Лето – самое время отправиться на природу! А какой пикник без шашлыка?!
В нашем выпуске – все для любителей мяса на углях: советы по приготовлению, рецепты маринадов, подсказки, как выбрать «правильные» дрова, и многое другое.
Кроме того, вместе с нами вы можете приготовить не только классический шашлык из свинины и баранины, но и из курицы, печени, креветок и рыбы.
Для любителей поэкспериментировать – охотничьи колбаски на гриле, овощи, запеченные в пикантных маринадах, рулетики из рыбы и из креветок с овощами, шашлычки из мясных фрикаделек и колбаса, жаренная с овощами.
Уверены, с нашими рецептами ваш пикник будет веселым и сытным!

Секреты кулинарного мастерства

Готовим на открытом огне

Специальный выпуск №19 газеты «**Лучшие рецепты наших читателей**»
июль 2010 г.

Главный редактор
Елена РУФАНОВА
Телефон
(831) 432-98-16
e-mail: e.rufanova@gmi.ru

Учредитель ООО «Слог»
Издатель ЗАО «Издательство «Газетный мир»
Адрес издателя и редакции:
603126, Н.Новгород, ул. Родионова, 192, корп.1
www.gmi.ru
Рекламное агентство
тел. (831) 434-88-20
факс (831) 434-88-22
e-mail: reclama@gmi.ru

За достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель

Служба продаж
телефоны: (831) 275-98-68, 275-97-53, 275-97-54
e-mail sales@gmi.ru
Служба экспедирования и перевозок
телефон (831) 434-90-44
e-mail dostavka@gmi.ru

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-26812 от 29 декабря 2006 г.

Подписано к печати 3 июня 2010 г. в 10 часов (по графику - в 16 часов)

Дата выхода в свет 26 июня 2010 г.

Тираж 36846
Заказ №8194

Цена договорная
Отпечатано в ЗАО «Холдинговая компания «Бизнес-Информ», Украина, г. Киев, ул. Довженко, 3

Дизайн:
Алексей ВИНОКУРОВ

Фото:
Евгений СОБОЛЬ

Повара:
Евгений КУВШИНОВ, шеф-повар,
Марина ПАРШИНА

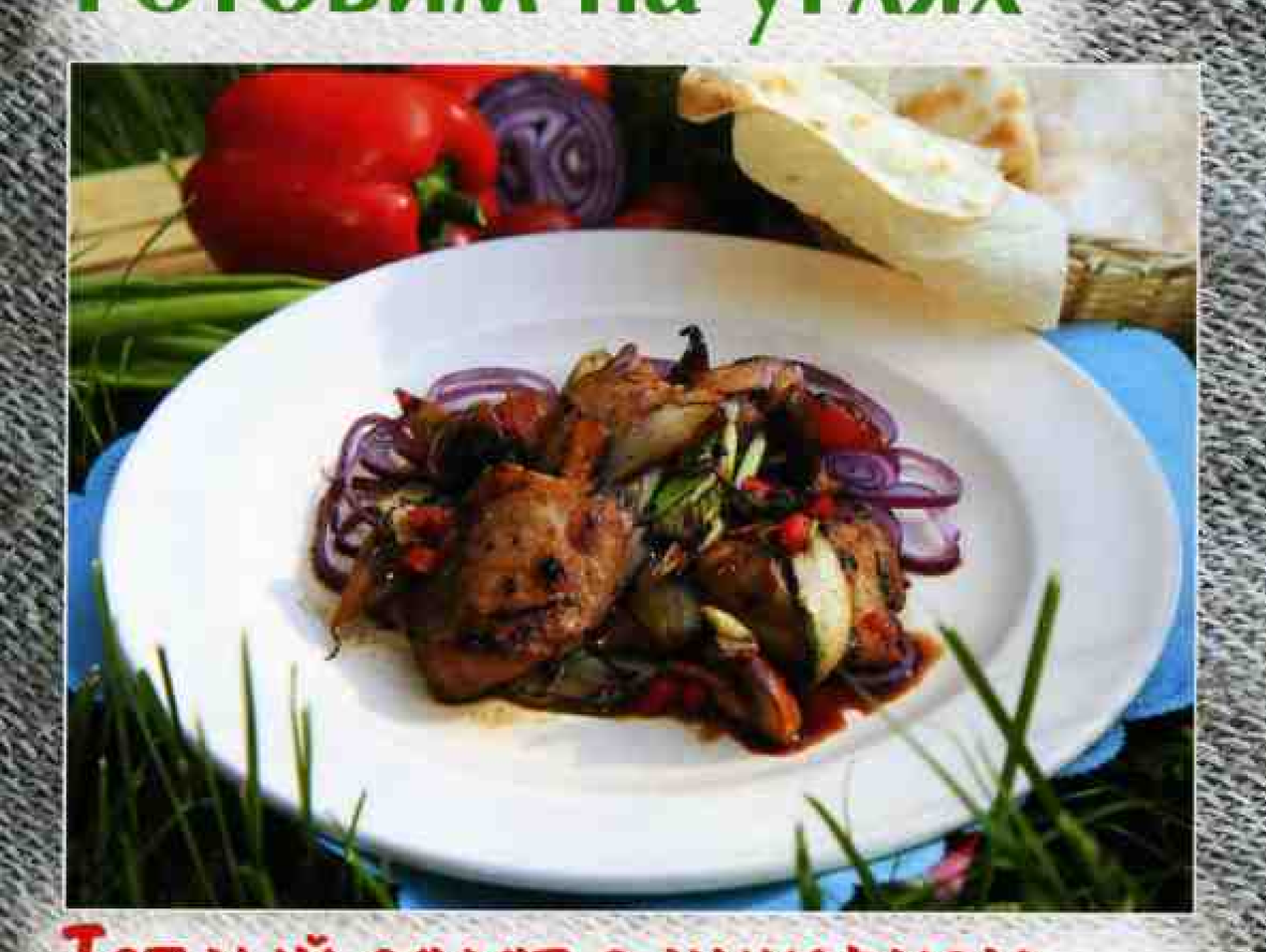
Благодарим кафе «**Алые паруса**» (Н. Новгород) за предоставленное оборудование.

