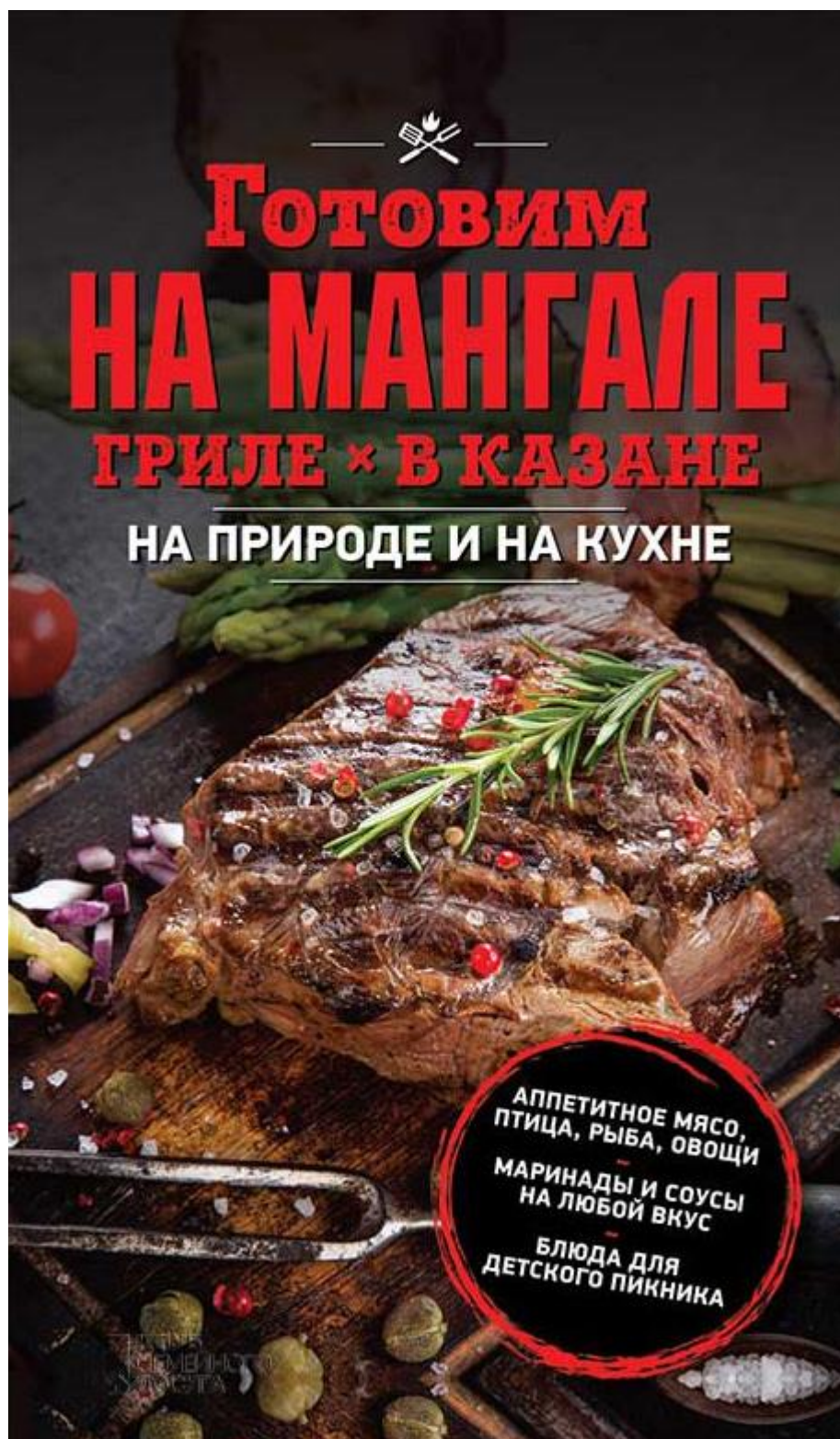


Ольга Александровна Кузьмина
Готовим на мангале, гриле, в казане. На природе и на кухне



«Готовим на мангале, гриле, в казане. На природе и на кухне»:
ISBN 978-617-12-5191-5, 9786171251922

Аннотация

«Перед ароматом пищи, приготовленной на открытом огне, просто невозможно устоять! Неудивительно, что национальные кухни большинства стран не обходятся без рецептов таких блюд. Лучшие из них, проверенные отечественными кулинарами, вошли в эту книгу. Жаренные на мангале или барбекю, запеченные в углях или на решетке, приготовленные в казане мясо и рыба, овощи и грибы, фрукты и сыр никого не оставят равнодушными. А если выбраться на пикник пока не получается, можно запечь аппетитные угощения дома, в духовке. Это полезно и не менее вкусно, чем на мангале или барбекю! Отдельное внимание уделяется рецептам для детей – от закусок до десертов. Вы будете полностью готовы к сезону пикников и расширите коллекцию своих фирменных рецептов!..»

Ольга Кузьмина

Готовим на мангале, гриле, в казане. На природе и на кухне

© Depositphotos.com / Kesu01, обложка, 2018

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2018

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2018

* * *

Вступление

Перед ароматом пищи, приготовленной на открытом огне, просто невозможно устоять! Неудивительно, что национальные кухни большинства стран не обходятся без рецептов таких блюд. Лучшие из них, проверенные отечественными кулинарами, вошли в эту книгу. Жаренные на мангале или барбекю, запеченные в углях или на решетке, приготовленные в казане мясо и рыба, овощи и грибы, фрукты и сыр никого не оставят равнодушными. А если выбраться на пикник пока не получается, можно запечь аппетитные угощения дома, в духовке. Это полезно и не менее вкусно, чем на мангале или барбекю! Отдельное внимание уделяется рецептам для детей – от закусок до десертов. Вы будете полностью готовы к сезону пикников и расширите коллекцию своих фирменных рецептов!

Основные устройства для приготовления пищи на открытом огне, жару и углях

Для приготовления аппетитных блюд на свежем воздухе понадобятся определенные устройства, такие, например, как мангал или гриль.

Мангал в привычном понимании представляет собой короб, часто на ножках или подставке, который используется для приготовления продуктов, нанизанных на вертел (шампуры). Обычно в мангале разводят огонь, чтобы получить горячие угли, жар от которых воздействует на пищу снизу, для равномерной прожарки продукт приходится переворачивать. Существует множество вариантов исполнения мангала – от одноразовых приспособлений в виде топливного брикета в поддоне из фольги и туристических раскладных мангалов до стационарных конструкций из чугуна или кирпича. В качестве мангала можно использовать и обычный костер, уложив шампуры на поленья или камни, разложенные с двух сторон от горячих углей. Встречаются также электрические мангалы (так называемые электрошашлычницы), в которых нагревательный элемент, дающий жар, расположен вертикально, а шампуры устанавливаются вокруг него во вращающиеся подставки, предназначенные также для сбора стекающей с шашлыка жидкости. Наиболее популярны чугунные стационарные мангалы, они долго сохраняют тепло и равномерно распределяют его, а также не боятся перегрева, поскольку толщина чугунных стенок обычно превышает 5 мм. На мангал можно установить решетку и использовать его как гриль.

Гриль – устройство для приготовления пищи на углях, жару с применением решетки. В зависимости от используемого топлива грили бывают газовыми, электрическими и на древесном угле. Форма гриля может быть любой, но чаще всего используются круглые грили. По конструкции бывают грили без крышки (иногда их называют «барбекю») и грили с крышкой. Грили с крышкой многофункциональны, в них можно даже коптить. С учетом наличия крышки выделяют такие способы приготовления пищи на гриле: прямой, не прямой и смешанный (50/50).

При **прямом** способе приготовления пищи на гриле (прямой жар) продукты равномерно распределяют над углями, они прожариваются в основном за счет прямого жара снизу и немного за счет тепла, исходящего от крышки и стенок гриля. Под воздействием высокой температуры поверхность продукта покрывается румяной корочкой, а жир быстро тает, что делает блюдо менее жирным. Такой способ подходит для приготовления стейков, рыбы, птицы, овощей и пр.

При **непрямом** способе жарки (непрямой жар) продукты кладут в центр решетки, а топливо распределяют по сторонам. Стенки и крышка гриля отражают тепло углей, внутри гриля циркулирует горячий воздух (конвекционное тепло), температура не превышает 120 °С. Так запекают большие куски мяса, целую тушку птицы и т. п.

Смешанный способ представляет собой чередование прямого и непрямого способов. Обычно при смешанном способе продукт сначала поджаривают прямым способом для образования румяной корочки, а затем доводят до полной готовности непрямым способом.

При выборе способа приготовления пищи на гриле нужно следовать указаниям рецепта. Но далеко не все рецепты обозначают способ жарки. В таком случае следует учитывать указанное в рецепте время приготовления продукта на гриле. Если время пребывания продукта на гриле меньше 25–30 минут, это говорит о том, что нужно использовать прямой жар, более получаса – не прямой способ, следовательно, нужно опустить крышку. Но встречаются рецепты, в которых не указано время приготовления блюда на гриле, а сказано просто «до готовности» и т. п. В подобных случаях следует выбирать способ жарки исходя из размеров продукта. Если это крупные куски мяса, целые тушки птицы, мясные рулеты, то есть блюда, требующие длительного приготовления, применяется не прямая жарка. А если готовят порционные кусочки мяса, отдельные части птицы, овощи, котлеты, сосиски и прочие небольшие продукты, то используют прямой жар. Единственным исключением можно назвать кусочки рыбного филе. Их целесообразно готовить непрямым способом, несмотря на то что и время приготовления, и размер продукта невелики. Рыбное филе быстро теряет сочность под действием прямого жара.

В зависимости от воздействующей на продукт температуры условно выделяют сильный, средний и слабый жар. Многие привыкли определять вид жара, полагаясь на собственные ощущения, но для точности существует градация жара на основе температурных показателей. Так, сильному жару соответствует температура 230–290 °С, среднему – 160–230 °С, а жар, дающий температуру ниже 160 °С, считается слабым. Температура выше 300 °С считается очень высоким жаром, а менее 100 °С – не считается жаром вовсе. Современные грили с крышкой часто имеют встроенный датчик температуры. Газовые грили оснащены удобными регуляторами температуры, а угольные имеют специальную систему заслонок, позволяющую регулировать поступление воздуха, которое влияет на уровень жара в гриле. Чем больше открыты отверстия для поступления воздуха, тем сильнее будет жар. Также увеличить жар можно, добавив углей. Если используется импровизированный гриль, то увеличить поступление воздуха можно обмахиванием углей (картонкой, крышкой от посуды и т. д.). Не рекомендуется дуть на угли, наклонившись над ними, так как при вдохе в легкие будет попадать углекислый газ, в результате возможна потеря сознания и травмы.

Казаном называют металлический котел с полусферическим дном. Казан размещают над огнем и используют чаще всего для приготовления пловов, кулешей, супов и т. п. Благодаря форме дна и толщине стенок казана пища в нем не пригорает, равномерно

прогревается. Наиболее популярны чугунные казаны, но они имеют большой вес.

Перед первым использованием казан нужно хорошо прогреть – прокалить, чтобы сгорели остатки того масла, которым его покрыли при изготовлении. Казан при этом должен дымить. Затем стенки надо протереть солью, чтобы убрать оставшееся масло. Когда казан перестанет дымить, нужно дать ему остыть, но ни в коем случае нельзя охлаждать его водой, от этого он может расколоться. Остывший казан следует тщательно вымыть, затем снова нагреть, но уже не так сильно, и смазать растительным маслом. Повторить эту процедуру нужно несколько раз – давать казану остывать и снова нагревать и смазывать его до образования на внутренней поверхности масляной пленки. Если слой масла перестал быть липким, значит, казан готов к использованию.

После каждого использования казан нужно вымыть без чистящих средств, вытереть насухо и смазать растительным маслом.

Подготовка источника тепла для приготовления пищи на мангале, гриле, в казане

Если газовый гриль нужно просто включить и прогреть до начала приготовления пищи, то для подготовки угольного гриля и мангала потребуется больше времени и усилий. Пищу готовят на древесных углях, которые успели покрыться светлым (седым) пеплом. Для получения таких углей можно развести костер. Если устройство достаточно прочное, имеет толстые стенки, то можно развести костер непосредственно в нем. Чаще всего для такого способа подходят чугунные и кирпичные мангалы, а также качественные стальные мангалы с достаточно толстыми стенками. В некоторых грилях тоже можно разводить костер, но чаще всего в них размещают уже готовые угли. Для экономии времени можно использовать заранее подготовленный древесный уголь, который можно разжечь, используя бумагу и щепки или специальное устройство для розжига (стартер).

Казан устанавливают на специальную треногу или подвешивают за ручку. Также можно поставить его непосредственно в костер, оперев на камни. Однако такая конструкция может быть неустойчивой, кроме того, так тяжелее контролировать и менять уровень жара.

При использовании прямого жара угли лучше располагать плотным слоем без промежутков. Так легче обеспечить постоянную температуру и равномерное нагревание пищи.

Ошибкой при использовании непрямого жара считается размещение всего угля с одной стороны от приготавливаемого продукта. Для более равномерного приготовления лучше распределять угли с разных сторон, по периметру (если позволяет конструкция гриля).

Чтобы жар держался дольше, используют специальные топливные брикеты из древесного угля.

Попадание на горячие угли жира, капавшего с мяса, приводит к образованию полициклических ароматических углеводородов, вредных для здоровья человека. Чтобы уменьшить попадание жира на угли, можно использовать специальные поддоны, их чаще всего делают из фольги. Поддоны для прямого способа имеют отверстия, пропускающие жар. При непрямом способе приготовления пищи поддон ставят под пищей между углями. При отсутствии таких поддонов можно посыпать угли крупной каменной солью, которая сможет частично впитать капли жира. Нескольких горстей будет достаточно.

Чтобы придать продуктам, приготавливаемым на углях, особый аромат, можно добавить к углям веточки фруктовых деревьев, сушеные пряные травы.

Инструменты, посуда и полезные приспособления

При приготовлении блюд на гриле, мангале или в казане понадобятся различные инструменты, посуда и вспомогательные средства: нож, разделочная доска, шампуры, шпажки, лопатка, длинные щипцы, емкость для маринования, кисточка для смазывания, решетки, прихватки, рукавицы, фольга и т. д.

Нож должен быть удобным и острым. Недостаточно острым ножом легко пораниться, поскольку его лезвие может соскальзывать с нарезаемого продукта. Хорошему классическому ножу средних размеров под силу любая задача, но и различные виды ножей были придуманы не зря. При подготовке продуктов и их последующей подаче могут понадобиться различные виды ножей: для овощей, для мяса, для нарезки, филейный нож и другие. Может пригодиться специальный нож для срезания мяса с костей. Удобно иметь кухонный **топорик** для крупных кусков мяса и кухонные **ножницы**. Для разделки рыбы используют кухонные ножницы с короткими лезвиями, а для разделки птицы – с длинными, они имеют выемку у основания лезвия, которая позволяет рассекать кость.

Разделочная доска может быть деревянной, пластиковой или из других материалов. Нужно следить за ее чистотой. Деревянная разделочная доска должна быть изготовлена из твердых пород дерева, от мягкой древесины при нарезании могут откалываться и попадать в пищу мелкие щепки.

Под рукой должны быть различные **прихватки** и кухонные **полотенца**, желательно иметь специальные **рукавицы**. Эти вещи должны быть из натуральных тканей, синтетические ткани легко воспламеняются. Прихватки и рукавицы должны быть плотными и достаточно большими для защиты рук, а полотенца – чистыми и хорошо впитывать влагу.

Сейчас есть огромный выбор различных вспомогательных **емкостей**, таких как миски, контейнеры, салатники, тарелки и т. п., которые могут понадобиться в процессе приготовления блюда и при его подаче. Они могут быть изготовлены из пищевого пластика, стекла, фаянса, нержавеющей стали. Емкость для маринования ни в коем случае не должна быть алюминиевой или эмалированной с дефектами покрытия, потому что металл вступает в реакцию с кислотами, содержащимися в маринаде, и это может не только испортить вкус пищи, но и стать причиной отравления.

При работе с грилем обязательно нужна **лопатка** с длинной ручкой, чтобы не обжечься и легко переворачивать продукты, которые жарятся. Для этих целей еще используют специальные длинные **щипцы**. Не стоит переворачивать продукты, накалывая их на вилку, так из них вытечет сок.

Немаловажным инструментом при приготовлении пищи на гриле и мангале является **кисточка для смазывания**. Часто продукт нужно смазывать маслом, соусом или маринадом в процессе приготовления или заранее. И хотя для этого можно использовать обычную ложку, кисточка распределяет соус или маринад более равномерно. Кухонные кисточки бывают с натуральной щетиной или силиконовыми. Силиконовые кисточки очень популярны, их легко мыть, они отличаются привлекательным внешним видом. Но такие кисточки имеют существенный недостаток – их можно использовать только при температуре до 220–250 °С. А на поверхности продукта при сильном жаре температура может быть гораздо выше. Такие кисти могут быть полностью изготовлены из силикона или иметь силиконовую часть со щетиной, соединяющуюся с ручкой. Случается, что силиконовая часть щетки может отпасть от ручки в процессе намазывания. Кухонные кисти с натуральной щетиной встречаются в продаже гораздо реже силиконовых, но профессионалы отдают предпочтение именно им. Ручки натуральных кистей делают деревянными или металлическими. Перед использованием кисточки с натуральной щетиной нужно проверить, не выпадают ли из нее щетинки.

Металлические **шампуры** бывают от 30 см до 1 м в длину. Они всегда прямоугольные в поперечном сечении, чтобы нанизанные кусочки не проворачивались на шампуре. Деревянные шампуры (шпажки) обычно тоньше и короче. Перед использованием их рекомендуется замачивать в воде на 30 минут.

Сковорода для гриля – сковорода с перфорированным дном и стенками, которую используют для приготовления овощей, морепродуктов и маленьких кусочков мяса над углями. Такие сковороды обычно сделаны из прочной стали, диаметр отверстий может быть разным. Мелкие отверстия помогут приготовить пазлю и подобные блюда, а в сковороде с крупными отверстиями готовят салаты гриль. Сковороды для гриля становятся все более

популярными, но многие путают их со сковородами-гриль (с рифленным дном).

Сковорода-гриль имеет рифленую поверхность, имитирующую решетку гриля. Продукт при жарке соприкасается не со всей поверхностью, а только с выступающими частями. Так на нем появляются румяные полосы, как если бы продукт жарился на решетке над углями. Отдельный тип таких сковородок – **сковорода гриль-газ**. Она имеет основание с отверстием, решетку, на которую и выкладываются блюда, и крышку. Приготовление продукта происходит за счет движения горячего воздуха.

Решетки для гриля изготавливают из чугуна и нержавеющей стали. Чугунными обычно делают решетки, которые постоянно находятся над углями и на которые выкладывают продукты для приготовления. Из стали производят разъемные решетки с зажимом и ручкой, они бывают различных форм и размеров для приготовления разных блюд. Продукты, помещенные в разъемные решетки, удобно переворачивать.

Пищевая фольга незаменима для тех, кто считает вредным для здоровья употреблять пищу, приготовленную на открытом огне, из-за попадания в нее продуктов неполного сгорания топлива. В фольгу можно заворачивать любые продукты и размещать их на решетке или в углях. Фольгой также можно обернуть шашлык. Листом фольги можно застелить решетку гриля при приготовлении очень сочных продуктов.

Различные приспособления очень облегчают и упрощают процесс приготовления пищи, но без многих из них можно обойтись. Например, вместо использования решетки и гриля с крышкой многие продукты запекают в фольге на углях, а шампуры можно легко заменить очищенными прутиками.

Не оставляйте ножи и металлические приборы вблизи источника тепла, тонкий металл теряет свои свойства при нагревании.

Шампуры из металла толщиной менее 2 мм могут гнуться и провисать под тяжестью мяса. Если шампур тонкий – нужно размещать на нем не более 5 кусочков мяса.

Чтобы открытые края деревянного шампура не сгорели, нужно обернуть их сложенной в 2–3 слоя фольгой.

Решетку для гриля с пригоревшими кусочками пищи можно очистить с помощью скотканного куска фольги, используемого вместо щетки.

Выбор, подготовка и приготовление продуктов

Овощи и фрукты для приготовления на гриле и мангале должны быть свежими, спелыми, но не перезревшими. Перед приготовлением их нужно вымыть и вытереть или хотя бы дать воде полностью стечь. Сейчас популярно готовить над углями такие экзотические фрукты, как бананы, ананасы, манго, апельсины и др. Причем их подают не только в виде десертов, но и в качестве гарнира к мясу и рыбе. Персики, абрикосы, сливы, нектарины разрезают пополам, вынимают косточку и готовят на решетке. Кожуру с сочных фруктов не снимают, чтобы из них вытекало как можно меньше сока. Кусочки груши и яблока при приготовлении смазывают сливочным маслом, смешанным с медом. Сливочное масло можно добавлять и при приготовлении фруктов в фольге. Для овощей подойдет растительное масло. Овощи кладут на решетку целиком или разрезанными на крупные куски срезом вниз.

Мясо нужно использовать хорошего качества, оно должно быть достаточно свежим. Его цвет должен быть натуральным и равномерным, а поверхность глянцевой, но не скользкой. С мяса нужно по возможности срезать все пленки, чтобы при приготовлении они не стягивали кусочки. Лишний жир, который не плотно соединен с мясом, а свисает с кусочков, желательно тоже срезать, поскольку при нагревании он будет капать на угли. Мясо обычно нарезают поперек волокон, если другое не указано в рецепте.

Можно использовать замороженное мясо. Для удобства перед заморозкой мясо нарезают кусочками. Лучше всего хранится мясо, которое было заморожено в вакуумной упаковке, но можно использовать и обычный полиэтиленовый пакет, плотно завязав его, или пластиковый пакет с герметичной застежкой. Из пакета желательно максимально убрать

лишний воздух. Замораживать мясо лучше при температуре около -20°C . Хранить замороженное мясо можно не дольше 12 месяцев, но лучше использовать его в течение 3–6 месяцев после заморозки. На пакете или упаковке мяса целесообразно делать пометки с датой заморозки или со сроком, до которого продукт нужно приготовить. Чтобы после приготовления размороженное мясо не отличалось по вкусу от свежего, лучше размораживать его в холодильнике при температуре $+4-6^{\circ}\text{C}$.

Нарезать и мариновать мясо лучше самостоятельно, а не покупать полуфабрикат. Так вы будете уверены в его качестве и свежести.

Рыба и морепродукты при правильном приготовлении также хорошо подойдут для гриля и мангала. Рыбу можно готовить как в фольге, так и на решетке. Крупную рыбу нарезают кусочками, среднюю готовят целиком, а мелкую рыбу нанизывают на шпажки или шампуры по несколько штук. Речную рыбу нужно обязательно хорошо прожаривать (пропекать), а кусочки рыбы лососевых пород можно подавать и слегка недожаренными. Из готовой рыбы при нажатии должен выделяться прозрачный сок. Креветок можно готовить и в панцире, и в очищенном виде. Их готовят до 5 минут. Филе кальмара перед приготовлением нужно обдать кипятком, снять пленки, вымыть, просушить, нарезать кольцами и жарить 2–3 минуты, пока они не станут непрозрачными.

Перед приготовлением на гриле **фруктов и овощей** решетку после мяса или рыбы нужно хорошо очистить, иначе овощи и фрукты могут приобрести запах ранее приготовленного продукта.

Чтобы груши и яблоки на гриле получились более ароматными и сочными, перед приготовлением их можно залить на некоторое время раствором лимонного сока (1 ч. л. сока на 200 мл воды) с добавлением корицы и гвоздики по вкусу.

Приготовление стейков

Стейк – это отрезанный поперек волокон и поджаренный с двух сторон плоский кусок мяса (говядины). На первый взгляд это блюдо может показаться совершенно незамысловатым, однако хорошо приготовить его умеет далеко не каждый. В приготовлении стейка существует множество тонкостей, от правильного выбора мяса до особенностей подачи этого блюда. Стейки считаются американским национальным блюдом, и именно в США культура приготовления стейка достигла наибольшего развития.

Выбор мяса для стейка

Стейки, как правило, готовят из говядины, поэтому если говорят просто «стейк», то имеют в виду именно говяжий стейк, а плоские куски другого мяса или рыбы называют стейками условно и обязательно с уточнением вида мяса.

Стейки можно приготовить из говядины, свинины, баранины, индюшатины, лосося и т. д. Но лучшие стейки готовят из самых ценных частей туши быков. Такие части составляют всего до 10 % туши – это спинные мышцы, которые не задействованы при движении. Специально для получения говядины для стейков были разработаны системы откорма животных, при которых среди волокон мяса образуются жировые прослойки, при жарке делающие стейк более нежным и сочным. Такую говядину называют «мраморной», она считается наиболее подходящей для приготовления стейков. В зависимости от того, из какой части туши было вырезано мясо, выделяют до 15 видов стейков. Наиболее известны стейк рибай из подлопаточной части, клуб-стейк из спинной части вырезки, филе-миньон из спинной части вырезки.

Степени прожарки стейка

При приготовлении на гриле стейков из говядины важно учитывать особенности их

прожарки, поскольку от степени прожарки зависят цвет, аромат, текстура и вкус мяса. Обычно выделяют пять основных степеней прожарки стейка из говядины на гриле: рейр (наименьшая прожарка), медиум рейр, медиум, медиум велл и велл дан (полностью прожаренный стейк).

Стейк со степенью прожарки **рейр** обычно ярко-красного цвета в разрезе, имеет тонкую коричневую зажаренную корочку. Он представляет собой кусок очень мягкого полусырого мяса с обжаренной поверхностью. Такое блюдо называют стейком «с кровью», но это название нельзя назвать точным, поскольку сок красного цвета, который вытекает при разрезании мяса и нажатии на него, кровью не является. Стейк рейр прожаривают на гриле около 4 минут с каждой стороны, а температура внутри стейка не должна превышать 55 °С.

Стейк, прожаренный до степени **медиум рейр**, имеет коричневую каемку в разрезе, но большая часть поверхности среза розовая, а в центре можно заметить участок красновато-розового цвета. Корочка такого стейка твердая, но если его придавить, то можно почувствовать мягкую середину. Стейк готовности медиум рейр прожаривают на гриле по 5 минут с одной и другой стороны, внутренняя температура мяса достигает 60 °С.

Средне прожаренный стейк, то есть стейк со степенью прожарки **медиум**, имеет широкую коричневую каемку на поверхности поперечного среза, центр среза розовый. Стейк при надавливании слегка упругий. Жарят его 6 минут с одной стороны и около 5 минут с другой. Внутренняя температура стейка медиум – 65 °С.

Центральная часть среза стейка степени прожарки **медиум велл** окрашена в светло-коричневый или немного розоватый оттенок, его поверхность хорошо прожарена, при нажатии он упругий, но достаточно жесткий. Температура внутри куска при жарке достигает 70 °С, жарят его в течение 7 минут, затем переворачивают и жарят еще 5 минут с другой стороны. Средняя степень готовности стейка подходит тем, кто считает мясо красного или розового цвета недожаренным.

Хорошо прожаренный стейк степени готовности **велл дан** на срезе полностью коричневый, довольно твердый. Внутренняя температура такого стейка достигает 100 °С, жарят его около 15 минут, переворачивая несколько раз.

Существуют классификации готовности стейка, в которых выделяют еще две степени прожарки: **экстра рейр** (или блю) – практически сырое мясо, температура которого не достигает 50 °С; и **ту велл дан** – пережаренное мясо, внутренняя температура которого превышает 100 °С. Обе эти степени готовности не пользуются популярностью, а универсальным стандартом считаются медиум и медиум велл.

Время готовки и показатели температуры внутри стейков указаны для жарки на гриле кусочков мяса толщиной около 2,5 см, при условии, что температура окружающей среды около 22 °С. Если стейк был предварительно замаринован, если толщина кусочка мяса значительно отличается от принятой нормы или если температура воздуха существенно отличается от указанной, следует соответственно уменьшить или увеличить время приготовления.

Готовый стейк подают не сразу после снятия с гриля, а накрывают фольгой и оставляют на несколько минут, но не более чем на 30 % времени, в течение которого мясо готовилось на гриле. В это время температура в середине кусочка мяса поднимается на несколько градусов, и блюдо достигает нужной степени готовности.

Если в рецепте приготовления не указано, как долго нужно жарить стейк с каждой стороны, то общее время приготовления стейка следует разделить на три части, из которых две трети времени стейк жарят с одной стороны и одну треть – с другой.

Для контроля точности степени прожарки целесообразно использовать щуповой кулинарный термометр.

Переворачивать стейки нужно специальной лопаткой, а не вилкой. При прокалывании стейка вилкой нежный сок вытечет наружу.

Стейк можно заранее подсушить в духовке при 60 °С около 1 часа. На подсушенном мясе во время последующей жарки быстрее образуется румяная корочка.

Для приготовления стейков не подходит парное мясо, готовый стейк из него всегда жесткий.

Приготовление шашлыка

Изначально шашлыком называлась нарезанная кусочками баранина, запеченная над углями на вертеле (шампуре), но сейчас шашлык готовят и из любых других продуктов – свинины, говядины, субпродуктов, птицы, рыбы, морепродуктов, овощей и фруктов.

Наиболее популярны шашлыки из мяса, и именно от качества мяса зависит, будет ли шашлык вкусным и сочным. Качественное мясо можно выбрать по таким признакам:

- естественный и равномерный цвет куска;
- глянцевая, но не скользкая и не липкая поверхность;
- упругость – при надавливании на поверхности не остается вмятины;
- приятный нерезкий запах;
- цвет жировых прослоек приближен к белому.

При приготовлении шашлыка нужно учитывать особенности разных продуктов.

Выбор продуктов для шашлыка

Свинина

Наиболее нежный и сочный шашлык получается из той части свиной туши, которая расположена вдоль позвоночника на шее (ошейек). В ошейке много тонких жировых прослоек, которые тают под воздействием жара, в результате чего мясные волокна пропитываются жиром. Да и сами мясные волокна ошейка очень мягкие.

В мясе лопаточной части тоже есть жировые прослойки, но по сравнению с ошейком мясные волокна лопатки более жесткие. То же можно сказать и о мясе с внутренней части задней ноги. Правильно подобранный маринад поможет сделать волокна такого мяса мягче.

Для шашлыка можно использовать и вырезку, в которой нет жировых прослоек, ведь жирная пища подходит далеко не всем. Но шашлык из нежного филе может получиться жестким, если его пересушить во время приготовления.

Свиные ребра тоже подходят для приготовления шашлыка. Их нарезают попарно и надевают на шампур, прокалывая между костями.

Говядина

Наиболее подходящая для шашлыка говядина – это мраморная говядина зернового откорма. Благодаря тонким жировым прослойкам мясо получается сочным и нежным. Но и обычная говядина вполне подходит для приготовления шашлыка. Грамотно подобранный маринад и внимательное приготовление на углях помогут сделать говядину не пересушенной, а сочной.

Сложно приготовить шашлык из нежной телятины, это мясо очень легко пересушить.

Баранина

Из баранины получится отличный шашлык, если правильно его приготовить. Нужно выбирать мясо светло-розового цвета с упругим светлым, не желтым жиром. Жилистое или рыхлое красное мясо с желтым жиром получают от далеко не молодых животных, шашлык из него будет жестким и сухим. В дополнение к баранине можно использовать курдючный жир, маленькие кусочки которого нанизывают между кусочками мяса.

При подготовке баранины сначала удаляют несъедобную пленку и сухожилия. Избыток

жира ухудшает вкус шашлыка, но без небольшого количества такого жира не обойтись, он придает баранине сочность. Лучшей бараниной для шашлыка считается мясо молодого барана с прослойками жира в соотношении 1 часть жира на 4 части мяса.

Чтобы сделать специфический вкус и запах баранины менее выраженным, ее маринуют в течение 5—12 часов, в зависимости от возраста животного. В маринад добавляют кумин (зиру), чабрец, душицу, майоран, розмарин, петрушку, имбирь, мяту, шафран. Можно добавить барбарис, кориандр и даже корицу.

Готовый шашлык из баранины следует подавать горячим, поскольку при остывании бараний жир застывает и приобретает неприятный вкус.

Субпродукты

На углях можно готовить большинство субпродуктов: печень, почки, сердце и т. п. Они не уступают по вкусу шашлыкам из мяса и считаются деликатесом. Субпродукты нужно тщательно промывать перед приготовлением и удалять прожилки, пленки и свисающие кусочки жира.

Курытина и другая птица

Шашлык можно приготовить практически из любой части птицы. Популярен шашлык из грудинки, но готовят и шашлык из крыльев, бедер, голеней, окорочков, субпродуктов. Разные части тушки нужно мариновать и готовить над углями разное время. Филе маринуется и прожаривается довольно быстро, а бедра и голени в несколько раз дольше. Возраст птицы тоже влияет на время приготовления. Молодой птице нужно меньше времени. Шкуру птицы целесообразно сохранить при приготовлении шашлыка, в ней много жира, который сделает мясо сочнее. Но при накалывании кусочков со шкурой на шампур нужно стараться, чтобы шкура не свисала и не обгорала.

Рыба

Для приготовления шашлыка желательно использовать свежую рыбу. У такой рыбы гладкая чешуя, красные жабры, прозрачные глаза. Свежесть рыбного филе или нарезанных кусочков можно определить по запаху, он не должен быть резким и неприятным. Если приходится выбирать замороженную рыбу, следует принимать во внимание количество льда (его не должно быть много). На поверхности замороженной рыбы не должно быть желтых пятен, она не должна быть подсохшей, поврежденной. Тушки рыбы не должны быть смерзшимися и покрытыми инеем.

Для приготовления шашлыка хорошо подходят красная рыба, осетрина, сом, ставрида и др. Можно приготовить рыбный шашлык из нескольких видов рыбы на одном шампуре. Рыба не нуждается в предварительном мариновании, но при желании маринад можно использовать для придания блюду особого вкуса.

Шашлык из рыбы готовится довольно быстро, поэтому важно вовремя снять его с углей. Плохо прожаренный шашлык из рыбы опасен для здоровья, а пережаренный становится сухим и жестким. Кусочки пережаренного рыбного шашлыка могут распасться на волокна еще на шампуре. Чтобы определить готовность рыбы, нужно раздвинуть волокна кусочка: если мясо рыбы слегка прозрачное и глянцевое – шашлык еще не готов. У готового рыбного шашлыка волокна матовые и непрозрачные даже в самой широкой части кусочков.

Овощи и фрукты

Овощи и фрукты зачастую нанизывают на шампур попеременно с кусочками мяса. Нередко можно увидеть шашлык с обгоревшими кольцами лука. Опытные повара

предпочитают готовить овощи только отдельно от мяса, поскольку время приготовления продуктов отличается. Овощи нанизывают на шампур целиком или крупными кусками, их можно смазать растительным маслом или поместить между овощами маленькие кусочки животного жира.

Сочные овощи и фрукты не нарезают на части и готовят в кожуре, чтобы на угли попадало меньше сока.

Особенности приготовления шашлыка

Мясо для шашлыка обязательно нужно очистить от пленок и лишних кусочков жира. Пленки при приготовлении стягивают кусочки мяса и искривляют их, а кусочки жира, свисающие с шашлыка, быстро обгорают и капают на угли, вызывая дым. Не утихают споры, в какой момент нужно солить мясо для шашлыка. Считается, что соль вытягивает из продукта влагу и пересушивает его, поэтому ее не стоит добавлять в маринад. На практике же сочность зависит скорее от качества самого мяса и времени жарки, поэтому солите тогда, когда вам подсказывают опыт и кулинарная интуиция.

Мясо для шашлыка нарезают на прямоугольные кусочки вдоль и поперек волокон или немного наискось, если в рецепте не указано другое. А нанизывают на шампур только вдоль волокон – так из мяса вытечет меньше сока во время приготовления.

Кусочки шашлыка лучше прожариваются, если они нанизаны на шампур вплотную друг к другу. Лишнее пространство между кусочками способствует обгоранию краев.

Готовность шашлыка определяют по цвету сока, который вытекает в месте прокола кусочка шампуром. Сок готового шашлыка – светлый, прозрачный, а сырого – красноватый. Готовность можно определить и по срезу кусочка. Цвет мяса на срезе должен быть относительно светлым и однородным.

Молодое качественное мясо не нуждается в специальных маринадах. Зачастую можно обойтись луком и черным молотым перцем.

В качестве тары для маринования мяса можно использовать обычный пластиковый пакет, желательнее достаточно прочный.

Шампуры предпочтительно выбрать плоские, чтобы мясо не проворачивалось при жарке. Куски мяса на одном шампуре должны быть одинакового размера, иначе они прожарятся неравномерно. Свисающие кусочки быстро сгорят.

Не нужно излишне часто смачивать шашлык маринадом, пока он жарится. Это может привести к неравномерной прожарке мяса.

Если во время приготовления шашлыка в мангале стало разгораться пламя, его можно тушить водой. Для этого нужно сначала снять с огня шампуры, чтобы вода не попала на мясо.

Между мясом и углями должно быть расстояние от 10 до 15 см. Если шашлык расположить выше, то кусочки мяса будут высушены потоком горячего воздуха и на них не будет румяной корочки, а если ниже – мясо не прожарится внутри, а снаружи подгорит.

Крупные кусочки овощей, рыбы или других продуктов, которые плохо держатся на шампуре, можно нанизывать на два шампура.

Если в состав маринада для шашлыка входит майонез, то прежде чем расположить такой шашлык над углями, следует промокнуть кусочки мяса, удаляя остатки майонеза, который может легко подгореть. Подгорает на мясе и добавленная в маринад зелень, поэтому ее лучше добавлять веточками, а перед нанизыванием мяса убрать.

Рецепты для дома и улицы

Первые блюда в казане

Шурпа

700 г бараньих или говяжьих ребрышек, 500 г картофеля, 200–300 г помидоров, 230 г моркови, 300 г репчатого лука, 200 г болгарского перца, 2–3 зубчика чеснока, 30–40 мл растительного масла или нутряного жира, 3,5–4 л воды, кинза, петрушка, черный перец, лавровый лист, соль и специи (кориандр, хмели-сунели, чабер, зира, барбарис, острый перец) по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками. В казане разогреть масло или растопить жир. Обжарить мясо со специями до золотистой корочки. Затем аккуратно залить водой, добавить целую очищенную луковицу и целую морковь. Варить до готовности. Пока варится мясо, очистить и крупно нарезать оставшиеся морковь и лук, очищенный картофель нарезать на половинки или четверти. Из готового бульона удалить луковицу и морковь, посолить. Положить картофель, после закипания добавить морковь и лук. Затем добавить крупно нарезанные помидоры и болгарский перец, нарезанный крупной соломкой. В конце варки всыпать нарубленную зелень кинзы и петрушки, специи по вкусу и измельченный чеснок. Снять с огня, накрыть крышкой и дать настояться 5 минут.

Шурпа из баранины с баклажанами

500 г баранины, 50 г курдючного жира, 200 г репчатого лука, 300–400 г картофеля, 150 г моркови, 200 г баклажанов, 200–300 г помидоров, 200 г болгарского перца, 2,5 л воды, черный перец горошком, специи (зира, барбарис, кориандр), соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, жир – мелкими. Морковь и лук нарезать кубиками. В казане растопить жир. Обжарить мясо со специями до золотистой корочки. Добавить лук и морковь, жарить до мягкости. В это время баклажаны нарезать кубиками, перец – соломкой, помидоры – крупными кубиками. Добавить в казанок. Тушить 10 минут, помешивая. Затем влить воду. Томить под крышкой около 1,5 часа на слабом огне. Добавить очищенный картофель, нарезанный на четверти, перец горошком и лавровый лист. Варить до готовности картофеля, посолить. Подавать, разлив бульон по порционным тарелкам. Отдельно на блюде подать мясо и овощи.

Шурпа простая

700–800 г баранины или говядины с косточкой или на ребрах, 300 г репчатого лука, 75 г моркови, 400 г картофеля, 400 г помидоров, 300–400 г болгарского перца, 2,5–3 л воды, зелень петрушки или кинзы, лавровый лист, черный перец горошком, соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, залить водой. Добавить морковь целиком и 1 луковицу. Варить на медленном огне до тех пор, пока мясо не станет отделяться от костей. Вареные лук и морковь удалить. Картофель и оставшийся лук очистить, нарезать лук кольцами, картофель – четвертями или половинками. Перец нарезать соломкой, у помидоров вырезать плодоножку. Добавить к мясу лук, перец и картофель. После закипания добавить помидоры, лавровый лист, соль и перец. Варить до готовности овощей. Посыпать рубленой зеленью, снять с огня и дать настояться под крышкой 5 минут.

Уха рыбацкая

500 г крупной рыбы (щука, судак и др.), 200–300 г мелкой рыбы (окунь, ерш и др.), 200–300 г картофеля, 200–300 г репчатого лука, 75 г моркови, 50–70 мл водки, 2,5–3,5 л воды, 3–4 лавровых листа, 5–7 горошин черного перца, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, крупную очистить от чешуи и разрезать на порционные куски. В чистую марлю завернуть подготовленную для ухи мелкую рыбу, головы, плавники и хвосты

крупных рыб. В котелке вскипятить воду, положить подготовленный марлевый узелок и варить около 30 минут. Затем узелок вынуть. В полученный рыбный бульон положить очищенный и крупно нарезанный картофель, лук, морковь, перец горошком, лавровый лист, куски крупной рыбы. Варить, не накрывая котелок крышкой и не помешивая. За 10–15 минут до готовности достать из костра головешку (желательно фруктового дерева), стряхнуть с нее пепел, опустить в уху и тут же вынуть. Перед тем как снять уху с костра, влить в нее рюмку водки. При подаче отдельно положить в тарелки куски рыбы и залить рыбным наваром.

Суп с карпом

700 г карпа, 200–300 г картофеля, 200 г репчатого лука, 75 г моркови, 30 г петрушки, 2 л воды, 1–2 лавровых листа, 4–5 горошин душистого перца, соль по вкусу

Карпа обдать кипятком, очистить от чешуи и выпотрошить. Разрезать поперек на кусочки, выложить в казан и залить водой. Довести до кипения, варить 20–25 минут, снимая пену. Морковь и лук очистить, мелко нарезать. Когда рыба будет готова, вынуть ее из бульона и снять мясо с костей. В бульон добавить крупно нарезанный картофель и овощи, варить еще 15 минут. За пять минут до конца посолить, добавить пряности и зелень. При подаче выложить в тарелки куски рыбы и залить супом.

Суп с весенней зеленью

300 г крапивы, 200 г щавеля, 200 г картофеля, 75 г моркови, 100 г репчатого лука, 20 г укропа, 20 г петрушки, 2–3 отварных яйца, 1,5 л воды, соль по вкусу

Щавель, укроп и петрушку хорошо промыть. Крапиву обдать кипятком. Всю зелень мелко нарезать. Картофель, лук и морковь очистить, нарезать кубиками и выложить в казан. Залить горячей водой, посолить, варить 15 минут. Добавить в суп нарезанную зелень и готовить еще 15 минут. В тарелку положить половинку отварного яйца, залить супом.

Суп с тушенкой

800 г говяжьей тушенки, 300–400 г картофеля, 300 г репчатого лука, 75 г моркови, ½ головки чеснока, 100 г помидоров, 2 л воды, 5–7 горошин черного перца, соль и специи по вкусу (паприка, кориандр, хмели-сунели)

В нагретый казан выложить жир из тушенки. Морковь и две головки репчатого лука очистить, лук нарезать кубиками, морковь ломтиками. Когда жир начнет закипать, выложить в казан лук, обжарить до золотистого цвета, постоянно помешивая. Затем добавить морковь, обжаривать 10 минут, после чего выложить к овощам тушенку и готовить еще 15 минут. Мясо с овощами залить кипятком и дать прокипеть 5–10 минут. Картофель очистить, нарезать половинками, добавить в суп, заправить солью и специями. Помидоры и оставшийся лук нарезать крупными кубиками и вместе с головкой чеснока выложить в суп через 15 минут после добавления специй. Готовить еще 15 минут и снять с огня.

Суп гороховый с копченостями

400 г копченой свиной грудинки, 100 г сушеного гороха, 200–300 г картофеля, 100 г лука, 75 г моркови, по 100 г корня пастернака, сельдерея и петрушки, 50 г зелени петрушки, 3–4 ст. л. растительного масла, 1,5 л воды, 2–3 горошины черного перца, 2–3 лавровых листа, соль по вкусу

Горох промыть, замочить на ночь. Грудинку нарезать кусочками, положить в казан и залить горячей водой. Довести грудинку до кипения, снять пену, добавить горох и варить до готовности. Картофель очистить, нарезать соломкой, добавить в суп. Лук очистить и нарезать полукольцами. Морковь и коренья очистить, нарезать соломкой. Коренья обжарить

с луком и добавить в суп. Варить при слабом кипении до готовности. За 5 минут до окончания добавить рубленую зелень, соль и пряности.

Суп из куриных крылышек с горохом и овощами

500 г куриных крылышек, 100 г гороха, 150 г моркови, 200 г репчатого лука, 100 г помидоров, 2 зубчика чеснока, 100 г лимона, 1 ст. л. растительного масла, 30 г кинзы, соль по вкусу

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нарезать кубиками. Лук очистить, нарезать полукольцами. Чеснок очистить, измельчить. Лук выложить в казан с разогретым растительным маслом, обжарить, добавить крылышки, морковь, влить немного воды, тушить 10 минут. Долить кипятком, добавить предварительно замоченный горох, варить 30 минут. Положить рубленую зелень кинзы, чеснок и помидоры, посолить, варить до готовности. При подаче в каждую тарелку добавить ломтик лимона.

Суп-лапша с белыми грибами

1 стакан лапши, 4–5 белых сушеных грибов, 100 г репчатого лука, 30 г петрушки, 30 г укропа, 3 ст. л. растительного масла, 2 л воды, 2–3 лавровых листа, соль по вкусу

Сушеные грибы предварительно замочить в теплой воде, затем отварить в той же воде в казане в течение 30 минут. Лук нарезать соломкой, обжарить в растительном масле, добавить к грибам вместе с лапшой. Посолить, положить рубленую зелень и готовить 15–20 минут.

Суп-кулеш

600 г говядины, 200 г пшена, 400–500 г картофеля, 100 г репчатого лука, 150 г моркови, 100 г помидоров, 2 л воды, 2–3 лавровых листа, 4–5 горошин душистого перца, веточки сушеного укропа, соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, выложить в казан, добавить немного масла и воды, тушить до полуготовности. Лук и морковь очистить, нарезать кубиками, выложить к мясу, посолить и поперчить. Картофель вымыть, очистить и нарезать кубиками среднего размера. Помидоры нарезать кубиками. В кастрюлю к мясу с овощами влить кипящую воду, добавить нарезанный картофель, варить почти до готовности. За 10 минут до окончания готовки добавить пшено, помидоры, лавровый лист и сушеный укроп. Варить суп на костре до готовности. Снять с огня, вынуть укроп и дать настояться 10–15 минут.

Суп с опятами

400 г свежих опят, 100 мл молока, 2 ст. л. муки, по 30 г зелени укропа и петрушки, 1,5 л воды, соль и перец по вкусу

Грибы перебрать, тщательно промыть, нарезать кусочками и выложить в казан. Залить водой и варить 35–40 минут. Молоко нагреть и развести в нем муку. Когда грибы будут готовы, влить молоко с мукой, положить связанные ниткой пучки зелени и варить суп еще 5 минут. Вынуть зелень. Подавать суп со сметаной.

Грибной кулеш

400 г свежих грибов, 100 г пшена, 300 г картофеля, 200 г репчатого лука, 75 г моркови, 4 ст. л. растительного масла, 1,5 л воды, 1–2 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, соль по вкусу

Грибы очистить, ошпарить кипятком, нарезать небольшими кусочками. Положить грибы в казан, залить водой и варить полчаса. Картофель очистить, нарезать кубиками. Пшено хорошо промыть. Добавить к грибам картофель и пшено, варить около 15–20 минут. Лук и морковь нашинковать соломкой, обжарить в растительном масле, добавить в суп, положить пряности, соль и варить до полной готовности, около 10 минут.

Куриный суп

700–800 г куриного филе, 400–500 г картофеля, 150 г моркови, 100–200 г репчатого лука, 5–6 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. томатной пасты, 50 г петрушки, 2 л воды, черный перец, соль по вкусу

Картофель и морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками. Лук очистить, нарезать полукольцами. Зелень петрушки вымыть, нарубить. Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и обжаривать в казане на растительном масле в течение 2–3 минут. Затем добавить томатную пасту, картофель, морковь и лук, жарить еще 5 минут. Влить 2 л кипящей воды, варить до готовности. При подаче посыпать зеленью петрушки.

Суп из говядины с чечевицей

400 г говядины, 300 г чечевицы, 100 г репчатого лука, 30 г кинзы, сок 1 лимона, 2 ст. л. растительного масла, 2 л воды, ½ ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Чечевицу отварить в кипящей воде в течение 10 минут и откинуть на дуршлаг. Лук очистить, нарезать кольцами. Зелень кинзы вымыть и нарубить. Мясо промыть, нарезать порционными кусками, положить в казан. Добавить лук, 1 ст. л. растительного масла, посолить, поперчить, влить немного воды, тушить в течение 10 минут. Влить оставшуюся воду и варить 25 минут. Предварительно отваренную чечевицу выложить к мясу. Добавить кинзу, лимонный сок и варить 15 минут.

Суп-гуляш луковый с картофелем

400–500 г картофеля, 100 г копченого сала, 150 г репчатого лука, 150 г корня сельдерея, 2–3 зубчика чеснока, 30 г укропа, 1,5 л воды, майоран, молотый черный перец и соль по вкусу

Копченое сало слегка обжарить над костром, нарезать мелкими кубиками. Картофель, сельдерей и лук очистить, нарезать, залить кипятком, добавить соль, пряности и чеснок. Варить до готовности картофеля. Заправить готовый суп специями, порционно добавить в суп сало и посыпать рубленым укропом. Подавать желательно с чесночными гренками.

Суп-харчо

600 г баранины, 4 ст. л. риса, 400 г помидоров, 200 г репчатого лука, 75 г моркови, 100 г сладкого перца, 120 г корня петрушки, 1 перец чили, 5 зубчиков чеснока, 100 г ядер грецких орехов, 4–5 ст. л. растительного масла, 3 л воды, черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать на небольшие куски и обжарить в казане в течение 10 минут на сильном огне. Лук мелко нарезать, морковь и корень петрушки очистить и нарезать соломкой, выложить в казан и готовить еще 15 минут. Залить мясо с овощами водой, довести до кипения, затем уменьшить огонь и варить 40–45 минут. Томаты ошпарить кипятком и быстро охладить, затем очистить от кожицы и мелко нарезать. Сладкий перец очистить от семян и нарезать мелкими кубиками. Выложить в казан помидоры, перец, промытый рис и варить суп еще 20–25 минут. За несколько минут до готовности добавить измельченный чеснок, орехи и нарезанный кусочками чили. Снять с огня и оставить харчо настаиваться под крышкой.

Охотничий суп

400–500 г филе утки, 300 г репчатого лука, 100 г моркови, 500 г картофеля, 300 г помидоров, 2 стручка острого красного перца, 2–3 зубчика чеснока, 4–5 ст. л. растительного масла, 2 л воды, 3–4 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кубиками. Картофель, лук и морковь вымыть, очистить. Морковь нарезать кружочками, картофель – соломкой, лук – кубиками. В казане разогреть масло, выложить нарезанное филе утки и обжарить на сильном огне. Достать мясо из казанка, выложить туда картофель, обжарить и тоже вынуть. Затем положить в казан морковь, обжарить до появления корочки, добавить лук и жарить до золотистого цвета. Выложить в казан мясо, картофель и красный перец, залить водой, добавить соль, перец горошком и лавровый лист. Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу и нарезать кубиками. Когда суп закипит, добавить помидоры и измельченный чеснок. Варить еще 5–7 минут, снять с огня и оставить настояться под крышкой.

Суп с зажаркой

400 г свинины, 150–200 г сала, 200 г картофеля, 300 г репчатого лука, 150 г моркови, 100 г красного сладкого перца, 30 г кинзы, 3 ст. л. томатной пасты, 1,5 л воды, соль по вкусу

Мясо нарезать маленькими кусочками. Сало нарезать маленькими кубиками, положить в казан и растопить на слабом огне. В растопленное сало положить свинину и обжарить до румяной корочки. Картофель очистить и нарезать крупными кубиками. Лук и морковь очистить, лук нарезать кольцами, морковь натереть на крупной терке или нарезать тонкой соломкой. Выложить к мясу лук и морковь, прожарить все вместе. Добавить томатную пасту, перемешать и готовить еще около 5 минут. Затем положить картофель и нашинкованный сладкий перец, залить горячей водой, посолить. Казан накрыть крышкой и готовить суп при слабом кипении. Подавать с рубленой зеленью кинзы.

Суп мясной с гречкой

500 г говядины, 100 г гречневой крупы, 200 г картофеля, 150 г моркови, 200 г репчатого лука, 2 л воды, 5–6 горошин душистого перца, 2–3 лавровых листа, соль по вкусу

Мясо разрезать на небольшие кусочки, сложить в казан, залить водой. Довести воду до кипения, варить мясо на слабом огне, снимая пену. Гречневую крупу тщательно промыть, картофель очистить и нарезать мелкими кубиками. Картофель с гречкой опустить в кипящий бульон. Морковь и лук очистить, мелко нарезать и добавить в суп. Перед окончанием приготовления суп посолить и положить в него пряности.

Бограч

500 г мякоти телятины, 300 г копченых свиных ребрышек, 300 г домашней копченой колбасы, 600 г свиной голени, 100 г сала, 300 г репчатого лука, 75 г моркови, 400 г картофеля, 400 г помидоров, 100 мл красного сухого вина, 1 головка чеснока, 50 г петрушки, 50 г укропа, 4 л воды, 1 ст. л. паприки, 1 ч. л. сушеного чеснока, 1 ч. л. красного молотого перца, 5–6 горошин душистого перца, молотый черный перец и соль по вкусу

Сало мелко нарезать. Копченые ребрышки разделить на части, телятину нарезать кусочками 4–5 см. Лук очистить и нарезать мелкими кубиками. В казан выложить сало, обжарить на сильном огне до состояния шкварок. Когда сало будет готово, убрать его из казана. Выложить в казан лук и обжарить до золотистого цвета. Добавить 1 ст. л. паприки,

жарить 2 минуты, активно перемешивая. Добавить ребрышки и свиную голень. Залить водой так, чтобы ее уровень был чуть ниже уровня выложенного мяса, накрыть крышкой и довести до кипения. Тушить около 2 часов, подливая воду, пока мясо не станет отставать от кости. Затем достать голень, нарезать кусочками и снова положить в казан. Морковь очистить и нарезать кубиками, добавить к мясу вместе с очищенным и раздавленным чесноком. Залить водой, посолить, поперчить и кипятить в течение 30 минут. Картофель очистить и нарезать крупными кусочками. Помидоры ошпарить и снять кожицу, нарезать кубиками. Домашнюю колбасу нарезать кружочками. Выложить в суп овощи и колбасу, добавить специи, варить до готовности картофеля. За 5 минут до конца варки влить вино и добавить нарезанную зелень.

Плов и блюда из круп в казане

Плов по-узбекски с курагой

300 г баранины, 600 г риса, 230 г моркови, 200 г репчатого лука, 100 г бараньего сала или растительного масла, 100 г кураги, 1,3–1,5 л воды, специи (анис, барбарис, молотый черный перец), соль по вкусу

Рис предварительно замочить на 2 часа в подсоленной воде (1 ч. л. соли на 1 л воды). Баранину нарезать кусочками по 10–15 г и обжарить в казане в сильно разогретом жире до образования румяной корочки. Затем добавить нарезанные соломкой лук и морковь, жарить все вместе. Влить немного горячей воды, припустить на слабом огне до готовности. После окончания тушения продуктов добавить специи. Затем добавить набухший в воде рис, не перемешивать и залить водой. После добавления риса и воды плов можно посолить по вкусу, добавить специи, промытую сушеную курагу и продолжать варить, пока вода не испарится. Потом шумовкой собрать плов к середине горкой, проколоть в нескольких местах деревянной палочкой, плотно закрыть крышкой и довести на очень слабом огне до готовности (20–25 минут). При подаче плов уложить горкой, а сверху положить кусочки мяса и посыпать нашинкованным луком.

