, черный перец горошком.*

**Приготовление:** чеснок, лук, морковь нарезать кружочками. Мясо полить растительным маслом, предварительно положив в посуду, где оно будет мариноваться. Нарезанные овощи, лавровый лист, зелень петрушки и черный перец полить вином, затем соком лимона, оставить мариноваться от 2 ч до 2 суток.

Маринад с пряностями и кореньями

*Ингредиенты. На 1 л маринада: 500 мл воды, 500 мл уксуса (6 %-ного), 12 горошин перца, 5 шт. гвоздики, 1 ч. ложка сахара, соль по вкусу, 1 лавровый лист, 1/4 корня петрушки, 1–2 луковицы, 1/2 сельдерея, 1 морковь.*

**Приготовление:** в кипящую воду положить нарезанные ломтики лука, моркови, петрушку, сельдерей, немолотый перец, лавровый лист, гвоздику, соль и сахар по вкусу и 15–20 мин варить на слабом огне в закрытой кастрюле. Затем влить уксус, дать закипеть и сразу охладить. Состав и количество кореньев в маринаде можно изменить. При отсутствии каких-либо кореньев, например петрушки или сельдерея, можно положить больше моркови и лука.

Маринад для птицы

*Ингредиенты: 4 ст. ложки растительного масла, сок 1 лимона, 2 луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 1 долька чеснока, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** птицу смазать растительным маслом, полить соком лимона, покрыть кружочками чеснока и лука,

зеленью петрушки, посыпать солью, черным молотым перцем, оставить мариноваться на 2–3 ч.

**Йогуртовый маринад для баранины**

*Ингредиенты: 125 мл простого йогурта, 1 долька чеснока, 1 красный перец или, 1/2 ч. ложки сладкой паприки, 2 ч. ложки свежей мяты.*

**Приготовление:** чеснок раздавить, очистить и мелко нарезать или, а также мяту. К йогурту добавить чеснок, или, сладкую паприку и свежую мяту.

**Маринад простой**

*Ингредиенты: 250 мл уксуса, 1 пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, 1 крупная луковица, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** мясо залить уксусом, добавить зелень петрушки, кусочки лаврового листа, кружочки лука, соль, черный молотый перец мариновать 2 ч.

**Маринад для мяса**

*Ингредиенты: 200 мл уксуса (3 %-ного), 50 г репчатого лука, 25 г моркови, 20 г петрушки, 20 г сельдерея, лавровый лист, перец, соль, сахар.*

**Приготовление:** закипятить воду с солью, сахаром, приправами, овощами и уксусом. Когда маринад остынет, залить им мясо.

**Маринад**

*Ингредиенты: 250 мл уксуса (3 %-ного), 40 г репчатого лука, 25 г моркови, 25 г петрушки, 25 г сельдерея, сахар, перец, лавровый лист.*

**Приготовление:** закипятить воду с солью, приправами, сахаром. Когда маринад остынет, залить им мясо.

Маринад для мяса ароматный

*Ингредиенты: 4–5 ст. ложек растительного масла, 1–2 ст. ложки лимонного сока, 2–3 ст. ложки коньяка, ароматическую смесь специй (например, «травы Прованса») и кайенский перец.*

**Приготовление:** все ингредиенты смешать, мясо разложить на плоском блюде, смазать маринадом и оставить на 1 ч, один раз перевернуть.

Маринад мятный для свинины

*Ингредиенты: 4–5 ст. ложек растительного масла, 3–4 листочка мяты, 60 мл белого вина, 1 луковица, чесночный порошок (или 2–3 измельченные дольки чеснока), розмарин.*

**Приготовление:** смешать масло с нарубленными листиками свежей мяты, белым вином, измельченной луковицей, чесночным порошком и розмарином. Полученной смесью смазать мясо и оставить на ночь.

Медовый маринад для свинины и говядины

*Ингредиенты: 1 ст. ложка меда, 80 мл соевого соуса, 1 ч. ложка кунжутного масла, 2 ч. ложки тертого имбиря, 2 дольки чеснока.*

**Приготовление:** в миске соединить подогретый мед, соевый соус, кунжутное масло, тертый имбирь и раздавленный чеснок.

Мятный маринад для птицы

*Ингредиенты: 4–5 ст. ложек растительного масла, 3–4 листочка мяты, 60 мл белого вина, 1 луковица, чесночный*

*порошок (или 2–3 измельченные дольки чеснока), розмарин, майоран, тимьян, молотый красный перец (острый и сладкий).*

**Приготовление:** луковицу мелко нарезать, мяту нарубить, смешать с остальными ингредиентами, мариновать птицу только 1 ч.

Ароматный маринад для рыбы

*Ингредиенты: 2 ст. ложки виски, 1 ст. ложка шерри, 2 ст. ложки соевого соуса, ароматические приправы, чеснок, черный молотый перец.*

**Приготовление:** все ингредиенты смешать, полученной смесью намазать рыбу и оставить всего на 30 мин.

Маринад с йогуртом для мяса птицы

*Ингредиенты: 125 мл простого йогурта, 1 долька чеснока, 1 красный перец или, 1/2 ч. ложки сладкой паприки, 2 ч. ложки свежей мяты.*

**Приготовление:** чеснок раздавить, очистить и мелко нарезать или, нарезать мяту. К йогурту добавить чеснок, или, сладкую паприку и свежую мяту.

Шашлыки, подготовленные заранее

Напоминаем, главный критерий качества шашлыков – их полная готовность. Такие шашлыки после приготовления дома нужно, так же, как и традиционные, поместить на мангал, либо на то, что служит его функциям, и совсем недолго жарить над углями, чтобы они приобрели характерный запах дыма. В принципе, любой шашлык можно приготовить заранее, а не только нижеприведенные.

Оригинальный шашлык

*Ингредиенты: 1 луковица, 2 дольки чеснока, 2 ст. ложки растительного масла, 3 стручка желтого сладкого перца, 630 г фарша, 1 яйцо, 2 ст. ложки панировочных сухарей, кайенский перец, 10 помидоров черри, 10 мини-шариков моцареллы.*

**Приготовление:** лук и чеснок измельчить и пассеровать в растительном масле. Добавить сладкий перец, нарезанный крупной соломкой, и потушить. Выложить овощи в форму. Фарш смешать с яйцом, сухарями, солью, молотым черным кайенским перцем. Скатать шарики и обжарить в растительном масле. Нагреть духовку до 180 °С. На шпажки, смазанные растительным маслом, нанизать мясные шарики, помидоры и шарики моцареллы. Выложить на тушеные овощи и запекать в духовке 10 мин.

Шашлык в кастрюле

*Ингредиенты: 60 г граната, 320 г баранины, 80 г репчатого лука, соль, перец, 40 г бараньего топленого сала.*

**Приготовление:** баранину нарезать кусками по 40 г, обжарить до готовности на сковороде, посолить, поперчить и припустить в закрытой посуде. При подаче на стол посыпать сырым рубленым луком и полить соком граната.

Шашлык на пару

*Ингредиенты: 1 кг баранины, 400 г репчатого лука, 100 мл виноградного уксуса, лавровый лист, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** молодую баранину (окорок, грудинку) нарезать ломтиками, ребра порубить небольшими кусочками, все перемешать в эмалированной посуде с мелко нарезанным репчатым луком, уксусом, лавровым листом, черным молотым

перцем, солью, оставить на 6-12 ч (или даже на сутки) в холодном месте. Затем эту посуду поставить в котел, наполненный горячей водой, так, чтобы уровень воды не достигал края эмалированной посуды на два пальца. Котел плотно закрыть и поставить на 2–3 ч на умеренный огонь. При этом необходимо следить, чтобы вода не выкипела раньше, чем шашлык будет готов.

#### Шашлык из сушеных грибов с салом

*Ингредиенты: 800 г белых сушеных грибов, 600 г репчатого лука, 200 г зеленого лука, 400 г сала, 400 г свежих помидоров, 2 лимона, зелень петрушки и укропа, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** сушеные белые грибы замочить. Когда они набухнут, отцедить, нарезать крупными ломтиками (мелкие грибы не резать). Репчатый лук нарезать толстыми кружочками, свежее свиное сало – кусочками 3–4 см. Нанизать на деревянные или металлические шпажки поочередно ломтики грибов, кружочки лука и кусочки сала, посолить и посыпать черным молотым перцем. Шашлыки уложить в глубокую сковороду или гусятницу, залить водой, в которой были замочены грибы, довести до кипения, закрыть крышкой и тушить на слабом огне 30–40 мин. В качестве гарнира поместить крупно нарезанный зеленый лук, дольки свежих помидоров, украсить ломтиками лимона, веточками петрушки и посыпать нарезанным укропом.

#### Хазани хоровац (армянская кухня)

*Ингредиенты: 1 кг баранины, 100 г топленого масла, 150 г граната или 100 мл гранатового сока, 150 г репчатого лука, зелень, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** баранину нарезать кусочками примерно по 40–50 г, уложить в кастрюлю с топленным маслом, посыпать солью, перцем и обжарить. В готовое мясо добавить нарезанный кольцами репчатый лук и продолжать жарить еще 5 мин. После этого влить свежий гранатовый сок и перемешать. Подать на стол шашлык, посыпав зернами граната или полив гранатовым соком и посыпав зеленью петрушки.

Шашлык из китового мяса

*Ингредиенты: 2 кг китового мяса, 500 г сала шпика, 4 луковицы, 1 лимон или 15 г уксуса (3 %-ного), черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** китовое мясо нарезать кусочками, сложить в эмалированную кастрюлю, посолить, посыпать черным молотым перцем, добавить мелко нарезанный репчатый лук, зелень петрушки, уксус или лимонную кислоту и перемешать. Кастрюлю накрыть крышкой и поставить на 4 ч в холодное место. Промаринованные куски мяса надеть на металлический вертел попеременно с нарезанными кусками сала. Жарить шашлык на сковороде, периодически поворачивая вертел, чтобы мясо прожарилось равномерно. Подавать на стол с маринованными фруктами, зеленым луком, ломтиками лимона.

Шашлык из луфаря

*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 3 ст. ложки уксуса, 3 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 1/2 лимона, перец, соль по вкусу.*

**Приготовление:** рыбу почистить, помыть, разделить на филе, снять кожу, нарезать небольшими кусочками, посолить, посыпать перцем, сбрызнуть уксусом, добавить лук и перемешать. Подготовленную рыбу поставить на 1 ч в прохладное место для маринования. После этого кусочки рыбы надеть на вертел и жарить на костре или решетке. Перед подачей на стол на шашлык положить мелко нарезанный лук, полить его сливочным маслом и украсить лимоном и зеленью.

Шашлык в казане

*Ингредиенты: 1 кг баранины, 3 луковицы, 100 г укропа или кинзы, 1 красный стручковый перец или 10 г красного молотого перца, соль.*

**Приготовление:** баранину нарезать небольшими кусочками, посолить. Репчатый лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой. В казанок уложить слоями мясо и луково-укропную смесь так, чтобы вся закладка помещалась не ниже середины казана или не достигала его верха на два пальца. В предпоследний слой сверху положить стручок красного перца, разрезанный вдоль пополам, или посыпать красным молотым перцем. Казанок плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 ч. Подавать с маринованным луком.

Шашлыки из различных видов мяса

Шашлык из баранины по-охотничьи



*Ингредиенты. На 500 г баранины: 2 головки репчатого лука, 100 г зеленого лука, 200 г помидоров, 1/2 лимона, 1 ст. ложку уксуса и 1 ст. ложку масла.*

**Приготовление:** баранину (почечную часть или мякоть задней ноги) обмыть, нарезать небольшими кусками, сложить в посуду, посолить, посыпать молотым перцем, добавить мелко нарезанный лук, уксус или 1 чайную ложку лимонного сока и перемешать. Посуду накрыть крышкой и на 2–3 ч вынести в холодное место, чтобы баранина промариновалась. Перед жареньем замаринованные куски баранины надеть на металлический вертел попеременно с луком, нарезанным ломтиками. Жарить шашлык надо над горящими без пламени углями, примерно в течение 15–20 мин, поворачивая вертел, чтобы баранина прожарилась равномерно. Готовый шашлык снять с вертела, положить на блюдо, полить маслом и гарнировать зеленым луком, помидорами, нарезанными дольками, и кусочками лимона. Кроме того, на гарнир можно подать отварной рис и отдельно сушеный молотый барбарис или гранатовый сок.

Таким же способом шашлык можно приготовить из свинины.

Шашлык из печени

*Ингредиенты: 1 кг говяжьей печени, 400 г шпика, 2 луковицы, 4 ст. ложки рубленой зелени укропа, 1 ст. ложка готовой горчицы, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** печень и шпик нарезать тонкими широкими ломтиками, лук – полукольцами. Ломтики печени посолить, поперчить, смазать горчицей, разложить на них

ломтики шпика, затем лук, посыпать зеленью и свернуть трубочками. Нанизать на шампуры и жарить над углями. Подавать на стол с печеным картофелем, свежими овощами.

#### Шашлык Пикантный свиной

*Ингредиенты: 500 г свинины, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ч. ложек паприки, 1 ч. ложка кориандра, 1,5 ч. ложки нарубленного базилика, немного молотого имбиря, молотой корицы, красного стручкового перца и мускатного ореха, 1 измельченный лавровый лист, соль и черный молотый перец по вкусу.*

**Приготовление:** паприку, семена кориандра, нарубленный базилик, молотый имбирь, по большой щепотке молотой корицы, красного стручкового перца и молотого мускатного ореха, мелко накрошенный лавровый лист, оливковое масло, соль и черный свежемолотый перец сложить в кастрюлю и перемешать. Нарезать кубикам свинину, положить в кастрюлю, перемешав с маринадом. Накрывать кастрюлю крышкой и ставить в холодильнике на 8-12 ч, время от времени переворачивая мясо. Нанизать мясо на маленькие шампуры. Выпекать, переворачивая, пока свинина не запечется, оставаясь в то же время сочной. Мясо можно украсить лимонными ломтиками и лавровыми листьями.

#### Шашлык из телятины с соком грейпфрута

*Ингредиенты: 1 кг телятины, 2 грейпфрута, 1 сладкий желтый перец, 1 сладкий красный перец, 1 крупное яблоко, 1 луковица.*

**Приготовление:** телятину (лучше ребрышки или грудинка) промыть в холодной воде, порезать на куски,

добавить сок одного грейпфрута, поперчить и выставить на холод на ночь. Солить мясо не надо. Перцы, лук, яблоко и грейпфрут нарезать крупными кусками, насадить на шампуры. Отдельно от фруктов и овощей подготовить шампуры с мясом, насаживая телятину свободно, так, чтобы кусочки мяса не спрессовывались и обжаривались со всех сторон. Шампуры с фруктами и овощами полить растительным маслом. Все зажарить. Мясо посолить перед подачей на стол. Подавать шампур с мясом и шампур с овощами и фруктами.

Шашлык из свинины с луком

*Ингредиенты: 1,5 кг свинины, 1 кг лука, 1 банка майонеза, соль, перец.*

**Приготовление:** мясо нарезать кусочками, лук – кольцами, добавить соль, приправы, майонез, перемешать и оставить на 1 ч. Нанизать мясо на шампуры, чередуя с луком. Жарить над углями.

Шашлык по-сокольски

*Ингредиенты: 600 г мякоти говядины (вырезка), 1 вареный или копченый говяжий язык, 100 г шпика, 1 л сухого белого вина, 2 луковицы, сок 1 лимона, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** для маринада смешать лимонный сок, вино и мелко нарезанный лук. Говядину разрезать на порции, тонко отбить, посолить, поперчить, положить в маринад и выдержать 4 ч. Язык и шпик нарезать тонкими ломтиками. На каждый кусок говядины положить по ломтику шпика и языка, плотно скрутить и нанизать на шампуры. Жарить 25–30 мин.

Подавать с маринованным луком, лимоном, кинзой или зеленью петрушки.

### Шашлык по-карски

Это название берет свое начало от неприступной турецкой крепости Каре, взятой русскими войсками во время Крымской войны. Именно с тех пор шашлык становится модным блюдом в петербургских ресторациях. До той поры дичь на вертеле предпочитали жарить обернутой в плотную бумагу.

### П е р в ы й способ

*Ингредиенты. На 500 г баранины: 2 почки, 1 луковица, 100 г зеленого лука, 1 ст. ложка уксуса, 1/2 лимона.*

**Приготовление:** почечную часть баранины обмыть, зачистить, срезав сухожилия, сделать надрезы, чтобы во время жаренья куски баранины не стягивало, и нарезать по одному куску (250 г) на порцию. Почки также обмыть и разрезать пополам. Подготовленные баранину и почки сложить в посуду, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным репчатым луком и зеленью петрушки, сбрызнуть уксусом или лимонным соком и оставить на 2–3 ч для маринования. Перед жареньем каждый кусок баранины надеть на металлический вертел, добавив с обеих сторон куса по половинке почки, и жарить над углями без пламени. Во время жаренья вертел нужно поворачивать, чтобы баранина равномерно прожарилась. Готовый шашлык снять с вертела и подать целым куском вместе с почками, положив на тарелку кусочек лимона. Сверху шашлык посыпать зеленым луком и зеленью петрушки. Отдельно подать острый томатный соус.

## В т о р о й способ

*Ингредиенты: 1,5 кг баранины, 3 луковицы, 1 почка, 1 помидор, 50 г бараньего сала, 1/2 пучка зеленого лука, 1/2 лимона, 20 г сушеного барбариса, 50 мл соуса ткемали, зелень, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** куски баранины нарезать кубиками по 30–40 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и зеленью петрушки, смочить уксусом или лимонным соком, перемешать, уложить в не окисляющуюся посуду и поставить на холод на 4–6 ч. Маринованное мясо надеть на шпажку, с одного конца надеть очищенную от пленки баранью почку, а с другого – средний помидор. Смазать мясо топленым курдючным салом и жарить над углями или в электрогриле. При подаче жареный шашлык, почку и помидор снять со шпажки, уложить на блюдо и гарнировать кольцами сырого репчатого лука, дольками лимона, зеленым луком и зеленью петрушки. Отдельно подать соус ткемали и свежий или сушеный молотый барбарис.

## Т р е т и й способ (маринад на водке)

*Ингредиенты: 240 г баранины, 50 г курдючного сала, 50 г репчатого лука, 10 мл водки или коньяка, 3 мл уксуса (3 %-ного), красный молотый перец, 20 г свежей зелени, соль.*

**Приготовление:** мякоть жирной баранины (заднюю ногу) нарезать кусками диаметром 100–150 мм и толщиной 30–40 мм, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанной зеленью и репчатым луком, сложить в не окисляющуюся посуду, полить уксусом, коньяком или водкой, перемешать, уплотнить и оставить на 6–8 ч на холоде. Затем куски

баранины нанизать на шпажку попеременно с ломтями сырого курдючного сала и жарить на вертеле, периодически поворачивая. Когда мясо прожарится на глубину примерно 8-10 см, острым ножом отрезать от него тонкие ломтики, оставшееся мясо продолжать жарить, затем снова срезать и так до тех пор, пока все мясо не изжарится. При подаче ломтики мяса положить на блюдо и подать гарнир.

**Г а р н и р:** нашинкованный репчатый и зеленый лук, помидоры и веточки зелени петрушки и кинзы.

Шашлык из свинины (кабанины)

*Ингредиенты: 1,5 кг свинины, 50 мл уксуса (3 %-ного), 3 луковицы, зеленый лук, 50 г свиного сала, 150 г гарнира, соль, перец красный молотый, зелень.*

**Приготовление:** для этого шашлыка лучше использовать мясо молодого кабанчика в возрасте не более одного года. Мясо должно быть не мороженым. По степени свежести можно судить, нажав пальцем на мясо: образующаяся ямка должна быстро выровняться. Лучше всего подойдет свиной бок (сторона туши, которая при разрубке осталась с позвоночником, с удаленными тонким и толстым краями и концами ребер). Срезать сало (не полностью, а если кабанчик был не очень жирный, то можно и не срезать, только удалить шкуру). Самое главное – мясо должно быть светлым. Темное мясо будет сухим и жестким. На крайний случай сгодится и вырезка, и антрекот (почечная часть), и любая мясистая часть. Мясо порезать кусками по 150–200 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и зеленью петрушки, смочить уксусом или

лимонным соком, перемешать, положить в неокисляющуюся посуду и оставить на холоде на 4–6 ч. Маринованные куски мяса нанизать на металлическую шпажку вперемежку с кружочками репчатого лука, смазать растопленным курдючным салом и жарить над горящими углями. Готовые кусочки шашлыка снять со шпажки на блюдо, подавать с рассыпчатой рисовой кашей и поджаренным луком или без риса с сырым репчатым и зеленым луком, помидорами и лимоном.

Шашлык, маринованный в кефире

*Ингредиенты: 600 г мякоти баранины (окорок), 1 луковица, 500 мл кефира, 1 ст. ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мясо нарезать кубиками, посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанным луком, залить кефиром и мариновать 6 ч. Обсушенное мясо нанизать на шампуры, смазать маслом и жарить на гриле 25–30 мин. Подавать с печеным картофелем, кинзой или зеленью петрушки.

Шашлык из баранины с рисом

*Ингредиенты: 1,6 кг баранины, 300 г репчатого лука, 150 г риса, 200 г курдючного сала, 1 лимон, 50 г зеленого лука, 20 мл уксуса (3 %-ного), соль, красный молотый перец.*

**Приготовление:** баранину нарезать кусочками и замариновать в уксусе и лимонном соке. Жарить вперемежку с репчатым луком над углями. Готовый шашлык снять со шпажки и положить на блюдо с рассыпчатой рисовой кашей, украсить дольками лимона и зеленью.

### Шашлык из говядины с рисом

*Ингредиенты: 1,6 кг говядины, 400 г шпика, 200 г топленого свиного сала, 50 г сливочного масла, 50 мл мясного сока, 150 г репчатого лука, соль, красный молотый перец.*

**Приготовление:** вырезку нарезать кусочками весом 20–25 г и отбить до толщины 5 мм. Свиной шпик нарезать тонкими ломтиками (2–3 мм) размером примерно 50x50 мм. Мясо нанизать на шпажку попеременно со шпиком так, чтобы с обоих концов на шпажке были ломтики мяса. Шашлык на шпажке обжарить, посыпать солью, красным молотым перцем и поджарить на сковороде со свиным салом. При подаче на середину тарелки уложить грядкой рассыпчатую рисовую кашу, полить ее сливочным маслом и мясным соком. На кашу поместить готовый шашлык, а на него – кольца жаренного репчатого лука.

### Шашлык с помидорами (см схему)








*Ингредиенты: 1,5 кг постной свинины, телятины или баранины, 1 луковица, 2–3 помидора, соль, перец по вкусу, чеснок, 50 мл уксуса (3 %-ного).*

**Приготовление:** мясо нарезать кубиками по 40 мм. В мясо добавить соль, перец по вкусу, репчатый лук кольцами и свежие помидоры дольками. Оставить мариноваться на 6–8 ч. Уксус и вино не добавлять, потому что помидорный сок и так кислый. Лука и помидор чем будет больше, тем лучше. Мясо на шампуры нанизывать без лука и помидоров, обмять его, чтобы углы не торчали и шашлык был цельным и ровным. Шашлык сбрызнуть смесью уксуса, чеснока и перца (по вкусу), чтобы не подгорал на углях.

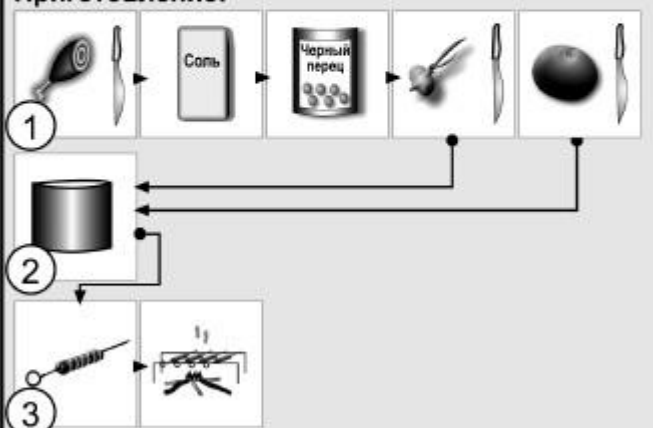


### Шашлык с помидорами

**Ингредиенты:**

				
1,5 кг свинины	1 луковица	2–3 помидора	перец	соль
				
чеснок	50 мл уксуса			

**Приготовление:**



**Примечание**  
 Мясо нарезать кубиками по 40 мм. В мясо добавить соль, перец, репчатый лук кольцами и свежие помидоры дольками. Оставить мариноваться на 6–8 ч. Мясо на шампуры нанизывать без лука и помидоров, обмять его, чтобы углы не торчали и шашлык был цельным и ровным. Шашлык сбрызнуть смесью уксуса, чеснока и перца (по вкусу), чтобы не подгорал на углях.

### Шашлык из свинины в белом вине

*Ингредиенты: 1,5 кг свинины, 3 луковицы, кинза, укроп, базилик, черный молотый перец, красный молотый перец, лавровый лист, соль, 300 мл белого сухого вина (типа «Совиньон», Ркацители», «Цинандали»), лимон, лаваш, гранат.*

**Приготовление:** свинину освободить от излишнего сала, нарезать кусками средней величины (куски должны иметь продолговатую форму, желательно оставить немного косточек). Нарезать кольцами репчатый лук (чем больше, тем лучше, луком шашлык не испортишь). Приготовить смесь

пряностей: кинза, укроп, базилик, черный перец, немного красного перца, лавровый лист. Количество смеси зависит от количества мяса. Затем в емкость уложить мясо, лук, приготовленную смесь пряностей, посолить по вкусу. Залить мясо белым сухим вином так, чтобы вино чуть-чуть закрывало мясо. Выдавить лимон. Закрывать мясо крышкой и оставить на 3 ч для маринования. Затем мясо пожарить на углях, сбрызгивая вином (чтобы было сочным). На дно емкости положить лаваш (подойдет низ хлебной буханки), мясо по окончании жаренья снимать с шампуров прямо в эту емкость. Нарезать кольцами лук, посыпать им мясо, туда же выдавить гранатовый сок (или посыпать гранатовыми зернышками), перемешать, накрыть крышкой и дать постоять 10 мин.

#### Шашлык из картошки

*Ингредиенты: 125 кг картофеля, 300 г бараньего окорока, 200 г зеленого лука, 50 г петрушки, соль, перец.*

**Приготовление:** картофель очистить, крупные картофелины порезать на куски по 45–50 г и бланшировать в горячей соленой воде. Бараний курдюк нарезать по 15–20 г и нанизать вперемежку с картошкой на шомпол и жарить в мангале. Готовый шашлык посыпать зеленью.

#### Говяжий шашлык по-сибирски

*Ингредиенты: 1,5 кг говядины или баранины, душистый перец, лавровый лист, 2–3 луковицы, красный молотый перец, 100 г томатной пасты, 1,5 ст. ложки уксуса (3 %-ного), 1 лимон, 200 мл белого вина.*

**Приготовление:** готовя по этой методике можно, довести до необходимой мягкости даже очень жесткое мясо.

Дать оттаять мясу (говядину и баранину можно брать мороженную) и нарезать кусками чуть больше спичечного коробка. На дно кастрюли высыпать слой душистого перца (горошка). Сверху укрыть его слоем лаврового листа. Уложить слой порезанного кольцами лука, сверху слой мяса, посолить и поперчить красным молотым перцем, снова положить слой лука и т. д. Последним слоем должен быть лук. Поверх него выложить слой лаврового листа, затем слой томатной пасты в палец толщиной и уксус. Все это накрыть перевернутой тарелкой и поставить сверху гнет около 10 кг. Выдержать сутки. Через сутки слить юшку, выкинуть верхний слой лаврового листа и переложить мясо в другую посуду, оставляя нижний слой лаврового листа и душистый перец в прежней посуде. В мясо выдавить лимон, добавить белое сухое вино. Через 2 ч можно жарить.

Шашлык из молодой баранины с грибами по-охотничьи (см схему)

*Ингредиенты: 2 кг баранины, 700 г свежих грибов, 500 г сладкого стручкового перца, 150 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** баранину нарезать кусочками, посолить, посыпать черным молотым перцем. Свежие грибы перебрать, промыть, крупные разрезать пополам, посолить. Сладкий стручковый перец нарезать кольцами. Все нанизать на вертел, чередуя. Подготовленный шашлык смазать маслом и жарить на раскаленных углях, поворачивая время от времени вертел и следя за тем, чтобы мясо, грибы и перец не подгорели. На салфетку положить листья бука, на них –

готовый шашлык и завернуть на 5–6 мин салфеткой, чтобы шашлык немного обмяк.

**Шашлык из молодой баранины  
с грибами по-охотничьи**

**Ингредиенты:**

				
2 кг баранины	700 г свежих грибов	500 г сладкого перца	150 мл растительного масла	черный молотый перец



соль

**Приготовление:**

- 
- 
- 
- 

**Примечание**  
Баранину нарезать кусочками, посолить, посыпать черным перцем. Грибы перебрать, промыть, крупные разрезать пополам, посолить. Сладкий стручковый перец нарезать кольцами. Все нанизать на вертел, чередуя. Шашлык смазать маслом и жарить на раскаленных углях, поворачивая время от времени вертел и следя за тем, чтобы мясо, грибы и перец не подгорели. На салфетку положить листья бука, на них — готовый шашлык и завернуть на 5–6 мин салфеткой, чтобы шашлык немного обмяк.

### Шашлык с мускатным орехом

*Ингредиенты: 1,25 кг баранины, 250 г шпика или копченой ветчины, 150 г репчатого лука, 25 мл оливкового масла, лавровый лист, мускатный орех, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мякоть задней ноги нарезать кусками по 30–40 г, выдержать 2–3 ч в маринаде, приготовленном из оливкового масла, соли, черного молотого перца, натертого на терке мускатного ореха, измельченного в порошок лаврового

листа и мелко нарезанного репчатого лука. Подготовленное мясо нанизать на вертел, помещая между кусочками мяса кусочки шпика или жирной копченой ветчины. Обжарить в мангале над раскаленными углями.

**Г а р н и р:** отваренный рис.

Шашлык с салом и грибами

*Ингредиенты: 500 г свежих грибов (белые, дубовики, подберезовики, подосиновики), 3–5 луковиц, 100 г шпика, сладкий перец, зелень, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** выбрать одинаковые по величине грибы, очистить их и тщательно промыть, отварить в течение 15 мин, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой и отделить шляпки от ножек. Нанизать на шампуры поочередно шляпки грибов, кружочки лука, тонкие ломтики шпика, посыпать солью, перцем и жарить над углями или на сковороде. Подавать шашлык с томатным соусом, зеленью укропа или петрушки, сладким перцем.

Шашлык из овощей

*Ингредиенты: 20 кочешков брюссельской капусты, 20 кочешков цветной капусты, по 2 стручка сладкого перца разного цвета, 5 крупных помидоров, 5 мелких луковиц, 250 г майонеза, 100 г корнишонов, 5 ч. ложки красного молотого перца, 300 г сала, зелень для украшения.*

**Приготовление:** кочешки капусты разрезать пополам, стручки перца нарезать крупными ломтиками, лук и помидоры – дольками. Нанизать овощи и сало вперемежку на шампуры, обжарить до образования корочки. Подавать шашлыки на

блюде, украсив зеленью. Соус подать отдельно. Соус: смешать майонез, рубленые корнишоны и молотый перец.

Шашлык ассорти из трех сортов мяса

*Ингредиенты: по 1 кг свинины, говядины и телятины, 300 г копченого сала, 200 г жира, 5 луковиц, 100 мл сухого белого вина, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** куски свинины, говядины и телятины толщиной 1–1,5 см отбить, посолить, нарезать квадратами 3х3 см. Копченое сало нарезать кусками, репчатый лук – кольцами. Затем нанизать на деревянную шпажку, чередуя: кусок сала, кусок говядины, кружок лука, кусок сала, кусок свинины, кружок лука, кусок сала, кусок телятины, кружок лука и т. д. В сковороде разогреть жир, обжарить шашлык со всех сторон, посыпать черным молотым перцем, залить вином и тушить до готовности под крышкой. Вместо телятины можно использовать баранину. При подаче шашлык полить вином.

Г а р н и р: отваренный рис.

Шашлык по-кавказски

*Ингредиенты: 1,5 кг баранины, 3 луковицы, 3 пера зеленого лука, 20 мл уксуса (3 %-ного), 10 помидоров, 100 мл соуса ткемали, 20 г сушеного барбариса, 5 лимона, 50 г бараньего топленого сала, соль, черный молотый перец, зелень.*

**Приготовление:** куски баранины нарезать кубиками по 30–40 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и зеленью петрушки, смочить уксусом или лимонным соком, перемешать, уложить в не окисляющуюся посуду и поставить на холод на 4–6 ч.

Маринованные куски мяса нанизать на металлическую шпажку вперемежку с кружочками репчатого лука, смазать растопленным курдючным салом и жарить над горящими углями либо в электрогриле. Готовые кусочки шашлыка снять со шпажки на блюдо, гарнировать сырым нашинкованным репчатым или зеленым луком, помидорами и долькой лимона. Отдельно подать соус ткемали и свежий или сушеный молотый барбарис.

#### Шашлык из колбасы и грибов

*Ингредиенты: 300 г колбасы, 2 луковицы, 200 г свежих грибов, 3 помидора, 3 пера зеленого лука, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** тонкую колбасу нарезать кружочками толщиной 2 см. Репчатый лук нарезать четвертинками и обдать кипятком. Свежие грибы (шляпки) перебрать, промыть и обжарить. Свежие помидоры нарезать ломтиками. Подготовленные продукты надеть на шампуры, чередуя колбасу, лук, помидоры, грибы, и посолить. Обжарить шашлык в горячем жире со всех сторон и подать, посыпав молотым перцем и мелко нарезанным зеленым луком.

#### Шашлык из сушеных грибов с салом

*Ингредиенты: 200 г белых сушеных грибов, 200 г репчатого лука, 50 г зеленого лука, 100 г сала, 100 г свежих помидоров, 1/2 лимона, зелень петрушки и укропа, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** сушеные белые грибы замочить. Когда они набухнут, отцедить, нарезать крупными ломтиками (мелкие грибы не резать). Репчатый лук нарезать толстыми

кружочками, свежее свиное сало – кусочками 3–4 см. Нанизать на деревянные или металлические шпажки поочередно ломтики грибов, кружочки лука и кусочки сала, посолить и посыпать черным молотым перцем. Шашлыки уложить в глубокую сковороду или гусятницу, залить водой, в которой были замочены грибы, довести до кипения, закрыть крышкой и тушить на слабом огне 30–40 мин.

Ломтики почек и сердца на шампуре

*Ингредиент. На 300 г телячьих почек и 300 г сердца: 200 мл красного сухого вина, 2 луковицы, 3 помидора, 2 ст. ложки растительного масла.*

**Приготовление:** очистить почки от пленки и жил, сердце разрезать пополам, удалить кровеносные сосуды, пленку и жир. Все нарезать ломтиками толщиной в палец и не менее 30 мин держать в вине. Обсушить, нанизать на шампур попеременно с толстыми кольцами лука и дольками помидора, смазать растительным маслом и поджарить. Посыпать приправами, подавать на стол сразу. На гарнир – пряный соус.

Шашлык из сосисок

*Ингредиенты: 3 сосиски, 2 луковицы, 5 помидоров, 5 чернослив, 50 г грудинки внарезку, 25 г сыра, зелень петрушки.*

**Приготовление:** поджаренные на углях сосиски приобретают совершенно особые вкус и аромат, поэтому рекомендуем и всем как блюдо для пикников, особенно если в компании есть дети, а мясо удалось жестковатым. Сосиски нарезать кусками длиной 3–4 см. Чернослив замочить в



теплой воде на 6–8 ч, удалить из него косточки и обернуть каждую сливу полосками нарезанной грудинки. Лук и помидоры нарезать четвертинками. Надеть на шампуры попеременно сосиски, свернутые листья петрушки и лук, помидор, сливу в грудинке, ломтик сыра, снова сосиску.

#### Индонезийский сатэй

*Ингредиенты: 1 кг говядины или баранины. Для маринада: 60 мл подсолнечного масла, 1 луковица, 1 долька чеснока, 1/2 ч. ложки молотого или, 1 ст. ложка арахисового бутербродного масла, 1 ч. ложка куркумы, 1 ч. ложка сахара, 3 ст. ложки темного соевого соуса, 1 ст. ложка лимонного сока.*

**Приготовление:** мясо поместить в морозилку на 30 мин. Затем, когда оно слегка подмерзнет, нарезать его поперек волокон квадратами со стороной 5 см и толщиной 5 мм. В маленькой кастрюле разогреть подсолнечное масло, добавить нарезанный лук и измельченный чеснок, готовить до мягкости. Добавить остальные ингредиенты маринада, влить стакан воды. Перемешать, накрыть крышкой и готовить 5 мин. Дать остыть, залить маринадом мясо, перемешать, накрыть пищевой пленкой. Оставить мариноваться на 2 ч. Нанизать мясо (достаточно плотно) на тонкие деревянные палочки. Надо дать стечь большей части маринада с мяса обратно в кастрюлю, в которой его затем следует вскипятить, и впоследствии подавать как соус. Сатэй обжарить, часто переворачивая, на мангале до образования хрустящей корочки. Перед подачей на стол слегка посолить.

#### Охотничьи шашлыки

### Шашлык из кролика

*Ингредиенты: 1 кг мяса кролика, 200 мл апельсинового сока, 20 г чеснока, жгучий перец, соль по вкусу.*

**Приготовление:** мясо вымыть, нарезать одинаковыми кусочками, посолить, залить соком, добавить мелко нарезанный жгучий перец. Все перемешать и выдержать на холоде 6–8 ч. Если мясо кролика не жирное, то нанизанные на шампуры кусочки перед жареньем следует полить растительным маслом. К шашлыку можно подать ассорти из овощей и фруктов.

### Шашлык из мяса лани, лося, дикой козы, оленя

*Ингредиенты: 2 кг мяса, 50 мл оливкового масла или 50 г свиного жира, 200 г репчатого и зеленого лука, 200 г огурцов помидоров или солений. Для маринада: 100 мл винного уксуса, 2–3 горошка черного перца, 100 г репчатого лука, 1 головка чеснока, 30 г сахара, лавровый лист, соль.*

**Приготовление:** мясо нарезать кусочками по 30–40 г и мариновать в холодном месте 10–12 ч. Для маринада уксус развести холодной кипяченой водой в соотношении 1:1, добавить пропущенный через мясорубку репчатый лук, растертый с солью чеснок, сахар, крупно толченый черный перец, лавровый лист. Мясо нанизать на шпажку и жарить над раскаленными углями, смазывая его оливковым маслом или свиным топленым салом. Подавать шашлык с сырым репчатым и зеленым луком, помидорами, огурцами или с маринованными вишнями или сливами, виноградом. Отдельно подать соус ткемали или кетчуп.

### Шашлык из зайца по-охотничьи

*Ингредиенты: 1,5 кг мяса молодого жирного зайца, 2–3 луковицы, 50 мл оливкового или подсолнечного масла, 150 г соленого сала, ореховые листья.*

**Приготовление:** мясо молодого жирного зайца, не маринуя, нарезать крупными кусками, посолить и поперчить. Лук нарезать ломтиками, смешать с мясом и полить оливковым или подсолнечным маслом. Соленое сало нарезать тонкими ломтиками. Приготовить деревянные шпажки, нанизать на них куски зайчатины, чередуя их с луком и салом, и жарить над углями с сильным жаром (без пламени), поливая шашлык время от времени маслом. Готовый шашлык положить на шпажках на ореховые листья, добавить нарезанный лук, завернуть, дать постоять 5-10 мин для аромата и подать на листьях.

Печень сайгака по-охотничьи

*Ингредиенты: 1 кг свежей печени сайгака, соль.*

**Приготовление:** свежую печень сайгака нарезать кусками, насадить на деревянные ошкуренные и заостренные в виде ромба рожны (колы) длиной около 1 м. На кусках печени сделать надрезы, в которые насыпать соль. Рожны воткнуть в землю около костра с наклоном, чтобы куски печени находились на расстоянии 30 см от пламени костра с подветренной стороны и чтобы печень не охватывалась дымом. Поворачивать рожны с кусками печени несколько раз и срезать с кусков печени по мере ее запекания верхние поджаренные слои.

Рыбные шашлыки

Лучшей рыбой для шашлыка является осетр, и тот, кто пробовал его на берегах Каспия, уже не захочет жарить шашлык из другой рыбы. Но нет предела поискам совершенства, и человек через кулинарию совершенствует свои познания жизни, чтобы в итоге познать одну простую истину: а ведь нам для счастья достаточно кружки родниковой воды и ломтя грубого хлеба...

Однако если вам попался свежий осетр, то его не стоит заставлять ждать мангала. Вначале осетра надо освободить от шкуры и шипов. Для этого шкуру надо полить крутым кипятком, вооружиться острым ножом и... терпением. Учтите, что острый осетровый шип, попав в горло или на зуб, может надолго испортить настроение от ужина.

#### Шашлык из морепродуктов

*Ингредиенты: 300 г рыбы, 250 г мяса морского гребешка, 250 г мякоти хвоста гигантской морской креветки (можно взять мясо рака), 150 г сладкого перца, 120 г риса, 50 г мидий в раковинах, 60 г креветок, 120–150 мл белого сухого вина, зелень.*

**Приготовление:** осетрина, мясо морского гребешка и мякоть хвоста морской креветки мариновать в лимонном соке, в который добавить белое вино и зелень. Затем все продукты панировать в муке, перемешать с паприкой, надеть на шпажки в следующем порядке: рыба, гребешок, креветка, жарить на гриле до готовности. На гарнир лучше всего подавать отварной рис с овощами, обжаренными с томатным соусом, мидии в ракушках, креветки, оливки.

#### Шашлык из осетровых рыб

*Ингредиенты: 1,5 кг рыбного филе, 150 мл белого сухого вина, 50 мл растительного масла, 1/2 лимона, 300 г репчатого лука, 500 г помидоров, гранатовый сок, черный молотый перец, лавровый лист, соль, зелень.*

**Приготовление:** из белуги и севрюги шашлык готовить так же, как и из мяса. Рыбу порезать крупными квадратными кусками (примерно 6х6 см), нарезать лук. Уложить слоями рыбу, лук, крупную соль, черный перец, зелень и хорошо перемешать. Если рыба свежая, достаточно мариновать ее 2–3 ч, если мороженая, то меньше. Маринад приготовить из вина, растительного масла, лимонного сока, репчатого лука, черного молотого перца и соли. Не добавлять уксус, так как он размягчит рыбу и при жаренье куски могут падать с шампура в огонь. Жарить шашлык на углях, время от времени брызгая на разгоревшиеся угли подкисленной уксусом водой. Кожу с рыбы можно не снимать. После жаренья чешуйки легко очищаются, а кожица, слегка обугленная и пропитанная дымком, очень вкусна. При подаче на стол (желательно на шампурах) посыпать зеленью и репчатым луком, порезанным кольцами. Сбрызнуть подкисленной уксусом водой, гранатовым соком.

**Предупреждение:** летом не стоит жарить шашлыки из осетровых рыб, поскольку их мясо быстро портится. Лучше всего покупать осетрину зимой, осенью и ранней весной.

Молодые осьминоги, запеченные на вертеле

*Ингредиенты: 600 г осьминога, 20 г зеленого лука, 15 мл растительного масла, 40 мл соевого соуса, 0,3 г черного*

*молотого перца, 10 г сахара, 20 г чеснока, 5 г подсолненного кунжута.*

**Приготовление:** осьминога разделать, ошпарить, окуная в кипящую воду, снять со щупальцев кожу. Разрезать на части длиной 7–8 см, шириной 1,5 см, толщиной 0,5 см, перемешать с измельченным луком и чесноком, соевым соусом, сахарным песком, растительным маслом, кунжутом, перцем и дать пропитаться в течение 40 мин. После этого нанизывать на вертел по 5–6 кусков, класть на решетку для поджаривания над огнем (или мангал, или шашлычницу и т. п.) и быстро обжарить.

Кебаб из мелкой рыбы

*Ингредиенты: 500 г мелкой рыбы, 2 луковицы, 150 мл подсолнечного масла, 2 сладких стручковых перца, 3 помидора, красный и черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мелкую рыбу (подойдут хамса, барабулька) очистить, промыть, посолить. Репчатый лук мелко нарезать и обжарить на подсолнечном масле, добавить мелко нарезанный сладкий стручковый перец и продолжать жарить. В конце ввести мелко нарезанные свежие помидоры. Когда сок помидоров выпарится, смесь посолить, заправить красным и черным молотым перцем, перемешать и добавить рыбу. На дно неглубокой кастрюли положить плотную бумагу так, чтобы ее края были выше краев посуды. Выложить туда смесь рыбы с овощами, завернуть края бумаги конвертом, полить подсолнечным маслом, закрыть кастрюлю крышкой и запекать.

Шашлык из лосося

*Ингредиенты: 800 г филе лосося, пучок укропа, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки морской соли, щепотка белого перца.*

**Приготовление:** укроп мелко нарубить, смешать с сахаром, солью и перцем. Натереть этой смесью филе, накрыть пленкой, оставить на ночь. Очистить филе от маринада, нарезать кубиками (со стороной 5 см). Мясо нанизать на тонкие шампуры и готовить на мангале, регулярно переворачивая, около 5 мин.

Рыба на костре

*Ингредиенты: 1,5 кг свежей рыбы, соль, специи.*

**Приготовление:** рыбу завернуть в лист лопуха (можно в фольгу, газетную или оберточную бумагу, но бумагу надо увлажнить) и закопать в горячую золу костра. Сверху опять развести небольшой костер. Время приготовления зависит от размеров рыбы и состояния углей (они должны быть жарче, чем для шашлыка, примерно как для печеной картошки). Обычно это от 5 до 10 мин. Затем угли разгрести, пакет вытащить, развернуть, чешуя остается прилипшей к бумаге и перед вами рыба, приготовленная в собственном соку. Очень рекомендуется любителям зимней рыбалки. Можно, кстати, и картошку одновременно в золу побросать – будет гарнир.

Шашлык из речной рыбы

*Ингредиенты: 1 кг филе рыбы, 4 луковицы, 200 г шпика, 4 ст. ложки растительного масла, 1–2 ст. ложки уксуса (3 %-ного), или 80 мл разведенной лимонной кислоты (1–2 щепотки), или сок 2–3 лимонов, соль, специи по вкусу.*

**Приготовление:** рыбу разделать на филе с кожей без костей, нарезать кубиками массой 30–40 г и мариновать их в течение 1–2 ч, добавив уксус или лимонную кислоту, соль, перец и нарезанный кольцами репчатый лук. Шпик нарезать тонкими ломтиками. На шпажки, чередуя, нанизать кусочки рыбы, сало и кружочки лука и обжарить на сковороде, поворачивая, в течение 15–20 мин. Обжаренный шашлык поставить в духовку и дожарить до готовности. К шашлыку подать томатный соус.

Шашлык-ассорти из рыбы

*Ингредиенты: 500 г филе окуня, 500 г филе ставриды, 500 г филе трески, 3 пучка зелени петрушки, 1 ст. ложка аджики, 2 лимона, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** филе разных видов рыб нарезать кусочками, посолить, поперчить, посыпать рубленой зеленью, полить лимонным соком, смешанным с аджикой, и выдержать 1 ч. Замаринованные кусочки рыбы нанизать на деревянные шпажки и жарить над углями, вращая. Подавать с лимоном, свежими овощами, зеленью.

Простой шашлык из рыбы

*Ингредиенты: 1 кг осетрины, 3–4 луковицы, 1 лимон, зелень, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** осетрину обработать, промыть и нарезать кусками по 30–40 г. Посыпать рыбу солью, перцем, добавить измельченный лук, тонко нарезанный лимон и поставить на 40 мин на холод для маринования. Отряхнуть рыбу от маринада, нанизать на шампуры и обжарить на углях.



При подаче гарнировать шашлык кольцами лука, веточками зелени, дольками лимона.

Шашлыки из мяса птицы и дичи

Куропатки, жаренные над костром

*Ингредиенты: тушки куропаток, 50 г ветчинного сала, 200 г сала, соль, пряности, листья лопуха или кувшинок, подсолнечное масло.*

**Приготовление:** тщательно обработать тушки куропаток и слегка обжарить их над углями костра, смазывая каждую ветчинным салом. Затем нашпиговать грудки и ножки кусочками сала, посыпанными солью и пряностями по вкусу. Насадить тушки на вертел и, смазывая их маслом, жарить над углями костра до готовности. Горячие тушки завернуть в листья лопуха или кувшинок и подержать 3–5 мин для аромата.

Рябчики по-охотничьи

*Ингредиенты: тушка рябчика, 100 г сливочного масла, сахар, 100 г свежей брусники, 200 г сала, растительное масло.*

**Приготовление:** в подготовленную тушку рябчика положить немного сливочного масла, кусочек сахара, свежую бруснику и зашить разрез деревянными лучинками. Нашпиговать мясо тушки ломтиками сала, смазать растительным маслом и изжарить над костром на шампуре, равномерно поворачивая тушку. Готового рябчика положить на листья лопуха или кувшинки, завернуть на 3–6 мин для придания мясу сладковатого вкуса.

Шашлык из индейки с овощами

*Ингредиенты: 1 кг филе индейки, 1 крупный цуккини, 1 крупный красный болгарский перец, 1 крупный желтый болгарский перец, 3 небольшие фиолетовые луковицы, 3 молодые картофелины, 4 ст. ложки оливкового масла, 1 ч. ложка лимонного сока. Для маринада: 1/4 стакана кунжутного масла, 1/2 стакана соевого соуса, 1/2 стакана яблочного сока, 1 ст. ложка мелко порубленного чеснока, 1 ст. ложка мелко порубленного свежего имбиря, 1 ч. ложка черного перца.*

**Приготовление:** порезать филе индейки крупными кусками. Сделать маринад, тщательно перемешать все ингредиенты. Куски индейки залить маринадом, закрыть крышкой или пленкой и поставить в холодильник на 8-10 ч. Перец нарезать кусками, соразмерными с кусками индейки, цуккини порезать толстыми кусочками, картофель – тонкими кружочками, лук разрезать пополам. Смешать оливковое масло, лимонный сок, соль и перец и залить этой смесью порезанные овощи, закрыть пленкой и оставить в холодильнике на 30–40 мин. Когда продукты будут готовы, нанизать их поочередно на тонкие шампуры так, чтобы каждый кусок индейки окружали куски перца. Жарить над горячими углями, постоянно поворачивая, 10–15 мин.

Мясо дичи по-охотничьи (см схему)

*Ингредиенты: 1,5 кг мяса дичи, 150 г свиного сала, чеснок, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** нарубленное кусками толщиной не более 10 см мясо лопаточной части дичи (с костью) тщательно промыть, зачистить от жил, пленок и сухожилий, нашпиговать небольшими кусочками свиного сала и чеснока, посыпав в

надрезы для шпигования понемногу соли, смешанной с черным молотым перцем. Сверху куски мяса тоже натереть солью, молотым перцем и толчеными можжевеловыми ягодами (по возможности). Приготовленные куски мяса обернуть несколькими слоями марли и обмазать глиной слоем до 2 см. Сделать в горячей земле под костром ямку по размеру подготовленных кусков мяса, положить в нее мясо, засыпать землей и запекать, продолжая поддерживать костер над заложенным мясом. Запекать куски мяса вначале с одной стороны, а затем с другой.

**Мясо дичи по-охотничьи**

**Ингредиенты:**

				
1,5 кг мяса дичи	150 г свиного сала	чеснок	соль	черный молотый перец

**Приготовление:**



**Примечание**  
Нарубленное кусками толщиной 10 см мясо лопаточной части дичи (с костью) тщательно промыть, зачистить от жил, пленок и сухожилий, нашпиговать небольшими кусочками свиного сала и чеснока, посыпав в надрезы для шпигования понемногу соли, смешанной с черным молотым перцем. Сверху куски мяса тоже натереть солью, молотым перцем и толчеными можжевеловыми ягодами (по возможности). Приготовленные куски мяса обернуть несколькими слоями марли и обмазать глиной слоем до 2 см. Сделать в горячей земле под костром ямку по размеру подготовленных кусков мяса, положить в нее мясо, засыпать землей и запекать, продолжая поддерживать костер над заложенным мясом. Запекать куски мяса вначале с одной стороны, а затем с другой.

Шашлык «Куриный»

*Ингредиенты: курица, 2–3 яйца, перец, соль.*

**Приготовление:** нарезать курицу кусочками средней величины, сложить в посуду, вбить 2–3 яйца, посолить, поперчить, перемешать, поставить в холодильник на ночь для маринования. Перед жареньем надеть на шампур (или вертел) по 4–5 кусочков мяса и жарить над углями.

Шашлык из кур

*Ингредиенты: 1,5 кг куриного мяса, 175 г репчатого лука, 125 г кинзы и петрушки, соль, перец, сумах.*

**Приготовление:** обработанных кур разрезать на кусочки по 40–50 г, посолить и поперчить, нанизать на шомпол и жарить в мангале. Готовый шашлык гарнировать репчатым луком, нарезанным кольцами, а сверху посыпать зеленью.