Готовим НА ОТКРЫТОМ ОГНЕ

scanned by Reina

специальный выпуск газеты **Лучшие** рецепты

Секреты кулинарного мастерства



Теплый салат с цикорием

300 г мякоти свинины, 1 кочан цикория, 200 г шампиньонов, 1 стручок болгарского перца, 1 красная луковица, 1/2 пучка зеленого лука, 2-3 ст.ложки лимонного сока, 2 ст.ложки соевого соуса, 1 ч.ложка аджики, соль, красный и черный молотый перец - по вкусу, оливковое масло для жаренья.

Свинину промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками, посыпать солью и перцем. Кочан цикория разобрать на листья, промыть, обсушить. Шампиньоны нарезать дольками, болгарский перец небольшими кусочками. Красный лук нашинковать тонкими кольцами. Зеленый лук промыть, обсушить, нарезать кусочками по 2-3 см.

На углях разогреть сковороду с оливковым маслом, выложить кусочки свинины, жарить, помешивая, 3-5 минут. Затем добавить грибы и цикорий, жарить, помешивая, еще 3-5 минут. Добавить болгарский перец, жарить 2-3 минуты.

Влить соевый соус и лимонный сок, по вкусу посолить и поперчить, жарить, помешивая, 3-5 минут.

За 1-2 минуты до окончания приготовления добавить красный и зеленый лук. Салат выложить на тарелку украсить зеленью.

scanned by

Куриный салат с печеными овощами

1 куриный окорочок, 1 стручок болгарского перца, 2 помидора, 1 луковица, 1/2 пучка листьев салата, 1-2 дольки чеснока, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

Куриный окорочок промыть, обсушить, натереть солью и перцем, завернуть в смазанный растительным маслом лист фольги.

Выложить на горячие угли и жарить до готовности, 20-25 минут. После остудить, снять с костей мясо, нарезать его небольшими кусочками.

Лук очистить, смазать растительным маслом, обернуть фольгой, положить на горячие угли и запекать 10-15 минут, после нарезать дольками. Болгарский перец и помидоры нанизать на шампуры, обжарить над горячими углями 6-7 минут, после снять кожицу, мякоть нарезать ломтиками. Листья салата промыть, обсушить, нарвать руками на небольшие кусочки.

Подготовленные продукты соединить, по вкусу посолить и поперчить, добавить измельченный чеснок, заправить растительным маслом, тщательно перемешать и подавать.

Теплый салат с охотничьими колбасками

250 г охотничьих колбасок, 4-5 отварных или печеных картофелин, 2 стручка болгарского перца, растительное масло для жаренья, 1-2 ч.ложки соевого соуса, 2 ч.ложки семян кунжута, соль, красный и черный молотый перец - по вкусу.

Колбаски нарезать ломтиками. Картофель нарезать дольками, болгарский перец - тонкими полосками.
На углях разогреть сковороду с маслом, выложить картофель и жарить, помешивая, 2-3 минуты. После добавить колбаски и болгарский перец, жарить еще 2-4 минуты. Полить соевым соусом, по вкусу посолить и приправить специями, жарить 3-5 минут. При подаче выложить салат на тарелку, посыпать кунжутом, украсить дольками свежих овощей, зеленью.

Картофель, запеченный в фольге

5-6 картофелин, по 4 ст.ложки майонеза и томатного соуса, 1/2 пучка зелени укропа, растительное масло, соль, красный и черный молотый перец - по вкусу.

Картофель очистить, вымыть, обсушить. Майонез смешать с томатным соусом, добавить нашинкованный укроп. Картофель посыпать солью и перцем, смазать приготовленным соусом.
Завернуть каждую картофелину в смазанный растительным маслом лист фольги. Выложить на угли и жарить 15-20 минут, периодически переворачивая.
При подаче картофель вынуть из фольги, полить растительным или растопленным сливочным маслом. К картофелю подать маринованные овощи, украсить зеленью.

Картофель, запеченный с рыбой и томатами

4-5 отварных картофелин, 3-4 помидора, 350 г филе минтая, 100 г твердого сыра, 4-5 ст.ложек томатного соуса, 2-3 ст.ложки майонеза, по 1/2 ч.ложки сушеного тимьяна и орегано, соль, красный и черный молотый перец - по вкусу, растительное масло, зелень.