Плов по-фергански

1 кг риса, 500 г мякоти баранины, 1 баранья косточка, 250 г бараньего сала, 300 г моркови, 400 г репчатого лука, 2 л воды, 1 ч. л. зирь, молотый красный перец и соль по вкусу

Баранье сало нарезать кубиками. Вытопить в казане, шкварки удалить. В кипящий жир положить небольшую баранью косточку, зачищенную от мяса. Жарить, пока она не приобретет красно-бурый оттенок, затем косточку вынуть. Мясо нарезать средними кусочками. Положить в казан, жарить до образования румяной корочки со всех сторон. Лук очистить, нарезать кольцами, жарить вместе с мясом до золотистого цвета. Морковь очистить, нарезать соломкой. Добавить к мясу. Посолить и жарить, пока морковь не станет золотистой. Добавить специи. Влить в котел половину необходимого количества воды, довести до кипения. Кипятить 20–25 минут. Хорошо промыть рис в холодной воде. Засыпать рис в казан, разровнять. Увеличить огонь и налить в казан воду, чтобы она покрывала рис на 1–1,5 см. При необходимости досолить и продолжить варку. Когда вода выкипит, рис собрать к середине горкой. Проколоть палочкой в нескольких местах. Накрыть плов тарелкой. Оставить при слабом кипении, пока не выкипит лишняя влага. Готовый плов перемешать. Переложить на большое блюдо, сверху положить мясо и обжаренную косточку. Отдельно подать салат из помидоров и лука.

Плов тограма

500 г говядины, 600 г риса, 150 г моркови, 300 г репчатого лука, 200 г топленого масла, 100 г укропа и петрушки, 1,5 л воды, зира, барбарис, молотый черный перец, молотый красный перец, молотый сушеный сладкий перец и соль по вкусу

Раскалить казан, выложить масло, разогреть до появления слабого дымка. Нарезать 100–150 г говядины кусочками, добавить в казан. Обжарить на сильном огне 5 минут до образования корочки. Добавить нарезанный кольцами лук. Половину одной моркови нарезать соломкой и положить в казан. Добавить зиру, барбарис, молотый перец и соль, залить $\frac{2}{3}$ стакана воды и варить 20 минут после закипания. Добавить промытый рис, распределить его равномерно, залить водой, варить 1 час. Оставшееся мясо нарезать кусочками среднего размера, оставшуюся морковь нарезать соломкой. Морковь и мясо залить водой так, чтобы она их покрывала, и варить до готовности, добавить зелень и соль по вкусу. Соединить готовые части перед подачей.

Плов по-бухарски с изюмом

500 г мяса, 500 г риса, 150 г бараньего сала или растительного масла, 150–200 г моркови, 100–200 г репчатого лука, 30–40 г изюма, 1 л воды, молотая куркума, молотый черный перец, шафран, зира, соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками. Лук нарезать полукольцами. Нашинковать тонкой соломкой морковь. Мясо, лук и морковь обжарить на бараньем сале или растительном масле в казане. Изюм промыть в теплой воде и добавить в казан. Рис промыть в теплой, чуть подсоленной воде, затем уложить его ровным слоем в казан, посыпать куркумой (на кончике ножа) и залить водой. Добавить специи и соль по вкусу. Казан накрыть крышкой и варить плов до готовности, примерно 1 час после закипания.

Плов по-хорезмски

700 г баранины или другого мяса, 600 г риса, 200 г моркови, 100–200 г репчатого лука, 150 мл растительного масла, 1,3 л воды, молотая куркума, шафран, зира и соль по вкусу

Лук нарезать полукольцами, обжарить в масле. Морковь нарезать вдоль пластинками шириной 1 см и толщиной 2–3 мм. Мясо нарезать крупными кусками по 60–80 г, обжарить в масле, затем добавить обжаренный лук, после чего влить четверть стакана воды и дать ей закипеть. Добавить подготовленную морковь. Затем долить воду так, чтобы она покрыла содержимое казана, плотно закрыть крышкой и томить 2–3 часа на очень слабом огне. Добавить рис, соль, специи, вновь долить воду и продолжать варить еще 30 минут. Готовый плов не размешивать, а переложить на тарелки слоями.

Плов по-бухарски без мяса

500 г риса, 150–200 г моркови, 100–200 г репчатого лука, 200 г белого изюма, 50 г петрушки, 100 мл растительного масла, 1 л воды, молотая куркума, шафран, соль по вкусу

Очищенные морковь и лук нарезать соломкой, обжарить в растительном масле до полуготовности. Засыпать в казан предварительно замоченный в холодной подсоленной воде рис, промытый изюм, добавить обжаренные овощи, рубленую зелень петрушки, соль, специи. Залить горячей водой, перемешать и варить при закрытой крышке на слабом огне до готовности.

Сафаки палов (плов раздельный по-самаркандски)

850–900 г баранины, 600 г риса, 150 г моркови, 100 г репчатого лука, 50 г топленого масла, 1,2–1,4 л воды, черный и красный молотый перец, соль по вкусу

Промытый рис положить в казан с подсоленной водой, отварить. Очищенную морковь сварить целиком вместе с мясом. Вареное мясо нарезать кусками, морковь – соломкой, добавить пассерованный репчатый лук, соль, молотый красный и черный перец, перемешать. При подаче положить сначала сваренный рис, полить сильно разогретым маслом, сверху выложить мясо, морковь, лук, затем полить оставшимся маслом.

Плов тонтарма (с прожаренным рисом)

300 г говядины, 600 г риса, 200 г моркови, 300 г репчатого лука, 250 г топленого масла, 4 ст. л. растительного масла, 1,3 л воды, 1 ст. л. смеси специй для плова, соль по вкусу

Непромытый рис до закладки предварительно прожарить в отдельной посуде с топленым маслом до красноватого оттенка. Нарезать мясо небольшими кусочками, лук – кубиками, морковь – соломкой. Обжарить мясо и лук в котелке на растительном масле 3–4 минуты. Добавить морковь, жарить 10–15 минут, добавить соль и специи для плова. Выровнять поверхность и ровным слоем всыпать обжаренный рис. Залить водой и варить под крышкой 40–45 минут, перед подачей перемешать.

Ивитма палов (плов из риса и гороха)

600 г баранины, 400 г риса, 150 г гороха, 200 г моркови, 200 г репчатого лука, 150 г бараньего сала или растительного масла, 800 мл воды, молотая куркума, шафран, зира, молотый черный перец, красный перец и соль по вкусу

Горох залить холодной водой и оставить на 8 часов. Рис промыть 4–5 раз в холодной подсоленной воде, а затем замочить в горячей на 30–40 минут. Баранину нарезать кусочками и обжарить в растопленном сале или разогретом масле до образования румяной корочки. Добавить лук, нарезанный полукольцами, и нарезанную мелкими кубиками морковь, продолжать жарить еще 10–15 минут. Когда морковь и лук поджарятся, влить горячую воду, добавить замоченный горох, специи и варить 20–25 минут. Посолить и засыпать ровным слоем риса; затем снова влить воду в количестве, равном весу набухшего риса. Варить, пока рис не впитает воду. Казан плотно закрыть крышкой и довести плов на очень слабом огне до готовности (20–25 минут).

Плов с помидорами и фасолью

400 г мяса, 500 г риса, 400 г помидоров, 150 г моркови, 250 г фасоли, 200 г бараньего сала или растительного масла, 200 г репчатого лука, 1 л воды, красный молотый перец и соль по вкусу

Мясо, морковь, лук и помидоры нарезать кубиками и обжарить в масле или жире. Залить водой, добавить предварительно замоченную фасоль. Когда фасоль будет доведена до полуготовности, положить промытый рис. Варить до готовности. Соль и перец добавить в готовый плов, который должен отстояться 20 минут.

Плов с айвой

200 г говядины, 600 г риса, 2 айвы, 150 г моркови, 200 г репчатого лука, 2 ст. л. растительного масла, 1,3 л воды, 1,5 ст. л. смеси специй для плова, соль по вкусу

Рис предварительно замочить на 2 часа. Айву тщательно вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину и нарезать кусочками толщиной 1 см. Можно предварительно обжарить айву на растительном масле в течение 10–15 минут. Говядину нарезать кусочками и обжарить в казане в сильно разогретом растительном масле до образования румяной корочки. Добавить нарезанные соломкой лук и морковь, жарить все вместе. Влить немного горячей воды, припустить на слабом огне до готовности, добавить айву и тушить еще 5–7 минут. Затем добавить набухший в воде рис, залить водой, посолить по вкусу, добавить специи и продолжать варить до испарения воды. Затем проколоть плов в нескольких местах деревянной палочкой, плотно закрыть крышкой и довести на очень слабом огне до готовности.

Плов с абрикосами

300 г говядины, 600 г риса, 400 г абрикосов, 150 г моркови, 150 г лука, 3 ст. л. растительного масла, 1,3 л воды, 2 ст. л. смеси специй для плова, соль по вкусу

Говядину нарезать кусочками, морковь – соломкой, лук – кубиками. В казане разогреть растительное масло, выложить нарезанное мясо и жарить до появления корочки. Добавить лук и морковь, жарить 15 минут. Абрикосы без косточек выложить ровным слоем на мясо с овощами,

не перемешивая, добавить специи и соль. На абрикосы высыпать рис, залить водой, довести до кипения и варить на слабом огне до готовности. Перед подачей перемешать.

Плов с сушеными абрикосами (урюком)

400 г говядины, 650 г риса, 200 г лука, 100–150 г моркови, 200 г урюка, 100 мл растительного масла, 1,4 л воды, 1–2 ст. л. смеси специй для плова, соль по вкусу

Лук нарезать полукольцами и обжарить в сильно нагретом растительном масле. Положить кусочки нежирной говядины и нашинкованную соломкой морковь, заправить солью, специями и залить 200 мл воды. Довести до кипения, перемешивая. Добавить тщательно промытый сушеный урюк. Затем всыпать подготовленный рис и варить плов до готовности. Перед подачей перемешать.

Плов с чесноком

300 г мяса, 650 г риса, 3–4 головки чеснока, 200 г моркови, 200–300 г репчатого лука, 100–150 мл растительного масла, 1,4 л воды, 1 ст. л. смеси специй для плова, соль по вкусу

Нарезать говядину поперек волокон небольшими кусочками, лук нарезать кубиками, морковь – соломкой. Разогреть казан, влить масло и нагревать его до появления слабого дымка. Добавить в масло кусочки говядины и жарить до появления корочки. Всыпать лук и морковь, жарить 10 минут, приправить специями и солью. Рис добавить в два приема: сначала положить половину риса, разровнять, уложить головки чеснока, затем всыпать оставшийся рис, залить водой и варить до готовности. Чеснок вынуть, плов перемешать и переложить на блюдо. Головки чеснока разделить на зубчики, очистить и выложить на плов.

Палау-лобо (плов с редькой)

600 г баранины, 650 г риса, 500 г редьки, 300 г репчатого лука, 200 г животного жира, 2 л воды, молотый черный перец и соль по вкусу

В раскаленном жире обжарить нашинкованный лук и нарезанную небольшими кусочками баранину, посыпать солью и перцем. Добавить нарезанную соломкой и ошпаренную кипятком редьку. Сверху горкой насыпать предварительно перебранный, промытый и замоченный на 1–1,5 часа в подсоленной воде рис. Залить все водой так, чтобы рис был покрыт на 2–3 см. Во время варки проткнуть плов деревянной палочкой до дна, котел плотно закрыть крышкой и на слабом огне довести плов до готовности.

Каватор палов (плов с голубцами из виноградных листьев)

350 г мяса, 650 г риса, 150 г моркови, 200 г репчатого лука, 100–150 мл растительного масла, 1,4–1,5 л воды, смесь специй для плова, соль по вкусу

Для голубцов: 350 г мясного фарша, 100 г репчатого лука, виноградные листья, молотый черный перец и соль по вкусу

Приготовить голубцы. Измельчить лук и смешать с фаршем, добавить соль и молотый черный перец по вкусу. Молодые виноградные листья вымыть холодной водой. На каждый лист положить немного приготовленного фарша и сформовать маленькие голубцы. Готовые голубцы нанизать на нитку, положить в отдельную посуду с водой и варить 7 минут. Мясо нарезать кусочками, очищенный репчатый лук – полукольцами, морковь – соломкой. Разогреть казан, влить масло, нагреть его до появления слабого дымка. Выложить в масло говядину и жарить 15 минут. Добавить лук и морковь, жарить 10 минут, добавить специи и соль. Положить голубцы (предварительно снять нитки), засыпать рисом, влить воду и варить до готовности. Готовый плов выложить на блюдо, сверху разложить голубцы.

Шавля (плов с томатом)

600 г баранины, 400 г риса, 300 г моркови, 150 г репчатого лука, 150 г томатной пасты, 100 мл растительного масла, 0,8–1 л воды, смесь специй для плова и соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусочками, морковь – мелкой соломкой, лук измельчить. В разогретый казан влить растительное масло, хорошо прогреть, добавить мясо, затем лук и морковь. Жарить 10 минут. Добавить томатную пасту, специи, соль и 150 мл воды, тушить 10 минут. Всыпать рис, залить водой и варить 1 час, затем проткнуть плов деревянной палочкой в нескольких местах и упаривать под крышкой еще 10–15 минут. Перед подачей перемешать.

Палау (плов по-казахски)

400 г баранины, 500 г риса, 200 г бараньего жира, 100–200 г репчатого лука, 150 г моркови, 100 г кураги или сушеных яблок, 1 л воды, молотый черный перец и соль по вкусу

Мелко нарезанный лук обжарить в казане, положить кусочки баранины, соль, перец, морковь, нарезанную соломкой, и обжарить. Затем добавить мелко нарезанную курагу или яблоки, промытый рис, обжарить, залить водой, накрыть крышкой и варить до готовности. Во время варки плов проткнуть деревянной палочкой до дна в нескольких местах для равномерного распределения жира. Готовый плов осторожно перемешать.

Плов без мяса с урюком

1 кг риса, 500 г урюка, 300 г моркови, 200–300 г репчатого лука, 200 мл растительного масла или животного жира, 50 г зеленого лука, 2 л воды, черный перец горошком и соль по вкусу

Нарезанные морковь и лук обжарить в разогретом масле или жире, влить часть воды, довести до кипения. Заправить солью, специями и перед закладкой риса добавить промытый в холодной воде сушеный урюк. Всыпать рис, влить воду и варить до готовности. Готовый плов положить на блюдо, посыпать нарезанным зеленым луком.

Плов по-казахски с чесноком

500 г баранины, 500 г риса, 300 г моркови, 200 г репчатого лука, 1 головка чеснока, 100 мл растительного масла, 1 л воды, 1 лавровый лист, молотый черный перец и соль по вкусу

Баранину нарезать кубиками, тушить в масле до полуготовности. Добавить соль, черный перец, морковь, нарезанную соломкой, тушить 10 минут. Затем положить репчатый лук, нарезанный кольцами, а через 5 минут – промытый рис. Головку чеснока вымыть и целой (неочищенной) положить в середину на дно. Добавить воду, лавровый лист и довести до готовности.

Плов по-азербайджански

350 г баранины, 500 г риса, 150 г сливочного масла, 100–200 г репчатого лука, 1 яйцо, 750 мл молока, 20 г укропа, 1,1 л воды, лимонная кислота, корица, шафран, соль по вкусу

Промытый и отваренный в подсоленной воде рис разделить на две равные части, одну из них окрасить настойкой шафрана. Перед подачей весь рис соединить, полить растопленным сливочным маслом и перемешать. Баранину, нарезанную кусочками, обжарить на сливочном масле до готовности. Добавить пассерованный репчатый лук, растворенную в воде лимонную кислоту (10 г на 1 л воды), щепотку корицы. Перемешать, залить сырым яйцом, смешанным с молоком и мелко нарезанным укропом, и накрыть крышкой. Томить на слабом огне до готовности. Подавать, выложив на рис.

Плов с гранатом по-азербайджански

1 кг молодой баранины, 600 г риса, 400 г репчатого лука, 2 граната, 400 г алычи, 150 г изюма, 150 г сливочного масла, 1 л воды, соль по вкусу

Рис промыть и отварить в подсоленной воде. Баранину нарезать небольшими кусочками с косточками, обжарить на собственном жире с добавлением сливочного масла в казане на

большом огне. Влить кипяток, добавить нарезанный лук, сок граната, алычу, очищенную от косточек, изюм, посолить и тушить на небольшом огне под крышкой 30–45 минут. Смешать с рисом. К плову подать зелень – зеленый лук, молодой чеснок, мяту.

Плов али-мусамба

1 кг баранины, 750 г риса, 200 г репчатого лука, 200 г чернослива, 100 г топленого масла, 1,5 л воды, ½ ч. л. молотой корицы, 1 ч. л. гвоздики, шафран на кончике ножа, перец и соль по вкусу

Баранину нарезать на порционные куски и обжарить в казане в масле. Затем долить небольшое количество воды, добавить пассерованный репчатый лук, промытый чернослив, шафран, корицу, гвоздику, соль, перец и тушить до готовности. Отдельно приготовить рассыпчатый рис. Часть отварного риса окрасить настоем шафрана. При подаче на тарелку горкой уложить рис, сверху посыпать рисом, окрашенным шафраном, а сбоку положить баранину с фруктами и соусом, полить маслом и посыпать корицей.

Аришта-плов

1 кг баранины, 500 г риса, 100–200 г репчатого лука, 150 г топленого масла, 1 л воды, соль по вкусу

Для аришты: 150 г муки, 2 яйца, вода, соль по вкусу

Баранину нарезать на порционные куски, посолить и обжарить в казане в масле. Добавить пассерованный лук, немного бульона или воды и тушить до готовности. Из муки, воды и яиц с добавлением соли замесить крутое тесто, слегка подсушить и нарезать соломкой. Затем лапшу отварить в подсоленной воде и отбросить на дуршлаг. Отварить рис в подсоленной воде, смешать его с лапшой и полить маслом. При подаче на тарелку выложить аришта-плов, сверху положить баранину и полить маслом.

Плов лоби-чилов

1 кг баранины, 500 г риса, 250 г белой фасоли, 250 г топленого масла, 200 г репчатого лука, 200 г изюма, щепотка шафрана, молотая корица на кончике ножа, молотый черный перец и соль по вкусу, тонкий лаваш

Баранину нарезать крупными кусочками, обжарить в казане в масле с добавлением репчатого лука, залить бульоном или водой, добавить соль, перец, шафран и тушить до готовности. Предварительно замоченный рис отварить в кипящей подсоленной воде до полуготовности, слить воду. Фасоль отварить отдельно, смешать с рисом. На дно казана выложить лаваш, полить маслом, посыпать шафраном, довести до кипения и насыпать слой риса для образования корочки – казмага. После этого добавить смесь риса с фасолью, сверху полить маслом, посыпать шафраном. Накрыть крышкой и довести до готовности. Отдельно на масле припустить изюм. При подаче на тарелку выложить горкой рис с фасолью, а сбоку поместить готовое мясо, казмаг и припущенный изюм, полив сверху маслом и посыпав корицей.

Плов с каурмой

1 кг баранины, 750 г риса, 250 г топленого масла, 300 г репчатого лука, 150 г свежей алычи или 75 г сушеной, лаваш, щепотка шафрана, щепотка корицы, перец, соль по вкусу

Мякоть баранины нарезать кусочками, обжарить, добавить соль и тушить с небольшим количеством воды. Затем добавить нарезанный лук, сушеную или свежую алычу, довести мясо до готовности. Рис замочить в течение нескольких часов в холодной воде. Затем рис промыть, положить в кипящую подсоленную воду и варить до полуготовности. Откинуть рис на дуршлаг. На дно казана выложить лаваш, засыпать отваренный рис, сверху полить растопленным сливочным маслом и на медленном огне довести до готовности. При подаче часть риса окрасить настойкой шафрана и положить на тарелку горкой. Сбоку выложить готовое мясо (каурма), а с

другой стороны – кусочки рисового казмага, который образуется на дне казана. Полить маслом и посыпать корицей.

Парча-дошалая

1 кг баранины, 750 г риса, 100 г репчатого лука, 150 г изюма, 350–400 г абрикосов или хурмы, 250 г каштанов, 250 г топленого масла, щепотка шафрана, щепотка тмина, корица и соль по вкусу, лаваш

Баранью грудинку обжарить целым куском, затем отделить кости, добавить соль, перец и припустить до готовности в небольшом количестве воды с добавлением пассерованного лука, фруктов, очищенных вареных каштанов, шафрана и тмина. Рис хорошо промыть, замочить в холодной воде. Затем отварить до готовности, чтобы он был рассыпчатым. При подаче на тарелку горкой уложить рис, сверху поместить баранину, припущенные фрукты, полить маслом и посыпать корицей.

Плов риза-кюфта

1 кг баранины, 750 г риса, 200 г репчатого лука, 250 г топленого масла, 50 мл уксуса (3 %), 50 г томатной пасты, 1 ст. л. сахара, 50 г петрушки и укропа, щепотка шафрана, перец и соль по вкусу

Баранину с луком пропустить через мясорубку, добавить перец, соль, тщательно перемешать. Затем фарш охладить и сформовать небольшие шарики, которые обжарить с маслом. Отдельно жарить нашинкованный репчатый лук, добавить томат, немного воды, уксус или лимонную кислоту, сахар, соль, перец и довести соус до готовности. Обжаренные мясные шарики залить соусом и тушить 8—10 минут. Рис приготовить отдельно, чтобы он был рассыпчатым. Часть его окрасить шафраном. При подаче рис уложить горкой, сверху посыпать окрашенным рисом, а сбоку разместить риза-кюфта с соусом, полить маслом и посыпать рубленой зеленью.

Сабза-каурма

1 кг баранины, 750 г риса, 200 г репчатого лука, 250 г топленого масла, 1 ч. л. лимонной кислоты (или 2 ст. л. сока лимона), 100 г укропа и кинзы, щепотка молотой корицы, щепотка шафрана, молотый черный перец и соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками, добавить соль, перец и обжарить на топленом масле. Затем добавить лимонный сок или лимонную кислоту, пассерованный лук, шафран, рубленую зелень и тушить в небольшом количестве воды до готовности. Рис отварить отдельно, часть окрасить шафраном. При подаче на тарелку горкой уложить рис, рядом положить мясо, полить маслом и посыпать корицей.

Тас-кебаб

1 кг говядины, 750 г риса, 200 г лука, 200 г топленого масла, 1,5 л воды, гвоздика, корица и соль по вкусу

Говядину (вырезку) очистить от пленок, нарезать ломтиками и слегка обжарить в масле на раскаленной сковороде. Мелко нарезанный лук пассеровать отдельно. Затем уложить мясо слоями в кастрюлю попеременно с пассерованным луком, корицей и гвоздикой, добавив немного воды или бульона, и тушить под крышкой до готовности. Рис отварить. При подаче на тарелку горкой уложить рис, сверху положить готовое мясо и полить соусом, образовавшимся при тушении.

Плов с цыпленком по-азербайджански

1 тушка цыпленка, 1 кг риса, 200 г репчатого лука, 300 г алычи, 100 г миндальных орехов, 150 г каштанов, 500 мл молока, 1 л гранатового сока, 1 головка чеснока, 250 г сливочного масла, щепотка шафрана, молотый черный перец и соль по вкусу

Отварить рис, окрасив его шафраном. Каштаны отварить в молоке на очень медленном огне. Затем молоко слить, отваренные каштаны слегка обжарить на масле с мелко нарезанным луком, алычой, рубленным миндалем, добавить соль, измельченный чеснок. Цыпленка натереть изнутри смесью соли и перца, затем начинить алычово-каштановой смесью, зашить. Обжарить на вертеле, поливая гранатовым соком. Готового цыпленка разделить на порции, отдельно выложить начинку, полить все гранатовым соком. Рис подать отдельно. Плов украсить пряными травами.

Шам-кебаб

600 г баранины, 750 г риса, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 200 г топленого масла, молотый черный перец и соль по вкусу

Мясо пропустить через мясорубку. Фарш обжарить с мелко нарезанным луком, заправить взбитым яйцом, добавить соль, перец, накрыть крышкой и тушить до готовности. Рис отварить в подсоленной воде до готовности, чтобы он был рассыпчатым. При подаче плов уложить горкой, сверху поместить фарш, полить маслом.

Балыг (рыбный плов)

1 кг свежей рыбы, 750 г риса, 150 г изюма, 100 г кизила, 100 г репчатого лука, 250 г топленого масла, щепотка шафрана, молотый черный перец и соль по вкусу

Подготовленную рыбу нарезать на порционные куски, натереть солью, перцем и обжарить. Добавить изюм, кизил, пассерованный лук, шафран и припустить на слабом огне до готовности. Засыпать рыбу с припущенными фруктами отваренным до полуготовности рисом, добавить немного воды и под крышкой довести до готовности (5—10 минут). При подаче на тарелку уложить горкой рис, сверху положить рыбу с фруктами, полить маслом.

Плов по-душанбински

300 г риса, 100 г репчатого лука, 75 г моркови, 50 г животного жира, 30 г петрушки, 1 ч. л. зиры, 1 ст. л. барбариса, черный перец, соль по вкусу

Для фарша: 300 г мякоти баранины, 200 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 3 отварных яйца, 50 г животного жира, черный перец, соль по вкусу

Мякоть баранины вместе с очищенными луком и чесноком пропустить через мясорубку. В полученную массу добавить соль и перец, тщательно перемешать. Из готового фарша сформовать плоские лепешки, завернуть в них очищенные отварные яйца, защипнуть края и обжарить в отдельной посуде на жире до полуготовности. В казане на раскаленном жире обжарить мелко нашинкованный репчатый лук, добавить нашинкованную морковь, обжарить все вместе, затем залить водой (600 мл) и довести до кипения. Уложить на лук с морковью в один слой яйца в фарше, добавить соль, перец, зиру, барбарис, затем предварительно промытый рис и выровнять все шумовкой (при необходимости добавить горячую воду). Когда вся жидкость будет поглощена рисом, казан плотно закрыть крышкой и довести плов до готовности на медленном огне. При подаче плов уложить горкой, сверху положить мясные лепешки с яйцами, разрезанные на 2–4 части, и посыпать рубленой зеленью.

Гелакпалав (плов с мясными фрикадельками)

500 г риса, 200 г моркови, 200 г репчатого лука, 50 г петрушки, 100 г животного жира или растительного масла, 1 ч. л. зиры, 1 ст. л. барбариса, соль по вкусу

Для фрикаделек: 500 г баранины или говядины, 100–200 г репчатого лука, 5 зубчиков чеснока, 1 ч. л. зиры, соль по вкусу

Мясо вместе с очищенным луком и чесноком пропустить через мясорубку. В полученную массу добавить соль, зиру, тщательно перемешать и поместить в холодное место на 2–3 часа. Затем сформовать фрикадельки. В сильно разогретом жире обжарить мелко нарезанный репчатый лук и часть моркови, нашинкованной соломкой, залить водой так, чтобы вода покрыла

продукты, довести до кипения, добавить фрикадельки и тушить 10–15 минут. После этого добавить оставшуюся часть нарезанной моркови, воду (1 л), соль, специи, засыпать предварительно замоченный рис и довести до готовности. При подаче рис уложить горкой, сверху – фрикадельки, посыпать рубленой зеленью. Отдельно можно подать салат из лука, граната и овощей.

Угро-плов

600 г баранины, 200 г животного жира, 200 г репчатого лука, 200 г моркови, 50 г петрушки, соль и специи по вкусу

Для лапши: 500 г муки, 200 мл воды

Мясо нарезать на кусочки по 25–30 г, обжарить в жире до образования румяной корочки, добавить репчатый лук и морковь, нарезанные соломкой, и продолжать обжаривать еще 10–15 минут. Из муки и воды замесить пресное тесто, тонко раскатать, нарезать лапшой и подсушить. Затем лапшу нарубить до размера рисовых зерен, уложить в казан с обжаренным мясом, залить 1 л воды и варить до готовности. При подаче посыпать плов рубленой зеленью.

Плов огурджалинский

700 г баранины, 500 г риса, 200 г репчатого лука, 200 г моркови, 200 мл растительного масла, 150 г урюка, 100 г петрушки и укропа, щепотка шафрана, молотый красный перец и соль по вкусу

Баранину нарезать кусочками по 50–60 г и обжарить в раскаленном масле, добавив измельченный лук и морковь, нарезанную соломкой. Через 20–25 минут мясо вынуть из казана, переложить его в кипяток (1,5 л), отварить до готовности, затем переложить в отдельную посуду. Отвар вылить в казан, засыпать рис, урюк, пряности и варить сначала под крышкой до испарения воды, а затем 10–15 минут на слабом огне до подсушивания. За 3–5 минут до готовности на рис положить мясо, посыпать его измельченной зеленью петрушки и укропа, дать потомиться несколько минут.

Плов с курицей

1 кг курятины, 500 г риса, 200 г репчатого лука, 200 г моркови, 100 мл растительного масла, 50 г укропа, специи и соль по вкусу

Курятину нарезать и обжарить до образования румяной корочки. Добавить мелко нарезанный репчатый лук, морковь, нашинкованную соломкой, и жарить все вместе 5–10 минут. Затем залить овощи водой (1 л), тушить еще 10–15 минут. Добавить предварительно замоченный рис и варить 15–20 минут. Когда жидкость будет поглощена рисом, крышку котла плотно закрыть и довести плов до готовности на медленном огне. При подаче уложить плов горкой, сверху положить кусочки курицы и посыпать рубленой зеленью. Отдельно подать салаты из свежих овощей.

Балыклянахлы-аиш (рыбный плов)

500 г рыбного филе, 500 г риса, 400 г репчатого лука, 300 г моркови, 120 г корня петрушки, 200 г сметаны, 150 мл гранатового сока, 200 мл растительного масла, 100 г укропа и петрушки, 1,5 л воды, 1 лавровый лист, 6–8 горошин черного перца, 1 ч. л. семян фенхеля, шафран, молотый черный перец и соль по вкусу

В кипящую воду добавить соль, лавровый лист, половину мелко нарезанного корня петрушки, перец горошком и 1 луковицу. Варить в этом бульоне на умеренном огне рыбу, нарезанную кусками. Затем вынуть рыбу из бульона, переложить в фольгу, засыпать мелко нарезанным луком (часть лука отложить), оставшимся натертым корнем петрушки, перцем, измельченной зеленью петрушки и укропа, добавить фенхель, часть шафрана, соль. Залить все сметаной, завернуть края фольги и поместить томиться над углями или в золе. В казане обжарить в растительном масле оставшийся измельченный лук, нарезанную тонкой соломкой морковь,

вливать процеженный рыбный бульон, довести до кипения и всыпать предварительно замоченный в горячей воде на 30 минут рис, посолить. Варить рис в открытом казане, пока весь бульон не выкипит. Заправить плов оставшимися пряностями, перемешать, закрыть крышкой и томить на очень слабом огне 20 минут. Выложить плов в глубокую тарелку, полить гранатовым соком и отдельно подать рыбу.

Пловы «Хаваскор»

350 г баранины, 300 г риса, 150 г моркови, 100 г репчатого лука, 100 г гороха, 50 г изюма, 100 г животного жира, 30 г петрушки, 800 мл воды, 1 ст. л. барбариса, специи и соль по вкусу

В разогретом жире пассеровать нарезанный соломкой лук, добавить мясо, нарезанное кусочками, и обжарить его до образования румяной корочки. Затем всыпать нарезанную соломкой морковь, жарить еще 7–8 минут. Залить водой так, чтобы она покрыла продукты, добавить предварительно замоченный горох и готовить еще 20 минут. После этого положить изюм, барбарис, соль, промытый рис, долить воду и варить до готовности. При подаче плов уложить горкой, сверху положить кусочки мяса и посыпать измельченной зеленью.

Туркменский плов с фаршированной уткой

1 тушка утки (1,5 кг), 350 г риса, 2 зубчика чеснока, 150 мл растительного масла, шафран, черный перец, соль по вкусу

Для начинки: 100–200 г репчатого лука, 200–220 г урюка, 150 г изюма, 2 зубчика чеснока, красный и черный перец, соль по вкусу

Утку натереть внутри солью. Приготовить начинку. Лук нарезать кубиками, обжарить в раскаленном масле, добавить урюк, изюм, немного соли и тушить все вместе 10–15 минут. Снять с огня, положить мелко нарубленный чеснок, перец, перемешать. Подготовленной начинкой туго набить птицу, зашить или скрепить разрез и обжарить в казане на сильно разогретом масле со всех сторон до образования темно-золотистой корочки. Затем влить немного горячей воды, добавить соль, перец, нарубленный чеснок и тушить птицу, поливая образовавшимся соком. Готовую птицу переложить в другую посуду, а в оставшийся в казане сок влить кипяток (1 л), добавить соль, шафран, засыпать предварительно замоченный рис. Варить на слабом огне до готовности риса и полного выпаривания воды, не перемешивая. В готовом рисе сделать большое углубление, положить на дно казана тушку птицы и прогреть на слабом огне.

Плов с перепелками

10–12 тушек перепелов, 500 г риса, 100 г репчатого лука, 500 г помидоров, 125 г сливочного масла, молотый черный перец и соль по вкусу

Перепелов обжарить в сливочном масле, добавить мелко нарезанный лук. Как только лук станет прозрачным, добавить очищенные и нарезанные помидоры, тушить 10–15 минут. Затем всыпать рис, залить 1 л воды, посолить, поперчить. Уменьшить огонь и варить плов до готовности.

Плов со сладким перцем

500 г риса, 200 г сладкого перца, 200–300 г помидоров, 100 г репчатого лука, 30 г укропа, 30 г петрушки, 50 мл растительного масла, 1 л воды, душистый перец горошком, соль по вкусу

Рис промыть, ополоснуть горячей водой и дать ей стечь. В казанок влить масло и обжарить рис до желтоватого цвета. Добавить нарезанный небольшими кубиками сладкий перец, кусочки помидоров без кожицы и, перемешивая, жарить все вместе еще несколько минут. Затем положить пассерованный лук, соль, душистый перец и залить 1 л воды или бульона. Варить плов на слабом огне около 40 минут. Следить, чтобы рис не разварился. В конце приготовления посыпать зеленью.

Плов с курицей и черносливом

1 тушка курицы, 300 г риса, 200 г репчатого лука, 150 г моркови, 100 г чернослива, 1 головка чеснока, 100 г зелени петрушки, кинзы и укропа, 100 мл растительного масла, 1 ч. л. зиры, молотый черный перец, соль по вкусу

Несколько раз промыть рис. Залить его теплой водой, добавить щепотку соли и оставить минимум на 1 час. Затем откинуть рис на дуршлаг. Чеснок разобрать на зубчики, очистить. Чернослив замочить на 15 минут в теплой кипяченой воде. Зелень мелко нарезать. Лук нарезать полукольцами, морковь – длинной тонкой соломкой. Курицу нарезать небольшими кусочками, разрубив косточки. В казане или кастрюле с толстым дном сильно, до появления дымка, разогреть растительное масло. Обжарить нарезанные овощи до золотистого цвета. Добавить зиру, перец и немного соли, перемешать и готовить еще 5 минут. Положить куски курицы и готовить, пока на них не образуется золотистая корочка, примерно 7 минут. Всыпать нарубленную зелень, сверху ровным слоем выложить промытый рис. Влить в казан кипяток, так чтобы он покрыл рис слоем около 2 см. Воду вливать аккуратно, по стенке, чтобы не нарушить слой риса. Воткнуть в рис зубчики чеснока и чернослив, уменьшить огонь и готовить без крышки до полного испарения воды. Затем накрыть казан крышкой и готовить еще 20 минут. Снять плов с огня, аккуратно перемешать и выложить на блюдо.

Плов по-турецки

500 г баранины, 250 г риса, 200 г репчатого лука, 100 г изюма, 3 ст. л. миндальных орехов, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. томатной пасты, 3 ст. л. растительного масла, 750 мл бульона, щепотка шафрана, перец красный молотый и соль по вкусу

В казане обжарить на масле зубчик чеснока и миндаль. Чеснок вынуть, положить мелко нарезанный лук и поджарить до золотистого цвета. Добавить баранину, нарезанную небольшими кусочками, и обжарить ее до образования корочки. Затем влить бульон, добавить перец, соль и томатную пасту, варить мясо под крышкой около 1 часа. После этого всыпать промытый рис, изюм и варить еще около 30 минут.

Мак-любе (плов по-арабски)

400 г говядины, 200 г риса, 160 г цветной капусты, 2 ст. л. топленого масла, 2 ст. л. растительного масла, 500 мл воды, молотый черный перец и соль по вкусу

Рис промыть несколько раз и замочить на 1–2 часа. Говядину нарезать относительно крупно, из расчета 2 куска на порцию, отбить, обжарить на растительном масле до образования корочки. Цветную капусту разобрать на соцветия, посолить и обжарить на топленом масле отдельно. Выложить обжаренную капусту на мясо, сверху – подготовленный рис. Все залить водой или бульоном, приправить солью и перцем. Накрыть крышкой и тушить на среднем огне до готовности. В конце приготовления полить плов топленным маслом.

Плов с крабами

200 г риса, 10–12 небольших крабов, 200 г репчатого лука, 80 г сливочного масла, ½ ст. л. молотого сушеного корня имбиря, 1 ч. л. барбариса, 2 ст. л. карри, молотый черный перец, соль по вкусу

Рис хорошо промыть и замочить на 30 минут в воде, затем откинуть на дуршлаг и дать воде стечь. Барбарис замочить в 1 ст. л. горячей воды. Лук очистить, нарезать кольцами и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета. Посыпать карри, перцем, молотым имбирем, всыпать рис и, помешивая, тушить на слабом огне. Долить воды (на 2 см выше уровня риса), положить барбарис и посолить. Варить под крышкой 15 минут, до полного испарения воды. Крабов очистить, нарезать мясо мелкими кусочками. Добавить в казан крабов, тушить 5 минут. Рис выложить на блюдо, добавить к нему часть крабов, а сверху украсить оставшимися крабами.

Сладкий плов по-индийски

360 г риса, 50 г кураги, 50 г чернослива, 30 г орехов, 80 г топленого или растительного масла, 1 ст. л. смеси специй (кардамон, гвоздика, корица, шафран), сахар и соль по вкусу

В казане раскалить масло, всыпать рис и слегка обжарить. Положить сухофрукты, добавить специи, а также соль и сахар по вкусу. Жарить еще 5–7 минут, время от времени перемешивая. Залить все водой так, чтобы она была выше уровня риса на 2–3 см. Довести до кипения и варить на сильном огне, пока уровень воды не сравняется с уровнем риса. Затем прикрыть казан крышкой и томить плов на слабом огне до полной готовности. Выложить плов горкой на блюдо. Сверху посыпать измельченными орехами.

Ширин (плов)

1 кг риса, 250 г кураги, 150 г изюма, 100 г слив, 250 г сахара, 250 г топленого масла, лаваш, соль по вкусу

Отварить рис до полуготовности в подсоленной воде. Сухофрукты (курагу, изюм) предварительно замочить, припустить отдельно в масле, добавить сахар, смешать с рисом. В казан положить лаваш, на него смесь фруктов и риса, накрыть крышкой и довести до готовности. При подаче на тарелку горкой уложить рис, рядом положить корочки лаваша с рисом и припущенные фрукты, сверху украсить сливами.

Плов с сухофруктами

500 г риса, 300 г урюка, 300 г сушеных слив, 300 г муки, 1 яйцо, 300 г топленого масла, соль по вкусу

Из муки с добавлением яйца, соли и воды замесить крутое тесто, слегка подсушить его и нарезать соломкой. После этого лапшу отварить в подсоленной кипящей воде и откинуть на дуршлаг. Из риса отдельно приготовить плов, который смешать с лапшой и полить маслом. Сухофрукты припустить в масле до готовности. При подаче в тарелку положить рис с лапшой, сверху выложить сухофрукты и полить маслом.

Сюдлу (плов молочный)

500 г риса, 1 л молока, 1 л воды, 150 г изюма, 150 г сливочного масла, лаваш, щепотка шафрана, сахар и соль по вкусу

Рис отварить в смеси воды и молока, отцедить. Перемешать рис с изюмом, добавить сахар и соль по вкусу. В казан положить лаваш, засыпать сверху рис. Плотно накрыть казан крышкой и поставить его на очень слабый огонь (лучше всего на горячие угли) на полчаса. Когда вода из риса выпарится, полить плов подготовленной смесью растопленного сливочного масла и шафрана.

Плов с тыквой и фруктами

300 г риса, 500 г тыквы, 200–200 г яблок, 50 г изюма, 200 мл растительного масла, соль по вкусу

Яблоки (можно использовать сухофрукты) очистить от кожуры, удалить семена, нарезать мелкими кубиками и смешать с изюмом. Очищенную тыкву нарезать маленькими кубиками. На дно казана вылить 100 мл растительного масла, уложить слой тыквы, насыпать слой риса, затем слой фруктовой смеси, снова положить рис, тыкву, рис, фрукты, рис. Залить оставшимся маслом и влить подсоленную воду так, чтобы она покрывала верхний слой риса. Казан плотно закрыть крышкой и варить плов на слабом огне 50 минут.

Плов с тыквой

300 г риса, 300 г тыквы, 30 г изюма, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, 2 ст. л. муки, 4 ст. л. топленого масла, мука для панировки, сахар и соль по вкусу

Рис промыть и отварить до полуготовности. Муку просеять горкой на рабочую поверхность, сделать углубление и вылить туда яйцо. Замесить тесто и раскатать его тонким слоем. В посуде с толстым дном растопить часть сливочного масла, положить на масло лепешку, сверху выложить рис и изюм, залить водой (на 2 см выше уровня риса), добавить соль и сахар по вкусу и томить под крышкой до готовности. В готовый рис добавить оставшееся сливочное масло. Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать кусочками. Каждый кусочек запанировать в муке и обжарить в топленом масле с двух сторон. Рис подавать на блюде, выложив сверху обжаренные кусочки тыквы.

Плов фруктовый

350 г риса, 200 г кураги, 200 г изюма, 200 г персиков, 200 г свежей алычи, 100 г миндальных орехов, 100 г сливочного масла, лаваш, щепотка шафрана

Для сиропа: 2 ст. л. меда, 2 ст. л. сахара, 100 мл гранатового сока, 1 ч. л. корицы

Отварить рис до полуготовности, окинуть на дуршлаг, промыть холодной кипяченой водой и окрасить шафраном. На дно казана положить лаваш. На него выложить часть отваренного риса, кусочки сливочного масла. Сверху засыпать остальной рис, положить на него масло, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне примерно полчаса, доведя рис до полной готовности. Выложить рис на блюдо. Нарезанные фрукты и рубленые орехи обжарить в казане на сливочном масле. Отдельно сварить сахарно-медовый сироп с соком граната, в конце варки добавить корицу, положить в сироп поджаренные фрукты и слегка уварить. Выложить фрукты сегментами на рис.

Баранина с гречневой крупой

700 г баранины, 400 г гречневой крупы, 100 г репчатого лука, 70 г томатной пасты, 50 мл растительного масла, соль по вкусу

Баранину нарезать кусками, обжарить, залить водой, чтобы она покрывала мясо. Добавить томатную пасту, поджаренный на растительном масле репчатый лук и тушить под крышкой. Гречневую крупу отварить до полуготовности, смешать с бараниной и продолжать тушить в закрытом казане до готовности.

Машикичири (каша из маша и риса)

1,5 кг мяса, 600 г риса, 250 г маша, 150 г моркови, 200–300 г репчатого лука, 200 мл растительного масла или животного жира, 3 л воды, специи и соль по вкусу

Мясо нарезать ломтиками, обжарить в сильно разогретом масле или жире вместе с нарезанными морковью и луком. Влить воду, положить промытый маш и варить на слабом огне. Когда зерна маша лопнут, добавить соль, специи и рис. Продолжать варить до готовности риса. Дать настояться под крышкой 10–15 минут.

Халим (каша из пшеницы)

500 г баранины или говядины, 600 г пшеницы, 100 мл растительного масла, корица, молотый черный перец и соль по вкусу

За 5–6 часов до начала варки замочить пшеницу в горячей воде. Нарезанную кубиками баранину или говядину обжарить в казане в разогретом масле, засыпать подготовленную пшеницу, залить водой, чтобы она ее покрывала, и варить на слабом огне 2 часа, помешивая. Если вода испарилась, а пшеница еще не готова, долить воды. После готовности добавить соль и заправить пряностями.

Мохора (полужидкая каша из гороха)

400 г мяса, 600 г гороха, 400 г картофеля, 100 г моркови, 2 л воды, соль по вкусу

Баранину, телятину или говядину нарезать кусочками, опустить в холодную воду, добавить очищенную морковь целиком и поставить казан на огонь. Когда вода закипит, снять пену. Засыпать предварительно замоченный горох (бульон должен едва покрывать горох), варить до полуготовности. Затем добавить очищенный картофель целиком и варить еще полчаса. Посолить после готовности.

Мульгикапсад (эстонское блюдо)

600 г свинины, 300 г квашеной капусты, 120 г перловой крупы, 100 г репчатого лука, 3 ст. л. растительного масла, 7–8 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 1 ч. л. сахара, соль по вкусу

Замочить перловую крупу в холодной воде. Мелко нарезать лук, свинину нарезать кусочками толщиной 2 см. В разогретом казане с маслом обжарить лук в течение 4–5 минут, затем добавить мясо, жарить на сильном огне 7 минут, помешивая, посолить и поперчить, разровнять. Выложить на мясо слой квашеной капусты. Откинуть перловую крупу на сито или дуршлаг и выложить ее на капусту ровным слоем. Залить водой так, чтобы она слегка покрывала крупу. Добавить соль, сахар, лавровый лист, накрыть крышкой и томить на слабом огне 1 час 20 минут.

Паэлья

1 кг филе курицы, 400 г филе палтуса, 500 г очищенных креветок, 500 г филе мидий, 200 г кальмаров, 50 г ветчины (хамона), 600 г риса, 500 мл куриного бульона, 600 мл рыбного бульона, 200 мл оливкового масла, 100 г репчатого лука, 200 г помидоров, 200 г сладкого перца, 2 зубчика чеснока, 30 г петрушки, 100 г лимона, 1 ч. л. шафрана, молотый черный перец и соль по вкусу

Филе мидий отварить. Ветчину, курицу, кальмаров и филе рыбы нарезать кубиками. С помидоров снять кожицу и удалить семена. Лук нарезать кольцами, перец – короткими полосками. Чеснок, петрушку, шафран и соль измельчить в блендере или ступе. В оливковом масле, разогретом в казане, обжарить ветчину и переложить в отдельную емкость. Затем обжарить курицу, посолив, и переложить в емкость с ветчиной. Обжарить рыбу и выложить к курице с ветчиной. Обжарить кальмаров и креветок до светло-розового цвета 3 минуты. Смешать в казане все поджаренные ингредиенты. Выложить к ним лук и помидоры, слегка поджаренные или припущенные до мягкости в отдельной посуде. Добавить измельченную чесночно-шафрановую массу и размешать. Затем добавить в казан мидий, промытый рис, полить лимонным соком. Влить куриный и рыбный бульон и довести до кипения. Накрыть крышкой и тушить 20–30 минут на среднем огне, не размешивая. Снять с огня, по возможности встряхнуть, накрыть сухим полотенцем и дать постоять 10 минут. Перед подачей украсить веточками петрушки и ломтиками лимона.

Овощная паэлья

200 г риса, 400 г сладкого перца разных цветов, 500 г молодых кабачков, 200 г помидоров, 200 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, цедра 1 лимона, 4 ст. л. растительного масла, щепотка шафрана, молотый черный перец и соль по вкусу

Рис отварить в подсоленной воде с добавлением шафрана. Сладкий перец нарезать соломкой, кабачки – тонкими ломтиками, помидоры и лук – кубиками, чеснок измельчить. Кабачки и перец обжарить на разогретом масле. Добавить лук, чеснок, слегка обжарить. Положить отваренный рис, помидоры, приправить солью, перцем и лимонной цедрой, тушить 5–10 минут.

Овощная паэлья с фасолью

150 г риса, 250 г кабачков, 100 г репчатого лука, 75 г моркови, 200 г помидоров, 50 г стручковой фасоли, 50 г зеленого горошка, 2 зубчика чеснока, 30 г петрушки, 3 ст. л. растительного масла, щепотка куркумы, щепотка сушеной молотой паприки, молотый черный перец и соль по вкусу

Мелко нарезать лук и чеснок. Морковь и кабачки нарезать кубиками. С помидоров снять кожицу и также нарезать кубиками. Разогреть масло в казане, положить в него лук и чеснок,

слегка обжарить в течение 2 минут до золотистого цвета. Добавить кабачки и морковь, обжарить на сильном огне в течение 5 минут, постоянно помешивая. Всыпать промытый рис и перемешать. Добавить помидоры, куркуму и паприку, влить бульон или воду, чтобы уровень жидкости был на 2 см выше риса с овощами. Довести до кипения, затем убавить огонь и готовить 20 минут. Отдельно отварить фасоль и горошек в кипящей воде в течение 5 минут. Слить воду и добавить к рису за 5 минут до готовности. Посыпать измельченной зеленью петрушки, посолить и поперчить по вкусу.

Ризотто с шафраном, зеленой спаржей и помидорами черри

350 г риса арборио, 500 г спаржи, 200 г помидоров черри, 100 г репчатого лука, 80 г пармезана, 80 г сливочного масла, 1 ч. л. сахара, 1 л воды или бульона, щепотка шафрана, молотый черный перец и соль по вкусу

Разрезать спаржу на 2–3 части. В кипящую воду добавить соль, сахар и 20 г сливочного масла, опустить спаржу и варить 7–8 минут. Шафран залить небольшим количеством воды. В казане растопить 40 г сливочного масла, добавить мелко нарезанный лук, жарить 5 минут, затем добавить рис. Огонь не увеличивать. Тушить рис с луком, помешивая, несколько минут. Влить 200 мл воды или бульона. При этом рис нужно постоянно перемешивать, пока он не впитает всю жидкость. Добавить разведенный водой шафран. Постепенно влить оставшуюся воду или бульон. Помешивая, тушить 10 минут, пока ризотто не приобретет кремовую консистенцию. Помидоры черри очистить от кожицы. В ризотто добавить оставшееся сливочное масло и тертый пармезан. Положить отваренную спаржу и помидоры черри, аккуратно перемешать и подать.

Ризотто бьянко

300 г риса арборио, 100 г репчатого лука, 100 мл белого сухого вина, 40 г пармезана, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. оливкового масла, 1 л бульона или воды, молотый черный перец, соль по вкусу

В казане нагреть половину сливочного и оливковое масло, добавить мелко нарезанный лук. Пассеровать лук несколько минут до прозрачности. Добавить рис и обжарить его с луком, пока зерна риса не станут прозрачными по краям. Влить вино, помешивая, дать алкоголю испариться. Небольшими порциями добавить воду или бульон (мясной, рыбный или овощной). Важно, чтобы бульон был горячим, но не кипящим. Посолить, поперчить. Готовить ризотто 16–18 минут. Снять с огня, дать настояться 2–3 минуты. В готовое ризотто добавить кусочки холодного сливочного масла и аккуратно перемешать. Перед подачей посыпать тертым пармезаном.

Ризотто с вялеными помидорами и петрушкой

300 г риса арборио, 100 г вяленых помидоров, 100 г репчатого лука, 500 мл овощного бульона, 50 г петрушки, 50–70 мл белого сухого вина, 50 г пармезана, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сушеной зелени базилика, молотый черный перец, соль по вкусу

Помидоры нарезать кусочками. В растительном масле обжарить до прозрачности мелко нарезанный лук. Добавить рис и, помешивая, обжаривать несколько минут. Влить вино и на сильном огне выпарить его. Порциями вливая бульон, готовить ризотто 20–25 минут, помешивая. Добавить соль, перец, базилик, измельченную зелень петрушки и вяленые помидоры, перемешать. Подавать, посыпав тертым пармезаном.

Ризотто по-неаполитански

150 г риса, 150 г морепродуктов, 100 г репчатого лука, 100 мл белого сухого вина, 50 г сливочного масла, 4 ст. л. оливкового масла, 500 мл рыбного бульона, щепотка шафрана, соль по вкусу

Лук нарезать кубиками. Разогреть оливковое масло, добавить сливочное масло, лук, жарить 2–3 минуты, затем всыпать промытый рис. Жарить еще 2–3 минуты, пока рис не станет прозрачным. Добавить к рису щепотку шафрана и соль. Влить вино и, помешивая, варить, пока

все вино не впитается. Небольшими порциями влить горячий рыбный бульон и варить до полного выпаривания жидкости. Добавить в рис морепродукты и готовить еще 5–7 минут.

Ризотто с красной рыбой и креветками

350 г филе красной рыбы, 6 крупных креветок, 300 г риса, 100 г репчатого лука, 50–70 мл белого сухого вина, 100 мл сливок, 50 г пармезана, 50 г базилика, 2 ст. л. растительного масла, 600 мл воды или рыбного бульона, 1 ст. л. смеси итальянских трав (орегано, базилик и др.), молотый черный перец, соль по вкусу

Репчатый лук мелко нарезать и обжарить в небольшом количестве масла до прозрачности (около 4 минут). Добавить нарезанное полосками или кубиками филе рыбы, обжарить 2–3 минуты. Всыпать рис, готовить, помешивая, 1 минуту. Влить 200 мл бульона, готовить на маленьком огне, часто помешивая, пока рис не впитает всю жидкость. Порциями добавлять бульон и готовить до полного впитывания, около 20 минут. Креветок отварить в кипящей подсоленной воде (3 минуты), очистить и нарезать небольшими кусочками, зелень измельчить. Добавить креветок и зелень в ризотто, посолить, приправить специями, перемешать. Влить сливки, довести до кипения, снять с огня, посыпать тертым сыром и еще раз перемешать.

Кус-кус с курицей по-мароккански

400 г куриного филе, 350 г кус-куса, 200 г сладкого перца, 300 г помидоров, 100 г репчатого лука, 3 ст. л. изюма, 80 мл винного уксуса, 50 г петрушки, 50 г зеленого лука, 50 г твердого сыра, 3 ст. л. оливкового масла, соль по вкусу

Изюм замочить в винном уксусе на 20–25 минут, затем отжать. Сладкий перец запечь на гриле, снять кожицу, нарезать кубиками. Помидоры очистить от кожицы и также нарезать кубиками. Положить помидоры в сито, чтобы стек лишний сок, смешать с изюмом и перцем. Добавить соль и оливковое масло, поместить на 30 минут в прохладное место. Лук мелко нарезать, обжарить, добавить нарезанное кубиками куриное филе. Жарить до готовности филе. Посолить, всыпать кус-кус и залить горячей водой так, чтобы она покрыла крупу на 2 см. Накрыть крышкой и упаривать 2 минуты. Готовый кус-кус перемешать с филе курицы, добавить помидоры с перцем и изюмом, перемешать. Посыпать мелко нарезанной петрушкой и рубленым зеленым луком. При подаче посыпать тертым сыром.

Кус-кус с овощами

150 г кус-куса, 100 г стручковой фасоли, 100 г зеленого горошка, 100 г огурцов, 100 г помидоров, 50 г лимона, 300 мл воды, 3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сахара, 1 ч. л. уксуса, соль по вкусу

Стручковую фасоль и зеленый горошек отварить в подсоленной воде в течение 5 минут. Полученным легким овощным бульоном с фасолью и горошком залить кус-кус в казане, накрыть крышкой и оставить для набухания на 15–20 минут. Огурцы, помидоры и зелень нарезать. Для заправки соединить растительное масло, уксус, сахар, соль и лимонный сок. Добавить в кус-кус овощи, зелень и заправку, перемешать.

Кус-кус с баклажанами

150 г фасоли, 150 г кус-куса, 200 г баклажанов, 100 г сладкого перца, 3 зубчика чеснока, 3 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. сушеного молотого корня имбиря, молотый черный перец, соль по вкусу

Фасоль залить холодной водой на 6–8 часов, отварить до готовности. Кус-кус залить 250 мл кипящей воды. Баклажаны нарезать полукруглыми ломтиками, вымочить в подсоленной воде 10–15 минут. Затем обжарить в казане до золотистого цвета на разогретом оливковом масле. Добавить измельченный чеснок и нарезанный соломкой сладкий перец. Жарить еще 1–2 минуты. Добавить фасоль и кус-кус, приправить специями и посолить по вкусу. Накрыть крышкой и тушить на слабом огне 3–5 минут.

Чакапули

2,5–3 кг молодой баранины на кости (лучше задняя часть), 200 г репчатого лука, 300 г тархуна, по 150–200 г петрушки, кинзы, укропа, 100 г зеленого лука, 100 г молодого чеснока, 500 мл белого вина, 200 мл зеленого соуса ткемали или слив, 2–3 стручка зеленого острого перца, соль по вкусу

Мясо предварительно промыть и нарубить на куски весом по 150–250 г. Срезать жир, выложить в казан. Лук и острый перец нарезать полукольцами, зелень нарубить. Выложить в казан жир, слой мяса, лука, перца и зелени (кроме чеснока), затем слой мяса. Последовательность повторить несколько раз, не солить. Влить вино и поставить на открытый огонь, накрыв крышкой. Через 30 минут после закипания добавить чеснок, ткемали, посолить. При необходимости долить воду. Тушить до готовности. Затем снять с огня и дать настояться 10–15 минут. Мясо вместе с зеленью выложить в глубокие блюда. Подавать с вином и лавашем.