Шашлыки разных народов

Кебаб (азербайджанская кухня)

*Ингредиенты: 2,5 кг молодой баранины, зеленый лук с головками, чеснок с зеленым пером, стебли базилика, кинзы, эстрагона, мяты.*

**Приготовление:** молодую баранину разрубить на кусочки с косточками и хрящами, мариновать в течение 3 ч (в нарезанном колечками луке с добавлением соли и перца), нанизать на шампуры (отряхнув от соли, пряностей и лука) и обжарить над раскаленными углями, все время переворачивая. К кебабу подать пряную зелень, разложить ее на пучки, чтобы в каждом было по одному сорту зелени и по два стебля зеленого лука.

Тикя-кебаб (азербайджанская кухня)

*Ингредиенты: 1 кг баранины, 100 г репчатого лука, 40 г зеленого лука, 3 г сушеного барбариса, 10 г зелени, красный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** реберную часть корейки молодой баранины нарубить на 5–6 кусков вместе с реберными косточками, посолить, поперчить и нанизать на шпажку. При нанизывании нужно следить, чтобы внешняя сторона кусочков мяса была обращена в одну сторону. Жарить шашлык над раскаленными углями без пламени. При подаче посыпать кольцами репчатого лука, зеленым луком, зеленью петрушки. Отдельно подать сушеный барбарис и перец.

Бастурма по-грузински (см схему)

*Ингредиенты: 2 кг говядины (вырезки), 3 луковицы, 100 мл винного уксуса, 50 г зелени петрушки, черный молотый перец, душистый перец горошком, соль, лавровый лист.*

**Приготовление:** говяжью вырезку зачистить от пленок и сухожилий, нарезать кубиками по 25–30 г, сложить в керамическую или эмалированную посуду, посыпать черным перцем, рубленым луком, солью, добавить винный уксус, лавровый лист, петрушку, душистый перец, перемешать и выдержать в холодном месте 2–3 дня. Маринованное мясо нанизать на вертел и жарить до полной готовности над раскаленными древесными углями, периодически поворачивая вертел.

### Бастурма по-грузински

**Ингредиенты:**

				
2 кг говядины	3 луковицы	100 мл винного уксуса	50 г зелени петрушки	лавровый лист

	
соль	перец

**Приготовление:**



**Примечание**  
Говяжью вырезку зачистить от пленок и сухожилий, нарезать кубиками по 25–30 г, сложить в керамическую или эмалированную посуду, посыпать черным перцем, рубленым луком, солью, добавить винный уксус, лавровый лист, петрушку, душистый перец, перемешать и выдержать в холодном месте 2–3 дня. Маринованное мясо нанизать на вертел и жарить до полной готовности над раскаленными древесными углями, периодически поворачивая вертел.

Длинный мцвади (грузинская кухня)

*Ингредиенты: 1 кг говядины (вырезки), 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль, 500 г помидоров, 100 г зеленого лука, кинза, базилик.*

**Приготовление:** говяжью вырезку зачистить от пленок и целиком во всю длину вдоль надеть на вертел. Чтобы мясо во время жаренья сохраняло форму и не сокращалось, его необходимо плотно привязать к вертелу суровой ниткой. Обжарить, как обычный шашлык, над углями без пламени, периодически вращая, предварительно (или в процессе обжаривания) обмазать растительным маслом. Готовое мясо

снять с вертела, нарезать, как колбасу, поперек волокон, с небольшим скосом ломтиками толщиной 1,5 см, посолить, поперчить и подавать с зеленым луком, кинзой, базиликом, обжаренными целиком на вертеле помидорами.

Мцвади в баклажанах (грузинская кухня)

*Ингредиенты: 1,5 кг баранины, 1 кг баклажанов, 100 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** баранину (корейку или заднюю часть) нарезать кусками одинаковых размеров. Баклажаны надрезать глубоко вдоль и в разрез поместить куски баранины, посыпав их слегка солью и черным молотым перцем, после чего баклажаны нанизать на вертел так, чтобы он захватил оба конца баклажана и все куски баранины. Обжарить над углями, вращая вертел так, чтобы куски баранины всеми своими сторонами поворачивались в открытый разрез баклажана. Баранину и баклажаны во время жаренья смазывать растительным маслом.

Шашлык по-таджикски

*Ингредиенты: 1,2 кг баранины, 200 г репчатого лука, 50 мл уксуса (3 %-ного), 30 г зиры, 50 г зелени, черный молотый перец, соль*

**Приготовление:** мякоть баранины нарезать кусочками весом 20–25 г, посолить, поперчить, перемешать с мелко шинкованным репчатым луком, зирой, полить уксусом и поставить на холод на 3–4 ч. Затем куски мяса нанизать на шпажку и обжарить над раскаленными углями. При подаче шашлык уложить на тарелку и посыпать шинкованным репчатым луком и зеленью.

Шашлык степной (таджикская кухня)

*Ингредиенты: 2 кг баранины, 4 луковицы, 4 дольки чеснока, 50 г зелени, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** баранину нарезать полосками длиной 10–15 см, уложить на них фарш, завернуть, нанизать на шпажки и жарить над углями. При подаче посыпать зеленью.

**Ф а р ш:** репчатый лук, чеснок, зелень мелко порубить, заправить перцем, солью и тщательно перемешать.

Шашлык любительский (таджикская кухня)

*Ингредиенты: 2 кг баранины, 150 г курдючного сала, 500 г свежих помидоров, 100 г зеленого лука, 100 мл красного сухого вина, 1/2 лимона, 50 г зелени, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мякоть задней ноги, корейку баранины нарезать кусками по 40–50 г, перемешать с мелко рубленным зеленым луком и курдючным салом, нарезанным тонкими ломтиками, посыпать солью, черным молотым перцем, полить красным сухим вином и поставить на 2–3 ч в прохладное место. Затем мясо нанизать на шпажки вперемежку с ломтиками курдючного сала и обжарить на раскаленных углях. Отдельно обжарить помидоры, также нанизанные на шпажки. При подаче на блюдо уложить вперемежку шпажки с мясом и помидорами, посыпать рубленой зеленью, полить лимонным соком. Отдельно подать сок из свежих помидоров.

Шашлык из почек (таджикская кухня)

*Ингредиенты: 1 кг бараньих почек, 500 г свежих помидоров, 50 мл уксуса (3 %-ного), 50 г зеленого лука, черный молотый перец, соль.*



**Приготовление:** промытые бараньи почки нарезать кусочками весом 20–25 г, посыпать солью, перцем, нанизать на шпажки и жарить над раскаленными углями. Готовый шашлык снять со шпажек, уложить на блюдо, полить уксусом и посыпать рубленым зеленым луком. Подавать на стол с жареными помидорами.

Шашлык по-кокандски (узбекская кухня)

*Ингредиенты: 200 г баранины, 200 г печени, 200 г почек, зира, черный молотый перец, соль*

**Приготовление:** мякоть окорочной части баранины, печень и почки нарезать кусочками размером с грецкий орех, посыпать толченой зирой, смешанной с солью и черным молотым перцем. Мясо без маринования нанизать на специальный вилообразный трех рожковый металлический шампур с короткой деревянной ручкой: на один рожок – мясо, на другой – печень, на третий – почки. Жарить над тлеющими древесными углями, сначала с одной, затем с другой стороны. При подаче на стол положить на тарелку, оформить кольцами репчатого лука. Отдельно подать виноградный уксус или зерна граната.

Шашлык в казане (узбекская кухня)

*Ингредиенты: 1 кг баранины, 3 луковицы, 100 г укропа или кинзы, 1 красный стручковый перец или 10 г красного молотого перца, соль.*

**Приготовление:** баранину нарезать небольшими кусочками, посолить. Репчатый лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой. В казан уложить слоями мясо и луково-укропную смесь так, чтобы вся

закладка помещалась не ниже середины казана или не достигала его верха на два пальца. В предпоследний слой сверху положить стручок красного перца, разрезанный вдоль пополам, или посыпать красным молотым перцем. Казан плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 ч. Подавать с маринованным луком.

Шашлык из домашней птицы (узбекская кухня)

*Ингредиенты: домашняя птица, 100 г топленого масла, 4 луковицы, 100 г зелени укропа и кинзы, 100 мл воды, соль.*

**Приготовление:** тушку курицы, гуся или индейки разрезать на куски, посолить. В казанке прокалить топленое масло, уложить слоями куски птицы и нарезанный кольцами репчатый лук, перемешанный с рубленой зеленью кинзы и укропа, добавить немного воды, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне в течение 1 ч.

Шашлык по-татарски

*Ингредиенты: 2 кг баранины, 500 г шпика или копченой ветчины, 300 г репчатого лука, 50 мл оливкового масла, лавровый лист, мускатный орех, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мякоть задней ноги баранины нарезать кусочками по 30–40 г, выдержать 2–3 ч в маринаде, приготовленном из оливкового масла, соли, черного молотого перца, натертого на терке мускатного ореха, измельченного в порошок лаврового листа и мелко нарезанного репчатого лука. Подготовленное мясо нанизать на вертел, помещая между кусочками мяса кусочки шпика или жирной копченой ветчины. Обжарить в мангале над раскаленными углями.

Г а р н и р: отваренный рис.

Лиццапап (шашлык по-адыгейски)

*Ингредиенты: 1 кг баранины, чеснок, перец, соль.*

**Приготовление:** мякоть баранины нарезать кусками по 40–60 г, отбить деревянным молоточком, нанизать на шампур и жарить над раскаленными углями до образования румяной корочки, все время поворачивая шампур и поливая мясо раствором соли с чесноком и перцем. Затем переложить мясо в кастрюлю, влить немного бульона и тушить до готовности. Подавать с крутой кашей.

Шашлык по-гуцульски

*Ингредиенты: 2 кг свинины, 600 г репчатого лука, 1 кг картофеля, 100 мл белого сухого вина, красный и черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** свинину нарезать квадратными кусочками весом 30–40 г, картофель очистить, нарезать кружочками, репчатый лук – кольцами. Кусочки свинины, картофеля и лука нанизать, чередуя, на шпажку длиной 25–30 см, посыпать солью, красным и черным молотым перцем. Завернуть шашлык в пергаментную или в жиронепроницаемую бумагу в виде пакета, у основания с одного конца перевязать шпагатом, с другого конца влить сухое вино и также завязать. Завернутые таким образом шашлыки обернуть плотной бумагой и перевязать шпагатом. Бумагу смочить водой, положить в разогретые угли и накрыть ими сверху. Через 50–60 мин шашлык готов.

Шашлык из лосятины (марийская кухня)

*Ингредиенты: 2 кг мяса лося, 300 г шпика, 500 мл маринада, 5 луковиц, 5 помидоров, 3 огурца, соль, перец.*

**Приготовление:** мясо лося нарезать кубиками весом 25–30 г и мариновать 1–2 дня. Затем маринад слить, а мясо вместе с репчатым луком и шпиком пропустить дважды через мясорубку. Добавить соль, перец и хорошо перемешать. Куски фарша нанизать на шпажку и жарить на мангале. Готовый шашлык гарнировать зеленым и репчатым луком, нарезанным кольцами, огурцами и помидорами.

Шашлык по-чабански

**Ингредиенты:** *молодой барашек, чеснок, тмин.*

**Приготовление:** молодого барашка освежевать, желудок освободить и начинить мясом. Затем зашить и закопать внутрь костровой ямы. Держать под золой в течение суток без всякого предварительного маринада и лука, только с чесноком и тмином. Все это время костер разводится и горит как обычно.

Существует вариант того же шашлыка: порубленное мясо барашка завернуть в его собственную шкуру и закопать в костер до утра. Утром раскопать и можно есть.

Шашлык по-пекински

*Ингредиенты: 1 кг баранины, свинины или говядины, 150 г репчатого лука, 200 г болгарского перца, 50 г помидоров, 50 г яблок, 25 мл соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 25 мл шаосиньского вина (заменяется хересом или коньяком, разведенным 1:1 водой), 15 г крахмала, 1 яйцо, 150 мл растительного масла (если жарить на сковороде), черный молотый перец по вкусу.*

**Приготовление:** мякоть баранины порезать на ломтики длиной 3 см, толщиной от 0,5 до 1 см, репчатый лук нарезать

кольцами, болгарский перец – ломтиками, яблоки и помидоры – мелко. Ломтики баранины положить в посуду, добавить порезанные лук, яблоки, помидоры, влить соевый соус, вино. Если соевый соус несоленый, посолить. Все посыпать глутаминатом натрия и молотым перцем, хорошо перемешать. Взбить яйцо с крахмалом, влить в посуду, перемешать и замариновать все продукты. На короткие шампуры нанизать ломтики лука, баранины, сладкого перца и т. д. Если мясо жарится на сковороде, то весь шампур должен быть полностью унизан продуктами. А жарить на углях надо без пламени. Можно сковороду поставить на огонь, влить растительное масло, сильно разогреть, плотно уложить шампуры с шашлыком и обжарить с обеих сторон.

#### Шашлык по-цыгански

*Ингредиенты: 500 г телятины, 500 г свинины, 250 г репчатого лука, соль, перец. Для гарнира: 10 помидоров, 300 г брынзы.*

**Приготовление:** классической цыганской кухни не существует, но принципы приготовления пищи у цыган близки к венгерской, румынской и частично болгарской кухне. Для шашлыка взять мякоть и вырезку телятины и свинины. Нарезать мясо кубиками 3х3 см, нанизать их, чередуя телятину и свинину, на вертел, быстро обжарить на решетке, потом посолить и поперчить. На гарнир – помидоры, фаршированные луком или брынзой (если с брынзой, то сырые, если с луком, то печеные). Гарнир: вынуть чайной ложкой сердцевину из помидора и начинить его мелко порезанным репчатым луком, посолить, запечь в разогретой

духовке в течение 5–7 мин, а если духовка очень горячая, то и того меньше. Вынутую из помидора начинку разболтать с сырым яйцом, а потом залить эту смесь обратно в помидор, положив внутрь веточку зелени, немного перца и соли, и снова запечь.

Шашлык из говядины с водкой

*Ингредиенты: 1 кг мяса, 50 мл водки, гранатовый сок, базилик, перец (горошек), соль по вкусу.*

**Приготовление:** мариновать мясо для шашлыка лучше в вине, водке, соках, используя в больших количествах пряности: майоран, укроп, петрушку, сельдерей, чабрец, эстрагон, шалфей. Вырезку нарезать поперек волокон небольшими квадратными кусками, держать в маринаде ночь. Нанизать на шампуры кусочки мяса со свежими сливами, томатами и яблоками.

Шашлык по-японски

*Ингредиенты: 6 ст. ложек красного столового вина, 6 ч. ложек соевого соуса, 1/2 ч. ложки сахарного песка, 1/2 ч. ложки молотого имбиря, 2 цыпленка, 1 стебель зеленого лука-порея, 1 пучок зеленого лука, 1 свежая паприка, 1 ст. ложка панировочной муки.*

**Приготовление:** в Японии издревле готовили мясо на горячих углях, нанизывая его кусочки на бамбуковые палочки длиной 15 см. Как правило, это птица. Нанизываются и скатанные из рубленого мяса шарики, и потроха, и куриная кожа. Потому шашлычки и получили название «якитори» (жареная птица). Особой популярностью пользуется «моцуяки» – кусочки обжаренной свиной печени. Это блюдо

богато железом и витаминами. Секрет вкусного «якитори» состоит в кисло-сладком соусе «тарэ» на соевой основе, которым сбрызгивают жарящееся мясо. Готовый шашлык присыпают жгучим перцем, смешанным с другими приправами. Лишь иностранец станет снимать куски мяса с бамбуковых папочек. Японцы едят его, откусывая прямо с шампуров и запивая холодным пивом. Вино, соевый соус, сахар, имбирь смешать, посуду поставить на огонь, дать закипеть, добавить муку, помешивая, чтобы не образовались комки, остудить. Мясо цыплят срезать с костей, нарезать небольшими кусочками. Лук порезать кусочками по 2 см. Паприку разрезать пополам, удалить сердцевину и семена. Мясо, перец и лук, чередуя, надеть на шпажки, полить соусом и жарить с каждой стороны по 12 мин.

Чоп-кебаб (болгарская кухня)

*Ингредиенты: 2 кг баранины, 1 кг свежих кабачков, 4 яйца, 150 г топленого масла, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мякоть задней ноги барашка нарезать кусками. Свежие кабачки очистить, нарезать кружочками и посолить. Нанизать на вертел, чередуя мясо и кабачки, и обжарить в масле на сковороде. Когда мясо и кабачки остынут, посыпать черным молотым перцем, смочить во взбитых яйцах и поджарить еще раз. Подавать на стол с жареным картофелем.

Молочный кебаб (болгарская кухня)

*Ингредиенты: 1 кг баранины, 500 мл молока, корица, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мякоть баранины нарезать кусочками по 30–40 г, посолить, посыпать черным молотым перцем и выдержать 1–2 ч. В кастрюлю влить молоко, довести до кипения, положить мясо и варить 20 мин. Затем мясо нанизать на вертел и поджарить на решетке, время от времени поливая молоком. Готовый кебаб посыпать корицей.

Стомна-кебаб из баранины (болгарская кухня)

*Ингредиенты: 500 г баранины, 300 г зеленого лука, 3 острого стручкового перца, 20 г муки, 70 г сливочного масла, 125 мл воды, мята, зелень петрушки, чабрец, красный и черный молотый перец. Для теста: 30 г муки, немного яйца.*

**Приготовление:** взять небольшой глиняный кувшин (по-болгарски – «стомна») или горшок с узким горлышком. Нарезать небольшими кусочками мякоть баранины от задней ноги, добавить крупно нарезанный зеленый лук, мяту, измельченную зелень петрушки, несколько веточек чабреца, стручки острого перца, черный и красный молотый перец, соль, муку и сливочное масло. Все продукты тщательно перемешать, поместить в кувшин или горшок, влить воду, закрыть крышкой и замазать ее тестом. Приготовленный таким образом кебаб запекать в течение 2 ч в духовом шкафу или же зарыть на 2 ч в горячие угли.

Каварма-кебаб из свинины (болгарская кухня)

*Ингредиенты: 2,5 кг свинины, 200 г свиного сала, 150 г зеленого лука, 150 мл воды, 200 мл белого сухого вина, черный и красный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** нежирную свинину нарезать мелкими кусочками, обжарить на свином сале и вынуть на тарелку. В



оставшемся жире обжарить мелко нарезанный зеленый лук, посолить, добавить красный и черный молотый перец, влить немного воды, белое сухое вино, снова положить мясо и варить на слабом огне, пока не выпарится жидкость. Подавать каварма-кебаб с мелко рубленным репчатым луком и зеленью петрушки, добавив немного острого стручкового перца.

Г а р н и р: жареный картофель или отваренный рис.

Шашлык из гусиной печени (польская кухня)

*Ингредиенты: 500 г гусиной печени, 150 г шпика или 400 г копченой грудинки, 4 луковицы, зелень, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** подготовленную печень недавно забитого гуся нарезать кусочками, копченую свиную грудинку – тонкими ломтиками, лук – кольцами, нанизать все попеременно на шпажку. Обжарить шашлык над углями равномерно со всех сторон. В конце обжаривания посолить и поперчить.

Шашлык из телячьего сердца (перуанская кухня)

*Ингредиенты: 500 г телячьего сердца, 2 дольки чеснока, 2 зеленых стручковых перца, 2 острых перца, 100 мл уксуса (3 %-ного), 150 мл оливкового масла, 1 лимон, 75 г репчатого лука, перец красный молотый, соль.*

**Приготовление:** телячье сердце разрезать пополам, хорошо промыть, удалить прожилки и нарезать кубиками. Выдержать 24 ч в маринаде из толченого чеснока, мелко нарезанных зеленого стручкового сладкого и острого перцев, соли и уксуса. Затем надеть на шпажки и запечь в мангале. Готовый шашлык залить соусом.

С о у с: растереть деревянной ложкой оливковое масло, сок лимона, уксус, измельченный на терке репчатый лук, красный перец (рекомендуется размешивать в одну сторону).

Шиш-кебаб по-турецки

*Ингредиенты: 2 кг баранины, 1–2 лимона, 100 г миндаля, 300 г кислого молока, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мякоть баранины (заднюю ногу) нарезать кусочками по 30–40 г, положить в эмалированную посуду, полить соком лимона, посыпать солью, черным молотым перцем и выдержать в течение 2 ч. Нанизать кусочки мяса на вертел и обжарить.

Готовый шашлык посыпать измельченным миндалем и залить хорошо взбитым кислым молоком. Подать, не снимая мясо с вертела.

Кебаб из переполок по-узбекски

*Ингредиенты: 2 перепелки или куропатки, соль, ажгон, черный молотый перец, мука.*

**Приготовление:** очищенных и выпотрошенных перепелок или куропаток залить на 15 мин подсоленной водой. Затем снять кожу, обмакнуть тушки в горячее топленое масло, посыпать ажгоном, черным перцем, обвалить в муке и нанизать на шпажки. Жарить над углями или в духовке на проволочной сетке, время от времени посыпая тушки мукой, особенно когда из них начнет выделяться сок. Самый вкусный кебаб получается, если перепелок жарить над углями из можжевельника.

Шашлык по-южноафрикански

*Ингредиенты: 2 кг мяса, 500 мл молока, 150 мл уксуса (3 %-ного), 5 острых стручковых перца, 100 г жира, 200 г шпика, 150 мл острого томатного соуса, майоран, тимьян, лавровый лист, черный перец и душистый молотый перец, соль.*

**Приготовление:** мясо антилопы (заднюю ногу) нарезать кусочками по 30–40 г, положить в глиняный горшок, добавить майоран, тимьян, мелко нарезанный острый стручковый перец, лавровый лист, соль. Залить мясо молоком и уксусом и выдержать на холоде 2 дня. После этого мясо вынуть и слегка отряхнуть. Каждый кусочек мяса завернуть в тонкий ломтик шпика и нанизать на вертел. Обжарить на решетке. Подать с острым томатным соусом, заправленным изрядным количеством черного молотого и душистого перца.

Приправы и соусы к шашлыкам

Соус ткемали из слив

*Ингредиенты: 100 г сушеных слив, чеснок, соль, перец, зелень петрушки или кинзы.*

**Приготовление:** перебранные, промытые сливы положить в кастрюлю, залить водой так, чтобы она только покрывала их, и варить. Отвар процедить, сливы без косточек протереть через сито, развести отваром до густоты сметаны, добавить толченый чеснок, молотый перец, мелко нарезанную зелень, соль, стручковый перец, перемешать, прокипятить и охладить.

Приправа чесночная

*Ингредиенты: 200 г чеснока, 50 мл растительного масла, 2 ч ложки красного острого молотого перца.*

**Приготовление:** чеснок очистить, раздавить чесночницей или тщательно растолочь. Затем всыпать его в предварительно сильно перекаленное и слегка остывшее растительное масло и немного протушить на слабом огне, чтобы чеснок отдал в масло сок. Добавить красный острый молотый перец, все хорошо перемешать и перелить в стеклянную банку.

Соус горчичный

*Ингредиенты: горчичный порошок, сахар, соль, уксус (3 %-ного), растительное масло.*

**Приготовление:** в стеклянную банку (200 г) всыпать просеянный порошок горчицы, холодной воды и размешать, чтобы получилась масса средней густоты. Добавить в нее сахар, соль, уксус и растительное масло. Все тщательно перемешать, плотно закупорить банку и поставить в теплое место на 12 ч. Готовый горчичный соус хранить в холодильнике.

Приправа из зеленых листьев чеснока

*Ингредиенты. На 1 кг зеленых листьев: 200 г соли.*

**Приготовление:** взять молодые листья чеснока или чеснок с молодыми сочными луковицами и хорошо их промывают в холодной воде. Листья нарезать короткими кусочками, добавить соль и хорошо перемешать. Полученный продукт положить в баночки и плотно закрыть. Хранить в прохладном месте. Если банки хранить в холодильнике, их можно закрыть полиэтиленовыми крышками.

Мясная приправа (для баранины)

*Ингредиенты: 50 г сахара, 1 ст. ложка порошка английской горчицы, 1 ст. ложка рома, 1 ст. ложка оливкового масла, тертая цедра и сок 1/2 лайма*

**Приготовление:** соединить сахар, ром, горчицу, оливковое масло, сок лайма и тертую цедру. Отставить на 15 мин, периодически помешивая, пока сахар не растворится. Смазать мясо за 5 мин до окончания запекания.

Соус томатный

*Ингредиенты: 1,5 кг помидоров, 300 г сливочного масла, 2 г молотого перца, соль по вкусу.*

**Приготовление:** перебрать свежие помидоры, удалить плодоножки, вымыть в холодной воде, нарезать дольками, протереть через сито и уварить до консистенции густых сливок. Полученную массу заправить сливочным маслом, молотым перцем и солью.

Соус-маринад для различных видов мяса

*Ингредиенты: 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка винного уксуса (лучше красного), 2 ст. ложки растительного масла, 1 долька чеснока, соль, черный молотый перец и кайенский острый перец по вкусу.*

**Приготовление:** соус-маринад подразумевает использование его в качестве маринада, а потом в процессе приготовления мяса обмазывание его для аромата и румяной корочки. Все смешать до растворения соли, полить мясо за 30–60 мин до начала жаренья, а в процессе жаренья смазывать смесью кусочки для сочности.

Соус томатный с вином

*Ингредиенты: 2 00 мл томатного соуса, 25 мл белого сухого вина, 20 г сливочного масла.*

**Приготовление:** томатный соус нагреть до кипения, влить в него белое сухое виноградное вино, добавить сливочное масло.

Зира-пиез (лук к шашлыку)

*Ингредиенты. На 3 луковицы: 1 пучок зеленого лука, 1-2 ст. ложки виноградного уксуса, соль и перец по вкусу.*

**Приготовление:** нарезать тонкими кольцами репчатый лук, нашинковать немного зеленого лука и, смешав их, заправить солью, черным молотым перцем, виноградным уксусом и подать к плову или шашлыку.

Заправка к шашлыку

*Ингредиенты: 1 долька чеснока, 2 ст. ложки горчицы, 1/2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки уксуса, 5 ст. ложек оливкового масла, листья зеленого салата.*

**Приготовление:** взять салатницу и натереть ее изнутри зубчиком чеснока. В салатницу положить горчицу и сахар, ароматический или винный уксус, добавить оливковое масло, листья зеленого салата и хорошо перемешать.

Заправка к птице

*Ингредиенты: 1 долька чеснока, 2 ст. ложки зернистой горчицы, 1/2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки сока лайма, 5 ст. ложек оливкового масла, листья зеленого салата, 2 ст. ложки малины или клубники.*

**Приготовление:** взять салатницу, натереть ее изнутри зубчиком чеснока. В салатницу положить горчицу, сахар, малину или клубнику, размятую в пюре, затем добавить сок

лайма, оливковое масло, листья зеленого салата и хорошо все перемешать.

**БАРБЕКЮ**

*Технология, организация*

*Устройство*

*Маринование*

*Виды барбекю*

*Чистка барбекю*

*Гарниры*

*Советы*

*Барбекю из разных видов мяса*

*Блюда из курицы*

*Блюда из рыбы и морепродуктов*

*Гарниры и закуски на решетке*

*Десерты-гриль*

*Соусы и приправы для барбекю*

Джордж сказал, что... приготовит неслыханно роскошный ужин... из овощей, остатков холодной говядины и всяких завалящих кусочков – баранье рагу по-ирландски.

Мысль нам показалась гениальной. Джордж набрал хворосту и развел костер, а мы с Гаррисом принялись чистить картошку. Мне никогда и в голову не приходило, что чистка картошки – такое сложное предприятие...

Джордж сказал, что класть в баранье рагу всего четыре картофелины просто нелегко, поэтому мы вылили еще с полдюжину и сунули их в кастрюлю нечищеными. Мы добавили кочан капусты и фунтов десять гороха. Джордж все это перемешал и сказал, что остается еще пропасть места, и

тогда мы обыскали обе корзины и высыпали в рагу все остатки, объедки и огрызки. У нас была еще половина мясного пудинга и кусок бекона, мы сунули их туда же. Потом Джордж нашел полбанки консервированной лососины и также бросил ее в кастрюлю.

Он сказал, что в этом и заключается преимущество ирландского рагу: можно избавиться от целой кучи ненужных вещей. Я выудил из корзины треснувших яйца, и они тоже пошли в дом. Джордж сказал, что от яиц соус станет еще гуще...

Наше рагу по-ирландски удалось на славу! Никогда в жизни еда не добавляла мне такого наслаждения. В этом рагу было мое. Старые, избитые кушанья всем нам уже приелись, а тут было блюдо с таким букетом и вкусом, каких больше никогда не встретишь!

*Джером К. Джером «Трое в лодке, не считая собаки»*

СПРАВКА. *Барбекю*– блюда, приготовленные под открытым небом на углях.

*Гриль*– жарочный шкаф с газовым или электрическим генератором инфракрасных лучей, служащий для жаренья на решетках или вертелах. От французского *griller* – жарить.

*Вертел*– железный прут, на котором поджаривают мясо, поворачивая над огнем. Слово *вертел* имеет корень от глагола *вертеть*.

*Очаг*– устройство для разведения и поддержания огня. В русском языке известно с первой половины XVII века. Тюркское по происхождению.

Технология, организация



Задумали устроить барбекю во дворе, на террасе, на пляже или в тенистом местечке в парке – еда станет праздником и для вас, и для ваших друзей.

Барбекю – это стиль, причем не только приготовления еды, но и времяпрепровождения, то, что у нас называется «поехать на шашлыки», только в американском варианте. Сейчас мода на барбекю распространилась по всему миру. В общем, барбекю – это жаренье на решетке всего того, что можно пожарить, под открытым небом на углях.

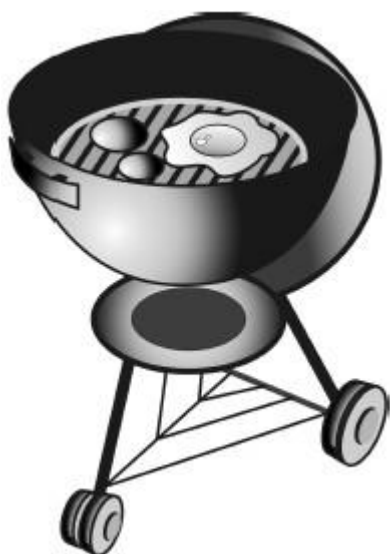
Слово «барбекю» происходит от гаитянского понятия «лежанка» или «топчан». Французы считают, что означает «от бороды до хвоста», т. е. над углями обжаривается целая туша. Ежегодно в ноябре в южноафриканской степи, неподалеку от города Кейптаун, собирается двухсот тысяч человек. В ЮАР ноябрь – весенний месяц. Начался ноябрь, начался весенний фестиваль браай, что значит на языке африкаанс «барбекю». Таким образом, все эти переводы говорят о любви человечества к приготовлению еды на углях, т. е. Жива историческая память человечества о пещерах, о костре, о приготовлении на нем пищи.

Многие народы отстаивают свое первенство в изобретении барбекю.

Между тем барбекю из способа проведения досуга превратилось почти в спорт. Проводятся даже континентальные и мировые чемпионаты. Главное их отличие от «нормальных» спортивных состязаний состоит в полном отсутствии спортивной злости.

Устройство

*Мангал* – простейшее устройство в виде металлической коробки на ножках (рис. 1). В коробке пышущий жаром уголь, вместо крышки на коробку ставят решетку. Мангалы выпускают разнообразные, очень хороши складные, не занимающие много места на балконе, в подсобном помещении на даче, в багажнике автомобиля.



*Рис. 1.* Переносное барбекю на треноге

Со временем, набравшись опыта, вы сумеете легко разжигать барбекю. Чтобы разжечь обычное барбекю на углях, используйте угольную трубу (металлический цилиндр с решеткой), на которую можно положить скомканные газеты, а уже на них угольные брикеты, или электрическое барбекю, где среди углей проходит горячая нить, или положите угли пирамидой (для хорошей циркуляции воздуха) и полейте их горючей смесью (мгновенно зажигающийся уголь уже обработан горючими веществами). Насыпайте уголь щедро, так, чтобы слой его покрывал запекаемую пищу на 2–3 см. Если же на улице холодно и ветрено, добавьте еще немного

угля. Уголь нагревается до нужной температуры 20 мин, он станет серого, пепельного цвета днем или красноватым вечером. Перед тем как ставить решетку, разложите уголь в один слой или, если готовите на закрытом огне, сложите его по обеим сторонам барбекю. (Следуйте инструкциям изготовителей газовых или электрических барбекю!)

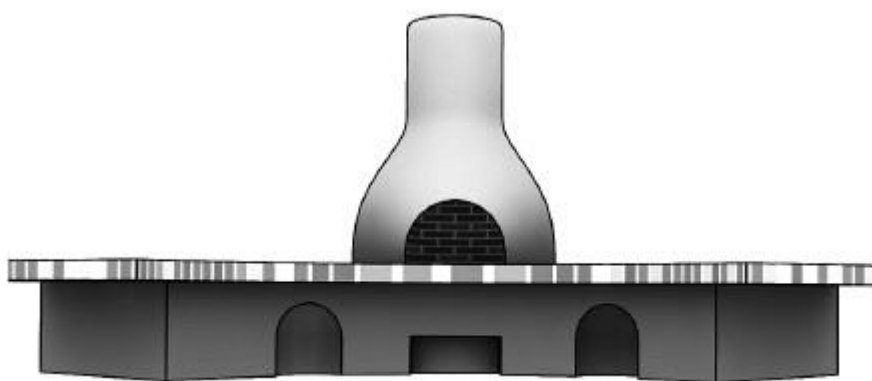
Оборудование для барбекю с каждым годом совершенствовалось. И в конце концов появилось устройство, очень похожее на паровоз братьев Черепановых, – «Смокин Чарли» (рис. 2). Это три последовательно соединенные металлические камеры, каждая из которых имеет дверцу и решетки. Две камеры располагаются горизонтально, одна – вертикально, есть выхлопная труба. В довершение сходства с паровозом корпус «Смокин Чарли» устанавливается на колеса. Дорогие модели увешаны датчиками температуры. Благодаря этому устройству и нескончаемой человеческой фантазии на углях сейчас готовится все: от супа до десерта, и даже печется хлеб.



*Рис. 2. Барбекю «Смокин Чарли»*

Однако далеко не все могут позволить себе такое дорогостоящее оборудование. Поэтому предлагаем не мудрствуя лукаво самим соорудить барбекю.

Простейший дворовый камин представляет собой нишу в кирпичном (каменном) ограждении высотой 100х140 см полукруглой, квадратной или треугольной формы (рис. 3). Пол очага лучше сложить из камней. Огонь в таком камине горит устойчиво и ровно даже в самую ветреную погоду. А если сделать жестяной свод с трубой, то улучшится тяга и теплоотдача.



*Рис. 3. Дворовый камин-барбекю*

Для сооружения очага надо выкопать котлован круглой формы глубиной 40 см и диаметром 230 см. Дно, стенки и края выкладывают природным камнем или кирпичом на ребро. В середине котлована делают под очага круглой формы диаметром 80 см. Над ним на металлической треноге из труб устанавливают конусный свод с трубой из листового железа. Камин окружают забором-частоколом из подтоварника диаметром 12–14 см и высотой 60 см. Колья забивают

(закапывают) в грунт, а сверху по торцам крепят между собой скобами из проволоки диаметром 5–6 мм.

Если в вашем районе частые и обильные осадки, котлован камина следует оборудовать водосливной трубой с отводом воды в поглощающую яму.

Для приготовления блюд «с дымком» наиболее пригоден особый вид камина – гриль. По устройству он несколько отличается от обычного, так как имеет открытую топку с решеткой и приспособления для подвешивания котелков, шампуров и т. д.

Пристенный монолитный гриль из бетона с жестяным сводом можно устроить у каменной стены дома, во внутреннем дворике или у кирпичной стены хозяйственной постройки.

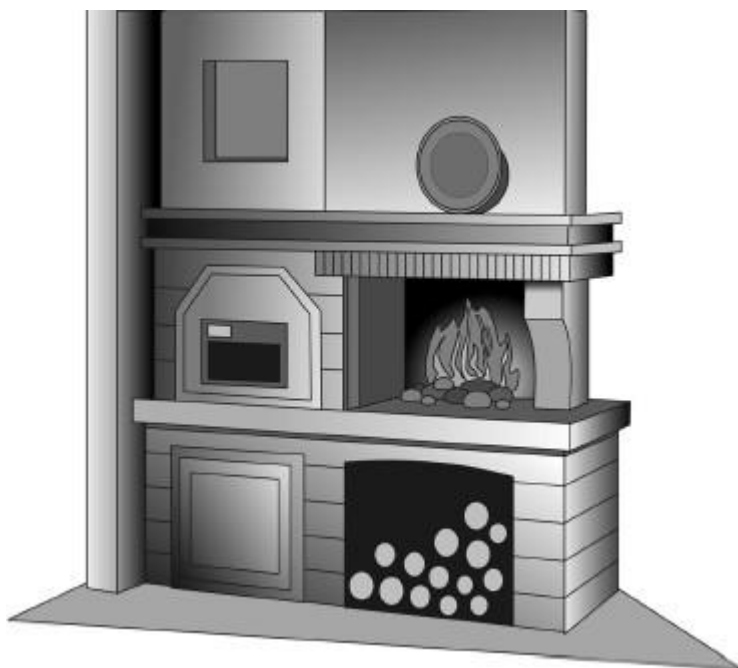
Очень удобен в эксплуатации открытый гриль цилиндрической формы из кирпича (можно использовать и железобетонное кольцо), который кладут с подтеской или, что еще проще, с заполнением уширенных швов раствором с примесью шамотного песка или мелкодробленого красного кирпича. Такой гриль можно установить в любом месте участка, например в зоне отдыха.

При сооружении более совершенной конструкции камина-гриля используют уголки для каркаса и подкосов, доски для боковых столиков, листовое железо для свода с трубой и красный кирпич. Основание выполняют из монолитного бетона. Стенки очага кладут в полкирпича на глиняном растворе с примесью асбеста высотой в шесть рядов. В третьем и пятом ряду (снизу) обязательно вставляют металлические уголки 50х50 мм и длиной 45 см, а для

крепления верхней и колосниковой решеток – одинакового размера 45x45 см (рис. 4).

Колосниковую решетку делают из листовой стали толщиной 3–4 мм, перфорированной отверстиями диаметром 10 мм в шахматном порядке; верхнюю – из полосок стали сечением 20x5 мм, закрепленных ребром на прутках диаметром 10 мм.

Гриль можно установить в помещении, на террасе, в полуподвале с выводом наружу дымоходной трубы. При установке его на открытом воздухе между очагом и сводом желательно сделать заднюю стенку из листового железа.



*Рис. 4.* Барбекю в доме

**Безопасность.** При устройстве и использовании дворовых каминов нельзя забывать о мерах противопожарной безопасности.

Ставьте барбекю на плоскую поверхность, чтобы оно случайно не перевернулось, и подальше от вьющихся растений, заборов и кустарников, которые могут внезапно загореться.

Избегайте загрязнений. Используйте разную посуду для сырых и для готовых продуктов. Мойте все принадлежности, емкости, разделочные доски и столы горячей мыльной водой после того, как они соприкасались с сырыми продуктами.

Чтобы токсичный дым от угля не скапливался, ставьте барбекю в хорошо проветриваемом месте и **никогда не готовьте барбекю в закрытом помещении**. Опасно добавлять горючую смесь в пламя или в горящие угли. Особенно опасны бензин и парафин, потому что они могут взорваться.

Обрезайте лишний жир, чтобы огонь не вспыхивал от падающих с продукта капелек жира.

Не жарьте до черноты: обугленная корочка на продукте вредна.

После того как вы закончили готовить, закройте барбекю и вентиляционные отверстия: угли должны выгореть полностью. Пепел остывает не менее 48 ч. Отгоревшие угли выбросьте в невоспламеняющийся контейнер. Если вам надо избавиться от углей до того, как они остыли, выньте их щипцами с длинной ручкой и заройте в песке или опустите в ведро с водой.

**Дрова.** Дровами не пользуются, даже если едут на природу, а берут с собой специальный прессованный уголь и мангал. Кстати, преимущества такого угля очевидны:

экономится время, нет необходимости ждать, пока дрова прогорят до состояния углей.

**Как проверить температуру.** Чтобы понять, какая температура в барбекю, подержите руку ладонью вниз на расстоянии 10 см от огня. Считайте секунды до тех пор, пока огонь не заставит вас отдернуть руку. Если вы сможете держать руку, не отдергивая, 2 с, барбекю хорошо нагрелось (190 °С и выше); 3 с – жар средний (180–190 °С); 4 секунды – температура умеренная (150–180 °С); 5 с – температура невысокая (100–150 °С).

Если огонь слишком велик, поднимите решетку, на которой готовится еда, и разбросайте уголь. В закрытом барбекю закройте наполовину вентиляционное отверстие.

Если нужно усилить огонь, опустите решетку, на которой жарится еда, смахните пепел с углей и соберите их поближе друг к другу, добавьте углей по краю. В закрытом барбекю полностью откройте вентиляционные отверстия.

**Ароматизация.** Чтобы курица, окорок, рыба, свинина или говядина приобрели аромат цитрусовых, за 5 мин до готовности посыпьте угли цедрой апельсина, лимона, лайма и даже грейпфрута. А если хотите, чтобы еда пахла дымком, добавьте ароматную деревянную стружку (сначала опустите ее в воду, чтобы запах стал более явным и продлилось время горения). Очень подходят для этого мескитовое дерево и кария. Можете и сами подобрать дерево для более экзотического запаха, например ольху, древесину фруктовых деревьев или виноградную лозу (добавляйте большие щепки в



начале жарки, – небольшие лучинки – в конце, только чтобы поддерживать огонь).

Прекрасно жарятся на барбекю фрукты: нектарины, сливы, ананасы и персики. Соблазнительны сладкие и пахнущие дымом палочки корицы, гвоздики, звездочки аниса и горошины душистого перца. Просто намочите их в воде и добавьте в угли.

Сделайте аромат мяса, даров моря и овощей еще приятнее, посыпав угли в конце готовки веточками розмарина или тимьяна, лавровым листом, влажными, неочищенными дольками чеснока.

**Инструменты.** Ф о л ь г а. Пакеты из фольги удобны для жаренья небольших продуктов, например даров моря или овощей (они просто идеальны, если у вас нет подноса для барбекю). В такой пакет можно добавить ароматные ингредиенты: оливковое масло, цедру цитрусовых, пармскую ветчину или свежие травы. Чтобы сделать упаковку, положите продукт в центр сложенного вдвое листа плотной фольги. Закройте пакет, завернув 2 раза швы сверху и с краев (оставьте небольшое отверстие для выхода пара). Чтобы не прорвать такой пакет, переворачивайте его щипцами.

**Шампуры.** Если вам нравится пользоваться металлическими шампурами, то их лучше покупать не с круглым сечением, а скрученным или квадратным, так как на круглых шампурах при их переворачивании продукт вертится, скользит и может запечься неровно. (Деревянные и тонкие бамбуковые шампуры не скользят, поэтому их круглая форма не помеха.)

Деревянные и бамбуковые шампуры перед использованием обязательно замочите в воде на 15 мин, чтобы они не воспламенились от огня. Хорошенько их обсушите.

Чтобы продукт готовился ровно, не нанизывайте на шампур слишком много кусочков, между ними должно оставаться свободное пространство. Дополнительные меры безопасности:

- нарежьте продукт одинаковыми по размеру кусочками;
- на одном шампуре должны быть нанизаны продукты с одинаковым временем приготовления;
- громоздкие куски, например большие толстые кольца репчатого лука, не распадутся и не провалятся сквозь решетку гриля, если вы насадите их на два параллельных шампура.

Щипцы с длинной ручкой. Такие щипцы незаменимы для переворачивания еды и разгребания углей. Не переворачивайте мясо или птицу вилкой: она может проткнуть мясо, и тогда сок из него вытечет и аромат уменьшится.

Кисточка. Ею нужно намазывать соус или смазывать растительным маслом решетку.

Лопатка для рыбы. Такая лопатка хороша для переворачивания нежной рыбы (филе или целой рыбины), которая в ином случае может развалиться. Для этих целей можно использовать и два ножа-шпателя.

Щ е т к а. Щеткой с жесткой щетиной легко мыть барбекю. Щеткой в форме буквы V можно мыть барбекю сразу с обеих сторон.

Р у к а в и ц ы. Покупайте рукавицы длиной до локтя из негорючего материала.

К о р з и н а д л я г р и л я н а п е т л я х. В проволочной корзине легко переворачивать целую рыбку и другие нежные продукты.

П о д н о с д л я б а р б е к ю. Эта решетка с мелкими дырочками необходима для жаривания овощей, даров моря и рыбного филе.

П о д н о с д л я ж а р е н о г о м я с а. Ни в коем случае не стоит использовать одну и ту же посуду для сырого и запеченного мяса.

Д в о й н ы е р е ш е т к и с з а ж и м о м. Для запекания рыбы или печени хорошо иметь специальные двойные решетки с зажимом, чтобы продукты не рассыпались.

Ш и р о к и й п л о с к и й с о в о к. Его можно использовать по прямому назначению для выгребания ненужных углей по окончании пикника, а дополнительно можно использовать и как некое подобие веера для раздувания огня в начале разжигания. Правда, некоторые особо подверженные влиянию технического прогресса берут с собой на пикник фен или вентилятор, работающие от батареек. Мы применяем вентилятор, работающий от электрической сети, когда делаем шашлыки на балконе (розетка рядом, да и махать руками не очень хочется).

П о с у д а д л я п и к н и к а. Лучше всего для этих целей брать одноразовую посуду: ее не нужно мыть и везти домой – мы ее оставим в мусорке.

### Маринование

Приятное и легкое занятие. Самое простое – мариновать в полиэтиленовых пакетах. Нужно соединить в них все ингредиенты для маринада и мясо, птицу или рыбу, выдавить из пакета лишний воздух, завязать его и положить в холодильник. Если вы хотите мариновать в миске, то она должна быть сделана из стекла, керамики или нержавеющей стали, чтобы маринад не окислился.

**Как обращаться с сырыми продуктами.** Маринад из-под сырого мяса, птицы или рыбы не должен соприкасаться с готовой пищей. Мариновать продукты (кроме овощей) следует в холодильнике. При комнатной температуре мариновать можно только 30 мин. Если желаете потом использовать маринад в качестве соуса, перед подачей на стол прокипятите его 2 мин. Оставшийся маринад вылейте, использовать его во второй раз не рекомендуется.

**Время маринования.** Мясо и птица должны мариноваться от 1 до 3 ч, дары моря – от 15 до 30 мин. Время маринования также зависит и от ингредиентов маринада. Чем больше в маринаде кислоты (лимонного сока, уксуса, йогурта), тем короче время маринования. Передерживать продукты в маринаде тоже не стоит, ибо они станут расплзаться. Маринад проникает на глубину 1 см, поэтому не ждите, чтобы он достиг середины толстых кусков.

**Чем натирать.** Приправы, которыми натирают продукты, – это смесь из сухих трав и пряностей, усиливающих аромат. Только после этого мясо и другие продукты можно жарить. Обычные ингредиенты – розмарин, тимьян, красный молотый перец, семена фенхеля, чеснок, укроп и раздавленные горошины душистого или черного перца. Смешайте их и вотрите в мясо, чуть-чуть придавливая, это можно сделать за несколько часов или минут до жаренья.

#### Виды барбекю

Разные продукты требуют и различных источников нагревания.

**Барбекю на открытом огне.** В данном случае пища готовится прямо над огнем. Этот способ хорош для продуктов, которые надо готовить меньше 30 мин: для курицы без костей, стейков рыбного филе, гамбургеров и хот-догов.

**Барбекю на закрытом огне.** Такой способ похож на за жаривание в духовке и годится для приготовления продуктов, которые жарятся больше 30 мин: жаркого, целой индейки, курицы с костями, ребрышек и грудинки. Все это нужно готовить в закрытом барбекю. Распределите угли с обеих сторон сковороды на нижней решетке. Когда угли будут готовы, положите продукт на сковороду, стоящую в центре барбекю. Для того чтобы было больше влаги, в сковороду можно налить воду, бульон или фруктовый сок. Закройте дверцу и не открывайте ее до конца готовки или до тех пор, пока вам не надо будет добавить углей (примерно через 1 ч). Переворачивать продукт нет необходимости. Для барбекю размером 56 см и для жаренья в течение 1 ч вам потребуется

25 брикетов угля с каждой стороны сковороды (всего 50). Добавляйте по 8 новых брикетов с каждой стороны для каждого дополнительного часа готовки.

### Чистка барбекю

Сразу после использования барбекю и перед мытьем поскребите решетку щеткой с металлической щетиной. Дайте решетке слегка охладиться, затем опустите ее в горячую мыльную воду, чтобы отмокла глубоко въевшаяся сажа. Если решетка слишком велика для вашей раковины, пусть она постоит часок завернутая во влажные кухонные полотенца, а уж затем начинайте ее чистить. Чтобы отмыть газовое барбекю, сразу после использования разведите огонь сильнее, и пусть оно постоит 10–15 мин с закрытой дверцей. Затем щеткой с металлической щетиной соскребите остатки еды. Чтобы еда меньше приставала к решеткам, натрите их перед употреблением растительным маслом.

### Гарниры

Основной гарнир – овощные салаты. Было бы глупо готовить, например, мясной салат для мясного барбекю. Один из самых универсальных гарниров, который можно использовать как для мяса, так и для рыбы, и для птицы, – это картофельный гарнир. Если барбекю готовят дома или на даче, то в домашней духовке пекут завернутый в фольгу картофель и затем выкладывают его сбоку на решетку мангала для того, чтобы он оставался горячим. Подобный гарнир очень удобен, так как фольга предохраняет продукт от пригорания.

Такой картофель нужно уметь правильно есть. Снимая упаковки, картофелины кладут на тарелку и ножом делают разрез вдоль через фольгу, но не до конца по глубине. Потом пальцами сдавливают картофель так, чтобы разрез раскрылся. В разрез вставляют кусочек сливочного масла и посыпают мелко нарезанным укропом. Масло пропитывает картофель, который выедают из фольги чайной или десертной ложкой.

Если же барбекю проводится вдали от домашнего очага, то дома картофель предварительно чистят, нарезают кружочками и обжаривают. Берут кусок фольги, на него укладывают картофель, посыпают специями, рубленой зеленью, сыром и т. д. Фольгу закрывают «конвертом». Получаются плоские свертки для каждого участника пикника. Их берут с собой и в нужный момент укладывают на решетку мангала, чтобы подогреть.

На гарнир к блюдам-гриль **ни в коем случае не стоит предлагать вареный рис или макароны.**

Подойдет салат из свежих овощей или просто крупно нарезанные овощи и зелень. Хорошим дополнением к мясу могут быть и запеченные овощи: сладкий перец, разрезанные пополам помидоры и нарезанный толстыми кольцами лук. Помидоры держат до тех пор, пока они не пропекутся, лук следует один раз перевернуть, а перец надо вертеть, пока шкурка со всех сторон не почернеет. Потом помидоры «высасывают» из кожицы, лук едят просто так, а с перца перед употреблением снимают обуглившуюся шкурку. Если вдруг перец останется, то его можно разрезать вдоль на несколько частей, сложить в банку, слегка посолив и добавив

чеснока. На следующий день у вас будет великолепная закуска к обеду.

### Советы

1. Держите мясо для барбекю в холодильнике как можно дольше, а когда оно уже готово, сохраняйте его теплым в теплой духовке.

2. Зажигайте барбекю заранее: когда вы начнете готовить, угли должны быть мерцающе красными с пепельной пылью сверху.

3. Держите сырое и готовое мясо отдельно и используйте разные приборы для работы с ним.

4. Всегда мойте руки перед тем, как готовить, и между закладыванием новых продуктов на барбекю.

5. Стейки можно готовить с кровью, а котлеты и сосиски всегда должны быть хорошо прожарены. Сок должен течь чистый.

6. Крупные куски мяса можно сначала запечь в духовке, а потом закончить их обработку на барбекю.

7. Никогда не замораживайте вновь уже один раз размороженное мясо.

8. Кроме мяса не забудьте подать много овощей, салаты.

9. Никогда не оставляйте барбекю без внимания.

10. Страхивайте излишек маринада перед тем, как готовить на гриле или барбекю: угли могут внезапно вспыхнуть.

11. Старайтесь не разрезать стейк, чтобы посмотреть готов ли он: так все соки из мяса вытекут. Лучше нажмите на поверхность щипцами для барбекю.



12. Мясо с кровью должно быть мягким; снаружи оно должно быть коричневым, а внутри – красным.

13. Стейк средней готовности должен быть упругим на ощупь, но ровно коричневого цвета снаружи и розоватым в середине.

14. Хорошо прожаренное мясо очень плотное на ощупь, коричневое снаружи и ровно прожаренное внутри. Но оно не должно быть сухим.