Помидоры нанизать на шампуры, слега обжарить над горячими углями, снять кожицу, мякоть нарезать ломтиками. Картофель нарезать кружочками толщиной 5-7 мм. Филе минтая промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Подготовленные продукты соединить, по вкусу посолить, поперчить, приправить специями, заправить томатным соусом, смешанным с майонезом. Выложить в смазанную растительным маслом фольгу, края фольги поднять, защипнуть. Положить на горячие угли и готовить 10-15 минут. После фольгу приоткрыть, посыпать сыром и запекать еще 5-7 минут. При подаче посыпать нашинкованной зеленью укропа или петрушки.

Карп, запеченный в фольге

1 карп, 2-3 ст.ложки сметаны, 2 ст.ложки соевого соуса, 2-3 ст.ложки лимонного сока, растительное масло, соль, красный и черный молотый перец - по вкусу.

Рыбу почистить, выпотрошить, тщательно промыть, обсушить. Сбрызнуть лимонным соком, натереть солью и перцем, смазать сметаной, смешанной с соевым соусом. Оставить мариноваться на 30-40 минут.
После тушку обернуть смазанной растительным маслом фольгой. Выложить на горячие угли, жарить 5-7 минут. Перевернуть и жарить еще 5-7 минут.
При подаче рыбу аккуратно вынуть из фольги, выложить на тарелку. Подавать с печеными на гриле овощами, зеленью.

Таким же образом можно приготовить любую другую речную рыбу. Карпа можно также обжарить и на гриле: выложить на смазанную растительным маслом решетку и жарить по 3-5 минут с каждой стороны.

Главное правило «хорошего шашлыка» – запекать мясо, рыбу или птицу следует не над огнем, а над жаром углей. Неправильные дрова могут испортить даже самое хорошее мясо или рыбу. Лучшими дровами для шашлыка и гриля традиционно считаются фруктовая древесина и толстые виноградные лозы. Хорошие угли также дает сухая древесина лиственных деревьев. Можно взять классические березовые или ольховые дрова.
Никогда не используйте ель, сосну или другие смоляные дрова – они придадут шашлыку неприятный запах и вкус.

scanned by

Куриное филе, запеченное с овощами

350 г куриного филе, 1 цуккини, 2 луковицы, 2-3 помидора, 100 г сыра, 50 г растительного масла, 2-3 ст.ложки томатного соуса, 3-4 ст.ложки сметаны, 2-3 дольки чеснока, соль, красный и черный молотый перец - по вкусу, зеленый лук.

Куриное филе промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Лук нарезать крупными дольками, цуккини - ломтиками.
Помидоры нанизать на шампур, слегка обжарить над углями, снять кожицу, мякоть нарезать дольками.
Куриное филе соединить с дольками помидоров и лука, ломтиками цуккини. По вкусу посолить, приправить специями, добавить измельченный чеснок, томатный соус и сметану, тщательно перемешать.
На лист фольги, смазанный растительным маслом, выложить овощи с курицей, полотно завернуть и готовить на углях 15-20 минут.
После фольгу приоткрыть, посыпать тертым сыром и готовить еще 3-5 минут. При подаче посыпать нашинкованным зеленым луком.

Куриные ножки, запеченные в фольге

3-4 окорочка, 2-3 дольки чеснока, 1 ч.ложка аджики, 1/2 пучка кинзы, 100 г майонеза, 50 г томатного соуса, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

Майонез смешать с томатным соусом, аджикой и измельченным чесноком, добавить рубленую зелень кинзы.
Окорочка промыть, обсушить, натереть солью и перцем, замариновать в приготовленном маринаде на 2-3 часа. После завернуть в смазанную растительным маслом фольгу и жарить на углях 20-25 минут.
Подавать с печеными овощами, зеленью.

Таким же способом можно приготовить свинину (куски мякоти по 250–300 г): замариновать на 3–5 часов, после завернуть в смазанную растительным маслом фольгу и жарить на углях 30–35 минут.

Свинина, запеченная в фольге

500 г мякоти свинины, 250 г маринованных овощей (красный болгарский перец, баклажан, помидор), 2-3 дольки чеснока, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу, растительное масло, зелень.

Мякоть свинины промыть, обсушить, отбить до толщины 1-1,5 см. Натереть солью, перцем и измельченным чесноком, оставить мариноваться на 20-30 минут.
Лист фольги смазать растительным маслом, выложить свинину, сверху уложить консервированные овощи, свернуть рулетом, плотно обернуть фольгой.
Выложить рулет на горячие угли и готовить 30-35 минут, переворачивая каждые 5-7 минут.
При подаче рулет вынуть из фольги, выложить на тарелку, украсить зеленью и консервированными овощами.

Маринованные овощи можно заменить свежими, замариновав их предварительно на 20-30 минут в маринаде: 1/4 стакана соевого соуса смешать с 1 ст.ложкой винного уксуса, добавить по 1/4 ч.ложки красного и черного молотого перца и соль по вкусу, хорошо перемешать.

Жаркое из свинины с овощами

600 г мякоти свинины, 1 баклажан, 1 цуккини, 1 стручок болгарского перца, 1 луковица, 2-3 дольки чеснока, 1 ч.ложка горчицы, 2 стакана мясного бульона, лавровый лист, горошины черного перца, соль, красный молотый перец - по вкусу, зелень.