Бургеры, бутерброды, закуски

Лаваш с брынзой и зеленью на гриле

1 тонкий лаваш, 200 г брынзы, 50 г петрушки, 200 г помидоров, 1 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Лаваш разрезать пополам, равномерно посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Выложить сверху ломтики брынзы и помидоров, при необходимости досолить, свернуть лаваш рулетом. Сбрызнуть решетку гриля маслом, выложить лаваш и жарить на гриле 5–7 минут. Подавать в горячем виде.

Рулет из лаваша с норвежской семгой на гриле

300 г слабосоленой семги, 2 тонких лаваша, 200 г помидоров, 50 г твердого сыра, оливковое масло и соль по вкусу

Семгу нарезать тонкими пластинами, твердый сыр натереть на крупной терке, помидоры нарезать тонкими кружочками. На лаваш выложить помидоры, семгу, полить оливковым маслом, посолить и посыпать сыром. Свернуть лаваш рулетом и положить на решетку гриля. Готовить около 7–8 минут с каждой стороны.

Конверты из лаваша с курицей и овощами

2 куриных филе, 200 г салатного лука, 150 г сладкого перца, 100 г помидоров, 2 листа тонкого лаваша, 50–70 г брынзы, 30 г кинзы

Для маринада: 1 зубчик чеснока, 100 г лимона, 1 ч. л. молотой паприки, 1 ст. л. растительного масла, кумин, соль по вкусу

Филе нарезать кубиками со стороной 3–4 см. Лук очистить, разрезать на 4–6 частей, соединить с курицей. Для маринада чеснок очистить, пропустить через пресс, кумин раздавить плоской стороной ножа. Выжать сок из лимона. Смешать масло, половину лимонного сока, кумин, чеснок и паприку. Залить курицу с луком маринадом, накрыть пищевой пленкой, оставить мариноваться на 1–3 часа. Сладкий перец нарезать крупными кусками. Лаваш нарезать квадратами. Куски курицы и лука отряхнуть, выложить на решетку курицу, лук и перец. Жарить 5 минут, время от времени переворачивая. Переложить в миску, добавить мелко нарезанные помидоры, кинзу, натертую брынзу. Если надо, досолить. Выложить начинку на лаваш, свернуть конвертами, немного прогреть на решетке и подавать.

Бургеры простые с ветчиной

4 булочки для бургеров, 400 г копченой ветчины, 200 г сыра, 150 г салатного лука, 2 ст. л. кетчупа или другого томатного соуса, 2 листа салата, молотый черный перец, соль по вкусу

Ветчину нарезать ломтиками средней толщины. Обжарить на гриле до образования румяной корочки с двух сторон, посыпать молотым перцем. Булочки разрезать пополам, подсушить срезы

на гриле. Смазать нижние половинки кетчупом. Листья салата промыть и нарезать полосками, выложить на кетчуп. Положить сверху ветчину, ломтик сыра, кольца лука (если лук чрезмерно острый, предварительно замариновать его в воде с уксусом). Накрыть второй половинкой булочки, склоть шпажкой и сразу же подать на стол.

Бургеры с чили и луком

2 булочки для бургеров, 100 г репчатого лука, 2 листа салата, 4–6 ломтиков твердого сыра, 100 г помидоров, щепотка сахара, растительное масло

Для котлет: *250 г свиного фарша, 250 г говяжьего фарша, 1 яйцо, 1–2 стручка перца чили, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. томатного соуса, 1–2 ст. л. панировочных сухарей, черный перец, соль по вкусу*

Приготовить котлеты. Мелко нарезать чили и чеснок, вмешать в фарш, посолить, поперчить. Добавить томатный соус, яйцо, панировочные сухари и хорошо вымесить. Сформовать две котлеты, слегка вдавить каждую в центре. Положить в холодильник на 5—10 минут. Помидоры нарезать кружочками, лук – полукольцами. Лук обжарить на сковороде с маслом около 5 минут, добавить сахар и жарить до золотистого цвета, помешивая. Булочки разрезать на две части вдоль. Выложить срезом на решетку гриля или сковороду-гриль и обжарить до легкой корочки. Затем обжарить котлеты до готовности (около 3 минут с каждой стороны). На горячую котлету положить ломтик сыра. Собрать бургер: на нижнюю часть булки положить лист салата, кружочек помидора, котлету с сыром, сверху положить лук. Накрыть верхней половинкой булки. Сколоть бургеры шпажкой и подавать на стол горячими.

Бургеры с говяжьей котлетой и соусом

2 булочки для бургеров, 2 ломтика твердого сыра, 100 г помидоров, 2 маринованных корнисиона, 1 лист салата, соль по вкусу

Для котлет: *300 г говяжьего фарша, 100 г репчатого лука, 30–40 г моцареллы или сулугуни, молотый черный перец, соль по вкусу*

Для соуса: *100 г репчатого лука, 1 зубчик чеснока, 3 ст. л. кетчупа, 2 ч. л. сахара, 1 ст. л. паприки, растительное масло для жарки*

Приготовить соус. Мелко нарезанный лук и чеснок обжарить в разогретом масле 2 минуты, всыпать сахар, перемешать. Затем добавить паприку, кетчуп, перемешать, прогреть и снять с огня. Булочки разрезать на две половинки вдоль. Обжарить срезы на сковороде или на решетке гриля до золотистой корочки. Для котлет смешать фарш с мелко нарезанным луком, всыпать тертую моцареллу, посолить и поперчить. Хорошо вымесить и сформовать две котлеты, каждую слегка вдавить в центре. Обжарить котлеты до готовности с двух сторон. На горячие котлеты положить ломтики твердого сыра. Собрать бургер. На нижнюю половинку булочки выложить нарезанный полосками лист салата. Затем кружочки помидора, котлету с сыром, нарезанный ломтиками корнисион и соус. Накрыть верхней половинкой булки. Сколоть бургеры шпажкой и подавать на стол горячими.

Бургеры с котлетой из свинины с зеленью

4 булочки для гамбургеров, 4 листа салата, 4 ст. л. острого кетчупа

Для котлет: *600 г мякоти свинины, 250 г маринованных огурцов, 1 зубчик чеснока, 2 яйца, 2 ст. л. овсяных хлопьев, 30 г петрушки, молотый черный перец, соль по вкусу*

Мясо нарубить мелкими кубиками. Маринованные огурцы мелко нарезать, зелень вымыть, обсушить и измельчить. Смешать мясо с зеленью, огурцами, приправить солью и перцем. Очищенный чеснок пропустить через пресс. Смешать его с яйцами и овсяными хлопьями, добавить в мясной фарш. Хорошо перемешать массу. Из фарша влажными руками сформовать 4 плоские котлеты диаметром чуть больше диаметра булочек. Слегка вдавить каждую в центре. Обжарить котлеты на горячем гриле по 5–6 минут с каждой стороны. Булочки разрезать вдоль и подсушить разрезы на гриле до золотистого цвета. Нижние половинки булочек слегка смазать

кетчупом, уложить на них листья салата и котлету. Котлету намазать кетчупом и накрыть верхней половиной булочки. Бургеры сколоть шпажкой и подавать на стол горячими.

Бургеры с соусом цацики

4 булочки для гамбургеров, 100–200 г свежих огурцов, 100 г салатного лука

Для соуса: 150 г густого йогурта или сметаны (10–15 %), 100 г свежих огурцов, 2–3 зубчика чеснока, 1 ст. л. мелко нарезанного укропа, 1 ч. л. оливкового масла, ½ ч. л. соли

Для котлет: 300 г говядины, 200 г свинины, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 1–2 ст. л. панировочных сухарей, молотый черный перец, соль по вкусу

Приготовить соус. Огурцы очистить от кожицы, мелко нарезать или натереть на терке. Отжать. Добавить пропущенный через пресс чеснок, нарубленную зелень, масло. Залить йогуртом или сметаной, посолить и хорошо перемешать. При необходимости досолить или добавить зелени. Поставить в холодильник. Для котлет оба вида мяса и лук мелко нарубить, посолить, поперчить, хорошо вымесить. Добавить яйцо и панировочные сухари, хорошо перемешать. Влажными руками сформовать 4 котлеты диаметром чуть больше диаметра булочек. Слегка вдавить каждую в центре. Жарить котлеты на гриле по 5–6 минут с каждой стороны. Булочки разрезать вдоль и подсушить разрезы на гриле до золотистого цвета. Огурцы нарезать кружочками, салатный лук – тонкими колечками. На нижние половинки булочек положить лук и ломтики огурцов, сверху котлету, полить соусом и накрыть верхней половиной булочки. Бургеры сколоть шпажкой и подавать на стол горячими.

Бургеры «Сытные»

4 булочки для бургеров, 4 ломтика твердого сыра, 200 г помидоров, 200 г цукини, 4 листа салата, 1 ст. л. лимонного сока, 2 ч. л. соевого соуса, 4 ст. л. кетчупа, 4 ст. л. майонеза

Для котлет: 800 г говядины, 100 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 2 ст. л. измельченной зелени петрушки и укропа, 1 яйцо, молотый черный перец, соль по вкусу

Цукини очистить. Нарезать тонкими кружочками, поперчить, полить смесью лимонного сока и соевого соуса. Оставить мариноваться на 40–60 минут. Приготовить котлеты. Пропустить через мясорубку мясо, очищенный лук и чеснок. Хорошо перемешать с рубленой зеленью, приправить солью и перцем. Вбить яйцо, хорошо перемешать. Сформовать 8 котлет, положить в холодильник на 30–60 минут. Затем обжарить над углями или на сковороде-гриль до готовности. Каждую булочку разрезать на 3 части так, чтобы толщина средней части была приблизительно 1 см. Подсушить все срезы на гриле или на сковороде. Нижнюю часть каждой булочки смазать майонезом, положить лист салата, одну котлету, ломтики цукини. Накрыть средней частью булки. Смазать кетчупом, выложить вторую котлету, на нее положить ломтик сыра и кружочки помидора. Накрыть верхней частью булки. Скрепить шпажкой и подавать на стол.

Бургеры с котлетой и ветчиной

4 булочки для бургеров, 200 г помидоров, 4 ломтика ветчины, 4 ломтика твердого сыра

Для котлеты: 500 г говядины, 50 г репчатого лука, 30 г петрушки, 1 ч. л. горчицы, 1 ч. л. молотой паприки, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Для соуса: 4 ст. л. майонеза, 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. молотой паприки, щепотка молотого острого перца

Пропустить через мясорубку говядину и лук. Добавить мелко нарезанную петрушку, горчицу, паприку, соль. Хорошо вымесить. Влажными руками сформовать 4 котлеты, слегка вдавить каждую в центре. Положить в холодильник на 15 минут. Смазать маслом, обжарить над углями или на сковороде-гриль до готовности. Затем обжарить ветчину. Для соуса пропустить очищенный через пресс чеснок, смешать с майонезом. Добавить паприку и острый перец. Булочки разрезать на две части, подсушить срезы на гриле. Смазать соусом. На нижнюю половинку положить котлету, на нее сыр, ветчину и кружочки помидоров. Накрыть верхней половинкой булки. Скрепить бургеры шпажками и подавать на стол горячими.

Лаваш с тунцом, зеленью и сыром на гриле

1–2 тонких лаваша, 100 г твердого сыра, 1 банка консервированного тунца или сардин, 50 г укропа или петрушки, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Натереть сыр на терке, выложить на лаваш и обильно присыпать измельченной зеленью. Кусочки консервированного тунца размять вилкой с небольшим количеством жидкости из банки, равномерно выложить на лаваш с зеленью и сыром. Добавить соль по вкусу. Сверху накрыть вторым лавашем или использовать один, свернув его пополам. Смазать растительным маслом и обжарить с обеих сторон, чтобы сыр расплавился. Нарезать на порционные кусочки, подавать теплым.

Чесночный хлеб

1 багет, 40–50 г сливочного масла, 1 ст. л. нарезанной петрушки, 2 зубчика чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Багет надрезать вдоль до середины. Сливочное масло хорошо перемешать с петрушкой и пропущенным через пресс чесноком, посолить и поперчить. Смазать внутреннюю часть багета чесночным маслом. Завернуть багет в алюминиевую фольгу и запекать в духовке или на гриле до хрустящей корочки.

Гренки с творогом и помидорами

1 багет (250–300 г), 200 г помидоров, 100 г творога, 2–3 ст. л. несладкого йогурта, 10 г базилика, 10 г укропа, соль по вкусу

Духовку разогреть до 200 °С. Багет нарезать ломтиками, запекать в духовке до хрустящей корочки или обжарить на сковороде-гриль с двух сторон. Перетереть в блендере творог с мелко нарезанной зеленью и йогуртом до однородности, посолить. Ломтики багета вынуть из духовки, намазать творогом, украсить тонкими ломтиками помидора и сразу же подать на стол.

Гренки с брынзой и овощами

4 ломтика ржаного хлеба, 100 г брынзы, 20 г зеленого лука, 2 ст. л. сметаны, 100 г цукини, 1 ст. л. измельченной зелени укропа и петрушки, соль по вкусу

Цукини очистить, нарезать кружочками, посолить. На гриле или сковороде обжарить цукини с двух сторон. Брынзу хорошо растереть со сметаной, добавить мелко нарезанный зеленый лук. Ломтики ржаного хлеба смазать брынзой. Сверху положить по паре кружочков цукини, подсушить на гриле или сковороде. При подаче посыпать зеленью.

Брускетта с овощами гриль и моцареллой

1 батон, 100 г моцареллы, 100 г листьев салата, 100 г репчатого лука, 100 г сладкого перца, 200 г помидоров, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Батон нарезать, подсушить на гриле, сухой сковороде или в духовке; натереть чесноком. Моцареллу нарезать ломтиками. Овощи смазать растительным маслом, запечь на гриле, измельчить и разложить на кусочках поджаренного батона. Добавить моцареллу, посолить по вкусу.

Тортильи с бужениной, овощами и соусом из петрушки

3–5 лепешек тортилья (или 2 лаваша), 500 г буженины, 200–300 г репчатого лука, 200–300 г сладкого перца, соль по вкусу

Для соуса: *30 г петрушки, 1 ст. л. светлого меда, 70 мл оливкового масла, сок ½ лимона, соль по вкусу*

Нарезать буженину длинными полосками. Лук нарезать кольцами и обжарить на гриле вместе с половинками сладкого болгарского перца. Зелень петрушки измельчить с помощью блендера

или очень мелко нарезать, добавить соль, мед, оливковое масло, лимонный сок и тщательно перемешать. Лепешки тортилья (или кусочки лаваша) сложить пополам, на них выложить кусочки мяса, обжаренный на гриле лук, нарезанный полосками обжаренный сладкий перец, добавить соус из петрушки. Готовые наполненные лепешки можно обернуть пергаментом для выпечки, сколоть его зубочисткой и прогреть лепешки на гриле.

Бутерброд с баклажаном

4 ломтика батона, 70—100 г брынзы, 200 г баклажанов, 100 г сладкого перца, 50 г салатного лука, 10 г базилика

Для маринада: 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. бальзамического уксуса или уксуса, настоянного на травах, ½ ч. л. итальянских или других сушеных трав, щепотка соли

Для соуса: 2 ст. л. сметаны или натурального йогурта, 1 ч. л. дижонской горчицы

Баклажан очистить, посолить, оставить на 15 минут, промыть. Для маринада пропустить через пресс чеснок, смешать с травами, солью, уксусом и маслом. Смазать маринадом ломтики баклажанов, оставить на 20 минут мариноваться. Нарезать сладкий перец и лук полукольцами, листья базилика отделить от стеблей. На решетке над углями или сковороде-гриль подсушить ломтики хлеба с двух сторон. Смазать с одной стороны соусом. Сверху положить ломтики брынзы, на нее – кружочки лука и сладкого перца, листик базилика. Затем отряхнуть от маринада баклажаны, обжарить с двух сторон. Выложить на овощи. Горячие бутерброды подать на стол.

Сосиски гриль с беконом

8 сосисок, 8 полосок бекона, 1–2 ч. л. горчицы, 1 ст. л. измельченной зелени петрушки и укропа, молотый черный перец по вкусу

Сосиски очистить от оболочки. Каждую смазать горчицей, завернуть в полоску бекона, закрепить края деревянной зубочисткой. Обжарить сосиски на решетке гриля или сковороде-гриль до хрустящей корочки. Удалить зубочистки, посыпать рубленой зеленью и подать на стол.

Сардельки с сыром быстрые

4 толстые сардельки, 80—100 г твердого сыра, 1 ч. л. горчицы

Сардельки разрезать вдоль до половины, натереть разрез горчицей. Вложить кусочек сыра. Обжарить на гриле до расплавления сыра.

Адыгейский сыр на гриле

400 г адыгейского сыра, ½ ч. л. молотого черного перца, 1 ст. л. растительного масла

Сыр нарезать пластинами толщиной 2 см. Поперчить, полить маслом. Выложить на решетку гриля и жарить до румяной корочки. Подавать можно со свежими овощами, зеленью и хлебом.

Маринованный сыр на гриле

300–350 г адыгейского сыра

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. меда, 2 ч. л. бальзамического уксуса, 2 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. измельченной зелени базилика, соль по вкусу

Сыр нарезать ломтиками толщиной около 1,5 см. Для маринада очищенный чеснок пропустить через пресс, растереть с солью и измельченной зеленью. Добавить мед, уксус и масло, перемешать. Смазать смесью сыр и оставить мариноваться на 30–60 минут. Затем отряхнуть от маринада. Выложить на решетку и жарить над углями до золотистого цвета с двух сторон, переворачивая и смазывая маринадом. Подавать со свежими овощами, зеленью и лавашем.

Блюда из рыбы и морепродуктов

Шашлык из лосося

1 кг филе лосося, 100 г укропа, 100 г лимона, 1 ч. л. сахара, ½ ч. л. белого или черного перца, 1 ст. л. крупной соли

Укроп мелко нарубить, смешать с сахаром, солью и перцем. Этой смесью натереть филе лосося. Накрыть пленкой или крышкой и мариновать в холодильнике ночь. Затем отряхнуть маринад. Нарезать филе кусочками. Нанизать на предварительно замоченные деревянные шпажки. Жарить над углями, регулярно переворачивая. Не пережаривать. Из половины лимона выжать сок, оставшийся нарезать ломтиками. Подавать шашлычки, полив лимонным соком и украсив ломтиками лимона.

Шашлык из лосося простой

300 г филе лосося, 50 г лимона, молотый черный перец, соль по вкусу

Натереть филе солью и перцем, нарезать крупными кусочками. Выжать сок из лимона. Нанизать филе на шампур и жарить, поливая лимонным соком. Подавать со свежей зеленью и лимоном.

Шашлык из лосося с яблоками

800 г филе лосося, 200–300 г кисло-сладких яблок

Для маринада: 2 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. меда, сок ½ лимона, молотый черный перец, молотый мускатный орех, соль по вкусу

Соединить все компоненты для маринада и растереть до однородности. Яблоки тщательно вымыть, не чистить. Разрезать на четверти, вырезать сердцевину. Разрезать каждую четверть еще на два кусочка. Филе нарезать кусочками со стороной около 2,5 см. Соединить с яблоками, залить маринадом, аккуратно перемешать и мариновать в холодильнике около 1 часа. Замочить на это время деревянные шпажки. Нанизать кусочки яблок и рыбы на шпажки. Жарить над углями до готовности (4–6 минут). Не пережаривать.

Лосось с овощами на шпажках

700 г лосося, 200 г цукини, 100 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 10 г свежего корня имбиря, 4 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. уксуса, 1 ч. л. сахара, 1 ст. л. растительного масла

Филе лосося нарезать кубиками размером около 2 × 2 см. Цукини тщательно вымыть, можно не чистить, нарезать тонкими кружочками. Лук очистить, нарезать полукольцами. Смешать рыбу и овощи. Очистить и мелко нарезать чеснок и имбирь, добавить сахар, соевый соус, уксус и перемешать, вылить на рыбу с овощами. Мариновать в холодильнике 30–40 минут. Замочить на это время деревянные шпажки в воде. Затем нанизать на них рыбу и овощи, чередуя кусочки. Запекать над углями или на сковороде-гриль. Также можно запекать в разогретой до 210–220 °С духовке около 10 минут. Через 5 минут запекания шашлычки перевернуть.

Шашлыки с лососем и овощами

500 г лосося, 200 г сладкого перца красного цвета, 250 г цукини, 150 г репчатого лука, молотый черный перец, соль по вкусу

Сладкий перец запечь в духовке до темных подпалин. Переложить в прочный полиэтиленовый пакет, оставить на 15 минут. Снять кожицу, разрезать, удалить семена. Цукини очистить, нарезать кружочками толщиной около 1 см. Лук очистить и нарезать ломтиками. Филе лосося нарезать небольшими кусочками. Нанизать на шампуры поочередно кусочки рыбы и овощи. Обжаривать шашлыки на гриле по 8—10 минут с каждой стороны.

Лосось с чесночным маслом

4 стейка лосося (по 200 г каждый), молотый белый перец, соль по вкусу

Для маринада: 100 г репчатого лука, 2 ч. л. лимонного сока, 4 ст. л. оливкового масла

Для чесночного масла: 60 г сливочного масла, 1 зубчик чеснока

Стейки лосося слегка посолить и обильно поперчить. Лук очистить и нарезать очень тонкими кружочками. Выложить в емкость для маринования половину лука, на него стейки, накрыть оставшимся луком. Смешать оливковое масло и лимонный сок, залить рыбу и оставить в холодильнике на 15–20 минут. Сливочное масло размягчить при комнатной температуре. Чеснок очистить, пропустить через пресс и взбить с маслом. Рыбу обжарить на смазанной маслом решетке гриля или на сковороде-гриль до готовности, не пережаривать. При подаче на каждый стейк рыбы положить кусочек чесночного сливочного масла.

Рулетики из лосося

500 г свежего или свежемороженого лосося, 120 г лимона, 50 г базилика, молотый черный перец, соль по вкусу

Мелко нарезать базилик, с лимона натереть цедру, выжать сок. Рыбу нарезать полосками толщиной 2,5 см. Каждую полоску посыпать солью, перцем, базиликом и лимонной цедрой. Оставить на 5–7 минут. Полоску свернуть рулетиком и сколоть деревянной шпажкой (шпажки предварительно на 30 минут замочить в воде, чтобы они не горели). Выложить на решетку и готовить над углями по 5–7 минут с каждой стороны.

Рулетики из семги

300 г филе семги, 100 г оливок без косточек, 120 г лимона, 2 ст. л. оливкового масла, молотый белый перец, соль по вкусу

Филе нарезать небольшими кусочками наискосок. Натереть солью и перцем, сбрызнуть лимонным соком. На каждый кусочек положить оливки, свернуть рулетиками, скрепить предварительно замоченными зубочистками, смазать маслом. Жарить на гриле, поливая лимонным соком и маслом.

Рулеты из хека с грибами и цукини

400 г филе хека, 200 г мелких шампиньонов, 200 г цукини, 2 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. лимонного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Грибы вымыть, при необходимости очистить. Цукини тщательно вымыть, нарезать кружочками. Филе разрезать на 4–6 тонких полосок, поперчить. Смешать соевый соус и лимонный сок. Смазать филе, грибы, цукини и оставить на 30 минут. На это же время замочить деревянные шпажки. Затем полоски филе свернуть рулетиками, нанизать на шпажки вместе с цукини и грибами. Жарить над углями до готовности. Подавать с зеленью.

Шашлык из рыбы в виноградных листьях

1 кг филе белой рыбы, 10–15 молодых виноградных листьев

Для маринада: 200 г репчатого лука, 3–4 зубчика чеснока, сок ½ лимона, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сушеных итальянских трав, молотый черный перец, соль по вкусу

Лук и чеснок мелко нарезать или измельчить в блендере, слегка помять, чтобы выделился сок. Добавить лимонный сок, растительное масло, перемешать. Филе разрезать на 10–15 частей, посыпать травами и перцем. Добавить луковую массу, хорошо перемешать. Мариновать в прохладном месте 1,5–2 часа. Виноградные листья хорошо промыть, ошпарить. Кусочки рыбы извлечь из маринада, посолить, завернуть каждый в лист. Нанизать на шампур, жарить над углями по 2–4 минуты с каждой стороны.

Шашлык из горбуши с овощами

800 г филе горбуши, 100 г репчатого лука, 250 г цукини, 100 г сладкого перца

Для рассола: 1 л воды, 2 ст. л. соли, 1 ст. л. сахара

Для маринада: 3 ст. л. оливкового масла, 50 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. соевого соуса, сок ½ лимона, 1 ст. л. меда, 1 ст. л. горчицы с зернами

Нарезать филе горбуши кубиками около 4 см. Приготовить рассол: размешать в холодной кипяченой воде соль и сахар. Опустить в него рыбу. Для маринада мелко нарезать лук и чеснок, добавить масло, растереть. Затем добавить мед, соевый соус, лимонный сок, горчицу. Рыбу достать из рассола, выложить в маринад. Цукини и сладкий перец нарезать кубиками, лук разрезать на 4 части, разделить на пластины. Добавить овощи в маринад к рыбе, перемешать. Мариновать 4 часа в холодном месте. Затем нанизать рыбу и овощи на шампуры. Жарить над углями, смазывая маринадом, или на сковороде-гриль. Также можно запекать в разогретой до 210–220 °С духовке около 15 минут. Через 5 минут запекания шашлычки перевернуть.

Шашлык из семги

500 г семги, 10 головок лука-шалота, сок 1 лимона, 50 г петрушки и укропа, молотый белый перец, соль по вкусу

Семгу нарезать кубиками, посолить и посыпать перцем. Лук-шалот очистить. Кусочки семги и целые луковички нанизать на шампуры. Обжарить над углями до готовности. Готовый шашлык полить лимонным соком и посыпать измельченной зеленью.

Шашлык из карпа с овощами в кисло-сладком маринаде

0,8–1 кг филе карпа, 250 г консервированных ананасов, 250 г цукини

Для маринада: 2 ст. л. соевого соуса, 2 ст. л. томатного соуса, 2 ст. л. уксуса, 1 ст. л. сахара, 2 ст. л. сиропа от консервированного ананаса, соль по вкусу

Филе тщательно промыть и нарезать кубиками. Ананасы отцедить, сохранить жидкость. Цукини тщательно вымыть, можно не чистить. Нарезать кусочками такого же размера, что и ананасы. Соединить рыбу, цукини и ананасы. Для маринада соединить соевый и томатный соусы, добавить уксус, ананасовый сироп, сахар, при необходимости досолить. Залить подготовленные продукты маринадом и мариновать в холодильнике 2 часа. Нанизать на замоченные в воде шпажки. Жарить над углями, часто переворачивая и смазывая маринадом.

Шашлык из белой рыбы в винном маринаде

1 кг рыбного филе

Для маринада: 200 г репчатого лука, 150 мл белого сухого вина, сок ½ лимона, 3 ст. л. оливкового масла, молотый белый перец и соль по вкусу

Филе нарезать кусочками с грецкий орех. Лук измельчить, чуть посолить и помять, чтобы выделился сок. Смешать рыбу с луковой массой, поперчить. Влить вино, масло и лимонный сок. Аккуратно перемешать. Мариновать около 1 часа. Извлечь рыбу из маринада, посолить, нанизать на шампуры. Жарить над углями до готовности, часто переворачивая. Подавать с овощами и свежим хлебом.

Горбуша в кляре

800 г филе горбуши, 200–250 г муки, 1 яйцо, 200 мл молока, 100 г лимона, 20 г укропа и петрушки, 3 ст. л. растительного масла, специи для рыбы, молотый белый перец, соль по вкусу

Рыбное филе нарезать небольшими порционными кусочками, посолить, поперчить, посыпать специями по вкусу. Из половины лимона выжать сок, сбрызнуть рыбу. Мариновать в холодильнике 10–15 минут. Яйцо размешать с молоком, посолить. Постепенно добавить муку, чтобы получился кляр желаемой густоты, можно добавить в кляр специи. Решетку гриля смазать растительным маслом. Кусочки рыбы опускать в кляр и сразу же выкладывать на решетку гриля. Жарить с двух сторон примерно по 2–3 минуты, до образования румяной хрустящей корочки. При подаче к столу украсить ломтиками лимона и зеленью.

Горбуша с яблочным маринадом

0,8–1 кг филе горбуши

Для маринада: 120 г лимона, 120 мл яблочного сока, 2 ст. л. соевого соуса, 3 ст. л. растительного масла, ½ ч. л. молотого имбиря

Филе нарезать порционными кусочками. Посыпать имбирем. Из половины лимона выжать сок. Смешать яблочный и лимонный сок, влить соевый соус и 1 ст. л. растительного масла. Залить рыбу маринадом и оставить мариноваться в холодильнике на 2–4 часа. Затем обжарить на решетке над углями до золотистой корочки с двух сторон. Подавать со свежими овощами, украсив тонкими ломтиками лимона.

Рыбное филе на гриле

1 кг филе белой рыбы (лучше плотной), 200 г майонеза, 50 г петрушки или укропа, сушеный укроп и тимьян, белый перец, паприка, соль по вкусу

Рыбу нарезать порционными кусочками. Натереть смесью специй, залить майонезом и мариновать 30–60 минут. Затем посолить, выложить на решетку и обжарить над углями, время от времени переворачивая. Подавать, посыпав измельченной зеленью.

Сом на гриле

700 г сома, 2–3 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Для маринада: 100 г репчатого лука, 2 ст. л. уксуса, 20 г петрушки, 20 г укропа, молотый черный перец по вкусу

Подготовленную тушку сома нарезать кусочками, поперчить, сбрызнуть уксусом. Лук и зелень мелко нарубить и слегка помять, чтобы выделился сок. Добавить рыбу и перемешать. Мариновать в холодильнике около 1 часа. Затем рыбу отряхнуть от маринада, посолить, смазать растительным маслом. Уложить на решетку и жарить над раскаленными углями до готовности, перевернув один раз.

Караси на решетке

4 небольших карася, 400 г репчатого лука, 30 г укропа, 120 г лимона, 100 мл белого сухого вина, 2 ст. л. муки, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбу очистить, выпотрошить, удалить жабры. Натереть солью и перцем внутри и снаружи. В брюшко уложить крупно нарубленный укроп. Очищенный лук нарезать кольцами. На дно емкости для маринования положить слой лука, затем рыбу, полить лимонным соком, вином и накрыть еще слоем лука. Оставить мариноваться на 2 часа. Затем вынуть рыбу из маринада, слегка обсушить. Посыпать мукой. Решетку для жарки смазать маслом и присыпать мукой. Выложить карасей и жарить над углями до готовности, перевернув один раз.

Караси, маринованные в сметане

4 карася, 100 г репчатого лука, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Для маринада: 200 г сметаны, 30 г укропа

Карасей выпотрошить, очистить от чешуи. Сделать надрезы сеточкой, натереть внутри и снаружи солью и молотым черным перцем. Лук очистить, нарезать тонкими полукольцами. Вложить в брюшко. Очень мелко нарезать укроп и соединить со сметаной. Обмазать соусом карасей и оставить мариноваться на 1 час. Затем выложить на смазанную маслом решетку гриля. Обжарить над углями до готовности, перевернув один раз.

Карп на решетке

2 тушки карпа (1,5–2 кг), 150 г лимона, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбу очистить, выпотрошить, по желанию – отрезать голову. Сделать несколько надрезов по бокам. Смешать соль и молотый черный перец, натереть рыбу изнутри и снаружи. Лимон нарезать тонкими полукруглыми ломтиками, лук – полукольцами. Вложить в брюшко лук и лимон, несколько ломтиков лимона вложить в надрезы на боках. Оставить мариноваться на 1–2 часа. Затем смазать рыбу маслом, выложить на решетку и жарить над углями до готовности, перевернув один раз.

Карп в гранатовом соке

1 тушка карпа (0,8–1 кг), 200 мл гранатового сока, 1 ч. л. соли, 1 ч. л. сушеного базилика, ½ ч. л. молотого черного перца, 1 ст. л. растительного масла

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить. Смазать внутри и снаружи смесью молотого черного перца, базилика и соли. Полить гранатовым соком внутри и снаружи. Мариновать в холодильнике 1–2 часа. Затем смазать маслом и выложить на лист фольги, хорошо завернуть. Запекать в разогретой до 220 °С духовке 30 минут. После этого осторожно развернуть фольгу сверху, запекать до готовности. Или запекать на углях до готовности, перевернув один раз. Подавать по желанию со свежей зеленью.

Карп с грибами

1 тушка карпа (около 800 г), 200 г шампиньонов, 100 г репчатого лука, 30 г петрушки и укропа, 3 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбу очистить, выпотрошить, хорошо промыть. Натереть внутри и снаружи солью и перцем. Отложить на 20 минут. Грибы и лук мелко нарезать, обжарить на масле до готовности. Начинить рыбу грибной массой. Выложить на фольгу, полить остатками масла со сковороды. Фольгу с рыбой завернуть, выложить на угли или на решетку над углями. Жарить по 15–20 минут с каждой стороны. Подавать, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Карп со сметаной

700 г карпа, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла, 100 г сметаны, соль и молотый черный перец по вкусу

Очищенный лук очень мелко нарезать. Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, нарезать порционными кусками. Натереть перцем, сбрызнуть лимонным соком и растительным маслом. Засыпать луком и перемешать. Мариновать в холодильнике 30–40 минут. Затем отряхнуть лук, рыбу посолить, смазать сметаной. Выложить на решетку и жарить с обеих сторон над раскаленными углями до готовности. Во время жарки часто смазывать сметаной.

Запеченный карп

1 тушка карпа (около 800 г), 2 ст. л. муки, 2 ст. л. лимонного сока

Для маринада: 150 мл белого сухого вина, 3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. молотого мускатного ореха, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, очистить от чешуи. Сделать на боках надрезы сеточкой. Смешать мускатный орех с солью, натереть карпа внутри и снаружи. Соединить вино и масло, полить рыбу снаружи и внутри этой смесью. Оставить мариноваться в холодильнике на 40–60 минут, время от времени переворачивая. Затем тушку присыпать мукой. Выложить на смазанную маслом решетку, запекать над углями до готовности. Перевернуть один раз. Подавать, полив лимонным соком.

Фаршированный карп гриль

1 тушка карпа (около 1 кг), 300 г картофеля, 20 г укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

Для смазывания: 150–200 мл пива, 70–100 г сливочного масла

Картофель отварить до готовности, очистить, нарезать ломтиками, посыпать крупно нарубленным укропом. Карпа выпотрошить, очистить от чешуи и вымыть. Внутри и снаружи хорошо посолить и поперчить. Нафаршировать рыбу вареным картофелем с укропом, добавить кусочек масла. Зашить брюшко кулинарной нитью или скрепить предварительно замоченными деревянными зубочистками. Смазать снаружи сливочным маслом. Положить карпа на двойную решетку и жарить над углями, часто переворачивая и поливая пивом. Подавать можно с запеченным картофелем и свежими овощами.

Карп, фаршированный орехами

1 тушка карпа, 100 г репчатого лука, 100 г грецких орехов, 1 ст. л. панировочных сухарей, 2 ст. л. растительного масла, 1 яйцо, 50 г петрушки и укропа, молотый черный перец, мускатный орех, соль по вкусу

Карпа очистить от чешуи, выпотрошить. Натереть солью, перцем и мускатным орехом внутри и снаружи. Отложить на 20 минут. Грецкие орехи слегка поджарить на сухой сковороде, очистить, измельчить. Очищенный лук мелко нарезать, припустить на масле до прозрачности. Яйцо отварить вкрутую, очистить и мелко нарезать. Смешать орехи, лук, яйцо и панировочные сухари. Добавить нарубленную зелень, посолить и поперчить. Нафаршировать рыбу полученной смесью, завернуть в фольгу. Запекать на гриле 20–30 минут.

Барбекю из минтая

600–700 г минтая, 200 г репчатого лука, 2 ст. л. растительного масла

Для маринада: 3 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. водки, 1 ст. л. уксуса, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец и соль по вкусу

Рыбу очистить, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить. Приготовить маринад: смешать соевый соус с водкой, уксусом и растительным маслом. Смазать рыбу со всех сторон. Лук нарезать кольцами. Половину выложить в емкость для маринования, сверху положить рыбу, накрыть оставшимся луком. Оставить на 40–60 минут. Затем рыбу смазать растительным маслом, выложить на решетку вперемежку с кольцами лука и жарить над раскаленными углями до готовности, часто смазывая маслом.

Минтай в фольге

1 кг филе минтая, 2–3 яйца, 100 г твердого сыра, 100–200 г репчатого лука, 30 г петрушки и укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе натереть солью и перцем, нарезать порционными кусками. Лук очистить, нарезать тонкими полукольцами. Яйца отварить до готовности, очистить, мелко нарубить. Сыр натереть. Зелень мелко нарезать. Каждый кусочек филе выложить на фольгу, посыпать луком, зеленью, яйцами, сыром и снова луком. Завернуть фольгу, выложить на решетку так, чтобы лук был сверху. Запекать 15–20 минут.

Щука в травах

1 щука (около 2 кг), 4 лавровых листа, 50 г укропа, 50 г петрушки, 120 г лимона, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, удалить жабры. Посыпать крупно разломанным лавровым листом. Зелень вымыть, отряхнуть. Лимон ошпарить, нарезать полукруглыми ломтиками. Удалить лавровый лист, натереть рыбу солью и молотым перцем внутри и снаружи. Сделать надрезы по бокам, вставить в них ломтики лимона, часть лимона вложить внутрь брюшка. Сбрызнуть маслом. На фольгу выложить половину зелени. На нее положить рыбу, накрыть оставшейся зеленью. Завернуть фольгу, обернуть пакет еще одним листом фольги. Выложить на угли. Запекать 15 минут, перевернуть и запекать еще 10–15 минут.

Щука с горчицей на углях

1 щука (1,5–2 кг), 120 г лимона, 2 ст. л. горчицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Щуку выпотрошить, очистить от чешуи, срезать голову и плавники. Рыбу посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, смазать горчицей внутри и снаружи. Завернуть в фольгу, жарить на углях в течение 30–40 минут.

Щука на углях с овощами

1 щука (около 2 кг), 100 г репчатого лука, 100 г помидоров, 50 г лимона, 20 г укропа, 2 ст. л. сметаны, молотый черный перец, соль по вкусу

Щуку выпотрошить, отрезать голову и хвост. Чешую можно не чистить. Разрезать рыбу по брюшку и развернуть, удалить хребет и ребра. Развернутую рыбу выложить на фольгу. Посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, посыпать рубленым укропом. Сверху выложить нарезанный кольцами лук, на него – кружочки помидоров, смазать сметаной. Тщательно завернуть фольгу, обернуть пакет еще одним листом фольги. Выложить на угли начинкой вверх. Запекать 30–40 минут.

Щука в углях простая

1 щука (1,5–2 кг), 120 г лимона, 50 г укропа и петрушки, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, не чистить. Натереть внутри и снаружи солью и перцем. Лимон нарезать ломтиками, положить по кусочку под жабры. Часть лимона вложить внутрь брюшка, остальные ломтики отложить для подачи. Добавить внутрь веточку укропа. Сбрызнуть маслом, завернуть в два слоя фольги. Закопать в угли, запекать 20–25 минут. Подавать, украсив зеленью и ломтиками лимона.

Щука на углях с овощной начинкой

1 щука (2 кг), 75 г моркови, 100 г цуккини, 75 г репчатого лука, 100 г сметаны, 1 ст. л. соевого соуса, 1 ч. л. специй для рыбы, 1 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Щуку выпотрошить, отрезать голову, хвост и плавники. Разрезать по брюшку, развернуть, вырезать хребет и ребра. Посыпать половиной приправы для рыбы и посолить. Очистить овощи и нарезать очень тонкими кусочками. Полить соевым соусом и сметаной, посыпать оставшейся приправой, хорошо перемешать. Выложить на половину рыбы, накрыть второй половиной. Смазать растительным маслом. Завернуть в несколько слоев фольги, выложить на угли и запекать 30–40 минут.

Запеченная салака

700–800 г салаки

Для маринада: 2 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. лимонного сока, ½ ч. л. сушеных трав (укроп, петрушка), ½ ч. л. сахара, ½ ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. соли

Рыбу выпотрошить и хорошо промыть, голову можно не отрезать. Смешать соль, сахар, травы, перец. Посыпать смесью рыбу и аккуратно перемешать. Полить лимонным соком. Мариновать в холодильнике 20–30 минут. Смазать салаку маслом и свободно выложить на застеленную фольгой решетку гриля. Жарить 10 минут, перевернуть, жарить еще 7–10 минут. Или выложить в форму для запекания в один слой и запекать в разогретой до 200 °С духовке 20–25 минут.

Салака в пряной панировке

1 кг салаки, 125 г панировочных сухарей, специи для рыбы по вкусу

Для маринада: 1 ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. сушеного имбиря, 1 ч. л. соли, 3 ст. л. растительного масла

Рыбу выпотрошить, удалить голову, хорошо промыть. Посыпать специями и солью, перемешать. Полить маслом и оставить мариноваться на 30 минут. Смешать панировочные сухари со специями. Обвалять каждую рыбку в панировке. Выложить на смазанную маслом решетку гриля и жарить до золотистой корочки с двух сторон.

Мойва в фольге

500–600 г мойвы, 200 г репчатого лука, молотый черный перец, соль и специи по вкусу

У мойвы удалить голову и внутренности, хорошо промыть. Посыпать солью, перцем и специями, перемешать. Очищенный лук нарезать полукольцами. На лист фольги выложить лук, на него – мойву. Хорошо завернуть фольгу. Запекать в разогретой до 220 °С духовке 20–25 минут. Или выложить на решетку и запекать над углями до готовности.

Сардины на гриле

300 г сардин (можно заменить салакой)

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 50 мл белого сухого вина, сок ½ лимона, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. семян фенхеля или специй по вкусу, щепотка молотого черного перца, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, головы можно не удалять. Натереть внутри смесью соли и молотого черного перца. Для маринада мелко нарезать чеснок, смешать со специями. Добавить масло, лимонный сок и вино. Обмазать этим маринадом рыбу и оставить мариноваться на 20–30 минут в холодильнике. Затем маринад отряхнуть. Жарить рыбу на решетке над углями или на сковороде-гриль до готовности с двух сторон. Не пересушивать. К рыбе подать картофель, обжаренные овощи.

Мойва с хрустящей корочкой

1 кг мойвы, 3–4 ст. л. муки, 2 ст. л. растительного масла, ½ ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Мойву вымыть, удалить голову и внутренности. Посыпать солью и перцем, оставить на 15 минут, затем обвалять в муке. Фольгу слегка смазать маслом. Выложить рыбу в один слой, сбрызнуть маслом и запекать в разогретой до 200 °С духовке 20 минут. Или жарить на решетке над углями, перевернув рыбу один раз. Подавать как закуску к пиву.

Хек, запеченный с чесноком и соевым соусом

1 кг филе хека

Для маринада: 100 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, сок 1 лимона, 2 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сахара, ½ ч. л. молотого черного перца, щепотка острого перца, соль по вкусу

Для маринада лук нарезать полукольцами, чеснок пропустить через пресс. Добавить лимонный сок, соевый соус, масло, сахар, хорошо перемешать. Филе натереть смесью перцев, нарезать кусочками и перемешать с маринадом, оставить на 1 час в холодильнике. Выложить филе на лист фольги, сверху положить маринованный лук и влить немного маринада. Завернуть фольгу и обернуть пакет еще одним листом фольги. Запекать в разогретой до 200 °С духовке 20–30 минут или на решетке над углями по 7–12 минут с каждой стороны в зависимости от толщины пакета.

Запеченная скумбрия с картофелем

1 скумбрия (около 500 г), 200–300 г картофеля, 70–100 г твердого сыра, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. соевого соуса, соль и специи по вкусу

Скумбрию выпотрошить, отрезать голову. Разрезать тушку вдоль, развернуть, удалить кости. Посыпать специями и мелко нарезанным чесноком, полить соевым соусом и оставить на

20 минут. Картофель отварить до готовности в мундире, очистить, натереть на терке. Отдельно натереть на терке сыр. Уложить рыбу на фольгу, на нее горкой выложить картофель, посыпать сыром. Аккуратно завернуть пакет. Запекать в разогретой до 200 °С духовке 20–30 минут. Или готовить на решетке над углями 10 минут, затем развернуть верх пакета и запекать еще 7–10 минут.

Запеченная скумбрия в горчичном соусе

1 скумбрия (350–450 г), 2 ст. л. горчицы, 120 г лимона, 100 г репчатого лука, 20 г укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

У скумбрии отрезать голову, выпотрошить и хорошо промыть. Лук нарезать тонкими кольцами. Половину лимона нарезать кружочками, из оставшегося лимона выжать сок и смешать его с горчицей. Рыбу посолить, поперчить, обмазать горчичной смесью. Внутрь тушки вложить кольца лука, кружочки лимона и веточки укропа. Оставить мариноваться на 2–3 часа в холодильнике. Затем завернуть в фольгу и запекать в разогретой до 200 °С духовке около 30 минут. Или запекать на углях в течение 15–20 минут.

Нототения в листьях порея

2 тушки нототении, 1 лук-порея, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Белую часть лука-порея нарезать кружочками. Зеленые листья ошпарить. Рыбу промыть, обсушить, натереть солью и перцем, сбрызнуть маслом и положить сверху кружочки порея. Обернуть каждую тушку листом порея и завернуть в фольгу. Выложить на решетку, жарить над углями до готовности. Время запекания зависит от толщины пакета.

Запеченная скумбрия со щавелем

1 скумбрия (500 г), 100 г щавеля, 1 ст. л. растительного масла, щепотка острого перца, молотый черный перец, соль по вкусу

Скумбрию выпотрошить, натереть смесью соли и перца внутри и снаружи. Внутрь вложить крупно нарезанный щавель. Смазать растительным маслом. Выложить рыбу на решетку и жарить над углями 10 минут, перевернуть и жарить еще 10–15 минут.

Запеченная скумбрия с имбирем

2 скумбрии (по 400–500 г), 120 г лимона, 100 г репчатого лука, 100 г сладкого перца, 30–40 г свежего корня имбиря, 2–3 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Имбирь очистить, натереть на мелкой терке, сладкий перец и очищенный лук нарезать кольцами. Половину лимона нарезать тонкими кружочками, из оставшейся половины выжать сок. Подготовленную рыбу натереть внутри и снаружи смесью соли, молотого перца и имбиря. Внутрь тушек положить кружочки лимона. Смазать маслом фольгу. Выложить лук и болгарский перец, сверху положить рыбу, полить смесью лимонного сока и соевого соуса. Завернуть фольгу. В духовке запекать при 180 °С 30–40 минут, затем развернуть фольгу и запекать до золотистого цвета. На уличном гриле запекать, выложив пакет на решетку над углями, около 30 минут. Можно перевернуть один раз.

Скумбрия в цитрусовом маринаде

2 скумбрии (по 400–500 г)

Для маринада: 120 г лимона, 100 г апельсина, 1 ч. л. сушеных итальянских или прованских трав, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, промыть, удалить хребет и голову. С лимона снять цедру, выжать сок. Соединить с апельсиновым соком, травами и солью. Залить маринадом рыбу и оставить в

холодильнике на 2 часа. Затем выложить на решетку и жарить над углями, переворачивая и смазывая жидкостью от маринования. Подавать со свежими овощами и зеленью.

Скумбрия в фольге

1 скумбрия (около 400 г, свежая или свежемороженая), 50 г лимона, 20 г петрушки, 20 г укропа, белый перец, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, вымыть, голову и хвост не обрезать, удалить жабры. Натереть сверху и внутри смесью соли и перца. В брюшко положить веточки зелени и пару ломтиков лимона. Плотнo завернуть в несколько листов фольги. Запекать на углях по 15 минут с каждой стороны или в разогретой до 200 °С духовке 25–35 минут. Готовую рыбу полить лимонным соком. Подавать с овощами и белым вином.

Скумбрия в красном вине

2 скумбрии (1 кг), 150 мл красного сухого вина, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сушеного орегано, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, удалить позвоночник и голову. Филе натереть солью, перцем, орегано и залить вином. Мариновать 20 минут. Выложить на решетку гриля и жарить над углями до готовности, сбрызгивая маринадом. Подавать с овощами.

Скумбрия в луковом маринаде

2 скумбрии (0,8–1 кг)

Для маринада: 150 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 1 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. соевого соуса, 1 ч. л. сушеного укропа, ½ ч. л. молотого черного перца

Рыбу выпотрошить, удалить головы. Мелко нарезать очищенный лук и чеснок, добавить масло, соевый соус, укроп и перец. Хорошо перемешать. Обмазать тушки маринадом внутри и снаружи, оставить мариноваться на 30–60 минут. Затем слегка отряхнуть маринад. Выложить рыбу на решетку. Жарить над углями до готовности, время от времени переворачивая.

Скумбрия с дымком на угольном гриле

1 скумбрия (600–700 г), 1 горсть щепок для копчения (ольха, вишня, дуб), 120 г лимона, 20 г петрушки, 20 г базилика, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Для приготовления понадобится угольный гриль, который можно накрыть крышкой. Из половины лимона выжать сок, оставшийся лимон нарезать тонкими полукруглыми ломтиками. Рыбу выпотрошить, удалить жабры. Натереть рыбу солью и перцем, полить лимонным соком, внутрь положить зелень, оставить на час. Затем рыбу обсушить и смазать маслом. Половину щепы высыпать на угли. Выложить рыбу на горячую решетку. Накрыть гриль крышкой. Через 5–8 минут поднять крышку, высыпать оставшуюся щепу, перевернуть рыбу и снова накрыть крышкой. Держать так еще 5–8 минут. Подавать с ломтиками лимона.

Скумбрия, запеченная с яблоками

2 скумбрии, 150 г зеленых яблок, 100 г репчатого лука, 50 г лимона, 100 мл кислого яблочного сока, 2 ст. л. соевого соуса, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, отделить филе от костей. Посыпать перцем, полить соевым соусом и яблочным соком. Оставить мариноваться на 30–40 минут. В это время очистить лук, нарезать полукольцами. Яблоко не чистить, удалить сердцевину, нарезать тонкими ломтиками. Смешать яблоко с луком. Подготовить 4 листа фольги. На каждый положить немного луково-яблочной смеси, на нее половинку филе, накрыть луком с яблоками, слегка посолить. Завернуть фольгу. Запекать в разогретой до 200 °С духовке около 20 минут. Или выложить на решетку и жарить над углями 10–15 минут. Затем перевернуть и довести до готовности. Подавать с тонко нарезанными ломтиками лимона.

Скумбрия с помидорами

2 небольшие скумбрии (по 400–500 г), 200 г помидоров, 20 г базилика, 1–2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Скумбрию выпотрошить, голову можно не отрезать. Натереть снаружи и внутри солью и перцем. Оставить на 15 минут. Затем внутрь положить нарезанные кружочками помидоры и листья базилика. Смазать маслом и выложить на решетку. Жарить над углями до готовности, перевернуть один раз. При необходимости смазывать маслом. Подавать со свежими или запеченными овощами.

Скумбрия с начинкой из помидоров

2 скумбрии, 200 г помидоров, 100 г репчатого лука, 20 г петрушки, 20 г базилика, 2 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

У скумбрии удалить внутренности, промыть, обсушить. Посыпать внутри и снаружи солью и молотым перцем, сбрызнуть лимонным соком. Оставить мариноваться, пока готовится начинка. Кожицу помидоров надрезать крест-накрест, ошпарить помидоры кипятком, обдать холодной водой. Снять кожицу, вырезать семена, нарезать мякоть кубиками. Лук очистить и мелко нарезать. Тушить лук до прозрачности в масле, добавить помидоры и тушить еще 5 минут. Добавить нарубленную зелень петрушки и базилика. Получившейся смесью нафаршировать скумбрию, брюшко скрепить предварительно замоченными зубочистками. Жарить скумбрию на решетке над углями до готовности, перевернув один раз.

Запеченная сельдь с укропом

2 свежемороженые сельди (600–800 г), 100 г репчатого лука, 1 зубчик чеснока, 120 г лимона, 30 г укропа, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбе дать оттаять, удалить внутренности, хорошо промыть и обсушить. Натереть солью и молотым перцем внутри и снаружи. Из половины лимона выжать сок, полить им рыбу. Лук и чеснок очистить, очень мелко нарезать. Добавить нарубленный укроп и масло, растереть. Намазать рыбу этой смесью и оставить мариноваться на 20 минут. Завернуть каждую тушку в лист фольги, смазанный маслом. Запекать пакеты на углях 10–15 минут. Подавать с ломтиками лимона, развернув фольгу.

Рыба в виноградном маринаде

700 г филе рыбы, 1–2 ст. л. растительного масла

Для маринада: 100 г репчатого лука, 30 г кинзы или базилика, 120 мл не очень сладкого виноградного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Подготовленное филе натереть молотым перцем и солью, нарезать порционными кусочками. Лук и зелень мелко нарубить, соединить с рыбой, перемешать. Залить виноградным соком. Если сок очень сладкий, добавить к нему 1–2 ст. л. лимонного сока или фруктового уксуса. Мариновать рыбу в холодильнике 1–1,5 часа. Затем отряхнуть маринад. Смазать кусочки маслом. Жарить на решетке над углями до золотистого цвета с двух сторон.

Рыба в винно-томатном маринаде

800 г филе белой рыбы, 100 мл красного сухого вина, 2–3 ст. л. томатного соуса, 2 ст. л. растительного масла, 1 лавровый лист, 3–4 горошины душистого перца, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе рыбы посолить, поперчить, нарезать кусочками. Смешать томатный соус, вино и растительное масло, добавить лавровый лист и душистый перец. Залить рыбу маринадом и мариновать в холодильнике 30–40 минут. Выложить филе на смазанную маслом решетку. Жарить над углями, переворачивая и смазывая маринадом.

Рыба со сладким перцем

0,8–1 кг филе белой рыбы, 150 г сладкого перца, 100 г помидоров, 100 г репчатого лука, 1 стручок перца чили, 4 зубчика чеснока, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе рыбы натереть солью и перцем. Помидоры очистить от кожицы, мелко нарезать. Очищенный лук и чеснок мелко нашинковать. Острый перец очистить от семян и мелко нарезать. Обмазать филе смесью лука, острого перца и помидоров, полить маслом. Отложить на 20 минут. Сладкий перец нарезать крупной соломкой и выложить на фольгу. На него – рыбу с маринадом. Тщательно завернуть и запекать в разогретой до 200 °С духовке или на решетке над углями до готовности.

Рыбное филе с овощами в фольге

500 г рыбного филе (белая рыба), 100 г репчатого лука, 75 г моркови, 100 мл белого сухого вина, 50 мл растительного масла, 100 г лимона, 50 г петрушки и укропа, белый перец, соль по вкусу

Морковь нарезать тонкой соломкой, лук – полукольцами. Лист фольги смазать маслом. Филе посолить, поперчить, выложить на лист фольги. Сверху положить морковь и лук, полить белым вином и маслом, посолить, поперчить. Плотно завернуть в несколько слоев фольги. Положить на угли, запекать по 7–10 минут с каждой стороны в зависимости от толщины куска. Готовую рыбу при подаче посыпать рубленой зеленью и полить соком лимона.

Тилapia с карри

2 филе тилпии, 200 г лимонов, 100 г репчатого лука, 1 ч. л. карри, соль по вкусу

Филе натереть солью и карри, отложить на 15–20 минут. Нарезать лимоны тонкими кружочками. Лук очистить, нарезать колечками. На лист фольги выложить лук, на него филе и сверху кружочки лимонов. Плотно завернуть фольгу. Запекать в разогретой до 200 °С духовке 20–25 минут. Или обернуть пакет еще одним листом фольги, выложить в угли или на решетку над углями и запекать до готовности в зависимости от толщины пакета.

Тилapia, запеченная на гриле

4 филе тилпии

Для маринада: 3 зубчика чеснока, 350 г петрушки, 50 г лимона, 150 мл растительного масла, 50 мл красного сухого вина, 1 ст. л. сушеного орегано, ½ ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Для маринада очень мелко нарезать очищенный чеснок и петрушку. Добавить специи, сок лимона, вино, масло, хорошо перемешать. Обмазать маринадом филе, оставить на 1 час. Затем отряхнуть маринад, филе посолить. Жарить на решетке над углями по 4–6 минут с каждой стороны.