15. Время приготовления барбекю уточнять по таблице:

### **Время приготовления на барбекю**

Наименование	Время приготовления, мин
<b>РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ</b>	
Филе, стейки около 2 см толщиной	6
Сардины	2
Незавернутая мелкая рыба целиком	15
Завернутая мелкая рыба целиком	20
Королевские креветки	6—8
Кальмар	2—3
<b>КУРИЦА</b>	
Куриные грудки, филе	10—12
Бедрышки	20—25
Крылышки и ножки	15—20
<b>ГОВЯДИНА</b>	
Филе, стейки 2,5 см толщиной	8
Филейная часть	10
Крестец, мясо на косточке, ребрышки	12
<b>БАРАНИНА</b>	
Бараньи отбивные	4
Вырезка, филе	6
На косточке	8
<b>СВИНИНА</b>	
На косточке	8
Отбивные	8—10
Филе	15

Барбекю из разных видов мяса

Говядина ароматная

*Ингредиенты: 600 г филе говядины, 2 луковицы шалот, 2 ст. ложки бальзамического уксуса, 500 г молодого картофеля, 250 г промытого шпината, 2 ст. ложки оливкового масла, соль, перец.*

**Приготовление:** положить мясо в невысокую неметаллическую миску и натереть мелко порезанным луком и бальзамическим уксусом. Приправить солью и перцем и оставить на 20 мин. Порезать картофель на маленькие кусочки и отварить в кастрюле с кипящей водой в течение 12–15 мин до готовности. Добавить шпинат, накрыть крышкой и оставить на несколько минут, чтобы шпинат подвял. Слить, перемешать в 2 столовых ложках оливкового масла с солью и перцем. Отложить. Тем временем запечь говядину на гриле в течение 6–8 мин с каждой стороны, в зависимости от толщины. Достать, накрыть фольгой и оставить на 5 мин, затем тонко порезать по диагонали. Подавать с картофелем и шпинатом, побрызгав оливковым маслом и ароматическим уксусом.

Баранина пряная по-мароккански

*Ингредиенты: 5 кг баранины без косточки, 5 долек чеснока, 3 ст. ложки молотого кориандра, 3 ст. ложки тмина, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки жидкого меда, 2 ст. ложки мятного соуса.*

**Приготовление:** в большой миске соединить все специи, втереть их в баранину. Мариновать от 30 мин до нескольких часов. Готовить мясо на барбекю в течение 30 мин, поворачивая. Перемешать мед и мятный соус, смазать баранину за 10 мин до готовности и снять с гриля. Накрыть фольгой и оставить на 10 мин. Подавать с салатом, слегка поджаренным хлебом, зеленью.

Котлеты отбивные

*Ингредиенты: 4 свиные отбивные, соль, перец, 120 г сыра, 4 веточки петрушки.*

**Приготовление:** помыть и обсушить свиные отбивные. Сделать в каждой из них прорезь-кармашек. Посолить и поперчить внутри. Разделить сыр на 4 части, помыть и обсушить петрушку и положить все это внутрь котлеты. Плотнo закрепить края зубочисткой. Обжарить отбивные котлеты на гриле с двух сторон 6–8 мин.

Отбивная из косули на решетке

*Ингредиенты: 4 порции отбивной по 150 г, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка лимонного сока, 1/2 ч. ложки гвоздичного перца, 2 груши, 1 ст. ложка меда, 200 мл белого сухого вина, 1 ч. ложка молотой корицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка соли, 125 мл бульона из дичи, черный молотый перец.*

**Приготовление:** смешать оливковое масло с ложкой лимонного сока и перцем, натереть этой смесью отбивные и оставить на 30 мин. Разрезать груши на 8 частей, залить оставшимся лимонным соком, медом и 4 столовыми ложками вина, смешать с корицей и 15 мин тушить. Вынуть груши. Отбить мясо скалкой и обжаривать, натерев сливочным маслом, в течение 4 мин с каждой стороны. Затем посолить. Смешать вытопленный жир с бульоном, вином и соком, в котором тушились груши. Разогреть получившийся соус и залить им мясо.





Колбаски на решетке (см схему)

*Ингредиенты: 4 копченые колбаски, 100 г сыра, майоран, душица или тимьян, 150 г сала (бекона), нарезанного тонкими кусками.*



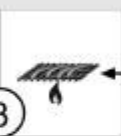
**Приготовление:** надрезать колбаски вдоль. Нарезать кубиками сыр. Помыть зелень. Перемешать сыр и зелень и начинить ими надрезанные колбаски. Завернуть каждую колбаску в 2 ломтика сала. Обжарить на решетке с каждой стороны 2–3 мин, пока сыр не расплавится.

**Колбаски на решетке**

**Ингредиенты:**

			
4 копченые колбаски	100 г сыра	майоран, душица	150 г сала

**Приготовление:**

- 
- 
- 

**Примечание**

Надрезать колбаски вдоль. Нарезать кубиками сыр. Промыть зелень. Перемешать сыр и зелень и начинить ими надрезанные колбаски. Завернуть каждую колбаску в 2 ломтика сала. Обжаривать на решетке с каждой стороны 2–3 мин, пока сыр не расплавится.

Нога барашка, запеченная с розмарином

*Ингредиенты: 4 кусочка бараньей ноги. Для маринада: 45 мл (3 ст. ложки) оливкового масла, 2 ст. ложки орегано, 4 лавровых листа, 125 мл красного вина, розмарин.*

**Приготовление:** баранью ногу разрезать на 7–8 кусков вместе с костью. Куски проткнуть шампурами, запечь на гриле или барбекю. Попробуйте надеть на шампуры целую баранью ногу и запечь ее в духовке. Металлический шампур нагревается, и мясо готовится немного быстрее. Можно запечь мясо на барбекю или в духовке, не надевая на шампур. Поместить баранину в металлическую миску. Смешать все ингредиенты для маринада, полить мясо маринадом. Поставить в холодильник, как минимум, на 2 ч, изредка переворачивая. Достать из холодильника, убрать лавровый лист и надеть куски на 4 шампура. Готовить на барбекю 30–40 мин или в духовке 45 мин – 1 ч. Подавать эту восхитительную баранину, украсив веточкой розмарина, с запеченными овощами: перцами, красным луком и фенхелем.

#### Телячья корейка

*Ингредиенты: 1 кг телячьей корейки, 1 ст. ложка приправы «5 перцев», 2 ст. ложки прованских трав, 3 ст. ложки меда, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка готовой крупнозерновой горчицы, 1 ч. ложка водки, 1 ст. ложка соевого соуса.*

**Приготовление:** смешать соевый соус, водку, масло и мед. Смазать корейку половиной получившейся смеси, накрыть пленкой, оставить мариноваться на всю ночь. Смешать остатки маринада с приправой «5 перцев» и прованскими травами, смазать корейку. Решетку смазать

растительным маслом. Жарить корейку на решетке 10 мин, регулярно смазывая маринадом, пока она не прожарится.

Стейк с перцем

*Ингредиенты: 6 стейков толщиной 2 см, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** стейки толщиной 2 см выложить на решетку, посолить и поперчить сверху. Запекать над очень горячими углями 2 мин, перевернуть, посолить и поперчить вторую сторону, держать над углями еще 2 мин.

Бифштекс с приправой

*Ингредиенты: 2–3 ч. ложки кайонской приправы, 450 г говяжьей вырезки, нарезанной ломтиками толщиной 2,5 см.*

**Приготовление:** намазать кайонской приправой бифштекс с обеих сторон и поместить в гриль. Можно поджарить его на сухой тефлоновой сковороде. В любом случае готовить его 6,5 мин с каждой стороны.

Бифштекс по-домашнему

*Ингредиенты: оливковое масло, 740 г – 1 кг говяжьей вырезки, нарезанной ломтиками толщиной 2,5–4 см.*

**Приготовление:** с каждой стороны полить бифштекс оливковым маслом.

Разогреть гриль и установить решетку на среднюю высоту. Если жарить бифштекс толщиной 2,5 см, то его приготовление займет 5–5,5 мин, если бифштекс толщиной 4 см, то 6 мин и более. Перевернуть бифштекс. Время, которое нужно для поджаривания другой стороны, зависит от того, какой бифштекс вы любите – с кровью или хорошо прожаренный.

## Баранина с тимьяном

*Ингредиенты: 4 бараньих отбивных (по 170–225 г), 2 ч. ложки оливкового масла, 2 ч. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки свежих листьев тимьяна без стеблей.*

**Приготовление:** смазать мясо оливковым маслом и лимонным соком с обеих сторон, посыпать листья тимьяна и оставить на 1 ч, чтобы баранина пропиталась ароматом тимьяна. Жарить на гриле или барбекю 4–5 мин с каждой стороны.

## Закуски из говядины с грибами

*Ингредиенты: 3 говяжьих стейка толщиной 2,5 см, 4 крупных плоских гриба, 6 редисок. Для маринада: 2 ст. ложки свежего имбиря, 3 раздавленных дольки чеснока, 1 ст. ложка хлопьев или, 1/2 ст. ложки черного молотого перца, 1 ст. ложка кунжутного масла, 1 ст. ложка меда, 4 ст. ложки светлого соевого соуса, 3 ст. ложки мирин (японского рисового уксуса).*

**Приготовление:** соединить все ингредиенты для маринада. Мясо и грибы залить маринадом и оставить на 30 мин. Пожарить стейки на горячих углях по 2 мин на каждой стороне, поджарить грибы до готовности. Перед тем как подавать на стол, порезать каждый стейк на 6 частей, каждый гриб – на четвертинки. Нарезать редис и надеть по очереди на деревянные коктейльные палочки или зубочистки.

## Шницели в панировке

*Ингредиенты: 5 свиных шницелей, 30 г муки, 2 яйца, 6,5 ст. ложки растительного масла, 150 г панировочных сухарей, соль, перец.*



**Приготовление:** шницели отбить плоской стороной молотка, разрезать каждый пополам, посолить и поперчить с обеих сторон. Высыпать на тарелку муку. Взбить яйца с 1/2 столовой ложки растительного масла. Выложить на тарелку сухари. Разогреть остальное масло. Обвалять шницели в муке, обмакнуть в яичную смесь сухари и обжарить. Поджаривать с каждой стороны по 4 мин. Выложить на салфетку и дать остыть.

Котлеты бараньи на вертеле

*Ингредиенты: 800 г баранины, 20–30 мл растительного масла, соль, перец.*

**Приготовление:** мясо нарезать вдоль ребер на котлеты, оставляя в каждой реберную косточку. Котлеты слегка отбить, посолить, посыпать перцем, смазать растительным маслом. Жарить на вертеле над горящими без пламени углями так, чтобы внутри сохранялся розоватый оттенок.

Ветчина на решетке

*Ингредиенты: 6 картофелин, 12 ломтиков ветчины, 12 ломтиков консервированного ананаса, 6 ч. ложек нарезанного зеленого лука, 3 ч. ложки оливкового масла, 120 г сливочного масла, 2 дольки чеснока, 3 ст. ложки рубленой зелени укропа, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** смазать решетку гриля частью оливкового масла и обжарить на ней ломтики ветчины. Добавить обсушенные ломтики ананаса, также слегка обжарить. Для чесночного масла чеснок мелко порубить, и перемешать со сливочным маслом и зеленью. Очищенный картофель разрезать пополам, на выпуклой стороне сделать

несколько надрезов на расстоянии 3 мм друг от друга. Уложить картофель надрезами вверх на смазанную оливковым маслом фольгу, посолить, поперчить, смазать чесночным маслом. Края фольги соединить и плотно завернуть. Жарить картофель на решетке до готовности 30–40 минут. При подаче на ломтики ананаса положить ветчину, затем – половинки картофеля, посыпать луком. Подавать блюдо горячим.

Картофель со шпиком в фольге (см схему)

*Ингредиенты: 1 кг крупного молодого картофеля, 80 г шпика, 1 долька чеснока, 1 ст. ложка растительного масла, красный молотый перец, соль, зелень укропа.*

**Приготовление:** крупные клубни картофеля в кожице надрезать на 3–5 ломтиков и уложить на фольгу, смазанную маслом. В каждый надрез вложить по ломтику шпика и чеснока, посолить и поперчить. Края фольги плотно соединить. Запекать картофель над углями костра, подавать горячим, сбрызнув маслом и посыпав рубленой зеленью.

### Картофель со шпиком в фольге

**Ингредиенты:**

				
1 кг картофеля	80 г шпика	1 долька чеснока	1 ст. ложка растительного масла	красный перец
				
соль	укроп			

**Приготовление:**

- 1     
- 2 
- 3 

**Примечание**  
 Крупные клубни картофеля в кожице надрезать на 3–5 ломтиков и уложить на фольгу, смазанную маслом. В каждый надрез вложить по ломтику шпика и чеснока, посолить и поперчить. Края фольги плотно соединить. Запекать картофель над углями костра, подавать горячим, сбрызнув маслом и посыпав рубленой зеленью.

### Кабачки фаршированные

*Ингредиенты: 4 кабачка, 200 г мясного фарша, 200 г зеленого консервированного горошка, 2 сладких перца, 1 луковица, 4 ст. ложки кетчупа, 1 пучок зелени укропа, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** кабачки разрезать вдоль пополам, вынуть семена. Мясной фарш посолить, поперчить, добавить зеленый горошек, кетчуп, мелко нарезанные сладкий перец, лук и зелень укропа, перемешать. Наполнить кабачки начинкой, завернуть в фольгу и жарить на гриле 20 мин. Подавать в фольге, слегка раскрыв ее.

### Отбивные с сыром

*Ингредиенты: 700 г баранины (корейка с костью), 4 ломтика твердого сыра, 2 ст. ложки сливочного масла, черный молотый перец, соль, листья зеленого салата.*

**Приготовление:** баранину разрезать вдоль косточек на 4 части. Косточки зачистить, мякоть отбить, поперчить и смазать маслом. Обжарить отбивные на гриле по 15–20 мин с каждой стороны. В конце жаренья посолить. На отбивные положить по ломтику сыра и обжаривать на гриле до тех пор, пока сыр не расплавится. Подавать со свежими овощами, оформив веточками зелени или листьями салата.

Антрекот, жаренный на вертеле (см схему)

*Ингредиенты: 600 г говядины, 4 ст. ложки сливочного масла, перец, соль по вкусу.*

**Приготовление:** мясо разрезать на 2 куска, смазать сливочным маслом, посолить, поперчить. Жарить на вертеле до мягкости и полного приготовления отварной картофель, зеленый горошек или зеленый салат.

### Антрекот, жаренный на вертеле

**Ингредиенты:**

			
600 г говядины	4 ст. ложки сливочного масла	перец	соль

**Приготовление:**



**Примечание**

Мясо разрезать на 2 куска, смазать сливочным маслом, посолить, поперчить. Жарить на вертеле до мягкости и полного приготовления.  
Г а р н и р: отварной картофель, зеленый горошек или зеленый салат.

### Говядина в мятном маринаде

*Ингредиенты: 800 г говяжьей вырезки, 2 пучка перечной мяты, 100 мл растительного масла, 2 ст. ложки готовой горчицы, сок 1 лимона.*

**Приготовление:** мясо разрезать на 4 куска. Для приготовления маринада мяту мелко нарезать, добавить остальные составляющие, все перемешать. Мясо слегка отбить и опустить в маринад на 2–3 ч. Достать из маринада, посолить и жарить в гриле в течение 3–4 мин с каждой стороны при температуре 200 °С.

### Биточки из фарша в булочке

*Ингредиенты: 500 г говяжьего фарша, 4 булочки, 1 луковица, 1 помидор, 1 огурец, 8 листьев зеленого салата, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки кетчупа, 2 ст. ложки майонеза, 1 ч. ложка готовой горчицы, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** фарш посолить, поперчить, влить 1/2 стакана воды, вымешать и сформовать 4 биточка. Смазать биточки маслом и жарить на гриле по 10–12 мин с каждой стороны. Булочки разрезать по горизонтали, положить на нижнюю часть лист салата, колечки лука, кружочки помидора и огурца, биточки. Приправьте кетчупом и смесью майонеза с горчицей, накрыть листом салата и верхней частью булочки.

Говядина по-карловски

*Ингредиенты: 600 г мякоти говядины, 4 куска консервированного лосося в собственном соку, 4 вареных яйца, 1 стакан тертого сыра, 2 ст. ложки острого кетчупа, 2 ст. ложки сливочного масла, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** говядину разрезать на 4 куска, хорошо отбить, посолить, поперчить, смазать маслом и обжарить на гриле по 5–6 мин с каждой стороны. Куски готового мяса смазать кетчупом, положить на каждый по кусочку лосося, сверху по 1 яйцу, разрезанному пополам, и посыпать тертым сыром. Прогреть 2–3 мин на гриле и сразу подавать.

Мясо в фольге

*Ингредиенты: 600 г мякоти говядины, 2 ст. ложки готовой горчицы, 2 ст. ложки сливочного масла, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** лучше взять вырезку, толстый край мякоти баранины. Мясо разрезать на 6 тонких ломтиков, посолить, поперчить, смазать с обеих сторон горчицей и выдержать 40–50 мин в прохладном месте. Подготовленное мясо завернуть в смазанную маслом фольгу и жарить на гриле 10 мин. При подаче выложить мясо из фольги, полить растопленным маслом.

Г а р н и р: свежие овощи и зелень.

Блюда из курицы

Грудки цыплячьи

*Ингредиенты: 4 цыплячьи грудки, 1 черствая булочка, 2 ст. ложки зелени, 1 яйцо, 150 г сыра.*

**Приготовление:** сделать в грудках прорезь-кармашек. Посолить и поперчить кусочки. Размочить булочку, размять ее и перемешать с зеленью, яйцом и сыром, нарезанным кубиками, добавить приправы. Начинить смесью кармашки и закрепить зубочистками. Завернуть мясо в фольгу и 20 мин обжаривать на гриле. Удалить фольгу и дожарить на решетке еще 10 мин.

Фахитос из курицы, приготовленный на гриле

*Ингредиенты: 4 филе куриных грудок, 3 ст. ложки растительного масла, 2 лимона, 1 ч. ложка кумина, 1 долька чеснока, 1 ч. ложка молотой паприки, 3 небольшие красные сладкие луковицы, 2 крупных сладких перца, пучок кинзы, 2 авокадо, 3–4 листа тонкого лаваша, 3 ст. ложки тертой брынзы.*

**Приготовление:** филе нарезать кубиками со стороной 3–4 см. Чеснок измельчить, кумин раздавить плоскостью ножа.

Выжать сок из лимонов. Смешать масло, половину лимонного сока, кумин, чеснок и паприку. Залить курицу маринадом, накрыть пищевой пленкой, оставить мариноваться 1–3 ч. Лук очистить, разрезать на 4 или 8 частей, в зависимости от размера луковицы. Перец нарезать крупными кусками. Лаваш нарезать квадратами, которые можно свернуть в кулек. Куски курицы вынуть из маринада, нанизать на шампуры. Лук и перец нанизать на шампуры отдельно в произвольном порядке. Готовить курицу и овощи на мангале 5 мин, регулярно поворачивая шампуры, затем снять продукты с шампуров и перемешать в подогретой посуде. Добавить крупно нарубленную кинзу и немного соли. Авокадо очистить, крупно нарезать, залить оставшимся лимонным соком. Положить на мангал несколько пустых шампуров, на них – лаваш, дать ему немного прогреться. Свернуть из лаваша кульки, наполнить их смесью курицы и овощей. Сверху посыпать брынзой.

Г а р н и р: подавать авокадо.

Грудки куриные, завернутые в ветчину

*Ингредиенты: 200 г ветчины, 4 куриные грудки без косточки, 12 листьев шалфея, 1 ст. ложка оливкового масла, маленькие помидоры на веточках.*

**Приготовление:** это блюдо можно приготовить на сковороде, на газовом барбекю или на углях. Положить четверть ветчины на доску, накладывая кусочки друг на друга. Положить куриную грудку с краю, чтобы она лежала на нескольких кусках ветчины. Положить сверху 3 листика шалфея и посыпать солью и молотым перцем. Завернуть



курицу в ветчину. Налить масло в сковороду с толстым дном и нагревать 1–2 мин. Положить в сковороду кусочки курицы, обжаривать по 7–8 мин с каждой стороны. Панчетта должна стать хрустящей и золотистой. Достать курицу, положить на сковороду помидоры и готовить пару минут. Вернуть курицу в сковороду, снять с огня и оставить на 10 мин, чтобы она легко резалась.

#### Курица с приправой карри

*Ингредиенты: 4–5 четвертей курицы, 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка порошка карри, 225 мл жирных сливок, 3–4 измельченные дольки чеснока, 125 мл воды.*

**Приготовление:** с курицы снять кожу, разрезать на куски, чеснок измельчить. Разогреть духовой шкаф или гриль. Поместить куски курицы в сковороду или на противень. В отдельной небольшой сковороде растопить масло, добавить сливки, чеснок, приправу карри. Тушить, пока не появится аромат. Полить этим соусом курицу и запекать ее в гриле или духовке 60–80 мин. Каждые 20–30 мин переворачивать курицу и поливать ее соком. Готовую курицу выложить на блюдо. Соус с противня перелить в кастрюлю, налить воду, можно добавить загуститель для того, чтобы получился густой соус золотистого цвета.

#### Рулет из курицы

*Ингредиенты: 1 курица, 200 г куриной печени, 1 кусок подсушенного белого хлеба, молоко 6–8 чернослив, 1–2 дольки чеснока, 1 луковица, растительное масло, соль, перец.*

**Приготовление:** курицу разрезать вдоль со стороны грудки, аккуратно снять кожу. Мясо срезать. Филе разрезать на 2–4 части так, чтобы получилось несколько тонких кусков. Оставшееся мясо измельчить в мясорубке или кухонном комбайне, добавить размоченный в молоке и слегка отжатый белый хлеб, мелко нарубленные куриную печень и чернослив, обжаренный на растительном масле лук, выдавить чеснок, посолить, поперчить и хорошо перемешать. Разложить куриную кожу, сверху выложить слегка отбитые кусочки филе, затем фарш. Свернуть рулет, обмотать ниткой для сохранения формы. Запекать на решетке до образования румяной корочки (примерно 40 мин).

Чипсы куриные

*Ингредиенты: сырая куриная кожица, соль по вкусу*

**Приготовление:** разогрейте духовой шкаф или гриль до 190 °С. Жарить на гриле (на решетке, поливая кожицу жиром) либо на сковороде так, чтобы кожица полностью погружалась в жир. Жарить в течение 10–15 мин, пока кожица не приобретет приятный светло-коричневый цвет и не станет хрустящей (более плотные толстые части следует жарить дольше). Слегка посыпать ее солью и подавать.

Окорочка запанированные

*Ингредиенты: 6 куриных окорочков, 2 стакана панировочных сухарей, 6 ст. ложек сливочного масла, 6 ст. ложек грецких молотых орехов, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** окорочка посолить, поперчить, смазать растопленным маслом, запанировать в орехах, затем в сухарях

и жарить на гриле по 15–20 мин с каждой стороны. Подавать со свежими или консервированными фруктами.

Курица, жаренная с бальзаминовым уксусом

*Ингредиенты: 4 четвертинки курицы, 3–4 ст. ложки оливкового масла, 125 мл белого сухого вина, 3 ст. ложки бальзаминового уксуса, соль и черный молотый перец по вкусу, лавровый лист.*

**Приготовление:** разогреть духовой шкаф или гриль до 180 °С. Каждый кусок курицы натереть лавровым листом, солью и перцем. Поместить на противень или сковороду, и сбрызнуть оливковым маслом. Кусочки курицы должны хорошо пропечься и покрыться золотистой корочкой. Когда курица будет готова, удалить стекший с нее жир, уменьшить огонь до среднего. Оставить жариться на 1–2 мин, не открывая духовки. Снятый с огня жир перелить в кастрюлю. Поставить кастрюлю на средний огонь. Добавить белое сухое вино и бальзаминовый уксус. Готовить, помешивая, до тех пор, пока соус не загустеет. Перелить в соусницу и подавать вместе с курицей.

Барбекю из курицы

*Ингредиенты: 8 куриных грудок без кожи и костей, 225 г сливочного сыра, 10 кустиков зеленого лука, 16–24 ломтика бекона, соль по вкусу.*

**Приготовление:** вымытый и очищенный зеленый лук мелко нашинковать вместе с луковицей, добавить к размятому сливочному сыру и тщательно смешать. Надрезать грудки так, чтобы каждая представляла собой тонкий пласт. Сложить пластины грудок в пластиковый мешок, прокатать несколько

раз скалкой. Ломтики грудки должны стать не толще 5 мм. В каждый ломтик грудки завернуть сыр с луком. Должны получиться конвертики, чтобы весь фарш был внутри. Сверху эти конвертики обернуть ломтиками бекона. Если одного ломтика не хватит, надо взять по 2. В таком виде поставить в холодное место на несколько часов. Расстелите на барбекю лист фольги и нагреть его. Разместить конвертики из куриных грудок на листе фольги. Жарить, переворачивая, примерно по 5 мин каждую сторону, пока бекон, которым обернуты грудки, не подрумянится. Блюдо готово, если из конвертиков начинает вытекать расплавленный сыр.

Грудинка в воке на углях

*Ингредиенты: 3 ст. ложки растительного масла, 2 дольки чеснока, 2 ст. ложки соевого соуса, 100 г сырой грудинки, 200 г мелких шампиньонов, 1/2 стакана сырого арахиса, 400 г маленьких маринованных початков кукурузы, пучок зеленого лука.*

**Приготовление:** измельчить чеснок, нарезать мелкими кусочками грудинку, зеленый лук нарезать крупно наискосок. Вок поставить на мангал, разогревать 2 мин. Через 30 с влить масло. Положить чеснок, перемешивать 10 сек. Влить соевый соус, перемешать. Добавить грудинку, обжарить, помешивая. Через 1 мин добавить грибы. Как только они дадут воду, добавить арахис, готовить 1 мин. Добавить кукурузу. Помешивая, дать ей прогреться. Снять с огня, посыпать зеленым луком.

Паэлья

*Ингредиенты: 2 ст. ложки оливкового масла, 450 г куриного филе без костей и кожи, 250 г свинины, 1 луковица, 3 дольки чеснока, 2 ст. ложки паприки, 1 красный сладкий перец, разрезанный пополам, 4 свежих помидора, 300 г риса с длинными зернами, 10 веточек шафрана, 1 л горячего куриного бульона, 4 кальмара, 175 г зеленой фасоли, 125 г свежего горошка, 12 мидий, 12 крупных тигровых или средиземноморских креветок, 6 лимонов для украшения.*

**Приготовление:** куриное филе разрезать пополам, свинину порезать на небольшие кусочки. Луквицу мелко нарезать, чеснок раздавить. Сладкий перец очистить от семян и порезать на полоски. Помидоры очистить от кожицы и мелко нарезать. Кальмары очистить и нарезать кольцами. У зеленой фасоли подрезать концы и разрезать стручок пополам, а свежий горошек очистить от стручков. Мидии очистить и промыть. Разогреть масло в большой плоской кастрюле для паэли. Приправить курицу и свинину и обжаривать 2 мин до коричневого цвета. Добавить луковицу, чеснок и паприку, жарить, помешивая, на среднем огне 3 мин. Затем добавить красный перец и помидоры. Всыпать рис и готовить, помешивая, 2 мин. В небольшое количество горячего бульона добавить шафран и влить в кастрюлю с рисом. Долить оставшийся бульон, перемешать, довести до кипения. Положить кальмар, варить 20 мин до готовности риса, не мешая. Добавить еще немного бульона, если понадобится. Положить в рис фасоль и горошек, а сверху – мидии и креветки, приправить черным перцем. Оставить на огне, пока креветки не станут розовыми, а мидии не откроются,

примерно 10 мин. Подавать паэлью прямо из кастрюли с половинками лимона. Если вы используете рис, который быстро разваривается, время приготовления на втором этапе может уменьшиться в 2 раза.

В разных уголках Испании паэлью готовят с разным набором ингредиентов. Версия паэли без мяса тоже национальное блюдо. Просто надо заменить свинину и курицу на филе рыбы с плотной мякотью, например хеком или морским чертом. Добавить кусочки рыбы после кальмара.

Курица, жаренная для пикника (см схему)

*Ингредиенты: 4 куриные четверти, 150 мл яблочного уксуса, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ч. ложки соли, 1/4 ч. ложки черного молотого перца.*

**Приготовление:** приготовить маринад из яблочного уксуса, растительного масла, соли и перца, залить им куски курицы и оставить примерно на 1 ч. Разогреть шкаф гриля, включив его на максимальную температуру, поставить решетку гриля на 20 см от огня. Извлеченные из маринада куски курицы положить на эту решетку и запекать. Каждые 10–15 мин поливать куриное мясо маринадом. С каждой стороны мясо должно прожариться, это займет 25 мин. Готовность можно определить, проколов кусок курицы: сок должен быть прозрачным. Если сок розовый или мутный, то следует запекать еще.

### Курица, жареная для пикника

**Ингредиенты:**

				
4 куриные четверти	3 ст. ложки растительного масла	150 мл яблочного уксуса	1/4 ч. ложки черного перца	2 ч. ложки соли

**Приготовление:**



1. Курица на гриле.

2. Смешивание ингредиентов: Черный перец, Соль, Масло, Уксус.

**Примечание**  
 Приготовить маринад из яблочного уксуса, растительного масла, соли и перца, залить им куски курицы и оставить примерно на 1 ч. Разогреть шкаф гриля, включив его на максимальную температуру, поставить решетку гриля на 20 см от огня. Извлеченные из маринада куски курицы положить на эту решетку и запекать. Каждые 10–15 мин поливать куриное мясо маринадом. С каждой стороны мясо должно прожариться, это займет 25 мин. Готовность можно определить, проколов кусок курицы: сок должен быть прозрачным.

### Курица в фольге на барбекю

*Ингредиенты: 8 вареных картофелин, 1 вареная курица, 4 ст. ложки твердого тертого сыра, 160 г сметаны, 40 г сливочного масла, красный молотый перец, соль, зелень петрушки.*

**Приготовление:** с курицы снять кожу, отделить мякоть от костей. Картофель разрезать пополам и поместить на смазанную маслом фольгу срезом вверх. Сверху разложить кусочки масла, нарезанную ломтиками мякоть курицы, посолить, поперчить, посыпать тертым сыром, полить сметаной. Края фольги соединить, и жарить на гриле 20 мин.

Подавать горячим, развернув фольгу и посыпав рубленой зеленью.

Блюда из рыбы и морепродуктов

Запеченная рыба

*Ингредиенты: 400 г филе трески, сок 1/2 лимона, 1 сладкий перец, 1 кабачок цуккини (около 150 г), 200 г сыра, соль, перец.*

**Приготовление:** промыть филе в проточной холодной воде, промокнуть, сбрызнуть лимонным соком и порезать на кусочки размером 2–3 см. Помыть перец и кабачок, очистить и нарезать кусочками толщиной 2–3 см. Все компоненты нанизать вперемежку на шампуры, посолить и поперчить. Запекать на решетке. Перед подачей на стол посыпать тертым сыром.

Конвертики с лососем и спаржей

*Ингредиенты: 9 веточек спаржи (аспарагуса), 6 кусков филе лосося, 20 г свежего укропа, 15 г свежего шнитт-лука, 70 г копченой ветчины прошуто или бекона, 4 ст. ложки оливкового масла, сок 1/2 лимона.*

**Приготовление:** спаржу порезать пополам поперек, варить в кастрюле в кипящей воде в течение 1–2 мин, слить, прополоскать под холодной водой. Положить лосось на доску. Приправить солью и черным перцем. Сверху положить спаржу, веточки укропа и шнитт-лука. Плотно обернуть рыбу ветчиной. Перемешать оливковое масло с лимонным соком и смазать конвертики сверху. Положить лосось на барбекю или под гриль и готовить по 5 мин с каждой стороны, смазывая маслом. Подавать холодным или горячим.



### Кальмары маринованные

*Ингредиенты: 1,2 кг кальмаров, 100 мл винного уксуса, 4 дольки чеснока, 2 ст. ложки оливкового масла, 4 ч. ложки томатной пасты, 2 ч. ложки молотого кориандра, 2 ч. ложки красного молотого перца, 2 ч. ложки молотого мускатного ореха, 2 ч. ложки сахара, соль.*

**Приготовление:** кальмаров промыть, удалить хитиновые пластинки и пленки, обсушить, разрезать и распластать тушки, сделать с внутренней стороны несколько крестообразных надрезов. Нарезать мякоть поперек длинными широкими полосками. Для маринада смешать уксус, измельченный чеснок, томатную пасту, кориандр, соль, перец, сахар, масло и мускатный орех. Положить кальмары в маринад и выдержать на холоде несколько часов. Подготовленных кальмаров жарить на барбекю 5 мин. Подавать горячих кальмаров с дольками лимона, зеленью петрушки и укропа.

### Караси, жареные целиком

*Ингредиенты: 800 г филе карася, 4 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки муки, 1 ст. ложка измельченных семян укропа, сок 1 лимона, перец черный молотый, соль, зелень петрушки.*

**Приготовление:** на коже обработанной рыбы сделать неглубокие надрезы, полить лимонным соком, оставить на 30–40 мин. Муку смешать с солью, семенами укропа, перцем и запанировать карасей. Жарить рыбу на гриле по 6–8 мин с каждой стороны. Горячих карасей смазать сметаной и подавать с зеленью.

### Окунь в лимонно-масляном соусе

*Ингредиенты: 800 г филе морского окуня, 2 ст. ложки нарезанной зелени укропа, 2 ч. ложки молотого мускатного ореха, 2 лимона, 125 мл густых сливок, 2 ст. ложки лимонного сока для соуса, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** филе рыбы посыпать солью, мускатным орехом, перцем, залить смесью лимонного сока с укропом, выдержать на холоде 3 ч. Жарить рыбу на барбекю до готовности по 5-10 мин с каждой стороны. Подавать рыбу горячей, полив лимонно-масляным соусом. Отдельно подать листья зеленого салата и зелень петрушки.

**С о у с:** лимонный сок уварить до половины объема, влить сливки и перемешать. Затем постепенно, помешивая, ввести масло. Как только масло растопится, добавить лук.

Тунец-барбекю с луком

*Ингредиенты: 700 г филе тунца, 4 луковицы, 500 мл красного сухого вина, 2 ст. ложки сахара, черный молотый перец, соль, зелень петрушки*

**Приготовление:** посыпать филе мелко нарубленным луком, полить смесью вина, соли, сахара, перца и поставить в холодильник на несколько часов для маринования. Подготовленного тунца жарить на решетке 8-10 мин, периодически переворачивая и поливая маринадом. Подавать горячим с зеленью. Можно гарнировать свежими овощами.

Филе трески с зеленью

*Ингредиенты: 800 г филе трески, 1 пучок зелени петрушки, 2 лимона, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка порошка карри, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** филе нарезать порционными кусками, натереть солью, перцем, карри и сбрызнуть лимонным соком. Разложить куски филе на смазанной маслом фольге, посыпать измельченной зеленью, завернуть и жарить на гриле 10–12 мин. Подавать с лимоном и зеленью, освободив от фольги.

Яйца, фаршированные мясом криля

*Ингредиенты: 4 вареных яйца, 120 г консервированного мяса криля, 1 ст. ложка рубленого укропа, 1 ст. ложка тертого сыра, 4 лимона, 1 ст. ложка майонеза.*

**Приготовление:** яйца разрезать на две половинки. Желтки растереть, соединить с мясом криля, тертым сыром, зеленью и перемешать. Полученную массу заправить соком лимона и майонезом. Нафаршировать половинки яичных белков. Перед подачей на стол уложить фаршированные яйца на листья зеленого салата, оформить нарезанными дольками помидора и зеленью.

Лосось на углях (см схему)

*Ингредиенты: 1 кг филе лосося, соль, оливковое масло, лимонный сок.*

**Приготовление:** филе лосося разрезать на несколько кусков. Каждый кусок слегка посолить, сбрызнуть оливковым маслом и запечь по 2–3 мин с каждой стороны. Снять с решетки и полить лимонным соком.

### Лосось на углях

**Ингредиенты:**

			
1 кг филе лосося	соль	оливковое масло	лимонный сок

**Приготовление:**

1    

2 

**Примечание**

Филе лосося разрезать на несколько кусков. Каждый кусок слегка посолить, сбрызнуть оливковым маслом и запекать по 2–3 мин с каждой стороны. Снять с решетки и полить лимонным соком.

### Креветки на шпажках

*Ингредиенты: 24 крупные креветки, 2 стакана белого сухого вина, 2 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки рубленой зелени петрушки, 2 капли соуса табаско, сок 1 лимона, соль.*

**Приготовление:** креветок очистить, оставив нетронутыми хвосты. Для маринада смешать масло, вино, зелень, лимонный сок, соль, соус табаско. Положить креветок в маринад на 1–2 ч. Подготовленных креветок нанизать на деревянные шпажки и жарить на гриле 6–8 мин. Подавать с зеленью петрушки и острым кетчупом.

Гарниры и закуски на решетке

Кукуруза, жаренная на решетке

*Ингредиенты: 3–4 початка кукурузы, 30 г сливочного масла*

**Приготовление:** с початков кукурузы молочной спелости снять листья, початки положить на решетку и жарить на гриле в течение 10–15 мин при температуре 200 °С. Зерна сверху должны слегка поджариться. Подать немедленно после жаренья на блюде, покрытом салфеткой. Отдельно подать кусочек сливочного масла.

Картофель

*Ингредиенты: 4 картофелины, 150 г сливочного масла, соль, перец, 1 долька чеснока, 2–3 ст. ложки лимонного сока, 3 ст. ложки порубленной зелени.*

**Приготовление:** картофель помыть, разрезать пополам и завернуть в фольгу. Запекать на гриле 40 мин, часто переворачивая. Перемешать сливочное масло с солью, перцем, чесноком, лимонным соком и зеленью. Положить во влажную пергаментную бумагу, сделать рулетики и охладить. Подать к картофелю.

Кукуруза на барбекю с фетой

*Ингредиенты: 50 мл оливкового масла, 2 луковицы шалот, 100 г сыра или (брынза), раскрошенного, 1/2 лимона, 1 ст. ложка порезанной свежей мяты или петрушки, 4 початка кукурузы в листьях.*

**Приготовление:** масло перемешать с мелко порезанным луком шалотом, фетой и лимонным соком. Добавить порезанные травы, накрыть и поставить в холодильник. Это

будет соус к кукурузе. Снять листья с кукурузы и связать их, чтобы с их помощью можно было переворачивать кукурузу на барбекю. Смазать кукурузу маслом и готовить на средних углях около 5 мин. Часто поворачивать, пока кукуруза не станет поджаристой. Подавать сразу же, полив соусом с фетой.

#### Закуска из морской капусты

*Ингредиенты: 200 г консервированной морской капусты, 100 г соленых грибов, 1 луковица, 1 соленый огурец, 2 ст. ложки растительного масла.*

**Приготовление:** лук нарезать соломкой и обжарить на масле, добавить нарезанные соломкой грибы и огурцы, жарить 5–7 мин. Охладить. Соединить с морской капустой. Перед подачей на стол украсить зеленью.

#### Баклажаны-гриль

*Ингредиенты: баклажаны, соль, оливковое масло, сметана, чеснок, смесь средиземноморских трав (розмарин, тимьян, орегано), бальзаминный уксус.*

**Приготовление:** баклажаны нарезать вдоль ломтиками толщиной около 0,5 см. Запечь на решетке, посолив и смазав оливковым маслом. (Смазывать маслом удобно кисточкой, а еще удобнее – spraysнуть из бутылки с пульверизатором.) К тем кускам, которые у вас будут выхватывать, обжигаясь, прямо с рашпера, надо подать сметану, смешанную с солью и давленным чесноком. То, что останется, нужно сложить в миску, пересыпая каждый слой смесью сушеных средиземноморских трав и небольшим количеством соли и

сбрызгивая оливковым маслом и бальзамическим уксусом. Употреблять можно и на следующий день.

Точно так же можно поступить и с кабачками.

Хлеб чесночный с сыром

*Ингредиенты. На 12 кусков: 85 г мягкого сливочного масла, 2 дольки чеснока, 175 г сыра Ярлсберг (Jarlsberg), 2 ст. ложки порезанной петрушки, 1/2 ч. ложки сушеного или (хлопьями), 1 круглый французский фермерский хлеб.*

**Приготовление:** взбить сливочное масло и мелко порезанный чеснок, затем добавить тертый сыр, порезанную петрушку и или. Разрезать хлеб пополам вдоль через середину (держа нож параллельно доске). Намазать срезанные стороны сырной смесью и неплотно завернуть каждую половину в фольгу. Запекать 20 мин. Развернуть фольгу и запекать еще 10–15 мин, пока сыр не станет бледно-золотистым. Порезать на кусочки.

Помидоры слоеные

*Ингредиенты: 5 ст. ложек апельсинового сока, 1 красная луковица, 4 больших помидора, 3 ст. ложки оливкового масла, базилик, специи, приправы и соль по вкусу.*

**Приготовление:** порезать на кольца красную луковицу, положить ее в миску с апельсиновым соком, приправить. Оставить на 10 мин. Отрезать по кусочку снизу помидоров, порезать еще на 3 части горизонтально, приправить. Побрызгать оливковым маслом. Сверху положить на кусочки лук и базилик. Затем собрать кусочки, чтобы получился как будто целый помидор, закрепить деревянной или металлической палочкой. Украсить базиликом, смазать

оливковым маслом. Запекать на гриле 10–15 мин с разных сторон, поворачивая. Подавать, побрызгав оливковым маслом.

Початки кукурузы с пряным маслом

*Ингредиенты: 150 г сливочного масла, 2 луковицы-шалот, 1 ч. ложка белого перца, соль, 1/2 ч. ложки порошка сладкого перца, 1 веточка кресс-салата, 8 початков кукурузы.*

**Приготовление:** взбить миксером до образования пены сливочное масло. Почистить лук-шалот, нарезать его мелкими кубиками и добавить в масло. Заправить перцем, порошком сладкого перца и посолить по вкусу. Помыть и обсушить кресс-салат. Перемешать со сливочным маслом. Выложить массу на алюминиевую фольгу, скрутить в рулет и поставить в холодильник. У кукурузы удалить зеленые листья. Запечь на гриле или на барбекю в течение 10 мин, часто переворачивая. Нарезать охлажденное масло с кресс-салатом ломтиками толщиной 0,5 см. Есть кукурузу, расплавляя на ней масло.

Тосты с козьим сыром и клюквой

*Ингредиенты: 1 крупный кусок свежего хрустящего хлеба, 1–2 ч. ложки клюквенного или красносмородинового желе, 100 г козьего сыра (круглый кусок), горсть салата рокет, бальзамический уксус.*

**Приготовление:** поджарить хлеб с одной стороны на гриле. Поджаренную сторону намазать желе и положить сверху сыр. Побрызгать оливковым маслом и приправить солью и перцем. Вернуть под гриль на 3–4 мин, пока сверху не появится золотистая корочка, а сыр не начнет плавиться. Сверху положить горсть салата-рокет и побрызгать маслом и бальзамическим уксусом. Подавать сразу же.



Хлеб с начинкой

*Ингредиенты: 1 батон белого хлеба, 125 г мягкого сыра, 2 помидора, 75 г ветчины, соль, чеснок, оливковое масло.*

**Приготовление:** сделать на батоне надрезы. Сыр, ветчину и помидоры нарезать ломтиками, приправить и, чередуя, положить в надрезы. Чеснок измельчить и смешать с маслом. Выложить хлеб на фольгу и полить маслом с чесноком. Закрыть фольгу и закопать в горячую золу костра на 10–15 мин или жарить на решетке.






Грибы с сыром на решетке (см схему)


*Ингредиенты: 12 крупных грибов, 60 г твердого сыра, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, 2 дольки чеснока, 1 ст. ложка измельченных листьев тимьяна.*

**Приготовление:** сыр натереть. С грибных шляпок снять пленку и отрезать ножки. Масло растереть с измельченным чесноком. Смазать шляпки чесночным маслом и обжарить на крышке барбекю по 2 мин с каждой стороны. Посыпать шляпки смесью лука, тимьяна и сыра и жарить еще 3 мин, пока сыр не начнет плавиться. Подавать на стол горячими.

### Грибы с сыром на решетке

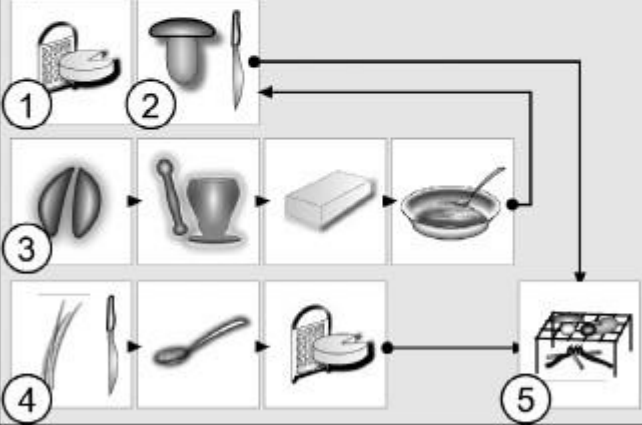
**Ингредиенты:**

				
12 грибов	60 г сыра	50 г сливочного масла	2 ст. ложки нарезанного зеленого лука	2 дольки чеснока



1 ст. ложка тимьяна

**Приготовление:**



**Примечание**  
 Сыр натереть. С грибных шляпок снять пленку и отрезать ножки. Масло растереть с измельченным чесноком. Смазать шляпки чесночным маслом и обжарить на крышке барбекю по 2 мин с каждой стороны. Посыпать шляпки смесью лука, тимьяна и сыра и жарить еще 3 мин, пока сыр не начнет плавиться. Подавать на стол горячими.

### Картофель с помидорами в фольге

*Ингредиенты: 8 картофелины, 2 помидора, 300 мл сливок или 300 г сметаны, 130 г твердого сыра, 50 г сливочного масла, 4 ст. ложки зелени петрушки, 2 ст. ложки зеленого лука, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** 2 листа фольги сложить вместе, загнуть края, чтобы получилось подобие противня, смазать его маслом. Сверху разложить нарезанный тонкими ломтиками картофель, посыпать зеленью, посолить, поперчить, полить сливками или сметаной. Накрыть листом фольги и запекать на гриле 30 мин. Затем вынуть, уложить на картофель

нарезанные тонкими ломтиками помидоры, посыпать тертым сыром и запекать еще 15 мин, пока не расплавится сыр. При подаче посыпать зеленым луком.

#### Овощи с грибами на барбекю

*Ингредиенты: 3 баклажана, 3 кабачка, 6 грибов, 2 сладких перца, 3 ст. ложки оливкового масла, 3 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка нарезанной зелени базилика, 2 дольки чеснока, соль, зелень.*

**Приготовление:** баклажаны нарезать кружочками, посолить и оставить на 15 мин, затем промыть и обсушить. Перец очистить от семян, перегородок и нарезать крупными кусочками, кабачки – кружочками, у грибов отрезать ножки. Для маринада смешать масло, лимонный сок, базилик и рубленый чеснок. Залить грибы и овощи маринадом, выдержать на холоде 1 ч. Жарить овощи и грибы на горячей решетке барбекю по 2 мин с каждой стороны. При подаче посыпать зеленью. Отдельно можно подать кетчуп или соус чатни.

#### Овощи на шампуре

*Ингредиенты: 4 цуккини, 8 луковиц, 4 сладких перца разного цвета, 8 мелких помидоров, 2 баклажана, 100 г черешкового сельдерея, 16 шампиньонов, 6 ст. ложек лимонного сока, 200 мл оливкового масла, 2 ст. ложки рубленой зелени душицы, 2 ст. ложки рубленой зелени петрушки, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** баклажаны нарезать ломтиками, посолить, оставить на 30 мин.

Баклажаны, цуккини, лук, грибы, помидоры, перец, сельдерей насадить на шампуры, смазать маслом и жарить на гриле 25–30 мин.

**С о у с:** смешать масло, лимонный сок, соль, перец, петрушку, душицу. Соус подать отдельно.

Помидоры с картофелем, жаренные на решетке

*Ингредиенты: 800 г картофеля, 500 г помидоров, 500 г творога, 200 г сметаны, 2 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, 2 ст. ложки тертого хрена, 1 ч. ложка сахара, красный молотый перец, зелень петрушки или укропа.*

**Приготовление:** картофель и помидоры нарезать дольками, сбрызнуть маслом и жарить на гриле, переворачивая, 30–35 мин. Творог, сметану, сахар, хрен, мелко нарезанный лук смешать, поперчить, выложить в соусник и подать к картофелю и помидорам. Украсить зеленью.

Десерты-гриль

Яблоки с сахаром и корицей на гриле

*Ингредиенты: 1 кг крепких яблок, сок 1 апельсина, 3 ст. ложки сахара, 1/2 ч. ложки молотой корицы, сливочный пломбир.*

**Приготовление:** яблоки очистить от кожицы и семян, разрезать на четвертинки. В маленькой кастрюльке смешать сок и сахар. Нагревать, помешивая, до полного растворения сахара. Добавить корицу, перемешать. Куски яблок обмакивать в полученную смесь и нанизывать на шампуры. Готовить на мангале, переворачивая, 5–6 мин. Подать на стол с оставшимся соусом и мороженым.

### Фруктовые конвертики с медом

*Ингредиенты. На 6 порций: 3 спелых персика, 6 спелых слив, 1/2 среднего ананаса, 6 ст. ложек коричневого сахара, 6 ст. ложек меда, ванильное мороженое, фруктовый сок.*

**Приготовление:** сливы и персики порезать пополам, ананас – на дольки. Вырезать 6 больших квадратов из фольги. Положить в центр каждого квадрата по 2 половинки сливы, 1 половинку персика и 1 кусок ананаса. Посыпать фрукты сахаром и побрызгать медом. Собрать вместе кончики фольги и скрепить, чтобы получились конверты. Положить фруктовые конвертики на угли, готовить 10–12 мин, проверив пару раз, фрукты должны стать мягкими. Подавать горячие фрукты с холодным мороженым полив их фруктовым соком.

### Ананас с имбирем на гриле

*Ингредиенты: 2 маленьких ананаса, порезанных на четвертинки, 4 ст. ложки имбирного сиропа.*

**Приготовление:** ананасы порезать на четвертинки, обжарить на барбекю с обеих сторон около 8-10 мин. Перед тем как ананас будет готов, полить сиропом. Порезать на кусочки и подавать с мороженым.

Жареные на барбекю фрукты могут быть как гарниром, так и отдельным самостоятельным десертом. Для этого следует использовать твердые, не перезрелые фрукты: нектарины, персики, сливы или ананас. Разрезать фрукт пополам или нарезать довольно толстыми кружочками или дольками, главное, чтобы они не упали сквозь решетку барбекю.

### Лепешки

*Ингредиенты. На 8 лепешек: 1 кусочек свежих дрожжей размером с грецкий орех или 1 ст. ложка сухих дрожжей, 1/4 ст. ложки жидкого меда, 300 мл горячей воды, 500 г белой муки, 1 ст. ложка мелкой соли, 4 ст. ложки оливкового масла, специи.*

**Приготовление:** этот хлеб можно печь на углях или на барбекю. Вы можете изменять вкус теста с помощью всевозможных трав и специй. Можно создать букет специй по вашему вкусу. Подготовить дрожжи. Тщательно растереть свежие дрожжи с медом, добавить воду и перемешать. Посыпать небольшим количеством муки и оставить на 15 мин, пока не запенится. Замесить тесто. Смешать соль с мукой, затем добавить дрожжи и оливковое масло. Все замесить в миске, выложить на стол и месить запястьем 5–8 мин, пока тесто не станет однородным и эластичным. Дать подняться. Вернуть тесто в смазанную маслом миску, накрыть полотенцем и поставить в теплое место подняться. Снова замесить. Когда тесто увеличится в 2 раза, это займет около 1 ч, снова достать его из миски и замесить. Посыпать тесто выбранными специями и собрать концы теста в центре, как конверт. Вмесить травы. Месить тесто с травами и специями до тех пор, пока они не будут равномерно разделены по тесту. Раскатать тесто. Поделить на куски размером с мандарин, присыпав мукой, раскатать каждый кусок, чтобы получились очень тонкие лепешки (толщины монетки) длиной 15 см. Испечь хлеб. В очень хорошо разогретую тяжелую сковороду с толстым дном класть лепешки и запекать 1–2 мин не трогая, пока не появятся пузырьки на поверхности. Затем

перевернуть и печь еще 1–2 мин. Запекать порциями. Подавать на стол с разными соусами.

Соусы и приправы для барбекю

Приправа мясная карибская

*Ингредиенты: 50 г сахара, 1 ст. ложка порошка английской горчицы, 1 ст. ложка рома, 1 ст. ложка оливкового масла, тертая цедра и сок 1/2 лайма.*

**Приготовление:** соединить сахар, порошок английской горчицы, ром, оливковое масло, тертую цедру и сок лайма. Отставить на 15 мин, периодически помешивая, пока сахар не растворится. Смазать получившейся приправой мясо за 5 мин до окончания запекания.

Соус барбекю кисло-сладкий

*Ингредиенты: 2,5 ст. ложки томатного кетчупа, 1 ст. ложка вурчестерширского соуса, 1 ст. ложка белого винного уксуса, 4 ст. ложки коричневого сахара, 2 ст. ложки горчицы, 1 ст. ложка порошка или, немного Табаско.*

**Приготовление:** соединить все ингредиенты в кастрюле. Помешивать на медленном огне, а когда закипит, варить 1–2 мин, пока слегка не уварится. Намазать соусом курицу и готовить по рецепту.