Мякоть свинины промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Нанизать на шампуры и обжарить над углями до золотистого цвета.
Лук нарезать полукольцами, баклажан, цуккини и болгарский перец - кубиками.
В глубокой посуде соединить обжаренное мясо с овощами, добавить измельченный чеснок, по вкусу посолить и поперчить, тщательно перемешать.
Разложить жаркое по порционным горшочкам, сверху положить по 2-3 горошины черного перца, 1 лавровому листу, залить мясным бульоном, смешанным с горчицей.
Накрыть горшочки крышками, поставить в горячие угли и готовить 30-35 минут. При подаче посыпать нашинкованной зеленью укропа или петрушки, отдельно подать сметану.

Свинину можно заменить бараниной или говядиной, предварительно обжарив их на углях до полуготовности.

Печеные овощи

1 баклажан, 2 стручка болгарского перца, 50 г растительного масла, 1-2 дольки чеснока, 1/2 ч.ложки аджики, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

Баклажан и стручки перца тщательно вымыть, нанизать на шампуры, сильно обжарить на углях. Снять с шампуров, слегка остудить, удалить кожицу. Нарезать овощи ломтиками, по вкусу посолить и поперчить, заправить соусом и оставить мариноваться на 1-1,5 часа. При подаче украсить зеленью.

Приготовление соуса: чеснок измельчить, растереть с аджикой, смешать с растительным маслом.

Чтобы с печеных овощей лучше снималась кожица, нужно положить их в пакет на 3-5 минут, плотно его закрыв.

Креветки в имбирном маринаде

500 г королевских креветок, 1/2 банки маслин, 1 лимон, 2-3 ст.ложки лимонного сока, 1 ч.ложка тертого корня имбиря, 50 г оливкового масла, соль, белый молотый перец - по вкусу.

Лимонный сок смешать с тертым имбирем, добавить соль, белый молотый перец и оливковое масло, тщательно перемешать.

Креветки вымыть, обсушить, полить маринадом, тщательно перемешать, оставить мариноваться на 1-2 часа. Лимон нарезать ломтиками. На шпажки, чередуя, нанизать креветки, ломтики лимона и маслины. Готовить над углями или на гриле до готовности, по 3-5 минут с каждой стороны.

По этому рецепту можно также приготовить кальмаров: 4–5 тушек ошпарить кипятком, очистить, промыть, нарезать кусочками 3х3 см, замариновать в имбирном маринаде, затем нанизать на шпажки и жарить до готовности. Также вместо креветок можно взять рыбное филе: 350 г морского языка, семги или телапии нарезать кусочками, промыть, замариновать в соусе и далее готовить по рецепту. Время приготовления рыбы и кальмаров – по 3–5 минут с каждой стороны.

Шашлык из курицы с цуккини

500 г куриного филе, 1 цуккини, 50 г томатного соуса, 1 ч.ложка аджики, 2-3 дольки чеснока, 1 луковица, 50 г растительного масла, сушеный базилик и майоран, черный и красный молотый перец, соль - по вкусу.

Куриное филе промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Цуккини нарезать кружочками толщиной 5-7 мм.
Приготовить маринад: томатный соус соединить с растительным маслом, добавить измельченный чеснок, аджику, по вкусу посолить и приправить специями.
В глубокой миске соединить кусочки куриного мяса и кружочки цуккини, залить маринадом, перемешать. Оставить мариноваться на 2-3 часа.
После, чередуя, нанизать на шпажки кусочки курицы и кружочки цуккини. Жарить до готовности на углях, переворачивая и поливая маринадом.
Подавать со свежими овощами и зеленью.

Шашлык из курицы с ананасами

500 г филе курицы, 1/2 ананаса, 1 стакан йогурта, 1 ч.ложка сахара, щепотка молотой гвоздики, соль, розовый молотый перец - по вкусу, зелень, кисло-сладкий соус.

Филе курицы промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Ананас очистить, нарезать ломтиками. Ломтики ананаса смешать с кусочками курицы, замариновать на 2-3 часа в маринаде: йогурт смешать с сахаром и молотой гвоздикой, по вкусу посолить и приправить перцем.
После нанизать на шпажки, чередуя, кусочки курицы и ломтики ананаса. Жарить над углями или на гриле до готовности. Подавать с кисло-сладким соусом, зеленью.

Шашлык из свинины с грибами

600 г мякоти свинины, 250 г шампиньонов, 150 г томатов черри, 50 г растительного масла, 1 ст.ложка аджики, 2 ст.ложки соевого соуса, соль, черный и красный молотый перец, хмели-сунели - по вкусу, зелень.

Свинину промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Грибы промыть, обсушить, разрезать вдоль пополам. Аджику смешать с соевым соусом и растительным маслом.
На шампуры, чередуя, нанизать грибы, мясо и томаты черри, посыпать солью и специями, смазать маринадом, оставить мариноваться на 10-15 минут.
После обжарить над горячими углями до готовности.
Подавать с томатным соусом, зеленью.

Необычный аромат шашлыку придаст веточка сухого розмарина, тлеющая на углях.