Треска в остром маринаде

0,8–1 кг филе трески

Для маринада: 120 г лимона, 1 стручок перца чили, 4 ст. л. растительного масла, 2 зубчика чеснока, соль по вкусу

С лимона натереть цедру, затем выжать из него сок. Чили очистить от семян, мелко нарезать. Очищенный чеснок пропустить через пресс. Смешать цедру, лимонный сок, чеснок, чили и масло. Филе нарезать средними кусочками, посолить, полить маринадом. Мариновать 15–20 минут. Выложить на решетку. Запекать в разогретой до 200 °С духовке или на гриле. Перевернуть, смазать остатками маринада, довести до готовности. Подавать со свежими овощами и зеленью.

Тилыпия с чесноком

600 г филе тилыпии, 4 зубчика чеснока, 2–3 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать крупными кусками, натереть солью, перцем и пропущенным через пресс чесноком. Оставить в холодильнике на 30 минут. Затем смазать растительным маслом, обжарить на решетке над углями до золотистой корочки. Также можно запечь на решетке в духовке при температуре 220 °С.

Треска с твердым сыром

500–700 г филе трески, 100 г твердого сыра, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу, листья салата

Филе натереть солью, перцем, сбрызнуть лимонным соком и маслом. Оставить на 15–20 минут. Натереть сыр на терке. Выложить рыбу на решетку, жарить до готовности, перевернув один раз. Выложить на блюдо, застеленное листьями салата, посыпать тертым сыром.

Запеченная треска с овощами

400 г филе трески, 200 г цуккини, 100 г сладкого перца, 150–200 г твердого сыра, сок ½ лимона, молотый черный перец, соль по вкусу

Промыть филе, натереть солью и молотым черным перцем. Сбрызнуть лимонным соком и нарезать на кусочки размером 2–3 см. Цуккини тщательно вымыть, не чистить. Нарезать кружочками. У сладкого перца удалить плодоножку, нарезать крупными ломтиками. Овощи посолить и поперчить. Выложить рыбу с овощами на решетку. Жарить до готовности, затем переложить на блюдо, посыпать тертым сыром и подавать на стол.

Рыба, запеченная в листьях лука-порея

1 речная форель (дорада, сибас), 50 г лимона, 20 г укропа, 1 стебель лука-порея, молотый перец, соль по вкусу

Рыбу выпотрошить, удалить жабры. Натереть солью и перцем. Лимон нарезать ломтиками. Немного белой части лука-порея нарезать тонкими кружочками. Остальной лук разобрать на листья, окунуть их в кипяток на 1 минуту. Вложить внутрь рыбы лук, ломтики лимона, укроп. Завернуть рыбу в листья порея, а затем в фольгу. Запекать на углях около 20 минут, в зависимости от толщины рыбы.

Треска на подушке из трав

800 г филе трески, 70–100 мл сливок, 1 зубчик чеснока, 20 г укропа, 20 г петрушки, 1–2 листа лука-порея, молотый черный перец, соль по вкусу

Треску нарезать порционными кусочками, посыпать солью, перцем и измельченным чесноком, оставить на 10 минут. На лист фольги уложить целые веточки зелени, крупно нарезанный лист лука-порея. На зелень положить рыбу, полить сливками. Завернуть фольгу, обернуть еще одним листом фольги. Запекать на углях 15–20 минут (в зависимости от толщины кусочка). Или запекать в разогретой до 200 °С духовке 20–25 минут.

Запеченный сибас

2 тушки сибаса (по 300–400 г), 30 г эстрагона или укропа, сок ½ лимона, 100 мл соевого соуса, 100 мл воды, ½ ч. л. молотого черного перца, ½ ч. л. молотого имбиря

Сибаса очистить, выпотрошить, удалить жабры, сделать на коже неглубокие надрезы решеткой, натереть внутри и снаружи смесью черного перца и имбиря. Соединить соевый соус, воду и сок лимона. Залить рыбу и оставить мариноваться на 30–60 минут. Затем вынуть рыбу из

маринада, положить внутрь каждой веточку зелени, завернуть в два листа фольги. Запекать на углях около 20 минут.

Окунь в лимонном маринаде

800 г филе морского окуня

Для маринада: 100 г лимона, 2 ст. л. нарезанного зеленого лука, молотый черный перец, 1 ч. л. молотого мускатного ореха, соль по вкусу

Филе окуня натереть смесью соли, мускатного ореха и черного перца. Нарезать кусочками, посыпать мелко нарезанным зеленым луком. Из лимона выжать сок и вылить на рыбу. Мариновать в холодильнике 3 часа. Кусочки отряхнуть от лука, жарить на решетке или сковороде-гриль до готовности. Подавать с листьями зеленого салата и зеленью петрушки.

Морской окунь с фенхелем

600–800 г филе морского окуня, 200 г помидоров, 2 клубня фенхеля, 50 г зеленого лука, 20 г укропа, 2 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе морского окуня вымыть и обсушить бумажным полотенцем. Приправить солью и сбрызнуть лимонным соком, разделить на 4 кусочка. Зеленый лук очистить и нарезать колечками. Помидоры нарезать толстыми кружочками. Клубни фенхеля очистить и нарезать ломтиками. Овощи смешать и приправить солью и перцем. Смазать растительным маслом 4 куса фольги. Разложить на них овощи, на овощи выложить филе. Хорошо завернуть фольгу. Пакеты выложить на угли и запекать 15 минут, или запекать в разогретой до 200 °С духовке до готовности. Подавать, открыв фольгу и украсив укропом.

Морской окунь с яблоком

600 г филе морского окуня, 150 г зеленых яблок, 2 ст. л. лимонного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе окуня посыпать солью и перцем, полить 1 ст. л. лимонного сока. Оставить на 15 минут. Яблоко вымыть, не очищая, нарезать кружочками толщиной около 5 мм. На лист фольги выложить половину яблок. На них положить филе. Накрыть оставшимися яблоками, поперчить, полить лимонным соком. Завернуть фольгу. Запекать в разогретой до 200 °С духовке или на решетке над углями до готовности.

Рыба, запеченная в листьях лопуха на костре

1 кг свежей речной рыбы, черный перец, соль, специи по вкусу, листья лопуха

Рыбу выпотрошить, очистить, натереть солью и специями. Завернуть каждую тушку в лист лопуха. Свертки закопать в горячие угли. Запекать рыбу от 5 до 20 минут, в зависимости от толщины рыбы и температуры углей. Как вариант, рыбу можно не очищать от чешуи, а снять ее с уже готовой тушки, когда она прилипнет к лопуху.

Рыба, запеченная в глине

Речная рыба, соль

Рыбу выпотрошить, чешую снимать не нужно. Натереть изнутри солью. Обмазать глиной, чтобы слой был толщиной не меньше 3 см. Закопать в угли и запекать там 20–50 минут, в зависимости от толщины рыбы. Разбить глину, снять глину вместе с чешуей.

Барбекю из морского окуня

1 кг филе морского окуня, 200 г лимонов, 50 г петрушки, 2 ст. л. аджики, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать кусочками, поперчить. Смешать аджику с соком 1 лимона и мелко нарубленной зеленью. Смазать этой смесью кусочки филе и оставить на 1 час в холодильнике. Затем филе отряхнуть от маринада, выложить на решетку и жарить над углями до золотистой корочки с двух сторон. Подавать с ломтиками лимона.

Морской окунь в пряном маринаде

1,5 кг филе морского окуня, 30 г кинзы

Для маринада: 100 г репчатого лука, 2 стручка красного перца чили, 1 головка чеснока, 30 г зеленого лука, сок 1 лимона, 50 мл растительного масла, 15 г свежего корня имбиря, 1 ст. л. молотого тимьяна, 1 ч. л. молотого душистого перца, молотый черный перец, соль по вкусу

Репчатый лук очистить и мелко нарезать, зеленый лук вымыть и измельчить. Перец чили разрезать пополам, удалить сердцевину с семенами, вымыть и нарезать. Имбирь и чеснок очистить и мелко нарубить. Лук, перец чили, имбирь, чеснок и сушеный тимьян смешать со специями. Растереть все с лимонным соком и маслом. Филе рыбы вымыть и обсушить. Смазать полученным пряным маринадом (немного маринада отложить). Мариновать в холодильнике 20 минут. Выложить филе на решетку гриля. Жарить 4–5 минут, потом перевернуть, смазать маринадом. Жарить еще 4–5 минут. Подавать рыбу, посыпав мелко нарезанной зеленью кинзы.

Рыба с грибами

700 г филе белой рыбы, 6–8 шампиньонов, 100 г репчатого лука, 100 г помидоров, 2 ст. л. растительного масла, молотый перец, соль по вкусу

Лук и помидоры нарезать мелкими кубиками. Филе трески нарезать порционными кусочками, смешать с измельченными овощами. Шампиньоны вымыть, очистить, разрезать пополам, посолить и поперчить. Оставить продукты мариноваться на 30 минут. Затем филе отряхнуть от маринада, посолить и поперчить. Выложить вместе с грибами на решетку. Жарить над углями до готовности, переворачивая и смазывая маслом.

Рыба с грибами и коньяком

4 филе рыбы (по 200 г каждое), 300 г шампиньонов, 1 ст. л. коньяка, 4 ст. л. лимонного сока, 4 ч. л. измельченной петрушки, ½ ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Рыбу поперчить, посолить, полить смесью лимонного сока и коньяка. Оставить мариноваться на 15 минут в холодильнике. Каждый кусочек выложить на фольгу, посыпать петрушкой. Грибы очистить, вымыть, нарезать ломтиками, выложить на рыбу. Фольгу плотно завернуть. Выложить на решетку или на угли и жарить до готовности.

Стейки лосося с апельсином

4 стейка лосося, 1 апельсин, молотый белый перец, соль по вкусу

Для маринада: 100 мл белого сухого вина, 1 ст. л. оливкового масла, сок ½ лимона, 1 ч. л. тертой лимонной цедры, 2 ст. л. соевого соуса, щепотка сахара

Рыбу посыпать перцем. Смешать компоненты для маринада. Выложить в маринад стейки. Мариновать в холодильнике 2 часа, время от времени переворачивая. Апельсин очистить от цедры и белой части, нарезать кружочками толщиной около 5 мм. Двойную решетку для гриля смазать маслом. Выложить стейки, слегка посолить. На каждый положить 1–2 кружочка апельсина. Закрыть решетку. Жарить над углями 10–15 минут, переворачивая. При необходимости поливать маринадом. Подавать с овощами гриль.

Стейки семги на гриле

4 стейка семги, 120 мл белого сухого вина, 100 мл соевого соуса, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. лимонного сока, ½ ч. л. молотого имбиря, молотый черный перец и соль по вкусу

Стейки посыпать смесью молотого перца и имбиря. Смешать вино, соевый соус, масло и лимонный сок. Полить стейки маринадом, оставить на 15 минут. Слить лишнюю жидкость и готовить на барбекю под крышкой 12–14 минут, смазывая стейки маринадом. Посолить по вкусу перед подачей.

Тунец в винном маринаде с соусом

4 стейка тунца (по 200–250 г каждый), белый перец по вкусу

Для маринада: 200 мл белого сухого вина, 100 мл соевого соуса, 100 мл оливкового масла, 30 г свежего корня имбиря, 100 мл жирных сливок

Для приготовления маринада смешать вино и соевый соус, добавить очищенный и очень мелко нарезанный имбирь. Постоянно взбивая венчиком, понемногу влить оливковое масло. Стейки поперчить, вылить на них маринад, оставить мариноваться в холодильнике на 3–4 часа. Каждый час переворачивать. Затем вынуть стейки из маринада, обсушить на бумажном полотенце и уложить на смазанную маслом решетку. Запекать над углями по 1–4 минуты с каждой стороны (по желанию, рыба может остаться розовой внутри или полностью прожаренной). Или обжарить на сковороде-гриль. Оставшийся маринад влить в сотейник, довести до кипения, варить на слабом огне 5–6 минут. Взбивая венчиком соус, постепенно влить сливки, не доводить до кипения. При подаче полить рыбу соусом.

Тунец в цитрусовом маринаде

4 стейка тунца (по 200–250 г каждый)

Для маринада: 2 ст. л. рубленой петрушки, 1 ст. л. рубленого орегано, 1 зубчик чеснока, 4–5 ст. л. оливкового масла, сок ½ лимона, сок 1 апельсина, 30 г маслин, молотый черный перец, соль по вкусу

Для маринада смешать нарезанные травы и чеснок с оливковым маслом, слегка взбивая, влить лимонный и апельсиновый сок. Стейки посыпать перцем, залить маринадом, оставить мариноваться в холодильнике на 3–4 часа. Каждый час переворачивать. Затем вынуть стейки из маринада, обсушить на бумажном полотенце, посолить и уложить на смазанную маслом решетку. Запекать над углями по 1–4 минуты с каждой стороны (по желанию, рыба может остаться розовой внутри или полностью прожаренной). Или обжарить на сковороде-гриль. Оставшийся маринад довести до кипения, снять с огня. Добавить мелко нарезанные маслины, подать к рыбе.

Тунец с кунжутным маслом

4 стейка тунца (по 200–250 г каждый)

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 1 стручок перца чили, 5 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. кунжутного масла, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ч. л. семян кунжута, молотый черный перец, соль по вкусу

Для маринада мелко очищенный чеснок и острый перец нарезать, добавить лимонный сок, кунжутное и оливковое масло, слегка взбить. Стейки посыпать молотым перцем, полить маринадом. Оставить мариноваться в холодильнике на 3–4 часа, каждый час переворачивать. Затем вынуть стейки из маринада, обсушить на бумажном полотенце, посолить и уложить на смазанную маслом решетку. Запекать над углями по 1–4 минуты с каждой стороны (по желанию, рыба может остаться розовой внутри или полностью прожаренной). Или обжарить на сковороде-гриль. При подаче посыпать обжаренными семенами кунжута.

Тунец под майонезным соусом с травами

4 стейка тунца (по 200 г каждый), 100 г помидоров, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Для соуса: 1 зубчик чеснока, 70–100 г сметаны, 50–70 г майонеза, по 2 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука и базилика

Приготовить соус. Пропустить очищенный чеснок через пресс, смешать с измельченным базиликом и луком. Добавить майонез и сметану, хорошо перемешать. Стейки натереть молотым перцем, оставить на 15 минут, посолить. Выложить на смазанную маслом решетку и обжарить над углями до румяной корочки. Перевернуть. Выложить на обжаренную сторону по кружочку помидора. Жарить до готовности. Подавать с соусом.

Тунец с перечным соусом

4 стейка тунца (по 200 г каждый), 1 ст. л. лимонного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Для соуса: 100 г репчатого лука, 200 г сладкого перца, 1 стручок острого перца, 150 мл овощного бульона, сока или воды, 2 ст. л. оливкового масла, соль по вкусу

Стейки натереть перцем и полить лимонным соком. Оставить на 20 минут. Для соуса мелко нарезать лук. В сковороде разогреть масло, выложить лук и тушить до мягкости, не зажаривая. Добавить нарезанный кубиками сладкий и острый перец. Тушить 2 минуты. Влить воду, бульон или сок, довести под крышкой до мягкости. Затем массу перетереть до однородности блендером, приправить солью. Стейки посолить и обжарить на сковороде-гриль до румяного цвета. Подавать с перечным соусом.

Камбала с яблоками на гриле

700 г филе камбалы, 400 г яблок, 2 ст. л. соевого соуса, 100–120 мл яблочного сока, молотый черный перец и соль по вкусу

Рыбу нарезать кусочками, поперчить, полить яблочным соком и соевым соусом. Мариновать в холодильнике 30 минут. Яблоки нарезать на четверти, вырезать сердцевину, посыпать солью и черным перцем. Выложить яблоки и рыбу на решетку, жарить до готовности, переворачивая. Подавать со свежей зеленью.

Стейки тунца с сальсой

4 стейка тунца (по 200 г каждый), 1 ст. л. растительного масла, морская соль, молотый черный перец по вкусу

Для сальсы: 100 г салатного лука, 400 г помидоров, 1–2 стручка перца чили, 2 ст. л. семян кунжута, сок 1 лимона, 3 ст. л. соевого соуса, 3 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. измельченной свежей мяты или базилика, молотый черный перец, соль по вкусу

Приготовить сальсу. Очистить и мелко нарубить лук. На помидорах сделать крестообразный надрез, окунуть в кипящую воду на 30 секунд, затем вынуть, обдать холодной водой. Снять кожицу, удалить плодоножки, нарезать кубиками. У перца чили удалить семена, нарезать мелкими кубиками. Лук, помидоры и перец чили перемешать. Поджарить кунжут на сухой сковороде в течение нескольких минут, дать остыть. Лимонный сок, соевый соус, оливковое масло и семена кунжута добавить в емкость к овощам. Полученный соус посолить и поперчить, в конце добавить мяту или базилик. Стейки тунца немного посолить и обильно поперчить. Выложить на горячую, смазанную маслом решетку гриля и жарить по 2–3 минуты с каждой стороны или обжарить на сковороде-гриль. Подавать с сальсой.

Палтус с грибами

600 г филе палтуса, 250 г шампиньонов, 200 г репчатого лука, 200 г помидоров, 100 г сладкого перца, 30 г укропа и петрушки

Для маринада: 50 мл растительного масла, 120 г лимона, кориандр, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе палтуса нарезать небольшими ломтиками и уложить в емкость для маринования. Из лимона выжать сок, смешать с растительным маслом, кориандром, посолить, поперчить. Залить рыбу и мариновать в прохладном месте в течение 1–2 часов. Крупные грибы разрезать пополам, очищенный лук нарезать кольцами, помидоры – ломтиками, перец – крупными кусочками.

Подготовленные продукты, чередуя, нанизать на шампуры. Смазать маринадом. Жарить над углями, поливая маринадом. Подавать, украсив зеленью.

Палтус по-японски

1 кг палтуса

Для маринада: 6 ст. л. соевого соуса, 2 ст. л. белого сухого вина, 2 ст. л. кунжутного масла, 2 ст. л. сахара (лучше коричневого), 1 ст. л. лимонного сока, 1 зубчик чеснока, 15 г тертого корня имбиря

Палтуса очистить, выпотрошить. По бокам рыбы сделать несколько насечек. Смешать соевый соус, вино, кунжутное масло, добавить сахар, лимонный сок, измельченный чеснок, имбирь. Залить тушку маринадом и выдержать 4–5 часов в холодильнике. Затем отряхнуть маринад. Запекать на гриле, время от времени переворачивая и смазывая маринадом.

Креветки пряные с чили

14–16 крупных тигровых креветок

Для маринада: 1 стручок чили, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. сока лайма, 1 ст. л. кунжутного масла, 1 ст. л. темного соевого соуса, 1 ст. л. коричневого сахара

Чили очистить от семян и мелко нарезать. Очищенный чеснок пропустить через пресс. Соединить в сотейнике чили, чеснок, кунжутное масло, сок лайма, сахар и соевый соус. Поставить на медленный огонь и нагревать, помешивая, до полного растворения сахара. Дать остыть. Креветок залить холодным маринадом и оставить в холодильнике на ночь. Затем слегка отряхнуть маринад. Готовить на горячем гриле 6 минут, переворачивая 1–2 раза, до розового цвета.

Тигровые креветки гриль

8–10 неочищенных тигровых креветок

Для маринада: 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, ½ ч. л. итальянских трав, соль по вкусу

Для маринада смешать лимонный сок, масло, пропущенный через пресс зубчик чеснока, травы и соль. Креветок залить маринадом, оставить мариноваться в холодильнике минимум на 2 часа, периодически перемешивать. Затем креветок вынуть, дать стечь маринаду и обжаривать на гриле на средней высоте по 5–6 минут с каждой стороны. Переворачивая, смазывать маринадом. Подавать с соусом айоли.

Креветки в чесночном маринаде

500 г креветок, 2 ст. л. оливкового масла

Для маринада: 3 зубчика чеснока, 3 ст. л. лимонного сока, молотый черный перец и соль по вкусу

Очищенный чеснок пропустить через пресс. Добавить черный перец и лимонный сок, хорошо перемешать. Обмазать этой смесью креветок и поместить в холодильник на 30–40 минут. Затем посолить, смазать маслом. Выложить на решетку и жарить, переворачивая и смазывая маслом.

Креветки, жаренные на мангале

300 г крупных креветок

Для маринада: 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. оливкового масла, молотый черный перец по вкусу

Креветок очистить. В чаше смешать соевый соус, лимонный сок, масло, перец и измельченный чеснок. Выложить креветок в маринад, перемешать и оставить на 10–15 минут. Затем каждую креветку надеть на бамбуковую шпажку. Жарить на решетке несколько минут с каждой стороны.

Креветки в горчичном маринаде

1 кг замороженных креветок

Для маринада: 120 г лимона, 2 ст. л. горчицы, 3 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Креветок обдать кипятком, дать им оттаять, тщательно вымыть, очистить от панцирей. Смешать сок половины лимона с маслом и горчицей, посолить и поперчить. Залить этим маринадом креветок и поставить в холодильник на 20–30 минут. Жарить на разогретом гриле по 1–1,5 минуты с каждой стороны, поливая маринадом. Подавать, украсив ломтиками оставшегося лимона.

Креветки с ананасами

1 кг креветок, 200 г фиолетового лука, 1 банка консервированных ананасов кусочками

Для маринада: 100 мл соевого соуса, 100 мл сладкого белого вина, 1 ч. л. измельченного имбиря

Замочить деревянные шпажки в холодной воде на 30–60 минут. Смешать соевый соус с вином и имбирем. Очистить креветок (хвостики можно оставить). Лук очистить и разрезать на 4–6 частей. Ананасы отцедить. Нанизать на шпажки креветок, лук, кусочки ананаса. Хорошо смазать маринадом. Жарить над углями около 10 минут, периодически смазывая маринадом.

Кальмары на гриле

1 кг кальмаров, 200 г манной крупы, 100 г лимона, 2 зубчика чеснока, 1 перец чили, 120 мл оливкового масла, 4–5 веточек тимьяна, 100 г петрушки и укропа, молотая паприка, молотый черный перец, соль по вкусу

Кальмаров разморозить, обдать кипятком, очистить от кожицы и хорды, выпотрошить. Хорошо промыть изнутри и снаружи, обсушить, нарезать кольцами, посыпать специями и солью. Перец чили очистить от семян и мелко нарезать, чеснок очистить и пропустить через пресс, листики тимьяна нарубить. Смешать тимьян, чеснок и перец с оливковым маслом. Залить кальмаров полученной смесью и мариновать в холодильнике 30–60 минут. Затем достать, отряхнуть маринад, запанировать колечки в манной крупе. Обжарить кольца на решетке над углями с двух сторон до румяной корочки. Не пережаривать. Лимон разрезать пополам, из половины выжать сок. Другую половину нарезать тонкими ломтиками. Подать кальмаров на стол, сбрызнув лимонным соком, украсив ломтиками лимона и мелко нарезанной зеленью.

Королевские креветки с лимоном и петрушкой

20 королевских креветок, 3 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки, 4 ст. л. оливкового масла, 120 г лимона, соль по вкусу

С лимона снять цедру и отжать сок. Смешать размороженных креветок с половиной масла, лимонной цедрой и петрушкой. Если креветки неочищенные, их нужно очистить от панциря, оставив хвостик, и удалить кишечную вену. Нанизать креветок на деревянные шпажки и обжарить на гриле около 5 минут. Полить оставшимся маслом, лимонным соком и посолить.

Рыбные котлеты с сыром

600 г нежирного рыбного филе, 100 г твердого сыра, 100 г репчатого лука, 1 желток, 1–2 ст. л. сливок, панировочные сухари, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Лук измельчить, обжарить с 1 ст. л. растительного масла до мягкости, не зажаривать. Пропустить через мясорубку филе, лук, сыр. Посолить и поперчить, добавить желток. Если фарш получился сухим, влить сливки. Если жидкий, загустить панировочными сухарями. Хорошо вымешать фарш, сформовать плоские котлеты, положить в холодильник на 30 минут. Затем смазать котлеты растительным маслом и обжарить на решетке над углями или на

сковороде-гриль, перевернуть один раз. Подавать с картофелем, овощами гриль, свежими овощами.

Креветки на гриле с чабрецом и лимоном

15–20 королевских креветок

Для маринада: 1 зубчик чеснока, сок 1 лимона, 2 веточки свежей зелени чабреца (тимьяна) или щепотка сушеной, 100 мл оливкового масла, перец и соль по вкусу

Креветок очистить и замариновать в смеси оливкового масла, перца, соли, лимонного сока, чеснока и чабреца. Нанизать креветок на шпажки, затем обжарить с двух сторон на гриле в течение 5–7 минут.

Колбаски из трески

800 г филе трески, 150 г репчатого лука, 4 ст. л. сметаны, 1 яйцо, 3–4 ст. л. панировочных сухарей, 2 ст. л. рубленой зелени, 1–2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе трески и очищенный лук пропустить через мясорубку. В фарш добавить сметану, сырое яйцо, рубленую зелень, посолить и поперчить. Хорошо вымесить. Всыпать сухари, чтобы получилась густая масса. Вымесить до однородности. Поставить в холодильник на 20 минут. Сформовать из фарша небольшие колбаски, смазать их растительным маслом. Жарить на решетке над углями до готовности, переворачивая и смазывая маслом.

Котлеты из трески

600 г филе трески, 100 г репчатого лука, 1 ст. л. столового уксуса, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. панировочных сухарей, молотый черный перец, соль по вкусу

Рыбное филе поперчить, сбрызнуть уксусом и оставить на 20 минут. Пропустить через мясорубку очищенный лук и филе, хорошо вымесить фарш, посолить. Если он жидкий, добавить сухари. Из приготовленного фарша сформовать небольшие плоские котлеты. Смазать котлеты маслом, положить на решетку и жарить над раскаленными углями до готовности.

Котлеты из трески с картофелем

700–800 г филе трески, 100 г репчатого лука, 100 г картофеля, 1 яйцо, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Пропустить через мясорубку очищенный лук, картофель и филе. Хорошо перемешать, посолить, поперчить, вбить яйцо. Сформовать котлеты, смазать растительным маслом с двух сторон. Обжарить на решетке над углями или на сковороде-гриль, перевернуть один раз. Подавать с картофелем, овощами гриль, свежими овощами.

Кебаб из камбалы

600 г филе камбалы, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 1–2 ст. л. панировочных сухарей, 1 ст. л. сметаны, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе камбалы натереть солью и перцем, смазать сметаной. Оставить на 20 минут. Затем филе и очищенный лук пропустить через мясорубку. В фарш вбить яйцо, хорошо перемешать. Если фарш жидкий, добавить панировочные сухари. Оставить на 30 минут в холодильнике. Замочить на это время деревянные шпажки в воде. Сформовать на шпажках колбаски, смазать их растительным маслом. Обжарить до готовности над углями, часто переворачивая. Подавать, сбрызнув лимонным соком.

Блюда из мяса

Шашлык в духовке с дымком

1 кг свинины (ошеек), 200 г репчатого лука, 150 г сала

Для маринада: сок ½ лимона, 200 мл газированной воды, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить. Лук очистить, нарезать полукольцами, положить к мясу, слегка помять. Влить лимонный сок и газированную воду. Мариновать 3–4 часа. Замочить деревянные шпажки на 30 минут. Сало нарезать тонкими ломтиками. Разогреть духовку до 240 °С, включить вытяжку. Нанизать на шпажки кусочки мяса и сала (наназывать неплотно) и выложить на решетку. Под решетку поставить противень, застеленный фольгой, на фольгу положить кусочки сала. Во время жарки с шашлыков на фольгу начнет капать сок и жир из сала. Верхняя часть шашлыков будет запекаться сильнее, чем нижняя. Когда она приобретет румяный цвет, шашлыки перевернуть. Когда сало на фольге начнет дымиться, достать мясо из духовки. В общей сложности готовится оно 20–25 минут. Лук из маринада можно протушить на сковороде и подать к мясу. Отдельно можно подать томатный соус и свежую зелень.

Шашлык в рукаве для запекания

1 кг свинины (ошеек), 200 г репчатого лука

Для маринада: 200 мл домашнего томатного сока (густого), 1 ч. л. специй для шашлыка, соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками со стороной 4 см, посолить, посыпать специями. Лук очистить, разрезать на 4–6 частей, добавить к мясу, перемешать. Залить томатным соком и слегка все помять. Оставить мариноваться в холодильнике на 1–2 часа. Деревянные шпажки замочить на 30 минут. Мясо и лук отряхнуть от маринада, нанизать на шпажки и выложить их в рукав для запекания, так чтобы они не касались друг друга. Запекать в разогретой до 200 °С духовке 40 минут. Подавать с зеленью и овощами.

Шашлык в духовке на луковой подушке

1 кг свинины

Для луковой подушки: 300 г репчатого лука, 3 ст. л. уксуса, ½ ч. л. сахара, 1 ч. л. соли, черный перец по вкусу

Для маринада: 200 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 1 ч. л. сушеного майорана, 1 ч. л. молотого черного перца, ½ ч. л. молотого острого перца

Мясо нарезать кусочками примерно 3 × 3 см, посыпать специями. Лук и чеснок для маринада очистить, измельчить в блендере или очень мелко нарубить и помять. Добавить луковую массу к мясу, хорошо перемешать, накрыть пленкой и оставить в холодильнике на 3–4 часа. Оставшийся лук нарезать полукольцами. Ошпарить лук кипятком и тут же промыть холодной водой, посыпать солью, сахаром, перцем и полить уксусом. Хорошо перемешать. Оставить мариноваться на 3 часа. Разогреть духовку до 220 °С. В рукав для запекания выложить маринованный лук. На него положить мясо в один слой, посолить. Запекать 40 минут. Затем разрезать пакет и запекать еще 15–20 минут.

Шашлык в духовке с копченым салом

1 кг свинины (ошеек, лопатка), 100 г копченого сала

Для маринада: 300 г репчатого лука, 50 мл белого сухого вина, 2 лавровых листа, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками со стороной около 3 см. Лук очистить, нарезать тонкими полукольцами, посолить и помять, чтобы выделился сок. Смешать лук с мясом. Добавить раскрошенный лавровый лист, молотый черный перец. Затянуть емкость пленкой и поставить в холодильник на 1–2 часа. Замочить деревянные шпажки в воде на 30 минут. Сало нарезать тонкими ломтиками. Мясо отряхнуть от маринада, посолить. На деревянные шпажки нанизать кусочки мяса, чередуя с салом. Смазать вином. Разогреть духовку до 220 °С. Выложить

шашлыки на решетку, вниз поставить противень, застеленный фольгой. Запекать 15 минут. Смазать вином, перевернуть. Запекать еще 15 минут. Подавать с овощами и зеленью.

Шашлык из свинины простой

1,5 кг свиного ошейка

Для маринада: 400 г лука, 300–350 мл минеральной или несладкой газированной воды, молотый черный перец, соль, специи по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, половину лука – толстыми кольцами. Оставшийся лук натереть на терке или измельчить в блендере, влить минеральную воду. Куски мяса натереть солью, перцем, специями. Положить в луково-минеральный маринад, мариновать в холодильнике 2 часа. Нанизать свинину на шампуры, чередуя с кольцами лука, и жарить над углями до готовности. Подавать со свежей зеленью, овощным салатом и лавашем.

Свиной шашлык со сладким перцем и шампиньонами

500 г свинины, 100 г сала с прослойкой мяса, 200 г сладкого перца красного и желтого цветов, 150 г шампиньонов

Для маринада: 125 мл растительного масла, 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. горчицы, 1 ч. л. сушеного орегано, молотый черный перец, соль, другие специи по вкусу

Для приготовления маринада чеснок пропустить через пресс, залить маслом, добавить орегано, соль, перец, специи по вкусу, слегка взбить и оставить на несколько часов (можно на ночь). Затем добавить горчицу и размешать до однородности. Сладкий перец очистить от семян, нарезать крупными кусочками. Свинину и сало без шкурки нарезать кубиками. Шампиньоны очистить, крупные разрезать пополам. Смазать подготовленные продукты маринадом со всех сторон и нанизать на шампуры. Оставить мариноваться в холодном месте на 1–2 часа. Обжаривать шашлыки над углями, несколько раз повернув.

Шашлык из свинины в белом вине

1,5 кг свинины

Для маринада: 400 г репчатого лука, 300–400 мл белого сухого вина, 50 г кинзы, 50 г укропа, 50 г базилика, молотый черный и красный перец, лавровый лист, соль по вкусу

Свинину нарезать кусочками средней величины, очищенный лук – кольцами. Посыпать мясо молотым перцем и измельченным лавровым листом. Мелко нарезать кинзу, укроп и базилик. Уложить в емкость для маринования слоями мясо, лук, зелень. Залить вином, прижать тарелкой, чтобы мясо полностью было покрыто жидкостью. Оставить мариноваться в холодильнике на 3 часа. Нанизать мясо и лук на шампуры, жарить над углями, сбрызгивая жидкостью от маринада. Посолить при подаче.

Свинина, маринованная в смородине

1 кг свинины, 200–250 г красной смородины, 8–10 листьев красной или черной смородины, молотый черный перец и соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками размером со спичечный коробок. Смородину растолочь или измельчить блендером. Листья ошпарить кипятком. На дно емкости для маринования выложить половину листьев. На них слой мяса, поперчить, посолить, вылить часть смородиновой массы. Накрыть мясом и так, чередуя, выложить все продукты. Накрыть оставшимися листьями смородины. Мариновать мясо в прохладном месте 2–3 часа. Затем извлечь мясо из маринада, выложить на решетку. Жарить над углями до готовности, переворачивая. При необходимости поливать жидкостью, выделившейся при мариновании.

Шашлык из свиной грудинки

1 кг свиной грудинки на ребрышках, 150 мл красного винного уксуса, 200 г лука, свежемолотый черный перец, соль по вкусу

Для подачи: 1 пышный лаваш, 150 г репчатого лука, зелень по вкусу

Грудинку нарезать одинаковыми кусками, поперчить. Лук нарезать тонкими полукольцами. Смешать мясо с луком, залить винным уксусом, перемешать и слегка помять. Оставить мариноваться на 2–4 часа. Отряхнуть лук, мясо посолить и нанизать на шампуры. Жарить над углями, часто поворачивая. Нарезать лук для подачи тонкими полукольцами. Лаваш разломить на кусочки. Мясо снять с шампура кусочком лаваша, посыпать луком. Подавать с зеленью.

Свиная грудинка в медово-томатном маринаде

1,5 кг свиной грудинки

Для маринада: 200 г репчатого лука, 3–4 зубчика чеснока, 1 небольшой стручок перца чили, 1 ст. л. горчицы, 4 ст. л. меда, 4 ст. л. кетчупа, соль по вкусу

Грудинку нарезать порционными кусочками. Смешать горчицу, мед и кетчуп, обмазать смесью мясо. Мелко нарезать лук, чеснок, очищенный от семян острый перец. Посыпать мясо и хорошо перемешать. Мариновать в холодильнике 8–9 часов, время от времени перемешивая. Затем мясо извлечь из маринада, отряхнуть. Выложить на решетку. Запекать над углями, время от времени переворачивая и смазывая жидкостью от маринования. В конце приготовления посолить. Подавать со свежими овощами.

Свинина гриль с медом

1 кг нежирной свинины, 2 ст. л. меда, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла, молотая паприка, корица, черный и острый перец, соль по вкусу

Мясо зачистить от пленок и сухожилий, нарезать небольшими плоскими кусками. Каждый ломтик посолить, посыпать специями, можно слегка отбить. Мед смешать с лимонным соком и маслом. Смазать мясо со всех сторон и оставить мариноваться в холодильнике на 1 час. Жарить на решетке над углями или на сковороде-гриль до румяной корочки. Подавать с отварным рисом или салатом из свежих овощей.

Свинина под кисло-сладким соусом

1 кг свинины (мякоти), 400 г консервированных ананасов, 200 г сладкого перца красного или желтого цвета

Для маринада: 250 мл апельсинового сока, 250 мл томатного сока, 3 ст. л. винного уксуса, 2 ст. л. сахара, 5 зубчиков чеснока, 1 ст. л. муки, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать ломтиками, сладкий перец – крупными полосками. Ананасы отцедить. Ананасовый сироп смешать с апельсиновым и томатным соком, уксусом, сахаром, измельченным чесноком. Мясо, перец и кусочки ананаса залить половиной маринада, перемешать. Мариновать в холодильнике ночь. Растереть муку с небольшим количеством маринада. Оставшийся маринад вылить в сотейник, добавить мучную смесь. Довести до кипения и варить на среднем огне при постоянном помешивании до загустения, приправить солью и перцем. Выложить мясо на решетку, посолить и жарить над раскаленными углями до готовности, сбрызгивая маринадом. Переложить обжаренное мясо, перец и ананасы на блюдо, полить охлажденным соусом.

Свиная корейка с луком

1 кг свиной корейки, 200 г репчатого лука, 100 мл растительного масла, 1 ч. л. соли, 1 ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. молотой паприки

Мясо нарезать порционными кусочками. По краю на жировой прослойке сделать глубокие надрезы. Смешать соль и специи. Натереть мясо, сверху выложить нарезанный кольцами лук, полить маслом и оставить мариноваться на 2–3 часа в холодильнике. Достать мясо, отряхнуть лук. Жарить на решетке над углями или на сковороде-гриль, перевернув один раз. Не

пересушивать. Переложить мясо на блюдо и накрыть фольгой. На сковороде или на решетке обжарить лук из маринада. Снять фольгу и выложить лук на мясо.

Маринованный свиной стейк с лимоном

4 свиных стейка (по 160–180 г каждый)

Для маринада: 120 г лимона, 20 г розмарина, 20 г шалфея, 4 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. смеси молотых перцев, 1 ч. л. молотой паприки, щепотка молотого острого перца, соль по вкусу

Лимон хорошо вымыть, снять цедру, разрезать на 2 части. Из одной выжать сок, вторую нарезать тонкими ломтиками. Розмарин и шалфей вымыть, мелко нарубить листья и иголки. Масло смешать с соком и цедрой лимона, травами и специями, слегка взбить. Стейки смазать маринадом со всех сторон, обложить ломтиками лимона. Мариновать 30–60 минут. Затем удалить лимонные ломтики. Стейки обжарить на сковороде-гриль или на решетке над углями до готовности, перевернув один раз.

Жареный стейк под медовым соусом

2 стейка из свиного огузка (по 180 г каждый), 300 г моркови, 300 г апельсинов, 30 г базилика, 30 г сливочного масла, 2 ч. л. меда, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Очищенную морковь нарезать кружочками, обжарить в сливочном масле (3 минуты), посолить, посыпать перцем. Накрыть крышкой и тушить 5 минут, влив немного воды. Из апельсинов выжать сок и добавить его вместе с медом к моркови, перемешать и тушить без крышки 5 минут. Базилик нарезать тонкими полосками, оставив несколько листиков для украшения. Добавить базилик к моркови, еще раз посолить и посыпать перцем. Стейки посыпать молотым перцем. Обжарить в растительном масле с обеих сторон (по 4 минуты с каждой стороны). В конце посолить. На большую тарелку выложить стейк и морковь, украсить листиками базилика.

Свиные отбивные в цитрусовом маринаде

4 куска свиного ошейка (по 150 г каждый)

Для маринада: 250 мл апельсинового сока, 1 ст. л. лимонного сока, 125 мл растительного масла, 2 зубчика чеснока, 1 ст. л. соли, 1 ч. л. молотого черного перца, 2 лавровых листа, пряная зелень для подачи

Смешать апельсиновый и лимонный сок с растительным маслом. Чеснок очистить, крупно нарубить, добавить к смеси. Также добавить соль, перец, лавровый лист. Мясо вымыть, обсушить, слегка отбить и залить маринадом так, чтобы жидкость покрывала мясо полностью. Мариновать 1–9 часов. Затем вынуть отбивные из маринада, отряхнуть. Обжарить на гриле по 9 минут с каждой стороны. Подавать с пряной зеленью.

Рулеты из мяса с помидорами

1 кг баранины или свинины, 300–400 г помидоров, 400 г репчатого лука, молотый черный и острый перец, соль по вкусу

Мясо нарезать ломтиками, слегка отбить. Помидоры нарезать мелкими кубиками. Лук очистить и нарезать тонкими полукольцами. Мясо посыпать черным и острым перцем, луком, помидорами. Оставить в холодильнике на 3–4 часа. Затем мясо отряхнуть, каждый кусочек посолить, положить немного лука и помидоров из маринада. Свернуть рулетиком, сколоть края зубочистками. Обжарить на решетке над углями до готовности. Подавать можно с любой зеленью – зеленым луком, укропом, петрушкой.

Пряная свинина

700–800 г мякоти свинины, 3 ст. л. томатной пасты, 2 зубчика чеснока, молотый имбирь, молотый черный перец и соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусками. Томатную пасту смешать с пропущенным через пресс чесноком, имбирем, черным перцем. Смазать полученной смесью кусочки, мариновать в холодильнике 30–60 минут. Посолить. Нанизать на шампур и жарить над углями до готовности. Подавать со свежей зеленью.

Свинные ребрышки на гриле с острым соусом

1,5 кг свиных ребрышек

Для соуса: 150 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 1 стручок перца чили, 300–350 мл томатного сока, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Для приготовления соуса лук, чеснок и перец чили мелко нарезать. Лук тушить на слабом огне до прозрачности, добавить чеснок, перец, томатный сок, посолить. Тушить, пока соус не уменьшится в объеме и не загустеет. Ребрышки промыть, обсушить, нарезать порционными кусками. Обмазать половиной соуса и мариновать 2 часа в холодильнике. Затем обжарить на решетке над углями. В процессе жарки несколько раз смазывать соусом и переворачивать. Подавать с оставшимся соусом.

Свинные ребрышки в маринаде с горчицей

500–600 г свиных ребрышек

Для маринада: 80–100 мл соевого соуса, 2 ст. л. дижонской горчицы с зернами

Ребрышки промыть, обсушить, нарезать порционными кусочками. Смешать соевый соус и французскую горчицу. Смазать маринадом ребрышки со всех сторон, оставить на 3–4 часа мариноваться. Обжарить на решетке над углями, перевернув один раз.

Свинные ребрышки с горчицей и медом

1,5 кг свиных ребрышек

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 4 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. горчицы с зернами, 2 ст. л. меда, сок 1 лимона, по щепотке молотого острого перца и имбиря, молотый черный перец, соль по вкусу

Чеснок очистить, пропустить через пресс. Добавить масло, горчицу, мед, лимонный сок, имбирь и острый перец, перемешать. Ребрышки нарезать кусочками. Смазать смесью со всех сторон и мариновать в прохладном месте 3 часа. Жарить над углями или на сковороде-гриль 20–30 минут, переворачивая и смазывая маринадом. При подаче посолить и поперчить.

Свинные ребрышки в кисло-сладком маринаде

500–600 г свиных ребрышек

Для маринада: 50 г корня имбиря, 3 зубчика чеснока, 80–100 мл соевого соуса, 1,5–2 ст. л. меда, сок ½ лимона

Ребрышки промыть, обсушить, нарезать порционными кусочками. Для приготовления маринада очистить корень имбиря и чеснок, мелко нарезать. Добавить мед, лимонный сок, соевый соус, хорошо перемешать. Вылить на ребрышки, перемешать и оставить мариноваться на 3–4 часа. Затем обжарить на решетке над углями. В процессе жарки несколько раз смазывать соусом и переворачивать. Можно также запечь ребрышки в духовке, разогретой до 200 °С, в течение 30–40 минут.

Свинные ребрышки в медово-пивном маринаде

1 кг свиных ребер, 200 г репчатого лука, 4 зубчика чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Для маринада: 2 ст. л. меда, 1 ч. л. горчицы, 250 мл светлого пива

Ребрышки нарезать кусочками, натереть смесью соли, перца и пропущенного через пресс чеснока. Лук нарезать кольцами. Половину выложить на дно емкости для маринования. Сверху выложить ребрышки и накрыть оставшимся луком. Для маринада размешать мед с горчицей и развести пивом. Вылить на ребрышки. Мариновать 2–3 часа, время от времени перемешивая. Затем выложить ребрышки на решетку и жарить над углями до готовности, время от времени переворачивая и сбрызгивая жидкостью от маринования. Переложить готовые ребрышки на блюдо и накрыть фольгой. На решетку выложить лук из маринада, жарить до румяности. Снять фольгу и выложить лук вокруг ребрышек.

Свинные ребрышки в маринаде с ананасовым соком

2 кг свиных ребрышек, соль по вкусу

Для маринада: 250 г кетчупа, 150 г меда, 2 ст. л. растительного масла, 125 мл ананасового сока, 2 зубчика чеснока, 1 ст. л. сушеных трав по вкусу

Ребрышки вымыть, обсушить бумажным полотенцем и разделить на порционные кусочки. Смешать кетчуп, мед, растительное масло и ананасовый сок. Зубчики чеснока очистить, пропустить через пресс, добавить в маринад вместе с сушеными травами. Оставить ребрышки мариноваться минимум на 30 минут, а лучше на ночь. Вынуть ребрышки из маринада, слегка отряхнуть, посолить. Обжаривать на гриле 35–45 минут, часто переворачивая. При необходимости смазывать жидкостью, оставшейся от маринования.

Бараньи ребрышки в маринаде из зелени

1 кг бараньих ребрышек

Для маринада: 1 лимон, 2 ст. л. растительного масла, ½ ч. л. зерен кориандра, по 50 г мяты, базилика, эстрагона, молотый черный и острый перец, соль по вкусу

С ребрышек срезать пленки, разделить на порции, посолить и поперчить. Зелень мяты, базилика и эстрагона тщательно перебрать, вымыть в холодной воде, обсушить и очень мелко нарезать, слегка помять. Из лимона выжать сок, добавить растительное масло, тщательно перемешать, посолить, добавить кориандр и пряную зелень. Кусочки баранины обмазать этой смесью. Мариновать в холодильнике 3–4 часа. Извлечь ребрышки из маринада, отряхнуть. Выложить на решетку и обжарить над углями со всех сторон до образования румяной корочки. Также можно обжарить на сковороде-гриль. Подавать со свежими помидорами.

Шашлык из баранины с зирой

1 кг баранины, 300 г репчатого лука, 150 мл минеральной воды, зира, кориандр, молотый черный перец и соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусками, добавить нарезанный кольцами лук. Посыпать специями и солью, перемешать. Влить минеральную воду. Прижать мясо нетяжелым грузом и мариновать в холодильнике сутки. Нанизать лук и мясо на шампуры, жарить над углями до образования румяной корочки. При необходимости сбрызгивать маринадом.

Бараньи ребрышки с имбирем и кардамоном

0,8–1 кг бараньих ребрышек

Для маринада: 200 г репчатого лука, 5 зубчиков чеснока, 200 г лимонов, 200 мл растительного масла, 1 ч. л. молотого имбиря, ½ ч. л. молотого кардамона, ½ ч. л. молотого кориандра, ½ ч. л. острого перца, соль по вкусу

Баранину нарезать порционными кусочками, посыпать смесью специй, перемешать. Очищенный лук мелко нарезать, чеснок пропустить через пресс. Добавить к мясу. Из лимонов выжать сок и смешать с маслом. Залить баранину и поставить в холодильник мариноваться на 2–2,5 часа. Затем ребрышки отряхнуть от маринада, выложить на решетку. Жарить со всех сторон до румяной корочки.

Шашлык из баранины в винном маринаде

1,5 кг баранины (мякоти), 500–600 г лука, соль по вкусу

Для маринада: 100 г петрушки, 250 мл белого сухого вина, 1 ст. л. молотого черного перца, 1 ст. л. молотого кориандра, другие специи по вкусу

Мясо очистить от пленок, нарезать порционными кусочками. Лук очистить, нарезать кольцами. Для приготовления маринада смешать вино, черный перец, кориандр и измельченную петрушку. Уложить в кастрюлю слой мяса, сверху – слой лука, полить маринадом. Последовательность повторить. Поставить в холодильник на 2 часа. Затем вынуть мясо из маринада, нанизать на шампуры, перемежая с кольцами лука, посолить. Обжарить над углями до готовности, переворачивая. Подавать со свежей зеленью, овощным салатом и лавашем.

Шашлык из баранины

1 кг баранины (почечная часть или мякоть задней ноги), 400 г репчатого лука, 2 ст. л. уксуса, молотый черный перец, соль по вкусу

Для подачи: 300–400 г помидоров, 50 г зеленого лука, 100 г лимона, 2 ст. л. масла

Баранину нарезать небольшими кусками, посыпать молотым перцем, посолить. Одну луковицу отложить, остальной лук очень мелко нарезать, слегка помять, чтобы выделился сок, и добавить к мясу. Влить уксус, перемешать. Мариновать 2–3 часа в холодильнике. Оставшуюся луковицу разрезать на 4–6 частей, расслоить. Нанизать на шампуры кусочки мяса и лука. Жарить над углями примерно 15–20 минут, поворачивая шампуры, чтобы мясо жарилось равномерно. Готовый шашлык снять с вертела, полить маслом и гарнировать зеленым луком, ломтиками помидоров и кружочками лимона.

Шашлык по-карски (1-й вариант)

1 кг баранины (почечная часть), 4 бараньи почки, 200 г репчатого лука, 100 г лимона, 100 г петрушки, 100 г зеленого лука, 2 ст. л. уксуса, острый томатный соус, молотый черный перец, соль по вкусу

Почечную часть баранины зачистить, срезав сухожилия, сделать надрезы, чтобы во время жарки мясо не стягивало, и разрезать на 4 части. Почки разрезать пополам. Подготовленные баранину и почки посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным репчатым луком и измельченной петрушкой, сбрызнуть уксусом и оставить на 2–3 часа для маринования. Затем на шампур надеть половину почки, кусок баранины, снова почку. Жарить над горячими углями без пламени. Переворачивать шампур, чтобы мясо прожарилось равномерно. Готовый шашлык подавать целым куском вместе с почками, положив на блюдо кусочек лимона. Сверху посыпать зеленым луком и зеленью петрушки. Отдельно подать острый томатный соус.

Шашлык по-карски (2-й вариант)

1 кг баранины, 4 бараньи почки, 200 г репчатого лука, 400 г помидоров, 50 г курдючного сала, 50 г лимона, 100 г петрушки, молотый черный перец, соль по вкусу

Для подачи: репчатый и зеленый лук, зелень петрушки, лимон, соус ткемали, барбарис

Куски баранины нарезать кубиками по 30–40 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и измельченной зеленью петрушки, сбрызнуть лимонным соком, перемешать. Мариновать в прохладном месте 4–6 часов. Маринованное мясо надеть на шпажку, с одного конца надеть очищенную от пленки баранью почку, а с другого – небольшой помидор. Смазать мясо топленным жиром и жарить над углями. При подаче мясо, почку и помидор снять со шпажки, уложить на блюдо и подать с кольцами сырого репчатого лука, ломтиками лимона, зеленым луком и зеленью петрушки. Отдельно подать соус ткемали и свежий или сушеный молотый барбарис.

Шашлык с маринадом на коньяке

1,5 кг баранины (задняя нога), 300 г курдючного сала

Для маринада: 200 г репчатого лука, 100 г укропа или петрушки, 3 ст. л. коньяка, 1 ст. л. уксуса (3 %), молотый красный перец, соль по вкусу

Мякоть баранины нарезать кусками диаметром 10–15 см и толщиной 3–4 см, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанной зеленью и измельченным луком. Сбрызнуть коньяком и уксусом, перемешать, слегка прижать тарелкой или блюдцем и оставить мариноваться в холодильнике на 6–8 часов. Куски мяса нанизать на шпажку, чередуя с тонкими ломтиками сырого курдючного сала. Жарить над углями, периодически поворачивая. Когда мясо прожарится на глубину примерно 1 см, острым ножом срезать с него тонкие ломтики, оставшееся мясо продолжать жарить, затем снова срезать и так до конца. Подавать с маринованным репчатым луком, свежей зеленью, зеленым луком, помидорами.

Шашлык из баранины в сметане

1 кг баранины, 250 г нежирной сметаны, 3 зубчика чеснока, 100 г петрушки, молотый красный и черный перец, соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусочками, посыпать измельченным чесноком, посолить, поперчить, залить сметаной. Перемешать. Выдержать в холодильнике 6–8 часов. Отряхнуть мясо от маринада, нанизать на шампуры. Жарить до готовности над углями, периодически переворачивая и смазывая маринадом. Подавать, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Шашлык, маринованный в кефире

600 г мякоти баранины (окорок), 200 г лука, 500 мл кефира, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать кубиками, посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанным или измельченным в блендере луком, перемешать. Залить кефиром и мариновать в холодильнике 6–8 часов. Затем мясо обсушить, нанизать на шампуры, смазать маслом и жарить над углями 25–30 минут. Подавать с печеным картофелем, овощами и свежей зеленью.

Шашлык из баранины с овощами

500 г баранины (шея), 200 г свеклы, 200 г репчатого лука, 100 г помидоров, 75 г моркови, 100 г сладкого перца, 3 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока

Для маринада: 200 мл кефира, молотые корица, гвоздика, имбирь, соль по вкусу

Баранину очистить от пленок и сухожилий, нарезать мелкими кубиками. Кефир приправить специями и солью, залить баранину, хорошо перемешать. Мариновать в холодильнике 3–4 часа. Свеклу отварить в подсоленной воде, остудить, очистить и нарезать кружочками. Репчатый лук очистить и нарезать кольцами. Морковь очистить, нарезать кружочками. У перца удалить плодоножку, нарезать кольцами. Помидоры нарезать крупными ломтиками. Сбрызнуть все овощи лимонным соком и слегка обжарить на растительном масле. Мясо вынуть из маринада. Нанизать на шампуры, чередуя с овощами. Обжарить над углями, время от времени переворачивая.

Шашлык из баранины с ветчиной

1 кг баранины (мякоть задней ноги), 250 г копченой ветчины или шпика, 150 г репчатого лука, 1–2 ст. л. оливкового масла, лавровый лист, мускатный орех, молотый черный перец горошком, соль по вкусу

Мясо нарезать кусками по 30–40 г. Очищенный лук мелко нарезать или измельчить в блендере. Специи смолоть и соединить. Добавить к мясу специи и лук, хорошо перемешать. Мариновать в холодном месте 2–3 часа. Ветчину или шпик нарезать ломтиками. Мясо нанизать на шампур, чередуя с ветчиной. Жарить над раскаленными углями, при необходимости смазывать маслом.

Шашлык из баранины с грибами по-охотничьи

1 кг молодой баранины, 500 г шампиньонов, 150 г сладкого перца, 50 мл растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Баранину нарезать кусочками, посолить, посыпать молотым черным перцем. Крупные грибы разрезать пополам, небольшие оставить целыми, посолить и поперчить. Сладкий перец нарезать кольцами или крупными квадратами. Нанизать подготовленные продукты на шампур, чередуя. Смазать маслом и жарить над раскаленными углями, поворачивая время от времени. На салфетку положить листья бука, на них – готовый шашлык и завернуть на 5–6 минут в салфетку, чтобы шашлык немного обмяк.

Шашлык из баранины со сладким перцем

1 кг баранины (лопатка), 300 г красного лука, 200 г сладкого перца красного цвета

Для маринада: 75 мл растительного масла, сок 1 лимона, 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. сушеного орегано, ½ ч. л. молотой паприки, молотый черный перец, соль по вкусу

Баранину хорошо промыть и обсушить, снять жир, мясо нарезать небольшими кусочками (4 × 4 см). Лук очистить и разрезать на 4–6 частей. У сладкого перца удалить семена и плодоножку, нарезать большими кусочками. Приготовить маринад: смешать масло, лимонный сок, пропущенный через пресс чеснок, орегано, паприку, черный перец и соль. Залить баранину, мариновать в холодильнике 4–5 часов. Затем достать мясо из маринада, отряхнуть. Нанизать на шампуры, чередуя мясо, ломтики перца и лука. Смазать шашлыки маринадом и обжаривать над углями 10 минут, поворачивая. Затем снова смазать маринадом и обжаривать еще 15 минут. Мясо должно быть снаружи хорошо прожаренным, а внутри слегка розовым.

Баранина в красном вине

1 кг бараньей корейки, 100 г репчатого лука, 100 мл красного сухого вина, 100 г петрушки, 100 г зеленого лука, молотый черный перец, соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусками. Зелень петрушки, зеленый и очищенный репчатый лук нарубить, смешать с мясом. Залить вином и оставить мариноваться в холодильнике на 3–4 часа. Выложить на решетку, посолить, поперчить. Жарить над углями, переворачивая и сбрызгивая маринадом. Подавать с помидорами и свежей зеленью.