Заправка фруктовая к птице

*Ингредиенты: 1 долька чеснока целиком, 2 ст. ложки зернистой горчицы, 1/2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки сока лайма, 5 ст. ложек оливкового масла, листья зеленого салата, 2 ст. ложки малины или клубники.*

**Приготовление:** взять салатницу и натереть ее изнутри долькой чеснока. В салатницу положить горчицу, сахар,

малину или клубнику, размятую в пюре, затем взболтать с соком лайма и оливковым маслом. Приправить. Добавить листья зеленого салата и хорошо перемешать.

Соус для курицы сладко-пряный апельсиновый

*Ингредиенты: 2 ст. ложки горчицы, 1 апельсин, 1/2 ст. ложки молотой корицы, 3 ст. ложки сахара.*

**Приготовление:** у апельсина используют только кожуру, которую следует натереть. Соединить все ингредиенты в кастрюле и проварить на слабом огне. Использовать с курицей, поливая ее за 10 мин до готовности.

Соус для барбекю с сидром для курицы и свинины

*Ингредиенты: 275 мл сухого сидра, 2 ст. ложки яблочного уксуса, 1 ч. ложка соли, черный молотый перец.*

**Приготовление:** смешать все ингредиенты. Поливать мясо во время приготовления, смазывая кисточкой или пучком трав (например, можно связать пучок розмарина и тимьяна).

Соус-маринад для различных видов мяса

*Ингредиенты: 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка винного уксуса (лучше красного), 2 ст. ложки растительного масла, 1 долька чеснока, соль, черный молотый перец и острый кайенский перец по вкусу.*

**Приготовление:** соус-маринад следует использовать в качестве маринада и для обмазывания мяса. Все компоненты смешать до растворения соли, полить мясо за 30–60 мин до начала жаренья, а в процессе жаренья смазывать смесью кусочки для сочности.

Испанский соус



*Ингредиенты: 200 мл йогурта, 1 помидор, 8-10 маслин, 1 долька чеснока, 1 пучок зеленого лука, соль и черный молотый перец по вкусу.*

**Приготовление:** все измельчить ножом и добавить в йогурт.

Соус с белой фасолью

*Ингредиенты: 300 г консервированной фасоли, 2 дольки чеснока, тертая цедра 1 лимона, соль, черный молотый перец, 150 мл оливкового масла, лимонный сок по вкусу, зелень.*

**Приготовление:** соус можно использовать для хлеба, рыбы, мяса. Развести соус бульоном и подогреть консервированную белую фасоль, положить в блендер вместе с очищенными дольками чеснока, тертой цедрой лимона, солью и черным перцем. Измельчить в пюре и добавить листья свежей петрушки. Продолжать взбивать, постепенно вливая оливковое масло. Добавить немного лимонного сока по вкусу.

Соус с маслинами

*Ингредиенты. На 500 мл: 350 г черных маслин без косточек, маленькая баночка анчоусов, 1 ст. ложка каперсов, 2 дольки чеснока, немного соли и черного молотого перца, 150 мл оливкового масла, 1 ст. ложка темного рома.*

**Приготовление:** соединить в кухонном комбайне маслины, анчоусы с соком из баночки, каперсы, чеснок и немного соли и черного перца, хорошо размешивая. Не выключая комбайна, тонкой струйкой влить оливковое масло и добавить темный ром.

ОХОТНИЧЬЯ КУХНЯ

*Как сохранить мясо диких животных от порчи*

*Как приготовить дичь кулинарной обработке*

*Способы кулинарной обработки дичи*

*Готовим дичь на костре*

*Маринование*

*Блюда из сырого мяса*

*Блюда из пернатой дичи*

*Зайцы и кролики*

*Дикие копытные животные*

Песню я услышал внезапно, как это часто бывает, когда мы были недалеко от птицы. Звук был отчетливый, даже громкий, но столь не похожий на все когда-либо слышанное мною, что непривычное ухо его не ловило. Услышав звук, я уже не мог его потерять и забыть, и несомненная близость неведомой птицы несказанно увеличило мое волнение, и так доходившее до предела.

Под дерево, на котором токовал глухарь, мы подошли, когда в природе еще продолжалось таинственное время борьбы ночной темноты с рассветом... Тит... стал поднимать свою одностволочку. После слабого выстрела, вылетевшего из старой пищали, глухарь встрепенулся, слетел и, тихо планируя, упал за деревьями.

Много долгих и необычных лет прошло со времени моей первой охоты. Много глухарей убил я на глухариных токах, множество ночей провел в лесу у костра... До сего времени несказанно волнуют меня эти лесные ночевки.

*И. С. Соколов-Микитов «На глухарином току»*

СПРАВКА. *Гарнир* – добавка (из овощей, каш, макарон и пр.) к мясному или рыбному кушанью. В русском языке

известно со второй четверти XIX века. Слово французское, но ведь garnir – это глагол, который значит «отделывать, украшать». Трудно сказать, при каких обстоятельствах в русском языке привилось это – по существу ошибочное – употребление французского слова.

Этот раздел предназначен как для настоящих охотников, так и для тех, кто хочет хоть немного приобщиться к таковым. Мы не зря предлагаем альтернативные способы приготовления тех или иных блюд, учитывая нехватку времени на традиционные способы, невозможность использования в пищу свеженины. Перед потреблением в пищу мясо должно отлежаться, с него должна стечь кровь и вообще мясо обязательно нужно подвергнуть антибактериальной обработке.

Учитывая последние тревожные сообщения о птичьей гриппе, которым болеют перелетные птицы и дикие пернатые, а также об участившихся случаях заболевания бешенством диких животных, мы вообще не рекомендуем идти на серьезную, традиционную охоту. Поэтому можно заранее купить мясо дичи или мясо диких животных, уже проверенное на содержание бактерий и опасных заболеваний.

Как сохранить мясо диких животных от порчи

Пернатую дичь на охоте надо подвешивать к поясу, в таком положении она обдувается ветром, быстрее остывает, обсыхает и соответственно не портится. В жаркую погоду непотрошенная пернатая дичь сохраняется не более 8-10 ч. Дичь, упакованная в рюкзак или в полиэтиленовый пакет, испортится за несколько часов.

Чтобы подольше сохранить дичь, ее надо сразу же выпотрошить. Мыть и солить дичь изнутри не стоит. Выпотрошенная пернатая дичь летом может сохраняться сутки. Чтобы увеличить срок хранения, в выпотрошенную тушку кладут ветки можжевельника или листья крапивы. Опытные охотники всегда имеют в рюкзаке луковицу или головку чеснока. Лук или чеснок, очищенные и нарезанные дольками, вводят в пищевод птицы через клюв. Для этой же цели можно использовать сухую горчицу, засыпая ее внутрь тушки и под перья.

У зайца сразу же отжимают мочу. Делается это так: подняв тушку за передние лапы, с силой проводят ладонью вниз (выжимают) по брюшку. Непотрошенная тушка зайца в прохладном месте может сохраняться до 3 дней, выпотрошенная и в шкуре – до недели. Если вы не собираетесь сразу готовить, тушку надо выпотрошить (шкуру снимать не следует) и заморозить.

Более хлопотно сохранять мясо диких копытных животных. Они должны быть без промедления обескровлены и выпотрошены. Если не выпотрошить, к примеру, лося в течение 3 ч после удачного выстрела, то мясо приобретет неприятный запах, еще через некоторое время оно станет совершенно непригодным в пищу. И не стоит торопиться готовить из только что убитого животного жаркое. Надо дать мясу «созреть». «Созревает» мясо 8-12 ч, тогда оно становится сочным и приобретает аромат. Верный признак готовности мяса к кулинарной обработке – подсохшая корочка, которая, кстати, защищает мясо от порчи. С ней мясо

может храниться в прохладном месте 3–4 суток. Если мясо хранили правильно, оно имеет обычный запах, при нажатии пальцем образовавшаяся ямка быстро выравнивается, а при разрезе мясо выделяет сок.

Как приготовить дичь к кулинарной обработке

**Пернатую дичь** легче ощипать, если тушку обдать кипятком. Потом тушку следует натереть мукой, тогда оставшиеся мелкие перья и пух обсохнут и поднимутся дыбом – теперь ее можно опалить. Иногда вместо опаливания счищают перья и пух, натирая тушку куском свиного сала, завернутым в холщовую ткань.

Мясо некоторых птиц (нырковых уток и лысух) издает неприятный запах. Их обрабатывают иначе: снимают кожу вместе с перьями, а затем счищают с тушки подкожный жир, который как раз и хранит неприятный запах.

Как обычно, при потрошении стараются не раздавить желчный пузырь, вместе с внутренностями удаляют и легкие. Сердце, печень и желудок употребляют в пищу только у свежей дичи.

Охотничья добыча бывает разной. Мелкую дичь – бекасов, дупелей, вальдшнепов, перепелов – готовят целой тушкой. Дичь покрупнее – чирки, дикие голуби и куропатки – можно готовить как целой, так и разрезанной на части. Крупную дичь – глухарей, гусей, крякв, тетеревов – также можно готовить целиком или разрезав на куски, определяющим в этом отношении является блюдо, которым вы решили полакомиться. Если дичь начиняют, резать ее, конечно, не надо. Начинка может быть самой разнообразной:

яблоки, сливы, свежая или моченая брусника, клюква или другие ягоды. Начиняют тушки свежей или квашеной капустой, маринованными грибами, гречневой кашей с яйцом и луком, орехами. Внутри начиняемой тушки рекомендуется положить несколько кусочков свиного сала или сливочное масло, тогда мясо будет сочнее. Гурманы, любящие специфический привкус дичи, внутрь тушки кладут ягоды можжевельника и несколько кусочков сахара. Теперь остается зашить тушки или скрепить оструганными палочками, если под рукой не окажется иголки с ниткой.

Подготовку **зайца** к кулинарной обработке начинают со снятия шкурки. Для этого тушку зайца подвешивают за заднюю ногу на крюк. Делают надрез по внутренней стороне задних ног. Потом осторожно, чтобы не повредить, «чулком» стягивают шкурку вниз, подрезая ножом соединения мездры с тушкой. Сняв шкурку, тушку потрошат. Затем отрезают голову. Если хотят использовать кровь, ее собирают в отдельную миску. (Кровь, печень и сердце зайца годится для приготовления блюд.) Когда кровь стечет, вынимают легкие, сердце и печень, удаляют пищевод и трахею.

Относительно **мяса диких копытных животных** напомним, что оно должно обязательно пройти ветеринарный контроль. Что касается разделки туш, она практически не отличается от разделки туш домашних животных – коров, свиней и овец.

Самое нежное мясо – вырезка. Это две длинные мышцы вдоль позвоночника. Вырезку используют чаще всего в жареном виде. Для жаренья годятся также верхние участки

спинной и поясничной части. Тушат и готовят фарш из мяса передних и задних ног. В вареном виде хороша грудинка, а также менее мясистые части ног.

Печень, сердце, почки, легкие, мозги и язык диких копытных перед кулинарной обработкой необходимо очень внимательно осмотреть и при появлении сомнений относительно их качества лучше воздержаться от употребления в пищу.

Способы кулинарной обработки дичи

**Варка.** Самый простой способ приготовления блюд – это варка. Подготовленное мясо кладут в воду и варят до готовности. Получается отварное мясо, которое можно использовать в качестве самостоятельного блюда, и бульон для приготовления супов и соусов.

Существенное у т о ч н е н и е: мариновать мясо, предназначенное для варки, необходимости нет. А чтобы мясо получилось более сочным, его опускают в кипящую воду и варят до готовности около 1,5–2 ч. Как и мясо домашних животных, мясо дичи будет мягче, если на 1 л бульона добавить столовую ложку лимонного сока.

Можно употребить отварное мясо в таком виде, а можно и разнообразить меню: полить куски мяса растительным маслом и обжарить до образования корочки на сковороде или над углями костра.

Если нужен наваристый бульон, мясо кладут в холодную воду и варят дольше.

Более вкусные бульон и отварное мясо пернатой дичи куриных пород: перепела, куропатки, рябчика, глухаря,

тетерева и фазана. Очень вкусное отварное мясо диких голубей.

Из диких копытных животных для варки предпочтительнее мясо косули, оленя, лося.

**Тушение.** Этот способ кулинарной обработки делает плотное мясо дичи более мягким. Мясо тушат в небольшом количестве воды (1 стакан воды на 1 кг мяса) на слабом огне. Тушить можно не только в воде, но и в бульоне, сметане, сухом вине. Время приготовления зависит от вида и возраста дичи. Так, мелкую пернатую дичь тушат 30–40 мин, а мясо старых лосей – до 4 ч.

Перед тушением рекомендуется мясо дичи слегка обжарить в сильно разогретом жире или над костром до образования корочки. В кастрюлю для тушения мяса кладут лук, морковь, томат, зелень, специи. В последнюю очередь добавляют муку: она придает блюду необходимую консистенцию и своеобразный вкус. Муку предварительно пассеруют, т. е. подсушивают на сковороде без жира или обжаривают на жире (масле). Подсушенная мука сохраняет свой натуральный цвет – это белая пассеровка. При более сильном и длительном нагревании мука становится светло- или темно-коричневой – это красная пассеровка. Выбирать белую или красную пассеровку удобно дома, но не всегда возможно это сделать в поле или в лесу. Выход такой: пассеровку муки заменяют растиранием ее со сливочным маслом или разведением в воде (бульоне). Добавлять в кастрюлю непассерованную или неразведенную муку нет смысла, так как она заварится комками.



**Жаренье.** Жарят дичь на жире. При этом используют сковороды, противни, утятницы. Пернатую дичь жарят целиком или разрезанную на куски. Из тушки зайца используют жаренья для задние ноги и поясничную часть. Мясо диких копытных животных можно жарить в любом виде и готовить самые разные мясные блюда: котлеты, бефстроганов, азу, гуляш, бифштекс, антрекот, эскалоп, можно зажарить мясо целым куском до 2–3 кг. Перед жареньем мясо обмазывают сметаной (для образования румяной корочки) и обжаривают со всех сторон в сильно нагретой жаровне.

Время жаренья зависит от величины тушки птицы или куска мяса, возраста птицы или животного. Солят мясо перед окончанием приготовления блюда.

В процессе жаренья мясо поливают вытопившимся соком. Для определения готовности блюда острой палочкой делают прокол в самом толстом месте куска. Если мясо готово, из прокола выделяется прозрачный мясной сок без примеси крови.

**Запекание.** Запекание – это приготовление мяса в собственном соку. Чтобы из мяса не вытекал сок, на нем должна образоваться корочка, для чего мясо нагревают над углями. Чтобы корочка образовалась быстрее и была ровной, мясо рекомендуется обмазать сметаной или сырым яйцом, подойдет и майонез.

Запекают мясо в фольге или тесте. В фольге запекают мясо без костей. Мясо с костями и пернатую дичь лучше запекать в тесте. Время запекания зависит от размеров куска. Кусок массой около 1 кг запекается 1–1,5 ч, 2 кг – около 2 ч.

**Блюда из сырого мяса дичи.** Для их приготовления надо наиболее качественное свежее мясо дичи. Так как блюда готовятся без термообработки, нужно быть абсолютно уверенным в доброкачественности продукта.

Готовим дичь на костре

**Приготовление дичи на вертеле.** Самый простой и доступный способ приготовления дичи на костре – на вертеле. В походных условиях обычно используют прямые ольховые, ореховые или кленовые ошкуренные ветки. Толщину вертела надо рассчитывать, исходя из веса тушки птицы или куска мяса. Важно, чтобы под тяжестью мяса ветка не прогибалась слишком сильно, а длину ее подбирают так, чтобы при приготовлении блюда можно было находиться подальше от костра и не обжечь руки. Обычная блина вертела – не менее 1 м. Один конец вертела держат в руке, а другой, чтобы не уставали руки, следует положить на рогульку с противоположной стороны костра. На вертеле можно готовить любую пернатую дичь, но вкуснее всего получаются дикие утки, особенно нырковые. Последнее объясняется просто: запах дыма отбивает присущий им специфический запах, над огнем костра мясо коптится.

Итак, выпотрошенную тушку надеваем на вертел и закрепляем проволокой (только не медной), нитками или специально оставленным на вертеле сучком, можно закрепить и лыком. Важно, чтобы вертел, не прокручивался в тушке. Внутренность тушки желательно чем-нибудь начинить: блюдо будет сочнее. В этом случае тушку надо зашить.

Когда готовят крупные куски мяса, вертел нужен потолще. В той части, где будет располагаться мясо, вертел выстругивают плоским или в виде ромба, чтобы кусок мяса проворачивался вместе с вертелом. Мелкие кусочки мяса при отсутствии плоских металлических шампуров насаживают на два прутика. Чтобы прутики не сломались, в каждом кусочке мяса делают острой палочкой отверстия, куда и вставляют прутики. Поскольку прутики над костром сильно прогнутся, под ними устанавливают поддерживающую поперечину из толстой сырой ветки.

Сложность, а одновременно и искусство приготовления мяса на вертеле состоит в том, чтобы выбрать оптимальный тепловой режим. Мясо должно печься, а не пригорать. Поэтому в начале мясо несколько минут выдерживают в самом горячем месте костра, чтобы образовалась корочка, а потом – при более или менее равномерной температуре. Угли должны излучать жар, а не гореть пламенем.

Наиболее распространенная ошибка новичков, пытающихся готовить мясо на вертеле, заключается в том, что они держат мясо слишком близко к углям. При этом мясо пригорает или высушивается. Придерживайтесь следующего правила: чем крупнее кусок мяса, тем выше над углями надо держать вертел.

**Приготовление дичи в глине.** Для приготовления этого блюда, кроме дичи, нужна глина, причем не любая. Прежде надо проверить, годится ли глина, которая оказалась под рукой, для достижения поставленной цели. Скатайте из нее несколько шариков и положите их в костер. Если шарики

спекутся в крепкие комочки, не рассыпятся, то глина пригодна.

В глине готовят дичь куриных пород и диких голубей, другая дичь по вкусовым качествам значительно им уступает. Можно готовить в глине и уток: крякву и чирка, но не нырковых.

Подготовка дичи к кулинарной обработке в данном случае имеет свои особенности. Тушку потрошат, но перья с нее не ощипывают. Отрезают шею и крылья, промывают тушку изнутри и солят. Тушку можно начинить, положив внутрь ягоды или фрукты. Затем тушку обмазывают глиной слоем около 2 см. Глину забивают под перо. Костер разгребают, в золе делают ямку соответствующей формы и помещают в нее подготовленную тушку. Сверху поддерживают небольшой костер, на котором можно готовить другие блюда.

Время приготовления зависит от величины тушки и возраста птицы: примерно от 1 ч до 2 ч. Потом «изделие» вытаскивают из костра и разбивают. Перья, спекшиеся в глину, отстают от мяса вместе с глиной. Экзотическое блюдо готово.

**Приготовление дичи в золе.** Для этой технологии приготовления дичи нужна фольга. Тушку пернатой дичи, в том числе мелкой и средней, разрезают на половинки, натирают солью, обкладывают тонкими ломтиками сала и заворачивают в фольгу. Сверток закапывают в золу, а сверху засыпают углями.

Искусство приготовления этого блюда заключается в умении своевременно вынуть из костра сверток с дичью.

Процесс идет очень быстро. Мелкая дичь запекается в фольге за 10–15 мин. Для ориентации нужно следить за фольгой: при появлении на ней коричневых пятен блюдо подгорает.

Одновременно с дичью в фольге можно запекать рыбу, картофель, яблоки и т. д.

Если нет фольги, мелкую и среднюю пернатую дичь можно приготовить целой тушкой в горячей земле под костром. Подготовленную тушку обертывают листьями лопуха, кувшинки, клена и обвязывают лыком. В земле выкапывают ямку, кладут в нее тушку, засыпают землей слоем 2–3 см и утрамбовывают землю. Сверху разводят костер. Дичь средних размеров запекается таким способом не менее 1 ч.

**Копчение дичи.** Копченая дичь очень аппетитна, обладает приятным ароматом и нежным вкусом. Особенно ценятся копченые чирки и перепела. Самый простой и быстрый способ копчения – горячее копчение предварительно отваренной тушки непосредственно в дыму костра. Выпотрошенные тушки разрезают на половинки. У крупной пернатой дичи можно сделать на грудке надрезы. Мясо опускают в кипящую соленую воду (2 столовые ложки соли на 1 л воды) на 10–15 мин. Потом мясо вынимают из кастрюли и подвешивают на перекладину с той стороны костра, куда идет дым. В костер подбрасывают сырые ветки. Коптят дичь около 1 ч.

Это *горячее копчение*. Приготовленная таким способом дичь долго не хранится, ее употребляют сразу. Для горячего копчения в загородных условиях очень удобны портативные металлические коптильни, представляющие собой емкость с

крышкой. Внутри емкости устанавливается одна или несколько решеток, на которые кладут мясо для копчения.

Сначала дичь маринуют в крепко соленом растворе: 1–2 столовые ложки соли на 1 л маринада. Тушки разрезают на половинки. После маринования мясо обтирают тканью и подвешивают в тени на 1–2 ч, чтобы оно подвялилось.

Дно коптильни устилают опилками и шишками ольхи, тонкими стружками ошкуренных веток. На решетку разрезом вниз укладывают мясо дичи. Коптильню закрывают и устанавливают на костре.

Искусство копчения – выбрать оптимальный температурный режим. Обычно время копчения не превышает 3–3,5 ч или 1,5–2 ч, если дичь предварительно отварили до полуготовности.

Сначала процесс копчения должен протекать при температуре 45–50 °С, потом – 55–60 °С. В ходе копчения коптильню не открывают, чтобы не нарушать режим сухой возгонки стружек.

Чаще всего первый опыт горячего копчения дичи оканчиваются неудачно. П р и ч и н а н е у д а ч и: коптильню ставят в слишком жаркое место костра, в результате чего дичь получается не копченой, а печеной и слишком сухой. Но отчаиваться не следует. Опыт подскажет, как правильно выбирать и поддерживать режим горячего копчения. Приготовленное таким способом ароматное мясо золотистого цвета хранится около недели.

Маринование

Мясо дичи отличается высокой плотностью, его необходимо размягчить. Обычно этого добиваются *маринованием*.

Маринад – это раствор столового или виноградного уксуса. На 1 л воды берут 1–2 стакана 3 %-ного столового уксуса. В смесь добавляют сахар, соль, а также ароматические приправы: морковь, петрушку, репчатый лук, чеснок и специи. Вместо уксуса для маринования мяса дичи можно использовать сухое вино, огуречный рассол, сок квашеной капусты, молочную сыворотку. Мясо заливают маринадом полностью.

Пернатую дичь маринуют до суток, зайца – до 2 суток, а мясо диких копытных животных – до 5 суток. Более крепкий (с высоким содержанием уксуса) маринад используют для подготовки мяса старых диких копытных животных. Время маринования его также увеличивается. Мясо дичи, хранившееся в замороженном виде, тоже стоит выдерживать в более крепком растворе.

Пренебрегать маринованием не следует, поскольку помимо размягчения маринад придает мясу аромат, устраняет нежелательный запах. В крепком маринаде с добавлением пряных специй надо выдерживать мясо кабанов-секачей, убитых в период гона, так как их мясо в это время имеет неприятный запах. Кроме нырковых уток и лысух, мясо которых имеет специфический запах, желательно мариновать и другую водоплавающую дичь.

Дичь куриных пород маринуют с минимумом специй, а вместо уксуса лучше использовать сухое вино. Вообще не

маринуют мясо рябчиков, бекасов, дупелей, вальдшнепов. Применять специи надо осторожно, т. е. так, чтобы сохранить присущий мясу дичи специфический вкус и аромат.

После маринования мясо обычно шпигуют салом. Сало придает мясу сочность. Делается это так. Сало нарезают тонкими кусочками длиной 3–5 см. Острой деревянной палочкой в мясе вдоль волокон делают проколы, в которые вкладывают сало. Так шпигуют мясо диких копытных животных, мясистые куски зайца и крупную пернатую дичь. Мелкую и среднюю пернатую дичь, которую готовят целой тушкой, достаточно обложить тонкими кусочками сала. Можно шпиговать мясо диких животных и дичь дольками чеснока.

Маринад для дичи

*Ингредиенты. На 2 л воды: 2 ч. ложки соли, 1–2 лавровых листа, 2–3 шт. гвоздики, 5 толченого мускатного ореха, 2–3 корешка петрушки, 2–3 луковицы, 5–6 долек чеснока, 125 мл уксуса.*

**Приготовление:** кипятить смесь 3–5 мин. Потом добавить 2–3 нарезанные кольцами луковицы, 2–3 нарезанные кружочками моркови, 5–6 долек чеснока, влить 1/2 стакана столового уксуса, дать еще немного покипеть, затем слегка охладить маринад и залить им мясо. Посуду, в которой маринуется дичь, надо закрыть плотной крышкой, чтобы не выветривался запах специй.

Маринад для дичи с вином

*Ингредиенты: 750 мл красного или белого сухого вина, 125 мл виноградного уксуса, 3 моркови, 3 луковицы, 2 шт.*



*гвоздики, 2 лавровых листа, 2 дольки чеснока, 1/2 ч. ложки тмина, 1/2 ч. ложки душистого перца.*

**Приготовление:** вино, уксус, нарезанную морковь и лук, специи, чеснок поместить в кастрюлю. Смесь держать на слабом огне, пока его объем не уменьшится на треть. Затем маринад охладить, процедить и залить им мясо.

Простой маринад для мяса дичи

*Ингредиенты. На 1 кг мяса: 1 л сыворотки, кваса, кефира или снятого молока.*

**Приготовление:** самое простое маринование мяса молодого зайца и косули – это залить его квасом, сывороткой, кефиром или снятым молоком на 10–12 ч. Мясо старых животных надо залить этими же заливками на 1–2 дня или можно залить такое мясо холодной водой пополам с квасом и добавить мед и лук по вкусу. Замаринованное мясо должно находиться в прохладном месте.

Маринад для пернатой дичи

*Ингредиенты: 4 ст. ложки растительного масла, сок 1 лимона, 2 луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 1 долька чеснока, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** пернатую дичь смазать растительным маслом, полить соком лимона, покрыть кружочками чеснока и лука, зеленью петрушки, солью, черным молотым перцем и оставить мариноваться на 2–3 ч.

Маринад для мяса кабана, медведя, лося

*Ингредиенты: 1 л сухого вина (или 500 мл винного уксуса), 150 г моркови, 100 г репчатого лука, 3–4 дольки*

*чеснока, корень сельдерея, зелень петрушки, 8-10 горошин черного перца, тмин и лавровый лист.*

**Приготовление:** морковь натереть на крупной терке, лук нарезать кольцами. В вино или уксус добавить морковь, лук, чеснок, сельдерей, петрушку, черный перец, чуточку тмина и лавровый лист.

Мятный маринад для птицы

*Ингредиенты: 4–5 ст. ложки растительного масла, 3–4 листочка мяты, 60 мл белого вина, 1 луковица, чесночный порошок (2–3 мелко измельченные дольки чеснока), розмарин, майоран, тимьян, красный молотый перец (острый и сладкий).*

**Приготовление:** луковицу мелко нарезать, мяту нарубить, смешать с остальными ингредиентами. Мариновать птицу только 1 ч.

Блюда из сырого мяса

Строганина

*Ингредиенты: 500 г замороженного сырого мяса или печени, соль, соус по вкусу.*

**Приготовление:** взять замороженный насквозь кусок сырого мяса или печени и с него острым ножом срезать очень тоненькие ломтики. Они должны просвечиваться и завиваться кольцами. Ломтики брать рукой, обмакивать в соль и есть. Можно также обмакивать в томатный или горчичный соус, по вашему вкусу.

Бифштекс из сырой вырезки

*Ингредиенты: 500–750 г фарша или сильно отбитого мяса, 4 сырых яйца (желтки), соль, перец и уксус по вкусу, зелень петрушки и укропа.*

**Приготовление:** это блюдо входит в меню ресторанов. Использование сырых продуктов может свидетельствовать о том, что они высокого качества. Бифштекс из сырой вырезки можно приготовить после удачной охоты на оленя, косулю или лося. При разделке туши надо отделить вырезку, затем мясо должно остыть и «созреть», для чего понадобится не менее 6–8 ч. Очищенные от пленок куски вырезки слегка отбить и острым ножом приготовить фарш, нарезая мясо поперек волокон. Порцию мяса уложить на тарелку в виде лепешки. В центр вбить сырой яичный желток. Сверху засыпать мелко нарезанным репчатым луком и зеленью укропа и петрушки. Соль, перец, уксус, другие приправы и соусы подать отдельно.

#### Закуска по-корейски

*Ингредиенты. На 1 кг мяса: 2 ст. ложки уксусной эссенции, 2–3 луковицы, 1 головка чеснока, 1 ст. ложка соли, 1 ч. ложка красного перца.*

**Приготовление:** для этого блюда надо использовать мясо из грудки пернатой дичи, но можно взять и свежую вырезку косули или оленя. Мясо нарезать полосками длиной 5–6 см вдоль волокон, уложить в стеклянную банку и налить в нее уксусную эссенцию, положить нарезанный кольцами репчатый лук, дольки чеснока, посыпают солью и красным перцем. Банку закрыть полиэтиленовой крышкой и выдержать 1,5–2 ч, периодически встряхивая, чтобы кусочки мяса смачивались эссенцией. Закуска готова.

## Бастурма

*Ингредиенты: филейная часть туши лося, оленя, косули, соль, красный молотый перец, кинза или кориандр, тмин, хмели-сунели, панировочные сухари.*

**Приготовление:** в настоящее время бастурма является редкостью, считаясь деликатесом. Ее не так просто купить даже в фирменных магазинах. А ведь она когда-то была обычной пищей чабанов и охотников, которые делали ее для того, чтобы подольше сохранить продукт. Кто часто охотится на диких копытных животных, может попробовать приготовить ее сам. Для бастурмы лучше взять мясо лося, оленя, косули. Годится только филейная часть туши, являясь самым нежным мясом. Продолговатые куски мяса должны быть не толще 3 см. Их надо натереть солью и плотно уложить на сплошной слой соли в тару (кадку, таз) под тяжелым гнетом. Мясо примерно через неделю выделит сок, который должен покрывать содержимое в течение 3 недель. После этого мясо извлечь из рассола, вымочить в проточной воде в течение 2 суток, пока оно не размягчится и не станет менее соленым. Можно взять пробу, поджарив кусочек приготовленного мяса. Затем куски положить на чистый стол (доску) и обработать специями: красным перцем, кинзой или кориандром, тмином, хмели-сунели. Специи последовательно втирать в мясо, а затем обвалять в сухарях. После этого куски бастурмы обвязать крест-накрест шпагатом и вывесить в хорошо продуваемом месте для сушки на 15–20 дней. В сухом и холодном месте бастурму можно хранить до полугода.

Блюда из пернатой дичи

**Водоплавающая и болотная дичь.** Из **нырковых уток** наиболее распространены гоголь, хохлатая и морская чернеть, красноносые, красноголовые и белоглазые нырки, поганки. Перед приготовлением мясо уток рекомендуется мариновать в крепком маринаде. Масса нырковых уток – около 0,8–1 кг, красноносый нырок весит до 1,5 кг. Мясо нырковых уток имеет рыбный запах. Для его устранения необходимо снять с тушки кожу и соскоблить подкожный жир. Тушки нырковых уток рекомендуется до суток мариновать в крепком и терпком маринаде или вымачивать в холодной воде. Наиболее вкусное мясо у гоголя и красноголового нырка, с их тушек кожу можно не снимать. Лучшие способы приготовления блюд из мяса нырковых уток – тушение и жаренье со специями и приправами. В походных условиях можно запекать на вертеле. Суп из нырковых уток не варят.

**Крякву и чирка** называют «благородными» утками. Мясо этих птиц ценится очень высоко. Средняя масса кряковой утки – около 1 кг, селезня – около 1,5 кг. Существует несколько видов чирков. Наиболее распространены чирок-свистунок и чирок-трескунок. Масса чирка – 300–500 г. Мясо всех видов чирков по вкусовым качествам занимает первое место среди водоплавающей дичи. Кряквы и чирки являются самой распространенной добычей на охоте. Лучшие способы приготовления блюд из мяса кряквы и чирка – жаренье и тушение. В походных условиях рекомендуется запекать их на костре, на вертеле. Очень вкусны чирки горячего копчения. Из этой дичи можно также сварить суп.

Среди **болотных куличков** следует выделить бекаса, дупеля и гаршнепа. Этим куличков называют «красной дичью» не только за знаменитый вкус мяса, но и за трудность охоты на них. Бекас, дупель и гаршнеп похожи, но отличаются размерами. Бекас весит 100–120 г, дупель – около 200 г, а гаршнеп весит всего 60–70 г. Бекасов, дупелей и гаршнепов рекомендуется готовить непотрошенными. Лук, чеснок, лавровый лист и другие специи при приготовлении блюд из этих куличков не применяются.

**Лысуха** – это крупная болотная птица массой около 1 кг. У нее черное оперение и характерная белая бляшка на голове. Мясо лысухи довольно вкусное, хотя и жестковатое. Перед приготовлением его рекомендуется мариновать. Лучший способ приготовления – тушение со специями и приправами. В походных условиях рекомендуется запекать на вертеле.

**Дикий гусь** – редкая добыча охотника. Различают серого гуся и гуся – гуменника, которые внешне мало отличаются друг от друга. Масса тушки дикого гуся – около 6 кг. Мясо диких гусей рекомендуется жарить и тушить.

Суп и жаркое из кряквы и чирков с луком и помидорами

*Ингредиенты. На 1 крякву или 2 чирков: 1,5–2 л воды, 3–4 луковицы, 3–4 помидора, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1 яйцо, соль, красный перец, корица, зелень, чеснок по вкусу.*

**Приготовление:** тушки положить в холодную воду и варить 1–1,5 ч, затем мясо вынуть. Мелко нарезать репчатый лук и поджарить его на сливочном масле до розового цвета. Поджаренный лук опустить в кипящий бульон, добавить мелко

нарубленную зелень петрушки или кинзы и кипятить 10–15 мин. Затем шумовкой вынуть лук и зелень из бульона и опустить в кастрюлю на 3–5 мин спелые помидоры. Вынуть помидоры, размять их в отдельной миске с мелко нарубленным чесноком и жидкость слить в бульон, чтобы придать ему кисловатый вкус. Добавить в бульон немного корицы и красного молотого перца. Муку спассеровать со сливочным маслом, развести бульоном и добавить в кастрюлю. Разболтанное сырое яйцо влить в кипящий бульон, энергично размешать и снять кастрюлю с огня. Готовый суп заправить мелко нарубленной зеленью. Сваренных ранее уток разрезать на куски, смешать с извлеченным из бульона луком, мякотью помидоров и чесноком, добавить сливочное масло, немного бульона, посыпать красным молотым перцем и спассерованной мукой. Тушить на слабом огне 5–10 мин. Готовое блюдо посыпать мелко нарубленной зеленью.

#### Утка с яблочной водкой

*Ингредиенты: 2 филе утиной грудки весом по 300 г, 2 больших яблока, 6 ст. ложек яблочной водки, 1 ст. ложка топленого масла, 250 мл сидра, 100 мл сливок, 1 ст. ложка сливочного масла, соль и перец по вкусу.*

**Приготовление:** надрезать кожицу филе в форме решетки. Посолить, поперчить, полить 2 столовыми ложками водки и слегка втереть ее в птицу. Оставить на 5 мин. Обжарить мясо в масле сначала со стороны кожицы, а затем, часто переворачивая, жарить 30 мин. Филе вынуть и поставить в теплую духовку. Подавать филе утки с соусом.

С о у с: обезжирить сок от жаркого, влить сидр и уварить. Добавить сливки, посолить и поперчить. Поставить в теплое место. Яблоки очистить, разрезать на 8 частей и поджарить в сливочном масле. Всыпать сахар и дать ему расплавиться. Развести 4 столовыми ложка водки.

Гусь, жаренный с яблоками

*Ингредиенты. На 1 гуся: 1 кг яблок, 100–200 г сала, 5–6 кусочков сахара, 100 г сливочного масла или свиного жира, 100 г сметаны.*

**Приготовление:** подготовленную тушку гуся нашпиговать брусочками свиного сала. Внутреннюю полость тушки начинить очищенными от кожицы и семян антоновскими яблоками. Внутрь положить кусочки сала и сахара.

Обмазать тушку сметаной и в сильно нагретой жаровне обжарить до образования корочки. Затем поместить жаровню с тушкой гуся в духовой шкаф или в русскую печь (в походных условиях духовой шкаф может заменить портативная коптильня) и держать 2–3 ч в умеренном жару, поливая вытопившимся соком.

Так можно готовить крякву и чирков.

Лысуха, тушенная с можжевеловыми ягодами по походному

*Ингредиенты. На 1 лысуху: 1–2 луковицы, 1–2 ст. ложки можжевеловых ягод, 4–5 долек чеснока, 50 мл растительного масла или 50 г сливочного масла, 1/2 ст. ложки муки, соль и другие специи по вкусу.*

**Приготовление:** с тушки лысухи снять кожу вместе с перьями, очистить ее от подкожного жира, разрезать на 4–6



кусков и мариновать мясо 12–24 ч или выдержать в холодной воде. В котелке поджарить на растительном масле репчатый лук. Куски мяса, насадив на вилку, обмакивать в растительное масло и держать над углями костра до образования корочки. В котел на поджаренный лук положить куски мяса. Налить стакан кипятка и тушить около 1 ч. За 15 мин до готовности посолить, положить спелые (синие) можжевеловые ягоды, дольки чеснока, черный или красный молотый перец, лавровый лист, добавить спассерованную муку для загустения жидкости.

Нырковые утки, запеченные на вертеле

*Ингредиенты. На 1 нырка: 200–300 г начинки, 100–150 г сала.*

**Приготовление:** с нырков снять кожу с перьями, очистить тушки от подкожного жира и мариновать 12–24 ч или выдержать в холодной воде. Внутреннюю полость начинить маринованными грибами, добавить маленькие кусочки сала или ложку сливочного масла. Вместо грибов можно использовать лесные или садовые яблоки, сливы. Тушки обернуть тонкими ломтиками свиного сала и обметать толстыми нитками или шпагатом. Потом закрепить на вертеле. Запечь над углями костра до образования корочки сразу на более сильном огне, потом на умеренном около 1 ч, не допуская пригорания.

Так можно приготовить крякву, чирка, лысуху.

Бекасы и дупеля жареные

*Ингредиенты. На 1 дупеля: 30–50 г свиного сала или 10–20 г сливочного масла.*

**Приготовление:** эту дичь рекомендуется готовить непотрошенной. Птиц ощипать, вместо опаливания оставшиеся перья и пух очистить куском сала, завернутым в холщовую ткань. Голову не удалять, а подвернуть под крыло. Тушки обернуть тонкими ломтиками сала и обмотать толстыми нитками. Вместо сала можно обильно смазать тушки сливочным маслом и обернуть смородиновым листом. Жарить в массивной жаровне в большом количестве свиного жира или сливочного масла. В разогретую жаровню куличков сначала класть на спинку. Дело в том, что дробь, которая поразила птицу, могла попасть и в желчный пузырь. Поэтому лучше, если горький сок, который будет выделяться при жаренье, стечет на менее мясистую спинку. Жарить бекасов и дупелей не более 12–15 мин. Внутренности птиц спекаются в компактный комочек и легко удаляются из готовой тушки.

Этим способом можно готовить и вальдшнепов.

Дикие утки тушеные (см схему)

*Ингредиенты: тушки диких уток, 300 г жира, 1–2 моркови, 1/4 корня сельдерея, 2–3 корня петрушки, 1 луковица, 1,5 стакана горячей воды, 15–20 горошин перца, 1 лавровый лист, 1–2 зерна гвоздики. Для соуса: 1 ст. ложка муки, 2–3 ст. ложки жира, 1,5 стакана горячей воды, 2–3 ст. ложки взбитого кислого молока.*

**Приготовление:** обработанные тушки диких уток выдержать в маринаде в течение 8–10 ч, затем вынуть, промыть, подсушить салфеткой и разрубить на 2 или 4 части каждую в зависимости от величины птицы. Подготовленные куски уток поместить в неглубокую кастрюлю (котелок) с

жиром, обжарить и потом выложить на тарелку. В оставшемся жире слегка припустить мелко нарезанные корни и небольшую головку репчатого лука. Положить мясо снова в кастрюлю, влить воду, добавить по вкусу соль, черный перец горошком, лавровый лист, гвоздику и накрыть крышкой. Тушить на среднем огне до полной готовности мяса, добавляя периодически понемногу воды. Готовых уток уложить на блюдо и поставить в теплое место, а соус пропустить через сито. Подать с картофельным пюре, салатом из краснокочанной капусты.

**Дикие утки тушеные**

**Ингредиенты:**

тушки диких уток	300 г жира	1–2 моркови	1/4 корня сельдерея	2–3 корня петрушки
1 луковица	1,5 стакана горячей воды	20 горошин перца	лавровый лист	1–2 шт. гвоздики

**Ингредиенты для соуса:**

1 ст. ложка муки	2–3 ст. ложки жира	1,5 стакана горячей воды	3 ст. ложки кислого молока

**Приготовление:**

**С о у с:** спассеровать ложку муки в жире, развести пассеровку горячей водой и процеженным соусом,

образовавшемся при тушении, и кипятить в течение 7–8 мин на слабом огне. Сняв соус с огня, заправить его 2–3 столовыми ложками взбитого кислого молока и облить им уток.

**Дикие утки тушеные (окончание)**

**Приготовление:**

**4** **5** **6**

**Примечание**

Обработанные тушки диких уток выдержать в маринаде в течение 8–10 ч, затем вынуть, промыть, подсушить салфеткой и разрубить на 2 или 4 части каждую в зависимости от величины птицы. Подготовленные куски уток поместить в неглубокую кастрюлю (котелок) с жиром, обжарить и потом выложить на тарелку. В оставшемся жире спелка припустить мелко нарезанные коренья и небольшую головку репчатого лука. Положить мясо снова в кастрюлю, влить воду, добавить по вкусу соль, черный перец горошком, лавровый лист, гвоздику и накрыть крышкой. Тушить на среднем огне до полной готовности мяса, добавляя периодически понемногу воды. Готовых уток уложить на блюдо и поставить в теплое место, а соус пропустить через сито. Подать с картофельным пюре, салатом из краснокочанной капусты.

Соус: пассеровать ложку муки в жире, развести пассеровку горячей водой и процеженным соусом, образовавшимся при тушении, и кипятить в течение 7–8 мин на слабом огне. Сняв соус с огня, заправить его 2–3 столовыми ложками взбитого кислого молока и облить им уток.

Таким же способом можно приготовить тушеных куропаток и голубей.

**Боровая дичь.** Мясо **рябчиков** считается очень вкусным и нежным. Средняя масса тушки – 300–400 г. По качеству мяса рябчик занимает первое место среди куриных пород боровой дичи. Его мясо белое, с розоватым оттенком, потемнение является признаком неправильного хранения.

Мясо рябчика обычно не маринуют. Чтобы блюдо было более сочным, тушку кладут в холодное молоко, доводят его почти до кипения и сразу же вынимают тушку. Очень вкусное жареное, тушеное и запеченное мяса рябчика. В походных условиях из рябчиков варят суп, запекают на вертеле или в глине.

Самый крупный из **диких голубей** – вяхирь – имеет пепельно-сизое оперение, масса тушки – около 600 г. Средний по размеру дикий голубь – клинтух – имеет темное оперение и внешне схож с городским голубем. Масса тушки клинтуха – около 400 г. Самый мелкий дикий голубь – горлица. Масса – около 250 г. По сравнению с другими видами пернатой дичи мясо диких голубей особенно вкусно в вареном виде.

**Белая куропатка** меняет оперение в зависимости от времени года. Весной оно темно-рыжее, каштановое, летом окраска светлеет и становится более желтой, осенью на светло-рыжем фоне начинают появляться белые пятна. Только зимой оперение белых куропаток чисто белое, на котором ярко выделяются черный клюв, глаза и несколько черных перьев в хвосте. Масса белых куропаток – 500–800 г. Самцы зимой не отличаются внешним видом от самок, только несколько крупнее. Мясо самок нежнее. Мясо белой куропатки можно приготовить всеми изложенными способами.

**Тетерев** – довольно крупная птица, масса петухов-косачей достигает 1,5 кг. Перья у косачей черные, под крыльями – белые подмышки. Перья хвоста загнуты в виде лиры. Самки меньше по размеру, их оперение рыжеватое-серое, скромное. Мясо тетеревов никогда не бывает особенно

жирным. Грудка состоит из двух слоев: верхний – темное мясо, нижний – бело-розовое мясо, как у рябчика. Мясо молодых тетеревов сочное и нежное, мясо старых петухов-косачей более жесткое. Мясо молодых тетеревов рекомендуется жарить и запекать, мясо старых косачей – тушить и варить. В походных условиях мясо тетерева варят, запекают на вертеле или в глине.

**Глухарь** – это ценная добыча охотника. Петухи имеют темное оперение, мощный хвост (веер), под клювом растет «борода». Их масса достигает 6 кг. Самки «одеты» в рыже-бурое оперение, их масса 2–3 кг. Мясо глухарей плотное, темного цвета, но сочное и вкусное. Вкус глухариного мяса улучшается, если неоципанного и непотрошеного глухаря повесить за голову и выдержать в прохладном месте 2–3 суток. Опытные охотники считают, что глухарь готов для приготовления, когда у подвешенной птицы оторвется под тяжестью тушки голова. Тушку глухаря, которая хранилась в мороженом виде, желательно мариновать. Мясо глухаря обычно имеет горьковатый привкус хвои, который можно ослабить, добавив в жаровню красного сухого вина. Мясо рекомендуется шпиговать свиным салом. В походных условиях глухаря тушат.

**Вальдшнеп** (лесной кулик) – птица небольшая по размеру, масса тушки – около 300 г. Оперение рыжее, пестрое. У вальдшнепов длинный прямой нос и большие темные глаза. Вальдшнепа, как дупеля и бекаса, относят к «красной дичи» и готовят непотрошеным. Рекомендуется готовить вальдшнепов в жареном виде.

Мясо птицы с тушеным окороком и зеленым перцем

*Ингредиенты: 1 кг мяса птицы, соль, перец, 4 ст. ложки масла, 4 ломтика тушеного окорока, 2 луковицы, 2 стручка консервированного зеленого перца, 1 долька чеснока, 250 мл томатного сока, 500 г риса, бульон или вода, зелень.*

**Приготовление:** подготовленные куски мяса птицы натереть солью перцем и обжарить в разогретом масле. Окорок и стручки перца нарезать брусочками и обжарить. Мясо птицы, окорок и перец залить горячим бульоном или водой и тушить в закрытой посуде. Рис перебрать, протереть, завернув в полотенце, обжарить в жире, соединить с остальными продуктами. Когда мясо станет мягким, добавить томатный сок, чеснок, проварить и довести до вкуса. Блюдо можно подать в посуде, в которой оно готовилось.

Рябчик жареный

*Ингредиенты: 1 рябчик, 10 г свиного жира, 5 г масла сливочного, 60 г салата или фруктов, соль по вкусу.*

**Приготовление:** тушку рябчика для большей сочности можно нашпиговать свежим свиным салом, нарезанным брусочками. В этом случае тушку надо предварительно положить в кипяток на 1 мин. Обработанную птицу посолить и обжарить со свиным жиром. Затем закрыть посуду крышкой и на слабом огне довести дичь до готовности. После этого жир слить. В посуду, в которой жарился рябчик, добавить немного коричневого бульона из дичи и прокипятить. Подать птицу в той же посуде, полив маслом. Отдельно к рябчику подать салат, маринованные фрукты или варенье.

Так можно приготовить и куропатку.

### Рябчик в сметане

*Ингредиенты: 2 рябчика, 50–70 г свежего сала, 20 г свиного топленого сала, 1 стакан сметаны, соль и перец по вкусу.*

**Приготовление:** если рябчики куплены в магазине, то их, ощипав и выпотрошив, следует вымочить в холодной воде в течение 2 ч, а затем сложить в кастрюлю, залить холодным молоком и довести молоко до кипения. Только после этого рябчиков можно жарить. Свежую птицу достаточно предварительно вымочить в воде в течение 1 ч. Голову и крылышки отрубить, ножки оставить целыми, удалив только когти. Тушку опалить. Подготовленную дичь для сочности нашпиговать свежим свиным салом, нарезанным брусочками. Для этого сначала ошпарить дичь кипятком, ножом или заостренной палочкой сделать в тушках проколы и вставить в них брусочки свиного сала. Тушки разрубить вдоль пополам, посолить, поперчить и обжарить на свином жире в кастрюле до образования корочки, затем добавить в кастрюлю 2 стакана бульона, накрыть крышкой и тушить на слабом огне до полной готовности.

**С о у с:** приготовить на бульоне, в котором тушилась дичь, сметанный соус, залить им рябчиков и прокипятить 1–2 мин.

### Рябчик, тушенный в соусе

*Ингредиенты: 1 рябчик, 10 г свиного жира, 20 г шампиньонов, 20 г оливок, 30 г петушиных гребешков.*

**Приготовление:** рябчика поджарить в сотейнике почти до готовности, после чего разрубить на 2 части, опять



положить в сотейник, из которого предварительно надо слить жир, добавить коричневый бульон из дичи (10–15 г), отвар шампиньонов (10–15 г), небольшие головки шампиньонов, оливки без косточек и припущенные петушиные гребешки. Затем залить рябчика соусом с мадерой, накрыть крышкой и тушить 8-10 мин на слабом огне.

Так можно приготовить куропатку и другую более крупную дичь.

Солянка на сковороде

*Ингредиенты: 2–3 рябчика, 100 г копченой грудинки, 5 сосисок, 500 г квашеной капусты, 4 ст. ложки томатной пасты, 1 луковица, 2 стакана бульона, 100 мл любого маринада, соль, перец по вкусу, 1/2 стакана тертого сыра.*

**Приготовление:** поджарить рябчиков, отделить мясо от костей и сварить из костей бульон. Квашеную капусту отжать, добавить бульон и тушить до мягкости вместе с кусочками копченой грудинки и 1–2 столовыми ложками томатной пасты. Когда все будет готово, взять глубокую чугунную форму или сковороду, положить на дно ровный слой капусты, на нее – кусочки мяса, перемешав их с нарезанными сосисками, а сверху снова положить капусту. Выровнять верхний слой и залить его соусом. В солянке сделать несколько глубоких проколов, чтобы она хорошо пропиталась соусом. Когда соус впитается, обсыпать солянку тертым сыром, сбрызнуть маслом и поставить на огонь. Как только сыр запечется, сковороду вынуть из духовки и украсить солянку маринованными фруктами, оливками, грибами.

**С о у с:** на бульоне из дичи приготовить густой сметанный соус с томатом.

Филе рябчика с овощами

*Ингредиенты. На 1 рябчика: 20 г сливочного масла, 30 г пшеничного хлеба, 20 г лука, по 25 г моркови, фасоли, горошка, спаржи, 75 мл соуса, соль по вкусу.*

**Приготовление:** филе рябчика в форме котлеты припустить с маслом. При подаче на стол положить крутон из пшеничного хлеба, поджаренного с маслом, на блюдо, а на него – филе полить соусом с мадерой.

**Г а р н и р:** жареные головки мелкого лука, припущенная в масле морковь, вареные стручки фасоли, зеленый горошек, спаржа, заправленные маслом.

Фаршированное филе рябчика

*Ингредиенты. На 1 рябчика: 15 г сливочного масла, 40 г кнельной массы, 20 г паштетной массы, 1 яйцо, 25 г пшеничного хлеба, 75 мл соуса, 100 г гарнира, зелень, соль по вкусу.*

**Приготовление:** филе рябчика отбить в тонкий пласт, с острого конца пласта положить зачищенную косточку от ножки. На середину пласта уложить слой кнельной массы, затем слой паштетной массы и снова слой кнельной массы. Закрывать фарш малым филе и придать котлете плоскую форму, посолить, запанировать в крошках белого хлеба, смочить в яйце и вторично запанировать в крошках белого хлеба. Жарить филе в сотейнике с маслом до готовности. При подаче филе положить на блюдо с гарниром, отдельно подать соус с мадерой, украсить зеленью.

Г а р н и р: вареный картофель.

Белая куропатка, тушенная в сметане

*Ингредиенты. На 1 белую куропатку: 1–2 луковицы, 1–2 моркови, 1 стакан сметаны, 1 ч. ложка муки, соль и специи по вкусу.*

**Приготовление:** тушку разрезать на половинки или на 4 куска. Обжарить мясо 1–2 мин в разогретом сливочном масле, затем мясо вынуть и обжарить в том же масле мелко нарезанный лук и морковь в течение 5–6 мин. Снова куски мяса положить в жаровню и залить сметаной. Для густоты в сметану добавить немного пассерованной муки. Из специй можно положить толченый тмин. Тушить на слабом огне около 1 ч.

Глухарь, тушенный с брусникой по-походному

*Ингредиенты. На 1 глухаря: 2–3 луковицы, 2–3 стакана ягод, 1–2 ст. ложки муки, 100–150 мл растительного масла.*

**Приготовление:** тушку разрезать на 6 больших кусков, нашпиговать мясо брусочками сала. Каждый кусок обмакивать в растительное масло и обжаривать над углями 2–3 мин до образования корочки. В котелке разогреть растительное масло и поджарить в нем репчатый лук в течение 5–6 мин. На лук положить обжаренные куски мяса, залить 1 л бульона, сваренного заранее из шеи, лап и крыльев глухаря, и тушить около 1 ч. За 15 мин до готовности посолить, положить ягоды брусники или клюквы и добавить немного муки, разведенной в бульоне, для загустения соуса.

