

ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА

# ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ



ИЗДАТЕЛЬСТВО  
**АРКАИМ**



Книги серии «Любимые блюда» — это великолепная коллекция самых популярных рецептов на все случаи жизни. В наших книгах вы найдете простые и доступные способы приготовления разнообразных закусок, супов, основных блюд, десертов и напитков. Каждый рецепт сопровождается цветной фотографией и информацией о времени приготовления.

Книги серии «Любимые блюда», благодаря оригинальному дизайну, можно собирать в специальную папку, формируя ее по вашему вкусу.

Пусть всегда на вашем столе будут только ваши любимые блюда!



ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА

# ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
**АРКАИМ**

# КАНАПЕ С КРЕВЕТКАМИ



на 12 порций

- батон
- креветки вареные
- сыр плавленый мягкий
- соус чили
- соус хрен
- перец красный молотый
- 6 ломтиков
- 200 г
- 3 ст. ложки
- 1 ст. ложка
- 1 ст. ложка
- Креветок очистите, порубите, оставив часть для украшения.
- Измельченных креветок соедините с сыром, соусом чили, хреном, поперчите (2).
- Ломтики батона обжарьте, смажьте приготовленной смесью и разрежьте каждый на четыре треугольника (3).
- Готовые канапе оформите креветками, каперсами и зеленью.



1



2



3

время приготовления: 30 минут





## ЯЙЦА ФАРШИРОВАННЫЕ

на 6 порций

- авокадо
- яйца вареные
- лук репчатый
- перец сладкий  
зеленый
- креветки  
вареные  
очищенные
- помидоры
- сок лимонный
- уксус винный
- кинза рубленая
- перец кайенский
- соль

**1 шт.**

**6 шт.**

**1 головка**

**1 шт.**

**130 г**

**3 шт.**

**1 ч. ложка**

**1 ч. ложка**

**1 ст. ложка**

**1 щепотка**

- Яйца разрежьте пополам, выньте желтки. Авокадо очистите, удалите косточку. Мякоть авокадо и яичные желтки взбейте в блендере до получения однородной массы. Затем добавьте мелко рубленые лук, сладкий перец и часть креветок, лимонный сок, уксус, соль, кайенский перец и перемешайте.
- Наполните яйца подготовленным фаршем.
- Перед подачей уложите фаршированные яйца на листья салата и оформите нарезанными дольками помидорами, оставшимися креветками, посыпьте кинзой.

**время приготовления: 35 минут**

## КРЕВЕТКИ В «ЛОДОЧКАХ»



на 24 порции

- креветки **24 шт.**
  - масло растительное **2 ст. ложки**
  - помидоры **6 шт.**
  - авокадо **1 шт.**
  - сыр плавленый сливочный **80 г**
  - лимон **1 шт.**
  - перец черный молотый
- Креветок очистите, посолите, полейте соком  $\frac{1}{2}$  лимона и выдержите на холоде 30 минут.
  - Помидоры очистите от плодоножки, разрежьте на 4 части, удалите семена и перегородки (1).
  - Для соуса авокадо измельчите. Добавьте сыр, перец, тертую цедру и сок  $\frac{1}{2}$  лимона, взбейте до однородной консистенции (2–3).
  - Обжаривайте креветок 1–2 минуты. В «лодочки» из помидоров выложите соус, сверху положите по креветке, посыпьте оставшейся цедрой и оформите зеленью.



1



2



3

**время приготовления: 30 минут + маринование**









## КРЕВЕТКИ В «КОРЗИНОЧКАХ»

### на 4 порции

- лимоны **4 шт.**
- мякоть креветок **200 г**
- масло сливочное **50 г**
- уксус винный белый **1 ст. ложка**
- желток яичный **1 шт.**
- сок лимонный **2 ст. ложки**

- Сделайте «корзиночки» из лимонов (1).
- Соедините уксус со столовой ложкой воды и прокипятите. Затем добавьте желток и столовую ложку воды, взбейте и прогрейте на водяной бане. Когда соус начнет густеть, добавьте в него небольшими порциями масло, продолжая при этом взбивать (2).
- Креветок положите в кипящую воду на несколько минут (3), охладите и соедините с соусом, полейте лимонным соком. Разложите по «корзиночкам».
- При подаче оформите оливками.