Баранина, маринованная в томатном соке

1 кг баранины, 200 г репчатого лука, 150 мл томатного сока, по ½ ч. л. тмина, сушеного базилика, семян кориандра, молотый черный и красный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками. Очищенный лук нарезать кольцами и смешать с мясом. Посыпать специями, посолить, залить томатным соком, слегка помять. Мариновать в холодильнике 3–4 часа. Выложить на решетку мясо вместе с луком и жарить над углями до образования румяной корочки с двух сторон. Сбрызгивать маринадом. Подавать со свежими овощами и зеленью.

Баранина в пряной панировке

1 кг мякоти баранины, 2 ч. л. семян кориандра, 2 ч. л. тмина, 2 ч. л. семян фенхеля, 2 ч. л. черного перца горошком, соль по вкусу

На сухой сковороде прогреть специи 1–2 минуты, за это время они должны начать приятно пахнуть. Переложить специи в ступку, добавить соль и растереть пестиком. Баранину разрезать на два куска толщиной по 2–3 см каждый. Хорошо обмазать смесью из специй. Положить мясо на решетку гриля и жарить 8–10 минут, перевернув один раз. Затем переложить мясо на блюдо, оставить на пару минут. Перед подачей на стол тонко нарезать.

Бараньи отбивные

700 г баранины (корейка с костью), 100 г твердого сыра, 50 г сливочного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Баранину разрезать вдоль косточек на 4 части. Косточки зачистить, мякоть отбить, поперчить и смазать маслом. Обжарить отбивные на гриле до готовности, в конце жарки посолить. На отбивные положить по ломтику сыра и держать на гриле до тех пор, пока сыр не расплавится. Подавать со свежими овощами, веточками зеленого укропа, петрушки, зеленым луком или листьями салата.

Каре ягненка с красным вином

2 каре ягненка (по 600 г)

Для маринада: 3 головки чеснока, 400 г помидоров, 30 г петрушки, 30 г зеленого лука, 30 г кинзы, 200 мл красного вина, 2 ст. л. горчицы, 4 ст. л. оливкового масла, ½ ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. соли

Чеснок очистить, у помидоров вырезать плодоножки. Зелень вымыть и отряхнуть. В миксер сложить лук, чеснок, зелень, помидоры и измельчить до однородности. Добавить горчицу, молотый перец и соль, влить вино, размешать. Втереть маринад в мясо и оставить мариноваться в холодильнике на 4–6 часов. Вынуть мясо из маринада, отряхнуть. Жарить над углями до готовности с двух сторон, перевернув один раз. Готовое мясо накрыть фольгой на 5 минут. Затем разрезать на порционные кусочки между ребрами. Подавать со свежей зеленью и овощами.

Каре ягненка на гриле

800 г каре ягненка, 100 мл оливкового масла, 20 г розмарина, молотый черный перец, соль по вкусу

Подготовленное мясо нарезать порционными кусочками. Посыпать розмарином, полить маслом и оставить мариноваться на 3 часа. Удалить розмарин. Обжарить мясо на сковороде-гриль или на решетке над углями до готовности. Посолить и поперчить после того, как перевернули мясо. Подавать с овощным салатом.

Баранина в маринаде с розмарином

1 кг мякоти баранины, соль по вкусу

Для маринада: 120 мл белого сухого вина, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. оливкового масла, 2 ст. л. горчицы с зернами, 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. сушеного розмарина

Мясо нарезать порционными кусочками, выложить в емкость для маринования. Для маринада слегка взбить вино с лимонным соком и оливковым маслом, добавить горчицу, пропущенный через пресс чеснок и розмарин. Вылить на мясо и перемешать. Мариновать в прохладном месте 4–6 часов. Затем мясо отряхнуть от маринада, посолить и жарить на решетке над углями или на сковороде-гриль до готовности, перевернув один раз.

Баранина в абрикосовом маринаде

1 кг мякоти баранины, 200 мл абрикосового сока, 1 ч. л. приправы карри, 1 ч. л. молотого имбиря, молотый черный перец и соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусочками, поперчить, посыпать карри, имбирем и залить абрикосовым соком. Оставить в холодильнике на 3–4 часа. Мясо посолить, выложить на решетку. Жарить, часто переворачивая и смазывая маринадом. К мясу подать свежие овощи, яблоки, обжаренные на гриле.

Баранина, запеченная в фольге

800 г баранины (вырезка), по 30 г петрушки, укропа и кинзы, 1 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Для маринада: 100 г репчатого лука, 75 г моркови, 125 мл уксуса, 500 мл воды, 1 ст. л. розмарина, 1 ст. л. черного перца горошком

Баранину вымыть, обсушить бумажным полотенцем и уложить в емкость для маринования. Лук и морковь очистить, лук нарезать колечками, морковь – ломтиками. Смешать воду с уксусом, добавить овощи и специи. Довести до кипения, кипятить на слабом огне 5 минут, дать остыть. Залить баранину маринадом, мариновать в холодильнике 12 часов. Затем вынуть баранину из маринада и обсушить. Вынуть овощи, дать жидкости стечь. Приправить баранину солью и выложить на большой кусок фольги, смазанный растительным маслом. Разложить овощи вокруг мяса. Зелень вымыть, нарубить и выложить на мясо. Фольгу плотно завернуть и запекать баранину на углях 1 час. Вынуть баранину из фольги и вместе с овощами и зеленью подавать на стол.

Говяжий шашлык по-сибирски

1,5 кг говядины (можно замороженной), 300 г репчатого лука, 100 г томатной пасты, 120 г лимона, 200 мл белого вина, 1,5 ст. л. уксуса (3%), душистый перец горошком, лавровый лист, молотый красный перец, соль по вкусу

По этому способу можно сделать мягким даже очень жесткое мясо. При необходимости дать оттаять мясу, нарезать кусками чуть больше спичечного коробка. Очищенный лук нарезать кольцами. На дно емкости для маринования высыпать слой душистого перца горошком. Укрыть его слоем лаврового листа. Затем уложить слой лука, сверху слой мяса, посолить и поперчить, снова положить слой лука и т. д. Последним слоем должен быть лук. Сверху него выложить лавровый лист и томатную пасту с уксусом. Накрыть перевернутой тарелкой и поставить гнет 5—10 кг. Выдержать сутки. Через сутки слить выделившуюся жидкость, снять сверху все лавровые листья. Переложить мясо и лук в другую посуду, отделив от специй, которые были на дне емкости для маринования. К мясу добавить сок лимона и белое сухое вино, выдержать в холодильнике 2 часа, после чего можно жарить над углями.

Шашлык из телятины пикантный

500 г телятины

Для маринада: 2 ст. л. оливкового масла, 2 ч. л. паприки, 1 ч. л. кориандра, 1,5 ч. л. нарубленного базилика, 1 лавровый лист, по ¼ ч. л. молотого имбиря и красного острого перца, молотый черный перец, соль по вкусу

Лавровый лист измельчить, добавить остальные специи, смешать. Добавить масло. Мясо нарезать кубиками, обмазать маслом со специями, оставить мариноваться на ночь в холодильнике. Нанизать мясо на шампуры. Жарить над углями, переворачивая. Не пережаривать. Подавать с овощным салатом.

Шашлык с помидорами

1 кг телятины, 200 г репчатого лука, 300–400 г помидоров, 2–3 зубчика чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать кубиками, посолить, поперчить. Очищенный лук нарезать кольцами, помидоры – ломтиками, чеснок пропустить через пресс. Добавить все к мясу, перемешать. Мариновать в холодильнике 6–8 часов. Затем нанизать мясо на шампуры и жарить над углями, сбрызгивая жидкостью, выделившейся во время маринования.

Шашлык из говядины с беконом

1 кг мякоти говядины, 300 г бекона, 200 г репчатого лука, 1 ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Говядину зачистить от пленок, нарезать кубиками, посыпать молотым перцем и перемешать. Лук нарезать очень мелко, слегка посолить и помять, чтобы выделился сок. Добавить луковую массу к мясу, перемешать. Мариновать в холодильнике 4–5 часов, затем мясо вынуть из

маринада и посолить. Бекон нарезать тонкими пластинами. Обернуть беконом мясо и нанизать на шампуры. Жарить над углями до готовности, часто поворачивая. Подавать с овощами, лавашем или свежим хлебом.

Говяжий шашлык с овощами

500 г мякоти говядины, 200 г помидоров, 10 шампиньонов, 200 г кабачков

Для маринада: 100 г репчатого лука, 2 ст. л. острого соуса чили, 1 ст. л. соевого соуса, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный и красный перец, соль по вкусу

Нарезать говядину кусочками. Грибы и кабачки вымыть, неочищенные кабачки нарезать полукруглыми ломтиками. Очищенный лук очень мелко нарубить или измельчить в блендере. Добавить соус чили, соевый соус, растительное масло. Смазать мясо и овощи этой смесью, посыпать черным и острым перцем. Мариновать 2 часа в холодильнике. Помидоры нарезать на четверти. На шампуры нанизать, чередуя, говядину, лук, грибы, помидоры и кабачки. Жарить над углями, часто переворачивая, до готовности. Время от времени смазывать жидкостью от маринования.

Говядина в маринаде с кунжутом

1 кг говядины (тонкий край), 30 г зеленого лука, 4 зубчика чеснока, 120 мл светлого соевого соуса, 80 мл белого сухого вина, 2 ст. л. сахара, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. кунжута, 1 ст. л. молотого черного перца, ½ ст. л. соли

Мясо нарезать тонкими ломтиками. Можно слегка подморозить, чтобы было легче резать. Смешать вино с сахаром, залить мясо, оставить на 30 минут. На сухой сковороде обжарить кунжут (1,5 минуты), помешивая. Растолочь горячий кунжут с солью. Очищенный чеснок пропустить через пресс, перья лука нарезать. Соединить лук, чеснок, соевый соус, кунжут, молотый перец и растительное масло. Добавить смесь к мясу, перемешать. Мариновать еще 30 минут. Отряхнуть маринад. Быстро обжарить мясо на смазанной маслом сковороде-гриль. Подавать с рисом и зеленым салатом.

Шашлык-ассорти

350 г говядины, 350 г свинины, 250 г телятины, 300 г лука, 250 г цукини, 300 г яблок, 100 г сладкого перца, 1 зубчик чеснока, 2–3 ст. л. растительного масла, ½ ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. без горки соли

Мясо нарезать кусочками. Очищенный лук разрезать на 4 части. У яблок удалить сердцевину, нарезать ломтиками. Перец нарезать кусочками, цукини – кружочками. Нанизать подготовленные продукты на шампуры, чередуя. Смешать пропущенный через пресс чеснок с маслом, добавить соль и перец, растереть. Смазать шашлыки. Жарить над углями, постоянно поворачивая, 20–25 минут. При необходимости смазывать маслом.

Шашлык из говяжьей печени с салом

800 г говяжьей печени, 200 г сала, 2 зубчика чеснока, ½ ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Для маринада: 3 ст. л. сметаны, 3 ст. л. соевого соуса, 100 г репчатого лука, по 20 г петрушки и укропа

Сало нарезать ломтиками, посолить, поперчить, посыпать измельченным чесноком, накрыть пленкой и поставить в холодильник на 2 часа. Печень хорошо промыть, срезать пленку, залить холодной водой и оставить на 30 минут. Затем извлечь из воды, слегка обсушить и нарезать кубиками. Для маринада мелко нарезать лук и зелень, смешать со сметаной и соевым соусом. Этой смесью обмазать куски печени. Мариновать в холодильнике 1 час. Затем на шампуры поочередно нанизать кусочки печени и сала. Жарить над углями, время от времени переворачивая. Подавать, сняв с шампура и посыпав зеленью.

Говяжьи ребрышки в пикантном маринаде

800 г говяжьих ребрышек

Для маринада: 500 мл густого томатного сока, 3 ст. л. сахара, 3 ст. л. дижонской горчицы, 2 ст. л. лимонного сока, молотый красный, душистый и черный перец, соль по вкусу

С ребрышек срезать пленки, жир, разделить на порции. К томатному соку добавить сахар, горчицу и соль. Кипятить 5–7 минут, добавить специи, лимонный сок, варить еще 2 минуты. Дать остыть, залить ребрышки и мариновать 2–3 часа. Затем извлечь ребрышки из маринада, жарить на решетке над углями, перевернув один раз. Подавать со свежими овощами и зеленью.

Говяжьи ребрышки в кисло-сладком соусе

1 кг говяжьих ребрышек

Для маринада: 120 г лимона, 100 мл растительного масла, 3 ст. л. соевого соуса, по ½ ч. л. молотого острого перца и кориандра, молотый черный перец и соль по вкусу

Для соуса: 200 г апельсинов, 2 ст. л. меда, 3–4 ст. л. яблочного уксуса, 2–3 зубчика чеснока, 1 ст. л. крахмала, 1 ч. л. сахара, 1 бутон гвоздики, щепотка молотой корицы и острого перца, душистый перец горошком, соль по вкусу

Ребрышки промыть, обсушить и разделить на кусочки. Для маринада смешать масло с соевым соусом и лимонным соком, добавить специи. Залить ребрышки, мариновать в холодильнике 6–8 часов. Для соуса снять цедру с апельсина и выжать сок. Соединить с медом, уксусом, сахаром, пропущенным через пресс чесноком и специями. Варить смесь на слабом огне 10–15 минут. Процедить жидкость через сито и снова поставить на огонь. Крахмал размешать с 50 мл воды, влить в соус, перемешать, посолить. Варить до густоты. Ребрышки вынуть из маринада и жарить на решетке над углями, смазывая соусом и переворачивая. Также можно запечь ребрышки в духовке. Подавать с салатом из овощей.

Телячья печень в лимонном маринаде

500 г телячьей печени, 120 г лимона, 20 г петрушки, 20 г укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

Для маринада: 100 мл растительного масла, 50 мл лимонного сока, 30 г укропа и петрушки, 1 зубчик чеснока

Печень тщательно промыть, несколько раз меняя воду. Удалить пленку и протоки. Нарезать порционными кусочками. Для маринада мелко нарезать зелень, очищенный чеснок пропустить через пресс. Добавить лимонный сок и масло, хорошо перемешать. Залить печень маринадом и поставить в холодильник на 20 минут для маринования. Кусочки печени извлечь из маринада, отряхнуть. Выложить на решетку гриля и обжарить с двух сторон. Не пережаривать. Посолить и поперчить. Лимон нарезать тонкими кружочками и слегка подрумянить на гриле, подать вместе с печенью, украсить веточками свежей зелени.

Говяжьи стейки с грибами

4 говяжьих стейка толщиной 2,5 см, 8 шампиньонов

Для маринада: 3 зубчика чеснока, 2 ст. л. тертого корня имбиря, 4 ст. л. соевого соуса, 3 ст. л. сладкого или полусладкого белого вина, 1 ст. л. кунжутного масла, 1 ст. л. меда, ½ ст. л. молотого черного перца

Для маринада мелко нарезать очищенный чеснок, добавить к нему остальные компоненты, хорошо перемешать. Грибы очистить, промыть, разрезать пополам. Залить мясо и грибы маринадом, оставить в холодильнике на 30 минут. Затем отряхнуть мясо от маринада. Выложить на решетку, обжарить до готовности с двух сторон. Переложить на блюдо, накрыть фольгой. Обжарить грибы. Выложить грибы на мясо и подавать на стол.

Говяжьи стейки с орегано

2 говяжьих стейка (по 200–250 г), 2 ст. л. растительного масла, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. сушеного орегано, щепотка острого перца, соль по вкусу

Чеснок очистить и пропустить через пресс, добавить масло, лимонный сок, орегано, острый перец, соль и слегка взбить. Мясо смазать смесью со всех сторон. Оставить мариноваться в прохладном месте на 1–2 часа. Затем мясо вынуть из маринада и обжарить на сковороде-гриль или на решетке над углями до готовности. Время приготовления зависит от толщины кусочка и желаемой степени прожарки.

Говяжий стейк с перцем

4 стейка толщиной 2 см, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Стейки выложить на смазанную маслом решетку или сковороду-гриль, посолить и поперчить. Жарить 2–4 минуты, перевернуть, посолить и поперчить с другой стороны. Держать над углями еще 2–4 минуты в зависимости от желаемой степени прожарки. Готовые стейки снять с решетки, накрыть фольгой на 2 минуты.

Говяжьи отбивные с вишневым соусом

4 говяжьих антрекота, черный перец горошком

Для маринада: 120 г лимона, 100 мл растительного масла, 2 веточки розмарина, 2 веточки майорана

Для соуса: 200 г вишни без косточек, 200 мл красного сухого вина, 100 мл мясного бульона, 2,5 ст. л. сахара, соль по вкусу

Зелень майорана и розмарина мелко нарезать, смешать с соком лимона и растительным маслом. Перец горошком крупно смолоть или раздавить широкой стороной ножа. Антрекоты слегка отбить, посыпать перцем и залить маринадом. Оставить на 2–3 часа, время от времени переворачивать. Для приготовления соуса сахар расплавить в сотейнике, прогреть до светло-коричневого цвета, добавить вишни, вино, бульон. Варить на слабом огне до загустения, посолить. Мясо достать из маринада. Жарить над углями или на сковороде-гриль по 3–4 минуты с каждой стороны. Подавать с соусом.

Отбивная из говядины с грушами

4 говяжьи отбивные (по 150–160 г каждая), 50 г сливочного масла

Для маринада: 300 г груш, 2 ст. л. оливкового масла, 2 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. меда, 200 мл белого сухого вина, 125 мл бульона, 1 ч. л. молотой корицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Смешать оливковое масло с 1 ст. л. лимонного сока и перцем, натереть этой смесью отбивные и оставить мариноваться на 30 минут. Разрезать груши на 8 частей, вырезать сердцевину, залить оставшимся лимонным соком, медом и 4 ст. л. вина. Добавить корицу и тушить 15 минут. Вынуть груши, сохранить маринад. Мясо отбить, смазать сливочным маслом и обжарить на решетке в течение 4 минут с каждой стороны. Посолить после переворачивания. К жидкости, в которой тушились груши, добавить бульон и вино. Разогреть получившийся соус. Подавать мясо с грушами, полив соусом.

Говяжий бифштекс простой

1 кг говяжьей вырезки, 4 ст. л. оливкового масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Для рецепта нельзя использовать старое, чрезмерно жесткое мясо. Мясо нарезать ломтиками толщиной 2,5–4 см. Смазать маслом каждую сторону. Выложить на решетку гриля или в сковороду-гриль. Кусок толщиной 2,5 см жарить с одной стороны 5–6 минут, толщиной 4 см – от 6 минут. Перевернуть, посолить и поперчить. Жарить еще 2–4 минуты, до желаемой степени прожарки. Переложить на блюдо, накрыть фольгой, дать постоять 1–2 минуты.

Барбекю из телятины с соком грейпфрута

1 кг телятины (грудинка), 1 грейпфрут, 100 г желтого сладкого перца, 100 г красного сладкого перца, 300 г яблок, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Телятину нарезать кусочками, поперчить, перемешать. Добавить сок грейпфрута. Мариновать в холодильнике 8—10 часов. Сладкий перец разрезать на крупные куски, лук – на 4–6 частей, яблоки – крупными ломтиками, удалить семена. Выложить на решетку телятину и остальные продукты, смазать маслом. Жарить до готовности, перевернув 1 раз. Следить за продуктами, они могут быть готовы в разное время. Посолить и подавать на стол.

Телятина в масляном маринаде

400 г телятины, 50 г топленого сливочного масла, 1 зубчик чеснока, 1 веточка розмарина, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусочками, посыпать молотым перцем. Иголки розмарина и очищенный чеснок нарубить. Разогреть масло, выложить чеснок и розмарин, обжарить до появления приятного запаха, около 1 минуты. Слегка остудить и вылить к мясу, перемешать. Оставить на 20 минут. Затем мясо посолить и обжарить на решетке над углями или на сковороде-гриль.

Телятина гриль в винном маринаде

800 г телятины, 100 г репчатого лука, 75 г моркови, 2 зубчика чеснока, 30 г укропа и петрушки

Для маринада: 300 мл красного сухого вина, 50 мл винного уксуса, 2 ст. л. растительного масла, 1 лавровый лист, 2–3 бутона гвоздики, молотый черный и красный перец, соль по вкусу

Телятину зачистить от пленок и сухожилий, нарезать кусочками по 50 г. Выложить в емкость для маринования. Морковь очистить и нарезать кружочками, половину репчатого лука – кольцами, зелень промыть и измельчить, чеснок пропустить через пресс. Овощи, чеснок и зелень добавить к мясу. Для маринада вино подогреть со специями, но не кипятить. Добавить масло, уксус и соль. Влить горячий маринад к мясу. Мариновать 3–4 часа. Извлечь мясо из маринада, выложить на решетку и жарить над углями до румяной корочки. Выложить на блюдо и накрыть фольгой. Лук и морковь, оставшиеся от маринада, протушить до мягкости, измельчить с помощью блендера до однородности, приправить специями и солью. Подавать как соус к мясу.

Телячья вырезка с лимоном и хересом

600 г телячьей вырезки, 4 веточки розмарина, 2 зубчика чеснока, 6 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. хереса, 100 г лимона, соль и молотый черный перец по вкусу

Вырезку зачистить. Розмарин вымыть, отделить иголки и мелко нарубить. Чеснок очистить и пропустить через пресс. Смешать масло с чесноком и розмарином, добавить херес. Лимон хорошо вымыть, нарезать ломтиками. В вырезку втереть маринад, обложить ломтиками лимона. Мариновать в холодильнике 3–5 часов. Отряхнуть мясо от маринада, выложить на гриль. Жарить, часто переворачивая и смазывая маринадом, 20–30 минут. Готовое мясо накрыть фольгой на пару минут, затем нарезать ломтиками. При подаче посыпать солью и перцем.

Телячья корейка в пряном маринаде

1 кг телячьей корейки

Для маринада: 1 ст. л. соевого соуса, 1 ч. л. водки, 3 ст. л. меда, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. молотого острого перца, ½ ч. л. молотой паприки, ½ ч. л. молотого душистого перца, 2 ст. л. прованских или итальянских трав, 1 ст. л. горчицы в зернах, соль по вкусу

Мясо промыть, обсушить, нарезать порционными кусочками. Смешать соевый соус, водку, растительное масло и мед. Смазать корейку половиной получившейся смеси, накрыть пленкой, оставить мариноваться в холодильнике на всю ночь. Смешать остатки маринада со специями и

травами, смазать корейку. Выложить на смазанную маслом решетку, жарить, регулярно смазывая маринадом и переворачивая, до готовности. Готовность проверить, проколов мясо (должен выделяться прозрачный сок).

Говяжье рулетки на шампурах

600 г говяжьего филе, 8 тонких ломтиков сала или бекона, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. горчицы, 1 ч. л. майонеза, 2 ч. л. сухих прованских или итальянских трав, молотый черный перец, соль по вкусу

Говяжье филе вымыть, обсушить и нарезать вдоль на 8 тонких ломтиков. Каждый отбить, посолить, поперчить, посыпать травами. Смешать горчицу и майонез. Добавить очень мелко нарезанный лук. Смазать соусом ломтики мяса и отложить на 20 минут. Сверху выложить по кусочку сала или бекона. Свернуть рулетиками, нанизать на шпажки, при необходимости закрепить края зубочистками. Жарить над углями около 15 минут, часто поворачивая.

Рулетки из говядины с овощами

800 г говядины, 200 г репчатого лука, 75 г моркови, 1 корень петрушки, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. горчицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Говядину зачистить от пленок и сухожилий, нарезать тонкими ломтиками. Каждый ломтик тщательно отбить через полиэтиленовую пленку, посолить и поперчить, смазать горчицей. Очищенный лук нарезать тонкими полукольцами, морковь и корень петрушки – соломкой. Разогреть в сотейнике 1 ст. л. растительного масла, добавить сливочное масло. Тушить овощи до мягкости, приправить солью и перцем. Слегка остудить. Выложить смесь на кусочки мяса, свернуть их рулетиками. Закрепить кулинарной нитью, смазать растительным маслом. Выложить на решетку гриля, обжарить со всех сторон до хрустящей корочки. Перед подачей снять нить. Подавать со сметаной и рубленой зеленью.

Котлеты с яблоками

300 г свинины, 300 г говядины, 600 г яблок, 250 мл яблочного сока, 1 яйцо, 100 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 1 ст. л. панировочных сухарей, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. соевого соуса, 10 г корня имбиря, молотый черный перец, корица и соль по вкусу

Мясо зачистить, нарезать небольшими ломтиками. Залить яблочным соком и оставить мариноваться на 1 час в прохладном месте. Затем мясо извлечь из сока и мелко нарубить или пропустить через мясорубку. Добавить к фаршу мелко нарезанный лук, имбирь и чеснок. Приправить специями, влить соевый соус, посолить. Хорошо перемешать, вбить яйцо и добавить панировочные сухари. Вымесить фарш. Сформовать котлеты, смазать маслом. Жарить на решетке над углями или на сковороде-гриль до золотистой корочки с двух сторон. Выложить на блюдо и накрыть фольгой. У яблок вырезать сердцевину. Нарезать ломтиками. Быстро обжарить с двух сторон, посолить и посыпать молотым черным перцем и корицей. Подавать с котлетами.

Рубленые котлеты с киви

300 г говядины, 200 г свинины, 1 киви, 100 г репчатого лука, 1 ломтик белого хлеба, 1 яйцо, 1 ч. л. горчицы, 3 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо и очищенный лук очень мелко нарубить. У хлеба срезать корку, залить мякиш небольшим количеством теплой воды, затем отжать и подмешать к фаршу. Добавить горчицу, соль и перец, хорошо перемешать. Вбить яйцо, еще раз тщательно перемешать. Киви очистить и нарезать кружочками. Из фарша влажными руками сформовать 4 плоские котлеты. На каждую котлету положить кружочек киви и вдавить его в фарш. Смазать котлеты растительным маслом и обжаривать на гриле по 6 минут с каждой стороны.

Чевапчичи в беконе

300 г говядины, 200 г свинины, 200–250 г бекона (полосками), 100 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 50 мл газированной воды, щепотка молотой паприки, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо, лук и чеснок мелко нарубить ножом, хорошо перемешать. Посолить и приправить специями. Влить воду, хорошо вымесить. Поставить в холодильник на 2 часа. Влажными руками сформовать колбаски длиной 6–7 см и диаметром около 1,5 см. Каждую завернуть в ломтик бекона. Положить в холодильник на 30 минут. Жарить на сковороде-гриль или над углями до готовности. Подавать со свежими овощами и пшеничными лепешками.

Шашлычки из фрикаделек и овощей

500 г свино-говяжьего фарша, 100 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 1 желток, 1 ч. л. сушеных итальянских трав, молотый черный перец, соль по вкусу

Для шашлычков: 100 г сладкого перца красного цвета, 100 г сладкого перца желтого цвета, 250 г цукини, 100 г репчатого лука, 1 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла

Лук и чеснок измельчить, добавить к фаршу. Хорошо перемешать, приправить солью, травами, перцем. Добавить желток и вымесить до вязкости. Поставить в холодильник на 30 минут. Замочить деревянные шпажки на полчаса. Сладкий перец и цукини нарезать кусочками, луковичу разрезать на 6–8 частей, овощи посолить и поперчить, сбрызнуть лимонным соком и мариновать 15 минут. Из фарша сформовать шарики размером с грецкий орех. Нанизать их на шпажки, перемежая с кусочками овощей. Смазать шашлычки растительным маслом и обжаривать на гриле около 8 минут, несколько раз перевернуть. При прокалывании из готовых фрикаделек должен выделяться прозрачный сок.

Рубленые котлеты на гриле

500 г говядины, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 1–2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. горчицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо мелко нарубить. Лук очистить, мелко нарезать. Соединить лук и мясо, добавить горчицу, соль, перец, перемешать. Вбить яйцо, еще раз хорошо перемешать. Из фарша сформовать 4–6 котлет толщиной около 2 см. Слегка вдавить каждую в центре. Смазать маслом. Жарить над углями или на сковороде-гриль по 4–5 минут с каждой стороны. Подавать желателно на подсушенных на гриле ломтиках батона, украсив луком и ломтиками овощей по вкусу.

Шашлыки с фрикадельками, овощами и соусом

500 г свино-говяжьего фарша, 50 г репчатого лука, 1 маленький стручок острого перца, 1 яйцо, 30 г петрушки, 2–3 ст. л. панировочных сухарей, 1 ч. л. горчицы, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Для шашлычков: 100 г сладкого перца, 150 г молодой моркови, 1 ст. л. растительного масла

Для соуса: 100 г сладкого перца красного цвета, 150 г помидоров, 50 г лука, 2 зубчика чеснока, 70–100 мл белого сухого вина, 3 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. меда, щепотка острого перца, соль по вкусу

Мелко нарезать острый перец без семян и лук. Обжарить на масле до мягкости, дать остыть, добавить к фаршу, перемешать. Добавить мелко нарезанную петрушку, горчицу, соль, перец, вбить яйцо, хорошо вымесить. Всыпать панировочные сухари, чтобы получился вязкий фарш. Поставить в холодильник на 30 минут. Замочить в воде шпажки на полчаса. Приготовить соус: сладкий перец, очищенный лук и чеснок нарезать кубиками. Разогреть на сковороде масло, выложить овощи, тушить на слабом огне до мягкости, не зажаривать. Добавить нарезанные помидоры. Через 5 минут влить вино и мед, тушить, пока масса не станет однородной. Приправить солью и острым перцем. Для шашлычков морковь очистить и нарезать кружочками, сладкий перец – кусочками. Из фарша влажными руками сформовать шарики. Нанизать их на шпажки, перемежая с морковью и сладким перцем. Смазать шашлычки маслом. Обжаривать на

гриле или сковороде-гриль около 10 минут, несколько раз перевернуть. Подавать горячими с соусом.

Фрикадельки на шпажках

400 г свинины, 100 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 2 ч. л. тертого корня имбиря, 2 ст. л. соевого соуса, ½ ч. л. молотого черного перца

Для маринада: 3 ст. л. соевого соуса, 2 ст. л. белого сухого вина, 2 ч. л. кунжутного масла, 1 ч. л. сахара

Пропустить через мясорубку мясо, очищенный лук и чеснок. Добавить к фаршу имбирь и молотый черный перец, хорошо перемешать. Влить соевый соус и еще раз перемешать. Слегка отбить фарш. Сформовать фрикадельки размером с грецкий орех. Все компоненты для маринада смешать до однородности. Смазать фрикадельки маринадом и поставить в холодильник на 40 минут. На это же время замочить деревянные шпажки в холодной воде. Затем нанизать фрикадельки на шпажки. Еще раз смазать маринадом. Жарить над углями или в духовке, разогретой до 200 °С, на решетке. Во время приготовления переворачивать и смазывать маринадом.

Кебаб из говядины в духовке

500 г говядины, 50 г курдючного или свиного сала, 100 г репчатого лука, 1 зубчик чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Для соуса: 150 мл несладкого йогурта, 1 ст. л. рубленой зелени (укроп, петрушка), 1 зубчик чеснока, щепотка соли

Пропустить через мясорубку мясо, сало, лук и чеснок, посолить, поперчить. Хорошо вымесить фарш в течение 10–15 минут. Поставить в холодильник на 30–60 минут. Замочить деревянные шпажки в воде на 30 минут. Разогреть духовку до 200 °С. Смазать руки водой или маслом и сформовать на шпажках продолговатые котлеты. Выложить на решетку (под нее поставить противень). Запекать до зарумянивания, около 10–15 минут. Перевернуть и запекать еще столько же. Для соуса соединить йогурт с мелко нарубленной зеленью и пропущенным через пресс чесноком, посолить и хорошо перемешать. Подавать кебабы с соусом.

Кебаб из свино-говяжьего фарша

500 г свино-говяжьего фарша, 100 г репчатого лука, 1 ч. л. сушеного базилика, по ½ ч. л. молотого черного перца и паприки, соль по вкусу, зелень для подачи

Лук очень мелко нарубить, смешать с фаршем, добавить специи и соль. Хорошо отбить фарш: взять в руку небольшую порцию фарша и с силой бросить в миску, повторять, пока фарш не станет вязким. Поставить в холодильник на 30 минут. Замочить в воде деревянные шпажки. Разогреть духовку до 200 °С. Смазать руки водой или маслом и сформовать на шпажках продолговатые котлеты. Выложить на решетку (вниз поставить противень для сбора жира). Запекать около 15 минут до румяного цвета, перевернуть и запекать до готовности. Подавать, посыпав рубленой зеленью.

Кебаб из баранины на углях (1-й вариант)

1 кг баранины, 200 г курдючного или свиного сала, 200 г репчатого лука, 30 г петрушки и укропа, 1 ч. л. соли, 1 ч. л. молотого черного перца, специи по вкусу

Пропустить через мясорубку баранину, сало и лук. Отбить фарш до вязкости. Добавить очень мелко нарубленную зелень, специи, соль, хорошо перемешать. Поставить в холодильник на 1–1,5 часа. Влажными руками сформовать на шампурах колбаски и жарить над углями до румяной корочки со всех сторон. При прокалывании из готового кебаба должен выделяться прозрачный, не розовый сок. Подавать с овощным салатом.

Кебаб из баранины на углях (2-й вариант)

1 кг баранины, 100 г сладкого перца, 100 г репчатого лука, 1 зубчик чеснока, 30 г зелени кинзы, молотый черный перец, хмели-сунели, соль по вкусу

Пропустить через мясорубку мясо, лук, чеснок и сладкий перец. Добавить мелко нарезанную зелень кинзы, соль и специи. Хорошо вымесить фарш до вязкости. Поставить в холодильник на 1–1,5 часа. Влажными руками сформовать на шампурах колбаски. Жарить над углями до румяной корочки со всех сторон. При прокалывании из готового кебаба должен выделяться прозрачный, не розовый сок. Подавать с овощным салатом.

Кебаб из баранины со сладким перцем

500 г мякоти баранины, 100 г репчатого лука, 1 зубчик чеснока, 100 г сладкого перца красного цвета, 1 ломтик белого хлеба, 50–70 мл молока, 30 г зеленого лука, 1 яйцо, щепотка молотого перца чили, соль по вкусу

Для соуса: *200 г густого йогурта или сметаны (10%), 1 зубчик чеснока, по 1 ст. л. измельченного укропа, петрушки, зеленого лука, соль по вкусу*

С хлеба срезать корку, залить молоком, оставить до размягчения, затем отжать. Пропустить через мясорубку мясо, сладкий перец, очищенный лук и чеснок, отжатый хлебный мякиш. Хорошо вымесить фарш. Добавить мелко нарубленный зеленый лук, соль и специи, вбить яйцо. Охладить фарш в холодильнике в течение 30–60 минут. Затем влажными руками сформовать из него 8 колбасок и нанизать на шампуры. Обжаривать на гриле 10–12 минут, время от времени переворачивая. Для соуса пропустить через пресс зубчик чеснока, растереть с травами, залить йогуртом или сметаной, посолить. Подавать кебабы с соусом.

Кебаб с соусом из граната и шпината

500 г баранины, 100 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. измельченных ядер грецкого ореха, 50 г кинзы, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, молотая паприка, корица, соль по вкусу

Для соуса: *200 г листьев шпината, 1 гранат, 100 г несладкого йогурта, 3 ст. л. растительного масла*

Лук и чеснок очистить, мелко нарубить вместе с орехами. Отдельно нарубить мясо. Смешать с луковой смесью, добавить измельченную кинзу. Хорошо вымесить или отбить фарш до вязкости. Посолить, добавить специи. Поставить в холодильник на 30–60 минут. Замочить в воде деревянные шпажки. Влажными руками сформовать на шпажках колбаски. Смазать растительным маслом. Для соуса у шпината удалить жесткие стебли, вымыть и обсушить. Гранат разрезать пополам, зерна вынуть ложкой, сок собрать. Смешать зерна и сок граната с йогуртом, маслом, посолить и поперчить. Добавить нарезанный шпинат. Кебабы жарить над углями до готовности. Подавать с соусом.

Кебаб по-иордански

500 г баранины, 100 г репчатого лука, 100 г панировочных сухарей, 50 г петрушки, 40 мл оливкового масла, молотый черный перец, соль и специи по вкусу

Баранину очистить от пленок и сухожилий, срезать лишний жир, мелко нарубить. Добавить в фарш оливковое масло, посолить и поперчить по вкусу, добавить другие специи. Репчатый лук очистить, нарезать очень мелкими кубиками. Зелень петрушки перебрать и промыть в холодной воде, затем половину измельчить. Добавить в фарш лук и зелень, тщательно вымесить. Поставить в холодильник на 30 минут. На это же время замочить в воде деревянные шпажки. Из фарша сформовать небольшие колбаски, запанировать их в сухарях, насадить на шпажки. Обжарить над углями, часто переворачивая. Подавать на стол, украсив веточками петрушки. Кебаб принято есть руками, заворачивая в лаваш. Можно подать к колбаскам томатный соус.

Кебаб в виноградных листьях

1 кг жирной баранины, 200–300 г лука, 3–4 зубчика чеснока, 14–18 виноградных листьев, 3–4 ст. л. измельченной кинзы, 2 ст. л. растительного масла, по ¼ ч. л. молотого кориандра, имбиря, паприки, зиры, черный перец, соль по вкусу

Мясо, очищенный лук и чеснок мелко нарубить, добавить специи и зелень. Фарш вымесить или отбить до вязкости. Оставить на 30–60 минут в прохладном месте. Замочить деревянные шпажки в воде. Листья ошпарить кипятком. Влажными руками разделить фарш на 14–18 частей. Скатать каждую в длинную колбаску, завернуть в виноградный лист. Нанизать кебаб на шпажку, смазать маслом и жарить над углями до готовности. При прокалывании должен выделяться прозрачный сок. Подавать с йогуртовым или другим кисломолочным соусом.

Колбаски на палочках

500 г баранины, 100 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. измельченных грецких орехов, 30 г кинзы, молотый черный перец, молотая паприка, корица, соль по вкусу

Пропустить через мясорубку мясо, очищенный лук и чеснок, перемешать. Добавить измельченную кинзу, орехи, соль и специи. Тщательно вымесить фарш, чтобы он стал слегка вязким. Оставить в холодильнике на 1 час. Замочить 10–14 деревянных шпажек в холодной воде на 1 час. Разделить фарш на порции и влажными руками сформовать на шпажках колбаски. Жарить над углями до румяной корочки со всех сторон. Подавать с соусом из йогурта, овощным салатом и лавашем.

Биточки по-восточному

1,2 кг баранины, 100 г репчатого лука, 8 яиц, 100 г зелени укропа и кинзы, зелень мяты, сушеный майоран, молотый черный перец, соль по вкусу

Молодую баранину с небольшой жировой прослойкой разделать и тщательно промыть. Пропустить через мясорубку с крупной решеткой или измельчить острым ножом. Полученный фарш посолить и поперчить по вкусу, для аромата добавить немного измельченной мяты и майорана. Затем добавить мелко нарезанный репчатый лук и часть зелени. Тщательно вымесить полученный фарш. Разделить полученную массу на 12 одинаковых порций и сформовать круглые биточки. Обжарить со всех сторон на сковороде-гриль. Биточки переложить в глубокую чугунную сковороду. Яйца тщательно взбить с солью и оставшейся измельченной зеленью. Этой смесью залить биточки и поставить в разогретую до 200 °С духовку на несколько минут. Готовое блюдо подать на стол.

Кебаб в лаваше

800 г баранины, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 4 тонких лаваша, 200 г помидоров, 100 г салатного лука, 50 г базилика и петрушки, 50 мл холодной воды, молотый черный перец, соль по вкусу

Приготовить фарш. Мясо и очищенный лук пропустить через мясорубку. К фаршу влить воду, посолить, поперчить, хорошо вымесить. Вбить яйцо, тщательно перемешать и сформовать колбаски. Жарить до готовности на решетке над углями. Помидоры нарезать ломтиками, салатный лук – очень тонкими полукольцами, зелень базилика и петрушки измельчить. Кебаб завернуть в лаваш вместе с помидорами, луком и зеленью.

Шашлык из кролика в апельсиновом маринаде

1 кг мяса кролика, 200 мл апельсинового сока, 3–4 зубчика чеснока, 1 стручок острого перца, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать одинаковыми кусочками, посолить, поперчить, залить соком, добавить пропущенный через пресс чеснок и мелко нарезанный острый перец без семян. Мариновать в холодильнике 6–8 часов. Нанизать мясо на шампуры, смазать маслом. Жарить над углями до готовности. Подавать со свежими овощами.

Шашлык из кролика

1 кг мяса кролика

Для маринада: 500 г репчатого лука, 50 мл винного уксуса, 1 л воды, лавровый лист, душистый перец, соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками и залить на 30 минут холодной водой. Воду слить. Для маринада вскипятить воду со специями. Дать остыть. Добавить уксус и нарезанный кольцами лук. Опустить в маринад кролика, мариновать в холодильнике 1 час. Затем нанизать мясо на шампуры, чередуя с кольцами маринованного лука. Жарить над углями, периодически сбрызгивая маринадом. Подавать, посыпав зеленью по вкусу.

Домашняя свино-говяжья колбаса

500 г говядины, 500 г свинины, 100 г нутряного жира, 1 головка чеснока, 30 мл коньяка, 1 ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. молотой паприки, 1 ч. л. соли, кишки

Мясо и жир мелко нарубить, добавить измельченный чеснок, специи и соль. Хорошо перемешать, влить коньяк и еще раз хорошо перемешать. Поставить фарш в холодильник на 5–6 часов. Тщательно промыть кишки. Неплотно начинить кишки фаршем, формируя небольшие колбаски. Положить в холодильник на 30–60 минут. Перед приготовлением оболочку проколоть зубочисткой в нескольких местах. Жарить колбаски над углями или на сковороде-гриль до готовности (при прокалывании должен выделяться прозрачный, не розовый сок). Подавать с горчицей, зеленью, лавашем.

Кролик в белом вине

1 кг мяса кролика, 300 мл белого сухого вина, 1 ст. л. горчицы, молотый красный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, смазать горчицей, поперчить, залить вином. Перемешать. Мариновать в холодильнике 1 час. Отряхнуть от маринада и посолить. Жарить на гриле или на сковороде-гриль до готовности, сбрызгивая вином.

Кролик в красном вине

1 кг мяса кролика, 150 мл красного сухого вина, 1 ч. л. молотого имбиря, 1 ч. л. молотой паприки, соль по вкусу

Мясо кролика нарезать небольшими кусочками. Натереть смесью имбиря и паприки, полить вином, перемешать. Мариновать в холодильнике 1–2 часа. Мясо посолить. Жарить над углями, часто переворачивая и смазывая жидкостью от маринования.

Блюда из птицы

Куриный шашлык в духовке

1 кг куриного филе

Для маринада: 100 мл соевого соуса, 200 мл молока, 1 ч. л. карри, ½ ч. л. молотого имбиря

Куриное филе нарезать кусочками размером с грецкий орех. Посыпать специями, перемешать. Влить молоко и соевый соус, перемешать еще раз. Мариновать в холодильнике 1 час. Замочить деревянные шпажки на 30 минут. Разогреть духовку до 240 °С. На шпажки нанизать мясо. Выложить на форму для запекания так, чтобы палочки опирались на ее борта, а мясо не касалось дна. Запекать 7–10 минут, перевернуть шашлычки. Запекать еще 7–10 минут. Подавать с рисом и овощами.

Курица с дымком на сковороде

1 кг жирных куриных бедрышек, 200 г репчатого лука, сок ½ лимона, 2 ст. л. соевого соуса, 1 ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу, 2 кусочка древесного угля

Бедрышки промыть, обсушить. Поперчить, полить смесью соевого соуса и лимонного сока. Лук очистить, нарезать полукольцами, добавить к мясу и перемешать. Оставить мариноваться на 1 час. Бедрышки отряхнуть от лука. Выложить на разогретую сухую сковороду, мясо должно лежать свободно, не касаться друг друга. Включить вытяжку. Обжарить мясо практически до готовности с двух сторон. Разжечь уголь до красного цвета (соблюдайте при этом осторожность). Мясо раздвинуть, чтобы в центре освободилось место. Положить в жир красный уголь, он должен дымиться, но не утонуть в жире. Накрыть крышкой, уменьшить огонь до минимума и жарить еще 4–5 минут, чтобы мясо пропиталось дымом.

Курица, запеченная на костре

1 тушка молодой курицы, 300 г репчатого лука, 150 г моркови, соль, 6 небольших лавровых листьев, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль, специи по вкусу

Курицу разрезать на 6 частей, посолить, поперчить, посыпать специями. Очистить овощи, нарезать лук кольцами, морковь – тонкими кружочками. Для каждого кусочка курицы приготовить лист фольги, слегка смазать маслом. Положить на него по 1 лавровому листу, немного лука, моркови и кусок курицы. Плотно завернуть фольгу, обернуть еще одним листом фольги. Запекать на углях или в горячей золе костра 25–35 минут в зависимости от толщины куска.

Курица в маринаде из яблочного уксуса

1 тушка курицы (около 1,8 кг)

Для маринада: 150 мл яблочного уксуса, 3 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. соли, 1 ч. л. молотого черного перца

Курицу разрезать на 4–6 частей. Натереть смесью соли и перца. Залить куски курицы смесью яблочного уксуса и растительного масла, мариновать в холодильнике 1–1,5 часа. Разогреть гриль. Извлеченные из маринада куски курицы запекать на решетке, каждые 10–15 минут поливая маринадом. Готовность мяса можно определить, проколов кусок курицы: сок должен быть прозрачным. Подавать со свежими овощами.

Шашлык из курицы

500 г куриного филе, 100 г красного салатного лука, 2 зубчика чеснока, 50 г петрушки или укропа, 1 ст. л. лимонного сока, ½ ч. л. зиры, ½ ч. л. корицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Смешать специи, измельченный чеснок, нарубленную зелень и сок лимона. Филе нарезать небольшими кусочками, перемешать с приготовленным маринадом и оставить на 1 час. Нанизать кусочки курицы и кольца лука на шампуры, жарить над углями по 4–5 минут с каждой стороны, не пересушивать.

Куриные шашлычки с беконом и овощами

800 г куриного филе, 200 г бекона, 200 г баклажанов, 100 г репчатого лука

Для маринада: 3 ст. л. горчицы с зёрнами, 2 ч. л. меда, 2 ст. л. соевого соуса

Нарезать филе кубиками. Баклажан вымыть, не чистить, нарезать кружочками толщиной около 1 см, посолить, оставить на 20 минут, затем промыть и обсушить. Лук нарезать кольцами толщиной 5–7 мм. Сложить овощи и курицу в емкость для маринования. Смешать все компоненты для маринада, вылить в емкость. Аккуратно перемешать и оставить на 30–40 минут. На это же время замочить деревянные шпажки. Бекон нарезать тонкими ломтиками. Обернуть кусочки филе беконом, нанизать на шпажки, перемежая с овощами. Жарить над углями до готовности, переворачивая, или в духовке, разогретой до 200 °С. Подавать со свежими овощами.

Шашлык из куриной грудки

1 кг куриных грудок, 500 г помидоров

Для маринада: 1 л газированной воды, 3 ст. л. лимонного сока, ½ ч. л. семян горчицы, лавровый лист, молотый черный перец, соль по вкусу

Грудки натереть солью и перцем, нарезать кусочками. Сбрызнуть лимонным соком и залить газированной водой. Добавить лавровый лист, семена горчицы, накрыть крышкой и мариновать в холодильнике 1,5 часа. Помидоры нарезать кружочками. Кусочки мяса нанизать на шампуры, чередуя с помидорами. Жарить, часто переворачивая и сбрызгивая маринадом, до готовности. Подавать с белым вином.

Шашлычки с куриным филе, овощами и салом

500 г куриного филе, 8 ломтиков сала из брюшной части, 200 г цукини, 200 г репчатого лука, 2 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. семян тмина, 1 ч. л. сушеного майорана, 4 небольших помидора, молотый черный перец, соль по вкусу

Куриное филе нарезать небольшими кубиками, выложить в миску, посолить и поперчить. Добавить масло, перемешать. Цукини очистить, вымыть и удалить плодоножку. Нарезать толстыми кружочками. Лук очистить, нарезать ломтиками, посыпать тмином и майораном. Помидоры вымыть и обсушить. Сало нарезать ломтиками. Нанизать на шампуры поочередно филе, цукини, ломтики лука и сало. На кончик шампура надеть помидор. Обжаривать на гриле по 10 минут с каждой стороны.

Куриный шашлык с овощами

500 г курицы (любая часть), 200 г болгарского перца, 500 г мелких помидоров, 200 г репчатого лука, 3 ст. л. сухого вина, молотый перец, соль, специи по вкусу

Курицу крупно нарезать, натереть кусочки солью, перцем и специями, полить вином и оставить на 20–30 минут. Овощи вымыть, лук очистить, у перца удалить семена. Нарезать лук кольцами, перец – крупными кубиками. На шампуры нанизать кусочки мяса, перца, кольца лука и целые помидоры. Обжарить до готовности над углями. Подавать с лавашем и зеленью.

Куриные шашлыки с цукини

700 г куриных грудок, 300–400 г цукини

Для маринада: 50 мл оливкового масла, цедра и сок 1 лимона, 1 веточка розмарина, молотый черный перец, соль по вкусу

Смешать оливковое масло, сок и цедру лимона, розмарин, соль, перец. Куриные грудки нарезать маленькими кусочками. Цукини нарезать полукруглыми ломтиками. Смазать цукини и курицу маринадом. Нанизать мясо и цукини на шампуры. Жарить до готовности на сковороде или решетке, периодически переворачивая и смазывая маринадом.

Шашлык из курицы и овощей в аджике

500 г куриного филе, 200 г цукини, 100 г сладкого перца красного цвета, 100 г сладкого перца желтого цвета

Для маринада: 4 ст. л. острой аджики, 4 ст. л. растительного масла, 20 г петрушки

Нарезать филе кубиками, сладкий перец – кусочками. Цукини очистить от кожуры, нарезать кубиками. Соединить курицу с овощами. Для маринада смешать аджику с маслом и мелко нарубленной петрушкой. Вылить к овощам и курице, мариновать 20–30 минут. Замочить деревянные шпажки на 30 минут. Нанизать на них, чередуя, филе и овощи. Жарить над углями или на сковороде-гриль до готовности. При необходимости готовый шашлык посолить. Подавать со свежими овощами.

Шашлык из курицы и лисичек

1 кг мяса курицы, 500 г лисичек, 1 л хлебного кваса, 400 г сладкого перца красного цвета, лавровый лист, молотый черный перец, соль по вкусу

Куратину нарезать кусочками, удалив кости. Залить квасом, добавить соль, лавровый лист, черный перец. Мариновать в холодильнике 3 часа. Грибы залить водой на 20–30 минут, чтобы избавиться от песка и веточек. Затем отварить в подсоленной и подкисленной воде в течение 10 минут, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Сладкий перец нарезать ломтиками. Курицу нанизать на шампуры, чередуя с грибами и перцем. Шашлык жарить, сбрызгивая маринадом, до готовности. Подавать с томатным соусом.

Шашлык из курицы и маринованных шампиньонов

1 кг куриного филе, 300 г маринованных шампиньонов, 100 г репчатого лука, 50 г петрушки и укропа

Для маринада: 1 ст. л. уксуса, 3 ст. л. растительного масла, 2–3 ст. л. маринада от грибов, щепотка семян тмина, молотый черный перец, соль по вкусу

Куриное филе нарезать небольшими кусочками, добавить нарезанный кольцами репчатый лук и маринованные грибы, поперчить, посыпать тмином. Смешать уксус, масло и жидкость от маринада. Залить подготовленные продукты и мариновать 1 час в холодильнике. На это же время замочить в воде деревянные шпажки. Нанизать на шпажки филе, лук, грибы. Жарить над углями или в разогретой до 200 °С духовке до готовности, время от времени переворачивая. Готовый шашлык посыпать рубленой зеленью и подавать на стол.

Шашлык из курицы с майонезом

1,5 кг куриного филе, 1 кг репчатого лука, 200–250 г майонеза, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками, лук – кольцами, добавить соль, перец, майонез, перемешать и оставить на 1 час. Нанизать мясо на шампуры, чередуя с луком. Жарить над углями, переворачивая.

Экзотические шашлыки с курицей

500 г куриного филе, 1 маленькая банка консервированных ананасов, 200 г салатного лука, 100 г сладкого перца красного цвета, 100 г сладкого перца желтого цвета, 1 ст. л. лимонного сока, 2–3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. приправы карри, соль по вкусу

Деревянные шпажки замочить в холодной воде на 30 минут. Ананасы отцедить, кружочки разрезать на 4–6 частей, жидкость не выливать. Филе нарезать кубиками, приправить карри, залить жидкостью от ананасов. Мариновать 20 минут. Сладкий перец нарезать квадратами, соразмерными с кубиками курицы. Лук очистить и разрезать каждую луковицу на 6 частей. Нанизать на шпажки поочередно все ингредиенты, посолить. Смазать растительным маслом. Обжаривать на гриле 10–15 минут, часто переворачивая.

Шашлык из курицы с яблоками и ананасами

500 г куриного филе, 300 г яблок, 200 г консервированных ананасов, 200 г красного лука, 30 г укропа или петрушки, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. карри, соль по вкусу

Филе нарезать небольшими кусочками, очищенные луковицы и яблоки разрезать на 6 частей, ломтики ананасов – на четверти. Нанизать на шампуры подготовленные продукты, чередуя. Растительное масло смешать с солью и карри, полить полученной смесью шашлыки и жарить до готовности. Подавать, украсив зеленью.

Куриный шашлык в японском стиле

600–700 г куриного филе, 50 г зеленого лука, 1 ч. л. кунжута

Для соуса: 200 мл соевого соуса, 120 мл белого полусладкого вина, 1 ч. л. кунжутного масла, 2 зубчика чеснока, 3 ст. л. сахара, 1 ч. л. тертого имбиря, щепотка острого перца

Замочить деревянные шпажки на 30 минут. Нарезать филе кубиками, лук – крупными брусочками. Приготовить соус. В сотейнике соединить соевый соус, вино, кунжутное масло. Добавить сахар, острый перец, пропущенный через пресс чеснок и имбирь. Довести смесь до кипения и варить на слабом огне, помешивая, около 10–15 минут, до загустения. Разделить соус на две части. Нанизать на шпажки кусочки филе и лука (лук нанизывать поперек). Хорошо смазать с одной стороны соусом. Выложить на сковороду-гриль или на уличный гриль соусом вниз. Смазать вторую сторону. Жарить до готовности с двух сторон, не больше 5–7 минут. Подавать, полив оставшимся соусом и посыпав кунжутом.

Шашлык из курицы с черносливом и курагой

500 г куриного филе, 150 г чернослива (без косточек), 150 г кураги, 1 ст. л. растительного масла, 120 г лимона, молотый черный перец, соль по вкусу

Курагу и чернослив хорошо промыть, замочить на 30 минут. На это же время замочить деревянные шпажки. Филе нарезать кубиками. Нанизать на шпажки, чередуя, филе и сухофрукты, посолить и поперчить. Выжать сок из лимона, смешать с растительным маслом. Смазать полученной смесью шашлыки и жарить на сковороде-гриль или на уличном гриле до готовности, но не больше 10 минут. Не пережаривать.

Шашлыки из курицы с земляничным соусом

800 г куриного филе

Для маринада: 120 г лимона, 100 мл белого сухого вина, 2 ст. л. оливкового масла, 1 зубчик чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Для соуса: 200 г свежей земляники, 2 ст. л. белого винного или яблочного уксуса, 1 ст. л. меда, щепотка сушеного базилика, молотый черный перец, соль по вкусу

Куриное филе нарезать небольшими кусочками. Для маринада снять цедру с лимона, выжать из него сок. Чеснок очистить, пропустить через пресс. Смешать цедру, чеснок, белое вино, оливковое масло, добавить лимонный сок, перец и соль. Залить филе и мариновать 4–6 часов в холодильнике. Приготовить соус. Землянику выложить в сотейник, добавить немного воды и припустить на слабом огне до мягкости. Протереть через сито, добавить в пюре мед, уксус, базилик, перец и соль. Быстро прогреть все вместе. Шпажки замочить на 30 минут. Нанизать на шпажки мясо и жарить на сковороде-гриль или над углями до готовности. Подавать, полив соусом.

Барбекю из курицы с яблоком

700 г куриного филе, 300 г яблок, 200–300 г репчатого лука, 50 г лимона, 20 г петрушки, 20 г базилика, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать кусочками. Лук очистить, нарезать кольцами. Яблоки не чистить, нарезать кружочками, удалить семена. Соединить мясо с луком и яблоками, полить лимонным соком. Мариновать в холодильнике 1,5–2 часа. Выложить на решетку, посолить, поперчить, смазать маслом. Жарить над углями, переворачивая и смазывая маслом. Готовое блюдо украсить свежей зеленью.