Шашлык из свинины с картофелем

1 кг мякоти свинины, 5-6 картофелин, 1-2 стручка болгарского перца, 100 г растительного масла, 2-3 дольки чеснока, по 1/2 ч.ложки сушеного укропа, базилика и молотого кориандра, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

Мясо промыть, обсушить, нарезать кусочками по 40-50 г. Замариновать на 2-3 часа в маринаде: растительное масло смешать с измельченным чесноком, сушеным укропом, базиликом и молотым кориандром, добавить по вкусу соль, черный и красный молотый перец, тщательно перемешать.
Картофель очистить, отварить до полуготовности в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, дать стечь отвару, разрезать картофелины на 4 части.
Болгарский перец нарезать небольшими кусочками.
На шампуры, чередуя, нанизать кусочки мяса, картофеля и болгарского перца, смазать маринадом и готовить на мангале до готовности, периодически смазывая маринадом.
Подавать с маринованным красным луком, свежими овощами, зеленью.

Мясо для маринования складывайте в эмалированную, стеклянную или глиняную посуду, чисто металлическую никогда не используйте.
Бамбуковые шпажки не подгорят при приготовлении шашлыка, если вы их предварительно замочите в воде.

Шашлык из говядины

1 кг мякоти говядины, 4-5 луковиц, по 1/4 стакана винного уксуса и коньяка, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.

Мякоть говядины промыть, обсушить, нарезать кусочками по 50-60 г, слегка отбить. Лук нарезать кольцами толщиной 5-7 мм, смешать с мясом, по вкусу посолить и поперчить, сбрызнуть винным уксусом и поставить в холодильник на 5-7 часов.

После нанизать на шампуры, чередуя, кусочки мяса и кольца лука, жарить над углями 3-5 минут. Сбрызнуть коньяком и жарить еще 10-15 минут, периодически переворачивая. Подавать с печеными овощами, зеленью.

Когда коньяк попадет на угли, вспыхнет огонь, и на мясе образуется хрустящая корочка. Внутри мясо останется мягким и сочным.

Люля-кебаб

500 г мякоти говядины, 2 луковицы, 2-3 дольки чеснока, 2 яйца, 1/2 пучка кинзы, 2-3 веточки мяты, черный и красный молотый перец, соль - по вкусу.

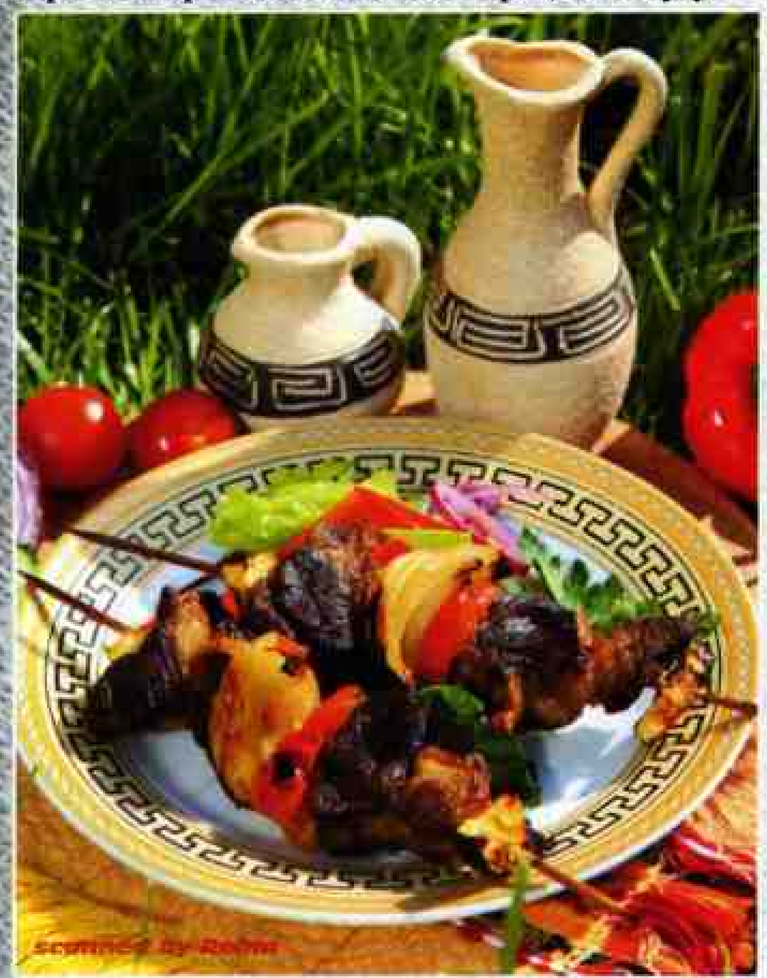
Зелень перебрать, промыть, обсушить, мелко нарезать. Мякоть говядины промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Пропустить через мясорубку вместе с луком и зеленью 2-3 раза.

В фарш добавить яйца, по вкусу посолить и поперчить. Тщательно перемешать, сформовать колбаски. Нанизать их на шампуры и жарить на углях до готовности. Подавать с печеным картофелем, луком, зеленью.

scanned by Reim

Шашлык из баранины с овощами

1кг баранины, 3-4 луковицы, 3-4 помидора, 1/4 стакана 9%-ного уксуса, 4 ст.ложки лимонного сока, по 1/2 ч.ложки сушеного барбариса и базилика, 50 г сливочного масла, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу.