1



2



3

время приготовления: 45 минут

## ЗАЛИВНОЕ



### на 4 порции

- морские гребешки **400 г**
- яйца вареные **2 шт.**
- лимон **½ шт.**
- желатин **1 ст. ложка**
- зелень укропа или петрушки

### для овощного отвара:

- морковь **1 шт.**
- лук репчатый **1 головка**
- зелень петрушки **5 г**
- лавровый лист **1 шт.**
- соль, перец душистый горошком **3–5 шт.**

- Приготовьте овощной отвар из указанных ингредиентов, процедите его. Морских гребешков залейте небольшим количеством отвара и варите 7–10 минут.
- Желатин замочите в холодной кипяченой воде, затем откиньте на сито.
- Гребешков нарежьте и выложите в формочки, оформите кружочками яиц, ломтиками лимона и зеленью.
- В 2 стакана отвара добавьте желатин, доведите до кипения. Охладите желе до комнатной температуры, залейте им гребешки и поставьте в холодильник на 2–3 часа.
- Перед подачей формочки опустите в горячую воду и выложите заливное на блюдо.

**время приготовления: 1 час 20 минут + охлаждение**





## КОЛЬЦО КРЕВЕТОЧНОЕ

на 6–8 порций

- креветки вареные **1 кг**
  - зелень укропа рубленая **100 г**
  - желатин **1 ч. ложка**
  - херес **2–3 ст. ложки**
  - соль,
  - перец черный молотый
- Очистите креветок, посолите, поперчите (1). Добавьте измельченный укроп и перемешайте. Накройте фольгой и охлаждайте 10–12 часов.
  - Замочите желатин в холодной кипяченой воде до прозрачности крупинок. Слейте воду, подогрейте херес и растопите в нем желатин, процедите. Охладите.
  - Соедините желирующую жидкость с креветками и укропом (2). Налейте креветочную смесь в форму (3), смоченную холодной водой, накройте фольгой и охлаждайте 3–4 часа.
  - Перед подачей погрузите форму в горячую воду и выложите содержимое на блюдо. Оформите каперсами и маслинами.



1



2



3

время приготовления: 1 час + охлаждение

## КАЛЬМАРЫ С ТВОРОГОМ



### на 4 порции

- кальмары вареные **400 г**
  - творог нежирный **200 г**
  - масло сливочное **50 г**
  - чеснок **3–4 зубчика**
  - лук зеленый **20 г**
  - листья зеленого салата **8–10 шт.**
  - соль
- Кальмаров пропустите через мясорубку, соедините с протертым творогом, маслом, толченым чесноком, мелко нарезанным луком и перемешайте.
  - При подаче полученную массу уложите на листья салата, оформите нарезанным дольками помидором и зеленью.

время приготовления: 30 минут







## ПЕРСИКИ С КРАБАМИ

на 4 порции

- персики **2 шт.**
  - крабовые палочки **200 г**
  - сливки густые **½ стакана**
  - листья зеленого салата **8 шт.**
  - соль,
  - перец черный молотый
- Персики разрежьте, выньте косточки и часть мякоти.
  - Крабовые палочки мелко порубите, смешайте с мякотью персиков и взбитыми сливками, посолите, поперчите.
  - Подготовленным фаршем наполните половинки персиков.
  - Подавайте на листьях зеленого салата.

время приготовления: 25 минут

## ЗАКУСКА ИЗ КАЛЬМАРОВ



### на 2 порции

- кальмары вареные **160 г**
  - рис вареный **2 ст. ложки**
  - перец сладкий **1 шт.**
  - лук репчатый **1 головка**
  - масло сливочное **40 г**
  - сыр твердый тертый **2 ч. ложки**
  - сливки **½ стакана**
  - зелень укропа рубленая **1 ст. ложка**
  - соль
- Кальмаров, лук и сладкий перец нарежьте соломкой. Лук и перец обжаривайте на масле 5–7 минут, посолите.
  - В формочки, смазанные маслом, налейте немного сливок, выложите кальмаров, рис и обжаренные овощи, залейте оставшимися сливками, посыпьте сыром и запекайте 10–12 минут при 200–210 °С.
  - Подавайте в формочках, посыпав зеленью.