Пикантное барбекю из курицы с яблоками

600–700 г куриного филе, 300–400 г яблок, 1–2 ст. л. лимонного сока, 2–3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. корицы, ½ ч. л. острого перца, 2 ч. л. сахара, соль по вкусу

Куриное филе промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, посыпать корицей, сбрызнуть лимонным соком. Яблоки не чистить, разрезать на 4 части, вырезать сердцевину с семенами, разрезать каждую часть пополам, обвалить в сахаре. Подготовленное мясо и яблоки уложить на смазанную маслом решетку, сбрызнуть растительным

маслом и жарить над раскаленными углями до готовности. Яблоки приготовятся быстрее, их необходимо убрать раньше, переложить на блюдо и накрыть фольгой. Продолжить жарить курицу. Подавать вместе с яблоками.

Куриные бедрышки с яблоками

4–5 куриных бедрышек, 200 г сметаны, 600 г яблок, корица, мускатный орех, молотый черный перец, соль по вкусу

Куриные бедрышки вымыть, обсушить. Посолить, посыпать специями, залить сметаной и поставить в холодильник на 20 минут. Выложить мясо на решетку. Пока курица обжаривается, приготовить яблоки – разрезать на четверти, вырезать семена, посыпать корицей и молотым перцем. Курицу перевернуть и жарить до золотистой корочки. Выложить между кусочками курицы яблоки. Жарить до готовности курицы и яблок.

Барбекю из курицы с овощами

1 тушка курицы (около 1,5 кг), 300 г сладкого перца разного цвета, 250 г цуккини, 4 зубчика чеснока, 1 небольшой перец чили, 100 мл оливкового масла, сок 1 лимона, 1 ч. л. горчицы с зернами, молотый черный перец, соль по вкусу

Курицу вымыть, обсушить, при необходимости удалить остатки перьев. Разрезать на 6 частей. Ножом сделать на мясе неглубокие надрезы. Натереть смесью соли и черного перца. Очищенный чеснок и перец чили без семян мелко нарезать. Смешать оливковое масло, лимонный сок, горчицу, чеснок и перец чили. Залить курицу этим маринадом и оставить мариноваться в холодильнике на 8—10 часов, время от времени переворачивая. Кусочки курицы вынуть из маринада, дать жидкости стечь. Сладкий перец разрезать на 4 части, удалить семена. Цуккини очистить, нарезать кружочками. Положить овощи в маринад от курицы, мариновать 15 минут. Обжаривать кусочки курицы на гриле по 15–25 минут с каждой стороны, до готовности. При прокалывании мяса у кости должен выделяться прозрачный сок. Переложить курицу на блюдо и накрыть фольгой. Обжарить на гриле овощи около 10 минут. Снять фольгу и выложить вокруг курицы.

Барбекю из курицы

1 кг курицы (бедро, голени), 200 г сметаны, 2 ч. л. горчицы, ½ ч. л. молотой паприки, 1 ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Курицу вымыть, обсушить, натереть солью и черным перцем. Смешать сметану, горчицу, паприку. Обмазать бедра или голени смесью, мариновать в прохладном месте 1 час. Выложить на решетку, чтобы кусочки не касались друг друга. Жарить над углями до румяной корочки, перевернуть и жарить до готовности – при прокалывании мяса у кости не должен выделяться розовый сок.

Курица в грецких орехах

500 г куриного филе, 50 г кинзы

Для маринада: 200 г грецких орехов, 2 зубчика чеснока, 50 мл растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать небольшими кусочками. Ядра грецких орехов растереть в ступке, смешать с измельченным чесноком, растительным маслом, посолить и поперчить. Мясо обмазать маринадом, выдержать в холодильнике 1–2 часа. Затем нанизать на шампуры и жарить до готовности, смазывая маринадом. Подавать, посыпав рубленой кинзой.

Курица в йогуртовом маринаде

500 г куриного филе, 100 г сала с прорезью мяса, 200 г репчатого лука, 50 г черных маслин без косточек, соль по вкусу

Для маринада: 200 мл несладкого йогурта, 50 мл оливкового масла, 2 зубчика чеснока, 50 г петрушки или укропа, молотый черный перец по вкусу

Смешать йогурт с оливковым маслом. Добавить пропущенный через пресс чеснок и измельченную зелень, приправить перцем. Куриное филе вымыть, обсушить и нарезать крупными кубиками. Выложить в маринад, мариновать в холодильнике 30–60 минут. Сало нарезать широкими полосками. Лук очистить и разрезать на 4–6 частей. Вынуть филе из маринада, дать ему стечь, посолить. Нанизать на шампуры, чередуя филе, лук, сало, маслины. Обжаривать на гриле по 5–8 минут с каждой стороны.

Курица в апельсиновом соке

1 тушка курицы (около 2 кг), 200 г апельсинов

Для маринада: 200 мл апельсинового сока, 200 мл газированной воды, 2 ст. л. меда, 1 ч. л. молотой паприки, 1 ч. л. молотого имбиря, 1 ч. л. молотого черного перца, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Курицу вымыть, обсушить, разрезать на 6 частей. Смешать апельсиновый сок с газированной водой, медом, солью и пряностями. Приготовленной смесью смазать курицу и оставить на 2–3 часа в холодильнике. Апельсин очистить от кожуры и белой пленки, нарезать кусочками. Положить кусочки апельсина под кожу птицы в нескольких местах. Смазать растительным маслом. Жарить на решетке над углями, поливая маринадом.

Курица в маринаде из зеленого лука и орехов

500 г куриного филе

Для маринада: 200 г грецких орехов, 200 мл красного сухого вина, 100 г зеленого лука, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать небольшими кусочками. Ядра орехов и зеленый лук пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить красное вино. Залить полученной смесью мясо. Мариновать в холодильнике 1–2 часа. Нанизать на шампуры и жарить до готовности над углями, сбрызгивая маринадом.

Курица в панировке

1 тушка курицы (1,5–2 кг), 100 мл растительного масла

Для маринада: 300 мл кефира, 1 ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Для панировки: 1 стакан кукурузной муки, 2 ч. л. молотой паприки

Курицу разрезать на 6 частей, натереть солью и перцем. Залить кефиром и оставить на 2 часа в холодильнике. Смешать паприку с кукурузной мукой. Кусочки курицы достать из маринада, обвалить в панировке. Сбрызнуть маслом, выложить на решетку гриля и жарить до готовности, сбрызгивая маслом.

Куриные бедра в имбирно-винном соусе

4 куриных бедра

Для соуса: 100 мл красного сухого вина, 2–3 ст. л. соевого соуса, 1 ч. л. молотого имбиря, 1 ч. л. молотой паприки, 1 ч. л. сахара, 1 ст. л. крахмала, молотый черный перец, соль по вкусу

Бедра натереть перцем и солью. Приготовить соус: смешать соевый соус с вином, имбирем, паприкой и сахаром, довести на слабом огне до кипения. Крахмал развести в небольшом количестве воды, влить в соус, размешать, варить до легкого загустения. Мясо смазать получившимся соусом. Выложить на смазанную маслом решетку, запекать над углями до готовности, перевернув один раз. В процессе приготовления смазывать соусом.

Курица на вертеле

1 тушка курицы (около 2 кг)

Для маринада: 700 мл красного сухого вина, 3 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. молотого имбиря, 1 ч. л. сушеного базилика, молотый черный перец, соль по вкусу

Птицу вымыть, обсушить, натереть смесью специй и соли внутри и снаружи. Сбрызнуть лимонным соком и залить вином. Мариновать в холодильнике ночь. Затем тушку извлечь из маринада, надеть на вертел и жарить до готовности, поливая маринадом.

Куриные бедра в маринаде с абрикосовым джемом

4 куриных бедра

Для маринада: 15–20 г свежего корня имбиря, 2 ст. л. абрикосового джема, 2–3 ст. л. винного уксуса, 3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. без горки молотого черного перца, соль по вкусу

Из бедер вырезать кость. Очищенный имбирь очень мелко нарезать, добавить остальные компоненты маринада и растереть. Смазать бедра маринадом со всех сторон. Мариновать в холодильнике 3–4 часа. Запекать на решетке гриля или в духовке до готовности, перевернув один раз.

Курица в апельсиновом маринаде

1 кг курятины (бедра), 200 мл сидра, 200 мл апельсинового сока, 20 г корня имбиря, 2–3 ст. л. апельсинового или абрикосового джема, молотый черный перец, соль по вкусу

Курицу промыть и обсушить, вырезать кости. Посыпать мелко нарезанным имбирем, солью и перцем. Залить смесью сидра и апельсинового сока. Мариновать в холодильнике 2–3 часа. Обжарить над углями или на сковороде-гриль до образования румяной корочки с двух сторон. Оставшийся маринад процедить, добавить джем и варить до загустения. Приправить солью и специями по вкусу. Курицу подать с соусом и свежей зеленью.

Курица гриль в цитрусовом соусе

1 курица (около 1,5 кг), 75 г сливочного масла, ½ ч. л. соуса табаско, 3 зубчика чеснока, соль по вкусу

Для соуса: 600 г апельсинов, 2 лайма, 125 мл оливкового масла, 3 ст. л. соуса чили, 2 ст. л. лимонного ликера, 10–12 маслин

Курицу вымыть, обсушить и разрезать на кусочки. Размягченное сливочное масло смешать с солью и соусом табаско, добавить пропущенный через пресс чеснок. Полученную массу хорошо перемешать, втереть курице под кожу. Куски курицы жарить на горячем гриле 25–30 минут, пока они не станут хрустящими. В это время приготовить соус. Цитрусовые обдать кипятком. Снять цедру с 1 апельсина. Нарезать апельсин ломтиками, отложить. Из оставшихся апельсинов и лаймов выжать сок. Оливковое масло перемешать с соусом чили и соком, добавить лимонный ликер и крупно нарезанные маслины без косточек. Полученный соус немного прогреть. Зажаренные куски курицы обильно смазать соусом. Подавать с ломтиками апельсина и свежим хлебом.

Куриное филе с апельсинами

1 кг куриного филе, 400 г апельсинов, 1 ст. л. растительного масла

Для маринада: 600 г апельсинов, 2 ч. л. горчицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать ломтиками толщиной около 1 см. Для маринада выжать сок из апельсинов. Смешать его с горчицей, перцем и солью, залить филе. Мариновать 2–3 часа. Оставшиеся апельсины очистить от цедры и белой пленки. Нарезать кружочками толщиной около 5 мм. Двойную решетку смазать маслом. Выложить курицу из маринада, не отряхивая. Сверху положить кружочки апельсина, закрыть решетку. Жарить над углями до готовности, переворачивая. Подавать с отварным рассыпчатым рисом.

Куриное филе в маринаде

800 г куриного филе

Для маринада: 100 г сметаны, 1 ч. л. карри, 1 ч. л. молотого имбиря, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе промыть, обсушить. Натереть смесью перца и специй, смазать сметаной. Мариновать в холодильнике 2–3 часа. Затем филе посолить, выложить на решетку. Жарить над углями до румяной корочки, время от времени переворачивая и смазывая сметаной.

Куриные котлеты гриль с оливками

900 г курицы (филе, бедра, грудка), 100 г оливок без косточек, 100 г сладкого перца красного цвета, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Куриное мясо при необходимости зачистить, отделить от костей и пропустить через мясорубку вместе со сладким перцем и очищенным луком. Половину оливок мелко нарезать. Добавить к фаршу, остальные отложить для украшения. Фарш посолить и поперчить по вкусу, вбить яйцо, вымешать. Сформовать котлеты, смазать маслом. Выложить на решетку гриля или на сковороду-гриль. Обжарить с двух сторон до золотистого цвета. Подавать, украсив оставшимися оливками.

Фаршированные куриные окорочка

2 куриных окорочка, 100 г твердого сыра, 100 г шампиньонов, 50 г петрушки и укропа, 2 ст. л. сметаны, молотый черный перец, соль по вкусу

Аккуратно снять кожу с окорочков. Мясо отделить от костей. Нарезать мясо мелкими кусочками, так же нарезать сыр и грибы, посолить и поперчить. Добавить рубленую зелень. Тщательно перемешать, нафаршировать смесью кожу, закрепить края зубочисткой. Снаружи натереть перцем, смазать сметаной. Жарить на решетке, перевернув один раз.

Куриные окорочка на решетке

6 куриных окорочков небольшого размера, 3–4 ст. л. майонеза, 4 зубчика чеснока, молотый черный перец, соль, другие специи по вкусу

Смешать майонез с солью, молотым перцем, пропущенным через пресс чесноком и другими специями по вкусу. Смазать этой смесью каждый окорочок. Оставить на 15 минут. Затем плотно выложить на решетку и жарить на горячих углях, переворачивая по мере появления золотистой корочки. Подавать с зеленью и томатным соусом.

Куриные окорочка в яблочном маринаде

1 кг куриных окорочков (небольшого размера)

Для маринада: 200 мл яблочного сока, 2 ст. л. соевого соуса, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. молотого имбиря, ½ ч. л. молотой корицы, острый и черный перец, соль по вкусу

Куриные окорочка тщательно вымыть и обсушить, натереть специями. Смешать яблочный сок, соевый соус и масло. Залить окорочка. Мариновать 1–2 часа в холодильнике. Выложить на решетку гриля и жарить до румяной корочки с двух сторон. При прокалывании мяса у кости должен выделяться прозрачный, а не розовый сок. Во время приготовления смазывать маринадом. Подавать со свежими листьями салата и зеленью.

Куриные окорочка в винном маринаде

4 небольших куриных окорочка, 4 ст. л. сметаны

Для маринада: 150 мл красного сухого вина, 2 ч. л. молотой паприки, молотый черный перец, соль по вкусу

Окорочка промыть, обсушить. Посыпать специями, полить вином. Поставить в холодильник на 4–5 часов. Замаринованные окорочка посолить, смазать сметаной. Выложить на смазанную

маслом решетку гриля и жарить до готовности, периодически переворачивая и сбрызгивая их маринадом.

Куриные окорочка в аджике

2 куриных окорочка

Для маринада: 2 ст. л. сметаны, 2 ст. л. острой аджики, молотый черный перец, соль по вкусу

Смешать аджику со сметаной. Окорочка посолить, поперчить, обмазать приготовленной смесью. Оставить на 20 минут. Затем выложить окорочка на смазанную маслом фольгу, положить на угли или на решетку и жарить до готовности (около 20 минут).

Курица в гранатовом маринаде

1 тушка курицы (около 1,5 кг)

Для маринада: 150 мл гранатового сока, 1 ч. л. молотой корицы, ½ ч. л. молотого имбиря, соль по вкусу

Для глазури: 2 ст. л. меда, 3 ст. л. топленого сливочного масла

Курицу разрезать на 6 частей, натереть специями, полить гранатовым соком и оставить в холодильнике на 1 час, время от времени переворачивая. Затем отряхнуть, посолить, выложить на решетку гриля. Обжарить до готовности. Смазать смесью масла и меда, обжарить до золотистой корочки.

Куриные окорочка в фольге

4 нежирных куриных окорочка (по 300 г каждый), 4 зубчика чеснока, 2 ст. л. меда, 2–4 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. приправы карри, молотый черный перец, соль по вкусу

Для соуса: 100 г репчатого лука, 200 г маринованных огурцов, 100 г зелени петрушки, кинзы и укропа, 100–150 г сметаны, 4 ст. л. майонеза, 4 ст. л. острого кетчупа, молотый черный перец, соль по вкусу

Окорочка вымыть, промокнуть насухо, натереть карри, солью и перцем, выложить каждый на отдельный лист фольги. Чеснок пропустить через пресс, смешать с медом и маслом. Вылить на каждый окорочок часть смеси, хорошо растереть со всех сторон и завернуть фольгу. Оставить мариноваться на 2 часа. Затем выложить окорочка в фольге на решетку над углями, жарить 20–25 минут, перевернуть 1 раз. Также можно запекать в разогретой до 200 °С духовке около 25 минут. Приготовить соус: очищенный лук, зелень и огурцы нарезать мелкими кубиками. Добавить майонез, кетчуп, сметану, посолить, поперчить, хорошо перемешать. Подавать окорочка с соусом.

Куриные окорочка в фольге на углях

4 небольших куриных окорочка, 100 г репчатого лука, 1 зубчик чеснока, 50 г зелени петрушки и укропа, 50 г зеленого лука, 4 ст. л. растительного масла, молотая паприка, молотый черный перец, соль по вкусу

Куриные бедрышки вымыть и обсушить. Натереть солью, перцем и молотой паприкой. Очистить лук и чеснок, очень мелко нарезать. Зелень промыть, отряхнуть, мелко нарубить. Смешать петрушку и укроп с репчатым луком, чесноком, влить масло, хорошо перемешать. Окорочка смазать толстым слоем получившейся массы. Завернуть каждый в фольгу. Выложить пакеты на угли и запекать 15–20 минут. Достать из фольги, посыпать рубленым зеленым луком и подавать на стол.

Куриные конверты в беконе

4 куриных филе (по 250–300 г каждое), сок ½ лимона, 200 г сливочного или плавленого сыра, 100 г репчатого лука, 20 г зеленого лука, 20 г петрушки, 8 ломтиков бекона, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе разрезать вдоль на два пласта. Слегка отбить через пленку, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и оставить на 20 минут. Очищенный репчатый лук очень мелко нарезать. Если лук чрезмерно острый, ошпарить кипятком и сразу же промыть холодной водой. Добавить к репчатому луку мелко нарубленный зеленый лук и петрушку. Соединить со сливочным или плавленым сыром, тщательно перемешать. В каждый кусочек филе завернуть сыр с луком, чтобы получились конверты. Конверты обернуть ломтиками бекона. Положить в холодильник на 30 минут. На гриль выложить лист фольги, нагреть его. На фольгу положить конверты. Жарить, переворачивая, пока бекон не станет хрустящим. Также можно жарить конверты, выложив на решетку для запекания.

Курица с овощами по-мексикански

4 небольших куриных окорочка, 200 г сладкого перца, 300–500 г помидоров, 300 г репчатого лука, 1 банка консервированной кукурузы, 4 зубчика чеснока, 1 ст. л. растительного масла, перец чили, молотый черный перец, соль по вкусу

Разогреть духовку до 230 °С. Сладкий перец вымыть, удалить плодоножку и семена, нарезать тонкими полосками. Помидоры нарезать ломтиками. Лук и чеснок измельчить. Консервированную кукурузу откинуть на дуршлаг и дать стечь жидкости. Форму для запекания смазать маслом. Выложить слоями овощи: лук, перец, помидоры. Сверху положить кукурузу и чеснок. Посолить и посыпать молотым острым и черным перцем. Окорочка посолить и присыпать перцем, добавить перец чили. Положить окорочка на овощи. Запекать в духовке 45 минут. Через каждые 15 минут окорочка переворачивать, чтобы они пропеклись.

Крылышки простые

500 г куриных крылышек

Для маринада: 3 зубчика чеснока, 3 ст. л. растительного масла, молотый черный и красный перец, соль по вкусу

Чеснок очистить, пропустить через пресс, добавить соль, специи и масло. Смазать крылышки пряной массой и оставить мариноваться на 20 минут. Нанизать крылышки на шампур и жарить до образования золотистой корочки, часто поворачивая. Готовность проверить, проколов мясо у кости, – должен выделяться прозрачный сок.

Острые куриные крылышки

10–12 куриных крылышек

Для маринада: 180 мл растительного масла, 2 зубчика чеснока, 2 ч. л. молотой паприки, по 1 ст. л. молотого тмина, куркумы и кориандра, 1 ст. л. тертой цедры лимона, 1 ч. л. чили, 2 ч. л. карри, соль по вкусу

Приготовить маринад: в глубокой миске смешать растительное масло, измельченный чеснок, паприку, тмин, куркуму, кориандр, цедру лимона, чили и карри. Все тщательно перемешать. Куриные крылышки хорошо промыть, срезать кончики. Сделать в крыльях по два глубоких надреза и положить в приготовленный маринад. Накрыть крышкой и поставить в холодильник на несколько часов или на ночь. Затем посолить. Обжарить на гриле или в шашлычнице.

Куриные крылышки в овощном маринаде

1 кг куриных крылышек

Для маринада: 100 г помидоров, 100 г сладкого перца, 100 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 2–3 ст. л. сметаны, 1–2 ст. л. соевого соуса или соль по вкусу, по 20 г петрушки и укропа

Для маринада очистить лук и чеснок, у сладкого перца удалить семена, у помидора вырезать плодоножку. Подготовленные овощи и зелень измельчить с помощью блендера. Добавить сметану и соевый соус или соль, перемешать. Залить маринадом крылья, перемешать. Оставить мариноваться в холодильнике на 1–2 часа. Отряхнуть крылья от маринада и выложить на смазанную маслом решетку гриля. Жарить над углями до готовности, время от времени переворачивая. Подавать с овощами.

Куриные крылышки в пивном маринаде

1 кг куриных крылышек, 200 г репчатого лука

Для маринада: 100 мл острого томатного соуса, 100 мл светлого пива, 100 мл соевого соуса

Крылышки вымыть и обсушить. Лук очистить и нарезать кольцами, смешать с крыльями. Для маринада томатный соус развести соевым соусом, размешать. Влить пиво, перемешать. Залить маринадом крылья с луком. Мариновать от 1 до 8 часов в холодильнике. Нанизать крылья на шампуры, перемежая с кольцами лука. Жарить над углями, часто поворачивая. Готовность проверить, проколов мясо у кости. Выделившийся сок должен быть прозрачным. Подавать к пиву.

Крылья в медовой глазури

1 кг куриных крыльев

Для маринада: 100 мл соевого соуса, 2 ч. л. горчицы

Для глазури: 2 ст. л. жидкого меда, 1 ст. л. тертого корня имбиря

Крылья вымыть и обсушить. Для маринада смешать горчицу с соевым соусом, вылить на крылья, перемешать руками, чтобы крылья были полностью смочены жидкостью. Мариновать 30–60 минут. Нанизать крылья на шампуры. Жарить несколько минут до румяного цвета. Смешать мед с имбирем, кистью смазать крылья медовой смесью и жарить до готовности.

Имбирные крылышки

1 кг куриных крылышек

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 20 г корня имбиря, 1 ст. л. семян кориандра, 1 ст. л. меда, 2 ст. л. темного соевого соуса, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. кунжутного масла

Очистить чеснок и имбирь, измельчить. Зерна кориандра крупно смолоть, добавить к чесноку с имбирем. Затем добавить мед, соевый соус, лимонный сок и кунжутное масло, хорошо перемешать. Подготовленные крылышки обмазать получившейся массой. Накрыть емкость с крылышками пленкой и оставить мариноваться в холодильнике на 4–8 часов. Запекать в духовке или на гриле. Разогреть духовку до 200 °С. Свободно выложить крылышки на застеленный фольгой противень. Запекать 10 минут, затем перевернуть и запекать до готовности. Для приготовления на гриле смазать решетку маслом, выложить крылышки. Жарить 12–15 минут, перевернуть и довести до готовности.

Куриные крылышки в медово-соевом соусе

1 кг куриных крылышек

Для маринада: 100 мл соевого соуса, 2–3 ч. л. меда, 3 зубчика чеснока, 1 ч. л. горчицы, ½ ч. л. молотого имбиря

Крылышки промыть и обсушить. Приготовить маринад, смешав соевый соус, мед, пропущенный через пресс чеснок, горчицу и имбирь. Хорошо перемешать крылья с маринадом. Оставить на 30–60 минут. Разогреть духовку до 180 °С. Противень для запекания застелить фольгой. Выложить на него крылышки, чтобы они не перекрывали друг друга. Запекать при 180 °С до готовности (1 час).

Куриные крылышки с апельсиновым соусом

1 кг куриных крылышек

Для соуса: 200 г апельсинов, 3 ст. л. острого соуса чили, 1 ст. л. соевого соуса, 30 г зеленого лука, 15 г свежего корня имбиря, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Разогреть духовку до 200 °С. Крылышки вымыть, обсушить и срезать кончики. Выложить на разделочную доску, острым ножом перерезать суставы, натереть смесью соли и перца со всех сторон. Противень смазать маслом и выложить на него крылышки. Запекать в духовке 20 минут. Выжать из апельсина сок. Добавить соус чили и тщательно перемешать. Зеленый лук мелко нарубить. Имбирь очистить и натереть на терке. Добавить зеленый лук, имбирь и соевый соус в смесь апельсинового сока с чили. При необходимости досолить, посыпать перцем, перемешать. Вынуть крылышки из духовки, переложить в глубокую миску и перемешать с 1 ст. л. приготовленного соуса. Дать немного настояться и подать на стол. Оставшийся соус подать отдельно.

Куриные крылышки на гриле

1–1,5 кг куриных крылышек, щепотка молотой паприки, щепотка молотого черного перца

Для маринада: 1–2 ст. л. горчицы, 2 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. меда, сок 1 лимона

Смешать горчицу, соевый соус, мед и лимонный сок. Подготовленные крылья посыпать специями. Смазать маринадом со всех сторон и оставить мариноваться на 30–60 минут в холодильнике. Затем выложить крылышки на решетку так, чтобы они не касались друг друга. Обжарить над углями по 10–12 минут с каждой стороны. Подавать со свежими овощами.

Куриные голени в майонезе

1 кг куриных голеней, 120–150 г майонеза, 1–2 ст. л. томатного соуса, 2–3 зубчика чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Посыпать голени солью и молотым черным перцем. Смешать майонез с томатным соусом и пропущенным через пресс чесноком. Обмазать голени, оставить мариноваться на 1 час в холодильнике. Выложить на решетку, запекать над углями до готовности, переворачивая. Готовность проверить, проколов мясо у кости, – выделившийся сок должен быть прозрачным. Для приготовления в духовке уложить голени в рукав. Запекать в разогретой до 200 °С духовке 20 минут. Разрезать рукав и запекать еще 10–15 минут, до золотистой корочки.

Куриные бедра с апельсином

4 куриных бедра, 200 г апельсинов

Для маринада: сок ½ апельсина, 1 ст. л. цедры апельсина, 1 ст. л. растительного масла, ½ ч. л. молотого чили, молотый черный перец, соль по вкусу

Из бедер вырезать кости. Мясо натереть смесью соли, чили и черного перца. Смешать сок апельсина с цедрой и маслом, смазать смесью бедра. Мариновать в холодильнике 40–60 минут. Выложить бедрышки на смазанный маслом противень. Апельсины ошпарить, нарезать кружочками. Выложить на бедра. Запекать в духовке под грилем до готовности.

Куриные бедра с кетчупом и майонезом

4 куриных бедра, 200 г репчатого лука, молотый острый перец, соль по вкусу

Для маринада: 2 ст. л. кетчупа, 2 ст. л. майонеза

Бедра промыть, обсушить, вырезать кость. Мясо посыпать молотым острым перцем. Смешать кетчуп и майонез, хорошо смазать бедрышки. Очищенный лук нарезать кольцами, половину выложить в емкость для маринования. Сверху уложить бедра. Накрыть оставшимся луком. Мариновать в холодильнике 2–3 часа. Достать и отряхнуть лук, посолить. Выложить мясо на двойную решетку и жарить над углями до готовности, время от времени переворачивая.

Куриные голени в кефире

1 кг куриных голени, 200 г репчатого лука, 250–300 мл кефира, молотый черный перец, соль по вкусу

Голени посыпать солью и молотым черным перцем. Лук нарезать полукольцами. Половину выложить в форму для маринования, сверху положить голени, накрыть оставшимся луком. Залить кефиром. Поставить мариноваться в холодильник на 1,5 часа. Затем выложить голени на решетку, запекать над углями, переворачивая. Для приготовления в духовке выложить голени вместе с маринадом в рукав для запекания. Запекать в разогретой до 200 °С духовке около 30 минут. После разрезать рукав и запекать голени до золотистой корочки.

Куриные голени с золотистой корочкой в духовке

1 кг куриных голени, 1 ч. л. сушеного майорана, 3 ст. л. бальзамического уксуса, 1 ст. л. меда, 1 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Куриные голени вымыть и обсушить. Посыпать майораном и солью, перемешать. Соединить уксус и мед, обмазать голени смесью со всех сторон и выложить в емкость для маринования. Мариновать 30–60 минут. Разогреть духовку до 220 °С. Решетку смазать растительным маслом, выложить на нее голени и поставить в духовку. Вниз поставить лист, застеленный фольгой (с голени будет капать сок). Запекать в духовке 20 минут, перевернуть и запекать до готовности.

Куриные голени с кунжутом

1 кг куриных голени, 2 ч. л. кунжута

Для маринада: 15 г свежего корня имбиря, 3 зубчика чеснока, 50 мл оливкового масла, 1 ч. л. горчицы, ½ ч. л. паприки

Для глазури: 1 ст. л. соевого соуса, 1,5 ст. л. меда

Мелко нарезать очищенный чеснок и имбирь. Залить маслом, размешать, добавить горчицу и паприку, еще раз хорошо размешать. Голени смазать маринадом и оставить мариноваться на 4–6 часов в холодильнике. Затем достать из маринада. Выложить на решетку гриля и жарить до готовности, переворачивая. Или запекать на решетке в разогретой до 200 °С духовке около 30 минут, перевернув один раз. Для глазури прогреть мед с соевым соусом. Смазать горячие голени глазурью, оставить на 5–10 минут, посыпать кунжутом и подавать.

Куриные голени в цитрусовом маринаде

1 кг куриных голени

Для маринада: 100 мл лимонного сока, 100 мл апельсинового сока, 1 ч. л. тертой цедры лимона, 1 ч. л. тертой цедры апельсина, 1 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. кунжутного масла, 20 г зеленого лука, соль по вкусу

Голени при необходимости очистить от остатков перьев. Смешать лимонный и апельсиновый сок, добавить цедру, мелко нарезанный зеленый лук и масло, залить полученной смесью курицу, перемешать. Оставить в холодильнике под крышкой на ночь. Затем отряхнуть от маринада, посолить. Жарить на решетке в духовке, разогретой до 200 °С, 20–30 минут, перевернув один раз. Или жарить над углями до готовности, смазывая маринадом.

Куриные голени с томатным соусом

1 кг куриных голени

Для маринада: 4 ст. л. острого томатного соуса, 3 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. меда, молотый черный перец, соль по вкусу

Голени промыть, обсушить, при необходимости удалить остатки перьев. Смешать томатный соус, растительное масло, лимонный сок и мед. Голени посолить, поперчить, смазать смесью. Оставить на 20 минут в холодильнике. Выложить на решетку, жарить над углями около 20 минут, время от времени переворачивая и смазывая соусом. Или жарить на решетке в духовке (вниз поставить застеленный фольгой противень) при температуре 200 °С около 25 минут. Через 15 минут запекания перевернуть.

Панированные куриные голени

1 кг куриных голеней, 1,5–2 стакана панировочных сухарей, 100 г сливочного масла, 5–6 ст. л. молотых грецких орехов, щепотка мускатного ореха, молотый черный перец, соль по вкусу

Голени при необходимости зачистить от остатков перьев. Посолить, поперчить, посыпать мускатным орехом. Смазать растопленным сливочным маслом. Обвалить в молотых орехах, затем в сухарях. Жарить на гриле по 12–15 минут с каждой стороны. Готовность проверить, проколов мясо у кости, – выделившийся сок не должен быть розовым. Подавать со свежими или консервированными фруктами.

Куриное филе с ананасом на гриле

1 кг куриного филе, 200 г консервированных ананасов, 30 г зеленого лука, 2 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. сахара, 1 щепотка молотого чили, молотый черный перец и соль по вкусу

Куриное филе надрезать, сделав кармашек. Натереть внутри и снаружи солью и перцем. Ананасы отцедить, жидкость собрать. Мелко нарезать лук и ананасы, смешать, приправить перцем. Разложить смесь по кармашкам в филе. Скрепить надрезы деревянными зубочистками, предварительно замоченными в воде. Смазать филе маслом. Приготовить глазурь. В сотейник вылить ананасовый сироп, добавить сахар. Варить, пока смесь не загустеет. Приправить острым и черным перцем. Куриное филе выложить на гриль или на сковороду-гриль. Жарить, переворачивая и смазывая глазурью. Подавать с запеченным картофелем.

Курица в сырной панировке

700–800 г куриного филе, 2–3 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Для панировки: 2–3 яйца, 100 г твердого сыра, 100 г панировочных сухарей, 2–3 ст. л. сметаны

Филе нарезать ломтиками, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком. Мариновать 20–30 минут. Взбитые яйца смешать со сметаной и тертым сыром. Кусочки филе отряхнуть, окунуть в яичную смесь, затем запанировать в сухарях. Выложить на смазанную маслом решетку и жарить над углями по 2 минуты с каждой стороны. Или жарить на сковороде-гриль до готовности, перевернув один раз.

Шашлык из цыпленка

1 кг цыпленка, 500 г репчатого лука, 1 кг помидоров, 1 л воды, 2 ст. л. уксуса, лавровый лист, эстрагон, душистый перец, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками, удалить кости. Смешать с нарезанным кольцами луком. Залить водой с уксусом, добавить соль, лавровый лист, перец, эстрагон. Оставить мариноваться в холодильнике на 1 час. Кусочки мяса нанизать на шампуры, чередуя с кольцами лука и кружочками помидоров. Жарить на гриле, часто поворачивая. Во время приготовления сбрызгивать маринадом.

Цыпленок в пиве

1 тушка цыпленка (около 1 кг)

Для маринада: 1 л светлого пива, 2–3 лавровых листа, 1 ч. л. молотого черного перца, 5 горошин душистого перца, 2 ч. л. соли

Подготовленного цыпленка натереть солью и молотым черным перцем внутри и снаружи. Залить пивом, добавить лавровый лист и душистый перец. Мариновать в холодильнике 3–4 часа. Затем нанизать на вертел. Жарить в течение 1 часа, периодически смазывая маринадом.

Цыпленок в горчице

1 тушка цыпленка (1 кг)

Для маринада: 2 ст. л. горчицы, ½ ч. л. молотой паприки, ½ ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. соли, 2 ст. л. растительного масла

Подготовленного цыпленка разрезать на 4–6 частей. Смешать горчицу с солью и специями. Натереть птицу со всех сторон. Оставить мариноваться на 20 минут. Выложить на решетку гриля, жарить над углями, переворачивая и смазывая растительным маслом. Готовность проверить, проколов мясо у кости, при этом должен выделяться прозрачный, а не розовый сок.

Цыпленок табака

1 тушка цыпленка (1,1–1,3 кг), 50 г сливочного масла, 3 зубчика чеснока, 1 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. молотой паприки, 1 ч. л. молотого черного перца, ½ ч. л. соли

Цыпленка разрезать вдоль по грудке, раскрыть как книжку. Надломить реберные и бедренные кости. При необходимости срезать излишки кожи и жира. Слегка отбить грудку и бедра, чтобы птица стала равномерно плоской. Мелко нарезать чеснок, смешать с солью и специями. Натереть цыпленка со всех сторон специями и сливочным маслом. На сковороде-гриль разогреть растительное масло. Выложить подготовленную тушку. Накрыть плоской крышкой, поставить на нее груз. Жарить 10 минут. Перевернуть, жарить еще 10 минут. Снова перевернуть, обжарить с другой стороны, а через 10 минут еще раз перевернуть. Подавать с овощами, лавашем и зеленью.

Цыпленок табака на решетке

1 тушка цыпленка (около 1 кг), 200 г сметаны, 1 головка чеснока, 30 г петрушки, молотый черный перец, соль по вкусу

Тушку цыпленка промыть, разрезать вдоль по грудке, развернуть по надрезу. Надломить реберные и бедренные кости, придав тушке плоскую форму. Слегка отбить грудку и бедра, чтобы птица стала равномерно плоской. Смазать солью и перцем, залить сметаной и мариновать не менее 1 часа. Затем положить тушку на решетку гриля кожей вниз. Когда спинка прожарится, цыпленка перевернуть и жарить до готовности. Жареного цыпленка переложить на блюдо, украсить петрушкой. Отдельно подать чеснок, толченный с солью и разведенный водой. Также можно подать соус из майонеза, чеснока и мелко нарезанного укропа.

Маринованный цыпленок в фольге

1 тушка цыпленка (около 1 кг), 50 г сливочного масла

Для маринада: 3–4 зубчика чеснока, 200 мл яблочного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Цыпленка вымыть, обсушить, разрезать на 4 части. Чеснок очистить, пропустить через пресс. Натереть цыпленка чесноком и молотым перцем, залить яблочным соком. Мариновать в холодильнике 3–4 часа. Выложить каждый кусочек на отдельный лист фольги, сверху положить кусочки сливочного масла. Фольгу хорошо завернуть и выложить на решетку гриля. Запекать до готовности, время от времени переворачивая.

Рулеты из куриной грудки в беконе

4 половинки куриной грудки, 8 полосок бекона, 100 г сладкого перца красного цвета, 100 г твердого сыра, 2 ч. л. горчицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Каждую грудку разрезать на 2 пласта. Слегка отбить через пленку, посолить, смазать горчицей. Оставить на 20 минут. Сыр разрезать на 8 брусочков, сладкий перец – на 8 частей. На курицу выложить кусочек сыра и перца, свернуть рулетом. Посыпать рулеты черным перцем, плотно обернуть беконом и нанизать на шампуры поперек. Жарить над углями до готовности (сыр должен начать плавиться).

Куриные котлеты с ветчиной

500 г куриного филе, 200 г ветчины, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе и очищенный репчатый лук пропустить через мясорубку, добавить нарезанную мелкими кубиками ветчину. Посолить, поперчить, вбить яйцо и хорошо вымесить. Поставить в холодильник на 1–2 часа. Сформовать котлеты. Жарить на сковороде-гриль до готовности. Подавать с зеленью и овощами.

Куриный рулет на гриле

200 г отварного или запеченного куриного филе, 100 г ветчины, 3 ломтика белого хлеба, 50 мл молока, 50 г петрушки или укропа, 100 г консервированного зеленого горошка, 100 г сладкого перца красного цвета, 2 яйца, 1 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Куриное филе и ветчину нарезать мелкими кубиками. У хлеба срезать корочки, полить молоком, отжать и размять. Соединить филе, ветчину, хлеб, зеленый горошек. Добавить яйца, посолить, хорошо вымесить. Фарш по консистенции должен быть как для рубленых рулетов. Половину фарша выложить полосой на смазанную маслом фольгу, сверху положить нарезанный соломкой сладкий перец. Накрыть оставшимся фаршем. Придать ему форму узкого полена. Тщательно завернуть фольгу. Запекать пакет на решетке 15–20 минут, несколько раз перевернув.

Кебаб из курицы

500 г куриного филе, 200 г репчатого лука, 200 г помидоров, 1 ст. л. лимонного сока, 50 г петрушки и кинзы, молотый черный перец, соль по вкусу

Куриное филе, помидоры и очищенный лук пропустить через мясорубку. Добавить мелко нарубленную зелень. Если фарш жидкий, добавить 1 ст. л. манной крупы. Полить лимонным соком, посолить, поперчить и хорошо вымесить, фарш должен стать вязким. Выдержать фарш в холодильнике 1–2 часа. Деревянные шпажки замочить на 30 минут. Вокруг шпажек влажными руками сформовать колбаски. Жарить до готовности над углями или на сковороде-гриль. Подавать со свежей зеленью, овощами и лавашем.

Колбаски из курицы с копченым салом

500 г куриного филе, 200 г копченого сала, 100 г репчатого лука, 50 г зеленого лука, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе, копченое сало без шкурки, очищенный репчатый лук пропустить через мясорубку, посолить, поперчить. Фарш хорошо вымесить. Выдержать в холодильнике 1–2 часа. Сформовать колбаски, смазать маслом. Жарить до готовности над углями или на сковороде-гриль. Готовые колбаски посыпать мелко нарезанным зеленым луком и сбрызнуть лимонным соком.

Домашняя колбаса из индейки с пряностями

1 кг филе индейки, 150 г сала, 4–5 зубчиков чеснока, 50 мл коньяка, по ¼ ч. л. молотого мускатного ореха и кориандра, 1 ч. л. соли с горкой, кишки

Индейку и сало без шкурки нарубить мелкими кусочками. Добавить измельченный чеснок, соль, специи. Хорошо перемешать и влить коньяк. Еще раз хорошо перемешать. Поставить в холодильник мариноваться на 4 часа. Хорошо промыть кишки под проточной холодной водой. Наполнить неплотно кишки фаршем, формируя небольшие колбаски. Положить в холодильник на 30 минут. Перед приготовлением оболочку проколоть зубочисткой в нескольких местах. Жарить колбаски над углями или на сковороде-гриль до золотистого цвета. Подавать с горчицей, зеленью, лавашем.

Куриная печень на гриле

600–700 г куриной печени, 120 г лимона, 200 г апельсина, 2 ст. л. растительного масла, молотый мускатный орех, соль по вкусу

Печень хорошо промыть, срезать жир. Из лимона и апельсина выжать сок, снять цедру. Печень посыпать мускатным орехом и цедрой, полить лимонным и апельсиновым соком. Аккуратно перемешать, затянуть емкость пленкой, мариновать в холодильнике 2–3 часа. Затем печень отряхнуть, уложить на смазанную маслом решетку и жарить с обеих сторон до готовности. Во время жарки сбрызгивать растительным маслом. Перед окончанием приготовления посолить.

Куриные колбаски в беконе

600 г куриного филе, 200 г бекона (в полосках), 100 г репчатого лука, 1 яйцо, молотый черный перец, соль по вкусу

Мясо курицы пропустить через мясорубку вместе с очищенным луком. Фарш посолить, поперчить, хорошо вымесить. Вбить яйцо и вымесить до образования однородной массы. Поставить в холодильник на 30 минут. Влажными руками сформовать колбаски. Завернуть каждую в полоски бекона. Жарить на решетке над углями до готовности. Подавать с лавашем и зеленью.

Грудка индейки в фольге

500 г грудки индейки, 70 мл белого сухого вина, 2 ст. л. оливкового масла, молотая паприка, молотый черный перец, соль по вкусу

Грудку разрезать на две части, полить вином. Оставить в холодильнике на 1 час. Затем натереть солью и перцем, смазать маслом, завернуть в фольгу. Жарить на решетке гриля до готовности.

Филе индейки с ананасами на шпажках

500 г филе индейки, 4–5 кружочков консервированного ананаса, 1 зубчик чеснока, 3–4 ст. л. оливкового масла, 2 ст. л. белого сухого вина, 1 ч. л. приправы карри, соль по вкусу

Филе нарезать кубиками, кружочки ананаса разрезать на 6 частей. К филе добавить карри и пропущенный через пресс чеснок, перемешать. Добавить масло и вино, ананасы, аккуратно перемешать и оставить мариноваться на 1 час в холодильнике, затем посолить. На это же время замочить в воде деревянные шпажки. Нанизать на них филе и ананасы. Жарить над углями, время от времени сбрызгивая соусом, образовавшимся при мариновании.

Индейка с шалфеем

400–500 г филе индейки, 2 ст. л. оливкового масла, листья шалфея, соль по вкусу

Филе индейки вымыть, обсушить, разрезать на 4 длинных кусочка. Каждый кусочек отбить, смазать маслом, посолить, посыпать листьями шалфея. Нанизать «волной» на предварительно замоченную деревянную шпажку. Обжарить на гриле, часто переворачивая, в течение 10 минут.

Шашлык из индейки «Экзотика»

400 г филе индейки, 1 ананас, 1 апельсин, 4 ст. л. оливкового масла, соль по вкусу

Филе индейки вымыть и промокнуть, разрезать на 10–12 частей. Ананас с кожурой нарезать кольцами, апельсин с кожурой разрезать на 8 частей. Нанизать на шампуры филе, ананас и апельсин, чередуя. Мясо хорошо смазать маслом. Обжаривать на гриле, переворачивая, около 8 минут. Посолить перед подачей.

Шашлык из индейки в маринаде из белого вина

1 кг индюшиного филе, 2–3 ст. л. растительного масла

Для маринада: 200 мл сухого вина, 2 ч. л. сушеной паприки, 1 ч. л. сушеных итальянских трав, 1 ч. л. соли

Нарезать филе кубиками размером с грецкий орех. Посыпать солью, травами и паприкой, перемешать и залить вином. Оставить мариноваться в холодильнике на 30–60 минут, затем извлечь из маринада. Нанизать на шампуры или предварительно замоченные деревянные шпажки. Смазать маслом со всех сторон. Жарить над углями около 15 минут, часто переворачивая. Не пережаривать.

Барбекю из индейки и овощей

700 г индейки, 400 г баклажанов, 200 г сладкого перца, 250 г цукини, 3–4 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Для маринада: 200 г репчатого лука, 2–3 зубчика чеснока, сок 1 лимона, 2 ст. л. уксуса

Для маринада очистить лук, чеснок. Измельчить в блендере, добавить лимонный сок и уксус. Индейку нарезать кусочками, посолить, поперчить, перемешать с приготовленным маринадом. Мариновать в холодильнике 2–3 часа. Баклажаны нарезать кружочками, посолить, оставить на 20 минут, промыть и осторожно отжать. Перец очистить от семян, нарезать ломтиками, цукини нарезать кружочками. Сбрызнуть овощи маслом. Выложить овощи и мясо на решетку. Жарить до готовности, часто смазывая маслом и переворачивая.

Шашлык из индейки с овощами

1 кг филе индейки, 250 г цукини, 200 г сладкого перца красного и желтого цвета, 300 г красного лука, 200–300 г молодого картофеля

Для маринада для индейки: 4 зубчика чеснока, 15 г корня имбиря, 100 мл растительного масла, 100 мл соевого соуса, 100 мл яблочного сока, 1 ч. л. молотого черного перца

Для маринада для овощей: 4 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе индейки нарезать крупными кусками. Для маринада очистить чеснок и имбирь, очень мелко нарезать. Смешать с остальными компонентами. Залить маринадом индейку. Затянуть емкость пленкой и поставить в холодильник на 8–10 часов. Перец очистить от семян, нарезать кусками, соразмерными с кусками индейки, лук разрезать на 2–4 части. Цукини тщательно вымыть, нарезать толстыми кусочками, картофель хорошо вымыть, нарезать тонкими кружочками. Залить цукини и картофель кипятком на 2 минуты, слить жидкость. Смешать растительное масло, лимонный сок, соль и перец и залить этой смесью нарезанные овощи. Затянуть емкость с овощами пленкой и поставить в холодильник на 30–40 минут. Затем овощи и филе нанизать, чередуя, на тонкие шампуры. Жарить над углями 10–15 минут, постоянно поворачивая и сбрызгивая маслом.

Индейка в винном маринаде с тимьяном

500 г филе индейки

Для маринада: 75–100 г репчатого лука, 100 г лимона, 1–2 веточки тимьяна, 3 ст. л. белого сухого вина, 2 ст. л. оливкового масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать ломтиками. Выложить в емкость для маринования, приправить перцем. Слегка взбить вино с маслом. Вылить на филе. Сверху выложить тонко нарезанный лук, ломтики лимона и веточки тимьяна. Мариновать в холодильнике около 1 часа. С филе стряхнуть лимон, лук и тимьян, посолить. Обжарить на сковороде-гриль до готовности с двух сторон, не пережаривать.

Индейка во фруктовом маринаде

700 г филе индейки, 100 мл яблочного сока, 100 мл сливового сока, 1 ч. л. молотого мускатного ореха, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе индейки нарезать кусочками, посыпать мускатным орехом и молотым перцем. Залить смесью соков. Мариновать в холодильнике 3–4 часа. Затем кусочки посолить, смазать маслом.

Выложить на решетку и жарить над углями до готовности, время от времени переворачивая, смазывая маслом и сбрызгивая маринадом.

Индейка в апельсиновом маринаде

600–700 г филе индейки, 200 мл апельсинового сока, 2–3 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать небольшими кусочками, поперчить. Полить апельсиновым соком, затянуть емкость пленкой и оставить мариноваться в холодильнике на 2–3 часа. Затем мясо вынуть из маринада, посолить, поперчить, смазать маслом, уложить на решетку и жарить до готовности, сбрызгивая маринадом и смазывая маслом. Подавать с овощным салатом.

Индейка в гранатовом маринаде

600–700 г индейки, 50–70 мл растительного масла

Для маринада: 150 мл гранатового сока, ½ ч. л. молотого мускатного ореха, щепотка молотой корицы и молотого черного перца, соль по вкусу

Филе нарезать ломтиками. Посыпать специями, залить гранатовым соком и оставить на 1 час в холодильнике. Затем отряхнуть индейку от маринада, смазать маслом и выложить на решетку. Жарить над углями по 2 минуты с каждой стороны. Или жарить на сковороде-гриль.

Рулетики из индейки с бананом

600 г филе индейки, 2 банана, 1 ст. л. растительного масла, молотый кориандр, приправа карри, молотый черный перец, соль по вкусу

Для соуса: 200 мл несладкого йогурта или сметаны, 1–2 ст. л. ананасового сока, ½ ч. л. карри, соль по вкусу

Филе индейки разрезать на 4 ломтика. Каждый слегка отбить, приправить солью и специями. Бананы очистить, разрезать каждый на две части. На ломтик филе положить кусочек банана и свернуть рулетиком. Закрепить зубочистками, смазать маслом. Обжаривать на гриле около 20 минут, часто переворачивая. Йогурт или сметану смешать с ананасовым соком, приправить карри и солью. Подавать рулетики с соусом.

Индейка в соковом маринаде

700 г филе индейки, 50 г топленого масла

Для маринада: 2 ст. л. лимонного сока, 3 ст. л. ананасового сока, 3 ст. л. апельсинового сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе индейки нарезать ломтиками. Поперчить и посолить, полить смесью соков. Оставить мариноваться на 1 час в холодильнике. Затем смазать топленым маслом и жарить над углями по 2 минуты с каждой стороны, сбрызгивая маринадом. Или жарить на сковороде-гриль до готовности.

Рулеты из индейки и цукини

800 г филе индейки, 500 г цукини, 20–25 мелких помидоров, 200 г мягкого или плавленого сыра, 2–3 ст. л. сметаны, 10 г петрушки, 10 г укропа, 2–3 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Филе нарезать на 14–16 пластов, каждый слегка отбить рукояткой ножа, поперчить, посолить. Оставить на 20 минут. В это время цукини нарезать на такое же количество длинных тонких ломтиков, слегка посолить и поперчить. Сыр растереть со сметаной в однородную массу. Зелень мелко нарезать. Мясо намазать тонким слоем сыра, посыпать рубленой зеленью. Сверху положить ломтик цукини. Свернуть рулетиком. Нанизать рулетики на шампуры, чередуя с помидорами. Смазать маслом и обжаривать на гриле около 20 минут, переворачивая.

Шницель из индейки с салом

4 шницеля из индейки (по 160–180 г), 4–8 ломтиков копченого сала, 4 ч. л. горчицы с зернами, соль, молотый черный перец и другие специи по вкусу

Шницели посыпать перцем и специями, смазать горчицей со всех сторон. Оставить мариноваться на 30 минут. Затем посолить. Завернуть каждый шницель в ломтик сала и зафиксировать его зубочисткой. Обжаривать на гриле с обеих сторон по 5–8 минут.

Рябчики по-охотничьи

1 тушка рябчика, 200 г сала, 70–100 г сливочного масла, 100 г свежей брусники, 2 ст. л. растительного масла, сахар, соль по вкусу

Тушку рябчика ощипать, выпотрошить, промыть и обсушить. Натереть солью и сливочным маслом внутри. Положить внутрь немного брусники и сахара, закрепить брюшко деревянными лучинками. Нашпиговать тушку ломтиками сала, смазать растительным маслом и жарить над костром на шампуре, равномерно поворачивая тушку.

Перепелки в виноградных листьях на гриле

5 перепелок, 5 виноградных листьев, 100 г репчатого лука, 100 г сливочного масла, сок 1 лимона, 2 ч. л. горчицы, 3–4 зубчика чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Перепелок хорошо вымыть и обсушить. Смешать горчицу с измельченным чесноком, солью, перцем и лимонным соком. Смазать тушки смесью изнутри и снаружи. Посыпать нарезанным кольцами луком. Мариновать в холодильнике ночь. Достать из маринада, отряхнуть от лука. Масло разделить на 10 частей. Вложить по одной части в брюшко. Оставшееся масло намазать на виноградные листья. Тщательно завернуть каждую тушку в лист, закрепить шпажкой или кулинарной нитью. Уложить свертки на решетку гриля, жарить до готовности, переворачивая. Перед подачей удалить нить или шпажку.

Барбекю из утки

700 г мяса утки

Для маринада: 200 мл красного сухого вина, 100–200 г репчатого лука, 2–3 зубчика чеснока, 2–3 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Приготовить маринад: очищенный лук и чеснок мелко нарезать или измельчить в блендере. Добавить вино, томатную пасту. Утку разделить на порционные части, натереть солью и перцем. Залить приготовленным маринадом, мариновать 3–4 часа в холодильнике. Мясо выложить на смазанную маслом решетку, сбрызнуть маслом. Жарить над углями до готовности, переворачивая и смазывая маслом.

Блюда из овощей и грибов

Овощи и грибы гриль в духовке

200 г кабачков, 200 г картофеля, 100 г репчатого лука, 75 г моркови, 200 г шампиньонов

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 100 мл растительного масла, ½ ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. сушеных трав по вкусу, ½ ч. л. крупной соли

Очищенный чеснок пропустить через пресс. Залить маслом, добавить травы и молотый перец. Оставить на 30 минут. Лук очистить, нарезать кольцами. Кабачок тщательно вымыть, разрезать пополам, а затем вдоль на 3 ломтика. Так же нарезать очищенную морковь. Картофель тщательно вымыть щеткой. Нарезать ломтиками. Картофель и морковь залить кипятком на 5–7 минут, затем воду слить. Грибы очистить, крупные разрезать пополам. Овощи и грибы посыпать солью, залить маринадом. Оставить мариноваться на 2–3 часа. Выложить на решетку в один слой, вниз поставить противень, застеленный фольгой или бумагой (с овощей будет капать сок). Запекать в разогретой до 220 °С духовке около 20–30 минут.

Рулетики из цуккини с творогом

250 г цуккини, 200 г творога, 2–3 ст. л. сметаны, 30 г петрушки и укропа, 2 зубчика чеснока, 1 ст. л. растительного масла, молотый перец, соль по вкусу

Цуккини очистить, нарезать ломтиками вдоль, посолить, поперчить, смазать маслом. Оставить на 20 минут. Творог растереть со сметаной, добавить мелко нарубленную зелень и пропущенный через пресс чеснок, посолить, поперчить, хорошо перемешать. Ломтики обжарить с двух сторон на решетке или сковороде-гриль до румяных полос. На горячие ломтики выложить творожную начинку и свернуть рулетиками.

Цуккини гриль с сыром и травами

400 г цуккини, 80–100 г сулугуни, 20 г петрушки, 20 г укропа, 1 ч. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сушеных итальянских трав, щепотка молотого черного перца, соль по вкусу

Цуккини очистить, вымыть, разрезать вдоль на 3 части. Ломтики с обеих сторон смазать смесью растительного масла и лимонного сока, посыпать солью, перцем и сушеными травами. Отложить на 10 минут. Сыр нарезать ломтиками, свежую зелень измельчить. Обжарить цуккини на горячем гриле по 3 минуты с каждой стороны. На горячие ломтики выложить сыр, чтобы он расплавился. Подавать, посыпав рубленой зеленью.

Рулетики из овощей гриль

400 г баклажанов, 400 г цуккини, 100 г сладкого перца красного цвета

Для маринада: 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. сушеных итальянских трав, 100 мл оливкового масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Очищенный чеснок мелко нарубить, перемешать со смесью трав и маслом, посолить и поперчить. Овощи очистить и хорошо вымыть. Баклажаны нарезать вдоль тонкими ломтиками, посолить и отложить на 20 минут. Цуккини также нарезать тонкими ломтиками, слегка смазать пряным маслом. Сладкий перец нарезать тонкими полосками. Ломтики баклажанов ополоснуть, обсушить и смазать пряным маслом. На каждый ломтик цуккини выложить ломтик баклажана, сверху разложить полоски сладкого перца, свернуть рулетиком. Рулетики зафиксировать деревянной шпажкой, смазать пряным маслом и обжаривать на решетке над углями или в сковороде-гриль с обеих сторон до золотистого цвета.

Баклажаны гриль с пряным маслом

800 г баклажанов

Дляпряного масла: 125 г сливочного масла, 50 г зеленого лука, 10 г мяты, 30 г базилика, 1 ч. л. молотой паприки, ½ ч. л. молотого тмина, молотый черный перец, соль по вкусу

Баклажаны вымыть, нарезать вдоль тонкими ломтиками и посыпать солью, оставить на 20 минут. Сливочное масло комнатной температуры взбить миксером в пышную массу. Зелень вымыть и обсушить. Лук нарезать очень тонкими колечками, мяту и базилик мелко нарубить. Подмешать травы к сливочному маслу, добавить специи. Баклажаны промыть, обсушить и обжарить на гриле до готовности. Подавать на стол с пряным маслом.