Мякоть баранины зачистить от пленок и сухожилий, промыть, обсушить, нарезать кусочками по 40-50 г, слегка отбить.
Лук нарезать крупными дольками, помидоры кружочками толщиной 1 см.
В эмалированную посуду слоями выложить куски мяса, дольки лука и кружочки помидоров. Каждый слой посыпать солью и специями, полить уксусом, смешанным с лимонным соком.
Накрыть тарелкой, придавить гнетом и оставить мариноваться на 3-4 часа.
После нанизать на шпажки, чередуя, кусочки мяса, дольки лука и кружочки помидоров.
Смазать шампура с мясом и овощами растопленным сливочным маслом и обжарить на углях или на гриле до готовности.
Подавать со свежими овощами, зеленью.

Разделывая баранину, следует удалить пленку и срезать внешний жир – при приготовлении он мешает теплообмену. Для шашлыка и жаренья на гриле лучше всего подходят корейка и окорок, для люля-кебаба можно использовать лопатку. Баранину перед запеканием необходимо мариновать. Маринад значительно улучшит вкус мяса и сделает его сочнее. Вариант маринада: смешать 1 стакан красного сухого вина с 1 ч.ложкой винного уксуса, добавить по 1/2 ч.ложки сушеного розмарина, базилика, красного и черного молотого перца, добавить 2–3 бутона гвоздики и соль по вкусу, тщательно перемешать. Залить мясо и овощи маринадом, убрать в холодильник на 3–4 часа и далее готовить по рецепту.

Шашлык из печени с овощами

500 г куриной печени,
1 стакан красного сухого вина,
по 1/2 ч.ложки черного и красного молотого перца, сушеного базилика и тимьяна,
3 луковицы,
2-3 помидора,
200 г шампиньонов.

Куриную печень промыть, обсушить, нарезать кусочками. Добавить черный и красный молотый перец, тимьян, базилик. Тщательно перемешать, залить вином, накрыть крышкой и поставить мариноваться в холодильник на 2-3 часа.
Грибы нарезать крупными дольками, помидоры - кружочками, лук - кольцами. Кусочки куриной печени, дольки грибов, кружочки помидоров и кольца лука, чередуя, нанизать на шпажки, посыпать солью.
Переворачивая и поливая маринадом, жарить на углях до готовности. При подаче украсить зеленью, томатами черри.

Куриную печень можно заменить говяжьей или свиной. Также можно приготовить шашлык по этому рецепту из куриных сердечек или желудочков.

Готовим на гриле

Овощи, обжаренные в винном маринаде

2-3 помидора,
3-4 луковицы,
1 баклажан,
1,5 стакана красного сухого вина,
1 ч.ложка сушеного тимьяна, соль,
черный молотый перец - по вкусу.

Лук разрезать поперек на 2-3 части. Баклажан нарезать ломтиками. Овощи по вкусу посолить, приправить перцем и специями, полить красным вином и оставить мариноваться на 1,5-2 часа.
После обжарить на гриле до готовности. Подавать овощи к обжаренным на гриле мясным и рыбным блюдам.

Картофель, обжаренный на гриле

4-5 картофелин,
50 г оливкового масла,
1/2 ч.ложки тертого имбиря, 1 ст.ложка сока лимона,
2-3 дольки чеснока,
черный и красный молотый перец - по вкусу.

Картофель тщательно вымыть, обсушить, нарезать крупными дольками.
Для маринада смешать оливковое масло с лимонным соком, измельченным чесноком и тертым имбирем, по вкусу добавить соль, черный и красный молотый перец.
Картофель смешать с маринадом, оставить на 15-20 минут, после обжарить до готовности на смазанном оливковым маслом гриле.
Картофель подавать к обжаренным на гриле мясным и рыбным блюдам.

Жареные караси

10 небольших карасей, 3-4 ст.ложки лимонного сока, 1 лимон, морская соль, черный и белый молотый перец - по вкусу, оливковое масло.

Карасей очистить, выпотрошить, тщательно промыть, обсушить. Натереть солью и перцем, сбрызнуть лимонным соком.
Лимон нарезать ломтиками. В брюшки карасей положить по 1-2 дольки лимона. Смазать рыбу оливковым маслом и обжарить на гриле с двух сторон до золотистой корочки. Подавать с дольками лимона, свежими овощами, зеленью.

Если едете на природу с магазинным углем, разожгите сначала костер, чтобы прогреть землю, а уже затем насыпайте уголь и готовьте. Иначе политый жидкостью для розжига уголь быстро разгорится и жар будет отдавать земле, а «плохой жар – сухой шашлык».
Если вы предпочитаете дрова, все равно имейте с собой также небольшой запас готовых углей – сможете добавить их в том случае, если жар углей спал, а часть мяса не успела прожариться.

Стейк из семги

3-4 стейка семги по 150-200 г, 3-4 ст.ложки лимонного сока, 1/2 ст.ложки наршараба (гранатового соуса), соль, белый молотый перец - по вкусу, оливковое масло.

Стейки семги промыть, обсушить, натереть солью и перцем. Сбрызнуть лимонным соком и гранатовым соусом. Оставить мариноваться на 20-30 минут.
После смазать оливковым маслом и обжарить на гриле до готовности. Подавать с обжаренными на гриле овощами. Украсить долькой лимона, зеленью.