**время приготовления: 40 минут**







## КАЛЬМАРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ

на 4 порции

- кальмары **8 шт.**
- капуста морская консервированная **160 г**
- морковь **1 шт.**
- яблоко **1 шт.**
- лук репчатый **1 головка**
- Морковь, лук, яблоко очистите, нарежьте соломкой.
- Морскую капусту отцедите от заливки, добавьте морковь, лук, яблоко и перемешайте.
- Кальмаров очистите, отварите в подсоленной воде 2 минуты. Охладите. Нафаршируйте полученной смесью.
- При подаче выложите на листья салата и оформите оливками, лимоном, зеленью.

время приготовления: 35 минут

## ПОМИДОРНЫЕ «ЧАШЕЧКИ»



### на 4 порции

- креветки вареные **120 г**
- помидоры **8 шт.**
- огурец **1 шт.**
- рис вареный **1 стакан**
- сок лимонный **2 ст. ложки**
- майонез **2 ст. ложки**
- зелень петрушки **10 г**
- соль,
- перец черный молотый
- Креветок очистите, часть оставьте для оформления.
- У помидоров срежьте верхнюю часть и удалите перегородки с семенами.
- Смешайте рис с лимонным соком, рубленой петрушкой, майонезом и измельченными креветками. Посолите и поперчите.
- Наполните помидорные «чашечки» полученной смесью, оформите креветками и накройте срезанной частью.
- Огурец нарежьте кружочками, выложите на блюдо, в центре поместите помидорные «чашечки». Оформите зеленью.

**время приготовления: 40 минут**







## КРАБОВЫЕ ШАРИКИ

на 2 порции

- мясо краба вареное **200 г**
- крошки хлебные **100 г**
- масло растительное **2 стакана**
- яичный желток **20 г**
- яйцо **1 шт.**
- сухари панировочные **2 ст. ложки**
- сок лимонный **1 ч. ложка**
- соль, перец черный молотый

- Крабовое мясо измельчите, смешайте с хлебными крошками, солью, перцем, яичным желтком и лимонным соком. Сформируйте из смеси 8 шариков.
- Взбейте яйцо и обмакните каждый шарик дважды в яйцо и сухари.
- Обжарьте шарики в масле до образования золотистой корочки.
- Обсушите на бумаге и подавайте горячими или холодными, оформив зеленью.

время приготовления: 40 минут

## КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ В КЛЯРЕ

на 5 порций



1



2



3

- крабовые палочки
- масло растительное
- мука
- молоко или вода
- яйца
- зелень петрушки рубленая
- сок лимонный
- соль, перец красный молотый

**375 г**

**1 стакан**

**½ стакана**

**½ стакана**

**3 шт.**

**1 ч. ложка**

**1 ч. ложка**

- Крабовые палочки поперчите, посолите, добавьте зелень, чайную ложку масла и лимонный сок, маринуйте 15–20 минут (1).
- Для теста муку разведите теплым молоком, добавьте соль, яичные желтки, размешайте. Перед жарением введите в тесто охлажденные и взбитые яичные белки (2).
- Крабовые палочки обмакивайте в приготовленное тесто и жарьте во фритюре 2–3 минуты до образования золотистой корочки (3).
- Можно подавать с майонезом, корнишонами, дольками лимона и веточками петрушки, обжаренными во фритюре.