Баклажаны гриль с салом

1 кг баклажанов, 200 г сала с прорезью мяса, 2 зубчика чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Выбрать баклажаны средней величины. Хорошо вымыть, кожуру не срезать. Сделать продольный надрез на каждом баклажане, не разрезая до конца. Натереть внутри солью и оставить на 20 минут. Затем слегка отжать выделившуюся жидкость. Нарезать сало тонкими ломтиками, а очищенный чеснок – пластинами. Сало поперчить. Вложить сало и чеснок в надрезы. Выложить фаршированные баклажаны на двойную решетку, прижать. Жарить над

углями до готовности, около 20 минут. Подавать как самостоятельное блюдо или к шашлыку из мяса.

Жареная кукуруза с пряным маслом

4–6 початков кукурузы, 1 зубчик чеснока, 10 г петрушки, 10 г укропа, 50 г сливочного масла, 2 ч. л. растительного масла, ½ ч. л. молотого черного перца, ½ ч. л. соли

Кукурузу очистить от листьев. Выложить початки в кастрюлю, накрыть частью листьев, залить водой и варить до готовности. Сливочное масло смешать с мелко нарезанным чесноком и зеленью, слегка взбить. Готовую кукурузу смазать растительным маслом. Обжарить на решетке над углями или на сковороде-гриль со всех сторон до румяности. Подать горячие початки со сливочным маслом с травами.

Кабачки гриль

500 г кабачков, 2 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. бальзамического уксуса, 1 ч. л. сушеных трав (розмарин, тимьян, орегано, базилик)

Кабачки тщательно вымыть. Нарезать вдоль ломтиками толщиной около 0,5 см. Посолить, сбрызнуть уксусом. Оставить на 20 минут. Смазать маслом и обжарить на решетке над углями с двух сторон. Посыпать травами и подавать на стол.

Кукуруза, запеченная по-мексикански

6 початков кукурузы, 200 г сливочного масла, 50 г кинзы, 2 ст. л. молотого красного перца, 2 ч. л. молотого черного перца, 2 ч. л. тмина, 2 ч. л. соли

Молодую кукурузу очистить от листьев и рылец. Кинзу вымыть, обсушить, измельчить. Тмин крупно смолоть или размять в ступке. В размягченное сливочное масло добавить кинзу, тмин, красный и черный перец, соль и тщательно перемешать до однородной массы. Половиной смеси смазать кукурузу и запекать на гриле или в духовке (около 20–30 минут). Кукурузу следует иногда переворачивать, чтобы она равномерно пропеклась. Готовую кукурузу смазать оставшейся смесью специй и подавать горячей.

Кукуруза, запеченная с фетой

6 початков кукурузы, 100 г феты, 30 г сливочного масла, 20 г свежей мяты, черный перец, соль по вкусу

Молодую кукурузу очистить от листьев и рылец. Выложить на решетку гриля или в духовку. Запекать около 20–30 минут, иногда переворачивая. Фету мелко нарезать или натереть на терке. Мята вымыть, обсушить и мелко нарубить. Смешать размягченное масло, фету, мяту, соль и черный перец. Готовую кукурузу выложить на блюдо или на порционные тарелки. Сверху выложить смесь из феты и специй. Блюдо подавать горячим.

Кукуруза, запеченная с лимоном

6 початков кукурузы, 50 г сливочного масла, 50 г лимона, ½ ч. л. соли, ¼ ч. л. красного молотого перца, молотый черный перец по вкусу

Молодую кукурузу очистить от листьев и рылец. Каждый початок кукурузы завернуть в фольгу и выложить на решетку гриля или духовки. Запекать в течение 15–25 минут, время от времени переворачивая. Пока готовится кукуруза, сделать соус. Для этого в размягченное масло добавить соль, красный и черный перец, выдавить сок лимона и натереть цедру. Все тщательно перемешать. При подаче смазать этим соусом готовую кукурузу.

Кукуруза, запеченная в листьях

6 початков кукурузы, 80 г сливочного масла, 1 стручок перца чили, пряные травы, молотый черный перец, соль по вкусу

С кукурузы снять верхние жесткие листья, оставить 1–2 слоя нижних. Залить кукурузу водой, чтобы она полностью покрыла початки, и оставить на 1–3 часа. Перец чили очистить от семян, мелко нарезать. Сливочное масло растопить и добавить в него перец чили, соль, пряные травы и черный перец. Все тщательно перемешать. С кукурузы аккуратно отвернуть листья и удалить волокна, початки смазать соусом, завернуть в листья и запекать на решетке гриля или в духовке 15–20 минут, часто переворачивая, чтобы не сгорели листья.

Кукуруза, запеченная с медовым соусом

6 початков кукурузы, 70–100 г сливочного масла, 2 ст. л. меда, 2 ст. л. оливкового масла, 30 г петрушки или 1 ч. л. сушеной смеси прованских трав, 1 зубчик чеснока, черный перец, соль по вкусу

С кукурузы снять листья и волокна, каждый початок смазать оливковым маслом и запекать на решетке гриля или в духовке, время от времени переворачивая (около 30 минут). Для соуса в разогретое сливочное масло добавить мед, соль, черный перец, тщательно перемешать. Измельчить зелень и чеснок, добавить в масло. Снова перемешать и смазать соусом готовую кукурузу.

Запеченные зерна кукурузы на гриле

2 стакана кукурузных зерен, 1 зубчик чеснока, 30 г зеленого лука, 20 г базилика, 2–3 ст. л. оливкового масла, ½ ст. л. бальзамического уксуса, молотый черный перец, соль по вкусу

Очистить и измельчить чеснок. Зеленый лук и базилик вымыть и мелко нарезать. В небольшом контейнере из фольги смешать масло, чеснок, зелень, уксус, черный перец и соль. В этот соус всыпать зерна кукурузы и перемешать. Контейнер накрыть фольгой или пищевой пленкой и убрать в холодильник на 1 час. Разогреть гриль. Если используется угольный гриль, то можно добавить на угли щепу для копчения. Для этого пригоршню щепы завернуть в 2 слоя фольги и 2–3 раза проткнуть ножом. Контейнер с кукурузой достать из холодильника, раскрыть, перемешать содержимое, закрыть фольгой и сделать вилкой несколько проколов сверху. Затем поставить на решетку гриля. Запекать около 3 минут. Снять фольгу и встряхнуть контейнер. Снова поставить на решетку гриля. Запекать еще около 3 минут, затем снять фольгу и подать блюдо горячим.

Кукуруза, запеченная в листьях

6 початков кукурузы, 4 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

С кукурузы снять верхние жесткие листья, оставить 2 слоя нижних. Затем залить кукурузу водой, чтобы она полностью покрыла початки, и оставить на 1 час. С мокрой кукурузы аккуратно отвернуть листья, удалить волокна, завернуть листья. Выложить в разогретую до 250 °С духовку или на гриль. Запекать, часто переворачивая, 20–30 минут. Осторожно переложить початки на блюдо, снять листья. Полить маслом. Запекать еще по паре минут с каждой стороны. Подавать, посыпав перцем и солью.

Кукуруза с чесноком и зеленым луком на гриле

6 початков кукурузы, 2 зубчика чеснока, 50 г зеленого лука, 4 ст. л. оливкового масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Кукурузу очистить от листьев и волокон. Часть нижних листьев и початки положить в кастрюлю, залить водой. Варить кукурузу до полуготовности. Чеснок очистить и измельчить или пропустить через пресс. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать. Смешать чеснок, соль, черный перец и натереть смесью кукурузу. Затем завернуть ее в фольгу и запекать на решетке гриля около 10 минут, часто переворачивая. Затем снять с решетки, развернуть, смазать маслом,

завернуть и запекать еще 15–20 минут. Готовую кукурузу развернуть, выложить на блюдо или порционные тарелки и посыпать зеленым луком.

Кукуруза на гриле с плавленым сыром

6 початков кукурузы, 2 плавленых сырка (по 90—100 г), 3–6 зубчиков чеснока, 30 г базилика, 50 г сливочного масла, 3 ст. л. оливкового масла, соль и черный перец по вкусу

Разогреть гриль. Для лучшего запаха на угли можно положить щепу для копчения. Для этого пригоршню щепы завернуть в фольгу, несколько раз проткнуть ножом и положить на угли. Кукурузу очистить от листьев и волокон, смазать оливковым маслом и уложить на решетку гриля. Жарить около 15–20 минут, часто переворачивая. Чеснок очистить и измельчить. Базилик вымыть и отделить листья от стеблей. Сливочное масло заранее достать из холодильника. В блендере растереть плавленые сырки, сливочное масло, чеснок, базилик и черный перец. При необходимости смесь досолить. Готовую кукурузу снять с решетки, выложить на блюдо, сразу же покрыть сырным соусом и подать.

Запеченная кукуруза с помидорами

6 початков кукурузы, 200–300 г помидоров, 1 зубчик чеснока, 30 г базилика, 2–3 ст. л. оливкового масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Кукурузу очистить от листьев и волокон, помидоры и базилик вымыть, чеснок очистить. Кукурузу предварительно отварить до полуготовности, затем запечь на решетке 15 минут, часто переворачивая. Помидоры нанизать на шампуры и запекать около 5 минут, чтобы стали мягкими. Чеснок очистить и измельчить, базилик вымыть и нарезать. Готовые овощи слегка остудить. Зерна кукурузы срезать с початков, помидоры очистить от кожицы и нарезать кубиками. Смешать кукурузные зерна с помидорами, добавить чеснок, базилик, оливковое масло, соль и черный перец.

Кукуруза в соевом соусе на гриле

6 початков кукурузы, 4 зубчика чеснока, 4 ст. л. соевого соуса, ¼ ч. л. молотого красного перца, ½ ч. л. лимонного сока

Чеснок очистить и измельчить или пропустить через пресс. Смешать его с соевым соусом, добавить красный перец, лимонный сок и хорошенько перемешать. Кукурузу очистить от листьев и волокон, уложить на решетку гриля. Запекать, часто переворачивая и смазывая соусом при помощи кулинарной кисти. Готовить 15–20 минут, подавать кукурузу горячей.

Кукуруза в беконе

6 початков кукурузы, 8–12 ломтиков бекона, молотый черный перец по вкусу

Кукурузу очистить. Часть нижних листьев и початки положить в кастрюлю, залить водой и отварить до готовности. Бекон нарезать полосками, обернуть ими кукурузу и посыпать черным перцем. Запекать на решетке гриля около 5–8 минут, часто переворачивая, чтобы бекон слегка поджарился.

Запеченная кукуруза в лаймово-майонезном соусе

8 початков кукурузы, 1 лайм, 100 г сливочного масла, 3 ст. л. майонеза, ½ ч. л. порошка сушеного лука, черный перец, соль по вкусу

Кукурузу очистить от листьев, выложить на решетку гриля или духовки. Запекать 15–20 минут, часто переворачивая. Для соуса смешать размягченное сливочное масло, майонез, сушеный лук, соль, черный перец. Натереть цедру лайма и тоже добавить в соус. Тщательно перемешать и полить им готовую кукурузу. Лайм нарезать тонкими ломтиками и подать с горячей кукурузой.

Шашлык из капусты и других овощей

500 г цветной капусты, 200 г кочанчиков брюссельской капусты, 200 г сладкого перца разного цвета, 500 г помидоров, 300 г репчатого лука

Для маринада: 2 ст. л. соевого соуса, 3 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. растительного масла, щепотка молотого черного перца

Для соуса: 250 г сметаны, 150 г корнизионов, 20 г укропа, ½ ч. л. молотого красного перца, соль по вкусу

Цветную капусту разобрать на соцветия. Опустить оба вида капусты в подсоленный кипяток на 1 минуту. Затем откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой. У сладкого перца удалить плодоножки, нарезать крупными ломтиками. Помидоры и очищенный лук нарезать ломтиками. Овощи соединить. Смешать компоненты для маринада, слегка взбить. Залить подготовленные овощи. Оставить на 20 минут. Нанизать овощи на шампуры, обжарить на гриле до румяной корочки. Во время жарки смазывать маринадом. Для соуса смешать мелко нарезанные корнизионы и нарубленный укроп со сметаной, приправить солью и острым перцем. Подавать овощные шашлыки с соусом.

Шашлык из маринованных баклажанов

400 г баклажанов, 50 г петрушки, 50 г лимона, соль

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 50 мл соевого соуса, сок ½ лимона

Баклажаны хорошо вымыть, не чистить, нарезать кружочками толщиной 2 см. Посолить, оставить на 20 минут. Осторожно отжать. Для маринада очищенный чеснок пропустить через пресс, добавить соевый соус и лимонный сок. Хорошо перемешать. Залить баклажаны, оставить на 30 минут. Нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями до готовности. Готовый шашлык переложить на блюдо, посыпать измельченной петрушкой и украсить ломтиками лимона.

Цукини с ветчиной в фольге

400 г цукини, 200 г вареной ветчины (колбасы), 200 г репчатого лука, 1 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Цукини очистить, вымыть и нарезать кружочками. Лук очистить и нарезать кольцами. Кружочки цукини смешать с кольцами лука, приправить солью, перцем и полить лимонным соком и маслом. Ветчину или колбасу нарезать соломкой, смешать с овощами и растительным маслом. Смесь разделить на 4 порции, выложить каждую на лист фольги, хорошо завернуть. Выложить пакеты на угли и запекать 10–12 минут. Переложить запеченные овощи с ветчиной на блюдо и подать на стол.

Стейк из цветной капусты

1 небольшой кочан цветной капусты, 5–6 зубчиков чеснока, 1 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. рубленой зелени, ½ ч. л. молотого острого перца, соль по вкусу

Кочан цветной капусты промыть подсоленной водой, дать стечь жидкости. Нарезать плоскими ломтиками толщиной примерно 1 см. Посыпать острым перцем. Смешать пропущенный через пресс чеснок, соевый соус и растительное масло. Смазать капусту со всех сторон, оставить на 20–30 минут. Затем выложить на застеленный фольгой противень. Запекать в разогретой до 180 °С духовке под грилем до румяной корочки. Или выложить на решетку гриля и запекать над углями. Готовую капусту переложить на блюдо, полить лимонным соком и посыпать зеленью.

Картофель, запеченный с куриным филе

1 копченое куриное филе, 400 г картофеля, 100 г твердого сыра, 100 г сметаны, 30 г петрушки, 2 ст. л. растительного масла, молотые красный и черный перец, соль по вкусу

Картофель отварить до готовности, очистить. Разрезать пополам, выложить каждую половинку на смазанный маслом лист фольги. Посыпать солью и перцем, смазать сметаной. Куриное филе разрезать на 8 ломтиков. Положить по ломтику на картофель. Сверху положить ломтики сыра. Края фольги поднять и прочно соединить. Выложить конверты на решетку. Запекать картофель 10–15 минут. Развернуть края фольги, посыпать рубленой зеленью и подать на стол.

Пестрые шашлыки из картофеля с овощами

1 кг мелкого молодого картофеля, 125 г сала с прослойками мяса, 100 г сладкого перца красного цвета, 200 г цукини, 6–7 шампиньонов, 3 ст. л. растительного масла, молотый черный перец по вкусу

Картофель тщательно вымыть и отварить в мундире. Замочить деревянные шпажки на 30 минут. Сало нарезать тонкими ломтиками, обернуть часть картофелин салом и нанизать их на предварительно замоченные деревянные шпажки. Сладкий перец разрезать пополам, очистить, вымыть и крупно нарезать. Цукини очистить, вымыть и нарезать кружочками. Шампиньоны вымыть, при необходимости очистить. Овощи, грибы и оставшийся картофель нанизать по очереди на шампуры, смазать растительным маслом, посолить и поперчить. Обжаривать 10 минут со всех сторон до хрустящей корочки.

Баклажаны с сыром в фольге

400 г баклажанов, 100 г сулугуни, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сушеных итальянских или прованских трав, соль по вкусу

Баклажаны хорошо вымыть, плодоножки удалить. Нарезать кружочками, посолить, оставить на 20 минут. Затем аккуратно отжать и промыть. Сыр нарезать тонкими ломтиками, посыпать травами. Положить на один кружочек баклажана ломтик сыра, накрыть вторым кружочком баклажана. Получившиеся канапе смазать маслом, завернуть в фольгу. Запекать на углях 7—10 минут.

Шашлык из картофеля с ореховым соусом

500 г мелкого молодого картофеля, 200 г цукини

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 1 стручок красного перца чили, 3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. цедры лимона, ½ ч. л. молотого кориандра, молотый черный перец, соль по вкусу

Для соуса: 2 ст. л. грецких орехов, 1 зубчик чеснока, 30 г базилика, 3 ст. л. оливкового масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Картофель тщательно вымыть, варить в воде около 8 минут. Цукини хорошо вымыть, нарезать полукруглыми ломтиками толщиной около 1 см, обдать кипятком. Для маринада чеснок очистить и пропустить через пресс. Перец чили разрезать пополам, удалить сердцевину с семенами, вымыть, мелко нарезать. Смешать чеснок и перец с маслом, цедрой, солью, молотым перцем и кориандром. Картофель и цукини полить маринадом, мариновать в холодильнике 1 час. Для соуса чеснок очистить, базилик вымыть, стряхнуть воду и оборвать листья. Базилик, чеснок, грецкие орехи и оливковое масло измельчить в миксере до консистенции густого соуса. Приправить по вкусу солью и перцем. Чередуя, нанизать на шампуры картофелины и кусочки цукини. Жарить на горячей решетке гриля по 10 минут с каждой стороны. Во время жарки смазывать маринадом. Подавать шашлыки с соусом.

Запеченный в углях картофель

10 клубней картофеля среднего размера, 100 г сала, 100 г сыра, сушеный укроп, молотый черный перец, соль, специи по вкусу (сушеный укроп, карри и др.)

Картофель хорошо вымыть, разрезать пополам, аккуратно вырезать углубление. Натереть срез солью и специями. На 5 разрезанных половинок картофеля положить по кусочку сала, еще на 5 – по брусочку сыра. Картофелину с начинкой закрыть половинкой без начинки. Плотно завернуть в фольгу, запекать на углях 20–30 минут.

Овощи гриль в медовой глазури

250 г цукини, 400 г баклажанов, 200 г сладкого перца, 100 г репчатого лука, 7–9 помидоров черри

Для маринада: 1 л воды, 2 ст. л. соли, 1 ст. л. сахара, 2 ст. л. уксуса

Для глазури: 4–5 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. меда, по щепотке соли и молотого перца

Для заправки: 2 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. меда, 1 ч. л. бальзамического уксуса, травы по вкусу

У сладкого перца удалить семена, у баклажанов и цукини срезать плодоножки. Нарезать овощи кружочками. Для маринада в холодной кипяченой воде размешать соль, сахар и уксус. Залить овощи маринадом и оставить на 30 минут. Приготовить глазурь, смешав все ингредиенты. Вынуть овощи из маринада, обсушить. Выложить на сковороду-гриль одним слоем. Через 2 минуты перевернуть, смазать глазурью при помощи кисточки. Жарить еще 2 минуты. Выложить обжаренные овощи на блюдо, добавить нарезанные половинками помидоры черри, кольца лука. Полить заправкой, аккуратно перемешать.

Картофель в беконе

1 кг молодого картофеля, 150–200 г бекона полосками, 100 г укропа и петрушки, 2 зубчика чеснока, 1 лавровый лист, 3–4 горошины душистого перца, соль по вкусу

Картофель очистить и отварить в подсоленной воде с лавровым листом и перцем до готовности, не разваривать. Дать немного остыть. Разогреть духовку до 220 °С. Каждую картофелину обернуть полоской бекона. Выложить на застеленный бумагой противень. Запекать в духовке 7–8 минут, пока бекон не подрумянится. Нарезать чеснок и зелень, посыпать картофель при подаче.

Картофель с салом на шампуре

1 кг мелкого молодого картофеля, 100 г сала с прорезью, 50 г молодого укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

Картофель хорошо вымыть, разрезать пополам, посолить и поперчить. Сало нарезать кусочками. Нанизать на шампуры картофель и сало так, чтобы разрез картофеля соприкасался с кусочком сала. Жарить над углями до готовности, переворачивая. Готовый картофель должен легко прокалываться. Подавать, сняв с шампура и посыпав мелко нарубленным укропом.

Хоровац (запеченные на костре овощи)

600 г баклажанов, 200–300 г болгарского перца, 300–400 г помидоров, 100 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 30 г петрушки или укропа, молотый черный перец, молотый красный перец, соль по вкусу

Баклажаны, перец и помидоры хорошо вымыть и нанизать на шампуры. Запекать над углями до мягкости (кожица должна немного обуглиться). Когда овощи остынут, очистить их от кожицы. Нарезать кубиками, добавить мелко нарезанный лук и чеснок, нарубленную зелень, посолить, поперчить, по желанию полить соком лимона. Подавать к шашлыку.

Барбекю из овощей

250 г цукини, 400 г баклажанов, 150 г репчатого лука

Для маринада: 4 ст. л. оливкового масла, 3 ст. л. яблочного уксуса или лимонного сока, по ½ ч. л. паприки и молотого имбиря, карри, молотый черный перец, соль по вкусу

Овощи очистить. Нарезать баклажаны и цукини кружочками толщиной около 1 см. Лук нарезать кольцами такой же толщины. Баклажаны посолить и отложить на 10 минут, затем промыть. Выложить овощи в емкость для маринования, посыпать специями и солью. Полить смесью масла и уксуса или лимонного сока. Оставить мариноваться на 20–30 минут. Выложить на решетку. Жарить над углями, перевернув один раз, до появления румяной корочки с двух сторон.

Болгарский перец с творогом и зеленью

400 г сладкого перца (можно разного цвета), 150 г творога, 100 г твердого сыра, 150 г помидоров, 3 ст. л. сметаны, 20 г зеленого лука, 20 г укропа, 20 г петрушки, молотый черный перец, соль по вкусу

Сладкий перец разрезать на половинки, удалить семена, посолить и поперчить. Мелко нарезать зеленый лук и зелень, смешать с творогом и натертым твердым сыром. Добавить сметану, посолить и поперчить. Это массой наполнить половинки перца. Помидоры нарезать ломтиками. Выложить на творожную начинку по паре ломтиков. Завернуть в фольгу. Выложить на решетку гриля начинкой вверх. Запекать около 20 минут.

Острый перец с сыром и беконом

10 небольших стручков острого перца, 70–100 г мягкого сыра (можно плавленого), 10 ломтиков бекона, 20 г петрушки или укропа

Острый перец разрезать на половинки вдоль, плодоножку не срезать. Тщательно удалить семена и перегородки. Смешать сыр с измельченной зеленью. Наполнить половинки перца и соединить их. Обернуть перец ломтиком бекона. Обжаривать на гриле со всех сторон, пока бекон не станет хрустящим.

Острый перец, фаршированный курицей

4–6 стручков острого перца, 300 г бекона, 200 г отварного куриного филе, 100 г плавленого сыра, 100 г помидоров, 20 г зеленого лука, соль по вкусу

Бекон нарезать тонкими полосками. Мелко нарезать филе, помидоры, сыр, зеленый лук, посолить. Перец разрезать вдоль на две половинки, удалить семена. Нафаршировать смесью половинки, завернуть в полоски бекона. Выложить на двойную решетку, прижать. Жарить над углями, пока бекон не станет золотистым. Подавать как закуску.

Шашлык с овощами и брынзой

200 г цукини, 6–8 помидоров черри, 100 г сладкого перца, 250 г плотной брынзы, молотый черный перец, соль по вкусу

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 3 ст. л. оливкового масла, 4 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. сушеных итальянских или других трав по вкусу

Очищенный чеснок пропустить через пресс, залить маслом. Добавить лимонный сок. Цукини тщательно вымыть, можно не чистить. Нарезать кубиками. Сладкий перец нарезать кусочками, брынзу – кубиками 2,5 × 2,5 см. Посыпать овощи и сыр солью, перцем, травами, залить маринадом, оставить мариноваться на 30–40 минут. Замочить на это время деревянные шпажки. Нанизать на шпажки брынзу, маринованные овощи и черри. Запекать над углями или в духовке, разогретой до 200 °С, до готовности, время от времени переворачивая.

Луковые кольца в беконе

100 г репчатого лука, 200 г бекона, 1 ст. л. уксуса, ½ ч. л. молотого черного перца, щепотка соли

Лук нарезать кольцами толщиной 1 см. Посыпать перцем, сбрызнуть уксусом и оставить на 20 минут. Бекон нарезать тонкими полосками, обмотать колечки лука. Жарить на гриле до хрустящей корочки. Подавать как закуску к пиву.

Фаршированная тыква на углях

1 небольшая продолговатая тыква, 100 г куриного фарша, 100 г твердого сыра, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. сметаны, 2 ст. л. рубленой зелени, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Тыкву разрезать на две половинки вдоль. Удалить семена. Вырезать часть мякоти. Натереть тыкву внутри солью и перцем. Мякоть тыквы и очищенный лук нарезать мелкими кубиками, смешать с фаршем и сметаной, посолить и поперчить. Наполнить половинки смесью. Смазать тыкву маслом снаружи, завернуть в лист фольги. Положить на угли. Запекать около 30 минут. Затем раскрыть фольгу, посыпать тертым сыром. Держать на углях, пока сыр не расплавится. Посыпать рубленой зеленью и подать на стол.

Шампиньоны на гриле

1 кг небольших шампиньонов

Для маринада: 1 ст. л. соевого соуса, 3 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. лимонного сока, 1 ч. л. прованских трав, по ½ ч. л. молотого черного перца и паприки, соль по вкусу

Шампиньоны при необходимости очистить и вымыть. Соединить все компоненты для маринада. Залить шампиньоны маринадом, оставить на 30 минут в холодильнике. После выложить шампиньоны на решетку. Запекать 15–20 минут в разогретой до 200 °С духовке или над углями, перевернув один раз.

Шампиньоны на решетке в винном маринаде

500 г шампиньонов среднего размера

Для маринада: 2 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. сухого вина, 1 ч. л. сушеных итальянских трав, ½ ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Шампиньоны при необходимости очистить, промыть, обсушить. Посыпать перцем, солью и травами. Полить смесью вина и масла. Мариновать в холодильнике 1–2 часа. Выложить на решетку и жарить над углями по 10–15 минут с каждой стороны.

Шампиньоны со сметанной начинкой

500 г средних шампиньонов, 50 г зеленого лука, 3–4 ст. л. сметаны, молотый черный перец, соль по вкусу

Грибы вымыть, при необходимости очистить, срезать ножки. Измельчить зеленый лук и ножки, смешать со сметаной, посолить и поперчить. Наполнить смесью шляпки. Выложить в разогретую до 220 °С духовку на решетку. Запекать около 20 минут. Или выложить на решетку гриля, запекать, не переворачивая, около 20 минут.

Фаршированные шампиньоны

500–600 г средних шампиньонов, 150 г ветчины, 150 г сыра (моцарелла или сулугуни), 100 г отварного картофеля, 20 г зеленого лука, 2 ст. л. оливкового масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Шампиньоны вымыть, при необходимости очистить, срезать ножки. Посыпать шляпки солью и перцем, смазать оливковым маслом. Очищенный картофель, ветчину и сыр нарезать мелкими кубиками. Добавить измельченный зеленый лук и хорошо перемешать. Нафаршировать шляпки смесью. Выложить на решетку гриля фаршем вверх и обжаривать 5–7 минут.

Фаршированные творогом грибы

8—10 шампиньонов, 150 г творога, 150 г бекона (полосками), 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. сметаны, по 20 г базилика, укропа, петрушки, 20 г зеленого лука, молотый черный перец, соль по вкусу

Творог смешать с рубленой зеленью, пропущенным через пресс чесноком и сметаной. Растереть до однородности, посолить и поперчить. Шампиньоны очистить, ножки отрезать. Нафаршировать шляпки шампиньонов творогом, обернуть их беконом. Обжарить на гриле до хрустящей корочки.

Шампиньоны в маринаде По-походному

500 г шампиньонов, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. лимонного сока, уксуса или 2 ст. л. белого сухого вина, 1 ст. л. мелко нарезанного укропа или базилика, по ½ ч. л. паприки и молотого черного перца

Шампиньоны при необходимости очистить, промыть, обсушить. Подготовленные шампиньоны сложить в плотный полиэтиленовый пакет. Добавить мелко нарезанные зубчики чеснока, специи и остальные ингредиенты. Завязать пакет и энергично потрясти. Оставить мариноваться грибы в пакете на 15 минут. Затем выложить на решетку или нанизать на шампур. Жарить над углями до готовности.

Грибы, запеченные с лимоном и чесноком

8 шампиньонов, 120 г лимона, 2 зубчика чеснока, 20 г укропа, 20 г петрушки, 80—100 г сливочного масла, соль, молотый черный перец по вкусу

Грибы вымыть, при необходимости очистить. Лимон вымыть, ошпарить и нарезать тонкими ломтиками, при необходимости удалить косточки. Чеснок очистить и нарезать тонкими ломтиками. Зелень вымыть и мелко нарезать. Выложить по 2 гриба на лист фольги, добавить ломтики лимона и чеснока, немного зелени. Посолить, поперчить и добавить кусочки сливочного масла. Завернуть фольгу, чтобы получился пакетик. Обжаривать на краю гриля 12—15 минут, один раз перевернуть.

Шашлык из шампиньонов

500 г шампиньонов, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. соевого соуса, ½ ч. л. молотого черного перца

Шампиньоны при необходимости очистить. Очищенный лук нарезать кольцами. Соединить лук и шампиньоны, посыпать перцем. Смешать масло, лимонный сок, соевый соус и слегка взбить. Вылить к грибам. Мариновать в холодильнике 2 часа. Замочить деревянные шпажки на 30 минут в холодной воде. Нанизать на шпажки лук и шампиньоны. Жарить над углями или на решетке в разогретой до 220 °С духовке 10—15 минут.

Шампиньоны с травами

300 г средних шампиньонов, 3 зубчика чеснока, 1 веточка розмарина, 1 веточка тимьяна, 1 веточка орегано, 4 ст. л. растительного масла, крупная соль по вкусу

Шампиньоны вымыть, при необходимости очистить и обсушить. Чеснок очистить и пропустить через пресс. Травы мелко нарезать. Смешать масло с чесноком и травами. Смазать грибы маслом и оставить на 15—20 минут. Затем выложить на решетку гриля. Жарить 3—5 минут, перевернуть, смазать маслом и жарить еще 3—5 минут. Посолить и подавать со свежим хлебом.

Шашлык из шампиньонов с помидорами

600—700 г шампиньонов, 150 г копченого шпика, 400—500 г помидоров, 300 г репчатого лука, молотый черный перец, соль по вкусу

Шампиньоны очистить, промыть. Крупные разрезать пополам, маленькие можно оставить целыми. Шпик нарезать тонкими ломтиками, помидоры – кружочками, лук – кольцами. Нанизать

на шампуры продукты, чередуя. Посолить и поперчить. Жарить над раскаленными углями 3–7 минут.

Грибы с курицей и сладким перцем

200 г свежих шампиньонов, 400 г куриного филе, 200 г сладкого перца красного цвета, 200 г баклажанов, 100 г репчатого лука

Для маринада: 100 г сметаны, 2 ст. л. соевого соуса, черный перец, соль по вкусу

Баклажаны очистить, нарезать кружочками. Посолить и оставить на 20 минут, затем промыть и отжать. Куриное филе нарезать кубиками 3 × 3 см. Очищенный лук нарезать кольцами. Шампиньоны очистить, крупные разрезать вдоль. Соединить баклажаны, филе, лук, грибы, поперчить. Залить смесью сметаны и соевого соуса. Оставить мариноваться в холодильнике на 2–3 часа. У сладкого перца удалить плодоножки, нарезать ломтиками. На шампуры нанизать поочередно мясо, болгарский перец, баклажаны, грибы, лук. Жарить на решетке мангала, периодически переворачивая, до готовности мяса. Подавать со свежими овощами.

Шашлык с грибами и шпиком

500 г свежих грибов (белые, подберезовики, подосиновики), 100 г шпика, молотый черный перец, соль по вкусу

Грибы очистить и тщательно промыть. Отварить в подсоленном кипятке в течение 15 минут, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой, отделить шляпки от ножек. Шпик нарезать тонкими ломтиками. Нанизать на шампуры поочередно шляпки и ножки грибов, ломтики шпика, посыпать солью, перцем и жарить над углями. Подавать можно с томатным соусом, свежей зеленью укропа и сладким перцем.

Шампиньоны гриль с карри

300 г шампиньонов, 100 г сладкого перца, 1 стебель лука-порея

Для маринада: 4 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. соевого соуса, ½ ч. л. карри

Шампиньоны вымыть, очистить. Крупные разрезать пополам. Сладкий перец вымыть, удалить сердцевину, разрезать на небольшие куски. Лук-порей вымыть, разрезать вдоль, затем нарезать небольшими кусочками. Смешать подготовленные продукты. Посыпать карри. Соединить растительное масло и соевый соус, залить подготовленные продукты. Мариновать в холодильнике около 1 часа. Замочить на это же время деревянные шпажки. Нанизать грибы и овощи на шпажки. Жарить на гриле по 3 минуты с каждой стороны.

Грибы с салом и луком

500 г свежих грибов, 150 г сала, 200 г репчатого лука, 3 ст. л. томатного соуса, молотый черный перец, соль по вкусу

Свежие лесные грибы хорошо промыть, очистить. Отварить 10–15 минут в подсоленном кипятке, затем откинуть на дуршлаг, дать стечь воде. Нарезать лук кольцами, сало – небольшими кусочками. Грибы нанизать на шампуры, чередуя с кольцами лука и кусочками сала. Шашлык обжарить на мангале или барбекю над раскаленными углями. За несколько минут до готовности посолить и поперчить, полить томатным соусом.

Шашлык из шампиньонов в луковом маринаде

500 г шампиньонов, 200 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 4–5 ст. л. майонеза, 1 ч. л. сушеных итальянских трав, по ½ ч. л. молотого черного перца и паприки, соль по вкусу

Измельчить в блендере лук и чеснок. Добавить специи и майонез, перемешать. Выложить в маринад подготовленные шампиньоны и оставить в холодильнике минимум на 2 часа. Затем нанизать на шампуры или вымоченные в воде шпажки. Жарить над углями до готовности.

Фасолевыми котлеты на гриле

450 г консервированной фасоли, 50 г сладкого перца красного цвета, 75 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 1 ст. л. острого томатного соуса, 2–3 ст. л. панировочных сухарей, соль, 2 ст. л. растительного масла

В блендер выложить подготовленные сладкий перец, лук и чеснок. Измельчить до однородности. Фасоль отцедить. Половину добавить к овощам в блендер, перемолоть до однородности. Оставшуюся фасоль размять, чтобы сохранились кусочки. Добавить к овощной массе. Посолить, добавить острый соус, перемешать. Если масса жидкая, добавить панировочные сухари. Сформовать 4 котлеты. Смазать растительным маслом. Жарить над углями или на сковороде-гриль до румяной корочки с двух сторон.

Яблоки на гриле

1 кг плотных кислых яблок, 2 ст. л. соевого соуса, 1 ч. л. меда, 1 ч. л. молотого черного перца, соль по вкусу

Яблоки хорошо вымыть, разрезать на четверти. Вырезать сердцевину с семенами. Посыпать яблоки молотым черным перцем. Смешать соевый соус с медом и смазать яблоки. Выложить на решетку. Жарить над углями по 3–4 минуты с каждой стороны, смазывая смесью. Яблоки должны приобрести румяную корочку снаружи, но остаться плотными внутри. Подавать к жареной птице, при необходимости досолить.

Маринады и соусы

Маринад с паприкой

200–300 г репчатого лука, 3–4 зубчика чеснока, 2–3 ч. л. паприки, 1 ч. л. молотого красного перца, 2–3 ст. л. растительного масла, зелень петрушки, молотый черный перец и соль по вкусу

Лук очистить и нарезать полукольцами. Измельчить чеснок и смешать с луком, добавить все остальные ингредиенты. Перемешать и дать постоять 25–30 минут. Использовать для маринования жирного мяса. Мариновать не менее 3 часов.

Медово-горчичный маринад

100 г меда, 3 ч. л. горчицы, 3–4 зубчика чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Чеснок очистить и измельчить с помощью пресса. Смешать чеснок с горчицей и медом. Добавить соль и перец по вкусу.

Острый маринад с лимоном и соевым соусом

2 зубчика чеснока, 2 ст. л. оливкового масла, 2 ст. л. соевого соуса, сок 1 лимона, ½ ч. л. молотого острого перца, щепотка молотого черного перца

Чеснок мелко нарезать или пропустить через пресс. Добавить остальные ингредиенты, хорошо перемешать. Использовать для маринования мяса. Мариновать 1–1,5 часа в холодильнике.

Маринад с винным уксусом

¼ стакана растительного масла, ¼ стакана красного винного уксуса, 1 ч. л. сахара, 1 ч. л. сушеного орегано, 1 ч. л. молотого красного перца, ½ ч. л. порошка чеснока, по ½ ч. л. молотого черного перца и соли

Смешать все ингредиенты, дать настояться 15 минут.

Фруктовый маринад

2 киви, 1–2 веточки розмарина, белый молотый перец, соль по вкусу

Киви очистить, натереть на крупной терке. Добавить пряности и соль. Хорошо перемешать. Использовать для маринования мяса. Мариновать не более 20 минут.

Винный маринад

500 мл сухого белого вина, 500 мл минеральной воды с газом, 300–400 г репчатого лука, сушеные травы, молотый черный перец по вкусу

Лук очистить и мелко нарезать. Смешать все ингредиенты для маринада. Использовать для маринования мяса, птицы и рыбы. Мариновать не менее 2 часов.

Маринад барбекю

2 лимона, 2 зубчика чеснока, 4 ст. л. кетчупа, 2 ст. л. бальзамического уксуса, пара капель соуса табаско, 3 ст. л. меда, 1 ст. л. коричневого сахара, 1 ч. л. молотой паприки, ½ ч. л. молотого острого перца, молотый черный перец, соль по вкусу

Чеснок очистить, пропустить через пресс. Из лимонов выжать сок и смешать с чесноком. Добавить остальные ингредиенты, перемешать до однородности. Использовать для маринования жирного мяса. Также можно смазывать маринадом продукты во время приготовления.

Маринад с травами

200 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 3 стручка острого перца, 120 мл кунжутного масла, 2 ст. л. винного уксуса, 1,5 ст. л. сахара, 2–3 бутона гвоздики, 3–4 лавровых листа, по щепотке розмарина, тимьяна, корицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Очистить лук и чеснок, мелко нарезать. Острый перец очистить от семян. Мелко нарезать и смешать с луком. Добавить все остальные ингредиенты и хорошо перемешать. Использовать для маринования мяса, птицы и рыбы.

Томатный маринад

100 г репчатого лука, 300 мл свежего томатного сока, 100 мл яблочного уксуса, ½ ч. л. молотого кориандра, ¼ ч. л. молотого мускатного ореха

Лук очистить и нарезать кольцами. Смешать все ингредиенты. Использовать для маринования мяса, птицы и рыбы.

Маринад на кефире

200–300 г репчатого лука, 500 мл кефира, 5 горошин черного перца, ½ ст. л. приправы хмели-сунели

Лук нарезать мелкими кубиками и слегка помять, чтобы выделился сок. Смешать его со специями и охлажденным кефиром. Использовать для маринования птицы и мяса.

Коньячный маринад для мяса

100 мл коньяка, 200 мл растительного масла, 100 мл лимонного сока, молотый черный перец, соль по вкусу

Тщательно перемешать все ингредиенты. Мясо (свинину, говядину, баранину) мариновать в смеси 1–2 часа. Также можно смазывать маринадом продукты во время приготовления.

Соус-маринад для свинины

2 зубчика чеснока, 100 мл соевого соуса, 100 мл растительного масла, 50 мл красного винного уксуса, молотый черный перец, соль по вкусу

Очищенный чеснок пропустить через пресс. Добавить соевый соус, масло, уксус, посолить и поперчить. Перемешивать, пока соль полностью не растворится. Использовать для маринования

мяса (мариновать 40–60 минут). Также можно смазывать маринадом продукты во время приготовления.

Винно-чесночный маринад

500 мл красного сухого вина, 500 мл воды, 125 мл уксуса, 75 г моркови, 1 головка чеснока, 60 г корня сельдерея, 1 лавровый лист, молотый черный перец, соль по вкусу

Очищенные и мелко нашинкованные корни залить вином, водой и уксусом, добавить соль, специи и проварить на слабом огне 10–15 минут. Снять с огня, добавить мелко нарезанный чеснок и хорошо охладить. Мясо заливать только холодным маринадом. Мариновать не менее 2 часов.

Ананасный маринад

400–500 мл ананасового сока, 250 мл белого сухого вина, молотый черный перец по вкусу

Смешать сок и вино, добавить перец. Мариновать свинину, курицу не менее 4–5 часов. Также можно смазывать маринадом продукты во время приготовления.

Яблочный маринад

500 мл яблочного сока, 200–250 мл белого сладкого вина, 50 г кинзы, молотый красный перец, соль по вкусу

Зелень кинзы мелко нарезать и растереть с солью и красным молотым перцем. Влить яблочный сок и вино, размешать. Если яблочный сок сладкий, добавить 1 ст. л. лимонного сока или яблочного уксуса. Мариновать мясо (свинину) 3–5 часов. Также можно смазывать маринадом продукты во время приготовления.

Грейпфрутовый маринад

500 мл грейпфрутового сока, 100 мл белого сухого вина, сок 1 лимона, 1 ч. л. приправы карри, молотый черный перец, соль по вкусу

Смешать грейпфрутовый сок, вино и лимонный сок. Добавить соль и специи. Мариновать мясо (телятину, свинину, курятину) 3–5 часов.

Пивной маринад

200 г репчатого лука, 500 мл темного пива, молотый острый и черный перец, соль по вкусу

Лук нарезать кольцами, добавить соль и перец. Залить пивом. Мариновать мясо (свинину, говядину) 3–4 часа.

Лимонно-имбирный маринад

2–3 зубчика чеснока, 3 см свежего корня имбиря, сок и цедра 2 лимонов, 200 мл оливкового масла, 2 ст. л. соевого соуса, молотый черный и душистый перец по вкусу

Чеснок очистить и измельчить. Имбирь очистить, натереть и смешать с чесноком. Полученную массу смешать с соком и цедрой лимонов, оливковым маслом, соевым соусом, приправить перцем. Мариновать птицу или рыбу 2 часа. Также можно смазывать маринадом продукты во время приготовления.

Кисло-сладкий соус

1,5 ст. л. сахара, 2 ст. л. уксуса, 1 ст. л. томатного пюре, 1 ст. л. соевого соуса, 3 ст. л. апельсинового сока, 1 ч. л. кукурузной муки, 4 ст. л. воды

Смешать сахар, уксус, томатное пюре, соевый соус и апельсиновый сок. Отдельно смешать кукурузную муку с водой и добавить к смеси. Поставить получившийся соус на огонь и довести до кипения, постоянно помешивая. Подавать соус горячим.

Дзадзики

100 г свежих огурцов, 2 зубчика чеснока, 125 мл натурального йогурта, 1 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. лимонного сока, 20 г петрушки, 20 г укропа, соль по вкусу

Огурец очистить, натереть на терке, отжать лишнюю жидкость. Чеснок измельчить. Смешать йогурт, чеснок, огурцы, оливковое масло и лимонный сок, добавить мелко нарезанную петрушку, укроп и соль по вкусу.

Дзадзики с творогом

250 г нежирной сметаны, 200 г нежирного творога, сок ½ лимона, 100 г свежих огурцов, 100 г репчатого лука, 1 зубчик чеснока, 30 г укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

Сметану хорошо смешать с творогом и лимонным соком. Огурцы очистить, натереть и вмешать в смесь. Очищенный лук и чеснок нарезать как можно мельче, добавить к соусу, хорошо перемешать. Соус приправить мелко нарубленным укропом, посолить и поперчить.

Бешамель

80 г сливочного масла, 2 ст. л. муки, 400 мл молока, щепотка молотого мускатного ореха, молотый белый перец, соль по вкусу

Растопить сливочное масло на небольшом огне. Добавить муку и хорошо перемешать деревянной ложкой. Обжарить 1–2 минуты, пока мука не начнет слегка менять цвет. Медленно влить молоко, постоянно помешивая и разбивая комки. Варить, пока соус не начнет загустевать, постоянно помешивая. Посолить, поперчить и добавить мускатный орех. Подавать к мясу, птице, овощам.

Белый соус к рыбе

250 мл рыбного бульона, 50 г сливочного масла, 1 ст. л. муки, 1,5–2 ст. л. лимонного сока, зелень укропа и петрушки, молотый черный перец, соль по вкусу

Муку обжарить в половине нормы сливочного масла. Развести рыбным бульоном, постоянно помешивая. Варить 10 минут. Посолить, поперчить, добавить лимонный сок и оставшееся масло. Соус тщательно перемешать и процедить. Вмешать измельченную зелень.

Пикантный соус к рыбе

200 г майонеза, 1–2 ч. л. горчицы, 30 г зеленого лука, 100 г маринованных огурцов, зелень петрушки и сельдерея по вкусу

Лук, зелень и огурцы мелко нарезать. Майонез смешать с горчицей. Добавить к нарезанным продуктам, тщательно перемешать.

Грибной соус

200 г боровиков или шампиньонов, 100 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 1 ст. л. муки, 500 мл бульона или кипяченой воды, 2 ст. л. сметаны, зелень петрушки и укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

Очищенный лук мелко нарезать, томить на сливочном масле до мягкости, не жарить. Добавить мелко нарезанные очищенные грибы, жарить до готовности. Всыпать муку, прогреть, перемешать и развести бульоном или водой, постоянно помешивая. Посолить, поперчить, всыпать мелко нарезанную зелень. Затем добавить сметану и хорошо перемешать.

Тартар

2 вареных желтка, 1 сырой желток, 1 ст. л. дижонской горчицы, 1 ст. л. лимонного сока, 150 мл оливкового масла, 2 ст. л. сметаны, 2 ст. л. каперсов, 2 ст. л. измельченных корнишонов, 1 ч. л. мелко нарубленной зелени укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

Натереть вареные желтки на мелкой терке. Добавить сырой желток, горчицу, лимонный сок, взбить до однородной массы. Влить масло порциями, тонкой струйкой, постоянно взбивая венчиком. Вмешать сметану, посолить, поперчить. Добавить каперсы, корнишоны и укроп, перемешать.

Сальса из свежих овощей

2 лайма, 400 г помидоров, 100 г красного лука, 1 стручок перца чили, 3 ст. л. нарезанной кинзы, соль по вкусу

Выжать сок из лаймов. Смешать все мелко нарезанные ингредиенты и оставить на 30 минут.

Сальса из печеных овощей

400 г помидоров, 1 стручок острого перца, 100 г фиолетового лука, 50 г кинзы, 3 ст. л. лимонного сока, 2 зубчика чеснока, 1–2 ст. л. оливкового масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Овощи вымыть, обсушить. Горький перец очистить от семян и перегородок под проточной холодной водой, нарезать, полить оливковым маслом. Запекать овощи 15 минут при 200 °С, остудить. Снять кожицу с помидоров. Измельчить овощи с помощью блендера до грубой консистенции. В томатную смесь добавить лимонный сок, соль, черный свежемолотый перец по вкусу, 1 ст. л. оливкового масла, пропущенный через пресс чеснок. Хорошо все размешать. Мелко нарезать зелень кинзы, добавить в соус. Поставить на 1 час в холод.

Томатная сальса

200 г помидоров, ½ стручка перца чили, 20 г зеленого лука, 1 лайм, 2 ст. л. оливкового масла, молотый кориандр, соль по вкусу

Нарезать и перемешать помидоры, чили и лук. Добавить сок лайма и оливковое масло, посолить и приправить кориандром.

Гуакамоле

4 авокадо, 100 г помидоров, 50 г репчатого лука, 30 г кинзы, 2 зубчика чеснока, 2–3 ст. л. лимонного сока, соль по вкусу

Очищенный чеснок пропустить через пресс, смешать со щепоткой соли. Помидоры, кинзу и лук мелко нарезать. Разрезать авокадо пополам, вынуть косточку, всю мякоть размять в однородную массу, полить лимонным соком. Добавить остальные ингредиенты и перемешать.

Простой томатно-чесночный соус

10 зубчиков чеснока, 200 г томатной пасты, 100–150 мл кипяченой воды, по 20 г петрушки и укропа, щепотка острого перца, соль по вкусу

Пропустить чеснок через пресс. Размешать с томатной пастой, развести водой до желаемой густоты. Добавить острый перец и мелко нарезанную зелень, посолить, еще раз хорошо перемешать.

Имбирно-чесночный соус

100 мл соевого соуса, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. рисового уксуса, 1 ст. л. тертого имбиря, 2 ч. л. кунжутного масла

Смешать соевый соус, измельченный чеснок, лимонный сок, уксус, тертый имбирь и кунжутное масло в небольшой емкости. Отправить в холодильник на 30 минут.

Сметанно-чесночный соус

250 г сметаны, 5 зубчиков чеснока, 30 г укропа, молотый черный перец, соль по вкусу

Зелень укропа промыть и мелко нарезать. Чеснок очистить и измельчить или пропустить через пресс. Хорошо перемешать сметану с укропом и чесноком, приправить солью и перцем.

Сметанно-горчичный соус с коньяком

125 г сметаны, 2 ч. л. острой горчицы, ½ ч. л. горчичного порошка, 10 мл коньяка, молотый черный перец, соль по вкусу, зелень для украшения

Сметану перемешать с горчицей и горчичным порошком, посолить, поперчить. Приправить коньяком и еще раз перемешать. При подаче украсить зеленью.

Сливочно-чесночный соус

400 мл жирных сливок, 4 зубчика чеснока, 30 г сливочного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Масло растопить в сковороде, добавить мелко нарубленный чеснок и обжарить до мягкости. Влить сливки и довести до кипения. Посолить, поперчить и тушить на медленном огне, пока соус не уменьшится в объеме и не загустеет. Подавать теплым или охлажденным.

Сметанно-майонезный острый соус

3 ст. л. сметаны, 2 ст. л. майонеза, 1 маленький стручок перца чили, соль по вкусу

Перец очистить от семян и очень мелко нарезать. Залить сметаной с майонезом, растереть, посолить. Подавать к блюдам из мяса и овощей.

Соус из сметаны с зеленью

125 г сметаны, по 30 г петрушки и укропа, 1 зубчик чеснока, молотый черный перец, соль по вкусу

Очень мелко нарезать зелень и очищенный зубчик чеснока. Немного посолить и помять ложкой. Залить сметаной, хорошо перемешать. Приправить солью и перцем.

Горчично-медовый соус

1 ч. л. горчицы, 1 ч. л. французской горчицы, 1 ст. л. меда, 1 ч. л. виноградного уксуса, 1 ч. л. бальзамического уксуса, 2 ч. л. лимонного сока, 1–2 зубчика чеснока, зелень петрушки по вкусу

Соединить оба вида горчицы. Добавить мед, уксус и лимонный сок. Хорошо перемешать. Зелень очень мелко нарезать, чеснок пропустить через пресс. Добавить чеснок и зелень в соус, тщательно перемешать и дать настояться 10–15 минут.

Соус из йогурта с маслинами

200 мл натурального несладкого йогурта, 30 г маслин, 100 г помидоров, 1 зубчик чеснока, 30 г зеленого лука, молотый черный перец, соль по вкусу

Маслины, помидоры, очищенный чеснок и лук очень мелко нарезать. Залить йогуртом, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Пикантный лимонный соус

200 г майонеза, 1 ч. л. лимонного сока, цедра 1 лимона, 2–3 листика мяты, сахар, молотый черный перец, соль по вкусу

Майонез хорошо смешать с лимонным соком и цедрой. Приправить солью, перцем и сахаром. Добавить мелко нарезанные листья мяты, хорошо перемешать.

Айоли

5 зубчиков чеснока, 3 яичных желтка, 300 мл оливкового масла, 1 ч. л. соли, 1 ст. л. лимонного сока

Чеснок измельчить в блендере, добавить желтки, соль и еще раз взбить, постепенно добавляя оливковое масло, пока соус не загустеет. Переложить в миску и приправить лимонным соком.

Соус барбекю

200 г репчатого лука, 150 г кетчупа, 150 г меда, 50 г сливочного масла, 80 мл воды, 2 ст. л. лимонного сока, молотый черный перец по вкусу

Растопить сливочное масло, добавить мелко нарубленный лук и жарить 4–5 минут до мягкости. Добавить кетчуп, мед, воду, лимонный сок и черный перец. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить, не закрывая крышкой, 10 минут, пока соус не загустеет. Подавать охлажденным.

Соус чили

2–3 стручка перца чили, 3–4 зубчика чеснока, 2 ч. л. сахара, 1 ст. л. винного уксуса, 2 ч. л. оливкового масла, ½ ст. л. крахмала, соль по вкусу

Перец и чеснок нарезать крупными кусочками и измельчить в блендере. Переложить в маленькую кастрюлю, добавить соль, сахар, масло, уксус, крахмал и варить на маленьком огне до закипания. Как только соус начнет закипать, кастрюлю снять с огня и поставить на лед. Подавать охлажденным.

Соус по-французски

200 г репчатого лука, 100 мл белого сухого вина, 100 мл мясного бульона, 30 г сливочного масла, 2 ст. л. порошка горчицы, молотый черный перец, соль по вкусу

Мелко нарезанный лук обжарить на сливочном масле до золотистого цвета. Добавить вино и довести до кипения, оставить томиться на медленном огне, пока луковая масса не уварится до половины объема. Влить горячий бульон, довести до кипения, снова убавить огонь и тушить 15–20 минут, после чего добавить горчицу, соль, перец и тщательно перемешать. Дать настояться 8–10 минут.

Клюквенный соус

200 г сахара, 200 мл воды, 2 стакана ягод клюквы

Размешать в воде сахар и прокипятить 5 минут. Клюкву измельчить в блендере и переложить в получившийся сироп. Дать закипеть и, сделав маленький огонь, варить 5–7 минут, постоянно помешивая.

Соус «Тысяча островов»

1 отварное яйцо, 1–2 зубчика чеснока, 50 г красного лука, 150 г майонеза, 2 ст. л. кетчупа, корнишоны и соус табаско по вкусу

Яйцо натереть на терке. Чеснок измельчить прессом. Лук и корнишоны мелко нарубить. Смешать все ингредиенты. Подавать охлажденным.

Десерты

Яблоки с миндалем

6 крупных яблок, 50 г миндаля, 4–5 ст. л. сахара, 50 г сливочного масла

Яблоки разрезать пополам и удалить сердцевину. В выемки положить по несколько миндальных орехов, присыпать срезы сахаром и положить по кусочку сливочного масла. Завернуть каждую яблочную половинку в фольгу и запекать на решетке 20 минут.

Фруктовые шашлычки в медовом соусе

1 ананас (или 1 банка консервированных ананасов), 2–3 банана, 10 ягод клубники (или других фруктов), 50 г сливочного масла, 4–5 ст. л. меда

Деревянные шпажки вымочить в воде. Ананас очистить, нарезать кубиками. Бананы очистить и нарезать кружочками, ягоды вымыть, обсушить. Если ягоды крупные, разрезать пополам. На шпажки нанизать поочередно кусочки фруктов. Отдельно растопить сливочное масло, добавить в него мед, перемешивая, довести до кипения. Решетку гриля застелить фольгой. Выложить на нее шашлычки и полить медовым соусом. Запекать 5–7 минут. Подавать горячими, полив остатками соуса.

Шашлык из клубники и кусочков бисквита

2 кг свежей клубники, 400 г бисквита, 100 г взбитых сливок, 2 ст. л. коричневого сахара, 6 ст. л. клубничного варенья, цедра лайма по вкусу

Ягоды окунуть в варенье, бисквит нарезать небольшими кубиками. На деревянные шпажки нанизать поочередно клубнику и бисквит. Поджаривать десерт на гриле не более 2 минут, время от времени поворачивая шпажку. Бисквит на гриле должен стать золотистым, со сладкой хрустящей корочкой. Подавать клубничный шашлык со взбитыми сливками, смешанными с коричневым сахаром и тертой цедрой лайма.

Бананово-зефирный тост

2 банана, 1 упаковка белого зефира маршмеллоу, 1 упаковка крекеров (можно заменить несладким печеньем), 10–15 ядер жареного фундука, 2–3 ст. л. шоколадной пасты

Бананы нарезать кружочками, фундук измельчить в крошку. Половину крекеров намазать шоколадной пастой, сверху уложить бананы, посыпать фундуком, далее положить маршмеллоу, сверху накрыть оставшимися крекерами и слегка прижать. Тосты завернуть в фольгу и запекать на гриле около 10 минут, время от времени переворачивая. Снять фольгу и подать.