Тетерев, жаренный с лесными орехами

*Ингредиенты. На 1 тетерева: 2–3 стакана орехов или другой начинки, 150–200 г сала, 2–3 кусочка сахара.*

**Приготовление:** тушку тетерева начинить очищенными лесными орехами, положить внутрь мелкие кусочки свиного сала или сливочное масло, сахар. Вместо орехов можно использовать свежую или моченую бруснику либо клюкву. Обернуть тушку тонкими ломтиками свиного сала, завернуть в фольгу и поместить в угли.

Рябчик, жаренный с брусникой

*Ингредиенты. На 1 рябчика: 1–1,5 стакана брусники, 1 ст. ложка сливочного масла, 1–2 кусочка сахара, 1 стакан сметаны.*

**Приготовление:** тушку наполнить моченой или свежей брусникой, положить внутрь сливочное масло и сахар. Можно обойтись и без начинки. Обмазав тушку сметаной, обжарить ее в сильно разогретой жаровне до образования румяной корочки. Затем добавить в жаровню сметану и жарить на слабом огне 15–20 мин.

Вальдшнеп, жаренный с красным вином

*Ингредиенты. На 1 вальдшнепа: 50–60 г сала, 1 ч. ложка ягод можжевельника, 1/2 стакана красного сухого вина.*

**Приготовление:** осторожно сдвинуть кожу с тушки на шею, не снимая ее полностью. Мясо натереть солью, толчеными можжевельниковыми ягодами, обложить его очень тонкими ломтиками свиного сала, натянуть кожу и обмотать тушку толстыми нитками. Жарить 20 мин, добавив в жаровню красного сухого вина.

Заливное из рябчика

*Ингредиенты. На 1 рябчика: 1/2 стакана сливок, 1 ст. ложка желатина на 1 стакан жидкости, соль, мускатный орех по вкусу.*

**Приготовление:** тушку рябчика варить около 1–1,5 ч, отделить мясо от костей и удалить кожу. Мясо пропустить 2 раза через мясорубку и протереть через сито. Желатин растворить в бульоне или горячей воде. Фарш залить раствором желатина, добавить сливки, соль и толченый мускатный орех. Массу перемешать, выложить в металлические формочки и поставить в холодильник (но не в морозильную камеру). Перед подачей на стол опустить формочки с приготовленным блюдом на несколько секунд в горячую воду, затем перевернуть их на тарелки – заливное выпадет из формочки.






Голуби по-монастырски (см схему)



*Ингредиенты: 2 тушки голубей, 5–6 ст. ложек масла, 300 г мелких головок лука, 300 г грибов, 2 ст. ложки жира, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** подготовленные тушки голубей разрезать на половинки, посолить и посыпать черным перцем. Положить в неглубокую кастрюлю и обжарить в масле до образования золотистой корочки. Затем положить и обжарить очищенные головки лука. Отдельно поджарить в жире мелко нарезанные грибы и выложить в кастрюлю с голубями. Залить 1 стаканом горячей воды, плотно закрыть крышкой и тушить на слабом огне.

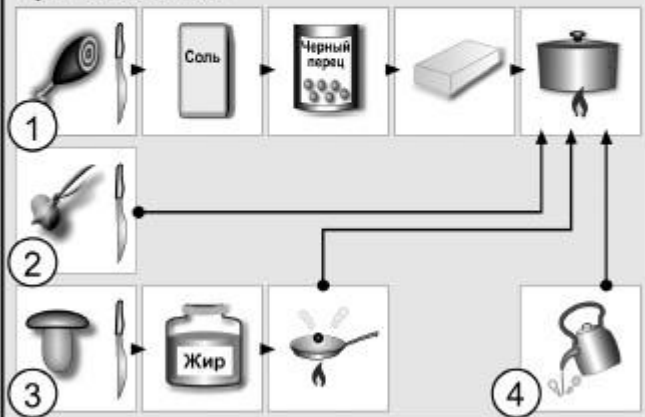
### Голуби по-монастырски

**Ингредиенты:**

				
2 тушки голубей	6 ст. ложек масла	300 г мелкого лука	300 г грибов	2 ст. ложки жира

	
соль	молотый перец

**Приготовление:**



**Примечание**  
 Подготовленные тушки голубей разрезать на половинки, посолить и посыпать черным перцем. Положить в неглубокую кастрюлю и обжарить в масле до образования золотистой корочки. Затем положить и обжарить очищенные головки лука. Отдельно поджарить в жире мелко нарезанные грибы и выложить в кастрюлю с голубями. Залить 1 стаканом горячей воды, плотно закрыть крышкой и тушить на слабом огне.

**Степная и горная дичь. Перепел** – маленькая птичка с пестрым светло-коричневым оперением массой около 100 г. Тушки осенних перепелов содержат 30–35 % жира. Мясо перепелов обладает отличным вкусом и высокой калорийностью. В продажу поступают перепела в свежем и мороженом виде, выращенные на специальных перепелиных фермах. Мясо перепелов можно готовить всеми описанными способами.

**Коростеля** добывают попутно на перепелиной охоте. Оперение его светло-каштановое. Масса тушки – около 150 г.

Мясо нежное, белое. Коростеля рекомендуется жарить. В походных условиях можно запечь в фольге.

У **серой куропатки** на серо-голубом оперении на груди ярко выделяется коричневая подкова. Масса тушки – около 400 г. Мясо темно-розового цвета. Его можно готовить всеми описанными способами.

**Горная куропатка** – птица средних размеров, масса тушки – около 400 г, оперение пестрое, белое с черным, лапы и клюв красные. Есть виды кекликов с менее пестрым оперением. Мясо кеклика темно-розового цвета, нежное, по вкусовым качествам не уступает мясу других куропаток и приготавливается теми же способами.

**Фазан** – это крупная красивая птица массой около 2 кг. Самцы имеют яркое оперение, длинный заостренный к концу хвост и сильные ноги со шпорами. Самки меньше по размерам, их оперение более скромное, песчано-бурое. Мясо фазана темное, но сочное и очень хорошего качества. Приготавливается всеми описанными способами.

Перепела, жареные с грибами

*Ингредиенты: 2 перепела, 5 г свиного жира, 100 г белых грибов, 10 мл коньяка, зелень, перец и соль по вкусу.*

**Приготовление:** разрезать подготовленных перепелов вдоль со стороны спинки, удалить все косточки. Тушки распластать и надеть на шпажку, посыпать солью и перцем и жарить в сотейнике. Готовых перепелов положить на блюдо, полить соусом и посыпать рубленой зеленью.

Г а р н и р: белые грибы, жаренные с маслом.

**С о у с:** из сотейника слить жир, влить коньяк и крепкий коричневый бульон (40–50 мл), прокипятить, процедить.

Перепела с вишнями

*Ингредиенты: 2 перепела, 50 г вишни без косточек, 20 мл бульона, 5 мл коньяка, 5 г свиного жира, перец и соль по вкусу.*

**Приготовление:** поджарить перепелов. За 3–5 мин до готовности слить жир, добавить вишни (без косточек), коричневый бульон (сок), коньяк и довести перепелов до готовности в закрытой посуде. При подаче на стол положить перепелов с вишнями и соком в глубокое блюдо.

Перепела, тушеные с рисом

*Ингредиенты: 2 перепела, 20 г сливочного масла, 20 г свежих белых грибов, 100 г рисовой каши, 10 г сыра, 75 мл соуса, зелень, перец и соль по вкусу.*

**Приготовление:** жареных перепелов разрубить вдоль пополам, положить в сотейник, в котором они жарились, залить соусом с мадерой, добавить нарезанные дольками белые грибы, накрыть посуду крышкой и тушить при слабом кипении 5–7 мин. При подаче рассыпчатую рисовую кашу, сваренную на мясном бульоне, и натертый на терке сыр перемешать, положить в смазанную маслом кольцеобразную металлическую форму, затем выложить кашу из формы на тарелку или блюдо. В середине полученного таким образом кольца уложить перепелов вместе с грибами и соусом, а сверху посыпать мелко нарезанной зеленью.

Перепела в сметане с сырными кнелями



*Ингредиенты. На 20 перепелов: 200 г масла для жаренья, 3 ст. ложки муки, 500 г сметаны.*

**Приготовление:** очищенных, выпотрошенных и хорошо вымытых перепелов посолить, обжарить на сковороде в масле, подрумянив со всех сторон. Положить в кастрюльку, подлить бульон и тушить на небольшом огне до полной готовности.

**С о у с:** на сковороду, где жарились перепела, всыпать муку, посолить, хорошо размешать с оставшимся от жаренья жиром, влить 2 стакана бульона, проварить смесь до густоты, добавить сметану, посолить по вкусу и залить этим соусом тушенных перепелов.

Перепела с томатным соусом

*Ингредиенты: 3 тушки перепелов, 1/2 стакана растительного масла, 1 луковица, 5–6 помидоров, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** тушки перепелов выпотрошить, промыть, посолить, поперчить. Поджарить в жире, равномерно подрумянив со всех сторон. Затем перепелов выложить на блюдо, а в оставшемся жире поджарить мелко нарезанный лук. Прибавить помидоры, очищенные и нарезанные мелкими кусочками. Когда сок помидоров выпарится, добавить горячей воды и положить в полученный соус перепелов. Плотно закрыть кастрюлю крышкой и тушить на медленном огне. Готовых перепелов вынуть, разрезать вдоль по грудке на 2 части и подать с соусом, добавив в него сливочное масло и зелень.

Перепела, запеченные в баклажанах

*Ингредиенты: 4 баклажана, 4 тушки перепелов, 2 помидора, 2 ст. ложки жира.*

**Приготовление:** баклажаны помыть, срезать верхушки со стороны плодоножки, вынуть выемкой сердцевину так, чтобы остались стенки толщиной 1 см. Подготовленные баклажаны посолить, выдержать в течение 30 мин – 1 ч и снова помыть. Подготовленные тушки перепелов посолить, посыпать перцем и вложить по 1 перепелу в баклажан. Затем поместить баклажаны на противень срезанными верхушками вверх, накрыть каждый половинкой помидора и полить жиром. Запекать в умеренно нагретом жарочном шкафу.

*Перепела, жаренные в виноградных листьях*

*Ингредиенты: 2 перепела, 20-30 г сливочного масла, виноградные листья, соль, специи.*

**Приготовление:** тушки перепелов посолить, обмазать сливочным маслом, обернуть промытыми виноградными листьями и обмотать толстыми нитками. Накрыть подготовленные тушки полотенцем и оставить на 30–40 мин. Затем жарить в массивной жаровне в большом количестве жира 15–20 мин.

*Перепела, запеченные в тыкве*

*Ингредиенты: 1 тыква массой 2-3 кг, 4 перепела, 1 стакан риса, 2 стакана нарезанных фруктов, 2–3 луковицы, 2–3 ст. ложки сливочного масла.*

**Приготовление:** спелую тыкву массой 2–3 кг обмыть, срезать верхушку. Ложкой удалить семена и немного мякоти. Подготовленных перепелов разрезать на половинки, посолить и обжарить в разогретом жире в течение 1–2 мин до

образования корочки. Рис варить до полуготовности, для чего промытый рис опустить в подсоленный кипяток на 9-10 мин, а затем откинуть на дуршлаг. Репчатый лук поджаривают на сливочном масле до розового цвета. Подготовить свежие или сушеные фрукты. Можно использовать очищенные и нарезанные мелкими дольками свежие яблоки, очищенную и нарезанную мелкими кубиками айву, сушеные фрукты – курагу и изюм. Сухофрукты тщательно промыть и замочить в теплой воде. В подготовленную тыкву закладывать сначала рис, перемешанный с поджаренным луком, затем обжаренные куски мяса, сверху положить нарезанные фрукты. Закрывать тыкву срезанной верхушкой и укрепить верхушку острыми лучинками. Снаружи смазать тыкву жиром и запекать в русской печи или в духовом шкафу (в углях) 2–3 ч, подложив под тыкву деревянные палочки. Готовую тыкву поместить на блюдо, снять верхушку и нарезают сверху вниз на ломти. На каждую порцию положить ломоть печеной тыквы, половинку перепела и рис с фруктами.

#### Фазан жареный

*Ингредиенты: 2 фазана по 800 г, 200 г моркови, 100 г лука-порея, 2 щепотки белого перца, сок 1 лимона, 125 г сала, 125 мл мясного бульона, 125 г сметаны, 125 мл белого сухого вина, 5 ст. ложек брусничного сока.*

**Приготовление:** овощи нашинковать соломкой. Натереть фазанов изнутри солью и перцем, сбрызнуть лимонным соком. Укрепить конечности птицы, чтобы они плотно прилегали к тушке. Обложить каждую тушку ломтиками сала (по 4 ломтика на одного фазана). Положить их на противень.

Предварительно следует вынуть печень, она еще пригодится. Поставить фазанов в духовку на 40–50 мин. Разогреть бульон и добавить его вместе с овощами через 10 мин после начала готовки. Поливать фазана вытопленным жиром каждые 10 мин, при этом нужно доливать немного горячей воды. Каждые 10 мин фазанов нужно переворачивать на другой бок. За 10 мин до окончания готовки фазанов нужно перевернуть на спинку, убрать ломтики сала, смазать сметаной и снова поставить в духовку (1 столовую ложку сметаны оставить для соуса). Через 40 мин сделать пробу: мясо должно продавливаться пальцем. В этом случае оно уже готово и не пережарилось.

Положить ломтики сала на тарелку с фазанами. Подавать птицу с брусничным соком. Соус подать отдельно.

**С о у с:** смешать вытопленный жир с небольшим количеством горячей воды и белым вином. Разрезать печень на маленькие кусочки, растереть ее и добавить в соус. Затем положить сметану. Удалить нитки, которыми были прикреплены конечности.

**Г а р н и р:** картофельные котлеты или картофельные клецки во фритюре.

Плов с дичью

*Ингредиенты: 1 кг риса, 750-1 кг дичи, 300–350 мл растительного масла, 5–7 морковей, 5–7 луковиц. Для фарша: 250 г баранины, 25 г лука, чеснок, зелень петрушки и кинзы, соль и специи по вкусу.*

**Приготовление:** плов с дичью отменного вкуса, сочетающего специфический горьковато-сладкий вкус дичи с

ароматом поджаренного лука, моркови и специй. Для приготовления плова можно использовать любую дичь, но лучше всего перепелов, кеклика, фазана. Подготовленные тушки разрезать на куски. Перепелов можно приготовить целой тушкой, начиняя их фаршем из сырой баранины с добавлением мелко нарубленного лука, чеснока и зелени петрушки и кинзы. Основа плова – зирвак, который надо готовить, обжаривая в перекаленном растительном масле лук, мясо и морковь. Растительное масло (хлопковое, оливковое или подсолнечное) налить в нагретый чугунный котел (казан) или в кастрюлю с толстым дном. Лук, нарезанный полукольцами, обжарить в масле. Затем в котел закладывать куски дичи или целых фаршированных перепелов. Мясо обжаривать вместе с луком до тех пор, пока лук не станет светло-коричневым. После этого положить нарезанную тонкой соломкой морковь, которую обжарить 5-10 мин. Налить в котел кипятка с таким расчетом, чтобы его содержимое было покрыто водой, и оставить зирвак на малом огне на 40–50 мин. В конце приготовления добавить соль и специи (красный молотый перец, зиру, барбарис, дольки чеснока и др.). В готовый зирвак закладывать тщательно промытый в нескольких водах рис. Жидкость должна покрывать слой риса на 1–2 см. Усилить огонь до равномерного и бурного кипения. После полного испарения влаги убавить огонь и накрыть плов крышкой, чтобы довести рис до готовности и придать ему рассыпчатость. Перед тем как накрыть плов, рис собрать от краев к середине котла горкой и посыпать толченой зирой. Под крышкой на слабом огне плов держат 20–25 мин. Перед

подачей на стол плов тщательно перемешать и выложить на блюдо. Куски дичи или фаршированных перепелов положить сверху и посыпать мелко нарубленным зеленым луком.

Коростель, запеченный в фольге

*Ингредиенты: 1 тушка коростеля, соль, чеснок, 150–200 г свиного сала.*

**Приготовление:** тушку коростеля положить набок и слегка отбить, чтобы придать ей более плоскую форму. Затем посолить, натереть чесноком, поперчить и обложить тонкими ломтиками свиного сала так, чтобы кости отрезанных крыльев, ног и шеи не торчали. Завернуть в несколько слоев фольги, положить в золу и подгрести сверху угли. Запекать около 15 мин.

Куропатка по-сельски

*Ингредиенты: 2 куропатки, 50 г сливочного масла, 30 г свиной копченой грудинки, 200 г картофеля, зелень.*

**Приготовление:** подготовленную куропатку обжарить с маслом и, когда она будет почти готова, положить вокруг нее свиную копченую грудинку, нарезанную кубиками, предварительно ошпаренную и обжаренную, и картофель, обжаренный в масле. Все это довести до готовности в закрытой посуде. Перед подачей влить немного крепкого коричневого бульона из дичи (20 мл), прокипятить и подать в глубоком блюде или на тарелке, посыпав рубленой зеленью.

Куропатка в сливках с изюмом

*Ингредиенты: 2 куропатки, 10 г муки, 25 г сливочного масла, 10 мл коньяка, 60 мл сливок или 60 г сметаны, 50 г изюма, 60 г пшеничного хлеба, перец и соль по вкусу.*

**Приготовление:** подготовленную куропатку разрезать на две части, слегка расплющить тыжкой, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить в сотейнике с маслом. Затем куски куропатки облить коньяком, закрыть посуду крышкой и через 1 мин добавить коричневый бульон (20–30 мл), сливки, изюм и тушить в закрытой посуде на слабом огне 5–6 мин. При подаче на стол куропатку выложить на блюдо или тарелку полить соусом с изюмом.

Г а р н и р: гренки из пшеничного хлеба, поджаренные в масле.

Куропатка с апельсинами

*Ингредиенты: 2 куропатки, 20 г свиного жира, 10 г сливочного масла, 2 апельсина, 50 г винограда.*

**Приготовление:** подготовленную тушку куропатки посолить, обжарить и положить на глубокое блюдо. Срезать с апельсина цедру, нарезать ее соломкой и ошпарить, апельсин нарезать дольками и удалить из него семена. Вокруг куропатки положить дольки апельсина и виноград, залить соком, оставшимся после обжаривания куропатки, посыпать цедрой, закрыть посуду крышкой и довести до готовности в жарочном шкафу в течение 5–6 мин. Подавать блюдо, полив соком и маслом.

Куропатка с овощами

*Ингредиенты: 2 куропатки, 20 г сливочного масла, 100 г моркови, 100 г репы, 20 г сельдерея, 50 г репчатого лука, 150 г картофеля, зелень, соль по вкусу.*

**Приготовление:** куропатку обжарить со сливочным маслом, расположить вокруг нее репу, морковь, нарезанные

дольками, листья сельдерея, картофель, нарезанный брусочками, головки мелкого лука, предварительно обжаренные в масле. Добавить коричневый бульон из дичи (40–50 г) и, накрыв посуду крышкой, довести блюдо до готовности в жарочном шкафу. При подаче на стол куропатку положить на блюдо или тарелку вместе с гарниром и соком и посыпать зеленью.

Куропатка, жаренная на решетке с шампиньонами

*Ингредиенты: 2 куропатки, 10 г сливочного масла, 100 г шампиньонов, 2 лимона, зелень, перец и соль по вкусу.*

**Приготовление:** разрезать вдоль спинку куропатки, надрезать суставы ножек и крылышек, грудную кость, расплющить слегка тупкой, посыпать солью, перцем, смазать растопленным сливочным маслом и жарить на решетке. При подаче куропатку положить на блюдо, обложить головками шампиньонов, жаренными на решетке, вокруг куропатки налить крепкий мясной бульон (40 мл), смешанный с лимонным соком, посыпать рубленой зеленью.

Куропатки в пергаменте

*Ингредиенты: 2 куропатки, 1 кочан капусты, 2 моркови, 200 г шпика, 3–4 сосиски, соль, мускатный орех, черный молотый перец, ягоды можжевельника (если имеются), чеснок, сахар.*

**Приготовление:** куропаток ощипать, выпотрошить, вымыть. На сковороде поджарить сало и в вытопившемся жире обжарить куропаток. Капусту отварить в присоленной воде целиком 7–8 мин. Остудить, вырезать кочерыжку и порубить капусту. В кастрюлю (котелок) положить слой капусты (3/4 от



всего количества сваренной), на него – морковь, обжаренный шпик, сосиски (целиком), куропаток, посыпать солью, мускатным орехом, перцем, положить ягоды можжевельника, чеснок. Сверху покрыть оставшейся капустой, посыпать сахаром, влить бульон так, чтобы он закрывал только половину слоя капусты, закрыть жаровню крышкой и держать на очень слабом огне в течение 4–5 ч. Посолить по вкусу и подавать на стол в жаровне.

Супы из пернатой дичи

Суп овощной с потрохами

*Ингредиенты: 600 г куриных потрохов (кроме головок, шеек и ножек), 350 г свежей капусты, 75 г моркови, 75 г пастернака, 75 г сельдерея, 100 г лука-порея, 75 г перловой крупы, 50 г сливочного масла или маргарина, 10 г зелени.*

**Приготовление:** куриные потроха, главным образом желудки, крылышки и сердце, сварить. Бульон использовать для супа. Печень отдельно обжарить на масле и хранить до подачи на стол. Овощи нарезать соломкой. Морковь, пастернак, лук-порей и сельдерей слегка спассеровать в масле. В горячий бульон положить подготовленную перловую крупу и варить, затем добавить капусту, корни и варить суп при слабом кипении до готовности. Заправить суп по вкусу.

Суп из перепелов

*Ингредиенты. На 4 перепелов (или 1 куропатку): 1–1,5 л воды, 1/4 стакана пшена, 1 луковица, 40–50 г сала.*

**Приготовление:** тушки перепелов варить около 30 мин. Пшено промыть, несколько раз меняя воду, засыпать в бульон и варить около 20 мин. Свиное сало мелко нарезать,

пережарить с мелко нарезанным репчатым луком и добавить в суп. В суп можно положить немного нарезанного картофеля.

#### Суп охотничий

*Ингредиенты: 600 г потрохов дичи или куриных потрохов, 500 г картофеля, 100 г моркови, 50 г петрушки, 75 г репчатого лука, 50 г зеленого лука, 150 г пшена, 25 г шпика, 20 г зелени, специи.*

**Приготовление:** сварить куриные потроха до готовности. В процеженный бульон от потрохов заложить вымытое пшено, слегка пассерованные коренья и лук, картофель, нарезанный кубиками, лавровый лист, перец и варить до готовности. В конце варки добавить зеленый лук.

#### Суп овощной с уткой

*Ингредиенты: 1/2 утки, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 120 г перловой крупы, 1 ст. ложка топленого масла, 3 ст. ложки сметаны.*

**Приготовление:** утку хорошо промыть, выпотрошить, порезать порционными кусками и вместе с потрохами положить в кастрюлю. Туда же положить пассерованные в масле лук и коренья, а также замоченную накануне вечером перловую крупу, хорошо процеженную от воды. Варить до готовности. Перед подачей заправить сметаной.

#### Суп из гуся

*Ингредиенты: 500 г гусятины, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 4–5 кислых яблок, 170 г риса, 2 яйца (желтки), 125 г сметаны, соль по вкусу.*

**Приготовление:** сварить гуся с кореньями почти до готовности, добавить разрезанные пополам и очищенные

яблоки. Рис промыть, сварить отдельно, залив его небольшим количеством бульона. Перед подачей бульон процедить, протереть в него корни и яблоки, добавить рис, поставить суп на огонь, вскипятить. Смешать желтки со сметаной и постепенно влить в суп, хорошо размешать. Положить в суп вареную мякоть гуся, порезав ее предварительно.

#### Суп из куриных потрохов

*Ингредиенты: потроха от 2 кур, 4 луковицы, 2 ст. ложки масла, 250 г помидоров, 2 ст. ложки риса, 2 яйца (желтки), 3 ст. ложки сметаны.*

**Приготовление:** потроха опалить, желудки освободить от пленки, все хорошо промыть и варить до полуготовности. Затем вынуть из бульона, очистить от косточек и порезать мелкими кусочками. Лук мелко нарезать и обжарить в масле до золотистого цвета. Туда же положить нарезанные потроха, все хорошо подрумянить на огне, добавить очищенные от кожи и нарезанные кусочками помидоры. Тушить все вместе, часто помешивая, на среднем огне до тех пор, пока масло не покраснеет. Залить бульоном, вскипятить, всыпать рис, сварить до готовности. Перед подачей заправить сметаной, смешанной с желтками. Суп хорошо прогреть, не доводя до кипения, так как желтки могут свернуться.

#### Суп с цыпленком

*Ингредиенты: 1 цыпленок, 1,5 ст. ложки сливочного масла, 1 маленькая луковица, 2 ч. ложки муки, 500 мл воды, 1 кубик куриного бульона, соль, перец, сок 1/2 лимона, нарезанные маленькими квадратиками тосты, 2 ч. ложки порезанной петрушки.*

**Приготовление:** обжарить цыпленка в масле, снять с костей мясо. Поджарить лук в остатке масла до прозрачности. Добавить муку, тщательно перемешать и поджаривать в течение 2–3 мин. Постепенно добавляя воду, довести до кипения, помешивать, пока смесь не загустеет. Добавить бульонный кубик и мясо цыпленка. Положить кости цыпленка на сковородку, посолить, поперчить, добавить лимонный сок. Накрыть сковородку и оставить на огне еще на 10 мин. Тем временем сделать тосты из хлеба, нарезав их маленькими квадратиками. Удалить кости цыпленка из супа. Проверить, достаточно ли соли. Разлить суп в неглубокие тарелки и подать, посыпав тостами и петрушкой.

Суп из рябчика с белыми грибами

*Ингредиенты. На 1 рябчика: 1–1,5 л воды, 1 стакан нарезанных грибов, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка муки.*

**Приготовление:** тушку разрезать на 4–6 кусков и, положив в холодную воду, варить около 30 мин. Грибы (белые, шампиньоны, маслята) мелко нарезать и тушить 8–10 мин на сливочном масле, в конце тушения добавить 1–2 столовые ложки бульона и немного спассерованной муки. Выложить тушеные грибы в кипящий бульон и варить еще около 10 мин. Готовый суп можно заправить мелко нарубленной зеленью.

Так можно приготовить суп из тетерева, куропатки, перепелов и фазана.

Зайцы и кролики

**Заяц-беляк** – обитатель лесов, в зимнее время его мех совершенно белого цвета, за исключением черных кончиков ушей. Летом окраска меха темно-серая. Масса тушки зайца-беляка – 3–4 кг.

**Заяц-русак** крупнее беляка, масса тушки – 5–6 кг. Летом мех зайца-русака темно-серый, зимой – более светлый, но никогда не бывает белым, как у зайца-беляка.

Мясо зайцев темно-красное, обладает высокими вкусовыми качествами и питательно. Мясо зайца-русака считается более вкусным, чем мясо зайца-беляка.

Кролик, тушеный с грибами, помидорами и фасолью

*Ингредиенты: кролик весом около 1,5 кг, 250 г помидоров без шкурки, 500 г любых свежих грибов, 400 г белой фасоли, 2 луковицы, 50 мл растительного масла, 1 долька чеснока, 1 ст. ложка рубленой зелени, 500 мл мясного бульона, 15 г крахмала, 60 мл белого вина, соль и перец по вкусу.*

**Приготовление:** тушку разделать, у спинной части отделить мясо от костей. Чеснок, лук и помидоры нарезать кубиками. Поджарить филе кролика в половине масла и вынуть. Ножки обжарить, посолить, поперчить и посыпать зеленью. Добавить чеснок, лук, помидоры и бульон, накрыть крышкой и тушить 45 мин. Грибы обжарить в оставшемся масле. Фасоль откинуть на дуршлаг. Крахмал развести вином и ввести в бульон. Добавить фасоль, грибы, мясо и потушить еще 5 мин.

Жаркое из зайца

*Ингредиенты: 1–1,5 кг мяса, 150–200 г свиного жира, 1 стакан красного сухого вина.*

**Приготовление:** для жаркого взять мясистые куски тушки зайца – задние ноги и седло мариновать не менее суток. Мясо обсушить, натереть солью и перцем и нашпиговать тонкими брусочками сала. Сложить мясо в жаровню, добавить свиной жир и поставить в горячую духовку на 20 мин. Оставшийся в жаровне сок остудить, удалить жир и добавить туда красное сухое вино. Вылить сок с вином в кастрюлю, где уже лежит мясо, и держать на слабом огне до готовности еще 15–20 мин.

Заяц, жаренный в сухарях

*Ингредиенты: 550 г зайца, 375 мл маринада, 20 г свиного жира, 375 мл бульона, 125 г лука, 50 г красного сухого вина, по 5 г лаврового листа и гвоздики, 50 г муки, 2 яйца, 20 г пшеничного хлеба, 500–750 г гарнира, 400 г огурцов или помидоров, перец и соль по вкусу.*

**Приготовление:** задние ножки и спинку зайца, выдержанные в маринаде, обжарить на свином жире в жарочном шкафу. Затем положить в сотейник, залить бульоном, сваренным из мясных костей, добавить маринад (20 мл на порцию), красное вино, пассерованный репчатый лук, лавровый лист и тушить. Готовое мясо вынуть из бульона, дать ему немного остыть, разрубить на порционные куски и хранить до жаренья в закрытой посуде. Бульон, в котором тушилось мясо, заправить подсушенной, как для соусов, пшеничной мукой, прокипятить в течение 10–15 мин. И процедить. За 10–15 мин до подачи куски готового мяса

посыпать солью и перцем, запанировать в муке, а затем, смочив сырым яйцом, – в крошках пшеничного хлеба. Обжарить в жире.

**Г а р н и р:** жареный картофель или жареные свежие грибы.

Заяц тушенный с красным и черным перцем

*Ингредиенты: 1,5 кг мяса зайца, 1 ч. ложка соли, щепотка черного молотого перца, 1 ч. ложка красного острого перца, 2 луковицы, 3 ст. ложки масла, 6 горошин белого перца, 125 мл красного сухого вина, 1 ст. ложка муки.*

**Приготовление:** вынуть кости из мяса, разрубить и варить 2 ч на слабом огне. Мясо нарезать кусочками по 4 см. Поперчить. Нашинковать лук. Разогреть масло и хорошо обжарить в нем мясо. Добавить лук, горошины перца и костный бульон. Тушить мясо на слабом огне, добавляя по мере необходимости вино. За несколько минут до окончания готовки добавить разведенную в воде муку, чтобы получился соус.

**Г а р н и р:** помидоры на гриле и картофельное пюре.

Кролик с соусом из грибов и красного вина

*Ингредиенты: 4 ножки общим весом 1 кг, 2 луковицы шалот, 2 корня петрушки, 2 веточки свежего тимьяна, 1 лавровый лист, 4 ст. ложки масла, 250 мл горячего мясного бульона, 100 г шампиньонов, 125 мл красного сухого бургундского вина, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, соль, сахар и кайенский перец.*

**Приготовление:** нарезать лук-шалот кубиками, нарубить зелень петрушки и тимьяна. Смешать зелень и пряности с

маслом, добавить мясо и поставить на 12 ч в холодильник. Затем разогреть масло от маринада и обжарить в нем мясо, залить бульоном и тушить 25–30 мин до готовности, периодически доливая бульон. Тонко нарезать шампиньоны. Вынуть мясо и приготовить соус.

**С о у с:** положить в бульон шампиньоны, добавить красное вино и вскипятить. Затем ввести муку и варить 10 мин, после чего положить маринованные овощи.

#### Заячьи ножки тушеные

*Ингредиенты: 4 заячьи ножки, 2 помидора, 6–8 маленьких луковичек, 125 мл горячего мясного бульона, 4 ст. ложки красного вина, 2 моркови, 2 веточки сельдерея, 2 горошины черного перца, 4 ягоды можжевельника, сухой тимьян, лавровый лист, 125 г сметаны.*

**Приготовление:** морковь, сельдерей и помидоры нарезать кубиками. Смешать овощи с перцем, тимьяном и виноградным уксусом. Добавить 250 мл воды. Вскипятить маринад, а затем остудить его. Залить мясо и поставить, прикрыв крышкой, в холодильник на 12–24 ч. Мясо обжарить в масле, добавить 125 мл маринада и тушить в течение 1 ч. По мере необходимости доливать горячий маринад и бульон. За 10 мин до конца готовки вынуть овощи из маринада.

**С о у с:** приготовить из оставшегося маринада и красного вина. Соус посолить и поперчить его, заправить мясо перед подачей на стол.

#### Зяц с чесночным соусом

*Ингредиенты: 1 кг мяса зайца, 100 г сала (шпик), 40 г чеснока, 80 г репчатого лука, 100 г печени и 100 мл крови*



*зайца, 40 мл уксуса (3 %-ного), 200 мл красного натурального вина, черный молотый перец, укроп, или чабер, или майоран, соль.*

**Приготовление:** сало (шпик), репчатый лук, чеснок и печень зайца мелко нарезать, положить в глиняную посуду, добавить уксус, кровь зайца, соль, черный перец, мускатный орех, укроп (чабер или майоран), поставить на слабый огонь и варить 2 ч, следя, чтобы не пригорело. При необходимости добавлять немного подогретого красного вина или уксуса, чтобы соус оставался жидким. Через 1 ч после того, как соус начали варить, поставить жарить зайца с большим количеством свиного жира. В глубокое блюдо вылить чесночный соус и сверху положить тушку зайца.

Заяц, жареный в сметане

*Ингредиенты: 550 г зайца, 375 мл маринада, 100 г шпика, 250 г сметаны, 750 г гарнира.*

**Приготовление:** отделить задние ножки и спинку зайца и вымочить в холодной воде в течение 3–5 ч. Затем воду слить и залить мясо маринадом, в котором выдержать молодых зайцев 12 ч, а старых 24 ч в холодном месте. Затем вынуть мясо из маринада, вытереть насухо полотенцем, нашпиговать свиным салом, посолить, положить на противень и слегка обжарить с жиром в жарочном шкафу. Затем полить сметаной и продолжать жарить, периодически поливая сметаной, до тех пор, пока мясо не будет готово, а сметана станет густой, как соус. Готовое мясо разрубить на порционные куски, положить в сотейник и залить процеженной сметаной, в которой жарилось мясо.

Г а р н и р: жареный картофель, отварная фасоль или тушеная свекла.

Заяц, жаренный в горшочке

*Ингредиенты: 750 г зайца, 125 г лука, 25 г свиного сала, 500 г сметаны, 50 г ржаной муки (для теста), 750 г гарнира, черный и душистый перец горошком, соль по вкусу.*

**Приготовление:** подготовленную тушку молодого зайца разрубить на кусочки (по 3–4 на порцию), посолить и положить в порционные горшочки. Добавить целые головки обжаренного с жиром мелкого лука, черный и душистый перец горошком, залить сметаной и нагреть на плите до кипения сметаны. После этого закрыть горшочки крышками, замазать пазы пресным тестом и поставить в жарочный шкаф (зарыть в угли) примерно на 1,5 ч.

Г а р н и р: любая рассыпчатая каша или жареный картофель.

Так же можно приготовить зайца в горшке без сметаны, залив его перед тушением мясным красным соусом с добавлением сухого виноградного вина (75 мл соуса и 40 мл вина на одну порцию).

Кролик, тушенный с тимьяном

*Ингредиенты: 1,5 кг мяса кролика, 4 веточки свежего тимьяна, 375 мл белого сухого вина, 125 мл горячего мясного бульона, 4 горошины черного перца, 3 ст. ложки масла, 1 долька чеснока, щепотка черного молотого перца, 2 лавровых листа, кусочек лимонной цедры, 1 ч. ложка соли, 1/2 ч. ложки сахара.*

**Приготовление:** положить кролика в глубокую сковороду с толстым дном, добавить тимьян. Вскипятить маринад с вином, лавровым листом, перцем, чесноком и цедрой лимона, залить мясо и поставить в холодильник на 1–2 дня, прикрыв крышкой. Мясо при этом нужно периодически переворачивать. Разогреть масло и обжарить кролика со всех сторон. Часть маринада нужно разогреть и залить им мясо, добавив перец и соль. Тушить кролика в течение 50 мин при закрытой крышке, добавляя по мере необходимости маринад и переворачивая мясо. Положить мясо на горячие тарелки и залить слегка разбавленным водой маринадом.

Заяц, тушенный в сметане

*Ингредиенты: 550 г зайца, 375 мл маринада, 100 г шпика, 200 г сметаны, 375 мл бульона, 25 г муки, 20 г свиного сала, 750 г гарнира, перец и соль по вкусу.*

**Приготовление:** задние ножки и спинку зайца, выдержанные в маринаде, нашпиговать свиным салом, посыпать солью и перцем, смазать сметаной и обжарить в жарочном шкафу до полуготовности. Затем разрубить их на порционные куски, положить в сотейник и залить бульоном, сваренным из обжаренных костей, добавить сметану, мясной сок, полученный при обжарке, и тушить. Когда мясо будет готово, залить его соусом.

**С о у с:** слить бульон, в котором варилось мясо, в другую посуду, добавить в него поджаренную, пшеничную муку, прокипятить, процедить.

**Г а р н и р:** жареный картофель, тушеная свекла, отварная фасоль или клецки из манной крупы.

### Рагу из зайца

*Ингредиенты: 750 г зайца, 375 мл маринада, 75 г свиного жира, 100 г моркови, 75 г репы, 50 г петрушки, 500 г картофеля, 125 г лука, 500 мл соуса, зелень петрушки, соль.*

**Приготовление:** подготовленного зайца выдержать в маринаде 12–24 ч и поджарить крупными кусками со свиным жиром до готовности. Затем немного охладить, разрубить на куски по 30–40 г, положить в сотейник, добавить нарезанные дольками и обжаренные в жире морковь, репу, петрушку, картофель и целые головки мелкого лука. Все залить красным соусом с вином и тушить до готовности овощей. Подать вместе с соусом и овощами, посыпав зеленью петрушки.

### Заяц по-гречески (см схему)

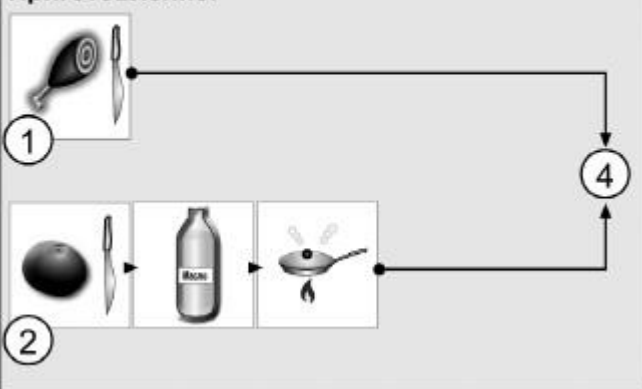
*Ингредиенты: 1 кг зайчатины, 1 кг маленьких луковиц, 800 г помидоров, 5 долек чеснока, 8 ст. ложек оливкового масла, 30 мл уксуса, черный перец (молотый и горошком), 2 лавровых листа, 1/2 ст. ложки молотого кориандра, 2 палочки немолотой корицы, 1 апельсин, соль.*

## Заяц по-гречески

### Ингредиенты:



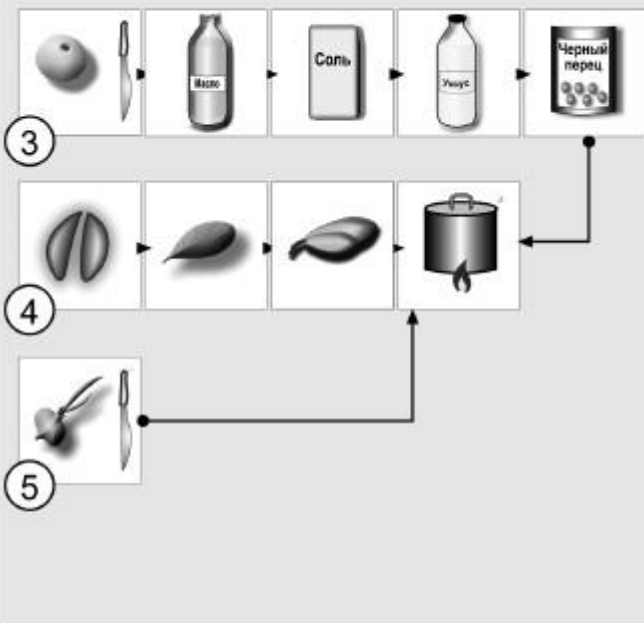
### Приготовление:



**Приготовление:** подготовленную тушку зайца разрезать на крупные куски, добавить очищенные от кожицы и спассерованные помидоры, разрезанный на 4 части апельсин, растительное масло, соль, перец, уксус, специи (с долек чеснока шкурку не снимать) и тушить под плотно закрытой крышкой на небольшом огне. Примерно через 1 ч добавить очищенные луковички и снова тушить около 1 ч. Затем из готового блюда вынуть горошины перца, лавровый лист, чеснок и корицу и подать, поместив с одной стороны блюда мясо, а с другой – луковички (вынимать их надо осторожно, чтобы они не развалились).

### Зяцц по-грэчаскі (аканчэнне)

#### Прыгатовленне:



#### Примечание

Подготовленную тушку зайца разрезать на крупные куски, добавить очищенные от кожицы и спассерованные помидоры, разрезанный на 4 части апельсин, растительное масло, соль, перец, уксус, специи (с долек чеснока шкурку не снимать) и тушить под плотно закрытой крышкой на слабом огне. Примерно через 1 ч добавить очищенные луковички и снова тушить около 1 ч. Затем из готового блюда вынуть горошины перца, лавровый лист, чеснок и корицу и подать, поместив с одной стороны блюда мясо, а с другой — луковичы (вынимать их надо осторожно, чтобы они не развалились).

### Кролик, тушеный с помидорами

*Ингредиенты: 1 кролик (около 1,5 кг), 12 помидоров черри, 500 г лука-шалота, 6 ст. ложек оливкового масла, 4 дольки чеснока, 4 веточки эстрагона, 125 мл красного вина, соль, перец, эстрагон и кервель для украшения.*

**Приготовление:** кролика вымыть, обсушить и разрезать на куски. Перемешать 4 столовые ложки оливкового масла с солью и перцем. Чеснок измельчить и добавить в сковороду. Порубить эстрагон и подмешать к маслу. Намазать маринадом куски кролика. Ошпарить кипятком помидоры черри, обдать холодной водой и снять кожицу. Очистить лук-шалот. Разогреть в большой форме для жаренья оставшееся

оливковое масло и со всех сторон обжарить в нем куски кролика. Добавить лук-шалот и потушить. Влить вино, накрыть крышкой и тушить на среднем огне. За 15 мин до готовности добавить помидоры и потушить. Посолить и поперчить. Выложить на блюдо кролика с овощами и украсить зеленью. Очень вкусно с отварным картофелем.

Дикие копытные животные

**Лось** – крупное животное. Высота лося – до 2 м, масса – 400–500 кг. Наиболее вкусное мясо у лосей в возрасте 1,5–3 лет. Мясо старых лосей более жесткое и волокнистое. Мясо самок нежнее, чем мясо самцов. Из мяса лося готовят те же блюда, что и из говядины. Перед приготовлением его рекомендуется мариновать.

В северных районах обитает дикий **северный олень**, который по размерам несколько крупнее северного домашнего оленя. Масса дикого северного оленя достигает 150–200 кг. По содержанию белка мясо оленя близко к говядине, но превосходит по калорийности и содержанию витаминов. Очень ценится по вкусовым качествам язык оленя.

**Благородный олень** – обитатель лесов. Он крупнее северного оленя, его масса – около 300 кг. Самки благородного оленя безрогие. Мясо вкусное, высококачественное, но у старых животных жестковатое.

**Марал** – внешне напоминает благородного оленя, но крупнее его. Масса марала достигает 350–400 кг. На Дальнем Востоке водится разновидность марала – изюбр. Мясо марала и изюбра имеет высокие вкусовые качества, у изюбра оно несколько нежнее.

Различают два вида **косуль** – европейскую и сибирскую. Сибирская косуля крупнее европейской: средняя масса европейской косули – 20–30 кг, а сибирской – 50–60 кг. По вкусовым качествам мясо косули ценится выше мяса оленя и лося. Оно более нежное, в нем содержится менее тугоплавкий жир.

**Кабан** – распространенная добыча охотников. Дикие кабаны очень быстро развиваются: поросята, появившиеся в апреле, к осени в хороших кормовых условиях достигают 30–40 кг. Встречаются экземпляры взрослых кабанов массой до 300–400 кг. Мясо молодых кабанов, особенно самок, обладает высокими вкусовыми качествами и в основном используется для приготовления вторых блюд. Способы приготовления мяса кабана те же, что и свинины. Мясо старых секачей жесткое и в период гона имеет неприятный запах, который можно ослабить, поместив мясо на 4–5 дней в терпкий маринад.

**Сайгак** (степная антилопа) отличается характерным строением головы: нос сайгака подвижен, разделен поперечными складками и напоминает короткий хобот. Средняя масса туши самца 20–30 кг, самки – 15–16 кг. Качество мяса сайгака помимо возраста и упитанности зависит от способа добычи. Мясо, полученное на охоте с длительным преследованием животных, имеет худшие качества и неприятный запах. Из мяса сайгака готовят те же блюда, что и из баранины. В отличие от мяса других копытных животных бульон и вареное мясо сайгака имеют более приятный вкус и аромат.

Филе косули, жаренное на вертеле



*Ингредиенты: 1 кг мяса, 500 мл маринада, 100 г шпика, 25 г сливочного масла, 500 г гарнира, 250 мл соуса или 150 мл острого соуса, зелень.*

**Приготовление:** от спинной и почечной частей туши косули отделить позвоночник, обрубить ребра так, чтобы при мясе остались концы длиной не более 4 см, срезать грубые сухожилия и разрезать мясо на порционные куски. Выдержать мясо в маринаде в течение 12–15 ч. Перед жареньем мясо вынуть из маринада, обсушить тканью, нашпиговать свиным салом, посолить, смазать оливковым или сливочным маслом, укрепить на вертеле и жарить до готовности, периодически смазывая мясо маслом. Готовое филе положить на блюдо, украсить ветками зелени петрушки, сельдерея или листьями зеленого салата, луком. Отдельно в соуснике подать к филе черносмородиновый соус или один из острых соевых соусов.

**Г а р н и р:** жаренный в жире картофель в форме соломки, стружки, брусочков или шариков.

Филе косули, тушенное с вином и яблоками

*Ингредиенты: 1 кг мяса, 500 мл маринада, 100 г шпика, 50 г свиного сала, 25 г сливочного масла, 75 г корней и лука, 150 г антоновских яблок, 150 г апельсин, 75 мл вина, 375 мл бульона, 750 г гарнира.*

**Приготовление:** подготовить филе, как в рецепте «Филе косули, жаренное на вертеле» замариновать, после этого нашпиговать свиным салом и жарить с топленым свиным жиром, добавив мелко нарезанные морковь, петрушку, сельдерей и репчатый лук. Когда на поверхности филе образуется корочка, жир слить, добавить разрезанные на

дольки яблоки (без семян), нарезанные кружочками апельсины (без кожи и семян), влить мадеру или херес и тушить 30 мин. Чтобы соус не подгорел, можно влить немного мясного бульона. Готовое мясо вынуть. В посуду с кореньями и яблоками добавить столько крепкого мясного бульона, сколько понадобится для приготовления подливки к мясу, прокипятить, процедить, овощи и яблоки протереть через сито. При подаче филе положить на блюдо и полить маслом. Соус подать отдельно в соуснике.

**Г а р н и р:** зеленый горошек, стручки фасоли, цветная или брюссельская капуста либо другой овощной гарнир.

**Жаркое из оленины со сметаной**

*Ингредиенты: 1 кг оленины, 150 г свежего свиного сала, 400 г сметаны, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 250 мл уксуса, 1 л воды, 2 большие луковицы, 3 лавровых листа, 8-10 горошин перца, соль по вкусу.*

**Приготовление:** сначала приготовить маринад, для чего нужно вскипятить воду с луком и приправами, остудить и добавить уксус. Подготовленное мясо положить в подходящую по размеру посуду, залить холодным маринадом и поставить в холодное место на 5 дней, каждый день переворачивая его. Достать мясо из маринада, очистить от сухожилий, обсушить полотенцем, нашпиговать салом, посолить, посыпать мукой и на жире обжарить со всех сторон и переложить мясо в кастрюлю. На сковороду, где жарилось мясо, вылить 1 стакан воды, дать закипеть и вылить в кастрюлю, добавить лук и специи из маринада, закрыть крышкой и на слабом огне тушить мясо до готовности, часто поливая соком. Готовое мясо

нарезать поперек волокон, положить на блюдо, придав форму целого куска, и залить соусом.

**С о у с:** оставшийся от тушения бульон добавить 1 столовую ложку подсушенной муки, вскипятить, добавить сметану, снова вскипятить, процедить через дуршлаг.

Косуля, жаренная с лисичками и ароматным соусом

*Ингредиенты: 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, 200 мл красного вина, 400 мл мясного бульона, 4 ягоды инжира, немного корицы и молодой гвоздики, 2 ст. ложки смородинового желе, 500 г филе косули, 250 г лисичек.*

**Приготовление:** мясо обжарить и приправить специями. Грибы обжарить и приправить специями. Сервировать, нарезав мясо порционно, залить соусом.

**С о у с:** лук обжарить в растительном масле. Влить вино и бульон, прокипятить 30 мин. По истечении 25 мин добавить нарезанный четвертушками инжир, корицу и гвоздику. Заправить этим соусом смородиновое желе.

Филе кабанье жареное

*Ингредиенты. На 500 г сырого мяса: 2 луковицы, 100 г зеленого лука, 200 г помидоров, 1/2 лимона, 1 ст. ложка уксуса, 1 столовая ложка масла.*

**Приготовление:** использовать мякоть почечной части («седло») или же задней конечности. На одну порцию взять 115–150 г мяса (8-10 кусочков), иногда на порцию можно брать 250-300 г мяса. Если мясо недостаточно жирное, добавить ломтики свежего свиного шпика (8-10 г на порцию). Нарезанные кусочки мяса тщательно обмыть, положить в посуду, посолить по вкусу, слегка посыпать молотым перцем,

добавить кружочки лука и залить столовым уксусом или водой с 1–2 чайными ложками лимонного сока. Посуду накрыть крышкой и на 2–3 ч поместить в прохладное место. Кусочки промаринованного мяса попеременно с колечками лука нанизать на вертел. Мясо жарить 15–20 мин, часто поворачивая. При отсутствии жаровни можно жарить на сковороде, нанизав кусочки мяса на деревянные шпильки. Затем мясо полить маслом, обложить зеленым луком, дольками помидоров и ломтиками лимона.

Г а р н и р: отварной рис.

Оленина и лосятина жареные

*Ингредиенты: 750 г мяса, 375 мл маринада, 100 г шпика, 25 г свиного сала, 750 г гарнира, 375 г ягод, 250 мл соуса или 150 г варенья.*

**Приготовление:** спинку и крупные части окорока или лопатки, выдержанные в маринаде, нашпиговать свиным салом и поджарить в жарочном шкафу. Готовое мясо нарезать широкими ломтями по 1–2 на порцию, залить мясным соком.

Г а р н и р: жареный картофель, отварная фасоль, маринованный виноград, сливы или салат из красной капусты.

С о у с: может быть перечный соус с уксусом, кисло-сладкий с орехами, острый с эстрагоном, варенье брусничное или черносмородиновое.

Вырезка (филе) косули

*Ингредиенты: 1 кг филе (вырезки) косули, 75 г свиного шпика. Для маринада: 5 л воды, 60 г сахара, 40 г душистого перца, 2 г гвоздики, 2 г черного молотого перца, 3 г*

*кориандра, 100 мл уксуса (6 %-ного), пряности, завязанные в марлю.*

**Приготовление:** филе косули очистить от стенок, вылить и погрузить на 3–4 суток в маринад, который кипятить 30 мин. Мелко нарезать шпик, растопить на сковороде или в утятнице, поместить туда маринованное филе и обжарить его на умеренном огне, пока мясо не приобретет золотистый цвет.

Шницель из косули в соусе

*Ингредиенты: 4 порции шницеля по 150 г, 3 ст. ложки оливкового масла, 5 ст. ложек красного сухого вина, 2 ст. ложки фруктового уксуса, 5 ягод можжевельника, 4 кусочка белого хлеба по 50 г, 4 ст. ложки сливочного масла, 400 мл можжевельники, 125 мл сливок, соль и перец по вкусу, немного лимонного сока.*

**Приготовление:** смешать масло с красным вином, уксусом и половиной ягод. Положить в смесь шницели и мариновать 2–3 ч. Срезать с белого хлеба корочку, растопить 2 столовые ложки сливочного масла и обжарить хлеб. Обжаривать шницели в оставшемся масле в течение 4–5 мин с каждой стороны. Когда шницель обжарен с одной стороны, его следует посолить. Затем положить его на кусочек хлеба. Взбить 2 столовые ложки сливок. Залить шницель соусом и положить сливки.