**время приготовления: 40 минут**





## КРЕВЕТКИ С ИКРОЙ И СОУСОМ

на 2 порции

- креветки тигровые **10 шт.**
  - огурец **1 шт.**
  - лайм **1–2 шт.**
  - икра лососевая **4 ч. ложки**
  - соус ткемали **2 ст. ложки**
  - масло оливковое **3 ст. ложки**
  - вино сухое белое **½ стакана**
  - соль,
  - перец красный молотый
- Креветок очистите, оставив хвостики, и замаринуйте на 30 минут. Для маринада соедините оливковое масло, вино, соль, перец (1).
  - Креветок обжарьте на масле, охладите (2).
  - Нарежьте огурец ломтиками или колечками, уложите на середину тарелки, сверху положите икру (3).
  - На лайм, нарезанный дольками, уложите разрезанных вдоль креветок, подлейте соус и оформите зеленью.



1



2



3

время приготовления: 30 минут + маринование

## ШАРИКИ КРЕВЕТЧНЫЕ



на 2 порции

- креветки очищенные
- сок лимонный
- семена кунжута
- масло растительное
- белок яичный

**200 г**

**2 ст. ложки**

**2 ст. ложки**

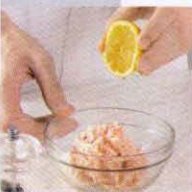
**2 стакана**

**1 шт.**

- Креветок пропустите через мясорубку или измельчите в блендере (1). Добавьте лимонный сок, соль, перец, яичный белок (2).
- Перемешайте, сформируйте шарики, обваляйте их в кунжуте (3) и обжарьте во фритюре.
- При подаче оформите зеленью.



1



2



3

**время приготовления: 25 минут**





## СОДЕРЖАНИЕ

Канапе с креветками	2
Яйца фаршированные	4
Креветки в «лодочках»	6
Креветки в «корзиночках»	8
Заливное	10
Кольцо креветочное	12
Кальмары с творогом	14
Персики с крабами	16
Закуска из кальмаров	18
Кальмары фаршированные	20
Помидорные «чашечки»	22
Крабовые шарики	24
Крабовые палочки в кляре	26
Креветки с икрой и соусом	28
Шарики креветочные	30



УДК 641.822 (083)

ББК 36.991

И32

Издание для досуга  
ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

Ответственный редактор А. А. Самойлов  
Дизайн – В. А. Кугаевский  
Художественный редактор А. Е. Колосов  
Научный редактор Н. В. Ильиных  
Технический редактор Т. В. Анохина  
Компьютерная верстка – Н. В. Тихоплав  
Корректор Е. А. Миллер  
Фотограф А. А. Титаев  
Обложка:  
Стилист Е. Б. Брюхина  
Фотограф К. А. Шезчик  
Блюда приготовлены и апробированы  
в кулинарной студии издательства «Аркаим»

Подписано в печать 31.05.05. Формат 84х60/16  
Бумага мелованная. Гарнитура Myriad Pro  
Печать офсетная. Усл. печ. л. 1,86. Заказ № 5186

ООО «Издательство «Аркаим»  
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2

Отпечатано в Китае

По вопросам приобретения литературы обращайтесь:

Челябинск, ООО «Издательство «Аркаим»  
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2  
тел. (351) 265-87-01 (отдел реализации)  
тел/факс: 265-86-97, 265-86-98  
e-mail: sales@arkaim.biz  
www.arkaim.biz www.millionmenu.ru

Москва, представительство  
ООО «Издательство «Аркаим»  
107023, г. Москва, ул. Малая Семеновская, 11а, стр. 4  
тел. (095) 589-23-30  
e-mail: moscow@arkaim.biz

ISBN 5-8029-1212-X

© ООО «Издательство «Урал ЛТД.», 2005

© ООО «Издательство «Аркаим», 2005

## ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА

Книги серии «Любимые блюда» — это великолепная коллекция самых популярных рецептов на все случаи жизни. В наших книгах вы найдете простые и доступные способы приготовления разнообразных закусок, супов, основных блюд, десертов и напитков. Каждый рецепт сопровождается цветной фотографией и информацией о времени приготовления.

Книги серии «Любимые блюда», благодаря оригинальному дизайну, можно собирать в специальную папку, формируя ее по вашему вкусу.

Пусть всегда на вашем столе будут только ваши любимые блюда!