Яблочный штрудель на гриле

500 г яблок, 2 тонких лаваша, 100 г сливочного масла, 4 ст. л. сахара, 1 ст. л. ванильного сахара, 1 ст. л. молотой корицы, мускатный орех по вкусу

Яблоки вымыть, очистить от кожуры и сердцевины. Нарезать тонкими ломтиками. Выложить на середину лаваша яблоки, посыпать сахаром, ванильным сахаром, корицей и мускатным орехом. Положить кусочки сливочного масла. Завернуть лаваш рулетом. Положить на решетку гриля и обжарить с двух сторон до румяной корочки.

Фрукты с сыром и шоколадом

Для яблочного десерта: 1 яблоко, 50 г творога или мягкого сыра, 50 г темного шоколада

Для грушевого десерта: 1 груша, 50 г полутвердого сыра, 50 г молочного шоколада, 2 ч. л. коньяка

Для украшения: 200 г свежей клубники

Яблоко и грушу разрезать пополам и вынуть мякоть. В каждую половинку груши влить по 1 ч. л. коньяка. Нанизать подготовленные груши и яблоки на две параллельные шпажки, чтобы придать им устойчивость. Заполнить яблоки творогом (или мягким сыром) с тертым темным

шоколадом, а груши – смесью тертого сыра и молочного шоколада. Положить на шампуры или решетку. Как только в яблоках и грушах начнет таять шоколад, снять с огня и украсить клубникой.

Банановый десерт с шоколадом и маршмеллоу

5–6 спелых бананов, 1 плитка темного шоколада (90–100 г), 50 г маршмеллоу, 1 ст. л. кокосовой стружки, ванильное мороженое для подачи

Плитку шоколада разломать на кусочки-сегменты, маршмеллоу нарезать пластинками. Бананы очистить от кожуры, разрезать вдоль пополам. Между половинками уложить шоколад и маршмеллоу, завернуть в фольгу и запекать на решетке или прямо на углях, если они остыли, около 5 минут. Готовое блюдо развернуть, посыпать кокосовой стружкой и подать с мороженым.

Бананы на гриле под шоколадным соусом

4 банана, 60 г сливочного масла, 100 г сахара

Для соуса: 90–100 г шоколада, 100 мл молока (2,5 %), 100 мл сливок (20 %)

Растопить масло на водяной бане, добавить сахар, размешать. Бананы очистить и покрыть маслом. Положить на решетку гриля фольгу, выложить на нее бананы и жарить до образования золотистой корочки. Растопить шоколад на паровой бане, добавить молоко и сливки, хорошо прогреть и размешать до однородности. Подавать бананы с теплым шоколадным соусом и мороженым по вкусу.

Простой американский с'мор

1 упаковка зефира маршмеллоу, 90–100 г шоколада, 1 упаковка крекеров (можно заменить несладким печеньем или вафлями)

Крекеры разломать пополам, плитку шоколада разделить на сегменты. На каждую половину крекера уложить кусочек шоколада. Маршмеллоу нанизать на шампуры и поджарить на углях до золотистой корочки. Затем уложить зефир на одну половинку печенья с шоколадом, накрыть сверху другим печеньем и вынуть шампур. Две половинки крекера слегка прижать, подождать, когда шоколад немного расплавится, выложить на блюдо. Подавать горячим.

Апельсиновые кексы на гриле под крышкой

800 г апельсинов, 200 г муки, 150 мл молока, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, 2 яйца, 200 г сахара, 1,5 ч. л. разрыхлителя для теста, соль по вкусу

Для теста смешать муку, разрыхлитель, соль и сахар. Отдельно взбить сметану и яйца. Продолжая взбивать миксером на низких оборотах, смешать с мучной смесью, влить молоко. Для начинки апельсина вымыть, очистить, дольки разрезать на 2–3 кусочка. Из фольги сделать небольшие формочки, влить в них тесто и положить по кусочку апельсина. Решетку гриля можно дополнительно застелить фольгой. Уложить на нее формочки с тестом. Запекать около 10 минут под крышкой. Подавать в формочках.

Грушевый десерт с сиропом в формочках из фольги

1 кг сочных груш, 1 л напитка «Дюшес», 100–200 г бисквитного печенья, 2–3 стаканчика ванильного мороженого

Печенье перетереть в крошку. Груши вымыть, разрезать, удалить сердцевину, нарезать ломтиками, плотно уложить в алюминиевые формочки. Поставить формочки на решетку гриля и подождать 5–7 минут, когда груши начнут выделять сок. Затем залить напитком, чтобы он покрыл груши. Дать покипеть 3–7 минут, посыпать печеньем. Снять с решетки и подать с шариком мороженого. Чтобы десерт получился ароматнее, можно добавить щепу для копчения. Для этого пригоршню сухой щепы завернуть в фольгу, сделать в ней 1–2 прорези ножом и уложить на угли.

Овсяное печенье на гриле под крышкой

160 г муки, 90 г овсяных хлопьев, 100 г сливочного масла, 1 яйцо, 200 г сахара, 1 ст. л. ванильного сахара, ½ ч. л. разрыхлителя для теста, 90—100 г темного шоколада, 2 ст. л. жареного фундука

Взбить до однородности размягченное сливочное масло, сахар, ванильный сахар и яйцо. Добавить овсяные хлопья, разрыхлитель, тщательно перемешать. Понемногу добавлять муку, помешивая, чтобы не осталось комочков. Шоколад и орехи измельчить и смешать с тестом. Скатать тесто в колбаску, нарезать печенье толщиной 1–1,5 см. Уложить на противень, застеленный пергаментной бумагой, или на фольгу, смазанную маслом. Выпекать на гриле под крышкой при 180 °С около 10 минут. Или в духовке при такой же температуре до готовности.

Яблочный крамбл с грецкими орехами на гриле под крышкой

800 г яблок, 2,5 ст. л. сахара, 2 ст. л. кальвадоса или коньяка, 1 ст. л. лимонного сока, 30 г сливочного масла, 1 щепотка корицы

Для теста: 160 г муки, 100 г сливочного масла, 3 ст. л. сахара, 1 ст. л. молотых грецких орехов

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать ломтиками, выложить в формочки из фольги. Посыпать яблоки сахаром, полить кальвадосом, лимонным соком и растопленным сливочным маслом, перемешать. Чтобы пирог получился ароматнее, можно добавить щепу для копчения. Для этого пригоршню сухой щепы завернуть в фольгу, сделать в ней 1–2 прорези ножом и уложить на угли. Поставить формочки на решетку гриля, накрыть его крышкой и запекать 7–10 минут до полуготовности. Смешать муку с сахаром, добавить сливочное масло, перемешать, всыпать орехи и растереть в крошку. Открыть крышку гриля, убрать яблоки, угли раздвинуть в стороны. Перемешать яблоки и посыпать корицей, крошкой теста. Закрывать крышку гриля и запекать около 15 минут. Подавать горячим с шариком мороженого.

С'мор в фольге на углях

1 упаковка зефира маршмеллоу, 90—100 г шоколада, 1 упаковка крекеров (можно заменить несладким печеньем или вафлями)

Половинку крекера накрыть кусочком шоколада, затем уложить зефир, сверху положить еще кусочек шоколада, накрыть второй половинкой крекера. Завернуть в фольгу и запечь на углях или на гриле в течение 2–3 минут, часто переворачивая. Затем развернуть, слегка остудить и подать.

Яблочный крамбл с овсяными хлопьями на гриле под крышкой

600 г яблок, 2 ст. л. сахара, 2 ст. л. воды, корица по вкусу

Для теста: 1 ст. л. муки, 2,5 ст. л. овсяных хлопьев, 1 ст. л. сахара (лучше взять тростниковый), 30 г сливочного масла

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать кубиками, уложить в форму. Влить воду, посыпать сахаром. Поставить форму на решетку и протушить, часто помешивая, до полуготовности (7–10 минут). Отдельно смешать овсяные хлопья и муку, добавить сливочное масло, тщательно перемешать, добавить сахар и еще раз перемешать. Посыпать яблоки корицей, тестом и запекать около 15–20 минут под крышкой, раздвинув угли в стороны. Чтобы пирог получился ароматнее, рекомендуется добавить щепу для копчения. Для этого пригоршню сухой щепы завернуть в фольгу, сделать в ней 1–2 прорези ножом и уложить на угли.

Крамбл из яблок и слив с овсяными хлопьями на гриле под крышкой

300 г яблок, 200 г слив, 3 ст. л. сахара, 2 ст. л. воды, корица по вкусу

Для теста: 100 г сливочного масла, 3 ст. л. муки, 3 ст. л. сахара, 2 ст. л. овсяных хлопьев, 1 щепотка соли

Яблоки и сливы вымыть, яблоки очистить. Фрукты нарезать кубиками, выложить в форму, влить воду, посыпать сахаром, поставить на решетку. Чтобы десерт получился ароматнее, рекомендуется добавить щепу для копчения. Для этого пригоршню сухой щепы завернуть в фольгу, сделать в ней 1–2 прорези ножом и уложить на угли. Запекать фрукты под крышкой около 7 минут. Отдельно смешать муку и масло, добавить сахар, щепотку соли, растереть. Затем добавить овсяные хлопья и снова растереть. Фрукты посыпать тестом и запекать под крышкой еще около 15 минут.

Запеченные персики с имбирным печеньем

5–6 персиков, 100 г имбирного печенья, 3 ст. л. сахара, 2 ст. л. сливочного масла, ½ ч. л. молотой корицы, 100 мл йогурта

Персики вымыть, удалить косточки, нарезать ломтиками. Уложить в формочки из фольги, посыпать сахаром и корицей, полить растопленным сливочным маслом. Печенье измельчить в крошку, половиной равномерно посыпать персики. Чтобы десерт получился ароматнее, рекомендуется добавить щепу для копчения. Для этого пригоршню сухой щепы завернуть в фольгу, сделать в ней 1–2 прорези ножом и уложить на угли. Формочки поставить на решетку гриля и запекать около 10 минут. Затем десерт разложить по тарелкам, полить йогуртом и присыпать печеньем.

Фруктовый десерт с зефиром маршмеллоу и шоколадом

500 г фруктов (персики, бананы, груши, сливы), 200 г зефира маршмеллоу, 90–100 г молочного шоколада

Фрукты разрезать пополам или на более мелкие кусочки. Шоколад поломать. Сложить фольгу в несколько слоев и сделать из нее небольшие прямоугольные порционные формы. Выложить в формы из фольги кусочки фруктов, маршмеллоу и шоколад. Аккуратно завернуть и запекать на углях или на решетке над ними 10 минут. Подавать десерт в форме, в которой он запекался.

Пирог из слоеного теста с яблоками на гриле под крышкой

400 г готового слоеного теста, 300 г яблок, 1–2 ст. л. сахара, 1 ст. л. сливочного масла, корица по вкусу

Чтобы пирог получился ароматнее, рекомендуется добавить щепу для копчения. Для этого пригоршню сухой щепы завернуть в фольгу, сделать в ней 1–2 прорези ножом. Слоеное тесто выложить на противень, смазанный маслом. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать тонкими ломтиками. На тесто уложить яблоки, посыпать сахаром и корицей. Угли разместить по бокам гриля, на угли уложить щепу, на решетку установить противень. Запекать пирог на решетке гриля под крышкой 15–20 минут.

Фрукты на гриле с коричнево-медовым сметанным соусом

1 кг фруктов (яблоки, груши, сливы, ананасы, персики, манго и т. п.), 3 ст. л. лимонного сока, топленое масло по вкусу

Для соуса: 300 г сметаны (20 %), ½ ч. л. молотой корицы, жидкий мед по вкусу

Сметану посыпать молотой корицей и приправить медом по вкусу. Тщательно перемешать и поставить в холодильник на 1 час или в морозильник на 15–20 минут. Фрукты нарезать порционными кусками, сбрызнуть лимонным соком и дать подсохнуть 15 минут. Затем смазать разогретым топленным маслом и положить на решетку. Готовить фрукты на гриле 3–5 минут. Подавать с соусом.

Трубочки из слоеного теста с творогом и грушей

500 г слоеного теста

Для начинки: 200 г творога, 500 г груш, 3–4 ст. л. сахара, 100 г малины

Слоеное тесто нарезать полосками и обернуть ими формы для трубочек. При отсутствии специальных форм для трубочек их можно изготовить самостоятельно, сформировав конус из фольги. Готовить на гриль-решетке, переворачивая. Для начинки творог растереть с сахаром. Груши очистить от кожицы, нарезать кубиками, добавить в творог, перемешать. Наполнить трубочки начинкой более чем наполовину, сверху добавить малину.

Персики на гриле с карамельным мороженым

10 мелких персиков, 100 г сливочного масла, 2 ст. л. коричневого сахара, карамельное мороженое по вкусу

В сотейнике на маленьком огне растопить сливочное масло, снять с огня и добавить коричневый сахар. Перемешать до растворения сахара. Перелить в большую миску и добавить разрезанные пополам персики без косточек. Хорошо перемешать. Выложить персики на гриль разрезанной стороной вниз и жарить примерно 5 минут, до зарумянивания. Периодически смазывать персики сливочной массой. Перевернуть и готовить еще 4–5 минут, пока персики не станут мягкими и с румяной корочкой. Разложить по тарелкам и подавать с карамельным мороженым.

Персики с медом и соком лайма

4–5 персиков, 1 лайм, 50 г малины, 6 ст. л. жидкого меда, 1 веточка мяты, мороженое по вкусу

Сладкие персики перед запеканием на гриле достаточно разрезать пополам, вынуть из них косточки, но оставить кожуру – так из фруктов будет вытекать меньше сока. Застелить фольгой решетку для гриля, выложить половинки персиков на фольгу. Перемешать мед, цедру и сок лайма и полить соусом персики. Запекать на гриле 5–7 минут, перевернув 1 раз. Переложить персики на блюдо и полить выделившимся при запекании соком. Подавать холодными или горячими с ванильным мороженым. Украсить малиной и мятой.

Ананас с ягодным сиропом на гриле

1 ананас, 200 г пшеничного хлеба, 120 мл ягодного сиропа, 100 г сливочного сыра, 1 ст. л. лимонного сока, щепотка соли, корица, звездика, сахар по вкусу, ягоды для украшения

С ананаса срезать верхушку, очистить от кожуры. Мякоть нарезать аккуратными кольцами. Специи смолоть, смешать с сахаром и солью. Сбрызнуть каждый кусочек ананаса лимонным соком, посыпать пряной смесью. Хлеб нарезать тонкими ломтиками. На разогретый гриль или сковороду-гриль выложить ломтики ананасов и хлеба. Обжарить с двух сторон до образования румяной корочки. Ананасы после переворачивания полить ягодным сиропом. На поджаренный хлеб намазать сливочный сыр, сверху выложить ломтики ананасов, украсить ягодами по вкусу.

Ананасы с медом на гриле

1 свежий ананас или банка консервированных ананасов кольцами, 1 ч. л. меда, 70 г сливочного масла, соль по вкусу

Свежий ананас очистить и нарезать кольцами, с консервированного слить жидкость. В плотный и закрывающийся пакет положить кольца ананаса, добавить мед, растопленное сливочное масло, щепотку соли. Пакет потрясти, чтобы каждый кусочек ананаса был покрыт маринадом. Положить в холодильник на несколько часов. Выложить кусочки ананаса на решетку гриля и запекать по 2–3 минуты с каждой стороны.

Ананас с корицей на гриле

1 ананас, 2 ст. л. сахара, ½ ч. л. молотой корицы, ванильное мороженое по вкусу

Очистить ананас от кожуры и нарезать произвольно – кольцами (для приготовления на решетке гриля) или крупными кубиками (для шашлыка на мангале). Готовить на среднем огне по 3–5 минут с каждой стороны, так, чтобы ананас только схватился снаружи, а внутри оставался сочным. Готовый ананас со всех сторон посыпать смесью сахара и корицы и подавать горячим с шариком ванильного мороженого.

Фруктовый салат в ананасе

1 ананас, 200 г консервированных персиков, 100 мл сиропа от консервированных персиков, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. сахара, по ½ ч. л. молотой корицы и гвоздики, щепотка соли, щепотка черного перца, сливочное мороженое, свежие ягоды по вкусу

Смешать сахар с солью и молотыми специями. Ананас разрезать вдоль на половинки, срезать верхушку, вырезать часть мякоти, чтобы получились лодочки. Натереть их внутри лимонным соком и частью пряной смеси. Обжарить на разогретом гриле, поливая сиропом от консервированных персиков. Персики посыпать остатками пряной смеси, обжарить на гриле до румяных подпалин. Выложить внутрь ананасовых лодочек, добавить свежие ягоды и шарик мороженого.

Фруктовое ассорти в фольге

1 яблоко, 1 груша, 1 апельсин, 1 грейпфрут, 2–3 ст. л. сахара, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. рома или коньяка, листики мяты для украшения

Яблоко и грушу очистить, сердцевину удалить, мякоть нарезать ломтиками. С апельсина и грейпфрута снять кожуру и белую пленку. Полить фрукты лимонным соком, коньяком или ромом, посыпать сахаром. Разделить на 4 порции, каждую выложить на лист фольги. Хорошо завернуть. Выложить пакеты на угли, запекать 3–5 минут. Подавать, развернув фольгу и украсив листиками мяты.

Блюда для детей

Горячие бутерброды с творогом и овощами

8 ломтиков хлеба для тостов, 200 г творога, 100 г салатного лука, 100 г помидоров, 100 г цукини, 3 ст. л. жирных сливок или сметаны, 20 г укропа, 1 ч. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Помидоры нарезать кружочками, лук – полукольцами. Цукини очистить, нарезать кружочками, посолить, поперчить, полить маслом и оставить на 10 минут. Творог растереть со сливками или сметаной. Добавить соль, молотый перец, мелко нарубленный укроп и перемешать. На сковороде-гриль или решетке над углями подсушить хлеб с двух сторон. Затем обжарить цукини и кружочки помидоров. Собрать бутерброды. Горячие ломтики хлеба смазать творожной массой. На один ломтик хлеба положить кружочек помидора, цукини, лук и накрыть вторым ломтиком. Повторить со всем хлебом. Подавать бутерброды в горячем виде.

Конвертики из лаваша с сыром сулугуни на мангале

3 тонких лаваша, 300 г сыра сулугуни, 150 г помидоров, 30 г укропа

Натереть сыр на крупной терке, укроп мелко нарезать и смешать с сыром. Листы лаваша разрезать (если большие) и разложить на один край сырно-укропную начинку. Сверху разложить помидоры, нарезанные тонкими ломтиками. Завернуть подготовленный лаваш так, чтобы получился конвертик. Выложить на решетку и обжарить с двух сторон до зарумянивания. Можно нарезать или аккуратно разломить на порционные кусочки.

Лаваш с куриной начинкой

350 г пшеничной муки, 150–200 мл воды, 40 мл минеральной воды с газом, 1 ч. л. сухих дрожжей, сахар и соль по вкусу

Для начинки: 300 г куриного филе, 80—100 г твердого сыра, 50 г репчатого лука, 2 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки, соль по вкусу

Для приготовления лаваша дрожжи растворить в теплой воде, добавить немного муки и сахара, дать постоять около 1 часа. Муку смешать с солью, добавить в дрожжи. Замесить тесто, накрыть кухонным полотенцем и оставить на 20–30 минут. Раскатать тонкую лепешку и выпекать 20 минут на гриле. Для приготовления начинки отварить и мелко нарезать куриное филе, добавить натертый на мелкой терке сыр, мелко нарезанный лук, зелень петрушки и соль. Хорошо перемешать. Лаваш разрезать на два коржа. Равномерно распределить начинку по коржу, накрыть вторым коржом и слегка прижать. Положить лаваш на решетку и запекать на гриле около 8 минут, до расплавления сыра. При подаче разрезать на порционные кусочки.

Булочки с мясной начинкой на гриле

4 булочки для бургеров, 400 г говядины, 120 г твердого сыра, 100 г сладкого перца красного цвета, 100 г сладкого перца желтого цвета, 20 г зеленого лука, молотая паприка, молотый черный перец, соль по вкусу

Говядину мелко нарубить, посолить, приправить черным перцем и паприкой. Хорошо перемешать. У булочек срезать верхнюю часть, как «крышку». Мякоть частично вынуть, наполнить булочки рубленным мясом. Завернуть булочки в фольгу, жарить на решетке гриля около 20 минут. Сыр нарезать ломтиками, лук и сладкий перец – небольшими кусочками. Фольгу осторожно раскрыть, выложить на фарш кусочки лука, перца и сыра. Подержать над углями до расплавления сыра.

Бургеры с курицей и брынзой

4 булочки для бургеров, 500 г курятины, 100 г брынзы, 100 г репчатого лука, 100 г помидоров, 4 небольших листа салата, 2 ст. л. измельченного базилика, 4 ст. л. майонеза или сметаны, 1 ст. л. растительного масла, паприка, молотый черный перец, соль по вкусу

Курицу и очищенный лук пропустить через мясорубку, посолить, приправить специями и хорошо перемешать. Сформовать из фарша 4 котлеты, положить в холодильник на 30 минут. Смешать майонез или сметану с измельченным базиликом. Котлеты смазать маслом и обжарить над углями или на сковороде-гриль до готовности. Булочки разрезать вдоль, подсушить срезы на сковороде или над углями. Смазать срезы соусом с базиликом. На нижнюю половинку булочки положить лист салата. На него котлету, ломтик брынзы, кружочек помидора. Накрыть верхней половинкой булочки. Сколоть шпажкой и подавать на стол.

Бургеры с котлетой из индейки

4 булочки для бургеров, 4 ломтика сыра, 2 листа салата, 150 г помидоров, 100 г огурцов

Для соуса: 6 ст. л. сметаны, 1 ч. л. неострой горчицы, 2 ч. л. рубленой зелени, соль по вкусу

Для котлет: 500 г индюшиного фарша, 100 г твердого сыра, 100 г репчатого лука, 2–3 ст. л. панировочных сухарей, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль по вкусу

Для соуса смешать сметану с горчицей и зеленью, посолить. Приготовить котлеты. Мелко нарезать лук, томить на масле до прозрачности, не жарить. Смешать лук с фаршем и натертым сыром, посолить, поперчить. Всыпать панировочные сухари до желаемой густоты, хорошо вымесить. Сформовать 4 котлеты чуть большего диаметра, чем булочки. Слегка вдавить каждую в центре. Положить в холодильник на 30 минут. Затем обжарить на гриле до готовности. На горячие котлеты положить по ломтику сыра. Булочки разрезать вдоль, подсушить срезы на гриле. Смазать нижнюю часть булочки соусом. Выложить нарезанный полосками салат и кружочки огурцов. Сверху положить котлету с сыром, на нее ломтики помидора. Накрыть второй половинкой булочки. Скрепить бургеры шпажками и подавать на стол горячими.

Спиральки из слоеного теста

500 г слоеного теста, 100 г твердого сыра, соль по вкусу

Замочить бамбуковые шпажки в воде на 30 минут. На мелкой терке натереть твердый сыр. Готовое слоеное тесто разморозить, развернуть и нарезать полосками толщиной 1–2 см и длиной 15–20 см. Полоски теста обернуть спиралью вокруг бамбуковых шпажек, оставляя зазор не менее 1 см между витками спирали. Готовить над углями до золотистого цвета. Горячие спиральки посыпать сыром и солью.

Куриные бургеры с кукурузой

6 маленьких булочек для бургеров

Для котлет: 400 г куриного фарша, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 1 булочка для гамбургеров, 200 г замороженной или консервированной кукурузы, 3 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Лук мелко нарезать и слегка обжарить в растительном масле. Измельчить 1 булочку для гамбургеров в мелкую крошку. В куриный фарш добавить яйцо, обжаренный лук, крошку и соль. Тщательно перемешать. Добавить кукурузу, перемешать и сформовать 6 круглых котлет по размеру булочек. Смазать котлеты растительным маслом, выложить на решетку гриля и запекать над углями до готовности, около 10 минут, перевернув 1 раз. Булочки для бургеров разрезать на 2 части, срезы подсушить на решетке для гриля. Готовые котлеты положить между половинками булочек.

Охотничий хлеб с травами

400 г пшеничной муки, 250 мл воды, 7 г сухих дрожжей, 50 г укропа и петрушки, 3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сахара, 1 яичный желток (для смазывания), соль по вкусу

В чаше с теплой водой распустить дрожжи, добавить сахар и 3–4 ст. л. муки. Перемешать и дать опаре подняться в течение 10 минут. Добавить в опару мелко нарезанную зелень, масло, перемешать. Муку просеять и замесить мягкое тесто. Дать тесту увеличиться в 2 раза. Готовое тесто разделить на 8–10 частей. Каждую часть скатать в жгут, смазав руки растительным маслом. Жгуты намотать на подготовленные шпажки. При выпекании в духовке уложить шпажки на бортики формы так, чтобы тесто не касалось дна. Смазать хлеб желтком, разведенным 2 ст. л. воды. Выпекать в заранее разогретой до 180–200 °С духовке примерно 30 минут. При выпекании на мангале тесто накрутить на шампуры, не смазывать желтком. Выпекать на не слишком горячих углях, переворачивая.

Охотничий хлеб с овощами

400 г пшеничной муки, 250 мл воды, 7 г сухих дрожжей, 100 г репчатого лука, 100 г помидоров, 50 г сладкого перца, 1 яичный желток (для смазывания), 3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сахара, соль по вкусу

В чаше с теплой водой распустить дрожжи, добавить сахар и 3–4 ст. л. муки. Перемешать и дать опаре подняться в течение 10 минут. Добавить в опару масло, перемешать. Муку просеять и замесить мягкое тесто. Дать тесту увеличиться в 2 раза, добавить мелко нарезанные овощи. Готовое тесто разделить на 8–10 частей. Каждую часть скатать в жгут, смазав руки растительным маслом. Жгуты намотать на подготовленные шпажки. При выпекании в духовке уложить шпажки на бортики формы так, чтобы тесто не касалось дна. Смазать хлеб желтком, разведенным 2 ст. л. воды. Выпекать в заранее разогретой до 180–200 °С духовке примерно 30 минут. При выпекании на мангале тесто накрутить на шампуры, не смазывать желтком. Выпекать на не слишком горячих углях, переворачивая.

Охотничий хлеб зерновой

400 г пшеничной муки, 250 мл воды, 7 г сухих дрожжей, 3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сахара, 1 яичный желток, семена льна, кунжута, подсолнечника, соль по вкусу

В чаше с теплой водой распустить дрожжи, добавить сахар и 3–4 ст. л. муки. Перемешать и дать опаре подняться в течение 10 минут. Добавить в опару масло, перемешать. Муку просеять и замесить мягкое тесто. Дать тесту увеличиться в 2 раза. Добавить кунжут, семена льна,

подсолнечника – на ваш выбор. Готовое тесто разделить на 8—10 частей. Каждую часть скатать в жгут, смазав руки растительным маслом. Жгуты намотать на подготовленные шпажки. При выпекании в духовке уложить шпажки на бортики формы так, чтобы тесто не касалось дна. Смазать хлеб желтком, разведенным 2 ст. л. воды. Выпекать в заранее разогретой до 200 °С духовке примерно 30 минут. При выпекании на мангале тесто накрутить на шампуры, не смазывать желтком. Выпекать на не слишком горячих углях, переворачивая.

Кесадилья с курятиной

4 лепешки тортилья или 2 лаваша, 500 г фарша из куриного филе, 300 г твердого сыра, 200 г помидоров, 3 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки, 4 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Помидоры нарезать мелкими кубиками, предварительно обдав кипятком и сняв кожицу. Куриный фарш обжарить на сковороде с растительным маслом в течение 15 минут. Добавить помидоры и соль. Жарить еще 3–4 минуты. Остудить жареный фарш, при необходимости слить образовавшуюся жидкость. Сыр натереть на мелкой терке, добавить зелень петрушки. На одну половину лепешки или лаваша выложить слой сыра, затем фарш. Сложить лепешку пополам, при желании слегка смазать растительным маслом. Обжарить кесадилью на сухой сковороде-гриль или на решетке над углями с обеих сторон до расплавления сыра. Готовую кесадилью разрезать на 3–4 части.

Шотландская булочка с мясом

1 булочка, 200 г куриного филе, 150 г кислых яблок, 2 ст. л. цитрусового джема, 1 ст. л. неострой горчицы, соль по вкусу

Обжарить на гриле куриное филе или взять несколько подходящих кусочков уже готового неострого шашлыка. Мясо немного остудить. Яблоки очистить, нарезать ломтиками, припустить в небольшом количестве воды до мягкости. Нарезать мелкими кубиками и добавить к яблокам цитрусовый джем. Мясо нарезать небольшими тонкими ломтиками, булочку разрезать вдоль пополам. На каждую половинку булочки положить яблоко с джемом. Сверху положить кусочки курицы и намазать ее неострой горчицей.

Мясной пирог на гриле

500 г куриного филе или другого мяса, 2 листа тонкого лаваша, 200 г помидоров, 6 яиц, 100 г репчатого лука (по желанию), 5 ст. л. детского кетчупа, 100 г твердого сыра, 50 г укропа и петрушки, соль по вкусу

Мясо разрезать на небольшие кусочки и приготовить на гриле либо использовать кусочки готового неострого шашлыка. Нарезать помидоры полукруглыми ломтиками, лук – полукольцами. Добавить яйца, кетчуп, натертый на крупной терке сыр, зелень и мелко нарезанное мясо. Хорошо перемешать. Добавить соль по вкусу. Разложить на решетке лаваша внахлест, выложить начинку, закрыть конвертом. Угли должны быть не слишком горячие, чтобы лаваш не сгорел, а начинка пропеклась. Запекать около 15 минут, постоянно переворачивая решетку. Если лаваш все же будет подгорать, сбрызнуть его водой. Снять с огня готовый пирог, дать немного остыть. Нарезать порционно.

Тарталетки-ассорти с сыром

20–25 готовых тарталеток из песочного теста, 100 г твердого сыра, 100 г сладкого перца, 100 г помидоров черри, 50 г зеленого горошка, 30 г укропа и петрушки, 200 мл молока, 3 яйца, соль по вкусу

Сладкий перец нарезать мелкими кубиками, помидоры черри разрезать пополам, зелень мелко нарубить. Разложить в тарталетки подготовленный перец, зеленый горошек и половинки черри, добавить зелень. Яйца взбить, добавить молоко, натертый сыр и соль. Залить тарталетки яичной смесью. При использовании духовки выпекать при 180 °С до готовности, примерно

20 минут. При приготовлении на гриле тарталетки запекать до зарумянивания сыра. Подавать теплыми.

Гриль-закуска из кабачка в тесте

500 г слоеного теста, 200 г кабачков, 50 г твердого сыра, 30 г зеленого лука, 20 г петрушки, соль по вкусу

Кабачок очистить от кожуры, нарезать кружочками толщиной 1 см, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, перемешать и оставить на 15 минут. Раскатать тесто, на половине теста разложить кружочки кабачка, оставляя между ними значительные промежутки. На кабачки выложить рубленый лук, натертый на мелкой терке сыр, по желанию посолить. Накрыть второй половиной теста и примять промежутки между кружочками кабачка. Разрезать на порционные кусочки, прижать края, используя вилку. Готовить на гриль-решетке, один раз перевернув.

Блинчики с сосиской и сыром

1 сосиска, 1 блинчик, твердый сыр по вкусу

На блинчик положить сосиску, обильно посыпать ее тертым сыром. Завернуть блинчик. Обжарить со всех сторон на мангале до золотистого цвета.

Сосиски в тесте

10 сосисок, 250 г слоеного бездрожжевого теста, 1 яичный желток, 1–2 ст. л. воды или молока

Разогреть духовку до 200 °С. Тесто раскатать и нарезать полосками шириной 1 см. Сосиски очистить от оболочки. Плотнo обернуть каждую тестом по спирали. Выложить на застеленный пергаментом или фольгой противень. Желток размешать с водой или молоком, смазать тесто. Выпекать 10–15 минут.

Котлеты на картофельных лепешках

300 г куриного фарша, 1 яйцо, 50 г батона, 30 мл молока, соль по вкусу

Для лепешек: 300 г картофеля, 1 яйцо, 150 г муки, 1 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Для подачи: 100 г твердого сыра, 200 г помидоров

Для приготовления котлет смешать фарш, батон, размоченный в молоке, яйцо. Добавить соль по вкусу. Тщательно перемешать и поставить в холодильник на 30 минут. Сформовать котлеты. Для приготовления лепешек картофель отварить в мундире, натереть на мелкой терке, добавить яйцо, растительное масло, соль, муку. Замесить крутое тесто. Сформовать лепешки и выложить на присыпанную мукой поверхность. Обжаривать котлеты и лепешки на гриле с двух сторон до готовности. На готовые лепешки выложить по кружочку помидора, котлету и посыпать тертым сыром.

Сулугуни в лаваше

350 г сыра сулугуни, 2 больших армянских лаваша, 30 г укропа и петрушки, соль по вкусу

Сыр нарезать тонкими кусочками. Лаваш разрезать на прямоугольники (примерно 18 × 20 см), их количество будет соответствовать количеству порций. Выложить по центру 2–3 кусочка сыра и сверху посыпать свежей зеленью. Плотнo завернуть лаваш и выложить на решетку. Готовить около 15 минут или пока сыр не расплавится.

Лаваш на гриле с помидорами и сыром

2 тонких лаваша, 300 г адыгейского сыра, 200 г помидоров, 50 г красного лука, 30 г петрушки, соль по вкусу

Адыгейский сыр раскрошить или натереть на терке. Помидоры нарезать небольшими кубиками. Красный лук мелко нарезать, зелень петрушки нарубить. Смешать все ингредиенты для начинки. Завернуть сырную смесь в два тонких лаваша и обжарить на гриле до золотистого цвета.

Пита на гриле с помидорами и моцареллой

6 лепешек пита диаметром 15 см или 2–3 грузинских лаваша, 300 г помидоров, 50 г сыра моцарелла, 3 ст. л. мелко нарезанного фиолетового базилика, 4 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука, 2 ст. л. мелко нарезанного зеленого базилика, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Слегка смазать каждую питу маслом. Нарезать помидоры кубиками, натереть сыр на терке. Сделать в лепешках надрезы сбоку и вложить в получившиеся кармашки помидоры, зеленый лук, базилик и по 2–3 ст. л. тертого сыра. Положить лепешки на гриль и готовить 6–8 минут. За это время сыр должен расплавиться. Подавать горячими.

Круассаны с куриной котлетой

6 круассанов без начинки, 500 г куриного фарша, 100 г твердого сыра, 100 г творога, 2 ст. л. сметаны (20%), 100 г помидоров, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки, 3 ст. л. панировочных сухарей, 2 ст. л. растительного масла, несколько листьев салата, соль и розмарин по вкусу

Лук мелко нарубить либо измельчить с помощью терки или блендера. Твердый сыр натереть на терке. Творог растереть со сметаной до состояния однородной массы. Смешать куриный фарш, творог, панировочные сухари, лук, соль, розмарин, сыр и петрушку в большой миске. Хорошо перемешать и сформовать 6 одинаковых овальных котлет. Смазать котлеты растительным маслом и запекать на гриле в течение 4 минут с каждой стороны или до подрумянивания. Помидоры нарезать полукруглыми ломтиками. Круассаны надрезать вдоль, положить в надрез котлету, лист салата и кусочек помидора.

Курица на мангале в сливовом маринаде

1 кг курятины

Для маринада: 2 зубчика чеснока, 4 ст. л. сливового джема, 2 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. сладкой паприки, соль по вкусу

Чеснок измельчить, добавить сливовый джем, лимонный сок и сладкую паприку. Курятину нарезать на кусочки, залить маринадом и перемешать. Оставить на 2 часа мариноваться. Выложить на решетку гриля и жарить до готовности. Подавать с овощным салатом или с овощным ассорти.

Куриный шашлык на шпажках

600–700 г куриной грудки, 2–3 зубчика чеснока, 3 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла, щепотка молотого черного перца, щепотка паприки, соль по вкусу

Замочить деревянные шпажки в воде минимум на 30 минут. Куриную грудку без кожи нарезать кубиками примерно 1,5 × 1,5 см, посыпать перцем, паприкой. Чеснок пропустить через пресс, смешать с лимонным соком. Добавить к курице, перемешать. Оставить мариноваться в холодильнике на 30–90 минут. Посолить. Нанизать курицу на шпажки. Жарить на мангале на решетке над углями, переворачивая и поливая маринадом. Также можно обжарить на сковороде-гриль.

Куриные лодочки с куриной печенью

250 г куриного филе, 250 г куриной печени, 50 г твердого сыра, 100 г репчатого лука, 20 г укропа, 4 ст. л. манной крупы, 1 ч. л. муки, 1 ст. л. сметаны, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Куриную грудку разделить на порционные куски. В каждом кусочке сделать надрез. Печень и лук измельчить при помощи мясорубки. Добавить манную крупу, муку и соль по вкусу. Дать постоять 40 минут, добавить нарезанный укроп и сметану. Выложить кусочки филе на разогретую сковороду с растительным маслом, раскрыв надрез сверху. В надрез выложить печеночную начинку, так чтобы она заполнила углубление, но не вытекала. Запекать в разогретой до 180 °С духовке, пока верхний слой печеночной начинки не станет твердым. Добавить новый слой печеночной начинки, запекать еще несколько минут. Посыпать тертым сыром и запекать на гриле до образования румяной корочки.

Медовая курица на мангале

800 г курятины (ножки, крылья, бедра), 1 ст. л. меда, 1 зубчик чеснока, 4 ст. л. лимонного сока, соль по вкусу

Смешать мед, измельченный чеснок и лимонный сок. Мариновать курятину в течение нескольких часов в холодильнике. Маринованную курятину разложить на решетке для гриля, готовить на углях, переворачивая решетку, до зарумянивания.

Лодочки из перца на гриле с двумя сырами

400 г сладкого болгарского перца, 200 г моцареллы, 120 г брынзы, ½ зубчика чеснока, 1 ст. л. сушеной зелени орегано (душицы), 3 ст. л. оливкового масла, соль по вкусу

Разрезать перец пополам и сбрызнуть оливковым маслом. Нарезать моцареллу кубиками, брынзу раскрошить, соединить оба вида сыра. Добавить по желанию соль, мелко нарубленный чеснок и орегано. Перемешать. Наполнить половинки перца сырной смесью и готовить на решетке на чуть остывших углях 6–8 минут.

Курица с сельдереем и сыром

300–400 г куриного филе, 300 г куриных бедер, 150 г твердого сыра, 2 крупных стебля сельдерея, 1 яйцо, 4 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Куриное филе и бедра предварительно отварить или запечь. Отделить мясо куриных бедер от кости и мелко нарезать. Куриное филе нарезать поперек волокон на кусочки толщиной 1–1,5 см. Стебли сельдерея мелко нарезать, сыр натереть на терке. В миске перемешать яйцо с солью, добавить растительное масло, перемешать. В яичную смесь добавить измельченное мясо куриных бедер, 2 ст. л. измельченного сыра и сельдерей. Перемешать. Положить кусочки куриного филе на решетку, покрытую фольгой. Выложить примерно по 1,5–2 ст. л. мясной смеси на каждый кусочек филе. Запекать на гриле 5–7 минут. Посыпать каждый кусочек 1 ст. л. измельченного сыра. Запекать над углями, пока сыр не расплавится.

Рыбные рулеты на мангале

500 г филе рыбы, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 100 г сливочного масла, 1 ст. л. мелко нарезанной зелени укропа

Для соуса: 30 г зеленого лука, 30 г петрушки, 10–15 зеленых оливок, 1 зубчик чеснока, 3 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. бальзамического уксуса, соль по вкусу

Филе рыбы и лук измельчить с помощью мясорубки. Добавить яйцо и соль. Хорошо перемешать фарш, накрыть и поместить в прохладное место. Масло комнатной температуры смешать с укропом, сформовать колбаску, завернуть в пищевую пленку и поместить в холод на 30 минут. Для соуса измельчить зеленый лук, петрушку, оливки и чеснок. Добавить оливковое масло и бальзамический уксус. Застывшую колбаску из сливочного масла и укропа разрезать на небольшие кусочки. Из рыбного фарша сформовать рулеты, вложив внутрь кусочек сливочного масла с укропом. Затем выложить рулеты на решетку для гриля и жарить на тлеющих углях до готовности. Подавать с соусом.

Куриные котлеты с яблоком

500 г куриного филе, 150 г яблок, 1 яйцо, 1 ст. л. измельченной зелени петрушки, 1 ст. л. крахмала, 1 ст. л. меда, 1 ст. л. апельсинового сока, 1 зубчик чеснока, душистый перец, соль по вкусу

Измельчить куриное филе. Яблоко натереть на мелкой терке, слегка отжать. Смешать, фарш, яблоко, мелко нарезанную петрушку, яйцо, крахмал, душистый перец, соль и чеснок, пропущенный через пресс. Тщательно перемешать, поставить в холодильник на 20 минут. На противень, застеленный пекарской бумагой, или на решетку для гриля выложить шарики из фарша размером с грецкий орех. Запекать на гриле или в предварительно разогретой духовке при 225 °С 15 минут. Смешать мед и сок апельсина. По истечении 15 минут смазать приготовленным соусом котлеты и готовить еще 5 минут.

Филе индейки с брокколи

350 г филе индейки, 200 г брокколи, 100 г репчатого лука, 1 ст. л. растительного масла, 2–4 ст. л. лимонного сока, сахар, соль по вкусу

Нарезать филе на пласты толщиной 2–3 см. Сделать в каждом кусочке боковой надрез, образуя карман. Влить в каждый карман примерно по 1 ч. л. лимонного сока и отложить. Приготовить начинку. Брокколи отварить и нарезать. Лук нарезать полукольцами, обжарить на растительном масле, посыпав сахаром. Добавить брокколи, жарить 3–5 минут, аккуратно перемешивая. Нафаршировать начинкой кармашки индейки. Жарить на седых углях по 5–7 минут с каждой стороны. Готовые филе посолить по вкусу.

Кукуруза с соусом из сыра фета

8 початков кукурузы, 2–3 ст. л. растительного масла

Для соуса: 100 г сыра фета, 20 г петрушки, 3 ст. л. лимонного сока, соль по вкусу

Раскрошить сыр фета, соединить его с измельченной зеленью и лимонным соком, добавить соль по вкусу, перемешать. Кукурузу предварительно отварить до готовности, смазать при помощи кисточки растительным маслом. Положить на решетку и жарить, постоянно переворачивая, около 10 минут (зернышки должны подрумяниться). Готовую кукурузу подавать с соусом.

Кукуруза с сыром и зеленью на гриле

4 початка кукурузы, 50 г растопленного сливочного масла, 80–100 г твердого сыра, 2 ст. л. мелко нарезанной свежей зелени укропа и петрушки, соль по вкусу

Кукурузу залить холодной водой. Посолить, довести до кипения и варить до готовности. Кукурузу немного остудить – так, чтобы было комфортно держать ее в руках. Растопить сливочное масло. Смазать кукурузу сливочным маслом, присыпать зеленью, солью и выложить на решетку. Готовить на жару до золотистого цвета, время от времени переворачивая початки. Натереть твердый сыр на мелкой терке. Готовую кукурузу снять с решетки и посыпать сыром.

Шашлык из курицы с ананасами

800 г куриного филе, 600 г (1 банка) консервированных ананасов

Для маринада: 3 ст. л. меда, 50 мл минеральной воды с газом, 3 ст. л. ананасового сока (сиропа от консервированных ананасов), 1 ст. л. лимонного сока, соль по вкусу

Разрезать куриное филе вдоль пополам, каждую половину разрезать поперек на 4 части. На каждую шпажку нанизать, чередуя, кусочки ананаса и куриного филе. Мед слегка подогреть и смешать с минеральной водой, ананасовым и лимонным соком. Шашлыки положить в маринад и оставить на 6–8 часов. Обжарить шашлыки на гриле по 4–5 минут с каждой стороны, периодически смазывая маринадом.

Куриный шашлык с овощами

500 г куриного филе, 200 г сладкого перца, 12–15 помидоров черри

Для маринада: 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Лимонный сок смешать с маслом, добавить соль. Куриное филе крупно нарезать, залить маринадом и оставить на 30 минут. Сладкий перец очистить от плодоножки и семян, нарезать крупными кубиками. На шампуры нанизать, чередуя, куриное филе, перец и помидоры. Обжарить шашлыки на гриле до готовности. Подавать с лавашем и зеленью.

Куриные сердечки на шпажках

300 г куриных сердечек, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. апельсинового сока, 1 ч. л. сушеного молотого имбиря, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. семян кунжута

Обрезать жирную часть куриных сердечек, выложить в чашу или контейнер. Для маринада измельчить чеснок, добавить имбирь, апельсиновый сок, растительное масло и перемешать. Залить сердечки маринадом, накрыть крышкой и оставить на 30 минут в прохладном месте. Шпажки замочить в воде на 30–40 минут. Сердечки нанизать на шпажки и жарить на мангале до готовности. Подавать, посыпав кунжутом.

Куриный шашлык на пару

500 г куриного филе, 2 ст. л. меда, 2 ст. л. лимонного сока, 1 зубчик чеснока (по желанию), соль по вкусу

Куриное филе нарезать крупными кубиками, залить соком лимона, добавить растопленный мед, соль и, по желанию, измельченный чеснок. Перемешать и поместить в прохладное место на 2 часа. Нанизать кусочки куриного филе на шампуры, оставляя между ними расстояние до 1 см. Разложить шампуры на казане с кипящей водой, периодически переворачивать во время приготовления. Поддерживать интенсивное кипение воды в казане до готовности шашлыка.

Шашлык из перца, кабачков и шампиньонов

100 г желтого сладкого перца, 100 г красного сладкого перца, 100 г зеленого сладкого перца, 250 г цукини, 200 г шампиньонов, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. оливкового масла, 2 ст. л. лимонного сока, соль по вкусу

Сладкий перец разрезать пополам, удалить семена и перегородки, нарезать кусочками шириной около 2,5 см. Нарезать цукини кружочками толщиной 1 см, лук разрезать на 4 части. Крупные шампиньоны разрезать пополам. Подготовленные овощи и грибы сбрызнуть лимонным соком и оливковым маслом, посыпать солью. Накрыть крышкой, встряхнуть и оставить на 10 минут. Попеременно нанизать на шпажки кусочки овощей и грибов, полить маринадом и положить на гриль. Жарить 5–7 минут, поворачивая шашлыки, пока овощи не начнут подрумяниваться. Подать горячими, украсив зеленью по вкусу.

куриные шашлыки в глазури

1 кг куриного филе

Для соуса: 50 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. измельченного свежего корня имбиря, 1–2 ст. л. детского кетчупа, 100 г коричневого сахара, 3 ст. л. лимонного сока, 3 ст. л. растительного масла, ¼ ч. л. молотой паприки, соль по вкусу

Замочить бамбуковые шпажки в воде на 20 минут. Мелко нарезать лук и обжарить в растительном масле около 7 минут. Добавить чеснок и имбирь, жарить около 1 минуты. Добавить кетчуп, паприку, коричневый сахар, тушить 8 минут, влить лимонный сок и тушить еще 2 минуты. Дать соусу остыть. Куриное филе нарезать крупными кубиками, добавить половину соуса, хорошо перемешать, плотно накрыть крышкой или поместить в пакет и завязать. Положить в прохладное место на 6–8 часов. Нанизать кусочки куриного мяса на шпажки, положить над углями и жарить около 5–7 минут с одной стороны. Затем перевернуть шашлыки и обмазать их оставшимся соусом. Продолжать жарить шашлыки, периодически переворачивая и обмазывая соусом, пока соус не карамелизуется.

Картофельные сердечки

600 г картофеля, 4–5 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. семян тмина (по желанию), соль по вкусу

Картофель нарезать вдоль на пластины толщиной 1 см. С помощью формочки для печенья вырезать из картофельных пластин сердечки (можно использовать формочку из любого материала и любой формы, но с достаточно острым краем). Обрезки картофеля можно использовать для приготовления картофельного пюре или супа. Картофельные сердечки варить в течение 3–5 минут. Затем воду слить, картофель остудить, посолить, посыпать тмином и полить растительным маслом. Хорошо перемешать и оставить на 5 минут. Картофель в масле разложить на покрытой фольгой решетке и жарить на гриле 20–25 минут, либо нанизать на заранее замоченные шпажки и готовить до появления золотистой корочки.

Оладьи с сосисками на палочках

5 сосисок, 1 яйцо, 250 мл кефира, 200–250 г муки, ½ ч. л. соды, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Деревянные шпажки замочить в воде на 30 минут. Яйцо взбить, добавить соль, кефир, взбить венчиком. Всыпать муку, добавить соду, перемешать. Должно получиться достаточно густое тесто. Сосиски нарезать кружочками. В тесто влить растительное масло. Большой ложкой выложить тесто для оладий на разогретую сковороду с маслом, сверху на каждую порцию положить кружочки сосисок и шпажку. Жарить почти до готовности с двух сторон, аккуратно перевернув. Подготовленные оладьи на шпажках довести до готовности на решетке гриля.

Оладьи с изюмом и яблоком на шпажках

150 г яблок, 30 г изюма, 250 мл кефира, 1 яйцо, 200–250 г муки, 4–6 ст. л. сахара, ½ ч. л. соды, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Деревянные шпажки замочить в воде на 30 минут. Яйцо взбить, добавить соль, сахар, кефир, взбить венчиком. Всыпать муку, добавить соду, перемешать, добавить изюм, перемешать. Должно получиться достаточно густое тесто. Яблоко нарезать мелкими кубиками. В тесто влить растительное масло. Большой ложкой выложить тесто для оладий на разогретую сковороду с маслом, сверху на каждую порцию положить кусочки яблока и шпажку. Жарить почти до готовности с двух сторон, аккуратно перевернув. Подготовленные оладьи на шпажках довести до готовности на решетке гриля.

Тефтели на гриле

500 г мясного фарша, 100 г репчатого лука, 2 ст. л. мелко нарезанной петрушки, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Измельчить лук и вмешать его в фарш. Добавить зелень петрушки и соль. Готовый фарш поставить в холодильник на 3–4 часа. Из охлажденного фарша сформовать шарики, нанизать их на деревянные шпажки, смазать растительным маслом. Запекать на гриле до образования румяной корочки.

Куриное филе с сырной начинкой, запеченное в фольге

500 г куриного филе, 4 вяленых томата, 100 г моцареллы, 2 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. оливкового масла, листья салата для сервировки, соль по вкусу

Куриное филе разрезать вдоль по толщине, но не до конца, отбить через пленку. Полить лимонным соком, посыпать солью. На край кусочка положить моцареллу, вяленые томаты и сбрызнуть оливковым маслом. Свернуть рулетом. Для приготовления в духовке рулет предварительно слегка обжарить, затем запекать в форме (20 минут при 200 °С). Для приготовления на открытом огне рулет из филе выложить на фольгу. Завернуть фольгу

конвертиком, обжаривать на решетке мангала или на углях 20 минут. Сервировать листьями салата.

Картофель с брокколи и соусом

600 г куриных бедер, 500 г картофеля, 400 г свежей или замороженной брокколи

Для соуса: 250 мл сливок (20 %), 50 г сливочного масла, 1 зубчик чеснока, 100–150 г твердого сыра, 3 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки, соль по вкусу

Картофель обернуть фольгой и запечь в углях. Куриные бедра без кожи запечь в фольге на решетке гриля. Отделить мясо от костей и измельчить. Брокколи отварить в подсоленной воде. Для приготовления соуса довести до кипения сливки, добавить сливочное масло, перемешать до растворения масла, добавить тертый сыр, зелень петрушки, соль и измельченный чеснок. Запеченный картофель разрезать пополам, добавить мясо, брокколи и полить соусом.

Сосиски в кляре

1 кг сосисок, 400 г муки, 1 ч. л. сухих дрожжей, 1 ч. л. сахара, 1 ст. л. растительного масла, 200 мл воды, соль по вкусу

Залить смесь из сухих дрожжей и сахара теплой водой, оставить на 5–7 минут в теплом месте. Добавить муку, растительное масло и щепотку соли. Замесить жидкое тесто, накрыть полотенцем и оставить в теплом месте (или на солнце) на 30 минут. Нанизать сосиски на прутики, шпажки или шампуры, обмакнуть в кляр и жарить над горячими углями до готовности.

Печенье на гриле

160 г муки, 100 г сахара, 100 г сливочного масла, 100 мл молока

Смешать сахар и муку, добавить размягченное масло, тщательно вымесить, влить молоко, перемешать. Скатать из теста тонкие колбаски, намотать их на шампуры или палочки и запекать на углях до румяной корочки.

Запеченный картофель с начинкой

8 крупных клубней картофеля, 200 г отварного мяса, 300 г твердого сыра, 200 г помидоров, 30 г петрушки, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Мясо и помидоры нарезать кубиками, зелень мелко нарубить, добавить растительное масло и соль, перемешать. Сыр измельчить на крупной терке. Отварить картофель в мундире почти до готовности, чтобы он не разварился. Разрезать вдоль пополам и вырезать ложкой мякоть. Наполнить половинки картофеля подготовленной начинкой, посыпать сыром и соединить половинки картофеля вместе. Плотно завернуть каждую картофелину в несколько листов фольги. Перед подачей прогреть картофель на мангале или запечь в углях в течение 10 минут.

Яблоки в фольге на костре

5 яблок, 5–10 кусочков сахара-рафинада или 3–5 ч. л. сахара, ½ ч. л. молотой корицы

Яблоки вымыть, аккуратно вырезать сердцевину, чтобы получилось небольшое углубление. Кусочек рафинада обвалить в корице и вложить в яблоко (для крупных яблок может понадобиться 2 кусочка). Если рафинада нет, смешать обычный сахар с корицей и насыпать ложкой в выемку на яблоке. Завернуть яблоки в фольгу и закопать в золу, стараясь их не переворачивать. Через 15–20 минут яблоки достать, подождать, пока немного остынут, и аккуратно снять фольгу.

Жаренный на костре маршмеллоу в шоколаде

1 упаковка зефира маршмеллоу, 90–100 г шоколада

Растопить шоколад на водяной бане. Зефир нанизать на шампуры и слегка обжарить над огнем или на углях до золотистой корочки. Затем окунуть в шоколад, подождать, пока слегка остынет.

Груши с медом на гриле

1 кг груш, 120 г лимона, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. коричневого сахара, 1 ст. л. меда, корица по вкусу

Груши нарезать ломтиками, удалив сердцевину. Из лимона выжать сок, масло растопить на водяной бане. Сок лимона смешать со сливочным маслом, добавить сахар, мед и корицу, тщательно перемешать. Смазать смесью кусочки груш и выложить на застеленную фольгой решетку гриля. Жарить до зарумянивания. Подавать можно с мороженым или взбитыми сливками.

Фаршированные бананы

5–6 спелых бананов, 90–100 г темного шоколада

Плитку шоколада разломать на кусочки. На бананах кожуру разрезать вдоль. В мякоти сделать 4–6 разрезов, вложить в них кусочки шоколада. Уложить бананы на решетку. Если угли остыли, то можно уложить прямо на угли. Когда шоколад расплавится, десерт готов.

Лаваш с сыром и сухофруктами на гриле

1 тонкий лаваш, 50 г твердого сыра, ½ стакана смеси сухофруктов, ½ стакана смеси жареных орехов, 30 г сливочного масла, 1–2 ст. л. джема, мороженое по вкусу

Сыр натереть на терке. Сухофрукты залить горячей водой на 10 минут, затем крупные нарезать и смешать со сливочным маслом. Крупные орехи можно слегка растолочь. Лаваш разрезать пополам, уложить на него сухофрукты, посыпать орехами, сыром, свернуть конвертиками. Запекать на решетке гриля с двух сторон до румяной корочки. Выложить на тарелку, полить джемом и подать с мороженым.

Пицца с ягодами и шоколадом

Готовое тесто для пиццы, 50 г белого шоколада, 50 г темного шоколада, по 5–6 ягод клубники, малины, ежевики, 2 ст. л. миндальных лепестков, 30 г сливочного масла, корица по вкусу

Тесто для пиццы раскатать и выложить на противень или сковороду, смазанную маслом, поставить на решетку гриля и готовить около 10 минут. Затем перевернуть тесто на другую сторону, посыпать тертым темным шоколадом и корицей и снова поставить на решетку. Подождать 2–3 минуты, пока растает шоколад, снять с огня, переложить тесто на деревянную подставку для пиццы. Ягоды вымыть, обсушить, разрезать и равномерно выложить на тесто. Сверху посыпать миндальными лепестками и тертым белым шоколадом.