**С о у с:** смешать вытопленный жир с можжевельниковкой, добавить 2 столовые ложки маринада, оставшиеся сливки и ягоды, лимонный сок и перец.

Охотничья похлебка

*Ингредиенты: 1 кг мяса с костями, 1,5–2 л воды, 1/4 стакана перловой крупы.*

**Приготовление:** грудинку с реберными костями порубить на куски, промыть, сложить в кастрюлю, залить холодной водой и варить без соли около 1 ч на слабом огне, снимая пену. Промыть и засыпать перловую крупу. Варить еще около 1 ч. Затем похлебку посолить и дать прокипеть еще 5–6 мин. Наиболее вкусная похлебка получается из мяса оленя, косули и лося.

Мясо лося, тушенное с курагой

*Ингредиенты: 1 кг мяса, 80–100 мл растительного масла, 2–3 луковицы, 3–4 моркови, 1/2 стакана кураги или нарезанных яблок, 1 ст. ложка томат-пасты или 3–4 спелых помидора, 1 ст. ложка муки, соль и специи по вкусу.*

**Приготовление:** из мякоти нарезать плоские куски массой 100–150 г, толщиной 1–1,5 см. Отбить мясо деревянным молотком. В кастрюле с толстым дном разогреть растительное (желательно оливковое) масло и обжарить в нем куски мяса 1–2 мин до образования корочки. Сложить обжаренное мясо в отдельную посуду. В масле обжарить нарезанный репчатый лук и положить на лук куски мяса. Морковь нарезать соломкой или натереть на крупной терке и положить поверх мяса. Затем залить кипятком или горячим бульоном из расчета 1 стакан жидкости на 1 кг мяса и тушить под крышкой 1,5–2 ч. За 15–20 мин до готовности посолить, добавить промытую курагу, томат-пасту, перец, лавровый лист, толченый мускатный орех по вкусу. При отсутствии кураги можно положить мелко нарезанные и очищенные

антоновские яблоки. Для густоты соуса добавить немного пассерованной муки.

Филе косули по-охотничьи

*Ингредиенты: 750 г филе косули, 200–300 г свиного шпика, соль.*

**Приготовление:** филе очистить от пленок, вымыть, промариновать 2–3 суток в маринаде и хорошо обсушить. Придать мясу продолговатую форму, обложить тонко нарезанными кусочками свиного шпика, обвязать шпагатом и обжарить в глубокой сковороде, в открытой кастрюле или в утятнице. Лучшие результаты может дать жаренье или как бы запекание на решетке в очень горячей духовке. После образования румяной корочки огонь убавить и продолжать жарить до готовности, поворачивая кусок через каждые 5 мин. Перед подачей на стол удалить шпагат и подсолить по вкусу со всех сторон.

Спинка кабана

*Ингредиенты: 1,5 кг мяса кабана, 100 г сала тонкими ломтиками, 250 мл натурального яблочного сока, 250 мл мясного бульона, 10 ягод можжевельника, 2 ст. ложки масла, 8 шт. гвоздики, соль и черный молотый перец по вкусу.*

**Приготовление:** вымачивать ягоды в воде в течение 5 мин. Натереть мясо солью и перцем. Хорошо обжарить мясо в масле. Затем обложить мясо ломтиками сала и воткнуть гвоздику. Добавить ягоды можжевельника (вместе с водой, в которой их вымачивали). Поместить в фольгу и запекать. Полить яблочным соком.

РЫБАЦКАЯ КУХНЯ

*Хранение улова*

*Подготовка рыбы к кулинарной обработке*

*Способы приготовления*

*Вторые блюда из рыбы*

*Первые блюда из рыбы*

А над водой уже стелется горьковатый дымок костра, и я слышу, как в чайнике булькает и переливается буграми вода.

Сначала клева нет. Но нам не скучно. Места верные...

Но вот поплавок вздрогнул, пустил круги, потом наклонился немного и медленно поплыл в сторону. Он плыл все быстрее и на ходу погружался в воду. Окунь!

Я подсек. Удилище согнулось в дугу, и леска со свистом разрезала воду. Тяжелая и сильная рыба бросилась в кугу, под берег. Я начал выводить ее на чистую воду и крикнул режиссеру:

– Подсак!

Но подсака, конечно, не было...

Берег был крутой, и было совершенно ясно, что вытащить рыбу на тоненькой жилке нельзя. Что же делать? Я водил ее на кругах, я видел под водой ее серебряный блеск и догадался, что это не окунь...

– Лещ! – крикнул режиссер и начал торопливо снимать бутсы... – Водите его! Водите! Мы его и так возьмем, без подсака.

Режиссер быстро разделся и полез в воду... Он подхватил леща руками и выбросил на берег.

Лещ лежал в сырой траве между плетей ежевики – толстый, розовый, – и с черных его плавников стекала вода.



*К. Г. Паустовский «Памяти Аксакова. Несколько слов об ужении рыбы»*

СПРАВКА. *Рыба* – живущее только в воде плавающее позвоночное животное, дышащее жабрами, с конечностями в виде плавников, с кожей, обычно покрытый чешуей, с непостоянной температурой тела. На Руси известно с XI века. Немецкие языковеды считают, что происходит оно от латинского *rubeta* – «жаба».

*Шпроты* – 1) разновидность морских стайных рыб, сожатым с боков тельцем и с маленьким ртом; 2) консервы из этих рыбок (или другой мелкой рыбы) в копченом виде в растительном масле. В русском языке известно с конца XIX века, в который пришло из немецкого *Sprotte*, заимствованного из английского *sprote* – «росток».

По своей питательности рыба почти не отличается от мяса. Входящие в ее состав белки и жиры хорошо усваиваются человеческим организмом.

Живая рыба для кулинарной обработки должна быть упитанной, подвижной, чешуя – неповрежденной и без пятен. Доброкачественная рыба имеет гладкую, блестящую чешую, плотно прилегающую к телу, прозрачные и выпуклые глаза, ярко-красные жабры и невздутое брюшко. Мясо должно быть крепко связано с костями и слегка пружинить при надавливании.

Очевидно, состояние рыбы во многом зависит от того, как берегает свой улов рыбак.

- Нельзя держать уснувшую рыбу в садке: в воде она быстро портится. Если рыба перевернулась кверху брюхом, ее

надо достать из садка и умертвить, сделав ножом прокол в задней части головы или сильно нажав на затылочную часть головы. Угрю прищемляют хвост. Особенно крупную рыбу умерщвляют, перерезав жаберную вену.

- Ни в коем случае нельзя оставлять пойманную рыбу на берегу, где она будет биться, получая ранения: она быстрее испортится, да и вкусовые качества такого трофея ухудшатся.

#### Хранение улова

Заснувшую рыбу можно сохранять в крапиве или осоке. Неплохо слегка подсушить тушку рыбы в тени до образования защитной пленки, которая предотвратит проникновение микроорганизмов.

Но самый радикальный способ сохранения улова – это потрошение рыбы, удаление жабр и легкая просолка. Выпотрошить рыбу можно и без вспарывания живота: надрежьте жабры и прямую кишку у анального отверстия, затем вытащите жабры вместе с внутренностями. Такую рыбу также надо хранить в крапиве или ольховых веточках. В качестве консерванта можно использовать и уксус. Им пропитывают тряпку, в которую заворачивают посоленный улов.

Ни в коем случае нельзя хранить и перевозить рыбу в полиэтиленовом мешке: тара должна допускать воздухообмен.

Зимний улов тоже требует внимания. Нельзя допускать чрезмерного замерзания рыбы. Ее хранят в рыбацком ящике либо на льду, присыпав снегом. Если по дороге домой рыба оттаяла, ее нельзя замораживать повторно, ибо в этом случае ее вкусовые качества безнадежно упадут.

## Подготовка рыбы к кулинарной обработке

**Разделка рыбы.** Разделявают рыбу в зависимости от породы, а также от того, какие блюда из нее нужно приготовить.

Живую рыбу, прежде чем начать чистить, надо заколоть: острым концом маленького ножа делают глубокий разрез горла между головными плавниками и дают стечь крови.

У рыбы, предназначенной для жаренья, удаляют чешую и голову, потрошат.

У рыбы, предназначенной для приготовления ухи, удаляют внутренности и жабры, а голову и чешую оставляют.

У **судака** и **окуня** сразу надо вырезать спинной плавник. Для этого с обеих сторон плавника, во всю длину, острым ножом делают неглубокие надрезы. Прихватив плавник полотенцем (чтобы не уколоться), выдергивают плавник по направлению от хвоста к голове. После этого ножом или теркой очищают рыбу от чешуи. Лучше счищать чешую в полиэтиленовом мешке, что предупредит ее разброс. Затем приступают к потрошению. Сделав продольный разрез на брюшке от головы до подхвостового плавника, осторожно вынимают печень с желчным пузырем. Если желчный пузырь будет поврежден, то части рыбы, на которые попала разлившаяся желчь, следует вырезать или немедленно натереть солью. Остальные внутренности и жабры также вынимают, а пленку, покрывающую позвоночную кость, разрезают вдоль. После потрошения рыбу тщательно промывают в холодной, несколько раз сменяемой воде, и счищают кровь с позвоночной кости.

Промытую рыбу разрезают на куски, начиная с головы. Сначала надо разрезать мясо сверху до кости, потом легким ударом ножа разрубить позвоночную кость и разрезать мясо нижней части рыбы.

**Рыбу весом 1,5 кг и больше** сначала надо разрезать на две половины. Делают это следующим способом: вдоль спинки, от головы до хвоста, по позвоночной кости подрезают мясо до самых ребер, затем отделяют филе. Каждую половину рыбы следует разрезать на куски поперек, при этом одни куски получатся с костью, другие без кости.

Если рыбное филе надо приготовить под соусом или рыбная мякоть нужна для котлет, то с филе срезают реберные косточки.

Для приготовления **рубленых рыбных изделий** (котлет, рулетов и пр.) рыбу разделяют несколько иначе. Ее потрошат, не очищая от чешуи, затем срезают оба филе, с которых снимают кожу вместе с чешуей. Кожа, покрытая чешуей, легче снимается с филе.

**Голову, хвост, плавники и кости** при разделке рыбы используют для варки бульона. Их необходимо хорошо промыть, а из голов удалить жабры.

**Разделка сома.** Сом разделяют так же, как и рыбу, покрытую чешуей. В тех случаях, когда он идет на рубленые блюда, с него снимают кожу.

**Разделка налима и угря.** Кожу надо надрезать вокруг головы и снять со всей рыбы целиком (как перчатку с руки), затем разрезать брюшко, вынуть внутренности, отрезать голову. Промыть рыбу в холодной воде.

**Разделка линя.** Рыбу положить на 15–30 с в горячую воду, чтобы сошла слизь и легче снималась чешуя. Из горячей воды рыбу переложить в холодную, тщательно соскоблить тупой стороной ножа чешую, выпотрошить и промыть.

**Оттаивание мороженой рыбы.** Мороженую рыбу предварительно оттаивают. Для этого ее кладут на некоторое время в холодную воду, чтобы рыба быстрее оттаивала и не высыхала. Не рекомендуется пользоваться для этого теплой водой: рыба становится дряблой и невкусной. После оттаивания рыбу споласкивают чистой водой.

**Вымачивание соленой рыбы.** Соленую рыбу (судака, сазана, леща и др.) вымачивают в холодной воде. Воды надо налить столько, чтобы она покрыла рыбу, и оставить на 30–40 мин. После этого рыбу очистить от чешуи, нарезать кусками, промыть и вновь погрузить в чистую холодную воду для вымачивания уже на более длительный срок – от 4 до 6 ч, в зависимости от степени засола рыбы. Через каждый час или два воду надо менять.

Способы приготовления

**Отварная рыба.** Наиболее простой способ приготовления рыбы – отваривание ее в воде. В отварном виде можно приготовить любую рыбу, однако такую, как карась, навага, корюшка, целесообразно только жарить. Чем меньше воды берется для варки, тем вкуснее получается рыба. Поэтому следует наливать в посуду такое количество воды, чтобы она лишь покрывала рыбу во время варки.

При отваривании свежей рыбы на 1 л воды надо положить 1 чайную ложку соли. Чтобы рыба получилась более

вкусной, в воду для варки следует прибавить половину моркови, петрушку, 1 луковицу, 1–2 лавровых листа, немного перца. Коренья и лук предварительно чистят и нарезают небольшими кусочками.

При отваривании сома и щуки, чтобы отбить специфический запах этих рыб, рекомендуется, кроме кореньев и лука, прибавить еще на каждый литр воды 1/2 стакана огуречного рассола.

Рыбу можно сварить одним большим куском или же нарезанной небольшими кусками весом, примерно, по 75–100 г. Рыба, сваренная крупным куском, более вкусна и сочна. Крупные куски рыбы, весом от 500 г и выше следует класть для варки в холодную воду, а мелкие – в кипящую.

От начала закипания воды до конца варки надо поддерживать слабое, но непрерывное кипение. Всякая рыба должна быть хорошо проварена. Судак, карп и щука весом 1–1,5 кг варятся 50–60 мин, а кусками по 100–150 г – 15–20 мин.

Готовность рыбы при варке можно определить, прокалывая ее тонкой деревянной шпилькой: если рыба готова, шпилька легко входит в мякоть.

Из полученного при варке рыбы отвара часть употребляют на приготовление соуса к рыбе – белого или томатного, а на остальном отваре можно сварить уху.

Соленую рыбу после вымачивания надо залить свежей холодной водой и варить, не добавляя соли, до готовности. Отварная рыба подается горячей или холодной: горячая – с отварным картофелем, холодная – с винегретом,

картофельным или капустным салатом, маринованной свеклой, огурцами или зеленым салатом.

К холодной и горячей рыбе можно подать хрен с уксусом или соус.

**Паровая рыба.** Рыбу на пару варят в небольшом количестве воды. Приготовлять на пару рекомендуется филе судака, сома, щуки, налима, лосося. Вместо воды для варки на пару целесообразно брать бульон, сваренный из костей и зачинок рыбы. Его готовят из головы (без жабр), хвоста, плавников. Кости надо хорошо промыть и варить в воде 40–50 мин, добавив лук и петрушку. Готовый бульон процедить сквозь сито. Из бульона, полученного при варке рыбы на пару, можно приготовить соус.

Подготовленные куски рыбы уложить в один ряд в неглубокую кастрюлю, посолить, посыпать перцем и залить бульоном в таком количестве, чтобы рыба была погружена в него на 2/3 толщины куска. Варят рыбу при закрытой крышке кастрюли.

Рыба, сваренная на пару, вкуснее обычной отварной рыбы, так как в ней сохраняется значительно больше вкусовых веществ.

**Соление рыбы.** Солят рыбу по-разному в зависимости от назначения: для длительного хранения или дальнейшего использования и от размеров рыбы. Небольшую рыбу солят целиком, крупную предварительно пластуют.

Рыбу для вяления перед засолкой не чистят и не потрошат, только моют. Сам процесс засолки выглядит следующим образом: рыбу укладывают в стеклянную,

эмалированную посуду или полиэтиленовые пакеты слоями: сначала крупную, затем помельче. Каждый слой пересыпают солью. Сверху на рыбу кладут блюдце, дощечку или что-то другое подходящее, на что можно поставить груз, скажем, банку с водой или камень весом, примерно равным весу рыбы.

В зависимости от величины рыбы засолка продолжается от одного дня до шести суток, верный признак ее окончания – прекращение соковыделения. Выделяющийся сок периодически сливают. Если рыбу засаливают в ящике или корзине, то необходимость в сливании сока отпадает: сок вытекает сам. Само собой разумеется, что емкость с засаливаемой рыбой должна находиться в прохладном месте.

Очень важный вопрос – количество соли. Считается, что излишнюю соль рыба не впитывает. Это правило нельзя считать бесспорным на все случаи жизни. Например, сельдь, посоленную по такому правилу, не каждый возьмет в рот. Если вы желаете

получить слабосоленую сельдь, дозировка должна быть такой: на 1 кг сельди 1 столовую ложку соли. Можно добавить и 1 столовая ложка сахара – получится очень вкусно. А 2 столовые ложки соли сделают 1 кг сельди просто соленым. Перец, кориандр, другие пряно-ароматические вещества добавляют по вкусу.

**Копчение рыбы.** Рыбу коптят двумя способами: холодным и горячим. Технология горячего копчения проста и доступна практически каждому: она подобна технологии приготовления паровых блюд, с той лишь разницей, что в



одном случае продукт готовится воздействием пара, в другом – дыма.

*Г о р я ч е е к о п ч е н и е.* Берется кастрюля, в нее вставляется или крепится решетка на высоте 5–8 см от дна. (Понятно, что вместо кастрюли можно использовать любую другую емкость с крышкой, за исключением емкости из оцинкованного металла.)

Рыбу потрошат, чистят, моют, натирают солью и оставляют на несколько часов для просолки и легкого провяливания на ветерке. На дно кастрюли (другой емкости) насыпают слой ольховых опилок высотой 1–2 см. Сосновые и березовые опилки не годятся из-за смолы, которая выделяется при горении. К опилкам надо добавить веточку можжевельника без иголок (он придаст рыбе золотистый оттенок) и лавровый лист. Подготовленную рыбу укладывают на решетку, при этом нужно постараться, чтобы тушки не соприкасались между собой. Кастрюлю закрывают крышкой и ставят на огонь костра или портативной газовой плиты. Процесс горячего копчения длится 15–30 мин в зависимости от величины тушек рыбы. Если рыба окажется сыроватой, кастрюлю можно снова поставить на огонь и довести рыбу до готовности.

При желании рыбу горячего копчения можно приготовить и без специальной кастрюли. Выкопайте в подходящем обрыве «топку» глубиной и шириной 50 см, а высотой 70 см. В верхней части топки укрепите палки, на которые можно положить подготовленную рыбу. Рыбу можно и повесить, обмотав шпагатом, чтобы она не развалилась. Когда рыба

будет уложена, под ней разводят костер, в который подбрасывают ольховые и осиновые гнилушки, шишки, чтобы рыбу обволакивал густой горячий дым. Этот способ требует более длительного копчения – 1–3 ч.

Самый простой способ копчения – у костра. Наденьте рыбу на палочку (только не хвойную) и воткните ее в землю у костра с подветренной стороны, чтобы на нее шел горячий дым. В этом случае надо будет обязательно повернуть рыбу, чтобы она подкоптилась и с другой стороны.

*Х о л о д н о е к о п ч е н и е.* Это более трудоемкий процесс, но и полученный продукт отличается отменным качеством. Такой обработке подлежат более крупные и ценные рыбы: лососевые, судак, жерех и т. п.

Рыбу потрошат и засаливают, а перед копчением проветривают. Коптят в коптильне. Это может быть сарайчик или даже шалаш. Как и при горячем копчении, топят ольховыми и осиновыми гнилушками, добавляют можжевельник без иголок. В коптильне должен быть все время густой дым с температурой не выше 40 °С. Процесс копчения длится двое и более суток в зависимости от размеров рыбы.

***Вяление рыбы.*** Вялению (сушке) подлежит рыба из семейства карповых: плотва, лещ, густера, красноперка и др. Качество готового продукта будет выше, если рыбу предварительно не потрошить, а солить целиком.

Когда рыба просолится, ее надо промыть в холодной воде и вымочить в течение от нескольких часов до полусуток в зависимости от величины рыбы.

Вялят рыбу на ветерке и обязательно в тени. При этом надо позаботиться о том, чтобы до рыбы не добрались мухи. От мух можно защититься марлевым пологом, либо смазать рыбу подсолнечным маслом или раствором марганцовки.

Для вяления рыбу нанизывают за глазные впадины на проволоку или шпагат либо навешивают каждую рыбу отдельно на крючок или гвоздь. При этом надо следить, чтобы тушки не соприкасались.

Можно вялить и потрошеную рыбу, но тогда она получается тощей.

Вторые блюда из рыбы

Рыба отварная с картофелем

*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 1,5 кг картофеля.*

**Приготовление:** подготовленную рыбу (судака, щуку, сома, линя и др.) нарезать кусками и сварить. Отдельно сварить очищенный цельный картофель. К моменту подачи на стол вынуть рыбу шумовкой из отвара на блюдо, обложить картофелем и украсить блюдо зеленью петрушки. К этому блюду хорошо подать хрен с уксусом, можно подать и масло, размягченное до состояния густой сметаны и смешанное с рубленой зеленью петрушки.

Судак отварной с овощным гарниром

*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 1 морковь, 1 свекла, 1 луковица, 800 г картофеля, 1 ст. ложка масла, 150 мл молока.*

**Приготовление:** очистить судака и нарезать кусками. Очищенные и промытые морковь, свеклу, лук нарезать тонкими кружочками, а картофель – крупными дольками (на половинки и четвертинки). Уложить на дно кастрюли свеклу,

морковь, лук, картофель, прибавить 1,5 стакана воды и соль. Куски рыбы посолить и уложить поверх овощей. Прибавить перец и лавровый лист. Варить под крышкой на слабом огне в течение 1 ч, не перемешивая, лишь встряхивая кастрюлю каждые 10 мин, чтобы овощи не пригорели. Когда рыба и овощи будут почти готовы, влить в кастрюлю молоко, положить масло и варить еще 15–20 мин. Сняв с огня, поставить кастрюлю наклонно, ложкой осторожно зачерпнуть снизу сок, полить им рыбу и оставить под крышкой до подачи на стол.

Рыба, отваренная в пергаменте

*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 1 морковь, 1 луковица, 1 ст. ложка лимонного сока или разведенной лимонной кислоты, 2 ст. ложки масла.*

**Приготовление:** филе леща нарезать кусками, на 5 мин залить соленой водой (на стакан холодной воды взять 1 столовую ложку соли), затем вынуть и дать воде стечь. На пергаментную бумагу, смазанную маслом, положить рыбное филе. Поверх рыбы положить масло, смешанное с перцем, натертые морковь и лук, сбрызнуть лимонным соком или разведенной лимонной кислотой и посыпать мелко нарезанной зеленью. После этого сложить края бумаги в виде пакета, перевязать шпагатом, опустить в кастрюлю, на 2/3 заполненную кипящей водой, и варить 15–20 мин на слабом огне. При подаче на стол рыбу вынуть из пакета и уложить на подогретое блюдо. К рыбе подойдет отварной картофель, заправленный маслом, и свежие малосольные огурцы.

Так можно приготовить судака, леща и другую рыбу.

Лосось малосольный

*Ингредиенты: 2 филе лосося длиной около 20 см, 1 ст. ложка соли, 2 ст. ложки мелко нарубленного укропа, 1 ст. ложка оливкового масла.*

**Приготовление:** куски лосося смазать оливковым маслом, натереть солью и посыпать укропом. Положить один на другой в прямоугольную посуду, сверху положить кухонную досочку и прижать чем-нибудь тяжелым. Поставить в холодильник. Куски переворачивать 1–2 раза в день. Через 2–3 дня рыба будет готова.

Рыба, отваренная с картофелем и шпиком

*Ингредиенты: 1,5 кг рыбы, 1,5 кг картофеля, 3–4 луковицы, 200 г шпика.*

**Приготовление:** свиной шпик нарезать мелкими кусочками, поджарить на сковороде вместе с луком, очищенным и нарезанным ломтиками, положить очищенный картофель, нарезанный кружочками, посыпать солью и перцем и добавить 1 стакан воды. Накрыть крышкой и варить 5 мин на слабом огне. После этого подготовленную и нарезанную рыбу положить на картофель и варить до готовности. При подаче на стол куски рыбы выложить на блюдо, обложить вокруг картофелем и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Судак, лососина, нельма, консервированные в белом вине

*Ингредиенты. На 1 банку (350 г) судака, лососины или нельмы, консервированных в собственном соку: 250 мл белого*

*столового вина, 200 г свежих грибов, 1 ст. ложка муки, 200 г белого хлеба, 1 яйцо, 4 ст. ложки масла.*

**Приготовление:** вынув из банки рыбу, положить в кастрюлю, прибавить вареные грибы, нарезанные ломтиками, залить соком консервов и белым вином и, накрыв крышкой, прогреть в течение 5–6 мин. Выложить рыбу на блюдо. При подаче на стол залить рыбу приготовленным соусом. Можно также подать отварной картофель.

**С о у с:** бульон поставить на огонь, после закипания прибавить муку, смешанную со столовой ложкой масла, и, помешивая, пока мука не соединится с бульоном, дать соусу прокипеть 3–5 мин. Затем снять соус с огня, прибавить яичный желток, стертый в стакане с 2 столовыми ложками масла, размешать, прибавить соль и процедить сквозь сито.

*Щука, запеченная над углями*

*Ингредиенты: 6 небольших щук, 200 г шпика, соль.*

**Приготовление:** рыбу очистить, выпотрошить, натереть солью, обернуть тонкими ломтиками шпика и перевязать нитками. Запечь рыбу над углями. Подавать со свежими овощами, лимонами и зеленью.

*Судак в красном вине*

*Ингредиенты: 1,5 кг рыбы, 500 мл красного столового вина, 2 ст. ложки муки, 1,5 кг картофеля, 2 петрушки, 2 луковицы, 2 ст. ложки масла, 4 шт. гвоздики, лавровый лист, перец.*

**Приготовление:** на дно кастрюли положить очищенные, промытые и нарезанные петрушку и лук, прибавить 4 штуки гвоздики, немного перца и лавровый лист. Поверх кореньев

поместить подготовленную и нарезанную кусками рыбу, посолить, залить красным столовым вином и 1 стаканом бульона или воды. Накрыть кастрюлю крышкой и варить 15–20 мин. Когда рыба будет готова, бульон слить в другую кастрюлю и по возможности приготовить на нем соус. При подаче на стол куски рыбы переложить на блюдо, гарнировать отварным целым картофелем и полить соусом.

Таким же способом можно приготовить щуку и угря.

Угорь на вертеле

*Ингредиенты: 1 кг угря, 500 г огурцов, 25 г сливочного масла, 500 мл бульона, 50 мл растительного масла, 25 г муки, зелень, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** угря очистить, снять с него кожу и разрезать на части длиной по 2 см каждая. Огурцы очистить, разрезать пополам, освободить от семян, порезать на кусочки длиной 2 см и залить горячим бульоном. Чередую, насадить на вертел кусочки угря и огурца, посолить, перчить, обкатать в муке и зажарить в сильно разогретом жире. Подать на стол с картофелем (соломкой) и маслом, растертым с зеленью.

Винегрет из картофеля с сельдью

*Ингредиенты: 500 г картофеля, 300 г сельди (филе), 200 г репчатого лука, 5 яиц, 100 мл растительного масла, 25 г горчицы, 25 мл уксуса (3 %-ного), зелень петрушки или укропа, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** сварить картофель в кожуре, охладить, очистить и нарезать ломтиками. Порубить филе сельди с репчатым луком. Желтки сваренных вкрутую яиц растереть с растительным маслом и горчицей. Добавить в заправку

черный молотый перец, соль, уксус. Яичные белки порубить. Все смешать, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

#### Приготовление сельди

Перед тем как готовить сельдь, если она очень соленая, ее надо вымочить в воде или в некрепком настое чая в течение 3–4 ч. Филе можно вымачивать в холодном молоке: оно придает сельди нежный вкус.

Чистят сельдь следующим образом. Нужно отрезать край брюшка, головку и хвост, выпотрошить, сделать надрез вдоль спинки и снять кожу с обеих сторон тушки. Отделить мясо от хребтовой кости, срезав ножом реберные кости. Половинки сельди сложить вместе и нарезать. После этого кусочки сельди переложить с доски на тарелку или в лоток, приставить вымытую голову (без жабр) и хвост. Подготовленную сельдь можно гарнировать свежими огурцами, помидорами, корнишонами, солеными грибами (рыжиками или груздями), вареными свеклой, картофелем, морковью, а также зеленым или репчатым луком, каперсами и вареными яйцами. Все гарниры должны быть аккуратно и красиво нарезаны кружочками, ломтиками, кубиками или мелко порублены. Укладывать гарнир следует симметрично по обе стороны сельди. Репчатый лук положить поверх сельди кольцами. Перед подачей на стол полить сельдь и гарнир заправкой.

*З а п р а в к а* из масла и уксуса: 2-3 столовые ложки уксуса смешать с солью, сахаром и перцем (по вкусу), прибавить 1–1,5 столовые ложки растительного масла.



*З а п р а в к а горчичная:* яичный желток растереть в миске с 1 чайной ложкой готовой горчицы, 1 чайной ложкой сахара, прибавить 1 столовую ложку растительного масла, 2–3 столовые ложки уксуса и соль по вкусу. Все это перемешать.

Сельдь в сметане с яблоками и луком

*Ингредиенты:* 800 г сельди, 250 г сметаны, 200 г репчатого лука, 350 г яблок, 25 г сахара, 125 г соленых огурцов, красный перец (паприка).

**Приготовление:** филе сельди нарезать и положить в лоток, сверху – нашинкованный репчатый лук и очищенное нашинкованное яблоко. Залить сметаной, заправленной сахаром, посыпать паприкой.

Г а р н и р: кусочки соленого огурца.

Шпроты из уклейки

*Ингредиенты:* 700–800 г уклейки, 200–300 мл подсолнечного масла, специи, соль.

**Приготовление:** самый простой способ приготовления этого деликатесного блюда заключается в следующем. Уклейку очистить от чешуи, жабр и внутренностей, затем 5–7 мин варить в кипящем подсолнечном масле, в которое положить специи и соль. Остается извлечь рыбок из масла и остудить – прекрасная закуска готова.

Шпроты в масле

*Ингредиенты:* мелкая рыба, соль, подсолнечное и горчичное масло.

**Приготовление:** шпроты в масле готовят из балтийской салаки и кильки, каспийской кильки и реже из других мелких сельдевых. Рыбку тщательно вымыть, погрузить ненадолго в

слабый раствор соли (тузлук), после чего ополоснуть пресной водой, затем нанизать (через рот и жаберное отверстие) на металлический прутик. Прутик с рыбкой вставить в раму и поместить в коптильную печь. После копчения у рыбки удалить голову и хвостовой плавник, уложить в баночки, залить смесью из рафинированного подсолнечного и горчичного масла. Баночку закатать (герметически закупорить), простерилизовать, охладить и поставить в холодное место, где шпроты должны оставаться несколько месяцев для созревания. За это время масло приобретет аромат рыбы, а рыба пропитается маслом, что и придаст шпротам особый деликатесный вкус.

Рыба, запеченная с помидорами

*Ингредиенты: 400 г рыбы, 450 г помидоров, 30 г сливочного масла, 320 г репчатого лука, чеснок, перец, зелень петрушки, соль.*

**Приготовление:** обработанную рыбу промыть, посолить и положить в сковороду, предварительно смазанную сливочным маслом. Добавить репчатый лук, нарезанный кольцами, помидоры, нарезанные кружочками, мелко нарезанный чеснок и перец. Сковороду с рыбой поставить в духовку и запекать 18 мин. Подать рыбу в той же сковороде, посыпав зеленью петрушки.

Осетрина, севрюга, белуга, жаренные на вертеле

*Ингредиенты: 150 г рыбы, 15 мл подсолнечного масла, 85 г помидор, 25 г репчатого или зеленого лука, 1 лимон или 50 мл соуса ткемали, перец.*

**Приготовление:** от ошпаренного и очищенного от костных пластинок звена рыбы отрезать ровный кусок и надеть его на металлическую шпажку, посыпать солью, перцем, смазать подсолнечным маслом и жарить над горящими углями (без пламени) 7-10 мин, все время поворачивая шпажку. Готовую рыбу снять со шпажки, положить на блюдо, подать на стол с гарниром.

**Г а р н и р:** свежие помидоры, нарезанный лук (репчатый или зеленый) и долька лимона. Вместо лимона можно подать соус ткемали.

Рыба фаршированная

*Ингредиенты: 6 небольших карпов, 3 ст. ложки растительного масла, 2 луковицы, 2 лимона, 2 лавровых листа, перец горошком, соль, зеленый лук, зелень петрушки и укропа.*

**Приготовление:** сгребите песок в кучку и сверху развести костер. Рыбу очистить, промыть и посолить. Вовнутрь вложить крупно нарезанный лук, специи, завернуть рыбу в фольгу и запекать в прогретом песке 30 мин. Подавать с дольками лимона, зеленым луком и зеленью.

Рыба, тушенная в майонезе

*Ингредиенты: 800 г рыбы, 4 ст. ложки растительного масла, 3 луковицы, 3 моркови, 100 г майонеза, 2 лавровых листа, душистый перец горошком, зелень, соль.*

**Приготовление:** подготовленную рыбу посолить, нарезать кусками или оставить целиком. В глубокую сковороду налить немного растительного масла, положить мелко нарезанный лук и морковь, нарезанную кружочками.

Сверху уложить рыбу. Залить майонезом, наполовину разбавленным водой. Тушить на слабом огне или в духовке в течение 1 ч. В конце тушения добавить лавровый лист, душистый перец, зелень.




Рыба, тушенная с помидорами (см схему)

*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 5 ст. ложек растительного масла, 700 г помидоров, 1/2 ч. ложки сахара, 2 луковицы, зелень петрушки, соль.*

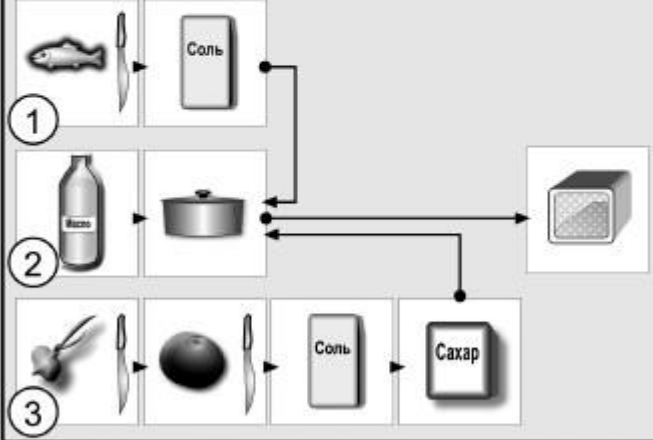
**Приготовление:** подготовленную рыбу нарезать кусками, посолить. В небольшую эмалированную кастрюлю или чугунок налить несколько столовых ложек подсолнечного масла, выложить рыбу. Сверху положить нарезанный кольцами лук, затем – слой помидоров, нарезанных ломтиками. Посолить, добавить немного сахара. Накрывать крышкой и тушить 20 мин на слабом огне или в духовке. Подавать в горячем или холодном виде, посыпав зеленью петрушки.

### Рыба, тушенная с помидорами

**Ингредиенты:**

 1 кг рыбы	 5 ст. ложек раст. масла	 700 г помидоров	 1/2 ч. ложки сахара	 2 луковицы
 петрушка	 соль			

**Приготовление:**



**Примечание**  
Подготовленную рыбу нарезать кусками, посолить. В небольшую эмалированную кастрюлю или чугунок налить несколько столовых ложек подсолнечного масла, выложить рыбу. Сверху положить нарезанный кольцами лук, затем — слой помидоров, нарезанных ломтиками. Посолить, добавить немного сахара. Накреть крышкой и тушить 20 мин на слабом огне или в духовке. Подавать в горячем или холодном виде, посыпав зеленью петрушки.

### Скумбрия в молочном соусе

*Ингредиенты: 600 г рыбы, 2 стакана молочного соуса, 1 ст. ложка зелени петрушки, 4–5 горошин перца, 1/2 лимона, 2 ст. ложки сливочного масла, соль.*

**Приготовление:** подготовленную рыбу разрезать на порционные куски. Варить в бульоне с добавлением лимонного сока, зелени петрушки, перца и соли 15–20 мин. Рыбу вынуть, а бульон процедить, добавить к нему молочный соус, дать закипеть, положить сливочное масло. Рыбу залить соусом.

Г а р н и р: отварной картофель и грибы.

## Рыба паровая

*Ингредиенты: 800 г свежей рыбы, 3 ст. ложки топленого масла, 1 корень сельдерея, 6–8 картофелин, 1 морковь, 1 стакан воды, 2 стакана молока, соль, перец по вкусу.*

**Приготовление:** рыбу очистить, обмыть, разрезать на порционные куски, положить в кастрюлю в один ряд. Налить воды, чтобы куски рыбы были погружены в нее не более чем на половину, посолить, плотно накрыть кастрюлю крышкой и варить при кипении в течение 15–20 мин. Рыба, сваренная на пару, вкуснее рыбы, сваренной на воде, и питательные вещества в ней лучше сохраняются. Вкус рыбы можно значительно улучшить, добавив специи и пряности. Когда рыба сварится, переложить ее на подогретое блюдо, а на бульоне, в котором варилась рыба, приготовить белый или томатный соус.

Г а р н и р: отварной картофель.

## Филе трески в соусе

*Ингредиенты: 600 г филе трески, 100 г хрена, 150 г сметаны, 1/2 ст. ложки жира, сок 1 лимона, 1 ч. ложка сахара, соль.*

**Приготовление:** кусочки филе посолить, обвалять в муке и обжарить. Очистить и натереть на терке корень хрена. Сметану размешать с оставшейся мукой и хреном, приправить по вкусу солью, сахаром и лимонным соком, залить этим соусом рыбу и тушить около 5 мин.

Г а р н и р: отварной картофель.

## Карп с хреном и яблоками

*Ингредиенты: 5 тушек карпа по 160 г, 50 мл 3 %-ного уксуса, 75 г петрушки, 75 г сельдерея, 5 луковиц, 130 г лука-порей, 300 г хрена с яблоками, специи, соль, 750 г гарнира. Для приготовления хрена с яблоками: 250 г хрена, 150 г яблок, 75 мл 3 %-ного уксуса, 75 мл бульона, 10 г сахара.*

**Приготовление:** выпотрошенного зеркального карпа промыть, нарезать порционными кусками, пробланшировать в слабом растворе уксуса. Петрушку, сельдерей, репчатый лук и лук-порей проварить в воде или бульоне с добавлением перца и лаврового листа. Рыбу залить процеженным бульоном и варить до готовности. Подавать на блюде, оформив долькой лимона, тертым хреном и зеленью. Хрен можно подать отдельно.

**Г а р н и р:** отварной картофель.

**Х р е н с яблоками:** хрен натереть на мелкой терке, соединить с тертыми кислыми яблоками, добавить сахар, уксус и немного рыбного бульона.

**Рыба под маринадом**

*Ингредиенты: 800 г рыбы. Для маринада: 1/2 стакана воды, 2 луковицы, 2 моркови, 1 корень петрушки, 3 ст. ложки растительного масла, 5 ст. ложек томата-пюре, 5 горошин черного перца, 5 горошин душистого перца, 2 лавровых листа, 3 шт. гвоздики, 1 ст. ложка сахара, корица, уксус, соль по вкусу.*

**Приготовление:** подготовленную рыбу нарезать порционными кусками, запанировать в муке и обжарить с двух сторон, затем залить маринадом и украсить зеленью.

**М а р и н а д:** очищенные и нарезанные овощи обжарить и, сложив в посуду, залить томатом-пюре. Прокипятить 7-10 мин. Влить воду, добавить перец, 1 лавровый лист, гвоздику, корицу и варить еще 15–20 мин. За 5 мин до конца варки добавить сахар, соль, уксус или лимонную кислоту.

Рыба, запеченная в пергаменте

*Ингредиенты: 600 г филе рыбы, 2 ст. ложки масла, 1/2 ч. ложки перца, 2 ст. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки тертой моркови, 2 луковицы, соль.*

**Приготовление:** филе рыбы нарезать порционными кусками, смазать каждый кусок смесью из растительного масла и черного перца, посолить, сбрызнуть лимонным соком, посыпать тертой морковью и мелко нарезанным луком. Завернуть в промасленную пергаментную бумагу, уложить на смазанный жиром противень и запекать в умеренно горячей духовке 20–30 мин. Готовую рыбу вынуть из фольги, положить на тарелку и украсить отварным картофелем и мелко нарезанной зеленью укропа. К рыбе можно подать майонез.

Рыба в соусе из красного перца

*Ингредиенты: 800 г рыбы, соль, мука, 50 г маргарина или 50 мл растительного масла, 1 луковица, красный и черный молотый перец, чеснок.*

**Приготовление:** мелко нарезанный лук слегка обжарить на половине жира, добавить красный молотый перец, размешать и долить немного воды, прокипятить. Очищенную и порезанную на порционные куски рыбу посолить и запанировать в муке, слегка обжарить на оставшемся жире с двух сторон. Положить рыбу на приготовленный лук с



красным перцем, долить немного воды, добавить черный молотый перец, посолить, протушить до готовности под крышкой. В самом конце добавить мелко нарезанный или натертый чеснок.

Г а р н и р: отварной картофель.

Гуляш из рыбы

*Ингредиенты: 800 г рыбного филе, 100 мл растительного масла, 2 луковицы, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 ч. ложка горчицы, 2 ст. ложки сметаны, зелень, 1 ч. ложка молотой паприки.*

**Приготовление:** рыбное филе разрезать на кусочки, обжарить в растительном масле, добавить мелко нарезанный лук, томат-пасту. Все положить в кастрюлю, добавить соль, паприку, жидкость, горчицу и тушить. Когда рыба станет мягкой, положить сметану, заправить по вкусу, а при подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью.

Рыба жареная (см схему)






*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 1 яйцо, молотые сухари, соль, растительное масло.*

**Приготовление:** рыбу очистить, промыть, натереть солью. Взбить яйцо, обваливать в нем куски рыбы, запанировать в сухарях или муке и жарить в разогретом масле, пока рыба не зарумянится с обеих сторон.


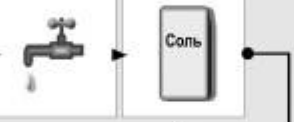




Г а р н и р: отварной картофель, соус и салат.

### Рыба жареная

**Ингредиенты:**

				
1 кг рыбы	1 яйцо	молотые сухари	соль	растительное масло

**Приготовление:**

1.  → 
2.  → 
3.  → 

**Примечание**  
 Рыбу очистить, промыть, натереть солью. Взбить яйцо, обвалить в нем куски рыбы, запанировать в сухарях или муке и жарить в разогретом масле, пока рыба не зарумянится с обеих сторон.  
 Г а р н и р: отварной картофель, соус и салат.

### Рыба, тушенная с помидорами

*Ингредиенты: 800 г рыбы, 5 ст. ложек растительного масла, 500 г помидоров, 1/2 ч. ложки сахара, 2 луковицы, зелень петрушки, соль.*

**Приготовление:** подготовленную рыбу нарезать кусками, посолить. В небольшую эмалированную кастрюлю или чугунок налить несколько столовых ложек подсолнечного масла, выложить рыбу. Сверху положить нарезанный кольцами лук, затем – слой помидоров, нарезанных ломтиками. Посолить, добавить немного сахара. Накрывать крышкой и тушить 20 мин на слабом огне или в духовке.

Подавать в горячем или холодном виде, посыпав зеленью петрушки.

Рыба с тмином

*Ингредиенты: 800 г рыбы, лимонный сок, соль, мука, 30 г маргарина или 30 мл растительного масла, 20 г сливочного масла, тмин.*

**Приготовление:** очищенную и порезанную на порционные куски рыбу сбрызнуть лимонным соком и дать ей полежать несколько минут. Затем обсушить куски рыбы салфеткой, посолить, посыпать тмином. Обсыпать мукой, положить на сковородку или противень с разогретым жиром, запекать при средней температуре с обеих сторон до готовности. Выложить на нагретое блюдо. В оставшийся на сковороде сок добавить немного воды и прокипятить, в соус для улучшения вкуса ввести немного сливочного масла.

Г а р н и р: отварной картофель и овощной салат.

Снетки жареные

*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 30 г муки, 500 г лука, 100 г топленого масла (100 мл), подсолнечного или растительного масла, перец, зелень.*

**Приготовление:** рыбу почистить, вымыть в холодной воде, обсушить, посыпать солью и перцем и запанировать в муке. Тонко нарезанный репчатый лук поджарить на подсолнечном или другом масле. В поджаренный лук положить подготовленную рыбу, обжарить на сильном огне, посыпать зеленью петрушки.

Г а р н и р: жареный картофель.

Треска, камбала, палтус в белом соусе

*Ингредиенты: 500 г рыбы, 800 г картофеля, 100 г лука-порея, 50–60 г сельдерея, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сливочного масла, лимонный сок, соль по вкусу.*

**Приготовление:** сварить немного бульона из пищевых отходов рыбы. Подготовленную рыбу, нарезанную порционными кусками (без костей), поперчить, посолить и выложить в сотейник на слой мелко нарезанных лука-порея и корня сельдерея. Влить 2 стакана рыбного бульона. Закрывать посуду крышкой, поставить на слабый огонь и варить рыбу до готовности. Горячую рыбу выложить на блюдо вместе с овощами, залить соусом.

**С о у с:** осторожно слить отвар и заправить его слегка обжаренной на масле мукой (на 1 столовую ложку муки – 1 столовую ложку масла), разведенной теплым рыбным бульоном. Прокипятить, снять с огня, добавить, помешивая, сливочное масло, разделенное на кусочки, и лимонный сок.

Осетрина паровая

*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 400 г свежих белых грибов или шампиньонов, 6 ст. ложек белого столового вина, 2 ст. ложка муки, 2 ст. ложки масла.*

**Приготовление:** очищенную, ошпаренную, промытую и порезанную рыбу положить в неглубокую кастрюлю, добавить очищенные, вымытые и нарезанные ломтиками свежие грибы. Посолить, посыпать перцем, влить белое вино, 5 стакана бульона (или воды) и, закрыв кастрюлю, варить 15–20 мин. Когда рыба сварится, бульон слить в другую кастрюлю. Перед подачей на стол куски рыбы переложить на подогретое блюдо,

сверху на каждый кусок положить грибы и полить приготовленным соусом.

**С о у с:** поставить бульон на огонь и кипятить до тех пор, пока его не останется около стакана. Прибавить к нему неполную столовую ложку муки, смешанной с таким же количеством масла, и, помешивая, кипятить еще 3–4 мин. Полученный соус снять с огня, положить в него кусочек сливочного масла, размешать, чтобы масло соединилось с соусом, добавить соль и процедить. Если рыба варилась без вина, то в готовый соус надо добавить 1 чайную ложку лимонного сока или разведенной лимонной кислоты.

**Г а р н и р:** отварной картофель, огурцы или ломтики очищенного лимона.

Рыба по-варшавски

*Ингредиенты: 1,2 кг рыбы (треска, судак, макрурус), 5 яиц, 100 г муки, 150 г маргарина, уксус, соль, перец.*

**Приготовление:** рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть и варить в соленой воде с добавлением уксуса. Готовую рыбу подать на блюде и залить соусом.

**С о у с:** из муки, маргарина и рыбного отвара приготовить светлый соус. Сварить вкрутую яйца, мелко порубить их и выложить в соус.

Филе карася в сметанном соусе

*Ингредиенты: 450 г рыбы, 12 г муки, 50 г топленого масла, 12 г сливочного масла, 250 г грибов, 25 г лука, 1 яйцо, 15 г сыра, 450 мл соуса, зелень, соль.*

**Приготовление:** очищенную, ошпаренную, промытую и нарезанную рыбу разделить на филе. Запанировать в муке и

поджарить на масле. Поджаренную рыбу переложить на сковороду, уложить вокруг рыбы свежие поджаренные белые грибы (можно добавить пассерованный лук и кусочек вареного яйца), залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и быстро запечь.

Морской окунь, сваренный в молоке (см схему)

*Ингредиенты: 600–800 г рыбы, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки молотых сухарей, соль и зелень по вкусу, 500 мл молока.*

**Приготовление:** подготовленную рыбу нарезать порционными кусками и посолить. Растопить в кастрюле сливочное масло, всыпать молотые сухари, добавить молоко. Поставить на огонь. В кипящую жидкость опустить рыбу, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа и варить 15–20 мин. Готовую рыбу переложить на блюдо вместе с соусом. Если соус недостаточно густой, его после того, как рыба вынута, нужно прокипятить.

Г а р н и р: отварной картофель со сливочным маслом.

## Морской окунь, сваренный в молоке

### Ингредиенты:



600–800 г  
рыбы



2 ст. ложки  
сливочного  
масла



2 ст. ложки  
молотых  
сухарей



соль

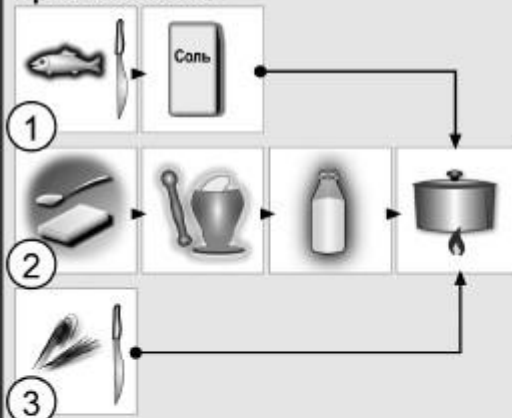


укроп,  
петрушка



500 мл молока

### Приготовление:



### Примечание

Подготовленную рыбу нарезать порционными кусками и посолить. Растопить в кастрюле сливочное масло, всыпать молотые сухари, добавить молоко, поставить на огонь. В кипящую жидкость опустить рыбу, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа и варить 15–20 мин. Готовую рыбу переложить на блюдо вместе с соусом. Если соус недостаточно густой, его после того, как рыба вынута, нужно прокипятить.

## Форель, тушенная с овощами

*Ингредиенты: 625 г картофеля, 1 луковица, 1 долька чеснока, соль, черный молотый перец, 6 ст. ложек оливкового масла, 1 потрошенная форель (около 1,2 кг), 1 лимон, 2 томата, 1/2 пучка майорана.*

**Приготовление:** духовку нагреть до 200 °С. Картофель очистить, вымыть и нарезать брусочками. Лук и чеснок очистить и порубить. Все выложить в форму, посолить, поперчить. Смешать по 4 столовые ложки масла и воды и сбрызнуть картофель. Тушить в духовке около 30 мин, периодически подливая воду. Рыбу вымыть, обсушить, натереть солью и перцем. Лимон и томаты вымыть и нарезать

кружочками и кубиками соответственно. Форель выложить на картофель, сверху разложить лимон, томаты, майоран, полить оставшимся оливковым маслом и тушить еще 30 мин.

#### Первые блюда из рыбы

Настоящая уха готовится из нескольких видов рыб, в основном пресноводных – ершей, окуней, пескарей, судака, налима, сига, стерляди и др. Каждая рыба придает бульону особые свойства: ерш, окунь и сазан – клейкость (наваристость) и вкус, а пескарь, налим, сиг и стерлядь – нежность и особую сладость. Чтобы уха получилась наваристой, рыбную мелочь закладывают в самом начале варки и варят ее 1,5–2 ч до полного разваривания, т. е. до тех пор, пока она не превратится в кашу, а затем процеживают и охлаждают. В охлажденный бульон закладывают куски крупной рыбы, варят ее на слабом огне до готовности, а затем подают с бульоном, раскладывая в каждую суповую миску по куску рыбы. Так варится знаменитая тройная уха.

Рыба должна быть свежей. Некоторые варят ее из живой рыбы.

Специи, которые хорошо сочетаются с рыбным бульоном: лимон, петрушка, лук. Если бульон, получился мутным, его можно осветлить икрой или яйцами. Икру для оттяжки размешивают в небольшом количестве холодной воды, вливают в бульон и выдерживают под крышкой 5-10 мин, пока он не станет прозрачным. Затем осветленный бульон процеживают.

#### Несколько советов:



- варить уху следует на слабом огне, не допуская бурного кипения, после которого бульон теряет свои вкусовые качества.

- если уха пересолена, надо опустить в нее сырую картофелину и она впитает излишки соли.

- случается, что уха горчит. Это бывает, когда вместе с рыбой в нее попадает желчь. Знатоки советуют в таком случае опустить в уху на 15 мин кусочек древесного угля размером с грецкий орех, который исправит положение и спасет репутацию повара.

Уха обыкновенная

*Ингредиенты: 1–2 ст. ложки пшена или риса, 2–3 картофелины, 1 луковица, перец, лавровый лист, 600 г рыбы.*

**Приготовление:** в кастрюлю с водой положить пшено или рис, порезанный картофель, луковицу, перец, лавровый лист, поставить на огонь. Когда картофель сварится до полуготовности, в кипящую воду опустить подготовленную рыбу – мелкую целиком, а крупную порезать на куски. Подготовка мелкой рыбы заключается в потрошении и удалении жабр, чешуя не счищается, плавательный пузырь также опускается в кастрюлю. Головы, плавники, жировые пленки крупной рыбы не выбрасывают, их тоже надо поместить в кастрюлю. Варить уху около 15 мин. Когда побелеют и отвердеют глаза рыбы, а мясо можно легко протыкнуть спичкой, уха готова.

Уха двойная

*Ингредиенты: 600 г рыбы, 1–2 ст. ложки крупы, 2–3 картофелины, 1–2 луковицы, перец, лавровый лист.*

**Приготовление:** в кастрюлю с кипящей водой опустить половину подготовленной для ухи мелкой рыбы, головы и плавники крупной рыбы и варить пока рыба полностью не разварится. Потом рыбу отжать в кастрюлю, а выжимки выбросить. В кипящий бульон положить вторую половину мелкой рыбы, варить до полного разваривания рыбы, отжать и выжимки выбросить. В кастрюлю положить нарезанный картофель, крупу (пшено или рис), лук, перец, лавровый лист и более крупную рыбу и варить уху до готовности.