Рулетики из морского языка и креветок

500 г филе морского языка, 250 г королевских креветок, по 1 ст.ложке сока лимона и лайма, 1 ст.ложка винного уксуса, 2-3 ст.ложки оливкового масла, соль, белый молотый перец - по вкусу.

Филе морского языка промыть, обсушить, нарезать полосками шириной 3-4 см. Натереть солью и перцем, сбрызнуть винным уксусом, смешанным с цитрусовыми соками, оставить мариноваться на 10-15 минут. Креветки очистить, оставив головы и хвостики. На ломтики рыбного филе выложить креветки. Свернуть рулетиками, закрепить шпажкой, смазать оливковым маслом и обжарить на гриле до готовности.
При подаче украсить дольками лайма и лимона, зеленью.

Кислые маринады на основе лимонного сока или уксуса делают рыбу сочнее, она меньше разваливается при приготовлении.

scanned by Retna

Креветки с сельдереем и беконом

3-4 черешка сельдерея, 10 королевских креветок, 10 полосок бекона, 1 ст.ложка лимонного сока, 1-2 ч.ложки соевого соуса, 1 ч.ложка винного уксуса, 2-3 ст.ложки кунжутного масла, соль, белый молотый перец - по вкусу.

Креветки очистить, оставляя головы и хвостики, промыть, обсушить, сбрызнуть лимонным соком.
Черешки сельдерея промыть, обсушить, нарезать кусочками длиной по 5-7 см.
Приготовить маринад: соевый соус смешать с винным уксусом, кунжутным маслом, солью и перцем.
На кусочек сельдерея выложить креветку, обернуть полоской бекона.
Смазать маринадом и обжарить на гриле до готовности,около 3-5 минут, поливая получившиеся рулетики оставшимся маринадом.

Вариант маринада: 2 ч.ложки сока лайма смешать с 1 ч.ложкой бальзамического уксуса и 3-4 ст.ложками оливкового масла, добавить щепотку сушеного майорана, соль и белый молотый перец по вкусу, все хорошо перемешать.

Куриные голени в винном маринаде

1 кг куриных голеней, 1 стакан белого сухого вина, 1-2 ст.ложки лимонного сока, соль, белый молотый перец, прованские травы - по вкусу, растительное масло, зелень, дольки лимона.

Куриные голени промыть, сделать глубокий надрез, вырезать кости. Натереть солью, приправить специями, сбрызнуть лимонным соком.
Выложить мясо в контейнер, залить вином и оставить мариноваться на 2-3 часа.
После обсушить, смазать растительным маслом, обжарить на гриле до готовности. При подаче посыпать прованскими травами, украсить зеленью, дольками лимона.

Мясо птицы перед запеканием можно натереть лимонным соком, оно будет мягче и сочнее.
Курица и другое мясо птицы прекрасно сочетается с фруктами и орехами: запекая тушку на вертеле или грудки на гриле положите внутрь очищенные и нарезанные кусочками апельсины или яблоки, чернослив с грецкими орехами – вкус вам обязательно понравится!

Куриные крылышки в лимонной глазури

1 кг куриных крылышек, 1/4 стакана лимонного сока, 4-5 ст.ложек томатного соуса, 1 ч.ложка аджики, 2-3 дольки чеснока, соль, паприка, сушеный розмарин - по вкусу.

Приготовить маринад: смешать лимонный сок с томатным соусом и аджикой, добавить измельченный чеснок, тщательно перемешать.
Куриные крылышки промыть, обсушить, натереть солью и розмарином, выложить в контейнер, залить маринадом. Поставить мариноваться в холодильник на 2-3 часа.
Затем крылышки нанизать на шпажки, обвалять в паприке и обжарить на гриле или над углями до готовности. Подавать с кисло-сладким соусом и зеленью.

Вариант маринада: прогреть 1,5 стакана сухого красного вина, добавить 1 ст.ложку винного уксуса, 2 ст.ложки сахара, по 1/2 ч.ложки сушеного базилика и розмарина, 4–5 горошин душистого перца и 2–3 бутона гвоздики, проварить 2–3 минуты. Затем снять с огня, добавить нашинкованную кольцами луковицу и 2–3 лавровых листа. Остудить до комнатной температуры и замариновать крылышки в маринаде на 3–4 часа. После обжарить на гриле до готовности.

Бифштекс из говядины, обжаренный на гриле

500 г мякоти говядины, 100 г свиного шпика, 4-5 ст.ложек томатного сока, 2 луковицы, соль, черный и красный молотый перец, хмели-сунели - по вкусу.

Говядину промыть, обсушить, мелко порубить или пропустить через мясорубку. Шпик подморозить, нарезать мелкими кубиками. Лук нашинковать мелкими кубиками. Соединить говядину с луком и шпиком, по вкусу посолить и приправить специями. Добавить томатный сок, тщательно вымешать.
Сформовать бифштексы и обжарить на гриле до готовности. Подавать с овощным салатом и зеленью.

Отправляясь на пикник, запаситесь шампурами и решетками различных видов и размеров. Плоская решетка-гриль подойдет не только для стейков из рыбы, в ней можно запечь баклажаны, кабачки и другие продукты подобной формы. Не забудьте перед использованием смазать решетку маслом и прокалить – тогда продукты не будут к ней прилипать.