Уха тройная

**Приготовление:** порядок приготовления тройной ухи, как легко догадаться, отличается от порядка приготовления двойной ухи лишь тем, что процесс варки мелкой рыбы повторяется трижды и каждый раз мелочь отжимается и выбрасывается. Дальше уха готовится так, как и уха двойная.

Уха прозрачная

**Приготовление:** это блюдо на первом этапе готовится так, как и уха двойная: отваривается мелкая рыба, отжимается и выбрасывается. Затем делается оттяжка бульона. В кастрюлю надо опустить белок 1–2 яиц, который собирает всю муть и опускается на дно. Прозрачный бульон слить в другую кастрюлю и в нем по обычной технологии варить уху с кусками крупной рыбы.

Уха по-сибирски

*Ингредиенты: 60 г рыбы, 1–2 луковицы, перец, лавровый лист.*

**Приготовление:** в кастрюлю с кипящей водой опустить головы, хвосты, плавники и плавательные пузыри хариусов,

тайменей или другой рыбы, 1–2 луковицы, перец, лавровый лист и варить до 30 мин. Затем в бульон закладывать куски этой рыбы и варить до готовности.

Уха из ершей

*Ингредиенты: 600 г ершей, перец, 1 луковица, лавровый лист.*

**Приготовление:** как и в предыдущих рецептах, мелкую рыбу, в данном случае ершей, не надо чистить от чешуи, а только выпотрошить, затем ополоснуть, положить в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Когда рыба будет почти готова, более крупных ершей достать из кастрюли на тарелку, а остальных варить до полного разваривания тушек. Затем кастрюлю снять с огня, бульон процедить и разварившуюся рыбу выбросить. В бульон положить куски другой, более крупной рыбы, у крупных ершей снять со спинок мякоть и тоже положить в бульон. Добавить перец, лук, лавровый лист. Когда рыба сварится, уха готова.

Бульон рыбный

*Ингредиенты: 700 г рыбных пищевых отходов (обработанных), 20 г репчатого лука, 20 г петрушки.*

**Приготовление:** наилучший по вкусу бульон получается из судака, окуней, ершей и рыб осетровых пород. Головы леща, сазана, воблы, плотвы использовать не рекомендуется, так как бульон из них может горчить. Обработанные пищевые отходы рыбы – головы, кости, плавники и кожу – тщательно промыть. Крупные кости и головы перед варкой разрубить на части, причем у голов предварительно следует удалить жабры. Положить в кастрюлю, налить холодную воду из

расчета 4–5 л на 1 кг рыбы, добавить петрушку и репчатый лук, закрыть крышкой и нагревать до кипения. После этого крышку снять и продолжать варку при слабом кипении в течение 50–60 мин. Во время варки периодически удалять пену и жир. Готовый бульон снять с огня и через 20–30 мин процедить. При варке бульона из рыб осетровых пород головы вынуть через 1 ч с момента начала варки бульона, отделить мякоть, а хрящи варить отдельно до размягчения (3–4 ч). Хрящи использовать для рыбных заправочных супов.

Бульон рыбный с овощами

*Ингредиенты. На 1,5 л бульона: 300 г цветной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка сливочного масла.*

**Приготовление:** сварить бульон из рыбных отходов и голов по обычной рецептуре. Если бульон окажется мутноватым, его стоит осветлить, для чего в бульон ввести 2–3 взбитых яичных белка, довести до кипения, настаивать 10–15 мин, а затем осторожно процедить. Цветную капусту отварить в подсоленной воде и разобрать на соцветия. Морковь и корень петрушки нарезать брусочками и пассеровать в сливочном масле до готовности. При подаче на стол в суповую тарелку положить подготовленные овощи и залить их горячим бульоном.

Суп рыбный с овощами

*Ингредиенты: 250 г рыбы, 100 г картофеля, 75 г моркови, 50 г репчатого лука, 50 г корня петрушки, 100 г цветной капусты, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г сливочного масла, зелень, соль и специи по вкусу.*

**Приготовление:** морковь, лук, корень петрушки и помидоры нарезать дольками и пассеровать в масле. Цветную капусту отварить в подсоленной воде. В кипящий бульон положить картофель, через 5-10 мин – пассерованные овощи, варить суп еще 10–15 мин, затем добавить кусочки рыбы, цветную капусту, зеленый горошек, помидоры и варить суп до готовности рыбы. При подаче на стол суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп рыбный с овощами и щавелем

*Ингредиенты: 250 г рыбы, 100 г картофеля, 75 г репчатого лука, 75 г моркови, 50 г корня петрушки, 100 г помидоров, 150 г щавеля, 100 г сливочного масла, зелень, соль и специи по вкусу.*

**Приготовление:** картофель, морковь, лук и коренья нарезать кубиками. Овощи пассеровать в масле. Щавель перебрать, промыть и нарезать на 2–3 части. В кипящий бульон положить картофель и кусочки рыбы, проварить 5-10 мин, добавить пассерованные овощи, а за 5–7 мин до окончания варки – щавель и дольки помидоров. При подаче на стол суп добавить сметану и посыпать его мелко нарезанной зеленью.

Суп рыбный с картофелем

*Ингредиенты: 250 г рыбы, 100 г картофеля, 75 г репчатого лука, 75 г моркови, 50 г корня петрушки, 100 г сливочного масла, зелень, соль и специи по вкусу.*

**Приготовление:** картофель нарезать кубиками или дольками. Овощи и коренья нарезать соломкой и пассеровать в сливочном масле. В кипящий рыбный бульон положить

картофель, проварить его 5–7 мин, добавить пассерованные овощи, коренья, кусочки разделанной рыбы и варить суп еще 10–15 мин до готовности рыбы. В конце варки суп заправить специями, а при подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью.

Бульон рыбный с рисом и зеленым горошком

*Ингредиенты. На 1,5 л бульона: 80 г риса, 1 морковь, 230 г зеленого консервированного горошка, 1/2 ст. ложки сливочного масла.*

**Приготовление:** рис промыть и варить рассыпчатым. Морковь нарезать кубиками и пассеровать в сливочном масле. В суповую тарелку положить рис, перемешанный с морковью и зеленым горошком, и налить бульон.

Суп из осетрины по-волжски

*Ингредиенты: 1,5 кг осетровой головизны, 1 кг осетрины, 150 г репчатого лука, 300 г помидоров, 10 г перца горошком, 2 лавровых листа, по 10 г зелени петрушки и укропа, 50 г риса, 2 яйца (желтки), 100 г сметаны, соль по вкусу.*

**Приготовление:** осетровую голову разрубить на части, сложить в кастрюлю вместе с луком, перцем и лавровым листом, залить водой и варить на слабом огне до тех пор, пока хрящи не станут мягкими. Бульон процедить через дуршлаг, хрящи и куски рыбы от головизны собрать, залить бульоном и остудить. Бульон поставить на огонь, добавить рис и помидоры, очищенные от кожицы и порезанные на дольки, через 10 мин опустить туда же порезанную порционными кусками осетрину. Варить до готовности, опустить сваренные

хрящи и рыбу, заправить сметаной, растертой с желтками, посыпать рубленой зеленью.

Суп рыбный с крупой и лимоном

*Ингредиенты: 400 г рыбы, 150 г риса, 80 г лимона, 100 г сметаны, 75 г репчатого лука, 75 г сливочного масла, зелень, соль и специи.*

**Приготовление:** в кипящий бульон положить лук, сметану и довести до кипения. Лук мелко нарезать и пассеровать в сливочном масле. Отдельно отварить рис, затем промыть его и положить в бульон с луком и сметаной. В суповую тарелку положить кусочки отварной рыбы, ломтики очищенного от кожицы лимона, налить суп и посыпать его мелко нарезанной зеленью.

Суп рыбный с рисом и помидорами

*Ингредиенты: 500 г филе рыбы, 150 г риса, 75 г репчатого лука, 70 г помидоров, 2 дольки чеснока, 50 г корня петрушки, 150 г сливочного масла, соль, зелень, специи по вкусу.*

**Приготовление:** петрушку и репчатый лук нарезать соломкой и пассеровать в масле. В кипящий бульон всыпать промытый рис, положить пассерованные овощи, кусочки рыбы, а через 15–20 мин после начала варки – нарезанные дольками помидоры и довести суп до готовности. Готовый суп заправить солью, специями и толченым чесноком. При подаче на стол суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп рисовый с кальмарами и горошком

*Ингредиенты: 500 г филе кальмаров, 150 г риса, 75 г репчатого лука, 100 г корня петрушки, 150 г*

*консервированного зеленого горошка, 100 г сливочного масла, соль, специи, зелень по вкусу.*

**Приготовление:** овощи нарезать соломкой и пассеровать в масле. Кальмаров обработать и нарезать соломкой. В кипящий бульон добавить пассерованные овощи, через 10–15 мин – предварительно сваренный и промытый рис, кальмары, зеленый горошек и варить суп до готовности. При подаче на стол суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

Уха бурлацкая

*Ингредиенты: 600 г мелкой рыбы, по 300 г пищевых отходов налима и судака, 750 г картофеля, 125 г репчатого лука, 25 г корня петрушки, 25 г сливочного масла, зелень, черный перец горошком, лавровый лист, соль.*

**Приготовление:** бульон, сваренный из мелкой рыбы и пищевых отходов налима и судака, процедить, положить в него целые клубни очищенного картофеля, очищенные головки репчатого лука, петрушку и варить 20–25 мин. За 10–15 мин до окончания варки добавить куски рыбы, перец, лавровый лист, соль, сливочное масло. Подавать уху на стол с кусками рыбы, картофелем, луком и зеленью.

Уха днепровская с кашей

*Ингредиенты: 750 г мелкой рыбы, 1 кг свежего судака, или рыбы капитана, или морского окуня, 125 г репчатого лука, 50 г корня петрушки и сельдерея, 300 г картофеля, 25 г шпика, 25 г зелени петрушки, соль. Для каши: 75 г пшена или риса, 200 г рыбного бульона, 25 мл растительного масла, 25 г сливочного масла, 1 яйцо, соль.*



**Приготовление:** мелкую потрошеную рыбу без жабр и глаз промыть, залить холодной водой и варить с добавлением обжаренного без жира репчатого лука, корня петрушки и сельдерея до разваривания рыбы. Готовый бульон процедить и часть его оставить для приготовления каши. В кипящий рыбный бульон положить нарезанный дольками картофель, поварить 10–15 мин, затем добавить подготовленные порционные куски филе судака без кожи и костей и варить до готовности рыбы. Уху заправить растертым с репчатым луком шпиком, добавить лавровый лист, черный перец горошком, соль и довести до кипения. При подаче на стол посыпать мелко рубленой зеленью петрушки, отдельно подать кашу.

К а ш а: перебрать и промыть пшено или рис, прогреть в горячем растительном масле, соединить с бульоном и варить до вязкой консистенции. В полуготовую кашу добавить сливочное масло, взбитое яйцо, соль, вымешать и варить на пару до полной готовности.

Уха донская

*Ингредиенты: 200 г судака или другой рыбы, 100 г свежих помидоров, 10 г масла, зелень, соль, черный перец горошком, лавровый лист.*

**Приготовление:** очищенную рыбу положить в посуду, залить водой и поставить на огонь. Когда вода закипит, опустить в нее красные нарезанные дольками помидоры. Через 5–7 мин помидоры вынуть, размять в отдельной посуде, удалить кожуру, а сок влить в уху, положить лавровый лист, соль. По окончании варки добавить в уху сливочное масло.

Уха желтая

*Ингредиенты: 1 кг мелкой рыбы, 50 г репчатого лука, 25 г корня петрушки, 25 г корня сельдерея, 0,01 г шафрана, черный перец горошком, соль.*

**Приготовление:** варить так же, как и простую уху, только без лаврового листа. Рыбу вынуть, а в бульон добавить шафран, довести до кипения, процедить и вновь кипятить.

Уха из мойвы

*Ингредиенты: 500 г рыбы, 400 г картофеля, 50 г репчатого лука, 25 г корня петрушки, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, черный перец горошком, соль.*

**Приготовление:** мойву, хорошо промытую и очищенную, отварить с добавлением лаврового листа, черного перца горошком, репчатого лука, корня петрушки. Отвар процедить, положить нарезанный кубиками картофель, варить 15–20 мин, посолить. При подаче уху посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Уха с налимом

*Ингредиенты: 500–600 г налима (желательно с молокой), 2–4 ст. ложки муки, 1 яйцо, 2 луковицы, 5–7 горошин перца, лавровый лист, 1 морковь, 1 корень петрушки, черный молотый перец, 1 ст. ложка каперсов, 1 ст. ложка сливочного масла, 10 маслин, 1 лимон, 2 л воды.*

**Приготовление:** рыбу выпотрошить (отложив молоку и печень), вымочить и осторожно снять с нее кожу. С костей соскоблить мякоть и положить ее в тарелку. Голову, кости, хвост и плавники налима положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения и варить 15–20 мин с целой луковицей, лавровым листом, перцем (горошком),

мелко нарезанными корнем петрушки и морковью. Затем бульон аккуратно процедить в другую кастрюлю. Мякоть налима пропустить через мясорубку. Смешать с мукой, сырым яйцом, посолить, поперчить. Должна получиться густая пластичная масса. Скатать из этой массы колбаску толщиной 3 см и опустить ее на 5 мин в кипящий бульон. Вынуть шумовкой, дать ей остыть и нарезать кружочками. В бульон опустить молоку, печень налима и сварить. За 3 мин до готовности опустить в кастрюлю кружочки из рыбной мякоти, ложку каперсов и сливочное масло. В тарелку с ухой добавить маслины, кружочек лимона.

Уха из осетровых рыб

*Ингредиенты: 2 л рыбного бульона, 500 г рыбы, 25 г моркови, 1/2 лимона, 15 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа, соль, перец горошком, лавровый лист.*

**Приготовление:** осетрину разделить на звенья, ошпарить и нарезать. Чешуйчатую рыбу разделать на филе без реберных костей и нарезать. Уху варить так же, как и из стерляди.

Уха из ставриды

*Ингредиенты: 600 г рыбы, 800 г картофеля, 150 г моркови, 150 г репчатого лука, 75 г корня петрушки, 50 г сливочного масла, зелень петрушки или укропа, лавровый лист, черный перец горошком, соль.*

**Приготовление:** из голов и пищевых отходов с добавлением репчатого лука, корня петрушки, лаврового листа и черного перца горошком сварить бульон и процедить. В кипящий бульон положить нарезанный кубиками картофель

и слегка обжаренные, мелко нарезанные корень петрушки, морковь, лук и варить 15 мин на слабом огне. Добавить куски рыбы без кожи и костей, соль, лавровый лист, перец горошком и продолжать варить 10–15 мин до готовности рыбы. При подаче на стол уху посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Уха из стерлядей

*Ингредиенты: 2 л бульона, 400 г стерляди, 10 г сливочного масла, 25 г моркови, 1/5 лимона, перец горошком, зелень.*

**Приготовление:** стерлядь, жир которой имеет желтую окраску, очистить, выпотрошить и хорошо промыть. Соскоблить ножом с кожи слизь, а затем для полного ее удаления протереть рыбу салфеткой. В порционную миску или сотейник налить прозрачный рыбный бульон, довести его до кипения, положить куски стерляди, добавить перец горошком (2–3 зерна) и варить 10–15 мин (в зависимости от величины кусков рыбы). Появляющуюся на поверхности пену удалять, оставляя блески жира. Если на поверхности ухи недостаточно жира, последний ввести дополнительно. Для этого морковь, измельченную на терке, спассеровать в сливочном масле, процедить и влить несколько капель масла в бульон. После тепловой обработки от рыбы отделить хрящи. Подавать уху в той же миске, в которой она варилась, или в подогретой тарелке, куда положить кусок стерляди и налить рыбный бульон. Отдельно в розетке подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень.

Уха из стерляди или осетрины с шампанским

*Ингредиенты. На 1 кг ершей: 1,5 кг стерляди, 2 луковицы, по 3–4 корня петрушки и сельдерея, 1 пучок зелень, 1/2 стакана икры от разделанной рыбы (ершей, окуней), 3–4 ст. ложки шинкованного лука, 1/2 лимона, 350 мл шампанского.*

**Приготовление:** варить уху из ершей с кореньями, процедить и осветлить икрой. Стерлядь или звенья осетрины нарезать кусками, вытереть насухо полотенцем, положить в горячую прозрачную уху и варить на слабом огне до готовности (примерно 15 мин после закипания). Куски готовой стерляди или осетрины выложить в суповую тарелку (или миску), посыпать зеленью укропа и осторожно залить процеженной ухой. Шампанское подать или отдельно, или по желанию для остроты вкуса влить его в уху. К ухе подать также очищенные от кожицы и семян лимоны и мелко нарезанный зеленый лук.

Уха молочная

*Ингредиенты: 1 кг рыбы, 1,5 л молока, 1 л воды, 50 г сливочного масла, соль.*

**Приготовление:** в кастрюлю влить воду, добавить соль, довести до кипения. Положить куски очищенной рыбы, снова довести до кипения. Влить молоко, варить до готовности и заправить маслом.

Уха по-херсонски (см схему)

*Ингредиенты: 100 г мелкой рыбы, 100 г судака, или леща, или щуки, 120 г картофеля, 20 г репчатого лука, 10 г корня петрушки, 15 г томат-пюре, 5 г сливочного масла, 5 г*

шпика, 2 г чеснока, зелень петрушки, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

**Уха по-херсонски**

**Ингредиенты:**

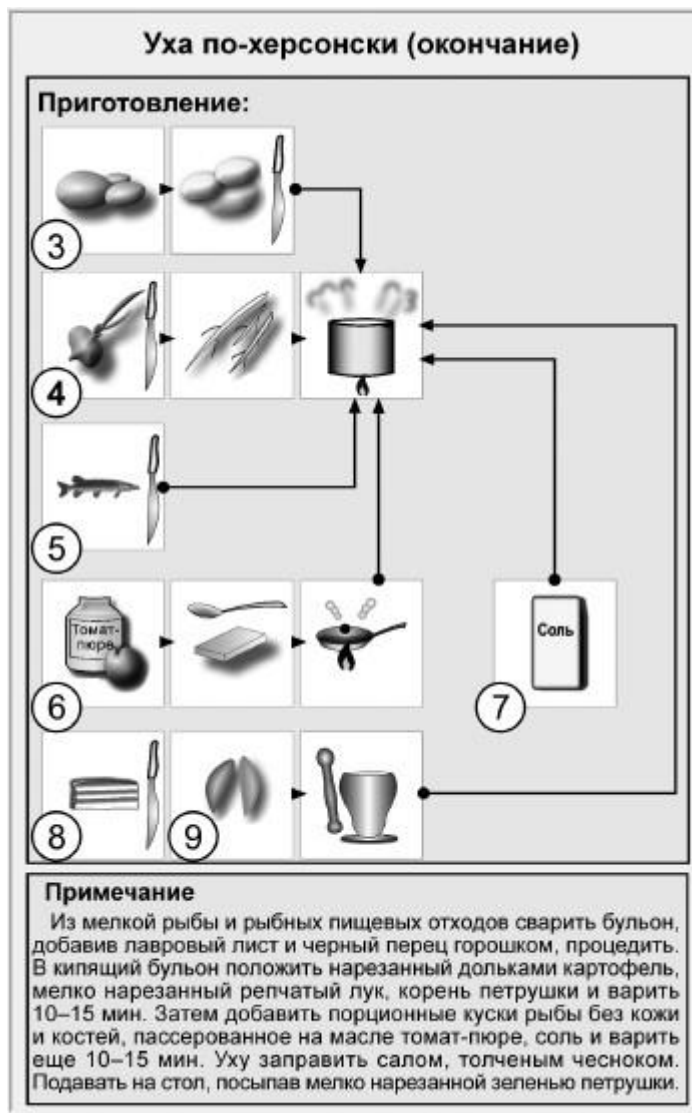
 100 г мелкой рыбы	 100 г крупной рыбы	 120 г картофеля	 20 г репчатого лука	 10 г корня петрушки
 15 г томата-пюре	 5 г сливочного масла	 5 г шпика	 2 г чеснока	 зелень петрушки
 лавровый лист	 перец	 соль		

**Приготовление:**



The diagram shows a sequence of steps: 1. Fish and bay leaf are added to a pot. 2. Butter is added. 3. Black pepper is added. 4. The final dish is served.

**Приготовление:** из мелкой рыбы и рыбных пищевых отходов сварить бульон, добавив лавровый лист и черный перец горошком, процедить. В кипящий бульон положить нарезанный дольками картофель, мелко нарезанный репчатый лук, корень петрушки и варить 10–15 мин. Затем добавить порционные куски рыбы без кожи и костей, пассерованный на масле томат-пюре, соль и варить еще 10–15 мин. Уху заправить салом, толченым чесноком. Подавать на стол, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.



### Уха раковая

*Ингредиенты: 2 л рыбного бульона, 20 раков. Для фарша: 300 г рыбы, 125 г хлеба, 150 мл сливок, 3 яйца, 150 г сливочного масла.*

**Приготовление:** раков отварить, вынуть шейки, мякоть клешней. Из скорлупы (кроме панциря) сделать раковое масло. Для этого скорлупу подсушить, истолочь, поджарить со сливочным маслом, затем масло слить в посуду с водой, немного размешать (чтобы скорлупа осела на дно) и дать остыть. Панцири раков обсушить, наполнить рыбным фаршем, залить ухой и варить.

### Уха ростовская

*Ингредиенты: 2 л бульона, 400 г судака, 750 г картофеля, 100 г петрушки, 125 г репчатого лука, 450 г помидоров, 50 г сливочного масла, лавровый лист, перец, зелень.*

**Приготовление:** в процеженный бульон из рыбных костей положить картофель, лук, петрушку, нарезанные дольками, и варить в течение 20–25 мин. За 10–15 мин до окончания варки в кипящий бульон положить филе судака (1–2 куса), а через несколько минут – помидоры и специи (лавровый лист, перец). По окончании варки в уху добавить сливочное масло.

Уха рыбацкая

*Ингредиенты: 2 л бульона, 150 г свежего судака или налима, 750 г картофеля, 100 г репчатого лука, 25 г сливочного масла, перец горошком, лавровый лист, зелень.*

**Приготовление:** мелкую рыбу выпотрошить, хорошо промыть, соединить с пищевыми отходами, полученными после обработки налима, и приготовить прозрачный бульон так, как описано выше. После окончания варки бульон процедить. В бульон заложить картофель целыми клубнями, лук – головками, куски подготовленной рыбы (судака и налима) и варить 25–30 мин, снимая появляющуюся на поверхности пену. За 10–15 мин до окончания варки добавить перец, лавровый лист и соль. После окончания варки в бульон положить сливочное масло. Подавать уху с кусками рыбы, картофелем, луком и зеленью. Так же можно приготовить рыбацкую уху из сома и щуки.

Уха рыбацкая с помидорами



*Ингредиенты. На 1 кг рыбной мелочи и 500 г судака, карпа, щуки, окуня, трески или других рыб: 1,5–2 л воды, 2 луковицы, 1 морковь, 1–2 корня петрушки, 4–5 помидоров, 1–2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 2 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, 1 пучок зелени укропа.*

**Приготовление:** из рыбной мелочи сварить бульон так, как указано в предыдущих рецептах. В бульоне варить нарезанную кусками крупную рыбу до готовности, затем ее извлечь, а бульон процедить. Овощи и корни нарезать соломкой и пассеровать в масле. Помидоры очистить от кожицы, мелко порубить, прогреть на масле до получения однородной массы и заправить ею рыбный бульон. В полученный бульон положить пассерованные овощи и корни и варить их до готовности. В конце варки в уху положить лавровый лист и перец. При подаче на стол в суповую тарелку положить кусок рыбы, налить уху и посыпать мелко нарезанную зелень укропа.

Уха рыбацкая с крупой

*Ингредиенты. На 1 кг рыбной мелочи: 1,5–2 л воды, 2 луковицы, 1 морковь, 1–2 корня петрушки, 70 г пшена, 1–2 ст. ложки растительного масла, 2 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, 1 пучок зелени укропа.*

**Приготовление:** рыбную мелочь выпотрошить, промыть, опустить в холодную воду, варить в течение 1–2 ч, а затем процедить через сито. Овощи нарезать ломтиками и пассеровать в растительном масле. В кипящий рыбный бульон засыпать перебранное и промытое пшено, проварить его 10–15 мин, затем положить пассерованные овощи и доваривать

уху до готовности крупы и овощей. При подаче уху посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

Уха сборная

*Ингредиенты: 500 г хека, 250 г ставриды, 250 г скумбрии, 75 г сливочного масла, 75 г моркови, 100 г репчатого лука, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** из голов, костей, рыбных пищевых отходов сварить бульон. Лук и морковь натереть на крупной терке, обжарить на сливочном масле, положить в бульон, добавить порционные куски рыбы (филе с кожей и реберными костями) и варить до готовности, затем посолить, поперчить. При подаче на стол в тарелку с ухой положить куски отварной рыбы и мелко рубленую зелень петрушки.

Уха из стерляди с расстегаем

*Ингредиенты: 2 л бульона, 500 г стерляди, 15 г сливочного масла, 25 г моркови, 1/5 лимона, соль, черный перец горошком, зелень.*

**Приготовление:** стерлядь очистить, выпотрошить и промыть. Соскоблить ножом с кожи слизь, протереть рыбу салфеткой, ошпарить кипятком и через 20–30 с промыть холодной водой. В кастрюлю с ухой положить куски стерляди, перец горошком и варить 10–15 мин. Образующуюся пену удалять, оставляя блески жира. Если жира на поверхности ухи мало, нужно измельченную на терке морковь спассеровать в масле и влить несколько капель этого масла в уху. Из готовой стерляди удалить хрящи. В тарелку положить кусок

стерляди, налить уху и отдельно подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень петрушки или укропа.

Совет: отдельно подать кулебяку или расстегай с рыбой.

Уха из стерляди с печенью налима

*Ингредиенты: 2 л бульона, 500 г стерляди, 125 г печени налима, 25 г моркови, 15 г сливочного масла, 1/2 лимона, соль, перец горошком, зелень.*

**Приготовление:** эту уху готовить и подавать на стол так же, как и уху из стерляди с расстегаем, но перед подачей в тарелку положить кусок печени налима, предварительно припущенной в подсоленной воде с добавлением лимонного сока.

Суп рыбный с сыром

*Ингредиенты: 250 г рыбы, 100 г репчатого лука, 100 г сливочного масла, 75 г пшеничной муки, 2–3 дольки чеснока, 150 г твердого сыра, соль и специи по вкусу, пучок зелени.*

**Приготовление:** рыбу разделать на филе с кожей без костей, нарезать небольшими кусочками, посыпать солью, обвалять в муке и слегка обжарить. Репчатый лук нарезать соломкой, пассеровать в масле с частью муки, добавленной за 3–5 мин до окончания пассерования. В кипящий рыбный бульон положить подготовленные лук, рыбу и проварить при слабом кипении 5–10 мин. При подаче на стол в суповую тарелку налить суп, посыпать его сначала тертым сыром, а затем мелко нарезанной зеленью и толченым чесноком.

Суп-пюре из рыбы или кальмара и лука

*Ингредиенты. На 500 г рыбы или 200–300 г отварного филе кальмаров: 5–6 луковиц, 2 корня петрушки, 1 корень*

*сельдерея, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 125 мл молока, 1 яйцо (желток).*

**Приготовление:** рыбу отварить, отделить мякоть и 2 раза пропустить через мясорубку. Филе кальмаров 3–4 раза пропустить через мясорубку, так как оно имеет более плотную, чем рыба, консистенцию. Лук и белые корни слегка обжарить на сливочном масле, добавить немного бульона, тушить 5-10 мин до готовности, а затем протереть через сито до получения однородной массы. Рыбу или кальмары соединить с луком и кореньями, добавить белый соус, бульон, варить 3–5 мин, а затем заправить яично-молочной смесью. При подаче на стол в суповую тарелку положить кусочки рыбы или нарезанные соломкой кальмары, налить суп и добавить кусочек сливочного масла.

Суп-пюре из салаки

*Ингредиенты: 400 г филе салаки, 500 г картофеля, 50 г репчатого лука, 50 г муки, 50 г сливочного масла, 750 мл молока, 1 яйцо (желток).*

**Приготовление:** салаку разделить на филе, промыть, положить в посуду вместе с картофелем и репчатым луком, залить все рыбным бульоном или водой, накрыть крышкой и варить при слабом кипении 25–30 мин. Затем, слив бульон, рыбу и овощи пропустить через протирочную машину или мясорубку. Пассерованную пшеничную муку соединить с горячим бульоном, прокипятить и процедить. Затем добавить протертую салаку, размешать и кипятить еще 10–15 мин. Перед подачей суп заправить сливочным маслом и смесью яичных желтков с горячим молоком.

**С о в е т:** вместо яично-молочной смеси при подаче на стол в суп можно добавить сметану.

Харчо из рыбы

*Ингредиенты: 2 л воды, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 1 лавровый лист, 3–4 горошины душистого перца, соль, 500 г свежей рыбы, 3 луковицы, 100 г риса, 2 дольки чеснока, 100 г грецких орехов, 2 ст. ложки томатного соуса, зелень петрушки.*

**Приготовление:** в кипящую воду положить крупно нарезанные корни и лук, соль, специи, проварить 20 мин. Полученный отвар процедить, положить в него рыбу, нашинкованный лук, рис и варить до готовности. В конце приготовления заправить суп толченым чесноком, орехами и томатным соусом, проварить 3–5 мин. При подаче на стол посыпать рубленой зеленью.

ГОТОВИМ ИЗ ГРИБОВ

*Где и когда растут грибы*

*Съедобные грибы*

*Советы*

*Салаты из грибов*

*Тушеные грибы*

*Холодные закуски*

*Жареные грибы*

*Супы и бульоны из грибов*

Мало кто усидит дома, когда в лесу идет грибной сезон. И стар и млад торопятся на рассвете на тихую охоту... Особенно любим мы боровики...

Коричневоголовые крепыши на упругих белых ножках необыкновенно радуют нас. Найдешь один, а глаза так и побежали по сторонам. Боровик любит компанию и обычно растет целыми семействами. Однажды в сосновом бору на белых мхах я нашел урожайное место. На небольшой полянке росло тридцать два боровика. Помню это как сейчас. Большие грибы, сросшиеся по три-четыре вместе, гордо восседали среди «любопытной молодежи», только что выглянувшей на белый свет...

Среди зеленого мха яркой желтизной высвечивают лисички, приглашая в свой хоровод...

Хорошо в осеннем лесу. Каждый листок в солнечном луче светится тонкой сетью прожилок, трепещет на легком ветерке и нехотя слетает, золотистой мозаикой украшая сырой дол. Пахнет грибной прелью.

*В. И. Алешка «Грибная пора»*

СПРАВКА. *Гриб* – тип низших споровых растений, лишенных хлорофилла, обыкновенно состоит из ножки и шляпки. Скорее всего происходит от корня со значением «копать», «рыть», т. е. По способу собирания грибов.

*Груздь* – съедобный гриб с широкой вогнутой посредине белой шляпкой с пушистыми опущенными краями, с едким соком мякоти, с короткой ножкой. В словарях появляется с 1731 года. По-видимому, от шутовского *gruzdeti* – «подгорать», «тлеть», «поджаривать».

Грибы по праву можно назвать бесценным даром природы. Наши леса богаты грибами: боровики, подосиновики, подберезовики, сыроежки, рыжики, опята,

маслята, лисички, грузди и многие другие. Лучшие из них – боровики. Недаром их называют белыми, потому что только боровики остаются белыми после сушки, тогда как остальные грибы после сушки чернеют.

Грибы очень питательные. Они содержат белки, жиры, различные сахара, минеральные соли калия, фосфора (почти столько, сколько в рыбе!), натрия, кальция, железа, витамины – А, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, С, D, РР, микроэлементы – цинк, медь, фтор, экстрактивные вещества, которые сообщают отличный вкус грибным блюдам. Витамина А особенно много в лисичках и рыжиках, который и окрашивает их в яркий цвет. Витамина РР в грибах примерно столько, сколько в дрожжах и печени.

Где и когда растут грибы

Грибы появляются ранней весной и растут до глубокой осени. Самые ранние грибы – строчки и сморчки. Они появляются в сосновом и еловом лесу на склонах оврагов, полянах и вырубках, пригретых апрельским солнцем. Верная примета их появления – распустившиеся сережки осины и докрасна набухшие почки берез. Народная мудрость гласит: «Как только осины уронят сережки, не провороньте сморчки у дорожки».

На ощупь строчки и сморчки нежные, бархатистые коричневого цвета разнообразной формы. Собирать их можно в течение 5–6 недель.

В конце мая-июня, когда колосится рожь и цветет рябина, на лесных полянах, дорогах, просеках, в редких хвойно-лиственных насаждениях и сосновых молодняках появляются сыроежки, маслята, подберезовики, лисички, подосиновики,

летние опята, шампиньоны. А когда созреет земляника и отколосится рожь, под дубами и березами, вдоль просек появятся белые грибы.

Если теплое дождливое лето, в июле, после сенокоса и во время цветения липы, появляется новая волна грибов. Жизнь июльских грибов коротка – 2–3 недели, в основном на открытых местах.

Самый урожайный грибной период начинается с августа и продолжается до глубокой осени. Сигналом начала настоящего грибного сезона является первые туманы. Народная мудрость гласит: «Первый туман лета – верная грибная примета». В это время в большом количестве появляются боровики, подосиновики, подберезовики, лисички, маслята, волнушки, грузди, осенние опята, рыжики.

К середине октября перестает расти большинство съедобных грибов. Но продолжают расти рядовки, горькушки, зеленушки, сыроежки и лисички. В конце октября появляются зимние опята, которые можно найти даже тогда, когда вокруг уже лежит снег.

Грибы быстрее растут в теплую, но не жаркую погоду с умеренными дождями, чем в холодную и сухую. В сухое время они прячутся в тени, где сохраняется влага. После обильных дождей и понижения температуры грибы тянутся к свету и теплу, поэтому искать их надо на солнечных полянах.

По пищевой и товарной ценности грибы делят на 4 категории:

1) самые вкусные и ценные – боровик, рыжик и груздь настоящий;



2) подберезовик, подосиновик, масленок, волнушка, грузди синеющий и осиновый, подгруздок белый, гладыш, польский гриб, каштановый гриб, шампиньон обыкновенный;

3) моховик, козляк, груздь черный, белянка, серушка, валуй, подгруздок черный, сыроежка, лисичка, опенок осенний, сморчок, строчок, шампиньоны осенний и полевой;

4) груздь перечный, краснушка, горькушка, сыроежка жгуче-едкая, свинушка, зеленушка, рядовка, опенок зимний, вешенка и др.

Грибы лучше всего собирать с восходом солнца, по росе. Они тогда сочные, крепкие, душистые. Собирать грибы следует в плетеную корзину, кузовок или лукошко, чтобы они не помялись и дышали. Не стоит собирать грибы в ведра, полиэтиленовые пакеты, так как в них нет доступа воздуха, в результате чего температура резко повышается, что приводит к быстрой порче грибов.

Грибы надо осторожно срезать острым ножом, желательно из нержавеющей стали, или срывать, покачивая ножку из стороны в сторону, чтобы не разрушить грибницу, не разворошить лесную подстилку. Не надо собирать очень мелкие грибы – пусть подрастут.

Грибы бывают:

1) *съедобные* – боровики, подберезовики, подосиновики, опята, маслята, лисички, сыроежки, шампиньоны, грузди, рыжики, волнушки, моховики, валун, зеленки и др. (есть малоизвестные съедобные грибы: колпак кольчатый (курочка), толстушка, дождевик (в молодом возрасте),

вешенка обыкновенная, рядовка фиолетовая, говорушка серая, чесночник, гриб-зонтик пестрый и др.);

2) *несъедобные*– перечный гриб, желчный гриб, рядовка мыльная, говорушка листолюбивая, паутинник горький, огневка еловая и т. д.;

3) *условно съедобные*– сморчки настоящий и обыкновенный (можно есть, отварив 15 мин или высушив на солнце), свинушка и др.;

4) *ядовитые*– мухоморы красный и поганковидный, волоконница земляная, опенок ложный, поганка бледная (или мухомор белый), строчок подозрительный, сыроежка ядовитая, сатанинский гриб и некоторые другие.

#### Съедобные грибы

**Боровик** растет в старых сосновых, еловых, березовых и дубово-широколиственных лесах, часто большими семьями. Встречается с мая по октябрь. Иногда боровик путают с желчным грибом.

Шляпка белого гриба иногда достигает 27 см в диаметре. Окраска ее зависит от того, в каком лесу вырос боровик: вишнева-красная и темно-бурая – боровик вырос в сосновом бору, ножка у него короткая, толстая; темно-бурая, почти черная – боровик вырос на достаточно освещенном месте; почти белая – в затененном месте.

**Подосиновик** (осиновик желто-бурый) встречается по всей лесной зоне в сухих смешанных лесах (березово-сосновых, елово-березовых), иногда под листьями папоротника. Часто растет поодиночке. Красноголовик (осиновик красный) встречается часто, иногда очень обильно

по всей лесной зоне под молодыми деревцами и лиственном мелколесье, обильно в осинниках, да и шляпка у него окрашена под красный осенний осиновый лист.

**Подберезовик обыкновенный** – самый ценный и крупный, а всего известно более 11 разновидностей этого гриба. Встречается только в березовых или смешанных с березой лесах, растет мая по октябрь, влаголюбив, поэтому урожай их бывает особенно большой, если лето и осень теплые и влажные. Гриб очень быстро растет и быстро стареет, становится мягким, дряблым, во время дождей, как губка, впитывает воду. Мякоть гриба белая, на изломе не темнее, но при кулинарной обработке становится черной.

**Груздь** растет преимущественно в хвойных лесах. Шляпка у него воронкообразная, белая или темноватая, пластинки частые, ножка плотная, одного цвета со шляпкой, мякоть ломкая, белая, млечный сок – едкий.

**Опята** растут на пнях, поваленных деревьях, корнях. Самые вкусные – опята осенние. Опята летние и зимние не стоит собирать, они намного хуже. Хороший опенок легко спутать с ложным, ядовитым, который по окраске значительно ярче и мякоть у него желтая, а не белая, вкус у мякоти горький.

**Маслята** растут в хвойных лесах, на полянах, на порубках, в горелых местах, у обочин лесных дорог. От утренней росы шляпки маслят бывают сплошь покрыты слоем смази. Перед употреблением в жизни надо снять верхнюю тонкую пленку.

**Лисички** – единственные грибы, которые не бывают червивыми. Встречаются во всех лесах, особенно их много в сырое лето. Растут большими семьями. Нередко попадает очень яркий, красновато-оранжевый грибок, похожий на лисичку. Но это ложная лисичка – ядовитый, несъедобный гриб.

**Сыроежки** красуются в сосново-березовых лесах с июня до ноября. Их много видов: желтые, зеленые, бордовые, красные, вишневые, фиолетовые. Чтобы они не были ломкими, сыроежки ошпаривают кипятком.

#### Советы

Чистить грибы надо ножом из нержавеющей стали.

Чтобы избавиться от червей, следует отрезать ножку гриба, срезать и выбросить трубчатый слой у шляпки, ножку разрезать вдоль и вместе со шляпкой положить в таз с подсоленной водой. Через 2–3 ч личинки осядут на дно, а грибы можно промыть и готовить.

Грибы нельзя долго вымачивать.

Грибы – продукт скоропортящийся, поэтому их переработку нельзя оставлять на завтра. При долгом хранении грибов в тепле в них накапливаются вредные для человека вещества.

Чтобы грибы не чернели при их обработке, по мере чистки их кладут в кастрюлю с холодной, слегка подсоленной водой, в которую добавляют немного уксуса или лимонной кислоты.

Грибы нельзя варить при слишком сильном или слишком слабом огне: они станут жесткими или дряблыми. Грибы варят

на среднем огне 10–15 мин – легко нарезанные, 20–25 мин – крупные.

В грибные блюда не следует класть острые приправы, чтобы не заглушить приятный грибной вкус. По этой же причине их не следует сильно солить.

Готовые грибные блюда можно хранить в холодильнике 24–30 ч. Нельзя оставлять на следующий день грибные блюда, приготовленные с картофелем.

Чтобы отвар подберезовиков и подосиновиков не почернел, грибы перед приготовлением надо обдать кипятком и подержать в этой воде 10 мин, затем промыть.

Если сушеные грибы подержать несколько часов в подсоленном молоке, они станут как свежие.

Салаты из грибов

Салат из свежих грибов

*Ингредиенты: 350 г грибов, 2 ст. ложки растительного масла, перец, хрен, соль, зелень петрушки.*

**Приготовление:** свежие грибы очистить, промыть и отварить в течение 30 мин. Затем откинуть на дуршлаг, мелкие грибы использовать целыми, крупные порезать ломтиками и уложить в салатницу. Сверху грибы полить растительным маслом, посолить, добавить перец, натертый хрен и посыпать зеленью петрушки.

Салат из маринованных грибов

*Ингредиенты: 200 г грибов, 1 яблоко, 1 луковица, 3 ст. ложки растительного масла, черный перец молотый, соль, зелень укропа.*

**Приготовление:** грибы нарезать соломкой, яблоко натереть на крупной терке, лук мелко нарезать. Все соединить, перемешать, заправить растительным маслом, поперчить и посолить. Массу выложить в салатницу, украсить кольцами репчатого лука и мелко нарезанной зеленью укропа.

Салат из соленых грибов

*Ингредиенты: 350 г грибов, 3 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, зеленый лук.*

**Приготовление:** грибы нарезать дольками, залить растительным маслом (можно сметаной), сверху посыпать шинкованным репчатым или зеленым луком.

Грибной винегрет

*Ингредиенты: 250 г соленых грибов, 2 луковицы, 1 свекла, 2 картофелины, 1 свежий огурец, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки лимонной кислоты, листья салата, зелень петрушки и сельдерея.*

**Приготовление:** мелко нарезать грибы. Огурец, отваренные морковь, свеклу и картофель нарезать мелкими кубиками. Все компоненты перемешать. Растительное масло смешать с разведенной лимонной кислотой и залить перемешанные продукты. Винегрет раскладывать по тарелкам на листья салата, сверху украсить петрушкой и сельдереем.

Салат с картофелем и отварным мясом

*Ингредиенты: 5 картофелин, 2 луковицы, 300 г отварного мяса (свинина или говядина), 300 г свежих (любых) грибов, 150 г сыра, 250 г майонеза, 2 ст. ложки растительного масла, укроп.*

**Приготовление:** все выкладывается на красивое блюдо послойно: 1-й слой – тертый отварной картофель, 2-й слой – грибы, поджаренные с большим количеством лука на растительном масле (все мелко рубленное), 3-й слой – нарезанное очень мелкими кусочками мясо, сверху – слой майонеза, 4-й слой – тертый сыр и опять майонез. Все посыпать измельченной зеленью и дать постоять в прохладном месте несколько часов.

#### Салат с фасолью

*Ингредиенты: 220 г фасоли, 1–2 ст. ложки сахара, сушеные грибы, майонез, 1 морковь, 1–2 луковицы, подсолнечное масло, 250 мл молока, черный молотый перец.*

**Приготовление:** сварить фасоль. Оставить в отваре на несколько часов, добавив туда немного сахара. Потом отвар слить. Замочить сухие белые грибы в молоке на несколько часов. Отжать. Нарезать мелкой соломкой. Лук нарезать кубиками, немного поджарить на подсолнечном масле (до золотистого цвета), добавить тертую морковь, грибы и немного бульона или воды. Тушить до готовности. Фасоль смешать с тушеной морковью и грибами. Добавить немного майонеза (так, чтобы салат не был жидким). Посолить. Можно добавить черный молотый перец.

#### Салат с солеными грибами

*Ингредиенты: 3–5 отварных картофелин, 1–2 огурца, 1/2 стакана соленых грибов, 50 г сметаны, 2 ст. ложки растительного масла, зелень укропа и петрушки, 1–2 редиски.*

**Приготовление:** отварной остуженный картофель нарезать кубиками, смешать с нарезанным огурцом и

солеными грибами, залить сметаной и 2 столовыми ложками растительного масла. Украсить зеленью укропа, петрушки и мелко нарезанным и редисками.

#### Салат грибной

*Ингредиенты: 4 свеклы, 1 кг свежих грибов, 2 луковицы, 4 яйца, зелень, соль, майонез.*

**Приготовление:** свеклу, грибы и яйца отварить, почистить и мелко нарезать. Лук и зелень измельчить. Все перемешать и заправить майонезом.

#### Салат из грибов с картофелем

*Ингредиенты: 600 г соленых или маринованных грибов, 800 г отварного картофеля, 500 г репчатого лука, черный молотый перец, соль, 1 стакан сметаны.*

**Приготовление:** грибы вымыть, нарезать полосками, картофель – кубиками. Лук мелко нарезать и смешать со сметаной, солью и перцем. Полученным соусом залить грибы и картофель.

#### Грибы закусочные

*Ингредиенты: 500 г шампиньонов, 125 мл любого уксуса (кроме яблочного), 80 мл растительного масла, 10–20 горошин черного перца, 2–3 дольки чеснока, соль, 3 ч. ложки сахара.*

**Приготовление:** грибы помыть, положить на сковороду, налить туда масло, уксус, посолить, добавить сахар, перец. Жидкость будет плескаться на дне – так надо. Все это поставить на огонь, довести до кипения, закрыть крышкой и кипятить на слабом огне 5–7 мин. Снять с огня, добавить мелко нарубленный чеснок. Переложить в банку и на 3–4 ч в холодильник.



### Салат с грибами и лимонным соком

*Ингредиенты: 500 г шампиньонов, 2 луковицы, 400 г отваренного риса, 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ст. ложка лимонного сока, 150–200 г укропа, 2–3 дольки чеснока, 2 ст. ложки майонеза.*

**Приготовление:** обжарить грибы с луком до золотистого цвета. Отваренный рис перемешать с остуженными грибами. Мелко порезать укроп и пропустить его через чесночницу. В массу из риса и грибов положить чеснок, добавить майонез, соевый соус, лимонный сок по вкусу. Все хорошо перемешать и поставить в холодильник не менее чем на 4–5 ч (лучше на ночь). Можно поперчить.

### Салат с изюмом

*Ингредиенты: 300 г соленых грибов (лучше шампиньонов), 500 г консервированного зеленого горошка, 3 ст. ложки изюма, 3 ст. ложки грецких орехов, 3 картофелины, 1 яблоко, сок 1 лимона, зелень, лук (перо), соль, перец, растительное масло.*

**Приготовление:** картошку сварить «в мундире», остывшую порезать на мелкие кубики, яблоко покрошить кубиками, сбрызнуть лимонным соком, добавить изюм, предварительно распаренный и очищенный от хвостиков, и мелко порубленные орехи. Порезать и добавить в салат грибы и горох из банки. Посолить, поперчить щедро, полить маслом, перемешать, посыпать нашинкованным луком и зеленью.

### Салат с кукурузой

*Ингредиенты: 1 банка консервированных шампиньонов, 1 банка консервированной кукурузы, майонез, 2 луковицы, 2–3 дольки чеснока, соль по вкусу.*

**Приготовление:** грибы и лук порезать небольшими кусочками, затем обжарить на сковороде. В миску выложить кукурузу (предварительно слив воду). Туда же выложить все из сковороды (когда немного приостынет), посолить, добавить майонез, чеснок и все перемешать.

Салат с курицей и солеными огурцами

*Ингредиенты: 500 г куриного филе, 4 соленых огурца, 200 г маринованных или соленых грибов, 250 г майонеза.*

**Приготовление:** куриное филе разобрать на волокна, огурчики мелко нарезать кубиками, грибы мелко нарезать, все перемешать, заправить майонезом.

Салат с горчицей

*Ингредиенты: 25 г готовой горчицы, 25 мл уксуса, 50 мл оливкового масла, 150 г сельдерея (корни), 25 г зелени сельдерея, 50 г ветчины, 50 г маринованных грибов, 100 г яблок, 75 г майонеза, 150 г картофеля, 150 г свеклы, 25 г зелени петрушки.*

**Приготовление:** горчицу, уксус, оливковое масло взбить и залить полученной заправкой мелко нарезанную зелень и корни сельдерея. Выдержать 1 ч, а затем добавить нарезанные ломтиками ветчину, маринованные грибы, яблоки и осторожно перемешать с майонезом. Смесь положить в салатницу и украсить дольками вареного картофеля, свеклы и зеленью петрушки.

Салат с грибами и помидорами

*Ингредиенты: 300 г свежих вареных грибов, 300 г помидоров, 200 г картофеля, 1 луковица, растительное масло.*

**Приготовление:** картофель сварить в кожуре. Помидоры разрезать на 4 части, грибы нарезать кусочками, а картофель – кубиками. Все компоненты смешать, добавить немного мелко нашинкованного лука, соль, заправить растительным маслом.

Тушеные грибы

Грибы фаршированные

*Ингредиенты: 500 г свежих грибов (сыроежек или шампиньонов), 2 ст. ложки маргарина или жира, 1 яйцо, 3 ст. ложки панировочных сухарей, 3 ст. ложки тертого сыра, 1 ст. ложка сливочного масла, соль, зелень петрушки.*

**Приготовление:** отобрать сыроежки или шампиньоны с круглой шляпкой и промыть в воде. Ножки отделить от шляпок, мелко порубить и тушить в жире вместе с нашинкованным луком. Затем охладить, добавить сухари, сырое яйцо, приправы. Целые сырые шляпки грибов заполнить полученной смесью, уложить в смазанную жиром посуду, сверху посыпать тертым сыром и положить кусочки масла. Поставить в горячую духовку и запекать до готовности. Грибы должны слегка подрумяниться.

**Г а р н и р:** отварной картофель или рис с грибным соусом.

Перец сладкий фаршированный

*Ингредиенты: 5 ч. ложек кедровых орешков, 5 маленьких луковиц, 5 стеблей сельдерея, 2 цуккини, 5 ч ложек подсолнечного масла, 150 г длиннозерного риса, 750 мл куриного бульона, соль, черный молотый перец, 5 ст. ложек*

*мягкого плавленого сыра, 5 стручков красного сладкого перца, 1 ч. ложка сухого майорана.*

**Приготовление:** кедровые орехи обжарить на сухой сковороде без добавления жира. Лук очистить и порубить. Сельдерей и цуккини вымыть, очистить и нарезать мелкими кубиками. Лук, сельдерей и цуккини пассеровать в разогретом растительном масле, выложить из сковороды и поставить в теплое место. Рис обжарить до прозрачности в жире, оставшемся от жаренья овощей. Влить 2/3 бульона и 15 мин тушить на самом слабом огне. Добавить овощи и продолжать тушить все вместе еще 3 мин. Посолить, поперчить, приправить майораном. Перемешать с плавленым сыром и орешками. Заполнить стручок рисово-овощной смесью, положить в форму для запекания, накрыть «крышечкой», влить оставшийся бульон и 30 мин тушить под крышкой. Украсить по желанию пряной зеленью.

Грибы свежие, тушеные с картофелем

*Ингредиенты: 1 мисочка отваренных свежих грибов, 5 картофелин, 50 г шпика, 1 луковица, 1/2 стакана сметаны, соль по вкусу.*

**Приготовление:** грибы очистить, отварить в подсоленной воде и положить в кастрюлю. Добавить часть поджаренного с луком шпика и все поджарить вместе, затем залить грибным отваром и тушить. В середине тушения добавить нарезанный сырой или поджаренный картофель. При подаче на стол добавить оставшийся поджаренный с луком шпик, сметану и соль по вкусу.

Грибы, тушеные со шпиком

*Ингредиенты: 1 мисочка отваренных грибов, 70 г шпика или сала, 1 ст. ложка муки, 1 луковица, 1/2 стакана сметаны, соль.*

**Приготовление:** грибы очистить, промыть, отварить в подсоленной воде и положить в кастрюлю. Добавить сало и обжарить, положить муку, влить грибной отвар и тушить в закрытой посуде. Под конец добавить поджаренный с луком шпик, сметану и соль по вкусу.

Грибы и овощи

*Ингредиенты: 2 ст. ложки кунжута, 12 г имбирного корня, 1 долька чеснока, 1 стручок перца или, 1 пучок зеленого лука, 2 моркови, 250 г замороженного шпината, 200 г шампиньонов, по 3 ст. ложки растительного масла и соевого соуса, смесь пряных трав, 175 г прозрачной лапши.*

**Приготовление:** кунжут обжарить без добавления жира. Имбирь, чеснок и перец или порубить. Лук, морковь и грибы очистить. Пассеровать имбирь, чеснок, морковь в 2 столовых ложках растительного масла. Добавить шпинат и, постоянно помешивая, жарить в течение 4 мин. Положить соевый соус и тушить еще 2 мин. По вкусу посолить и приправить смесью пряных трав. В сковороде разогреть остатки растительного масла. Лапшу разломить на кусочки, порциями обжарить в масле и выложить на бумажное полотенце. Лапшу подать с грибами и овощами, посыпать жареным кунжутом.

Ассорти из овощей с грибами

*Ингредиенты: 4 стручка сладкого перца, 2 корня фенхеля, 5 помидоров, 300 г шампиньонов, 5 ст. ложек оливкового масла, 5 ст. ложек белого винного уксуса, 1 ч.*

*ложка меда, соль, молотый кориандр, 1 ч. ложка сушеного розмарина, 250 г салями.*

**Приготовление:** сладкий перец вымыть, разрезать пополам и, удалив плодоножки и семена, нашинковать соломкой. Фенхель, вымыв, очистив, срезав зелень, нарезать тонкими ломтиками. Помидоры нашинковать кружочками. Шампиньоны обтереть влажной салфеткой и в зависимости от размера разрезать пополам или на четвертушки. Перец, фенхель и грибы быстро обжарить в раскаленном оливковом масле, затем уменьшить огонь и, помешивая, тушить 10 мин. Снять овощи со сковороды и перемешать с помидорами. Сок от жаренья развести уксусом и медом, приправить солью, кориандром и розмарином. Довести до кипения и выложить овощи в маринад. Салями нарезать тонкими ломтиками, вместе с овощами выложить на большое блюдо. Украсить по желанию листиками базилика и подать вместе с хлебными палочками, посыпанными кунжутом.

Сморчки тушеные

*Ингредиенты: 500 г сморчков, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1/2 стакана сметаны, соль.*

**Приготовление:** сморчки замочить на 1 ч в холодной воде, чтобы отмокла приставшая к ним земля, затем хорошенько промыть и 15 мин варить в подсоленной воде. Отвар вылить. Отваренные грибы выбрать шумовкой, промыть и положить в кастрюлю, добавить масло и поджарить. Затем посыпать мукой, влить воду, сметану и тушить.

Г а р н и р: отварной картофель или картофельное пюре.

Грибы провансаль

*Ингредиенты: 250 г грибов (рядовка серая, рыжик еловый), 40 мл растительного масла, 60 мл белого вина или сидра, 150 мл говяжьего бульона, 150 г ветчины, 4 кусочка хлеба, 1/2 лимона, соль.*

**Приготовление:** грибы порезать в виде лапши и тушить в половине порции растительного масла, постепенно добавляя мясной бульон. Затем добавить натуральное белое вино. Грибы положить на кусочки подогретой в масле ветчины и подавать к ним обжаренный на масле хлеб, сбрызнутый лимонным соком.

Конвертики из ветчины с грибами

*Ингредиенты: 300 г грибов (зеленушка, рядовка серая, опята, сыроежки), 50 г сала, 200 г ветчины или ветчинно-рубленной колбасы, 2 луковицы, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** грибы мелко нарезать и потушить с салом и луком. Добавить черный перец и соль. Когда грибы станут мягкими, их нужно немного остудить, затем завернуть их в тонкий ломтик ветчины (или колбасы) в виде конвертиков. Уложить их на смазанный противень и запечь в духовке. Подавать с подсоленным батоном или белым хлебом.

Мясо, тушенное с грибами

*Ингредиенты: 250 г мяса, 400 г грибов, 1 ч. ложка муки, 1 ст. ложка жира, 2 помидора, 2 луковицы, соль, зелень.*

**Приготовление:** перебрать грибы, очистить их от кожицы, тщательно промыть и нарезать кусочками. Мелко нарезанный лук тушить в закрытой посуде с частью жира в небольшом количестве подсоленного кипятка. Когда лук станет мягким, положить мяса и продолжать тушить, добавляя

понемногу кипятка. Когда мясо будет почти готово, добавить грибы, часть помидоров, нарезанных ломтиками, поставить в духовку, чтобы все хорошо утушилось. Кипяток больше подливать не нужно, потому что грибы пустят сок. В сваренные грибы добавить разведенную холодной водой муку и дать еще немного покипеть. Подавать на стол тушеное мясо с грибами горячим, добавив остаток жира, измельченную зелень укропа и петрушки, сметану.

Рагу грибное

*Ингредиенты: 250 г грибов, 1/2 пучка зеленого лука, 30 мл растительного масла, томат-пюре, 2–3 картофелины, 3 ст. ложки риса, 2 ст. ложки гороха, зелень петрушки, черный молотый перец.*

**Приготовление:** грибы и лук крупно нарезать, тушить в масле 10 мин. Посолить, залить кипятком с разведенным томатом-пюре и довести до кипения. Добавить нарезанный кубиками картофель, а через 5 мин – рис и горох. Выдержать на очень слабом огне в течение 20 мин. Снять с огня и посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки и молотым перцем.

Картофель, фаршированный солеными грибами

*Ингредиенты: 10 картофелин, 250 г грибов, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 большие луковицы, 4 ст. ложки сметаны, зелень укропа, петрушки.*

**Приготовление:** очистить картофель, промыть его, ножом вынуть сердцевину. Мелко нарезать соленые грибы, добавить пассерованный лук и сметану, перемешать, затем все обжарить. Полученным фаршем наполнить



подготовленные картофелины, положить в кастрюлю, добавить лавровый лист, соль, зелень, сметану и в закрытой посуде тушить до готовности. При подаче на стол блюдо полить сливочным маслом.

#### Грибы пикантные

*Ингредиенты: 750 г грибов, 40 г жира, 30 г муки, 1 маленькая луковица, 250 мл бульона, 1 ст. ложка горчицы, травяной уксус, соль, перец, сахар.*

**Приготовление:** подготовленные грибы нарезать, потушить, чтобы выделился грибной сок. В горячем жире слегка поджарить муку и нарезанный кубиками лук, влить бульон или грибной сок, крепко заправить горчицей, травяным уксусом, солью, перцем и щепоткой сахара. В этом соусе довести грибы до готовности

#### Шампиньоны

*Ингредиенты: 1 кг шампиньонов, 1 городская булка, 1 ч. ложка сливочного масла, 1 стакан грибного бульона, зелень петрушки, лимонный сок, соль. Для соуса: 1 луковица, 1/2 стакана белого сухого вина, 1 ст. ложка топленого масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 стакана бульона, 1/2 стакана сливок, 100 г сливочного масла, 3 яйца (желтки), лимонный сок, соль.*

**Приготовление:** шампиньоны очистить от кожицы, промыть, нарезать кружочками, сложить в кастрюлю, посолить, добавить масло, лимонный сок и бульон. Закрывать крышкой и тушить до мягкости. Затем залить соусом и поставить кастрюлю на 15–20 мин на сковороду с кипящей водой, чтобы шампиньоны хорошо пропитались соусом. Булку

очистить от корок, нарезать полумесяцами, обжарить в масле до золотистого цвета. Шампиньоны переложить в глубокое блюдо и посыпать зеленью петрушки. Блюдо подать горячим.

**С о у с:** луковицу мелко нарезать, промыть холодной водой, положить в эмалированную кастрюлю, залить вином, закрыть крышкой и тушить на огне до тех пор, пока лук не впитает все вино. Положить туда же топленое масло и муку. Снять с огня, хорошо растереть, добавить бульон, сливки, лимонный сок, соль. Размешать, чтобы не было комков. Поставить на небольшой огонь и проварить до густоты сметаны. Процедить через марлю, положенную на дуршлаг, добавить сливочное масло, растертое с желтками, и прогреть на пару (не давая кипеть), чтобы исчез запах сырых желтков.

Шампиньоны, тушеные с орехами

*Ингредиенты: 600 г грибов, 4 ст. ложки масла, 1/2 стакана очищенных грецких орехов, 1–2 дольки чеснока, 1/4 стакана уксуса, укроп, соль по вкусу.*

**Приготовление:** очищенные и вымытые грибы нарезать ломтиками, сложить в сотейник, посолить и тушить на растительном масле 30–40 мин. Грецкие орехи истолочь с чесноком, солью, развести уксусом и все добавить к грибам, перемешать и тушить еще 5 мин. При подаче на стол посыпать зеленью.

Гуляш грибной

*Ингредиенты: 600 г грибов, 300 г мяса, 100 г перца, 1 лавровый лист, 1 луковица. 1 ст. ложка жира, соль по вкусу.*

**Приготовление:** мелко нарубленные подосиновики и подберезовики смешать с кусочками говядины, добавить

сладкий перец, нарезанный соломкой, кружочки помидоров, лавровый лист, пассерованный на жире мелко нарезанный репчатый лук, соль и все тушить на слабом огне 45 мин.

Рагу из лисичек и сыроежек

*Ингредиенты: 400 г грибов, 2 моркови, 1–2 репы, 2 луковицы, 5–6 картофелин, 2 ст. ложки томата-пюре, 3 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, укроп, соль.*

**Приготовление:** обжарить в масле очищенные, промытые и нарезанные грибы, нарезанную кубиками морковь и репу, нашинкованный лук – все по отдельности. Затем сложить в кастрюлю вместе с тонкими ломтиками сырого картофеля, залить кипятком, томатным пюре и тушить до готовности 20–25 мин. Посыпать укропом, добавить сметану и еще раз прокипятить.

Вешенки тушеные (см схему)

*Ингредиенты. На 500 г грибов: 1–2 луковицы, 30 г сливочного масла, 1 яйцо (желток), 100–150 г сметаны, соль, черный молотый перец, укроп по вкусу.*

**Приготовление:** свежие грибы обдать кипятком, нарезать брусочками, положить в кастрюлю. Нарезать полукольцами лук, поджарить на сливочном масле, смешать с грибами, добавить немного воды, посыпать перцем и тушить 30–35 мин. Заправить сметаной и потушить еще 5–7 мин. Еще лучше заправить сметаной, размешанной с натертым сыром, яичным желтком и мелко нарезанной зеленью укропа (без дополнительного тушения).

### Вешенки тушеные

**Ингредиенты:**

 500 г грибов	 2 луковицы	 30 г сливочного масла	 1 яйцо	 150 г сметаны
 соль	 перец	 укроп		

**Приготовление:**



**Примечание**  
Свежие грибы обдать кипятком, нарезать брусочками, положить в кастрюлю. Нарезать полукольцами лук, поджарить на сливочном масле, смешать с грибами, добавить немного воды, посыпать черным перцем и тушить 30–35 мин. Заправить сметаной и потушить еще 5–7 мин. Еще раз заправить сметаной, размешанной с натертым сыром, яичным желтком и мелко нарезанной зеленью укропа (без дополнительного тушения).

### Грибы с сосисками

*Ингредиенты: 400 г свежих грибов, 8 сосисок, 50 г копченого шпика, 2 луковицы, 200 мл яблочного сока, 1/2 корня сельдерея, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** разрезать сосиски вдоль и поджарить со шпиком. В оставшемся жире поджарить мелко рубленый лук и сельдерей, добавить яблочный сок и довести до кипения. Потом добавить подготовленные измельченные грибы и приправы. Через несколько минут положить сосиски и все продукты тушить до готовности.

**Г а р н и р:** отварной картофель или рис и салат из овощей.

### Свиной шницель с грибами

*Ингредиенты: 4 шницеля, 200 г тушеных грибов, 2 луковицы, 5 помидоров, 2 ст. ложки тертого сыра, 250 мл томатного соуса, 1/2 ч. ложки тмина, жир, перец, соль.*

**Приготовление:** шницели натереть солью, перцем, мелкорубленным луком, тмином и обжарить с обеих сторон. Затем снять со сковороды и поставить в теплое место. На этой же сковороде слегка обжарить помидоры, нарезанные дольками, предварительно посолив и поперчив их. На помидоры положить шницели, обложить тушеными грибами, а сверху полить томатным соусом.

Г а р н и р: рассыпчатый рис или отварной картофель.

### Белые грибы с маслом

*Ингредиенты: 500–600 г очищенных грибов, 30 мл растительного масла, черный молотый перец, зелень укропа, 30 г растопленного сливочного масла, ломтики лимона.*

**Приготовление:** грибы нарезать мелкими ломтиками и потушить с маслом и водой до готовности. Посолить, посыпать черным молотым перцем и рубленой зеленью укропа, полить растопленным маслом и подать на стол. На каждую порцию выложить по ломтику лимона.

### Гуляш из грибов

*Ингредиенты: 1 кг грибов, 60 г шпика, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 250 мл воды, соль, черный молотый перец.*

**Приготовление:** подготовленные грибы нарезать кусочками 0,5 см толщиной. Кубики шпика и лука поджарить, заправить ими грибы, посолить, посыпать мукой, красным

перцем и довести до готовности. Если дополнить блюдо помидорами, оно приобретет пикантный вкус.

Грибы с овощами

*Ингредиенты: 50 г копченого сала, 1 луковица, 250 г моркови, 150 г свежего гороха, 500 г картофеля, 500 мл бульона, 1 ст. ложка томатной пасты, 500 г грибов, 2 ст. ложки нарезанной петрушки.*

**Приготовление:** кубики лука жарить в мелко нарезанном салe. Подготовленные овощи и картофель нарезать маленькими кубиками и соединить с салом и луком. Размешав в бульоне томатную пасту и немного соли, залить массу. Как только смесь закипит, закрыть кастрюлю, поставить на слабый огонь и варить до полуготовности. Затем добавить подготовленные и нарезанные мелкими кусочками грибы. Через 15 мин снять с огня и посыпать зеленью петрушки.

Икра грибная

*Ингредиенты: 450 г свежих грибов, 250 г соленых грибов, 60 г сушеных грибов, 2 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, зеленый лук, столовый уксус, перец, соль.*

**Приготовление:** для приготовления икры необходимо свежие грибы потушить в собственном соку до тех пор, пока он не испарится. Соленые грибы вымочить. Сушеные грибы вымочить, отварить, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Затем грибы мелко нарезать, смешать с рубленным луком, слегка поджаренным в растительном масле до золотистого цвета, заправить приправами и посыпать мелко нарубленным луком.

Холодные закуски

Яйца, фаршированные грибами

*Ингредиенты: 30 г сушеных грибов, 7 яиц, 2 луковицы, 2 ст. ложки топленого масла, 3 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки майонеза, 1 ст. ложка острого томатного соуса, соль, зелень петрушки.*

**Приготовление:** сваренные вкрутую яйца очистить, срезать тупой конец яйца, вынуть желток и растереть его. Отваренные грибы мелко порубить и соединить с поджаренным на топленом масле луком и растертым желтком. Посолить. Полученным фаршем заправить яйца, прикрыть сверху шляпками из белков. «Грибочки» поставить на тарелку, залить соусом и украсить зеленью петрушки.

С о у с: майонез и сметану, в смесь добавить острый томатный соус.

Паштет грибной

*Ингредиенты: 200 г свежих грибов, 2 луковицы, 6 яиц, 100 г корейки, 1/2 ст. ложки растительного масла, 1/2 ч. ложки тмина, черный молотый перец, соль.*

**Приготовление:** грибы очистить, вымыть, обдать кипятком. Сварить вкрутую 5 яиц. Порезать мелко ножом грибы и яйца. Мелко нарезать лук и обжарить его в растительном масле. Порубленные грибы и яйца соединить с обжаренным луком, вбить сырое яйцо, добавить соль, перец и тмин. Хорошо размешать. Прибавить мелко нарезанную корейку, вымешать и сформовать шар. Завернуть его в марлю, завязать концы и варить 10–15 мин. Вынуть, поместить между

двумя дощечками, прижать гнетом и оставить на 3–4 ч. Перед подачей на стол нарезать кусочками и полить сметаной.

Паштет из гусиных печенок с грибами

*Ингредиенты: 12 гусиных печенок, 4 яйца, 3 стакана молока, 1,5 стакана тертой булки, 150 г сливочного масла, 6 шампиньонов, 1/2 лимона, мускатный орех, соль, 100 г шпика.*

**Приготовление:** гусиные печенки вымочить несколько часов в молоке, мелко порубить. Шпик порезать, поджарить с печенками, вбить яйца, положить тертую черствую булку, мелко порезанные шампиньоны, выжать сок из пол-лимона, добавить мускатный орех, соль, перемешать. Положить этот фарш в смазанную маслом и обсыпанную сухарями кастрюльку и запечь. Пропустить через мясорубку, добавить 100 г сливочного масла, протереть сквозь сито, выложить на блюдо. Нож помочить в оливковом масле, сгладить паштет, украсить майонезом. Подать к нему соус из грибов.

Жареные грибы

Шашлык из грибов

*Ингредиенты: 600 г свежих грибов, 200 г свиного сала, 3 луковицы, 3 ст. ложки томатного пюре, перец, соль.*

**Приготовление:** шляпки грибов промыть в воде, 20 мин прокипятить и подсушить. Затем грибы нанизать на тонкие шампуры или палочки, чередуя с кусочками сала и лука, все обжарить на сковороде, перед окончанием приготовления посолить и поперчить. Подавать на стол на шампурах.

Г а р н и р: маринованные или соленые помидоры.

Боровики жареные



*Ингредиенты: 1 мисочка очищенных боровиков, 80 г муки, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 125 г сметаны, 1 луковица, соль.*

**Приготовление:** жарить лучше всего шляпки боровиков. Для этого их нужно очистить, промыть, нарезать крупными ломтиками, мелкие шляпки можно не разрезать и варить 7 мин в подсоленной воде. Выбрать шляпки шумовкой, дать воде стечь, затем обвалить грибы в муке и жарить на масле или на сале, пока они не станут румяными. Потом добавить поджаренный на масле лук, залить сметаной и довести до кипения. Отваренные шляпки боровиков можно смочить взбитым яйцом, обвалить в сухарях, обжарить на масле, затем поставить в духовку и дожарить. При подаче на стол полить растопленным маслом.

Г а р н и р: картофельное пюре или жареный картофель.

Грибы, зажаренные в тесте

*Ингредиенты: 600 г свежих грибов, 3 ст. ложки растительного масла, 250 мл молока, 2 яйца, 160 г муки, 2 ст. ложки тертого сыра, зелень петрушки, соль.*

**Приготовление:** муку смешать с яйцами, разведенными в молоке, добавить растительное масло, тертый сыр и соль. Все тщательно перемешать. Затем в полученную массу окунать грибы и жарить на маргарине до тех пор, пока они не подрумянятся. Перед подачей на стол блюдо полить майонезом и украсить листочками петрушки.

Икра грибная

*Ингредиенты. На 250 г соленых грибов (или 50 сухих): – 1 луковица, 1–2 ст. ложки растительного масла.*

**Приготовление:** икру грибную можно приготовить из разных соленых или сухих сваренных грибов. Соленые грибы промыть и, дав стечь воде, мелко порубить, затем нарезать репчатый лук, слегка поджарить его на растительном масле, охладить и смешать с грибами, прибавив немного перца. Из сваренных сухих грибов икру можно готовить таким же способом. Для более острого вкуса добавить лимонный сок или уксус, соль и перец, а также посыпать икру мелко нарезанным зеленым луком.

Грибы в сметане

*Ингредиенты: 1 кг грибов, 100 г тертого сыра, 50 г сливочного масла, 2 луковицы, 500 г сметаны, соль, перец по вкусу.*

**Приготовление:** нарезанные грибы поджарить, залить сметанным соусом, положить в глубокую сковороду, сверху маленькими кусочками положить масло или слой тертого сыра и запечь в духовом шкафу.

**С о у с:** смешать 2 стакана сметаны, 1 столовую ложку муки, мелко нарезанный и обжаренный лук, соль, перец и при непрерывном помешивании кипятить 5-10 мин.

Жаркое из грибов-дождевиков

*Ингредиенты: 500 г грибов, 500 г картофеля, 50 мл растительного масла, 1 лавровый лист, 2 луковицы, щепотка черного молотого перца, 1/2 стакана сметаны, соль.*

**Приготовление:** белые (твердые на ощупь) дождевики нарезать ножом. Если внутренность желтая, гриб перезрел и в пищу не годится. Мякоть и внутри должна быть твердой, наружный твердоватый слой следует соскоблить или срезать.

Большие грибы разрезать на несколько частей, мелкие, взять целиком. Грибы промыть в двух-трех водах, положить на сковороду, прибавить мелко нарезанный лук, лавровый лист перец, картофель, посолить, обжарить на масле 15–20 мин, прибавить сметану и тушить 10 мин.

Поджарка с грибами

*Ингредиенты: 550 г свинины (корейки), 50 г животного топленого жира, 5 г сушеных грибов или 260 г свежих грибов, 50 г репчатого лука, 15 г муки, 250 г сметаны.*

**Приготовление:** мясо нарезать по 3–4 кусочка на порцию, отбить, посыпать солью, перцем, жарить до готовности, затем добавить пассерованные лук и муку, вареные, нарезанные соломкой грибы, сметану и довести до готовности.

Г а р н и р: отварной картофель, жареный картофель или картофель, жаренный во фритюре.

Вешенки жареные

*Ингредиенты. На 400–500 г шляпок вешенки: 2 яйца, 50 г муки, 40 г сухарей, 30 мл растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.*

**Приготовление:** шляпки вешенки отварить в течение 5 мин в воде, процедить, посолить, поперчить и обвалить в муке. Затем обмакнуть во взбитое яйцо, обвалить в молотых сухарях и жарить 15–20 мин на сильно разогретом растительном масле.

Грибы, жаренные с картофелем

*Ингредиенты: 230 г свежих шампиньонов, 90 г свежего картофеля, 20 мл растительного масла, 3 г соли, 2 г черного молотого перца, 5 г зелени петрушки.*

**Приготовление:** обработанные шампиньоны отварить целиком до полуготовности, нарезать ломтиками и обжарить на растительном масле. Картофель сварить в «мундире», почистить и нарезать ломтиком. Обжарить на растительном масле. Репчатый лук нарезать мелким кубиком и обжарить до готовности. Все смешать.

Супы и бульоны из грибов

Бульон грибной

*Ингредиенты: 200 г свежих грибов или 30 г сушеных грибов, 1 л воды, соль.*

**Приготовление:** очищенные и вымытые грибы отварить на слабом огне в течение 25 мин. Сушеные грибы промыть и замочить в холодной воде на 2 ч. Затем в той же воде грибы отварить в течение 40 мин до мягкости. Отвар процедить, добавить соль и подать на стол в чашках к пирожкам с мясом, с луком или ветчиной или к горячим бутербродам с сыром. Перед подачей бульон заправить укропом, петрушкой и зеленым луком.

Суп грибной с картофелем

*Ингредиенты: 280 г свежих грибов или 30 г сушеных грибов, 1 л мясного бульона или воды, 50 г репчатого лука, 250 г картофеля, 1 ст. ложка сметаны, 1 ч. ложка муки или 1 ст. ложка перловой или ячневой крупы, 2 ст. ложки сливочного масла, 50 г моркови, сельдерей, петрушка, зеленый лук, перец, соль.*

**Приготовление:** очищенные и вымытые грибы мелко нарезать и тушить в небольшом количестве масла с нарезанным луком, сельдереем и морковью до полной готовности. Картофель опустить в кипящую воду или мясной бульон и отварить до полуготовности, затем добавить тушеные грибы, приправы и варить 10 мин. Чтобы суп был более густым, можно одновременно с картофелем отварить перловую крупу либо грибы во время тушения с овощами посыпать мукой. Если суп варить на воде, то перед окончанием варки добавить 2 столовые ложки сливочного масла, если же на мясном бульоне, то верхний жирный слой снять и добавить к грибам, когда они тушатся с овощами.

Грибной бульон с овощами

*Ингредиенты: 30 г сушеных грибов, 5 картофелин, 1 морковь, 2 свежих помидора, 1 луковица, 5 кочана капусты, петрушка, перец, соль.*

**Приготовление:** вымытые и предварительно замоченные сушеные грибы сварить. Сваренные вкрутую яйца очистить, срезать тупой конец яйца, вынуть желток и растереть его. Отваренные грибы мелко порубить и соединить с поджаренным на топленом масле луком и растертым желтком. Посолить. Полученным фаршем заправить яйца, прикрыть сверху шляпками из белков, полить соусом.

С о у с: смешать майонез и сметану, добавить острый томатный соус.

Солянка грибная

*Ингредиенты: 450 г свежих грибов или 150 г соленых грибов, 1 л мясного или грибного бульона, 1 луковица, 2*

*свежих помидора, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка сметаны, 1 соленый огурец, 2 ст. ложки томата-пюре, 40 г зеленого лука, 2 ломтика лимона, корень петрушки.*

**Приготовление:** нарезать соломкой грибы, петрушку, лук и потушить в масле. Затем добавить бульон и варить 15 мин. Соленый огурец очистить от кожицы и семян, нарезать небольшими кусочками. Помидоры нарезать ломтиками и вместе с огурцом добавить в бульон с грибами. Все кипятить еще 5 мин. Перед подачей на стол добавить сметану, лимонные ломтики и измельченную зелень.

Суп из опят

*Ингредиенты: 500 г свежих опят, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сметаны, 1 луковица, зелень петрушки или сельдерея, перец, соль.*

**Приготовление:** шляпки опят тщательно промыть в холодной воде и положить в кастрюлю вместе с мелко нарубленным луком и растопленным маслом. Суп варить на небольшом огне при слабом кипении 30 мин. Затем добавить муку, разведенную в холодной воде, прокипятить еще несколько минут и заправить сметаной и специями. Перед подачей на стол суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп перловый с грибами

*Ингредиенты: 300 г свежих грибов, 3 ст. ложки перловой крупы, 3 картофелины, 1 помидор, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки сметаны, лавровый лист, зеленый лук, зелень петрушки.*

**Приготовление:** грибы очистить, хорошо промыть, отварить без добавления соли и процедить. Тушить в масле вместе с измельченным луком. Перловую крупу промыть, залить холодной водой и оставить на 2 ч для набухания, затем отварить до готовности. В грибной отвар добавить нарезанный картофель, тушеные грибы и лук. За 3 мин до окончания варки положить ломтики помидора, лавровый лист и соль. При подаче на стол суп заправить сметаной и посыпать зеленью.

Похлебка грибная

*Ингредиенты: 500 г свежих грибов, 5 картофелины, 2 ст. ложки ячневой крупы, 1 луковица, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки маргарина, 4 ст. ложки сметаны, перец, соль.*

**Приготовление:** грибы промыть, отварить и мелко нарезать. В грибной бульон положить отваренную ячневую крупу, обжаренные на масле измельченные лук и коренья, картофель, нарезанный кубиками, и варить до полной готовности. Перед подачей на стол в каждую тарелку положить грибы и сметану.

Суп грибной с перловой крупой

*Ингредиенты: 50 г сушеных грибов, 100 г перловой крупы, 2 картофелины, 2 луковицы, 125 г сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла, соль.*

**Приготовление:** грибы отварить, нашинковать, отвар процедить. Крупу отварить, добавить нарезанный картофель и, когда он сварится, влить грибной бульон, добавить нашинкованный, подрумяненный в масле лук, сметану, масло, соль. Прогреть, не доводя до кипения. Подать со сметаной.

Суп из кабачков с грибами

*Ингредиенты: 300 г свежих белых грибов, 500 г кабачков, 350 г картофеля, 100 г моркови, 50 г петрушки или сельдерея, 75 г зеленого лука, 200 г свежих помидоров, 50 г жира или 50 мл растительного масла, 50 г сметаны, 25 г укропа.*

**Приготовление:** картофель и кабачки нарезать ломтиками толщиной около 0,5 см, коренья – ломтиками и пассеровать в жире. За 2–3 мин до окончания пассерования добавить зеленый лук, нарезанный кусочками по 2–2,5 см. Очищенные и вымытые грибы нашинковать, положить в кипящий бульон и варить около 20–30 мин. В бульон с грибами добавить коренья, картофель и варить 15–20 мин. За 5–6 мин до окончания варки положить кабачки, помидоры и заправить суп по вкусу.

Суп из соленых рыжиков

*Ингредиенты: 500 г соленых рыжиков, 500 г баранины, 250 г ветчины, 125 г муки, букетик зелени, 1 ст. ложка уксуса, 1 огурец, 2 луковицы.*

**Приготовление:** вымочить рыжики в холодной воде. Затем потушить с 2 луковицами и пучком зелени (петрушка, сельдерей, лук-порей). Сварить бульон из баранины и ветчины, добавить 5 стаканов муки. Перед подачей на стол положить ложку уксуса, сахарного песка, 2 столовые ложки измельченных огурцов, рыжики, укроп и вскипятить.

Суп из шампиньонов

*Ингредиенты: 500 г шампиньонов, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 2 л бульона из костей, соль, черный молотый перец, 1 стакан сливок, 2 яйца,*



*сваренных вкрутую, 1 ст. ложка мелко нарубленной зелени петрушки.*

**Приготовление:** шампиньоны очистить, промыть и пропустить через мясорубку, затем потушить в масле вместе с натертым луком на медленном огне в течение 10 мин. Муку подсушить на сковороде, не доводя до изменения цвета, затем влить немного горячего бульона, хорошо перемешать, чтобы не было комочков, добавить приправы и влить весь оставшийся бульон. Снять суп с огня, влить сливки, посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки и крупно нарубленными яйцами.

Суп картофельный со свежими грибами

*Ингредиенты: 500 г грибов, 800 г картофеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.*

**Приготовление:** свежие грибы, белые или маслята, очистить и промыть. Корешки отрезать, изрубить и поджарить на масле. Отдельно поджарить коренья и лук. Шляпки грибов нарезать ломтиками, ошпарить, откинуть на сито и, когда вода стечет, переложить в кастрюлю, залить водой и варить в течение 40 мин. После этого в кастрюлю положить нарезанный кубиками картофель, поджаренные корешки грибов, коренья, лук, соль, перец, лавровый лист и варить еще 20–25 мин. При подаче на стол добавить сметану, мелко нарезанные зеленый лук и укроп.

Суп со свежими грибами можно приготовить и на мясном бульоне. В суп можно добавить манную крупу (по 10 г на тарелку).

Суп овсяный с грибами

*Ингредиенты: 40 г сушеных грибов, 200 г овсяной крупы, 100 г моркови, 25 г петрушки, 25 г сельдерея, 100 г репчатого лука, 25 г столового маргарина.*

**Приготовление:** сушеные грибы промыть, нашинковать и отварить. Коренья и лук нарезать мелкими кубиками и спассеровать в жире. Крупу (для большей прозрачности супа) 2–3 раза промыть горячей водой, положить в кипящий бульон и варить при слабом кипении 20–30 мин. За 5–6 мин до окончания варки добавить специи, нашинкованные грибы и соль.

Суп картофельный с сушеными грибами

*Ингредиенты: 1 кг картофеля, 100 г моркови, 25 г петрушки, 100 г репчатого лука, 30 г сушеных грибов, 25 г томат-пюре, 25 г столового маргарина, зелень.*

**Приготовление:** сварить картофельный суп на грибном бульоне. В процессе варки в суп положить вареные нашинкованные грибы.

НАПИТКИ ИЗ ДАРОВ ПРИРОДЫ

*Из овощей*

*Алкогольные напитки*

*Из различных плодов*

*Из фруктов*

На протяжении многих веков разные народы создавали различные напитки, приспособленные к условиям их стран, связанные с местным пищевым сырьем: квасы и меды в России, шербеты – на Среднем Востоке, айраны – в степных и горных районах Азии, чал – в пустынях, чай – от туманного Альбиона до Фудзиямы. Казалось бы, все они такие разные,

непохожие один на другой ни по вкусу, ни по сырью. В основе одних – хлеб и мука, других – ягодные и фруктовые соки, третьих – мед или молоко. Но если внимательно приглядеться к ним, то все они, оказывается, имеют одно сходство. И дело совсем не в их горячительности или прохладительности. Ведь такие сильные жаждоутоляющие напитки, как чай и сбитень, как раз горячее. Сходство всех подлинно жаждоутоляющих напитков состоит в том, что все они должны быть питательны.

*В. В. Похлебкин «Занимательная кулинария»*

СПРАВКА. *Пунш* – спиртной напиток, употребляемый преимущественно в горячем виде и приготовляемый из пяти составных элементов: 1) арака (или рома, коньяка, виски и т. п.); 2) лимонного сока; 3) сахара; 4) с кипятком и 5) с чаем или другими приправами и вообще специями. Название дано по количеству (пять) составных частей этого напитка, появившегося в Индии и завезенного в Европу англичанами в XVII веке.

Слово «напиток» в русский язык вошло сравнительно недавно. Еще в середине XIX века в значении «жидкость для питья» существовало слово «поиво». Слово «напиток», как утверждают лингвисты, произошло не от глагола «пить», а от глагола «напитать», т. е. насытить.

Человечество придумало множество различных напитков: холодных и горячих, хмельных и безалкогольных, газированных и негазированных, кисломолочных и из сладкого молока, лимонадов и квасов.

*Пунш* – это зеленый горячий напиток. Нельзя подогреть вино выше 80 °С. Часто в состав пунша входит чайный

напиток. Для его приготовления нужно заварить 1 стаканом крутого кипятка 1 чайную ложку сухого черного байхового чая, но нельзя подогреть или кипятить заварку чая, так как это испортит его вкус и аромат.

Для смешанных напитков растворимый кофе предпочтительнее натурального молотого.

*Глинтвейн* – это разновидность пунша. Его обычно готовят с красным вином.

Стеклянные или хрустальные бокалы для пунша непригодны: они могут лопнуть. Наливают пунш в чашки или стаканы из фарфора и керамики.

*Коктейль* – напиток, смесь из ликера, коньяка и других крепких вин с добавлением сахара, фруктов пряностей. Слово «коктейль» в русском языке стало известно с начала XX века. Слово англо-американское, буквальный перевод его «петушиный хвост». Существует такая красивая легенда. Родина алкогольных коктейлей – Америка. Они появились тогда, когда тысячи переселенцев из Старого Света бросились в Америку в поисках счастья. Это были золотоискатели, фермеры, охотники, ковбои. Жизнь у них была тяжелая. Местом отдыха являлись таверны, а среди развлечений – любимые петушины бои.

У одного трактирщика была красавица дочь, а ухаживал за ней бедный молодой человек (таких презрительно называли «коктейль»). Хозяин таверны и слышать не хотел о браке своей дочери с никому неизвестным «коктейлем». Как-то у трактирщика пропал его лучший боевой петух. За его поимку была обещана большая награда. А найти его смог

неудачливый жених. И тогда отец согласился на брак дочери с «коктейлем». А перед свадьбой жених должен был устроить мальчишник с угощением. Но у него не было денег на дорогие напитки. Тогда он закупил дешевого вина разных сортов, смешал его, добавил виски, рома и этим угощал гостей. Необычный напиток всем очень понравился, и его назвали «коктейль».

Так появился на свет новый напиток, принесший славу и богатство своему изобретателю: он открыл таверну и с успехом продавал коктейли.

Коктейли бывают разные: слоистые и смешанные, приготовленные сразу в бокалах, фужерах для подачи в шейкерах, крепкие и сладкие, с фруктами и ягодами или без них, с мороженым или пищевым льдом, газированные и простые.

Коктейли подают в специальных бокалах или высоких стаканах, пьют обычно через соломинку. Внутри для охлаждения кладут кубики льда. Бокал украшают кружочками лимона, апельсина, дольками мандарина или нарезанной серпантинной корочкой, а также ягодкой черешни, вишни, винограда, половинкой абрикоса или персика.

Из овощей

Компот из кабачков и алычи

*Ингредиенты: 2 кабачка, 200 г алычи, 1 л воды, 200 мл сахарного сиропа.*

**Приготовление:** взять зрелые кабачки средних размеров, очистить их от кожуры и разрезать на 4 части, ложкой выдолбить сердцевину, а оставшуюся мякоть

разрезать на кубики 1 см. В приготовленные банки разложить алычу, лучше желтую (от красной портится цвет кабачков), сверху положить кабачки и залить кипящим сиропом. Накрывать крышками, дать постоять до полного остывания (желательно накрыть чем-нибудь теплым), затем сироп слить. Закипятить его и снова залить, а затем банку закатать. Компот имеет вкус ананаса.

Напиток овощной на картофельном отваре

*Ингредиенты: 375 мл картофельного отвара, 2 моркови, 1 луковица, сельдерей, лук-порей, петрушка, 125 мл сметаны, соль по вкусу, рубленая зелень.*

**Приготовление:** отварить очищенный картофель. Не спешите выливать отвар. В полутора стаканах его можно сварить пару морковок, луковицу, сельдерей, петрушку, лук-порей. Процедить, охладить. Размешивая, постепенно ввести в отвар полстакана сметаны, взбить венчиком. Добавьте мелко порубленной свежей зелени, посолить по вкусу. Напиток можно подавать в бульонных чашках вместо супа. Сытно и вкусно.

Напиток морковный

*Ингредиенты: 375 мл воды, 1 кг моркови, соль, сок 1 лимона, 2 ст. ложки меда, рубленый укроп.*

**Приготовление:** вскипятить и охладить 1,5 стакана воды. Килограмм моркови (лучше, если это будет каротель) тщательно очистить щеткой, натереть на мелкой терке, отжать сок, размешать с водой и приправить по вкусу солью, соком лимона и 2 столовыми ложками меда. Приготовленный напиток украсить мелко порубленным укропом.

Напиток из помидоров и сельдерея

*Ингредиенты: 750 г помидоров, 375 мл воды, 500 г сельдерея, соль, сахар и перец по вкусу, зелень петрушки, 80 г репчатого лука.*

**Приготовление:** тщательно вымыть помидоры и сельдерей. Отжать сок и прибавить 1,5 стакана кипяченой и охлажденной воды, мелко рубленый репчатый лук. По вкусу приправить солью и сахаром.

Напиток можно приготовить и без соковыжималки. Обмытые помидоры протереть сквозь частое сито. Очищенный сельдерей натереть на мелкой терке, залить кипяченой водой, оставить на 30 мин. Процедить, отжать сок, соединить с протертыми помидорами, прибавить мелко нарубленный лук и приправить по вкусу солью, сахаром и перцем. Добавить зелень петрушки.

Напиток из тыквы

*Ингредиенты: 500 г тыквы, лимонный сок, соль и сахар по вкусу.*

**Приготовление:** тыкву мелко порубить, положить в глиняный, ошпаренный кипятком горшок, залить кипятком. Прикрыть и оставить на 3 ч. Процедить сквозь частое сито. Тыкву, оставшуюся на сите, отжать. Приправить напиток по вкусу лимонным соком, солью и сахаром.

Напиток из томатного сока и свежих огурцов

*Ингредиенты: 200 г огурцов, 500 мл томатного сока, 2 яйца (желтки), зеленый укроп, соль и перец по вкусу.*

**Приготовление:** свежие огурцы натереть на мелкой терке (предварительно очистив от кожуры). Томатный сок (2

стакана) взбить с 2 желтками и нарубленным зеленым укропом, приправить по вкусу солью и перцем. Напиток разлить по стаканам, охладить. Перед подачей размешать с натертыми огурцами.

Алкобольные напитки

Сангрия

*Ингредиенты. На 8 порций: 1 апельсин, 1 лайм или лимон, 50 г сахара, 750 мл красного вина, 12 кубиков льда.*

**Приготовление:** апельсин, лимон или лайм нарезать. Положить сахар в маленькую кастрюлю в 50 мл воды. Медленно подогреть, помешивая, пока сахар не растворится. Положить кусочки лимона и апельсина в большую огнеупорную миску, залить горячим сиропом и отставить миску, чтобы сироп остыл. Затем добавить вино и кубики льда. Перемешать. Подавать сразу же, украсив фруктами, поместив их в бокал.

Напиток виноградно-морковный

*Ингредиенты: 125 мл морковного сока, 500 мл виноградного сока, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 рюмки белого вина, лед, мускатный орех, 1 ст. ложка сахара.*

**Приготовление:** размешать морковный сок с виноградным соком и 1 ложкой лимонного сока, добавить сахар и белое вино. В стаканы положить мелкие кусочки льда, налить коктейль. Посыпать молотым мускатным орехом. Подавать с соломинками.

Пунш шоколадный

*Ингредиенты: 250 мл. воды, 100 г сахара, 30 г какао-порошка, 750 мл красного вина, 1 яйцо, 2 рюмки коньяка.*



**Приготовление:** воду, сахар, какао смешать и поставить на огонь. Снять с огня, добавить 1 бутылку подогретого до 70–80 °С красного столового вина, перемешать и через несколько минут (когда какао-порошок осядет на дно) сцедить в другую емкость, куда добавить одно сбитое с небольшим количеством воды яйцо и 2 рюмки коньяка. Подать горячим.

Глинтвейн

*Ингредиенты: 1 бутылка красного вина, 150 г сахара, коньяк, кофе.*

**Приготовление:** 2 чашки крепкого натурального кофе, 750 мл красного столового вина, 150 г сахара и 3 рюмки коньяка смешать и подогреть в эмалированной кастрюле до 70–80 °С. Подать горячим.

Глинтвейн белый

*Ингредиенты: 750 мл вина, 100 г сахара, 125 мл воды, гвоздика, корица, 1 апельсин или лимон.*

**Приготовление:** положить в эмалированную кастрюлю сахар, 2 бутона гвоздики, кусочек коры корицы, апельсин или лимон, порезанный тонкими ломтиками. Добавить 5 стакана воды, поставить на огонь и довести до кипения, процедить. Добавить 750 мл белого сухого или яблочного вина, подогреть и пить горячим.

Пиво горячее

*Ингредиенты: 1 л пива, 4 яйца (желтки), 1 ст. ложка сахара, корица, гвоздика.*

**Приготовление:** пиво довести до кипения, предварительно положив в него пряности. Желтки растереть с сахаром, поставить на слабый огонь и добавлять по 1 столовой ложке горячего пива, не забывая при этом постоянно растирать полученную массу. Нельзя позволять напитку закипеть, поскольку желтки могут свариться. Когда напиток загустеет, снять его с огня и подавать в небольших стаканчиках или стопочках.

Из различных плодов

Напиток из плодов шиповника

*Ингредиенты: 250 г шиповника, 4 ст. ложки меда, лед.*

**Приготовление:** плоды шиповника вымыть, разрезать вдоль, очистить от семян, раздавить и залить кипятком. Вскипятить в кастрюле, закрытой крышкой, протереть. Добавить мед, размешать и охладить. Подавать в высоких стаканах, положив по шарикку пищевого льда.

Напиток из черной смородины

*Ингредиенты: 1 стакан ягод черной смородины, 200 г листьев черной смородины, 1 л воды, 2 ст. ложки меда.*

**Приготовление:** смородиновые листья промыть, залить кипятком, накрыть крышкой и дать настояться в течение 1–2 ч. Процедить. Ягоды растереть с медом и перемешать с настоем листьев. Готовый напиток процедить, охладить и разлить в стаканы.

Напиток рябиновый

*Ингредиенты: 100–150 г рябины, сахар, вода, мед.*

**Приготовление:** черноплодную или дикую рябину перебрать, промыть теплой водой, положить в кастрюлю, залить водой, чтобы она закрывала плоды, накрыть плотно крышкой и поставить кипятить на 15 мин. Затем воду слить в отдельную посуду, ягоды размять деревянным пестиком. Размятые ягоды отжать, сок соединить с водой, в которой варилась рябина, добавить сахар, кипяток и снова поставить на огонь. Когда сироп закипит, положить отжатые ягоды и кипятить 5 мин. Снять готовый напиток с огня и охладить. Вместо сахара можно положить мед – напиток станет ароматнее.

Напиток изюмный

*Ингредиенты. На 3 л воды: 800 г изюма, цедра и сок 1/2 лимона.*

**Приготовление:** промытый изюм залить водой, добавить лимонную цедру и при слабом кипении варить 20–25 мин. Отвар процедить, отжать изюм. В конце варки влить в напиток лимонный сок.

Напиток из шиповника

*Ингредиенты: 100 г шиповника, 300 г сахара, сок 1 лимона, 2 л воды.*

**Приготовление:** сушеные плоды шиповника перебрать, промыть в теплой воде, положить в кастрюлю и залить горячей водой, накрыть крышкой, дать настояться 15–20 мин. После этого плоды шиповника варить в той же воде до размягчения. Готовый отвар процедить. Плоды шиповника протереть через сито и соединить с отваром, добавить сахар, лимонный сок, нагреть до кипения и снять с огня. Этот напиток очень полезен и детям и взрослым.

Напиток ореховый

*Ингредиенты. На 1 л напитка: 250 г очищенных грецких орехов, 80 мл молока, 100–120 г сахарного песка.*

**Приготовление:** истолочь орехи. Растопить в горячем молоке сахар. Положить орехи в молоко. Варить 10–12 мин на слабом огне и охладить.

Из фруктов

Напиток апельсиновый

*Ингредиенты: 750 мл воды, 1/2 стакана сахара, 2–3 апельсина, лед.*

**Приготовление:** вскипятить 2,5 стакана воды, всыпав предварительно 1/2 стакана сахара. Охладить. Выжать сок из 2–3 апельсинов, оставив 1/2 апельсина невыжатым. Сок перемешать с водой, прибавить 1/2 апельсина, нарезанного кружочками, и цедру, 1/4 апельсина. Напиток налить в стаканы, положить в каждый по кусочку пищевого льда.

Пунш горячий русский

*Ингредиенты: 20 мл ванильного сиропа, 2–4 шт. гвоздики, 20 мл лимонного сиропа, лимонная цедра, горячий крепкий чай.*

**Приготовление:** смешать в миксере ванильный сироп, гвоздику, лимонный сироп, кусок лимонной корки, залить в стакане горячим крепким чаем.

Напиток цитрусовый

*Ингредиенты: 100 мл лимонного сока, 150 мл клубничного сиропа, 100 мл мандаринового сока, 4 яйца (белки), минеральная вода, ломтики лимона или мандарина для украшения.*

**Приготовление:** в сосуд положить 3–5 кубиков льда, влить лимонный и мандариновый сок, клубничный сироп, яичные белки. Все взбить, затем смешанный напиток перелить в высокие стаканы, наполовину наполненные измельченным льдом, и разбавить минеральной водой (можно заменить газированной, приготовленной в сифоне). Готовый напиток перемешать ложкой, украсить ломтиком лимона или дольками мандарина. Все компоненты непременно нужно перед приготовлением охладить.

Напиток с абрикосами

*Ингредиенты: 500 мл молока, 200 мл абрикосового сока, 50 мл мятного сиропа.*

**Приготовление:** смешать в электромиксере молоко, абрикосовый сок и мятный сироп. Готовый напиток можно украсить веточкой мяты. По желанию напиток может быть и более густым. Тогда вместо абрикосового сока нужно

использовать абрикосовое пюре. Предварительно все компоненты должны быть охлаждены.

Напиток с мятой и вишневым сиропом

*Ингредиенты: 2 побега мяты, 2 ч. ложки сахара, измельченный лед, 40 мл сливок 20 %-ной жирности, 30 г вишневого сиропа.*

**Приготовление:** в стакан положить 2 побега свежей мяты и 2 чайные ложки сахара. Мятку тщательно растереть ложкой. Затем стакан заполнить наполовину мелко измельченным льдом и влить 40 мл сливок 20 %-ной жирности, 30 мл вишневого сиропа. Содержимое стакана тщательно перемешать ложкой и украсить побегом мяты и несколькими вишнями.

Напиток из дыни

*Ингредиенты: 500 г дыни, сахар, 500 мл воды, 2 ст. ложка шиповника, сахар по вкусу.*

**Приготовление:** вымытую и очищенную дыню (массой 500 г) нарезать тонкими ломтиками, посыпать сахаром, протереть сквозь сито. Перемешать с 2 стаканами охлажденной кипяченой воды и 1 столовой ложкой пюре из шиповника. Добавить по вкусу сахар. Подавать в стаканах, положив в каждый по кусочку пищевого льда и дыни, нарезанной брусочками.

Напиток из яблок

*Ингредиенты: 500 мл воды, 2 больших яблока, немного лимонного или клюквенного сока, 300 г спелых слив, 2 груши, лед.*

**Приготовление:** 2 стакана воды вскипятить с сахаром и лимонной коркой. Охладить. Яблоки, обработав, натереть на терке, сбрызнуть лимонным или клюквенным соком (можно и раствором лимонной кислоты), чтобы не потемнели. Размешать с водой и сливами, протертыми сквозь сито. Разлить напиток в стаканы, добавив в каждый протертые груши и по кусочку пищевого льда.

Напиток калиновый

*Ингредиенты: 1 кг калины, сахарный сироп из 600 г сахара, сок 2 лимонов.*

**Приготовление:** калину перебрать, промыть холодной водой, положить в глубокую посуду, размять, влить сахарный сироп и дать закипеть. По вкусу можно добавить лимонную кислоту или сок 1–2 лимонов. Охладить, процедить и до употребления поставить в холодильник.

Напиток с клубникой

*Ингредиенты: 1 кг клубники, 375 мл молока, 4 ч. ложки сливок, 1,5 стакана сахарной пудры.*

**Приготовление:** перебрать и промыть спелую клубнику, подсушить на салфетке и протереть через сито. В полученный сок добавить 1,5 стакана молока и столько же сахарной пудры. Смесь размешать и разлить в стаканы. В каждый стакан добавить по 1 чайной ложке взбитых сливок и по одной целой клубничке, посыпанной сахарной пудрой.

Морс черничный

*Ингредиенты: 1 стакан черники, горячая вода, сахарный песок.*

**Приготовление:** перебрать 1 стакан черники, вымыть, отжать сок. Полученный сок перелить в стеклянную банку и поставить в холодное место. Выжимки залить горячей водой с сахарным песком и поставить кипятить на 10–12 мин. Затем процедить, а отвар смешать с полученным соком. Морс подается в охлажденном виде.

Коктейль из абрикосового и малинового соков

*Ингредиенты: 2 ст. ложки малинового сока, 2 ст. ложки абрикосового сока, 60 мл виноградного сока, консервированные плоды и ягоды, лед.*

**Приготовление:** в высокий бокал налить по 2 столовые ложки малинового и абрикосового соков, добавить виноградный сок, положить несколько консервированных плодов и ягод и бросить кубик цветного льда. Делать это нужно осторожно, чтобы жидкости не перемешались: напиток будет выглядеть эффектно. Подавать с соломинкой и ложечкой.

Напиток яблочный

*Ингредиенты: 6 яблок, цедра 1 лимона, 2 л воды.*

**Приготовление:** яблоки нарезать ломтиками, прибавить цедру лимона, нарезанную тонкими кусочками. Все залить водой, варить 2 ч. Когда остынет, процедить и сохранять в закрытом сосуде. Можно напиток готовить только из кожицы и сердцевины яблок.

Список использованных источников

1. Книга о вкусной и здоровой пище. М.: Пищепромиздат, 1954.

Кулинария. М.: Госторгиздат, 1959.



Ханников А. А. Лучшие первые блюда. М.: Феникс, 2000.

Барановский В. А. Повар. М.: Феникс, 2002.

<http://www.cooking.ru>

<http://www.newhouse.ru>

<http://www.millionmenu.ru>

<http://kuking.net>

<http://www.restoran.ru>

<http://trapeza.dobryanka.ru>

<http://www.woweb.ru>

## Оглавление

- [НА ПРИРОДУ!](#)
- [ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ](#)
- [Бутерброды](#)
- [Смеси для бутербродов](#)
- [Открытые бутерброды](#)
- [Закрытые бутерброды](#)
- [Бутерброды-закуски](#)
- [Закуски](#)
- [Салаты](#)
- [ШАШЛЫКИ](#)
- [Технология, организация](#)
- [Основные правила](#)
- [Продолжительность жаренья](#)
- [Маринады для шашлыков](#)
- [Шашлыки, подготовленные заранее](#)
- [Шашлыки из различных видов мяса](#)
- [Охотничьи шашлыки](#)

- [Рыбные шашлыки](#)
- [Шашлыки из мяса птицы и дичи](#)
- [Шашлыки разных народов](#)
- [Приправы и соусы к шашлыкам](#)
- [БАРБЕКЮ](#)
- [Технология, организация](#)
- [Устройство](#)
- [Маринование](#)
- [Виды барбекю](#)
- [Чистка барбекю](#)
- [Гарниры](#)
- [Советы](#)
- [Барбекю из разных видов мяса](#)
- [Блюда из курицы](#)
- [Блюда из рыбы и морепродуктов](#)
- [Гарниры и закуски на решетке](#)
- [Десерты-гриль](#)
- [Соусы и приправы для барбекю](#)
- [ОХОТНИЧЬЯ КУХНЯ](#)
- [Как сохранить мясо диких животных от порчи](#)
- [Как подготовить дичь к кулинарной обработке](#)
- [Способы кулинарной обработки дичи](#)
- [Готовим дичь на костре](#)
- [Маринование](#)
- [Блюда из сырого мяса](#)
- [Блюда из пернатой дичи](#)
- [Супы из пернатой дичи](#)
- [Зайцы и кролики](#)

- [Дикие копытные животные](#)
- [РЫБАЦКАЯ КУХНЯ](#)
- [Хранение улова](#)
- [Подготовка рыбы к кулинарной обработке](#)
- [Способы приготовления](#)
- [Вторые блюда из рыбы](#)
- [Первые блюда из рыбы](#)
- [ГОТОВИМ ИЗ ГРИБОВ](#)
- [Где и когда растут грибы](#)
- [Съедобные грибы](#)
- [Советы](#)
- [Салаты из грибов](#)
- [Тушеные грибы](#)
- [Холодные закуски](#)
- [Жареные грибы](#)
- [Супы и бульоны из грибов](#)
- [НАПИТКИ ИЗ ДАРОВ ПРИРОДЫ](#)
- [Из овощей](#)
- [Алкобольные напитки](#)
- [Из различных плодов](#)
- [Из фруктов](#)
- [Список использованных источников](#)