Баранина в медовом маринаде

1 кг бараньей лопатки, 100 г растительного масла, 2-3 ст.ложки меда, по 1/2 ч.ложки сушеного розмарина и базилика, соль, красный молотый перец - по вкусу.

Баранью лопатку промыть, обсушить, нарубить кусками по 1,5-2 см. Растительное масло смешать с растопленным медом и специями.
Куски баранины натереть солью, смазать маринадом и обжарить на гриле до готовности, часто переворачивая и поливая маринадом.
Подавать с печеным картофелем и свежими овощами, зеленью.

Варианты маринада

Для курицы – 125 мл растительного масла, 2 ст.ложки лимонного сока, пучок мелко нарезанной зелени, соль. Мариновать небольшие кусочки куриного филе 2-3 часа.

Для говядины – 125 мл красного вина, 4 ст.ложки оливкового масла, 2 нарезанные кольцами луковицы, 4 нарезанных кружочками дольки чеснока, 1 лавровый лист, по 1 ч.ложке розмарина и тимьяна. Мариновать 3-4 часа.

Для свиных ребрышек – 100 мл соевого соуса, 4 ст.ложки меда, 250 мл растительного масла, 2 ст.ложки джина, несколько капель соуса чили.

Шашлычки из мясных фрикаделек с цуккини

300 г мясного фарша, 1/2 ч.ложки горчицы, 1 цуккини, 2-3 дольки чеснока, 3-4 ст.ложки оливкового масла, соль, красный и черный молотый перец - по вкусу.

В мясной фарш добавить горчицу, тщательно перемешать, сформовать небольшие фрикадельки. При помощи ножа для очистки овощей нарезать цуккини тонкими ломтиками.
Чеснок измельчить, соединить с оливковым маслом, по вкусу посолить и поперчить. Смазать ломтики цуккини маринадом, оставить мариноваться на 15-20 минут.
После на ломтики цуккини выложить мясные фрикадельки, свернуть рулетиками, нанизать на шпажки. Обжарить на гриле до готовности, 7-10 минут, смазывая чесночным маслом. Подавать с острым томатным соусом и зеленью.

Шашлычки из охотничьих колбасок

350 г охотничьих колбасок, 1-2 стручка болгарского перца, 3-4 дольки чеснока, 1 ст.ложка соевого соуса, 50 г растительного масла, соль, красный и черный молотый перец - по вкусу.

Колбаски нарезать кусочками длиной 2-3 см. Болгарский перец очистить от семян, промыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками.
Чеснок мелко нарубить, соединить с растительным маслом, соевым соусом, добавить соль, черный и красный молотый перец.
В глубокой посуде смешать колбаски с болгарским перцем, заправить соусом, тщательно перемешать, оставить мариноваться на 1-2 часа.
После, чередуя, нанизать на шпажки кусочки колбасок и болгарского перца. Обжарить на гриле или над горячими углями до готовности, 3-5 минут.
Подавать с острым томатным соусом, зеленью.

Колбаса, обжаренная на гриле

500 г молочной колбасы, 100 г твердого сыра, 2-3 помидора, 1 кабачок, соль, черный и красный молотый перец - по вкусу, 50 г растительного масла, 2-3 дольки чеснока.

Колбасу нарезать кружочками толщиной 0,7-1 см, обжарить на гриле по 1-2 минуты с каждой стороны.
Чеснок натереть на мелкой терке, добавить растительное масло, соль, черный и красный молотый перец.
Кабачок нарезать тонкими ломтиками, смазать чесночным маслом и обжарить на гриле с двух сторон до золотистого цвета.
Сыр натереть на крупной терке. Помидоры нарезать кружочками толщиной по 0,5-1 см, смазать оставшимся чесночным маслом.
На кружочек колбасы положить по ломтику кабачка и кружочку помидора, накрыть колбасой, посыпать тертым сыром, выложить на решетку и готовить 2-3 минуты.
При подаче украсить зеленью. Отдельно подать обжаренный на гриле хлеб.

Ананасы, жаренные на гриле

1 ананас, щепотка корицы, оливковое масло.

Ананас разрезать вдоль пополам, нарезать дольками. Смазать оливковым маслом, посыпать корицей. Обернуть листики фольгой и обжарить на гриле с двух сторон до золотистого цвета. Подавать к блюдам из птицы и свинины.

Печеные овощи

Баклажаны, сладкий болгарский перц, помидоры, свежие шампиньоны.
Печеные овощи – хорошее дополнение к шашлыку. Возьмите овощи, которые вам больше нравятся, промойте, слегка обсушите, наденьте на шампур. Можете чередовать их с кусочками сала. Овощи пеките на углях до черной корочки, не бойтесь – из-за большого количества влаги они не сгорят. Затем просто снимите обгоревшую корочку и подавайте. Перец легче очистить, если сразу же, пока он горячий, положить в полиэтиленовый пакет и завязать на 3-5 минут. Запекать можно также лук с чесноком. Не очищая от шелухи, поместите их в горячие угли на 10-15 минут.
Из запеченных овощей можно приготовить «соус»: нарежьте их мелкими кусочками, перемешайте вилкой, добавьте небольшой кусочек сливочного масла, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень кинзы.